

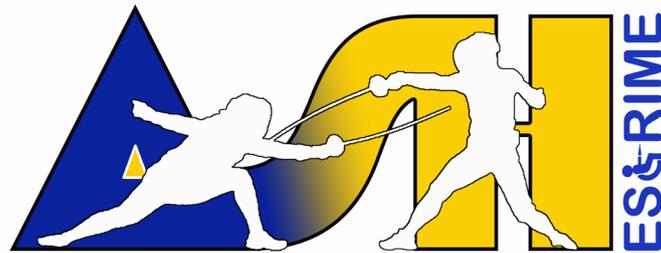
# Le Petit Escrimeur

Le journal d'information de l'A.S.H. Escrime

Quand le club fait peau neuve grâce à son nouveau logo, rien de mieux pour démarrer l'année et vous souhaiter une belle énergie pour 2024 ! Belle et bonne Année !

## Sommaire

Histoire	2
Sorties	2
Zoom	3
Zoom 2, Lecture	4
Recettes, Trucs, Jeux	5
Pêle-mêle, Solutions	6



## L'Edito du Président

### Une nouvelle identité visuelle !

Comme espéré en début de saison nous avons franchi le cap des 100 licenciés cette année (101 à ce jour), ce qui fait de l'ASHEscrime le 3ème club du Val d'Oise derrière Saint Gratien et nos amis de Cormeilles !

On en profite pour remettre à neuf notre identité visuelle grâce à Freddy Lagache qui a revisité notre logo datant de 2008, année des 40 ans et dont il était déjà le concepteur. D'ores et déjà décliné sur les vêtements que que vous êtes nombreux à avoir commandé, il va apparaître aussi sur une nouvelle plaque rappelant le nom de la salle (Jean-Pierre Resche, ancien président disparu il y a 30 ans et dont je salue la mémoire) et plus tard, en fond de salle, au centre d'un grand polyptique photographique en cours de conception qui

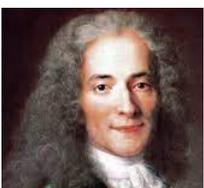
devrait personnaliser notre espace d'évolution qui ressemble assez peu à ce jour à une salle d'armes... Une vitrine située à l'entrée accueillera aussi « la photo du mois ».

Tout cela pourrait paraître superficiel mais à mon sens il n'en est rien. C'est même indispensable pour développer un « esprit club », un sentiment d'appartenance, tout comme le « Petit escrimeur » que vous avez entre les mains et qui a été créé pour ça.

Il s'agit là d'un énorme travail que Freddy réalise bénévolement et je l'en remercie chaleureusement.

J'espère que vous avez passé d'excellentes fêtes et tout le comité directeur se joint à moi pour vous souhaiter une bonne année 2024!

Eric Palisson  
Président de l'ASH escrime



« J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé ! »  
Voltaire

### Le Chevalier de Saint George, un des meilleurs escrimeurs de l'histoire



Né en 1745 en Guadeloupe d'une mère asservie et d'un chevalier, Saint-Georges était lui-même un esclave. Joseph Bologne, dit de Saint George débarque à Bordeaux en 1755 et est rapidement affranchi. Son éducation est prise en charge par La Boëssière, chevalier brillant et maître d'armes qui sera son père spirituel. Elevé et formé à l'art de l'épée, il devient une des meilleures lames de son temps, servie par un esprit vif. Il se distingue lors de compétitions sportives grâce à son incroyable habilité au fleuret. Sa réussite attire les jalousies. Il est plusieurs fois agressé. Il est fait officier de la garde du roi en 1761.

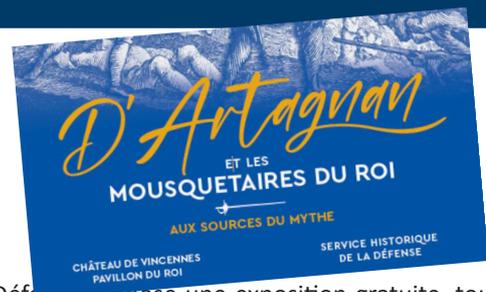
Escrimeur et militaire, il s'illustre pendant la révolution française et s'engage ensuite dans l'armée républicaine. Il joue un grand rôle dans les débats au moment de la révolution française. Après l'abolition de la monarchie, il a fondé la Légion des Américains, une légion de soldats noirs et métis vouée à défendre l'esprit de la révolution dans laquelle il a rencontré Alexandre Dumas. Après des victoires notamment contre les Autrichiens, le chevalier de Saint-George décède à Paris en 1799. Métis, il est proche du mouvement abolitionniste et devient une figure de l'émancipation des esclaves. Violoniste, sa carrière musicale est elle aussi couronnée de succès. Il joue ses compositions à la Cour du Duc D'Orléans.



Insigne du 13e régiment de chasseurs à cheval constitué sous la Révolution française sous le nom de Légion des Américains également appelée à l'époque Légion de Saint-George du nom de son commandant.

## Idées de Sortie

Exposition au Château de Vincennes  
« D'Artagnan et les mousquetaires du roi.  
Aux sources du mythe »,  
jusqu'au 13 janvier



Au Pavillon du Roi du château de Vincennes. Le Service historique de la Défense propose une exposition gratuite, tous publics, retraçant l'histoire du véritable d'Artagnan et des mousquetaires du roi.

1622. La première compagnie de Mousquetaires est créée par Louis XIII. Unité d'élite au service de Sa majesté, d'Artagnan, de son nom complet Charles Batz de Castelmor, comte d'Artagnan, jeune cadet de Gascogne au caractère vindicatif, en devient rapidement le capitaine-lieutenant. Nourrie des recherches scientifiques les plus récentes, l'exposition retrace son parcours. Devenu homme de confiance du cardinal Mazarin puis de Louis XIV, il trouve la mort en 1673 au cours du siège de Maastricht, l'une des grandes victoires militaires du Roi-Soleil dont on commémore cette année le 350e anniversaire. L'exposition est riche d'une foisonnante iconographie et de documents d'archives inédits (lettres autographes de d'Artagnan, plans du siège de Maastricht réalisés par l'atelier de Vauban et restaurés, documents du Minutier central des notaires de Paris, archives du corps des mousquetaires mais également armes et uniformes, cartes et infographies. Le visiteur pourra comprendre l'histoire de d'Artagnan et des mousquetaires du roi, combattants d'élite, mais aussi la genèse de l'œuvre d'Alexandre Dumas et l'origine des personnages des Trois mousquetaires.

2 informations pratiques sur l'exposition « D'Artagnan et les mousquetaires du roi. Aux sources du mythe », proposé par le Service historique de la défense.

Z9photos.com était présent au Grand Prix de Sabre à Orléans du 7 au 9 décembre 2023.

On vous fait profiter de quelques jolies prises !



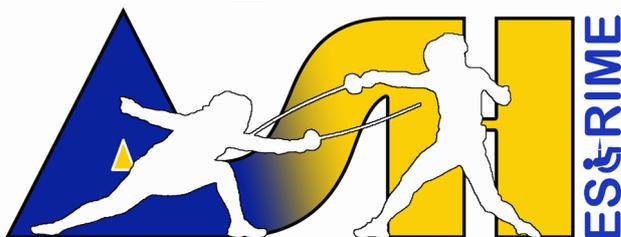
La nouvelle signature visuelle de l'ASH Escrime 2024 conçue et créée par Freddy

Un formidable travail que nous saluons tous, qui sera présent en salle d'armes, identifiant notre club avec un beau panache. Les déclinaisons «textiles» ne manquent pas d'attraits. Certains de nos tireurs feront envie, en arborant la nouvelle signature... !

ASH «Associations Sportives d'Herblay : le « S » en action dans une fente d'escrime

Bleu et jaune, couleurs de l'ASH

Deux escrimeurs dans une action «Attaque/Défense»



« Escrime » le «C» s'efface au profit d'un visuel consacrant un escrimeur en situation de handicap



Le nouveau panneau de salle parrainé par le site z9photos.com



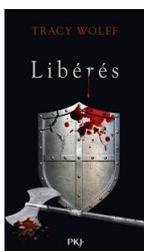
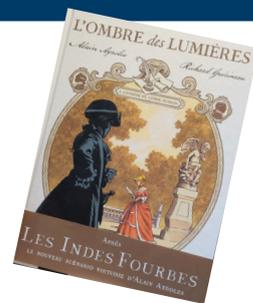
Un nouvel espace dédié à la photo du mois !



Lectures

**L'ombre des Lumières**  
d'Alain Ayroles  
Illustration : Richard Guérineau  
Editions Delcourt

Après Les Indes fourbes, Alain Ayroles récidive avec panache ! Poursuivant la tradition épistolaire des Liaisons dangereuses, il orchestre un vertigineux jeu de dupes dans un XVIIIe siècle brillamment dessiné par Guérineau (Le Chant des Stryges).

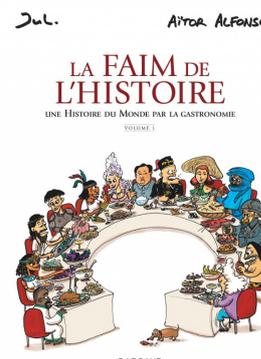


**Assoiffés**  
de Tracy Wolff  
Pocket Jeunesse

Le tome 6 est sorti récemment, c'est dire le succès de l'intrigue. Mieux que Twilight ! Une romance surnaturelle et addictive. Grace arrive dans le lycée de son oncle suite à un événement tragique et va y vivre des moments plus que surprenants. Entourée de créatures surnaturelles, Grace va devoir survivre dans ce monde qui lui est inconnu. Une histoire liant amour, amitié et suspense.

**La faim de l'histoire - Tome 1**  
Alfonso Aitor (Scénario) Jul (Dessin, Couleurs)  
Dargaud

Manger avec Jésus et les Apôtres, manger au festival de Woodstock, dans les plantations de coton au temps de Scarlett O'Hara ou chez les Aztèques à Mexico à l'arrivée des Conquistadors... : c'est toute l'Histoire du monde qui défile dans notre assiette avec cet album aussi drôle que savant. Ce prisme de la gastronomie permet d'aborder avec un point de vue extraordinaire la destinée de nos ancêtres, leurs pensées, leurs passions... Des périodes les plus tragiques aux siècles les plus glorieux, ce que l'on trouve sur la table de chacun raconte mieux que quiconque l'aventure de l'humanité.



## Recettes de cuisine

### Ingrédients pour 4 personnes

125 g de petits lardons en allumettes,  
1,2 kg de pommes de terre, 75 g de  
fromage râpé  
50 g de beurre, 2 œufs, 2 c. à soupe  
de farine, 3 brins de persil, 3 brins de  
cerfeuil, 10 brins de ciboulette,  
1 échalote, 1 gousse d'ail, sel, Poivre du  
moulin



### Préparation 20 min - Cuisson 45 min

Pelez les pommes de terre et lavez-les. Râpez-les au-dessus d'un grand saladier. Pelez l'échalote et la gousse d'ail. Placez-les dans le bol d'un mixer avec les herbes et hachez finement. Versez ce contenu dans le saladier. Ajoutez les œufs, la farine, le fromage et les petits lardons. Salez, poivrez et mélangez soigneusement. Faites fondre le beurre dans une sauteuse à bords hauts. Tassez le contenu du saladier et commencez la cuisson à feu assez chaud pendant 5 min. Baissez et couvrez la sauteuse. Continuez la cuisson à feu doux pendant 20 min.

Retournez le gâteau de pommes de terre sur un grand plat, puis remplacez-le dans la sauteuse pour faire dorer à couvert l'autre côté pendant environ 20 min. Surveillez la cuisson avec la pointe d'un couteau et rajoutez éventuellement un peu de matière grasse.



Photo : Eric Palisson/customisation Val.

Gâteau de  
pommes de  
terre aux  
herbes et  
aux petits  
lardons

## Trucs et Astuces

### Coup de froid ? Le bon vieux grog, une valeur sûre !



Eau chaude et rhum, une boisson alcoolisée mise au point par l'amiral anglais, Edward Vernon, en 1740, qui cherchait à limiter la consommation d'alcool de ses marins. Surnommé « le vieux grog » par son équipage - car il portait souvent un vêtement en tissu à gros grains (grogam, en anglais), le marin a fini par donner son nom au breuvage. La recette originelle a fini par intégrer du jus de citron pour lutter contre le scorbut. Puis au fil du temps, de nombreux ingrédients sont venus l'agrémenter: citron, miel, sucre de canne, cannelle, clous de girofle, etc.

## Jeux

### En garde ! le jeu vidéo d'escrime

Dans un décor en trois dimensions, soyez vif comme l'éclair pour attaquer, effectuez des parades aux bons moments et soyez le premier à toucher cinq fois votre adversaire. En garde ! est un jeu fluide et très dynamique, adapté du jeu de société éponyme. Redécouvrez ce superbe jeu de Reiner Knizia, illustré par Pierre Lechevalier, dans sa nouvelle version, en jeu vidéo !



### Relier les expressions à leur signification

À vaillant homme courte épée :

Son épée ne tient pas au fourreau :

Faire blanc de son épée :

L'épée use le fourreau :

Emporter une chose à la pointe de l'épée :

L'épée de Damoclès :

Presser quelqu'un, l'épée dans les reins :

- L'emporter d'une façon vive, rapide et brillante.

- Quand on est courageux, toute arme est bonne pour se défendre.

- Le presser vivement de conclure, d'achever une affaire

- Se prévaloir de son courage, de son crédit, etc., pour garantir le succès d'une affaire. homme querelleur .

- Témoigner trop d'assurance, promettre, garantir ce qu'on n'est pas certain de faire.

- Son épée est trop courte : son crédit, son autorité ne s'étend pas loin.

- Un péril imminent, de tous les instants

( Jeu qui avait été proposé par Pascal Gaillard, un de nos anciens tireurs)

## Pêle-mêle



## Solutions du numéro précédent

Equipement/ Quiz pour les jeunes escrimeurs

Je protège ma tête et mon cou avec mon masque / Je protège ma main qui tient l'arme avec mon gant  
je veille à bien fermer le haut de ma veste / La protection supplémentaire qui ne se voit pas est la sous cuirasse / Je  
protège le bas du corps avec ma culotte.

Des épées célèbres ont leur propre nom ! Relie le nom de l'épée qui correspond à son propriétaire célèbre  
Excalibur est l'épée d'Arthur / Joyeuse est celle de Charlemagne / Durandal est celle de Roland  
Andûril est celle d'Aragorn / Aiguille est celle d'Arya Starck / Balizarde est celle de Porthos  
Dard est celle de Bilbo le Hobbit / Grand-Griffe est celle de John Snow

La devise : « *La musique élève l'âme, l'escrime la trempe !* » est du Chevalier de Saint-Georges.

Le bon enchaînement est 3: - 4 - 1 - 2

Directeur de la Publication : Eric Palisson  
Catherine Thévenot, Cécile Caron, Armelle Toulhoat, Valérie Julien,  
Daniel Tyberghein et Freddy Lagache ont contribué à ce numéro  
[www.escrime-herblay.com](http://www.escrime-herblay.com)