

PARIS

MAGAZINE D'INFORMATION

XVI

DE LA MAIRIE DU XVI^e ARRONDISSEMENT

LE MAG.

No.20
FÉVRIER 2023

**PANDÉMIES, BAISSÉ DE LA FERTILITÉ, TROUBLES
DU SOMMEIL, ADDICTION AUX ÉCRANS... COMMENT MIEUX
PRENDRE SOIN DE NOTRE**

SANTÉ!



TRIANON

MATELAS & SOMMIERS

Retrouvez le confort des plus grands
palaces et laissez-vous transporter
vers des *nuits royales*.

TRIANON-LITERIE.COM

EN EXCLUSIVITÉ



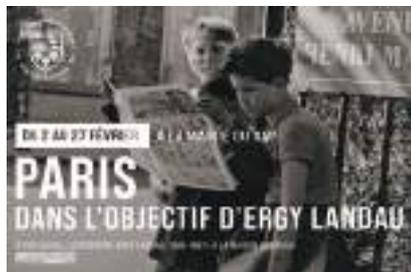
RETROUVEZ LES MATELAS TRIANON DANS VOTRE MAGASIN
LA COMPAGNIE DU LIT AUTEUIL - PARIS 16

LACOMPAGNIEDULIT.COM

7.

ACTUALITÉS

Paris dans l'objectif d'Ergy Landau



8 mars 2023 : les ENGAGÉES !
reviennent à la mairie du XVI^e



13. **ÉCOLES DU XVI^e**
Un point sur les travaux



15. **SENIORS**
Les ateliers Conviviali'thé
numérique se poursuivent
à la mairie du XVI^e



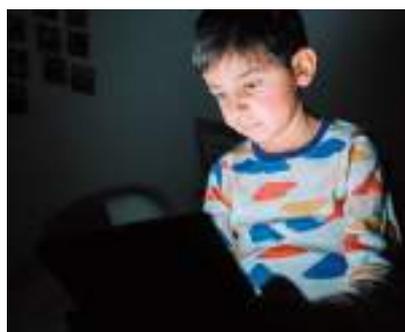
17.

INTERVIEW

Emmanuel Messas : « La crise COVID
a profondément changé notre rapport
à la santé »



18. **DOSSIER**
Pandémies, baisse de la
fertilité, troubles du sommeil,
addictions aux écrans...
comment mieux prendre soin
de notre SANTÉ !



33. **SÉCURITÉ**
Laurent Nuñez explique
ses priorités



SOM MAIRE

No.20 — FÉVRIER 2023



Magazine d'information
de la Mairie du XVI^e arrondissement.

Directeur de la publication :
Astrid Renoult

Coordination de rédaction :
Graziella Tron

Rédaction : Wally Montay

Maquette originale, conception
graphique, régie publicitaire,
réalisation & édition :

Cithéa. 178, quai Louis Blériot
75016 Paris - Tél. : 01 53 92 09 00
contact@citheia.com www.citheia.com

Cithéa décline toutes
responsabilités sur les documents
qui lui ont été remis.

Photos de couverture :
© Guillaume Chaussat

Crédits Photos : © D.R

Impression : Roto France Impression
Magazine imprimé en France,
sur du papier recyclé, labellisé
et fabriqué à moins de 30 km
de son lieu de distribution.
Papier issu de forêts gérées
durablement.

Dépôt légal : en cours.

Tirage : 75 000 exemplaires

Distribution : Champar
Votre immeuble n'est pas distribué?
distribution@citheia.com

Publicité : Vous souhaitez figurer
dans la prochaine édition ?

Contactez Cithéa. : 01 53 92 09 00 -
contact@citheia.com



Villa Beausoleil prend soin de vos proches

DÉCOUVREZ
NOTRE RÉSIDENCE
SERVICES SENIORS
D'EXCEPTION !

MEUDON-LA-FORÊT **01 84 19 64 65**



VILLA BEAUSOLEIL

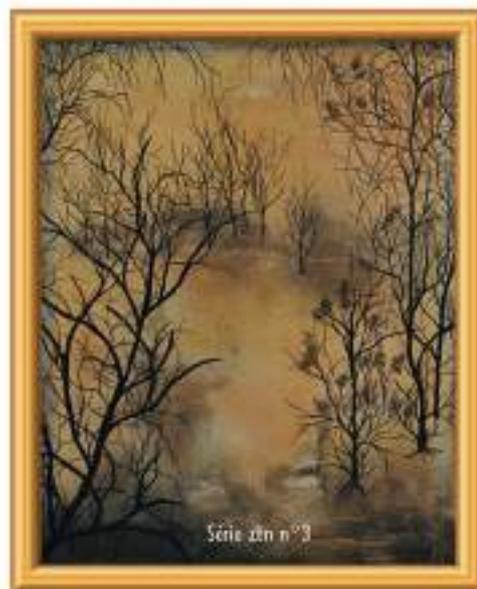


Dana Kennedy En hiver
coucher de soleil



Série zen n°1

DANNIE LAUNAY PEINTRE



Série zen n°3

Visites à l'atelier sur rendez-vous (week-end inclus)
106, rue Jean de la Fontaine - 75016 PARIS

email : dannielaunay.art@gmail.com
Site : www.dannielauhay-artbrut.com
Instagram : @dannie.launay
Téléphone : 06 68 17 04 21

MOBILISATION DU GYMNASSE JEAN BOUIN

Le XVI^e arrondissement est un arrondissement solidaire et généreux comme en atteste la force de son tissu associatif. Récemment, lorsque nous avons appris sans avoir été consultés, l'installation d'un centre d'hébergement d'urgence dans l'ancien hôpital Chardon-Lagache, de nombreuses associations et habitants se sont manifestés pour savoir comment ils pouvaient se rendre utiles et accueillir correctement ces mamans et ces enfants dans le quartier. Nous avons organisé dernièrement un concert pour remercier les nombreuses familles du XVI^e arrondissement qui ont hébergé et continuent d'héberger chez elles des réfugiés ukrainiens. N'en déplaise à Monsieur Ian Brossat, adjoint à la Maire de Paris, qui pratique la politique du mensonge et de la démagogie, en essayant de faire croire que le XVI^e arrondissement refuserait d'accueillir des populations en détresse.

De ce point de vue, nous prenons largement notre part, loin, très loin des caricatures dont nous faisons régulièrement l'objet.

La décision de la Ville de Paris d'installer dans un gymnase du XVI^e des femmes et des enfants en situation de grande précarité ne nous pose aucun problème. Ce qui pose problème, ce sont ces pratiques inacceptables qui empêchent d'accueillir efficacement et sereinement ces populations. Elles empêchent aussi de trouver des solutions pour pallier les conséquences que cela a sur l'organisation des clubs sportifs et des écoles qui utilisent ces gymnases. Cette politique de mise devant le fait accompli est inadmissible. C'est ce que je dénonce et continuerai de dénoncer. Avant de donner des leçons de morale, l'adjoint à la Maire de Paris, qui préempte à prix d'or des immeubles dans le XVI^e malgré l'état catastrophique des finances de la Ville, devrait plutôt s'atteler à mener une véritable politique de mise à l'abri décente de ces populations. Ces réquisitions improvisées de gymnases sont un pis-aller indigne d'une véritable politique d'assistance aux plus démunis et témoignent plus gravement de l'inconséquence d'un Gouvernement incapable de mener une politique migratoire responsable.

© D.R.



FRANCIS SZPINER

Maire du XVI^e arrondissement
Conseiller de Paris

LA MISÉRICORDE EST DE RETOUR

Les 10 et 11 février à la mairie du XVI^e

Après deux ans d'absence en raison des circonstances sanitaires, l'œuvre de la Miséricorde organise à nouveau sa vente de charité dans les salons de la Mairie du XVI^e, les vendredi 10 février et samedi 11 février prochains, de 11h à 18h30.

Fondée en 1822 à la demande de l'Archevêque de Paris, reconnue d'utilité publique en 1921, l'œuvre de la Miséricorde, une des plus anciennes associations caritatives de France, a pour objet d'apporter une aide à des familles confrontées à de graves difficultés financières qui bouleversent leur existence. Elle aide aussi bien des personnes âgées que des familles nombreuses, notamment en finançant les études de leurs enfants.

La grande vente annuelle de charité de la Miséricorde est une des manifestations qui lui permettent de financer les aides qu'elle distribue. Alimentation, brocante, peinture, décoration, bijoux, jeux et jouets, librairie avec dédicaces d'auteurs : de nombreux comptoirs attendront les visiteurs les 10 et 11 février. Sans oublier le grand déjeuner du samedi (deux services à 12h et 13h30) et le salon de thé ouvert les deux jours à partir de 15h30.

L'œuvre de la Miséricorde tient à remercier Francis Szpiner, maire du XVI^e, ainsi que tous les personnels de la mairie, pour leur accueil chaleureux et leur grande disponibilité.



Cadeaux, livres, alimentation... : des stands multiples et variés.

© D.R.

8 MARS 2023 : LES ENGAGÉES ! REVIENNENT À LA MAIRIE DU XVI^E !

En partenariat avec l'association Dare Women, les Entrepreneuses du 16 et le Majestic Passy, les ENGAGÉES ! reviennent à l'occasion de la Journée Internationale des Droits des Femmes.



Vous avez un projet, une cause à défendre, une carrière à booster ? Faites entendre votre voix lors de cette deuxième édition du **PRIX ENGAGÉES !** Pour candidater, il suffit de vous rendre sur le site de la Mairie du XVI^e et de choisir l'une ou plusieurs des 6 catégories

en lice : les Créatives, les Combattives, les Solidaires, les Visionnaires, les Précoces et les Chefs de Tribu. Toutes les candidatures retenues bénéficient d'une mise en lumière sur nos réseaux et lors de la soirée animée par **Séverine Ferrer** qui se déroulera au **Majestic Passy**, sur invitation de sa propriétaire : **Sophie Dulac**.

Le programme :

9h – 17h30 Des ateliers de coaching sont offerts par la Mairie et orchestrés par l'Association **Dare Women** qui sélectionne les participantes.

Vous êtes : en reconversion, au chômage, en phase de création d'entreprise ? Venez apprendre à **OSER**, autorisez-vous à libérer votre puissance pour **AVANCER**.
Inscriptions sur le site : mairie du 16.

18h30-19h30 : Table ronde au **Majestic Passy**. Venez découvrir les parcours de femmes inspirantes et participez à un cocktail networking avant la soirée.

20h30 : Remise des prix du **Trophée des Femmes ENGAGÉES ! 2023** en présence de **Francis Szpiner**, des femmes du jury (**Frédérique Picard le Bihan** pour Dare Women, **Perrine Corvaisier** pour les Entrepreneuses du 16, **Marie-Hélène Dorvald**, **Lisa Lellouche**, **Astrid Renoult** pour la Mairie du XVI^e et **Alexandra Szpiner** pour la Région-Île-de-France) et de tous ses invités.

Nous vous attendons nombreuses !
Inscriptions : mairie du XVI^e et **instagram :** engagées.mairieXVI

PARIS DANS L'OBJECTIF D'ERGY LANDAU

Exposition du 2 au 27 février 2023 à la Mairie du XVI^e

Fuyant les troubles qui secouent sa Hongrie natale, la photographe Ergy Landau rejoint Paris, alors capitale mondiale de la photographie, en 1923, et s'installe dans le XVI^e arrondissement auquel elle sera fidèle jusqu'à sa mort en 1967.

Ergy Landau ouvre dans le XVI^e arrondissement le « Studio Landau » au 17 rue Lauriston qu'elle quittera pour le 34 de la rue Scheffer, deux adresses où se presseront les acteurs de la vie culturelle

et les familles de la bonne société parisienne pour des portraits modernes et dynamiques.

Hors de ces murs, elle fixe dans l'objectif de son Rolleiflex des vues de la capitale, saisissant sur le vif les Parisiennes et Parisiens dans leurs activités. Déambulant dans les rues du XVI^e arrondissement, elle capture les attitudes des enfants absorbés dans des parties de billes ou dans la lecture de comics à l'angle de la rue Henri Martin. Au Jardin d'Acclimatation, elle enregistre les sourires des enfants qui nourrissent les chèvres ou les lapins de la petite ferme et les prouesses de futurs athlètes sur les agrès ou dans les bassins.



Ces images, tirées de ses archives et pour la plupart jamais montrées au grand public, nous offrent de formidables témoignages de la vie des Parisiens, et particulièrement des habitants du XVI^e arrondissement, des années 1930 à 1950.

Cette exposition contribue à remettre dans la lumière la trajectoire d'une photographe à la fois singulière et exemplaire de l'histoire des femmes photographes du XX^e siècle.

Source : Association Les Amis d'Ergy Landau

CONCERT UKRAINIEN MERCİ AUX FAMILLES D'ACCUEIL DU XVI^E

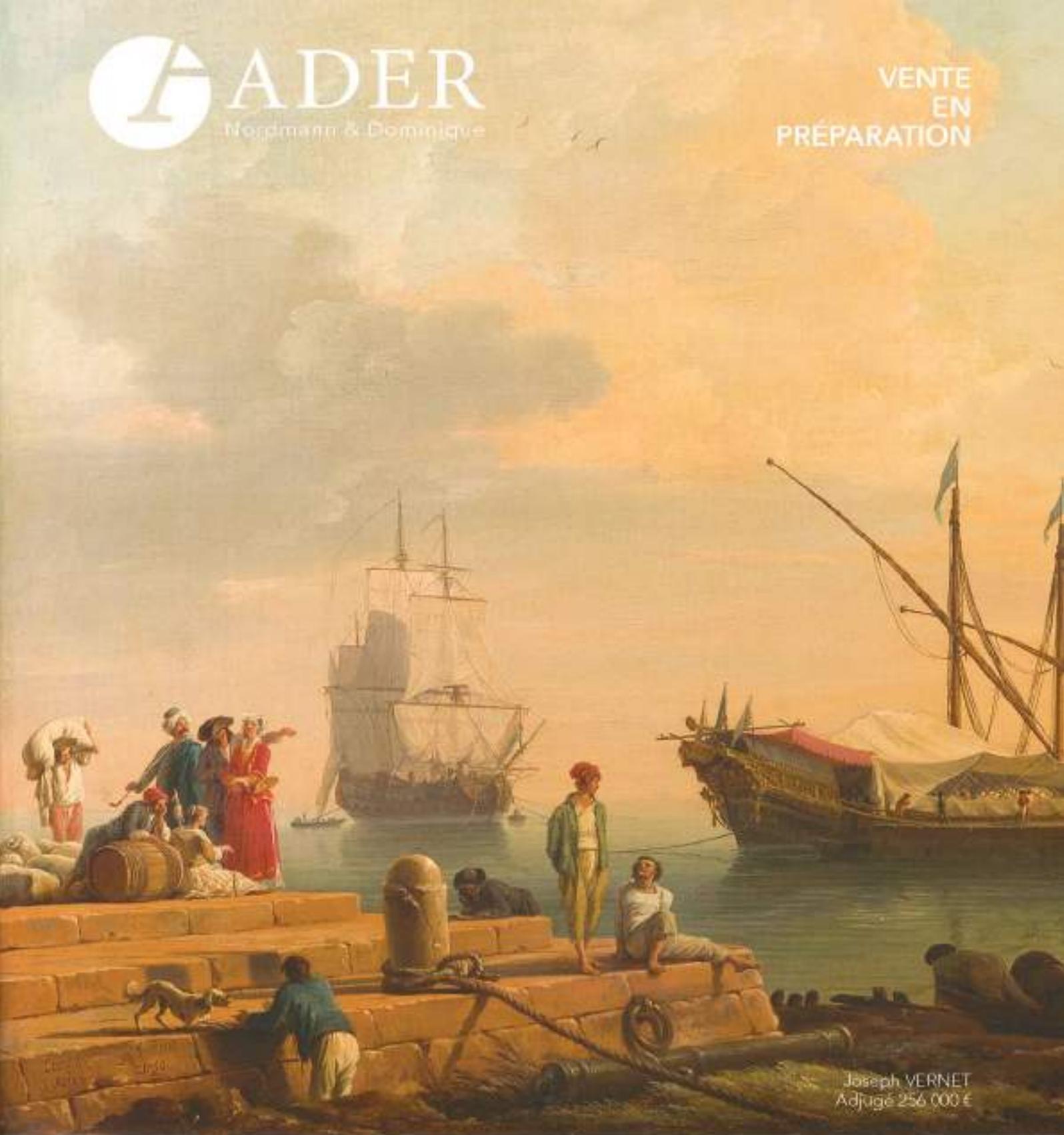
Le 13 janvier dernier, la Mairie du XVI^e organisait un concert de musique classique afin de remercier les nombreuses familles de l'arrondissement qui ont accueilli et continuent d'héberger des réfugiés ukrainiens depuis le début du conflit. Plus de quinze artistes pour la plupart d'origine ukrainienne sont venus jouer les partitions des plus grands compositeurs tels que Bach, Mozart et Chopin mais aussi celles de grands compositeurs ukrainiens. Parmi ces artistes, figurait **Herman Kozenko**, jeune

prodige de 11 ans, arrivé en France juste après le début de la guerre et hébergé avec son frère et sa mère dans une famille du XVI^e présente ce soir-là. Installé derrière le grand piano à queue de la salle des fêtes, le jeune pianiste a laissé danser ses mains sur le clavier pendant plusieurs minutes sur des morceaux de Chopin ou Revutskiy. Clarinettes, violonistes, accordéonistes et sopranos étaient aussi présents pour faire frissonner le public venu assister au concert. Deux heures trente de spectacle hors du temps.

L'association « **Aide Médicale & Caritative France-Ukraine** » était également présente pour récolter des fonds pour la reconstruction des maisons des seniors de **Chernihiv**, très ancienne ville située à 131 km au nord de Kiev. Fondée en 2014 à la suite des événements de Maïdan et aux affrontements dans le Donbass, l'association organise un réseau de solidarité médicale et humanitaire entre la France et l'Ukraine.

Un grand merci aux familles de l'arrondissement pour leur mobilisation !





Joseph VERNET
Adjudgé 256 000 €

Mardi 4 avril 2023 - Drouot

TABLEAUX ANCIENS



VENTE EN PRÉPARATION

Clôture du catalogue le 27 février

Emmanuelle LECLERC, commissaire-priseur

20, avenue Mozart - 75016 Paris

emmanuelle.leclerc@ader-paris.fr - Tél. : 01 78 91 00 56

VENTES AUX ENCHÈRES - ESTIMATIONS GRATUITES - INVENTAIRES - SUCCESSIONS

PAIEMENT COMPTANT

RACHAT BIJOUX OR

- Bijoux anciens et modernes, bijoux signés (Cartier, Boucheron, Van Cleef, etc)
- Bijoux cassés, débris or, pièces d'or
- Montres de marque (Rolex, Jaeger, etc)

PAIEMENT IMMÉDIAT
ESTIMATION GRATUITE

Bijouterie Périidot de père en fils

14, avenue Mozart
75016 PARIS

Métro : La Muette

01 42 30 82 74

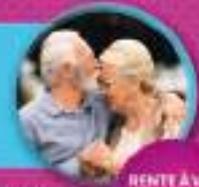
2, rue de la Gaité
75014 PARIS

Métro : Montparnasse

01 43 22 25 06

viagimmo

PROTÉGEZ VOTRE CONJOINT(E) ET PROFITEZ DE VOTRE PATRIMOINE



RENTE À VIE
PROTECTION
SÉRÉNITÉ

Le viager immobilier est la solution idéale pour protéger son conjoint et profiter pleinement de son patrimoine.

Grâce à la vente en viager, vous profitez immédiatement de votre patrimoine jusqu'à l'entrée dans la pierre. Vous héritez de vous-même, améliorez votre quotidien et protégez votre conjoint(e) en cas de décès.

Le saviez-vous ?

Une rente viagère est dite réversible lorsque la rente est versée à deux personnes (un couple par exemple). Ce qui signifie qu'en cas de décès, le survivant continuera à percevoir le même montant.

Vous souhaitez monétiser votre patrimoine et disposer de revenus confortables pour vivre sereinement votre retraite ?

CONTACTEZ VOS EXPERTS VIAGÉRISTES VIAGIMMO POUR UNE ÉTUDE OFFERTE ET PERSONNALISÉE.

AGENCE PARIS 16

Village d'Auteuil
116 rue Jean de la Fontaine
75016 PARIS

Tél. 01 45 25 36 39
paris16auteuil@viagimmo.fr
VIAGIMMO.FR

OUVERTURE



Pluridisciplinaire, notre clinique de 400m² est composée de médecins généralistes, spécialistes et de paramédicaux (infirmiers, psychologues, ostéopathes). Elle dispose d'un plateau technique complet.

CLINIC D'AUTEUIL
Médicale et dentaire
18 rue d'Auteuil 75016 PARIS
01 42 88 33 15
www.clinic-auteuil.fr

PÔLE DENTAIRE

- Soins dentaire
- Chirurgie / Dent de sagesse
- Implantologie
- Dentisterie esthétique
- Dentisterie Pédiatrique
- Orthodontie

PÔLE MÉDICAL ET MÉDECINE ESTHÉTIQUE

- Injections
- Laser / épilation définitive
- Médecine anti-âge

LANCEMENT DES MARDIS DE LA MÉMOIRE



Trois questions à Katherine de Meaux, adjointe au Maire chargée des anciens combattants.

Quelles sont les ambitions de la politique mémorielle de la mairie du XVI^e ?

« Transmettre la mémoire est une mission que le Maire a bien voulu me confier. Je l'en remercie car elle est essentielle et concerne toutes les mémoires : la Première Guerre mondiale avec par exemple la création des bleuets de France, la Seconde Guerre mondiale avec la déportation, les Justes et les Compagnons de la Libération ; mais aussi la mémoire contemporaine

avec le terrorisme et les opérations extérieures. Pour notre équipe municipale, la transmission est une valeur essentielle, surtout dans la société actuelle. »

Comment mettez-vous en œuvre cette politique de transmission ?

« Nous organisons de nombreuses commémorations et dévoilements de plaques ainsi que des expositions ; nous faisons intervenir les écoles dans les cérémonies patriotiques et mémorielles organisées avec les associations des anciens combattants. Aujourd'hui, Francis Szpiner souhaite ouvrir à un large public la Mairie du XVI^e à travers un cycle de conférences dédié à la Mémoire qui s'intitulera Les Mardis de la Mémoire. Ces conférences auront lieu un mardi par mois à 14h30 en Salle des Fêtes. »

Quand aura lieu la première de ces conférences ?

« Le 14 février prochain avec **Alexandre Jevakhoff** haut fonctionnaire et historien, auteur de « De Gaulle et la Russie ». Écrivains, journalistes, historiens, et militaires interviendront sur différents sujets. Sont déjà programmées des conférences sur les Compagnons de la Libération ou encore les 80 ans de l'arrestation du Général Delestraint. »



MÉMOIRE

JOURNÉE INTERNATIONALE DE L'HOLOCAUSTE

Plus de onze mille enfants furent déportés de 1942 à 1944 et assassinés dans le camp de concentration polonais. Certains d'entre eux vivaient à Paris dans le XVI^e. Parmi eux, 15 avaient moins de 7 ans.

Dans le square Lamartine, une stèle en hommage à ces enfants morts en déportation interpelle les visiteurs. Vendredi 27 janvier, à l'occasion de la Journée internationale à la mémoire des victimes de l'Holocauste, la Mairie du XVI^e honorait celle de ces enfants.

Mme Carole Fichébin, responsable de l'Association pour la mémoire des enfants juifs déportés du XVI^e arrondissement de Paris, s'est exprimée avant le Maire, **Francis Szpiner**,

qui a tenu à rappeler l'importance des cérémonies commémoratives et le travail de toutes les associations qui ont recherché, retrouvé, publié les noms de tous ces enfants. Sans elles, ils seraient aujourd'hui oubliés. Le nom de chacun d'entre eux a ensuite été cité : **Antoine Baur, Francine Baur, Danièle Bauer, Micheline Benarrosch, Denise Bouaziz, Edmond Bouaziz,**

Marie-France Lambert, Tony Lambert, Catherine Gardoni, Berthe Lando, Francine Lobel, Juliana Rajcyn, Alexandre Ripp, Daniel Stepanski, Aristide Wohlgenuth

Parce que, comme le dit André Malraux, « Le tombeau des héros est le cœur des vivants », notre devoir est de ne jamais les oublier.





**NE JETEZ PLUS VOS FENÊTRES ANCIENNES :
RÉNOVEZ-LES ET ISOLEZ-LES !**

**Menuisiers spécialisés, nous intégrons
un double-vitrage et des joints performants
à vos fenêtres tout en préservant
100 % de leur esthétique.**

- Moins cher qu'un changement à neuf
- Aucune dégradation dans le logement
- Respect rigoureux de la façade



Contactez Jean-Louis Galland : 01 39 75 38 55 / 06 48 09 27 86

Visitez notre site Web

www.nov-isol.com

Nov-Isol - 48, chemin de la Nourrée, 78670 Villennes-sur-Seine

Expert en Viager & Nue-propriété depuis 1964

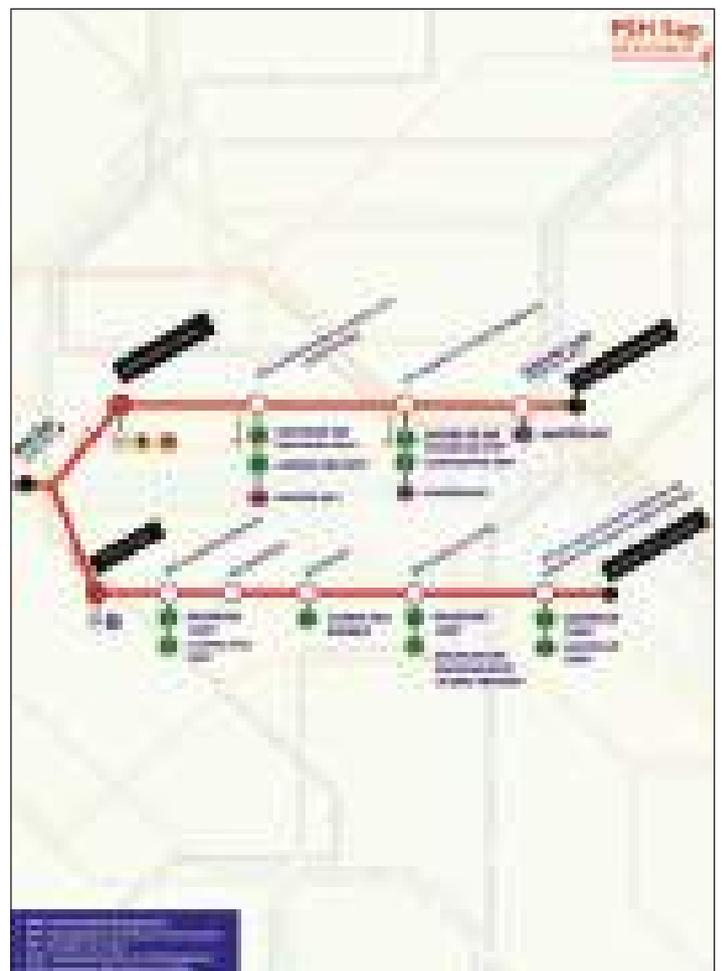
- ✔ Occupation à vie ou limitée
- ✔ Paiement jusqu'à 70% de la valeur de votre bien
- ✔ Expertise gratuite et personnalisée

Vendre votre bien
en **Nue Propriété**
ou en **Viager**,
y avez-vous pensé ?

**VIAGER
EUROPE**
Cabinet Daubry
www.viager-europe.com

Contactez notre EXPERT
Dans le 16^{ème}

01 42 03 98 41



ÉCOLES DU XVI^E

UN POINT SUR LES TRAVAUX

Ces derniers mois, la Mairie du XVI^e a réalisé des travaux dans plusieurs écoles de l'arrondissement afin d'améliorer le quotidien des enfants et des enseignants.

École Longchamp - Les toilettes des maternelles ont été remises en état et un espace de détente



a été créé pour les enfants avec une programmation des peintures dans les classes.

École élémentaire Chernoviz -

La Mairie du XVI^e a fait réaliser des travaux de rénovation dans les toilettes du préau avec accessibilité aux enfants à mobilité réduite.

La peinture du réfectoire a été refaite ainsi que le mur du couloir de communication entre les deux écoles. Un arbre a également été planté et des tableaux numériques ont été posés.

École Saint Didier - Plusieurs réfections ont eu lieu dont les peintures de circulation, la réfection des tours des arbres ainsi que la pose d'un sol souple pour l'aire de jeux.

École Boissière - Les menuiseries extérieures ont été modernisées et la toiture du dortoir a été refaite.



École La Fontaine - Un rack à vélos a été posé pour les enseignants, des protections antichocs ont été installées sur les piliers en béton, la réfection de la salle infirmerie a également eu lieu et le portail a été repeint.

École maternelle Perchamps - Le sol à l'entrée de l'école a été repris, les portes ont été révisées, la réfection du sol de l'aire de jeu a été demandée et la pose de tableaux numériques a eu lieu.

La totalité de ces travaux a été financée par la Mairie du XVI^e pour laquelle le confort et la sécurité des enfants sont une priorité.

MAIRIE DÉCENTRALISÉE VENEZ ÉCHANGER AVEC LES ÉLUS !



En cet hiver 2023, les élus de la Mairie du XVI^e sont mobilisés et à l'écoute des habitants de l'arrondissement pour les accompagner dans les problématiques qu'ils rencontrent. Venez les interroger sur les projets

en cours ou futurs ; qu'ils soient culturels, sécuritaires, environnementaux ou sociaux, ils pourront vous conseiller ou vous réorienter vers les services compétents. C'est aussi l'occasion d'avoir un échange direct et convivial et de faire part de vos observations. Qu'elles soient positives ou négatives, ce sont toujours des moments constructifs, enrichissants et nécessaires à l'amélioration de la vie de votre quartier.

Au mois de mars, la tente de la Mairie s'installera de 10h30 à 12h30 les :
Samedi 11 mars : marché Malakoff
Dimanche 12 mars : place de Passy
Mercredi 15 mars : marché Auteuil
Vendredi 17 mars : marché Gros-Boulaivilliers





DOSNE
RÉSIDENCE AUTONOMIE

SÉRENITÉ, CONVIVIALITÉ ET SÉCURITÉ

Résidence ouverte
aux personnes de
plus de 60 ans

50 studios
de 26 à 42 m²

Esprit " Maison
de famille "



CADRE EXCEPTIONNEL

Jardin*
Terrasse* (avec brumisateurs)
Salons
Bibliothèque*
Salon bien-être et soin
Salon de coiffure et d'esthétique*
Balnéothérapie

SERVICES

Accompagnement personnalisé
Aide à la coordination des soins
Restauration*
Activités sociales et culturelles*
Sécurité 24h/24
Aide au ménage
Séjour temporaire

*Ouvert aux personnes âgées du quartier

RÉSIDENCE DOSNE

5 ter rue Dosne
75116 PARIS
www.residence-dosne.org

01 47 04 31 41
contact@dosne.org

SENIORS

LES ATELIERS CONVIVALI'THÉ NUMÉRIQUE SE POURSUIVENT À LA MAIRIE DU XVI^E !

À l'initiative de **Véronique Bucaille**, Conseiller de Paris déléguée à la solidarité entre les générations, **l'association Kocoya ThinkLab**, en partenariat avec la Mairie du XVI^e, vous invite à poursuivre les ateliers **Conviviali'thé numériques** dans les locaux de la mairie. Pendant 1h30, vous aurez l'occasion de bénéficier des conseils avisés d'un jeune étudiant spécialiste des nouvelles technologies, accompagné d'un café offert sur place. Ces ateliers, soutenus par la Conférence des financeurs de Paris, ont été créés pour les seniors afin de leur donner l'occasion de se retrouver et de s'entraîner sur les sujets liés au numérique. **Kocoya** est une association

spécialisée dans le domaine du numérique et un acteur historique du XVI^e arrondissement. Elle a animé plusieurs projets tels que des ateliers numériques dans les bibliothèques, des clubs seniors et des maisons des associations. Leur but est de créer du lien intergénérationnel et de favoriser l'autonomie des seniors dans l'utilisation des outils numériques.

Les prochaines dates sont les 7 et 16 février, et les 7 et 23 mars. Ne manquez pas cette occasion de découvrir le numérique de manière conviviale et efficace ! Pour vous inscrire, contactez l'Association Kocoya ThinkLab au 01 83 79 11 11.



À chaque vacances scolaires, le centre Paris Anim Point du Jour propose de multiples stages pour tous les jeunes de 3 ans à 17 ans, animations, sorties, révisions et spectacle jeune public sont au rendez-vous.

Parmi les multiples propositions, des semaines de « révisions spécial

CENTRE PARIS ANIM' POINT DU JOUR – DES ACTIVITÉS POUR LES VACANCES D'HIVER !

brevet » et « révisions libres » sont organisées pour les collégiens en entrée libre sur inscriptions au centre du lundi 27 février au vendredi 3 mars. Entièrement gratuits, ces différents stages sont proposés dans plusieurs matières notamment des stages de prise de parole en public pour préparer au mieux les étudiants aux oraux de fin d'année.

Dans la catégorie des divertissements, un spectacle jeune public se jouera les 18, 21, 22, et 23 février à 14h30. (Sur réservations sur le site Internet)

Par ailleurs, le centre d'animation Le Point du Jour est doté d'un Point Information Jeunesse, ou PIJ,

qui offre un accueil personnalisé, libre, gratuit, anonyme et sans rendez-vous avec une priorité accordée aux jeunes de 13 à 30 ans.

- Espace ressources dans les domaines de l'emploi, la formation, le logement, la santé, la culture, le sport et les vacances
- Information et formation aux métiers du son et de la musique
- Montage des dossiers d'aide à la jeunesse (dispositifs parisiens et européens)
- Accès libre multimédia

Retrouvez toutes les informations complémentaires sur le site Internet du centre : <http://actisce.org/index.php/pointdujour>

Viager: profitez de votre patrimoine sans déménager

Bénéficiez des avantages dès 60 ans, de la vente en viager occupé et libre, vente occupée avec capital sans rente et vente à terme.



Hubert Thomassian
Expert en droit viager

Estimation gratuite sur toute la France
VIAGER PREVOYANCE



189, rue de la Pompe, 75116 Paris
viagerprevoyance@viagers.net

01 45 05 56 56 www.viagers.net

Blancassé

—
LINGE DE MAISON
GRANDES MARQUES
PETITS PRIX
—

OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 10H À 19H



BLANCASSÉ
60 Rue de Bouloirvilliers - 75013 Paris
Tél : 01 45 27 51 29

HATTEMER PARIS 16°

Venez découvrir notre école

lors d'une visite privée avec notre directrice

Hattemer
Enseignement privé depuis 1885

Le Cours Hattemer 16°, c'est :



Un établissement privé laïc pour les élèves de la petite section (dès 2 ans) au CM2



Une méthode traditionnelle reconnue et dispensée dans des classes à petits effectifs



Un enseignement bilingue : apprentissage intensif de l'anglais dès la maternelle



Inscriptions toute l'année. Prenez rendez-vous avec nous dès maintenant au 01 84 79 29 99 ou administration16@hattemer.fr

Hattemer 16°
43, rue Decamps - 75116 Paris
www.hattemer.fr/paris-16°



INTERVIEW

« LA CRISE COVID A PROFONDÉMENT CHANGÉ NOTRE RAPPORT À LA SANTÉ »

Le Professeur Emmanuel Messas est chef de service de médecine vasculaire à l'Hôpital Européen Georges Pompidou et Conseiller de Paris délégué à la Santé, au risque sanitaire, au handicap et aux professionnels de santé.



Durant la crise COVID, la Mairie du XVI^e s'est mobilisée en ouvrant 3 centres de vaccination sur son territoire. Quelle analyse et enseignement a posteriori livrez-vous sur cette mobilisation exceptionnelle ?

Ce fut une période très éprouvante pour le praticien hospitalier que je suis avec un hôpital entièrement engagé dans la bataille contre la COVID avec de nombreux patients perdus trop tôt et trop vite et d'un autre côté un moment de solidarité extraordinaire entre les soignants (étudiants hospitaliers, infirmières, chirurgien, médecin, professeur d'université...), entre les générations et avec les citoyens de France et plus particulièrement ceux du XVI^e arrondissement. L'équipe municipale et la direction générale des services ont été

exemplaires de solidarité et d'efficacité. Les administrés de notre arrondissement aussi ont fait preuve de discipline de courage et de solidarité. Ces trois centres ont donc été un succès et une aventure humaine extraordinaire qui resteront gravés dans la mémoire du XVI^e arrondissement.

Ce numéro est consacré à des pathologies courantes : problèmes de sommeil, de mal de dos, de nutrition... et à d'autres plus nouvelles comme les addictions aux écrans. La crise COVID a-t-elle changé notre rapport à la santé ? Et si oui, pourquoi selon vous ?

La crise COVID a, comme on dit de façon triviale, « appuyé là où ça fait mal ». En un mot elle a accentué, elle a aggravé nos faiblesses en premier lieu sur notre système de santé qui s'est vu gravement fragilisé par cette crise et au niveau personnel a aggravé les faiblesses de chacun qu'elles soient cardio-vasculaires, pulmonaires, rhumatologiques, neurologiques ou métaboliques. Cette crise a donc profondément modifié notre rapport à la santé au niveau national, les pays développés étant jugés à l'aune de leur capacité à juguler la pandémie et à permettre à leur population de lever le confinement au plus vite. Au niveau médico-social, elle a permis l'essor de solutions innovantes comme la télé-consultation, les réunions Zoom, une prise de conscience de l'intérêt des mesures d'hygiènes drastiques et bien entendu

sur la globalisation de maladies infectieuses rendant la prochaine pandémie assez probable. Je pense que la COVID sans s'en rendre compte a créé chez nous de nouveaux réflexes et attitudes face à la santé et à la maladie.

La Mairie s'est mobilisée en octobre dernier pour sensibiliser les femmes à la prévention des cancers du sein.

Elle va organiser en partenariat avec l'hôpital Pompidou une journée de sensibilisation à la prévention des cancers de la prostate. Pouvez-vous nous en dire plus sur cette opération ?

Le dépistage et la prévention sont et seront davantage dans les années à venir une stratégie majeure en matière de santé publique et de progrès médical. Cette approche est encore plus vitale en cancérologie où un cancer vu à son stade localisé a un pronostic bien meilleur que celui vu tardivement avec métastases. Dans le cas du cancer de la prostate des progrès majeurs ont été réalisés en termes de prévention, de diagnostic et de traitements. Cette campagne menée par le service d'urologie de l'HEGP va permettre de faire connaître à nos administrés quelle population ciblée doit bénéficier d'un dépistage du cancer de la prostate, comment interpréter un dosage de PSA élevé, de découvrir l'intérêt majeur de l'IRM de prostate qui s'est imposé dans le diagnostic du cancer de la prostate et enfin de découvrir les progrès fantastiques réalisés

en thérapeutiques avec la chirurgie mini invasive avec robot, les stratégies d'attente avec biopsies itératives, l'hormonothérapie, la radiothérapie et les thérapies innovantes.

Quel portrait pouvez-vous dresser de l'offre d'accès au soin dans le XVI^e ?

Et quels enjeux pour demain ?

Le XVI^e arrondissement est un arrondissement de paradoxe en termes d'offre de soin. Il est bien pourvu en consultations de médecine spécialisée mais il semble être

moins fourni en médecine générale et encore moins avec la possibilité de visite à domicile. En termes d'Ephad et d'hôpitaux gériatriques, l'arrondissement est bien doté avec l'hôpital phare en gériatrie de l'APHP Sainte-Périne et celui de La Croix rouge l'Hopital Henry Dunant. Il y a bien entendu des progrès à faire : peut-être développer davantage le concept de maison de santé permettant d'accueillir les patients à des heures tardives et en secteur 1, développer les aides à domicile

et des aires de repos pour les aidants. La pédiatrie reste aussi un sujet compliqué avec de moins en moins de pédiatres et un nombre insuffisant de crèches... Mais globalement, on peut dire que le XVI^e reste un arrondissement assez bien doté en offre de soin avec prochainement le développement d'une CPTS Paris 16 (Communauté Professionnelle Territoriale de Santé) qui va permettre de mieux organiser et fédérer l'offre de soin sur notre arrondissement.

HÔPITAL HENRY DUNANT

AU SERVICE DE NOS AÎNÉS ET DES RIVERAINS

L'hôpital Henry Dunant, établissement sanitaire appartenant à la Croix-Rouge, est spécialisé dans les soins aux personnes âgées. Récemment labellisé « hôpital de proximité », il accueille depuis le 28 janvier 2023 une maison médicale de garde accessible à tous, confirmant sa participation active dans l'offre de soins locale. Entretien avec son directeur, Loïc Bernard-Michel.

Quelles sont les spécificités de l'hôpital Henry Dunant ?

L'hôpital Henry Dunant est l'unique établissement hospitalier de la Croix-Rouge situé à Paris intra-muros. Son originalité réside dans sa spécialisation : c'est un hôpital

exclusivement gériatrique, placé sous l'égide de l'Agence régionale de Santé Île-de-France et du département de Paris. Il dispose de 158 lits répartis dans trois services : une unité de médecine gériatrique (24 lits), un service de soins médicaux et de réadaptation (56 lits) et une unité de soins de longue durée (78 lits). Près de 95% de ses patients résident dans l'Ouest parisien, dont 60% dans le XVI^e arrondissement.

Pendant la pandémie de COVID-19, vos équipes ont été particulièrement mobilisées au service des personnes âgées mais aussi de toute la population locale. C'est une fierté ?

Durant la crise sanitaire, nous avons ouvert au sein de l'établissement un centre de vaccination à la demande de la mairie du XVI^e arrondissement. Cette activité a mobilisé toutes les ressources de l'hôpital avec

un engagement fort des professionnels de santé comme des bénévoles de la Croix-Rouge. Grâce à la réactivité et au travail exemplaires de nos équipes, à l'implication du maire Francis Szpiner et des institutions territoriales, nous avons contribué à faire face collectivement à nos missions de santé publique auprès de la population.

Cette mobilisation a montré votre place au sein de l'offre de soins locale ?

Oui, cette coordination réussie a permis à l'Agence régionale de Santé Ile-de-France de mesurer la capacité de l'hôpital à s'adapter pour répondre aux besoins de santé de la population locale. Nous avons ainsi obtenu le 1^{er} septembre 2022 la labellisation « *Hôpital de proximité* » qui reconnaît notre vocation à s'investir





durablement dans des missions élargies, notamment dans l'accès local aux soins de la population, l'appui aux professionnels du médico-social et la fluidité des parcours de soins grâce à une coordination territoriale efficace.

L'ouverture de la maison médicale de garde au sein de l'hôpital depuis le 28 janvier 2023 (voir l'encadré) s'inscrit dans cette dynamique.

Quels sont vos autres projets ?

Nous développons le travail en réseau avec les établissements de la filière gériatrique – Hôpital Sainte-Périne, Ambroise Paré – ainsi qu'avec l'hôpital européen Georges Pompidou et le GHU Paris-Saclay, les cliniques parisiennes en conjuguant nos activités

et nos expertises, notamment sur les questions de e-santé (télémédecine). Toujours tournés vers les soins aux personnes âgées, nous préparons l'ouverture en janvier 2024 d'un hôpital de jour SMR (soins médicaux et de réadaptation) de 10 places. Alternative à l'hospitalisation traditionnelle, ce service de médecine ambulatoire permettra de prendre en charge des patients sur une journée (plusieurs venues par semaine durant 6 à 8 semaines), afin de repérer des fragilités, réaliser des bilans et des traitements. Objectifs : éviter toute coupure avec l'entourage familial et l'environnement du patient tout en contribuant au maintien à domicile puisque sur ce service, il n'y aura pas d'hébergement

de nuit. En parallèle et dans cette continuité, nous travaillerons plus que jamais de concert avec les bénévoles de la Croix-Rouge, qui entourent les personnes âgées lors de visites (à l'hôpital ou à domicile) et l'organisation de moments festifs, d'animations et de sorties. Ils s'impliqueront notamment dans l'accompagnement de nos patients à leur sortie d'hôpital, en coordination avec nos équipes médicales, en étant à leurs côtés durant leur retour à domicile. Une présence rassurante et bienveillante qui fait partie intégrante des missions de la Croix-Rouge.

**95, rue Michel Ange
Tél. : 01 40 71 24 24**



OUVERTURE D'UNE MAISON MÉDICALE DE GARDE Consultations le week-end et pour tous !

L'Hôpital Henry Dunant héberge depuis le 28 janvier 2023 une maison médicale de garde.

« Cette nouvelle structure propose des consultations médicales le week-end, lorsque les cabinets des médecins traitants sont fermés. Elle regroupe une vingtaine de médecins généralistes du XVI^e et XV^e arrondissement qui se relaient afin d'assurer une continuité de soin pour les urgences non vitales. Elle est accessible à tous, sans rendez-vous, le samedi de 14h à 20h et le dimanche de 9h à 20h, y compris les jours fériés », explique le docteur Virginie Binet, Médecin Chef. La maison médicale de garde a pour but de désengorger les urgences. « En se regroupant, les médecins de quartier assument les gardes en équipe de façon plus sereine. Les patients bénéficient de la même qualité de prise en charge qu'en cabinet, au tarif conventionné, ce qui permet de limiter l'attente dans les services d'urgence ou le recours à SOS médecin le week-end ».



PETROSSIAN

Une large sélection de spécialités iodées : caviars d'exception, saumons fumés, foies gras, œufs de poisson, poutargues, taramas, spécialités truffées... Vous trouverez également une gamme d'épicerie fine composée d'huiles et vinaigres, fleurs de sel, épices, fruits secs, thés et chocolats.

128 rue de la Pompe - 01 85 14 68 60
Du lundi au samedi, de 9h à 20h



LE CONGRÈS AUTEUIL

Restaurant élégant et cosy à la Porte d'Auteuil proposant des viandes et des fruits de mer. Ouvert tous les jours de 8h à 00h. Voiturier.

Réservations au 01 46 51 15 75
144, bd Exelmans
www.congres-auteuil.com



LE PALAIS DU BONHEUR

Venez fêter l'année du Lapin dans une demeure chinoise traditionnelle à cour intérieure. (Siheyuan- 四合院) Et déguster notre canard Pékinois entier en 5 services et nos nombreux plats typiques Chinois Faits Maison. Prix Excellence Tripadvisor 2022/2023.

Livraison à partir de 80 € dans le 16°
Menu à 34 €. Menu canard laqué à 55 €.
Petit salon privatif (20 personnes).

131 rue Michel-Ange, Paris 16° - Métro Porte de St-Cloud, ligne 9
Réservation sur resagastro@yahoo.com ou par tél au 01 46 51 46 68
Places de parking limitées en face du restaurant.



OPTIQUE MÉDICALE BOISSIÈRE

Nous garantissons un confort optimal, une adaptation immédiate et une optique de qualité. Nous proposons un choix exceptionnel de loupes médicales et d'Aides Visuelles pour la DMLA. Des collections renouvelées et des promotions en permanence.

Lundi - vendredi de 10h à 19h.
77 rue Boissière - 01 45 00 60 64



MONTMARTRE MIROITERIE CONCEPT



La boutique vous accueille au 32, rue Caulaincourt dans le 18e arrondissement. Fort de leurs expériences de Père en Fils depuis plus de 25 ans ils vous aideront dans vos projets des plus simples au plus élaborés. Types de réalisations et créations sur mesure : Serrurerie fine en laiton · Verrière d'atelier · Paredouche Miroirs/damier · Dépannage, tarifs assurances · Tous types de fenêtres. Du lundi au vendredi de 7h30 à 17h30.

01 46 06 91 91 - 32 rue Caulaincourt - 75018 Paris
Place de Clichy - Lamarck-Caulaincourt
www.montmartremiroiterie.fr

DECORA
Même si vous n'avez qu'une porte à peindre, contactez-nous !
Tous travaux de peinture, moquette, papiers peints, filsus muraux.
Dégâts des eaux
Devis gratuit
124 av. Mozart - 75016 PARIS
01 42 24 52 14 • www.decora.fr

01 42 24 10 28
RÉNOVATION - DÉPANNAGE 70
PLOMBERIE
CHAUFFAGE
ÉLECTRICITÉ
MAÇONNERIE
PEINTURE
MENUISERIE
RÉNOVATION DE SALLES DE BAIN
22 av. Théophile Gautier
75016 PARIS

FISCALITÉ PERSONNELLE ET FAMILIALE
Toutes déclarations fiscales BR, revenus fonciers, LMP, LMNE, SCI à IIR ou IS, ISF/IFI
30 ans d'expérience
Contact fluide et privilégié
Alain-Georges CASSIEN
Expert-comptable
4 rue Gustave Courbet
75114 Paris
06 09 07 12 07
agcassien@yahoo.fr

Depuis 1989
jf entreprises Paris
RCB : 352 2290 191 00191
202 av. de Versailles 75016
Menuiserie-Serrurerie
Travaux de peinture
www.jf-entreprises.com
Portes d'immeubles-Porte cochère
www.portes-cocheres.com
Fenêtres en bois de chêne massif
Réparation / Isolation
06 08 62 42 99

GÉRIATRIE

UN NOUVEAU BÂTIMENT À L'HÔPITAL SAINTE-PÉRINE AP-HP

Dans quelques mois, le nouveau bâtiment hospitalier construit en lieu et place de l'ancien centre de gérontologie rue Mirabeau, accueillera ses premiers patients. Les travaux, débutés en octobre 2018 au sein de l'hôpital Sainte-Périne AP-HP, sont en cours d'achèvement.

L'ouverture de ce nouveau bâtiment consacré à la gériatrie, offrira un capacitaire de 260 lits exclusivement en chambre individuelle, dont 240 dédiés aux soins de longue durée (USLD). Ces unités permettent la prise en charge des patients atteints d'une pathologie organique chronique ou d'une poly-pathologie, accompagnée souvent de perte d'autonomie. 20 lits seront par ailleurs consacrés à la prise en charge en unité de soins médicaux et de réadaptation, à orientation psychiatrie du sujet âgé et à la prise en charge des troubles aigus de la cognition et du comportement. Ce bâtiment permettra une prestation hôtelière de qualité avec des chambres particulières équipées d'une salle de bain privative et dotées de larges ouvertures laissant passer généreusement la lumière sans aucun vis-à-vis.

Une architecture pensée pour le confort des patients

Outre des activités de soins, ce bâtiment abritera l'ensemble des activités logistiques et techniques de l'établissement, ainsi que des équipements neufs et performants, en particulier une pharmacie dotée de 4 robots de dispensation médicamenteuse nominative.

L'architecture du bâtiment, confiée aux architectes Lazo et Mure associés à Celnikier et Grabli, a été particulièrement étudiée pour être adaptée au profil de patients hospitalisés pour une durée de plusieurs mois ou plusieurs années. Conçu en forme d'ailes de papillon, la structure offre une architecture



permettant de déployer des sous-unités de 10 ou 15 lits, à taille humaine, avec par ailleurs de nombreux espaces de déambulation et de rencontres avec les visiteurs. Des espaces ouverts sur l'extérieur avec des terrasses donnant sur la verdure ou sur des patios intérieurs végétalisés complètent l'ensemble. Enfin, situé au dernier étage, un jardin en terrasse avec vue panoramique sur les environs, permettra également aux patients et à leur famille de se promener librement et en toute sécurité.

Le nouveau bâtiment sera uniquement accessible intra-muros par une galerie aérienne au départ du bâtiment Sainte-Périne.

L'Hôpital Sainte-Périne AP-HP, installé depuis 1865 dans le XVI^e arrondissement est composé de 3 bâtiments : le bâtiment Sainte-Périne situé au 11 rue Chardon-Lagache, le bâtiment Rossini situé rue Mirabeau et le bâtiment Chardon-Lagache au 1 rue Chardon Lagache qui n'abrite plus aujourd'hui d'activités hospitalières.

Spécialisé dans la prise en charge des pathologies liées au grand âge, l'hôpital est ouvert sur la ville et offre toute la diversité des prises en charge médicalisées de la personne âgée,

y compris un secteur de consultations et d'imagerie. Une unité de soins palliatifs ainsi qu'une unité de soins prolongés complexes dédiée à la prise en charge de malades de tous âges atteints de poly-pathologies et de handicaps lourds, complètent cette offre de soins.

L'établissement propose par ailleurs des consultations externes pluridisciplinaires et mémoire labellisées.

Centre universitaire rattaché à l'UFR Simone Veil-santé de l'Université Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines, il est également un centre de recherche et d'enseignement.

Si vous souhaitez rejoindre les professionnels de l'hôpital Sainte-Périne AP-HP : spr-recrutement.dsap@aphp.fr

L'hôpital est partenaire de la Mairie du XVI^e et propose dans le cadre du Service Local d'Entraide de nombreuses missions pour les jeunes volontaires de l'arrondissement de 16 à 25 ans. Renseignements et inscriptions sur le site de la mairie.

MAL DE DOS

COMMENT EN VENIR À BOUT ?

Près de neuf français sur dix souffrent de mal de dos au moins une fois dans leur vie, de façon passagère, répétitive ou parfois même durable. Souvent qualifié de « mal du siècle », il serait même le motif de consultation médicale le plus fréquent. Comment le prévenir ? Le soulager ? Éclairages avec le Dr Charley Cohen, ancien chef de clinique à la faculté de médecine de Paris, rhumatologue dans le XVI^e.



Qu'est-ce qu'un mal de dos ?

Il est ressenti aux différents niveaux de la colonne vertébrale. On distingue en premier lieu les lombalgies, qui se situent au bas du dos, dans la région lombaire, puis, en remontant, les dorsalgies qui affectent le milieu du dos au niveau des omoplates et enfin, les douleurs cervicales ressenties au niveau du cou. Souvent aiguë, elles peuvent devenir chroniques lorsqu'elles se prolongent durant plus de trois mois avec un retentissement psychologique.

Quelles en sont les causes ?

Les douleurs sont souvent d'origine mécanique, principalement provoquées par un geste brusque, un accident, de mauvaises postures prolongées, des mouvements répétés ou mal exécutés, dans un contexte de surmenage ou de stress excessif. Elles peuvent aussi être liées au surpoids, à une activité physique ou au contraire à la sédentarité. Rien en effet n'est pire que l'inactivité et la station assise prolongée.

Quels sont les indicateurs d'alerte ?

Une douleur qui survient ou persiste au repos, et, de surcroît, vous réveille la nuit, est plutôt d'origine inflammatoire. Dans ce cas, des examens appropriés permettent de diagnostiquer son origine. Une spondylarthrite, une tumeur bénigne ou non voire une infection. Contrairement aux apparences, une douleur ressentie au niveau du dos peut aussi s'avérer être une projection douloureuse provenant d'ailleurs. Attention, surtout à la douleur piège d'un ulcère de l'estomac ou d'une maladie du pancréas ou des poumons pouvant se révéler par une douleur isolée du milieu du dos. Une douleur lombaire peut avoir son origine dans le rein lui-même, surtout en cas de calcul rénal. Enfin, une douleur qui a des répercussions sur votre sommeil, votre moral, votre vie familiale ou professionnelle doit être soulagée le plus précocement possible pour ne pas affaiblir tout l'organisme.

Comment diagnostiquez-vous l'origine d'un mal de dos ?

Je commence par questionner mon patient sur son mode de vie, ses antécédents, les circonstances d'apparition de ses douleurs afin d'identifier ses fragilités et les causes probables de son mal de dos. Puis je réalise un examen clinique, en recourant à des radios, scanner ou IRM si besoin, pour aboutir à un diagnostic précis. Plus que les symptômes, il est essentiel de connaître la cause. Dans la plupart du temps, le mal provient d'habitudes de vie, très faciles à corriger. D'où l'importance de la prévention qui repose sur quatre axes : éviter les mauvaises postures, surveiller

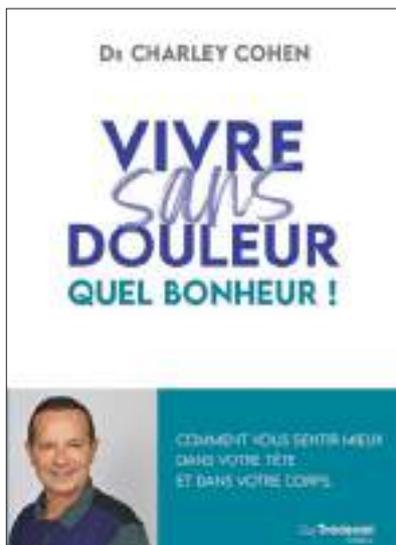
son poids, pratiquer une activité physique régulière, apprendre à se relaxer et à se ménager.

Quels sont les traitements ?

Il faut prendre en charge le patient dans sa globalité, éviter la facilité du surdosage au paracétamol qui sur le long terme peut causer des dommages au foie, également se montrer attentif aux antidouleurs opioïdes, sources de situations de dépendance, d'addiction voire d'overdose. Enfin, et je dirais surtout, que les traitements locaux, au siège même des douleurs, peuvent être d'un grand secours. Les injections locales superficielles personnalisées permettent de soulager rapidement et durablement le patient, sans effet secondaire. Elles sont à différencier des infiltrations profondes de cortisone radioguidées ainsi que des micro-injections cutanées multiples de la mésothérapie.

Vous avez écrit de nombreux livres sur le mal de dos. Dans votre dernier ouvrage *Vivre sans douleur, quel bonheur !* vous donnez un ensemble de conseils. Pourquoi ce choix ?

Dans cet ouvrage à la portée de tous, je livre des conseils pratiques pour vivre en meilleure santé et plus longtemps, en abordant divers sujets, d'une alimentation saine à l'amélioration du microbiote intestinal et au renforcement du système immunitaire, d'une indispensable activité physique à la précieuse vitamine D, de la gestion du stress aux bienfaits de l'amour, de la stimulation de la mémoire à la prévention de l'ostéoporose... C'est une compilation de quarante années en rhumatologie et en médecine interne où j'ai accompagné des patients dans tous les aspects de leur vie.



TROUBLES DU SOMMEIL

LE SOMMEIL, C'EST LA VIE !

Médecin hospitalier à l'Hôtel Dieu de Paris (AP-HP), le docteur Jonathan Taieb vient d'ouvrir à Passy L'Institut médical du sommeil. Présentation de ce nouveau centre dédié au diagnostic et aux traitements des troubles du sommeil.



Les Français dorment de plus en plus mal. Selon un sondage Qapa publié en octobre 2022, 72 % affirment mal dormir (contre 55 % en 2018). « Six personnes sur dix dorment moins de 7h par nuit et près de 20 % des français sont insomniaques » ajoute le docteur Jonathan Taieb qui explique également que les troubles du sommeil ont considérablement augmenté depuis la pandémie avec une population de plus en plus touchée par l'anxiété et la dépression. D'où la nécessité d'intervenir en amont. Médecin hospitalier dans l'équipe du professeur Damien Léger au Centre hospitalier de l'Hôtel Dieu de Paris (AP-HP), le docteur Jonathan Taieb qui est aussi membre de l'unité de recherche VIFASOM Vigilance Fatigue Sommeil et Santé Publique à l'université de Paris Cité, a ouvert en novembre 2022 L'Institut médical du Sommeil, avenue Paul Doumer. « Ancien élève de Janson de Sailly, j'ai grandi dans le XVI^e. C'est donc naturellement que j'ai installé mon cabinet au cœur de l'arrondissement », confie le spécialiste qui se consacre exclusivement au diagnostic et au traitement des troubles du sommeil : insomnies, apnée du sommeil, somnolence excessive, trouble du rythme circadien...

Améliorer sa qualité de vie

L'institut médical du sommeil propose une solution alternative et complémentaire à la médecine hospitalière. Le docteur Jonathan Taieb accueille les patients souffrant de troubles du sommeil qui altèrent leur qualité de vie : ronflement, apnée du sommeil, insomnie et hypersomnie, syndrome des jambes lourdes, somnambulisme...

Il travaille avec un réseau de professionnels, réalise les examens nécessaires (polygraphie respiratoire, polysomnographie en ambulatoire, actémie) et pratique la thérapie cognitivo-comportementale. « Un rétrécissement plus ou moins important de la gorge est la cause principale de la survenue de ronflements et/ou d'apnées du sommeil. Il existe également d'autres facteurs qui favorisent le ronflement comme le surpoids, l'alcool, la position dorsale ou encore une obstruction nasale en position couchée. De même, l'insomnie chronique est causée la plupart du temps par des facteurs psychologiques, de stress ou d'anxiété. Toutefois, dans certains cas, elle peut être le symptôme d'une maladie qu'il convient alors de diagnostiquer et de traiter » explique Jonathan Taieb pour qui retrouver un sommeil de qualité est essentiel pour la santé. « Celui-ci est déterminant pour la croissance, la maturation cérébrale, la préservation de nos capacités cognitives, la mise au repos de notre système cardiovasculaire... On pense à tort que dormir est du temps perdu alors que c'est du temps gagné ! »

Dépendance aux somnifères

L'Institut médical du sommeil intervient également dans le traitement de la dépendance aux somnifères. « La France est le 3^e pays le plus consommateur de benzodiazépine, des tranquillisants qui créent une accoutumance sans traiter la cause de l'insomnie. Après des années de prise médicamenteuse, le sevrage aux somnifères peut s'avérer très difficile et nécessiter un accompagnement médical », déclare Jonathan Taieb qui organise également des ateliers

pour apprendre à bien dormir. Car ce qui compte, ce n'est pas le nombre d'heures de sommeil d'un individu mais ses besoins en sommeil – différents selon les personnes – et la qualité de celui-ci.

Troubles du sommeil chez les ados

Quand les besoins ne sont pas couverts, notamment durant la période où les enfants et les adolescents se développent, l'impact sur le psychisme peut être très important et avoir des répercussions sur la scolarité avec un manque d'entrain et de concentration mais aussi sur la socialisation avec une lassitude physique et morale ternissant les relations. « Téléphone, ordinateur, médias... nous recevons chaque jour trop d'informations. Cette surcharge mentale est à l'origine des troubles du sommeil chez les adolescents, de plus en plus fréquents, en particulier via le syndrome dit de retard de phase (heure de coucher décalée) ». L'Institut du sommeil propose une prise en charge protéiforme (comportementale, psychothérapie) visant à rééquilibrer ce temps de sommeil réparateur précieux. Les jeunes (ré)apprennent à prendre du temps pour eux aussi, sans écrans ni notifications intempestives. « Comme l'écrit le psychiatre et professeur Michel Lejoyeux dans son ouvrage *Les 4 Temps de la Renaissance, il faut savoir cultiver autant que possible le présent ainsi que le gérondif*, « un temps désignant l'instant présent dont il est utile d'être conscient et que l'on peut déguster pour se resynchroniser », confie Jonathan Taieb. Un temps de grammaire oublié, que notre époque a plus que jamais besoin de retrouver.

NUTRITION

BIEN S'ALIMENTER, C'EST PRÉSERVER SA SANTÉ

La nutrition est devenue un sujet de préoccupation central pour les français. Face à une masse d'informations et de conseils alimentaires, pas toujours fiables ou adaptés à sa situation, comment vraiment savoir ce qui est bon ou néfaste pour soi ?

Cela ne fait plus aucun doute aujourd'hui : avoir une alimentation saine et équilibrée est l'une des manières les plus efficaces de préserver sa santé, tout comme l'exercice physique. Si la nutrition intéresse chacun d'entre nous, force est de constater qu'il n'est pas toujours simple de se repérer face à une abondance d'informations dans les médias et sur Internet. Dans ce contexte, le recours à un médecin nutritionniste médicalisé semble être la meilleure option pour bénéficier d'une expertise fiable, personnalisée et durable. Ce professionnel qui a suivi des études de médecine et a choisi la nutrition comme spécialisation, détient de ce fait une excellente connaissance des bienfaits et des méfaits des aliments ainsi que leurs effets concrets sur l'organisme.

Une démarche thérapeutique

Le médecin nutritionniste a pour rôle de prévenir, dépister et traiter les maladies de la nutrition : surpoids, obésité, intolérances et allergies alimentaires, diabète, troubles digestifs problèmes cardiovasculaires ou encore hypercholestérolémie. Il détermine et prend en charge les troubles du comportement alimentaires tels l'anorexie ou la boulimie. Enfin, il aide ses patients à trouver ou retrouver un bon équilibre alimentaire en leur proposant notamment des programmes alimentaires adaptés à leurs besoins physiologiques, en fonction de leur âge, de leur condition ou d'une éventuelle maladie. « *Ma démarche thérapeutique est centrée sur le patient ; elle prend la forme d'un Contrat Thérapeutique avec des objectifs progressifs afin*

d'adopter les comportements nécessaires permettant de rétablir un bon équilibre alimentaire, de favoriser une alimentation bénéfique à une pathologie et/ou de contrôler un poids corporel. Ce pacte est défini conjointement avec le patient qui est ainsi acteur de sa prise en charge thérapeutique. Les consultations s'articulent autour des trois axes essentiels et complémentaires : une partie diététique (ce que je mange), comportementale (comment je mange) et liée à l'activité physique (ce que je dépense comme énergie). Une étude d'impédancemétrie est aussi systématiquement réalisée afin d'obtenir une évaluation précises des différents compartiments de l'organisme du patient : masse musculaire, masse grasse, teneur en eau... La nutrition doit être prise au sérieux. Certains régimes ou tendances à la mode créent des carences voire des troubles du comportement alimentaire dommageables surtout chez les jeunes en pleine croissance » explique Corinne Chicheportiche Ayache, médecin nutritionniste dans le XVI^e arrondissement. Récemment, la spécialiste a pu constater que la pandémie du Covid-19 avait développé une forte hausse des troubles alimentaires, avec notamment une anxiété plus importante se traduisant par un plus grand contrôle des prises alimentaires. Elle reçoit également de plus en plus de jeunes végétariens ou végétaliens qui souhaitent trouver un juste équilibre entre nutrition et engagement, certains étant très sensibilisés par la cause animale et par la nocivité de la sur-consommation de nombreux aliments transformés.



LES CONSEILS DE DEUX SPÉCIALISTES

Le professeur **Laurent Beaugerie**, médecin gastro-entérologue, chef de service de gastro-entérologie et nutrition à l'Hôpital Saint-Antoine, et **Margaux de Frouville**, journaliste et chef du service santé de BFM-TV, se sont associés pour décrypter l'origine et la cause des intoxications et scandales alimentaires que la France a connu ces dernières années. Spécialistes du sujet, ils passent en revue les différentes familles d'aliments, les principaux dangers associés, à la maison comme au restaurant, en livrant des clés pour les prévenir et, si besoin, guérir. Choix des aliments, cuisson, conservation... les auteurs proposent des réflexes concrets à adopter pour s'alimenter à moindre risque. Un livre clair et pédagogique pour apprendre à manger en toute sécurité tout en se faisant plaisir !

Manger sans s'empoisonner
(Édition Flammarion)



ENDOMÉTRIOSE

LE VOILE EST ENFIN LEVÉ

Il y a encore quelques années, l'endométriose était une maladie gynécologique méconnue. Grâce à la mobilisation de nombreuses femmes et notamment de célébrités qui ont raconté leur combat, l'endométriose est davantage considérée aujourd'hui. Gros plan sur cette affection qui touche en France plus de 2 millions de femmes en âge de procréer, et plus de 180 millions dans le monde !

L'endométriose, c'est quoi ?

L'endomètre est le tissu qui tapisse la paroi interne de l'utérus. Au cours du cycle, il s'épaissit en vue d'une potentielle grossesse et, s'il n'y a pas fécondation, une partie de cette muqueuse utérine est éliminée avec le sang menstruel. Chez la femme souffrant d'endométriose, des fragments de l'endomètre vont se développer en dehors de la cavité utérine lors des cycles, provoquant des lésions, des adhérences et des kystes dans les organes colonisés. Le plus souvent, ces lésions touchent la région pelvienne (péritoine, ovaires, intestins). Dans les cas plus graves, le tissu endométrial va s'infiltrer dans la vessie, le côlon ou les poumons. Ce sont ces amas de tissus qui engendrent les douleurs extrêmes parfois ressenties au moment des règles, avec parfois des conséquences sur la fertilité des femmes.

Comment détecter une endométriose ?

L'endométriose est une affection gynécologique inflammatoire et chronique. « *L'entretien avec la patiente est une première base pour établir un diagnostic. La maladie se manifeste d'abord par des douleurs pelviennes ou abdominales au moment des règles. Les troubles sont initialement assez légers, puis deviennent de plus en plus intenses, parfois même intolérables. Une autre manifestation de l'endométriose est une souffrance lors des rapports sexuels. D'autres symptômes peuvent*

alerter : difficultés et douleurs pour uriner, coliques, traces de sang dans les urines ou les selles... La maladie peut également rester silencieuse pendant longtemps et être découverte lorsque la jeune femme ne parvient pas à avoir d'enfant », explique le docteur Claire Piétin-Vialle, gynécologue médical et obstétrique dans le XVI^e arrondissement, spécialiste de l'endométriose. Ainsi, près d'une femme sur deux touchée par l'infertilité souffrirait d'endométriose. « *Toutefois, chaque situation est différente. Une de mes patientes, atteinte d'une endométriose élevée, a donné naissance à 3 enfants. À contrario, une femme dont l'endométriose est légère peut avoir des difficultés à procréer. Après l'entretien, l'examen clinique (réservé à la patiente adulte) et l'échographie vont permettre d'identifier la présence d'éventuels kystes et l'importance des lésions. Le recours à l'IRM peut également être utile »,* déclare Claire Piétin-Vialle.

Quels sont les traitements ?

L'objectif est d'interrompre la progression et l'aggravation de la maladie par la destruction des foyers d'endométriose. « *Le premier traitement de l'endométriose est d'abord hormonal. La prise d'une pilule classique oestro-progestative va permettre de diminuer les douleurs. On peut également prescrire un contraceptif micro-dosé en continu, c'est-à-dire sans la pause de 7 jours prévue chaque mois, pour stopper les règles; cette méthode peut*

être une solution pour les femmes qui souffrent particulièrement durant les menstruations. L'opération est envisagée seulement après échec des différents traitements médicaux », indique Claire Piétin-Vialle, qui reconnaît qu'il y a 15 ans, les praticiens opéraient fréquemment alors qu'aujourd'hui, tout est fait pour préserver au maximum la fertilité des femmes. De fait, les professionnels de santé ont une meilleure connaissance de la maladie et des équipes de recherche travaillent depuis plusieurs années pour améliorer la prise en charge des symptômes et les soins spécifiques à l'endométriose. Grâce à la mobilisation des patientes et de quelques stars qui ont révélé leur combat quotidien contre la maladie (Laëtitia Milot, Lorie Pester, Enora Malagré, Imany, Pascale Arbillot...), de nombreuses femmes ont enfin pu mettre un mot sur leurs maux, minimisés pendant longtemps. Une Journée mondiale contre l'endométriose est désormais organisée chaque année le 26 mars pour faire avancer la prévention. « *Et ça marche ! Les jeunes femmes qui viennent au cabinet ont souvent déjà entendu parler de la maladie. Avec Internet, elles ont accès à toutes les explications. Certaines connaissent même précisément les symptômes et les risques sur leur fertilité »,* confie la gynécologue, elle-même maman d'adolescents qui ont vu passer des campagnes d'information... sur TikTok !



AIDE À DOMICILE

Maintenir le lien social des personnes âgées et/ou handicapées. Devis personnalisé uniquement sur RDV : Aide au levé/au couché, à la toilette, à la prise des médicaments - Faire les courses - Préparation des repas (selon régime) - Entretien du logement - Accompagnement extérieur - Loisirs (jeux, lecture...)

33, rue Greuze (fond de cour à droite)
7j/7 - 24h/24 - 01 56 40 07 86



AIDE À DOMICILE

Pas si simple de continuer à vivre chez soi lorsque l'âge ou les contraintes de santé viennent compliquer le quotidien. Accompagnement de jour et de nuit, travaux ménagers, aide à la mobilisation, à l'hygiène, aux repas... ADHAP vous apporte les solutions qu'il vous faut en moins de 48h !

35, avenue de Versailles Paris 16
01 46 47 28 29 - www.adhap.fr



MASS'FLY PARIS

Je vous propose un massage d'exception sur-mesure, dans un cadre paisible et intimiste. Diplômé d'une école réputée de Spas à Paris, et, certifié Praticien Tui Na An Mo. Trente minutes de massage offertes.

40, rue Poussin
07 88 37 49 75
www.massfly.fr



NYUDE

Et si vous vous offriez une pause détente ? Nyude Paris votre institut s'inspirant des techniques de médecine esthétique vous propose tous les vendredis -20% sur tous les massages corps & visage. Valable également sur le drainage lymphatique Renata Franca & Kobido !

N'hésitez pas à nous contacter au
01 84 25 37 60 - 140 av. Victor Hugo



-10% sur tous les soins

ESTHECLINIC

Enfin un EstheClinic près de chez vous ! Créée il y a 20 ans par une famille de passionnés, EstheClinic propose des traitements esthétiques indolores et efficaces, à la pointe de la technologie (épilation, soins anti-âges, amincissants...)

5 rue Francois Ponsard (M^e La Muette)
www.estheclinic.fr



BELMARY

Belmary Paris vous remercie pour votre confiance et vous souhaite une belle et heureuse année 2023. Pour débiter cette année en beauté, nous avons le plaisir de vous annoncer l'arrivée de deux nouveaux soins à l'institut. Le massage facial KOBIDO et le soin Nanoneedling by Dermalogica.

24 rue Pierre Guerin 07 81 99 53 84
www.belmaryparis.fr



L'ATELIER DE CLÉMENCE

Tapissier - Abajouriste. Nous réalisons la confection de rideaux, voilages, stores, coussins, jetés de lit, abat-jour sur mesure, montages électriques, fauteuils chaises, canapés... ainsi que la fourniture et l'installation de tous types de tringles.

5 rue Girodet - 01 45 04 78 31
www.atelierdeclemence.fr
sarl-maison-brugnon@orange.fr



LOOM PET STORE

Le nouveau concept tendance pour vos chiens et chats

Accessoires | Espace gourmet | Toiletage

6, rue Gustave Courbet
75116 Paris
09 82 66 53 18



LUTHIER ACHÈTE & RESTAURE DES VIOLONS

M. De Meulemeester, passionné par les instruments de musique anciens, recherche des Violons, violoncelles, altos, contrebasses, archets, quelque soit leur état ! Afin de leur redonner vie. Estimation gratuite à domicile ou à l'atelier sur RDV.

26 rue George Sand - 06 23 44 79 13
01 89 16 70 28 etienne-lutherie.com



ÉBÉNISTERIE DU RANELAGH

Stéphane BRIAT et son fils sont spécialisés dans la restauration et conservation de mobilier ancien. Ils assurent marqueterie, vernissage au tampon, création de meubles contemporains et dorure traditionnelle.

72 rue du Ranelagh - 01 42 88 34 15
www.ebenisterie-ranelagh.fr
ebenisterie.ranelagh@orange.fr

ADDICTION AUX ÉCRANS

« ÉDUQUER PLUTÔT QUE SANCTIONNER »

Téléphone, ordinateur, jeux vidéo... Les jeunes sont de plus en plus dépendants aux écrans. Peut-on pour autant parler d'addiction ? Quand doit-on être alerté et réagir ? Réponses avec le Docteur Xavier Laqueille, médecin psychiatre, Chef du Pôle d'Addictologie à l'Hôpital Sainte Anne.



Selon une étude Ipsos/ Macif 2022, près d'un jeune sur deux déclare passer plus de six heures par jour devant les écrans.

Est-ce une forme d'addiction ?

Il est important de bien faire la différence entre passion et usage problématique.

Le numérique et les jeux interactifs font partie du monde actuel.

À la fois outils de socialisation et de découvertes, ils participent au développement de l'enfant, encouragent sa curiosité et offrent de nouvelles opportunités d'apprentissage. L'usage devient problématique lorsque le jeune se replie sur lui-même, manifeste une frustration, voire un comportement agressif lorsqu'il n'est pas devant son écran et ne montre plus d'intérêt pour son entourage, ses autres loisirs.

Quand doit-on s'alarmer ?

Le problème n'est pas le nombre d'heures passées sur un écran. Un jeune peut passer vingt heures à jouer sur son ordinateur et avoir une vie sociale normale. S'il continue de sortir, de fréquenter ses copains et maintient ses résultats scolaires, il n'y a pas lieu de s'inquiéter. La question se pose en revanche lorsqu'il se referme et s'isole, refuse de laisser ses parents regarder ce à quoi il joue. Il fuit le dialogue, ne voit plus ses copains, délaisse sa scolarité, des comportements qui peuvent s'aggraver et entraîner des comorbidités : troubles

du sommeil, sentiment d'échec, dépression, phobies de monde extérieur... Comme pour d'autres addictions comme l'alcool ou la drogue, la pratique excessive des écrans est souvent révélatrice de difficultés émotionnelles ou sociales sous-jacentes.

C'est-à-dire ?

Il ne faut pas tout mettre sur le dos des écrans ! Un comportement excessif peut avoir une ou plusieurs autres causes : manque de confiance, mésestime de soi, angoisse... les adolescents anxieux vont par exemple considérer la navigation sur internet et le jeu vidéo comme une échappatoire, une façon de s'extraire de la réalité. De même, les adolescents fragiles ou dépressifs vont y trouver une source de plaisir immédiat, une « récompense » qui leur permet de combler une souffrance dans le monde réel, de se créer un monde à part où ils se sentent plus forts. L'environnement joue également un rôle dans cette dépendance : un jeune qui est victime de harcèlement scolaire, qui subit trop de pression, qui se retrouve au milieu de conflits familiaux présente plus de risques d'avoir un usage excessif des écrans.

Comment réagir au mieux ?

Interdire les écrans de façon brutale ou couper le wi-fi du jour au lendemain n'est pas la solution. La sanction ne résout pas le problème. Les parents doivent mettre des cadres structurants, définir des règles et des limites

en douceur pour aller vers une pratique raisonnable progressive. Cela peut passer par un contrat de bonnes pratiques à la maison, avec un temps autorisé sur ordinateur et un temps en famille, à l'heure du dîner par exemple, sans téléphone, tablette ni même télévision.

Bien sûr, ils doivent donner l'exemple : un jeune écouterait davantage ses parents si ceux-ci ont eux-mêmes une pratique raisonnée des écrans et ne sont pas sans cesse rivés sur leur smartphone ou leurs e-mails ! Les parents doivent également comprendre quelles sont les fragilités de leurs enfants, discuter avec eux, comprendre d'où vient ce besoin compulsif tout en leur expliquant les risques sur leur bien-être et les dangers du monde virtuel. Le défi est de trouver un juste milieu entre la complaisance et l'interdit. Un jeune se développe en interaction avec son cadre familial et un environnement sociétal.

Et si la situation persiste ?

Si le comportement est très ancré, si les difficultés relationnelles sont complexes et deviennent invivables pour le jeune comme pour son entourage, alors il ne faut pas hésiter à demander l'aide d'un professionnel. Leur avenir est en jeu mais rien n'est insurmontable. Avec patience et bienveillance, on peut réussir à vaincre toutes les dépendances.



Foot, rugby, tennis, handball, hockey, équitation, polo... le seizième arrondissement et ses communes limitrophes abritent de nombreux stades, fédérations et complexes sportifs, des petits clubs de quartier aux centres d'entraînement de haut niveau. Pour être au plus près des amateurs et des athlètes de l'ouest parisien, la Clinique Drouot Molitor a ouvert un centre de consultations regroupant un ensemble de praticiens autour des traumatologies du sport et de l'arthrose. Leur singularité ? Ces praticiens d'excellence ont chacun une expertise particulière sur une articulation : colonne vertébrale, épaule, main, hanche,

CLINIQUE DROUOT MOLITOR UN CENTRE MÉDICAL DÉDIÉ AUX SPORTIFS

Créée en janvier 2021 au cœur du quartier d'Auteuil, la Clinique Drouot Molitor est spécialisée dans les pathologies du sport (entorses, luxations, fractures...) et de l'arthrose. Gros plan sur ce centre médical de proximité de 600 m² permettant une prise en charge complète, de la consultation hyperspécialisée à la rééducation.

genou, pied, cheville... Les médecins et chirurgiens assurent ainsi des consultations hyperspécialisées permettant une prise en charge optimale et rapide, adaptée aux différents membres touchés. Un orthésiste et un podologue apportent également leurs spécialisations pour une offre de soins complète et des réponses personnalisées sur l'ensemble des traumatismes et des maladies de l'appareil locomoteur.

Un plateau d'imagerie de pointe

Résolument moderne, la Clinique Drouot Molitor bénéficie des dernières techniques d'imagerie ostéo-articulaire. Les radiologues, spécialisés dans le traitement de la douleur par infiltration articulaire et rachidienne, travaillent en équipe avec le centre d'imagerie Vinci-Cortambert et un matériel de pointe : radiographies numérisées, échographie 3D dynamique avec élastographie, infiltration radio-guidée, IRM, Scanner, imagerie EOS... Les opérations chirurgicales ont lieu quant

à elles à la Clinique Drouot Sport & Arthrose située rue Rémusat à Auteuil, qui dispose des équipements de dernière génération en bloc opératoire pour réaliser les interventions chirurgicales et traiter toutes les chirurgies (prothèses incluses) en ambulatoire.

Rééducation et réathlétisation

La rééducation musculo-squelettique est un axe primordial de la médecine du sport. La kinésithérapie contribue à l'amélioration de la mobilité articulaire, de la force musculaire et des capacités spécifiques à la pratique d'activités physiques. La clinique Drouot Molitor, grâce à une équipe de kinésithérapeutes et d'ostéopathes, accueille les patients dans un cadre moderne organisé autour de quatre pièces de consultation et d'un vaste plateau technique. Celui-ci est doté de matériels de pointe - isocinétisme, ondes de choc, appareils de musculation... permettant une réathlétisation individuelle complémentaire à un traitement médical ou après une intervention chirurgicale.

ORTHO-PÉDIATRIE POUR LES ENFANTS

À l'école ou dans un club sportif, les enfants et les adolescents sont confrontés à autant de risques de blessures que les adultes. Certains traumatismes pouvant affecter leur croissance physique ou osseuse, il est nécessaire de leur apporter un suivi particulier, d'autant qu'il existe de nombreuses pathologies spécifiques à l'enfant : dysplasie, malformations, scoliose... La Clinique Drouot Molitor consacre ainsi une spécialité à part entière à la chirurgie ortho-pédiatrique afin de prendre en charge les plus jeunes souffrant de blessures, fractures ou anomalies physiques.

YVON CHAUVEL PÉDIATRE BIEN-AIMÉ

À 72 ans, le docteur Yvon Chauvel n'a toujours pas pris sa retraite ! Et pour cause, ce pédiatre bien connu dans le quartier d'Auteuil est tellement aimé par les enfants et leurs parents que personne ne souhaite l'arrêt de son activité. Portait d'un grand monsieur.



Avec un sourire amusé, le docteur **Yvon Chauvel** avoue d'emblée qu'il n'a jamais été brillant à l'école. C'était un élève moyen. « *Le bac obtenu, je ne savais pas dans quelle voie me diriger. Comme j'aimais la biologie et que je souhaitais faire un métier qui ait du sens, au service des autres, ma mère m'a alors suggéré l'idée d'un travail dans le domaine de la santé. Je me suis inscrit à la faculté de médecine, le nez au vent, sans avoir une idée précise de ce que j'allais y apprendre* ».

Contre toute attente, les études de médecine le passionnent

Il excelle même dans les disciplines de biochimie et se spécialise dans la pédiatrie. Après son internat aux Hôpitaux de Paris AP-HP, le jeune diplômé rejoint les équipes de l'Hôpital Necker-Enfants Malades en 1982. « *C'est durant mon internat que j'ai eu la chance de rencontrer le professeur Georges Huault, chef de service de réanimation pédiatrique. J'étais fasciné par son dévouement pour les enfants, sa vie consacrée jour et nuit aux détreffes de tous ordres et à la médecine de pointe ; je lui vu s'endormir debout et courir en chaussettes dans le couloir pour aller réanimer un enfant ! Les années 70 et 80 ont été une période de découvertes et de grandes innovations dans le domaine pédiatrique. C'était très stimulant de travailler avec ce professionnel passionné qui, avec d'autres pionniers, inventait de nouvelles pratiques et savait*

les vies de tout-petits. En le voyant travailler, j'ai su que je voulais suivre ses pas. Et encore aujourd'hui, son visage est suspendu sur le mur intérieur de mon cœur ».

Après avoir été durant deux ans Chef de clinique à l'Hôpital Necker-Enfants Malades au service Néphrologie pédiatrique, **Yvon Chauvel** installe son cabinet à Auteuil en 1985. Près de 40 ans plus tard, il est toujours là, assurant le bon développement et la bonne santé des nourrissons, des enfants et des adolescents.

Pédiatre, le plus beau métier du monde

Comme tous les pédiatres, il suit les enfants nés à terme (contrôle mensuel, vaccinations, développement psychomoteur) et les prématurés ou post-maturés (petit poids, problèmes sanguins, problèmes respiratoires). Il traite également l'ensemble des maladies infantiles : fièvre, varicelle, rhino-pharyngite, angine, bronchite, otite... Un vaste champ de compétences qui recouvre la néonatalogie, le suivi du développement physiologique et psychologique des enfants et des adolescents, les interventions s'y afférant (prévention, dépiage...). Ce qu'il aime dans son métier ? « *Les liens qui se nouent au fil du temps avec mes petits patients et leurs parents. Le pédiatre reçoit des messages dans des langues variées, allant des pleurs aux babillages des nourrissons jusqu'aux mal-être des ados. Il y a aussi les gestes et les regards qui disent parfois plus que les mots, surtout avec les tout-petits. Il faut regarder, écouter l'enfant mais aussi les observateurs privilégiés*

que sont les parents » confie le docteur pour qui un bon contact permet d'établir plus facilement le diagnostic, d'apporter également à la famille quelques conseils en matière d'hygiène, d'alimentation, d'éducation et parfois même de psychologie.

Lorsqu'on lui demande ce qui l'émeut particulièrement dans son métier, **Yvon Chauvel** répond en souriant : « *Comme je suis pédiatre à Auteuil depuis longtemps, je m'occupe aujourd'hui des bébés des enfants que j'ai vus grandir. Ce n'est pas toujours facile mais c'est tellement touchant de dire « bonjour monsieur ou madame » à des adultes qui j'ai connus tout-petits !* » Va-t-il s'arrêter un jour ? Le docteur reconnaît qu'à 72 ans, il aménage désormais ses horaires en limitant ses consultations au cabinet.

Mais il reste toujours disponible par sms, son mode d'échange préféré

« *Un grand nombre de problèmes et de questions peut être résolu sans voir l'enfant. Souvent, j'apaise les parents en leur expliquant la situation, une conduite à tenir et si besoin, je les reçois au cabinet. Cela me permet de prioriser les rendez-vous. Je crois beaucoup en la télé-médecine, à condition de ne pas déshumaniser la pratique. C'est tout le défi de la médecine de demain, notamment pour répondre aux déserts médicaux : être accessible à tout moment, grâce aux nouveaux moyens de communication, sans examiner d'emblée les patients, mais en leur apportant une présence rassurante et souvent suffisante* ».

MILLON 1976

Jean-François LANDREAU
Votre Expert en Art

CONNAISSEZ-VOUS
LA VALEUR DE VOS BIJOUX
& OBJETS D'ART ?

À PARIS 16^e

Les mardis et jeudis du Trocadéro



VIETNAM, XVIII^e siècle
Adjugé 112 000 €



René BOVIN
Adjugé 53 000 €



CARTIER
Adjugé 17 200 €



André L'HOTE
Adjugé 220 000 €



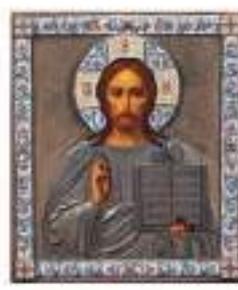
FOMPON
Adjugé 33 500 €



ROMANÉE-CONTI, 2015
Adjugé 19 200 €



GALLÉ - Nancy
Adjugé 15 000 €



ICÔNE du Christ Pantocrator
Adjugé 44 000 €



MÉDAILLE
RÉPUBLIQUE de CHINE
Yuan Shikai (1912-1916)
essai de Giorgi
Adjugé 45 000 €

BIJOUX - PIÈCES DE MONNAIE - TIMBRES POSTE - OR
ARGENTERIE - DESSINS - SCULPTURES - ARTS D'ASIE
ARTS D'ISLAM - ART RUSSE - TABLEAUX ANCIENS,
MODERNES ET CONTEMPORAINS - ART NOUVEAU
VINS - MOBILIER - ET TOUT OBJET DE COLLECTION

ESTIMATIONS CONFIDENTIELLES

5, avenue d'Eylau - 75116 Paris - 01 47 27 56 59

Les mardis et jeudis, 10h à 13h et 14h à 18h sur RDV
ou à votre domicile



Les objets estimés pourront nous être confiés
pour être vendus aux enchères à Paris - Drouot



Chez vous, chez nous, prenons rendez-vous !

www.millon.com

Jean-François LANDREAU

07 78 98 12 36

jflandreau@millon.com

NATALITÉ

CLINIQUE DE LA MUETTE

À l'heure où la natalité baisse de manière inquiétante en France, la directrice de la mythique Clinique de la Muette (groupe Ramsay Santé), Pierrette Guérin, évoque l'histoire de cette vieille dame fondée en 1948 qui a vu naître déjà trois générations d'enfants du XVI^e et d'ailleurs...



Pourquoi la Clinique de la Muette est-elle devenue mythique ?

Plusieurs facteurs expliquent cette « notoriété. » D'abord son âge : elle a été créée en 1948 par le Docteur Golse, gynéco-obstétricien; elle est donc très enracinée dans le XVI^e et elle a su, au fil du temps, non pas se réinventer, mais évoluer, innover, avec à la fois les progrès de la médecine mais aussi les besoins des patientes. Un autre facteur important est sa taille. Par la force des choses, c'est-à-dire du bâti, c'est une « petite » maternité qui a toujours fait de l'accueil sur-mesure, de la prise en charge « cocooning » des patientes, son identité.

Quelles sont les différentes étapes de son évolution ?

En 1985, la Clinique de la Muette ouvre son service d'assistance médicale à la procréation. Ce service est resté à la fois le 1^{er} et le seul service PMA privé intra-muros à Paris. Puis en 1995, nous avons ouvert un service d'ophtalmologie, une unité à part qui offre aux patients âgés un circuit court sur le même étage.

Combien de patients accueillez-vous chaque année ?

Nous comptabilisons 13 000 séjours par an, dont 4 000 séjours en maternité pour à peu près 1 200 naissances par an,

en hausse en 2022, mais la « tendance » générale est effectivement à la baisse. Cette tendance est multi-factorielle : les femmes font des enfants plus tard, elles en font moins, après la crise COVID beaucoup de couples parisiens ont décidé de construire leur vie de famille en province...

Quelle vision avez-vous de la prise en charge des patientes qui viennent vous voir ?

Cette clinique à taille humaine permet une prise en charge personnalisée. En innovant, nous avons su nous adapter aux besoins des patientes de plus en plus actives et informées. Les projets de naissance sont en nette progression ces dernières années. Avec une équipe spécialisée, nous avons par exemple développé un protocole type pour les césariennes avec des suites plus simples et plus rapides qui permettent un retour à la maison dans les meilleures conditions, et en favorisant ainsi la mise en place du lien parents/enfants.

Nous proposons également une salle nature avec un accompagnement par notre équipe obstétricale pour un accouchement physiologique en toute sécurité.

Parce que chaque patiente est unique, nous respectons leur libre-choix en matière d'accouchement et nous les invitons à s'approprier totalement ce moment de leur vie. En somme, nous savons nous adapter à leurs demandes, qui sont aussi le reflet de l'époque.

À quels autres moments de la vie des femmes intervenez-vous ?

Nous intervenons à tous les âges de la vie d'une femme. Nous les accompagnons dans les bons moments et parfois dans des moments plus durs à traverser. Nous avons 140 chirurgiens qui interviennent à la clinique, dont 10 pour une prise en charge à la suite de diagnostics de cancer du sein. Nous œuvrons aussi beaucoup pour la prévention et le dépistage. C'est tout le sens des opérations que nous menons avec la Mairie du XVI^e depuis deux ans pendant Octobre Rose.

Que leur proposez-vous ?

La prise en charge de la femme est notre mission première. Elles viennent pour accoucher, mais aussi parce qu'elles souhaitent « bien vieillir » ou réparer un corps abîmé. Nous faisons 2 500 interventions de chirurgie esthétique et réparatrice par an. Notre service de mammographie est ouvert à toutes. Nous proposons aux habitantes de l'arrondissement chaque année de le découvrir lors d'Octobre Rose en leur offrant une mammographie préventive. Cette année, nous avons reçu 40 femmes lors de cette opération de sensibilisation à laquelle la Clinique de la Muette et le groupe Ramsay Santé attachent une grande importance. Mesdames, prenez-soin de vous ! Ici, vous serez toujours chez vous !



CENTRE D'ACCUEIL DE JOUR DOCTEUR JEAN COLIN

« TOUS NOS ATELIERS ONT UN BUT THÉRAPEUTIQUE »

Situé à Auteuil, le Centre d'accueil de Jour Docteur Jean Colin accueille à la journée des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées avec pour objectif de maintenir l'autonomie et la socialisation des personnes tout en soulageant les aidants.



Répartis dans toute la France, les Centres d'Accueil de Jour (CAJ) sont de véritables relais entre le domicile et le placement en institution. Ouvert depuis 2015, le CAJ Docteur Jean Colin est le seul établissement du XVI^e arrondissement, placé sous la tutelle de l'Agence régionale de Santé (ARS) et le Département. Chaque jour, il accueille 20 personnes atteintes de troubles cognitifs, notamment des troubles de la mémoire, résidents dans le quartier, l'arrondissement ou les communes limitrophes. Ces personnes âgées qui disposent d'une certaine autonomie et vivent à leur domicile, sont suivies par un médecin gériatre ou un neurologue. Elles ont été diagnostiquées comme présentant un stade précoce de la maladie ou un stade plus avancé mais stabilisé.

Stimuler, échanger

« Le Centre de Jour a pour mission de préserver, voire restaurer, l'autonomie des personnes accueillies. Nous les faisons

participer à des activités manuelles, artistiques ou de stimulation cognitive en petits groupes. Ces ateliers ont un but thérapeutique : notre atelier « revue de presse » par exemple va les inciter à discuter sur les actualités et leur permettre de solliciter leur attention, le langage, la mémoire. L'atelier « cuisine » sollicite les fonctions exécutives, les stimuli sensoriels (goût, toucher, odorat) et le plaisir du partage. Ces animations joyeuses permettent aux personnes de rompre avec le repli sur soi et de développer des liens sociaux bénéfiques. À chaque fois, nous observons comment la maladie se manifeste, leur capacité ou non à produire les gestes de la vie quotidienne, à communiquer », confie Teddy Jametal, cadre infirmier qui travaille aux côtés d'une équipe pluridisciplinaire de professionnels composée d'un médecin coordinateur, une psychologue, une ergothérapeute, une psychomotricienne, une art-thérapeute, deux accompagnantes éducatives et sociales, un agent hôtelier.

Soutenir les familles

Le Centre permet également d'offrir un répit aux aidants, de soulager les familles en leur apportant des informations et des conseils quant à la pathologie de leur parent, l'évolution de la maladie. « Le projet de soins est réévalué tous les 6 mois. Les personnes viennent d'une journée à cinq jours par semaine. L'équipe porte une attention particulière à chaque personne accueillie, riche de sa personnalité,

de son histoire, de ses savoirs. Les repères et la mémoire du lieu, des noms des personnes sont sollicités à chaque venue, tout comme la valorisation de soi, la mise en place de rituels d'accueil rassurants. Nous disposons aussi d'une salle de repos, d'un espace de psychomotricité autour d'exercices d'équilibre et de relaxation, d'un atelier d'ergothérapie tourné vers le maniement et l'utilisation des objets de la vie quotidienne, couverts de table, siège... Tout est fait pour encourager les capacités sensorielles et cognitives afin de ralentir au maximum l'évolution de la maladie » poursuit Teddy Jametal. Un travail avec et auprès des familles qui s'inscrit dans une démarche de prévention et d'accompagnement. L'équipe travaille ainsi en partenariat avec les hôpitaux, la plateforme d'accompagnement des aidants, les médecins de ville, les associations d'aide et de soins à domicile.

**49, avenue Théophile Gautier
Tél. : 01 85 56 00 92**





LAURENT NUÑEZ EXPLIQUE SES PRIORITÉS LES OBJECTIFS AMBITIEUX DU NOUVEAU PRÉFET DE POLICE

PAR GÉRARD GACHET

—Adjoint au maire du XVI^e, chargé de la sécurité, de la prévention de la délinquance et du droit des victimes

Le Préfet de Police, Laurent Nuñez, et ses collaborateurs face aux élus parisiens.

© D.R.

Pour la première fois depuis sa nomination en juillet 2022, Laurent Nuñez a réuni autour de lui, le 16 janvier dernier, les élus parisiens : la maire de Paris, accompagnée de son premier adjoint et de son adjoint à la sécurité, ainsi que les maires d'arrondissement ou leurs représentants. Une occasion pour le nouveau Préfet de Police de réaffirmer ses priorités, dont plusieurs concernent le XVI^e.

« *Le niveau de la délinquance est très élevé à Paris* » : même s'il annonce un mouvement de baisse, que les statistiques portant sur la totalité de 2022 devraient selon lui confirmer, Laurent Nuñez ne nie pas une réalité que vivent au quotidien les Parisiens. Avec des points noirs : les violences conjugales et intrafamiliales, et surtout les cambriolages, encore en augmentation de 5 % l'an dernier après une hausse de 20 % en 2021. Pour faire baisser l'insécurité dans la capitale, il annonce un renforcement des effectifs sur la voie publique et dans les transports en commun. Aux côtés des policiers de la DSPAP (Direction de la sécurité de proximité de l'agglomération parisienne), essentiellement répartis dans les commissariats, le Préfet de Police veut que ceux de la DOPC (Direction de l'ordre public et de la circulation) participent eux aussi à la lutte contre la délinquance. La police des transports, en plus d'une augmentation de ses effectifs, sera renforcée par un escadron de Gendarmerie Mobile.

Les forces mobiles ont d'ailleurs joué un rôle important dans la sécurisation, ces derniers mois, du quartier du Trocadéro. Demandée tant par le commissaire central du XVI^e, Jean-François Galland, que par le maire de l'arrondissement, Francis Szpiner, la présence jour et nuit de CRS a permis d'engager une lutte quotidienne contre les multiples délinquants dont les activités (ventes à la sauvette, vols à l'arraché, escroqueries diverses) nuisent gravement à la fréquentation et à la réputation de ce prestigieux site touristique. Mais leur présence a également empêché le retour du groupe de « mineurs » étrangers isolés qui avait élu domicile pendant deux ans sur le toit de l'Aquarium de Paris, groupe à l'origine de multiples vols et cambriolages sur l'ensemble du XVI^e.

Vidéo-protection insuffisante

Certes, Laurent Nuñez annonce que la sécurisation du secteur Champ-de-Mars – Trocadéro restera une de ses priorités, d'autant plus que s'y dérouleront de nombreuses activités dans le cadre des Jeux Olympiques de 2024, et que les renforts y seront maintenus. Mais il n'en est pas moins vrai que la disponibilité des forces mobiles (CRS et gendarmes) est liée au climat social dans le pays et au nombre de manifestations qui s'y déroulent. Dans le contexte créé par la nouvelle réforme des retraites, il n'est donc pas évident que

le Préfet de Police dispose dans les mois qui viennent des effectifs nécessaires à ses ambitions...

Des ambitions en tout cas bien réelles, puisqu'il a affirmé être « à disposition des maires d'arrondissement pour monter des opérations massives de lutte contre la délinquance ». Depuis la rentrée scolaire, deux opérations de ce genre ont effectivement eu lieu dans le quartier de la Porte de Saint-Cloud, l'une contre un réseau de points de deal, l'autre contre un gang de voleurs de voitures de luxe. Nous n'hésiterons pas à rappeler sa promesse au Préfet, d'autant plus qu'il a cité dans ses priorités la lutte contre les rixes entre bandes violentes : or des tensions se produisent régulièrement autour de certains établissements scolaires de notre arrondissement, allant même parfois jusqu'à des affrontements physiques avec des jeunes venus de l'extérieur.

Enfin, si l'ensemble des élus présents à cette réunion s'est félicité de la bonne collaboration entre police nationale et police municipale, j'ai toutefois tenu à préciser que cette collaboration pourrait être encore plus efficace si la mairie de Paris donnait à sa police les effectifs, l'équipement et les missions lui permettant de lutter réellement contre la délinquance de proximité. J'ai également souligné l'insuffisance du dispositif de vidéo-protection, trois nouveaux sites seulement devant être équipés dans le XVI^e d'ici 2026.

MAJORITÉ MUNICIPALE

DVD 142 STATIONNEMENT AU BOIS DE BOULOGNE

Lors de la séance de juillet 2021, l'Exécutif parisien a voté l'instauration d'un tarif de stationnement dans le Bois de Boulogne. En réponse, le Conseil d'arrondissement du XVI^e a voté à l'unanimité un vœu lors de sa séance du 16 mai 2022 demandant le maintien de la gratuité sur certaines voies, notamment pour les résidents et le personnel travaillant dans les concessions. Ce vœu a été rejeté en Conseil de Paris lors de sa séance de mai/juin 2022. La Mairie du XVI^e arrondissement a donc mené des négociations avec l'exécutif Parisien pour parvenir à limiter les conséquences de cette décision. Le nouveau tarif « visiteur promenade Bois » sera donc de :

- 3€ pour 3 heures pour les véhicules (ensuite tarification classique)
- 1.5€ pour 3 heures pour les 2 roues motorisées (ensuite tarification classique)
- Le Bois conserve sa gratuité le dimanche et les jours fériés.

L'égalité de traitement pour tous les Parisiens nous a guidés afin d'obtenir que les résidents du Bois puisse bénéficier d'un tarif résidentiel ce qui n'était pas prévu par la Ville de Paris ! Pour les gérants ou employés des concessions ainsi que divers acteurs associatifs, la Mairie de Paris a fini par revenir à la raison. Le tarif sera calqué sur la tarification professionnelle accessible dans Paris intra-muros : pour les véhicules légers : 45 € par an + 1.5 € de redevance journalière et pour les 2 roues motorisées : 22.50 € par an + 0.75 € de redevance journalière.

Ces conditions et tarifs seront appliqués à partir du 1^{er} mars 2023. Nous avons demandé que jusqu'à ce que l'application de cette nouvelle tarification soit effective, la verbalisation soit suspendue pour tous les visiteurs, résidents et employés des concessions, et nous avons rappelé la nécessité de l'écoute du terrain pour évaluer cette nouvelle tarification dans le temps.

OPPOSITION

DE L'OPTIMISME POUR 2023 !

Le Président de la République prévoit une année 2023 délicate pour l'économie mondiale avec une reprise dès 2024. Le gouvernement est aux côtés des Français, protège les plus fragiles, soutient nos entreprises et donc l'emploi. Avec la réforme des retraites, il consolide l'avenir de nos jeunes générations. Cependant, chaque semaine, nous rencontrons nombre d'entre vous et vous exprimez souvent vos inquiétudes, entretenues par le conflit en Ukraine. À Paris, ces incertitudes liées au contexte mondial ne sont guère atténuées par la gestion calamiteuse de la maire de Paris et de sa majorité municipale. Qui va payer les pots cassés de cette équipe insensée qui dépense l'argent public sans compter et, surtout, sans souci d'efficacité ? Comme toujours, ce seront nous, les contribuables parisiens. L'explosion de la taxe foncière en est une illustration malgré les promesses de la maire de Paris de ne pas toucher à la fiscalité.

Il est temps de changer la gouvernance de notre capitale.

Les habitants de Paris doivent pouvoir élire leur maire. Nos députés travaillent sur une proposition de réforme du mode de scrutin qui va dans ce sens.

Restons déterminés à nous battre pour défendre les intérêts de notre beau 16^e ! Et n'oublions jamais que la solidarité et le respect des autres sont deux valeurs primordiales, en particulier lorsque l'on traverse des temps difficiles. Que 2023 vous apporte des satisfactions et du bonheur. Nous vous souhaitons une belle et heureuse année 2023.

Hanna Sebbah, Joséphine Missoffe, Bruno Parent

INSÉCURITÉ À PARIS : PEUT-ON VIVRE AVEC LA PEUR ?

Selon la récente étude de l'Institut Paris Région, les Parisiens ont davantage peur dans la capitale et ils sont désormais 54,1 % à se déclarer en sentiment d'insécurité en 2021 contre 52,2 % en 2019, année où les chiffres étaient déjà très préoccupants. L'augmentation de la peur de l'agression ou du vol est en hausse dans le métro. Les usagers parisiens le considérant comme anxiogène atteint 31,4 % en 2021, soit 8,9 points de plus que quatre ans plus tôt ! 22,9 % de nos concitoyens ont également l'appréhension de se retrouver seuls le soir dans leurs quartiers. Bref, le stress étreint les parisiens.

Et ce n'est pas les chiffres de la délinquance à Paris et en Île-de-France qui viennent d'être publiés par le ministère de l'Intérieur qui vont nous rassurer : le bilan est rude ! Les cambriolages progressent de manière exponentielle (+ 15 % entre 2021 et 2022). Une préoccupation d'autant plus sensible pour les forces de l'ordre que le taux d'élucidation est très faible. Les vols dans les voitures (+ 15 %), les violences sexuelles (+ 15 %) et les violences intrafamiliales (+ 18 %) n'échappent pas à la règle.

Paris est dans le collimateur des cambrioleurs avec un bond de 25 % sur un an. En groupe ou en solitaires, les voyous la plupart du temps équipés de passes d'entrée dans les immeubles sévissent dans les appartements. Alors, stop aux atermoiements de la gauche : oui, il faut plus de vidéo-surveillance, plus de moyens pour la police nationale ET la police municipale qui est en réalité très dépourvue de moyens.

La peur doit changer de camp !

**Eric HELARD, ancien Conseiller de Paris,
Conseiller d'arrondissement UDI, Centre et Indépendants.**

passyplaza
PARIS 16



PRENEZ DE LA HAUTEUR ET VENEZ DÉCOUVRIR NOTRE PLANÈTE VUE DE HAUT ET DÉCOUVRIR SES GRANDS CHANGEMENTS ÉCOLOGIQUES !

Les mercredi 8 et 15 février et les samedi 11 et 18 février, rendez-vous dans votre centre commercial Passy Plaza pour participer à notre événement

« EN ROUTE VERS L'ESPACE ».

Au programme : animations en réalité virtuelle, ateliers enfant autour de la construction d'une fusée, animation vaisseau spatial et jeux-concours., le tout dans un centre immergé dans la thématique grâce à une théâtralisation aux couleurs de l'espace.

LA GRANDIÈRE

I M M O B I L I E R

...le sens des valeurs



Estimation | Vente | Gestion | Location | Viager

79, avenue Mozart – 75016 Paris – Tél. : 01 42 24 77 00
mozart@lagrandiere-immobilier.fr – www.lagrandiere-immobilier.fr