



ROTARY CLUB de GRASSE

DISTRICT 1730

ANNEE 2025- 2026

Club fondé en 1956

SIEGE :

La Closerie
Golf de Saint-Donat
270 route de Cannes
06130 GRASSE
Tel. 04 93 09 76 67

HORAIRES DES REUNIONS :

- Les 2èmes et 4èmes mardis du mois Réunion à 19 h 00 suivie du Dîner à 20 h 00
- Le 5ème mardi du mois Dîner avec conjoints

LA PRESIDENTE 2025-2026 :



Sophie MARCUS-FOURNIER

LE GOUVERNEUR 2025-2026 DU DISTRICT 1730 :



Jean-Pierre DIRICK

LE PRESIDENT 2025-2026 du ROTARY INTERNATIONAL



Francesco AREZZO

UNIS POUR FAIRE LE BIEN



Site internet : www.rotary-club-grasse.org

L'AGENDA

Mois de Février 2026 : Mois de la paix et de la résolution des conflits

Mardi 24 Février 2026 : Réunion à 19 h 00 à Saint-Donat suivie du dîner - AGE

Mois de Mars 2026 : Mois de l'eau, assainissement et hygiène

Mardi 3 Mars 2026 : Visite de l'Espace Jacques-Louis Lions à 14 h 00

Dimanche 8 Mars 2026 : Journée internationale des droits des femmes -
Vente de roses et de rosiers au profit de « Une Voix pour elles »

Mardi 10 Mars 2026 : Réunion à 19 h 00 à Saint-Donat suivie du dîner

Samedi 14 Mars 2026 : Grand Loto Espace Chiris au profit de « 1.2.3 Andy »

Samedi 14 Mars 2026 : Séminaire de formation des présidents élus à Brignoles

Vendredi 20 Mars 2026 : 20ème saison « Espoir en tête » à La Strada à 20 h 00

Mois d'Avril 2026 : Mois de l'environnement

Mardi 14 Avril 2026 : Réunion à 19 h 00 à Saint-Donat suivie du dîner

Le Comité

LE COMITE 2025-2026 :

Présidente : Sophie MARCUS-FOURNIER

Vice-Président : Yves ISAIA

Secrétaire : Monique LE ROUX

Adjoint : Jean-Paul HELIX

Trésorier : Olivier GELOT

Adjoint : Paul GERBAUD

Protocole : Thierry SCHEEFER

Adjoint : Yves ISAIA

LE CLUB CONTACT

SALSOMAGGIORE TERME (Emilie Romagne – Italie)

District 2072

www.rotarysalsomaggiore.it

Le Club
Contact

L'HYMNE DU ROTARY

Rotary



L'hymne retenu par le Conseil Central du Rotary International en février 2000 est un arrangement de la marche de l'ouverture d'Egmont de Ludwig van Beethoven (opus 84).

Cet hymne est destiné à être joué à différentes occasions, notamment au début des rencontres officielles : assemblées de district, conférences de district, toutes les réunions internationales, en accompagnement de la cérémonie des drapeaux, voire lors des réunions statutaires.

Il permet de donner un caractère solennel à celles-ci. Il en existe 2 versions : une courte de 40 secondes et une longue de 3 minutes, l'une ou l'autre s'adaptant parfaitement aux différentes circonstances.

Comme pour les autres hymnes, l'assistance se lève lors de sa diffusion. Les hymnes nationaux des personnalités présentes lors de ces différentes rencontres peuvent également être joués conjointement à l'hymne du Rotary International.

Il existe semble-t-il un premier hymne oublié du Rotary datant de 1926, composé par Franz Lehár, grand maître de l'opérette (la Veuve joyeuse) et membre du Rotary club de Vienne.

On ignore la date de la première interprétation de cet hymne du Rotary. Il est fort probable qu'il ait été joué lors du Congrès mondial de Vienne en 1931, lorsque Lehár fit don d'une version orchestrale signée à la communauté rotarienne.

« GLOBAL GRANT »

Nous sommes sollicités pour nous associer au club de Mougins-Le Cannet, au club de Mandelieu-Val de Siagne et au club italien de Salvigliano pour une « Global Grant » dont la manifestation aura lieu les 23 et 24 mai 2026 au Golf de Saint-Donat et qui s'intitule « **Rotary Heritage on the fairway** ».



Il s'agit d'une exposition et d'un défilé primé de prestigieuses voitures et motos de collection avec de nombreuses animations, une tombola et un dîner de gala le 23 mai, le tout au profit de l'association « Hubert Gouin-Enfance & cancer » :

www.enfance-et-cancer.org

Cette manifestation réunit donc des clubs du Groupe 06-1 du District 1730. Cette proposition émane du club de Mougins-Le Cannet qui fait partie de notre groupe de clubs dont l'ADG n'est autre que notre ami Raphaël.

Par ailleurs cela répond au souhait du Gouverneur Jean-Pierre Dirick que des actions soient menées au sein des groupes de clubs et qu'une action au moins soit réalisée dans l'année par un club avec l'adhésion des autres, avec un engagement de réciprocité. De plus cette manifestation va se dérouler au siège de notre club.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Quelle a été la première action du Rotary réalisée en 1907 à Chicago ?

L'action consistait à installer des toilettes publiques près de l'hôtel de ville de Chicago, répondant à un besoin urgent d'hygiène publique dans cette ville en pleine expansion. Ce projet, bien que modeste à première vue, a eu des répercussions profondes sur l'orientation du Rotary. Il a démontré de manière concrète son potentiel à avoir un impact positif sur sa communauté.



Les membres ont pu constater directement les bénéfices de leur action collective, ce qui a suscité un vif enthousiasme et un sentiment de satisfaction profonde. Cette initiative a servi de catalyseur, amorçant la transformation progressive du Rotary d'un simple réseau d'affaires en une organisation vouée au service.

GOUVERNORAT 2028-2029

L'appel à candidatures pour l'élection du Gouverneur du District 1730 pour l'année 2028-2029 est lancé à tous les clubs du District (à jour de leurs cotisations).

Les candidats doivent être présentés par leur club. Les dossiers de candidature, conformes aux règles édictées, doivent être adressés au Secrétaire général du District 1730 au plus tard le 28 février 2026.

Après validation des candidatures par la Commission électorale, les clubs recevront par mail les dossiers des candidats ainsi que les bulletins de vote. Les candidats doivent s'abstenir de mener toute campagne électorale.

SAMEDI 31 JANVIER 2026 : LA DICTÉE DU ROTARY

ALPHABÉTISATION ET
ÉDUCATION DE BASE

La 14^{ème} édition de la Dictée du Rotary France & Pays francophones, organisée par le Rotary Grasse pour la 5^{ème} année consécutive, s'inscrit dans le cadre de l'un des 7 axes stratégiques du Rotary : l'alphabétisation, l'éducation de base et la lutte contre l'illettrisme. Bien que souvent invisible, l'illettrisme représente un défi sociétal majeur qui nécessite l'engagement de tous.

Cette édition 2026 a tenu toutes ses promesses tant du point de vue fréquentation que du point de vue organisation générale, puisqu'elle s'est déroulée dans d'excellentes conditions grâce aussi à la collaboration de l'Institut Fénélon qui nous procure la salle et tout le matériel nécessaire. Un grand merci.

C'est Sophie qui a dit quelques mots de bienvenue à l'adresse des participants, puis Mireille sur la Dictée et sur sa diffusion internationale et enfin Jean-Jacques sur le déroulé proprement dit de la Dictée, le barème des fautes et l'auto-correction. N'ont été pris en compte que les copies comportant moins de 5 fautes.

LA DICTEE DU ROTARY 2026 (SUITE)



Le texte de la dictée spécialement rédigé pour cette dictée s'intitulait « Le rat de bibliothèque et l'enfant » et comportait quelques mots à l'orthographe difficile comme thuriféraire ou hagiographe et quelques pièges grammaticaux. Une équipe de choc à l'accueil (Albert, Gérard et Jacques), Maître Jean-Jacques à l'énoncé de la dictée, des correcteurs très concentrés sur les copies, un buffet de gâteaux véritablement « faits maison », une ambiance sympathique et conviviale ont concouru à faire de cette édition 2026 un beau succès. Pour conclure Sophie a remercié et a donné rendez-vous en janvier 2027 pour la 6^{ème} édition, sans faute évidemment !

DECES DE JACQUELINE DESTOUMIEUX



Triste nouvelle que celle du décès de **Jacqueline Destoumieux** le 31 janvier dernier à l'âge de 89 ans. A la tête de la société Astier-Demarest jusqu'en 2021, elle était très investie dans la vie institutionnelle et associative grassoise : Vice-Présidente de la CCI Nice, membre des Femmes Chefs d'Entreprises (FCE), Chevalier de l'Ordre national du mérite. Nous garderons d'elle le souvenir d'une femme de caractère.

Membre du Rotary Princesse-Pauline (club disparu en 2018), elle avait été Présidente du club en 2012-2013. Ses obsèques ont été célébrées le 6 février 2026 à la Cathédrale Notre-Dame du Puy.

BULLETIN DU ROTARY GRASSE – REUNION STATUTAIRE

REUNION ET DINER DU MARDI 10 FÉVRIER 2026 A SAINT-DONAT

Absent(e)s excusé(e)s : Victor Marcus – Jean-Pierre Roux – Michel Darbans – Jean-Marc Deville – Jean-Baptiste Merle – Frank Bertrand

Visiteur : **Frédéric Dunham** du club de Bruxelles-Sud (District 2150) et son épouse Sophie

L'ordre du jour. Réunion du Comité - Admission d'un nouveau membre – Interventions des responsables des manifestations en cours de préparation : Pascal, Olivier et Alexis - Retour sur la Dictée du Rotary avec Mireille - Conférence de Jean-Emile Vanderheyden, neuropsychiatre et neurologue, sur les troubles et les bienfaits du sommeil.

Nous avons le plaisir d'accueillir ce soir nos conjoints. Bienvenue à Marie-Christine, Pauline, Sébastien, Marie-Claire, Jean-Louis, Isabelle et Amandine.

Une grande et belle soirée ce mardi à Saint-Donat qui a réuni tous les ingrédients pour cela : très nombreuse assistance, un visiteur, une conférence, l'admission d'un nouveau membre et de nombreuses interventions sur nos manifestations en cours. Merci et bravo à notre Présidente.

Après l'accueil et les mots de bienvenue du Protocole, Sophie a officiellement annoncé la défection d'Yves Isaia pour la Présidence du club en 2026-2027 et donc la nécessité de le remplacer. Après la réunion du Comité qui s'était tenue juste avant, Sophie a pu annoncer qu'Olivier Gelot proposait sa candidature. Une assemblée générale extraordinaire sera donc convoquée le 24 février afin d'élire notre nouveau Président élu.

Mireille Séroussi est revenue brièvement sur le déroulement de la **Dictée du Rotary** du 31 janvier. Voir le compte-rendu et les photos ci-dessus pages 2 et 3.



Un débat animé a suivi suite à l'intervention de Raphaël au sujet de la **Global Grant** que le club de Mougins-Le Cannet nous propose de rejoindre. L'organisation de la manifestation est déjà bouclée. Raphaël doit adresser aux membres le Power Point de présentation de cette manifestation à laquelle participe un club italien et dont le budget est de l'ordre de 35 000 euros pour l'achat de matériels pour un laboratoire de Sophia Antiolis (voir ci-dessus page 2).



Moment important de la soirée, l'admission de **Marc Rumeau**, le 43^{ème} membre du club. Jean-Jacques son parrain a présenté son filleul, Sophie a procédé à la lecture du critère des Quatre questions, a énoncé les engagements que prend le nouveau membre vis-à-vis du Rotary et du club et a demandé à son parrain de lui remettre l'insigne d'appartenance au Rotary.

Marc est brièvement revenu sur son parcours professionnel et sur ses compétences dont il pourra faire profiter son club désormais. Nul doute que Marc sera un atout pour notre club. Il a bien entendu eu droit à la description détaillée du fanion, faite conjointement par Olivier et Charles-Henry. Nous lui souhaitons la bienvenue.



Ont suivi les interventions de Alexis au sujet du **Tournoi de golf** du 26 avril et la présentation du Dossier de partenariat. Le budget de 12 000 euros devrait être atteint mais la recherche de sponsors est toujours d'actualité. Pascal est intervenu au sujet de la **vente de roses et de rosiers** du 8 mars. Des commandes ont été enregistrées mais il est demandé à chacun d'activer ses contacts afin d'arriver au moins aux chiffres de l'an dernier. Enfin Olivier est intervenu au sujet du **Loto du 14 mars** et a souhaité connaître qui sera disponible le Jour J pour aider à l'organisation matérielle.

Notre ami visiteur **Frédéric Dunham** du club de Bruxelles-Sud a tenu à nous transmettre les amitiés de son club et a remercié Valérie et Jean-Jacques Titon pour l'aide apportée à l'occasion du montage d'un dossier de Global Grant.

Sophie a rappelé la visite organisée par Initiative Terre d'Azur, le 4 mars prochain à 14 h, de l'**Espace Jacques-Louis Lions** à Grasse. Gérard Mainguet a rappelé quant à lui la soirée **Espoir en tête** du vendredi 20 mars au cinéma La Strada à Mouans-Sartoux à 20 h.

Second moment fort de la soirée, la conférence de **Jean-Emile Vanderheyden** sur « les bienfaits et les troubles du sommeil », également titre d'un ouvrage écrit sous la direction de Jean-Emile Vanderheyden aux éditions Deboeck. Quelques citations de personnalités célèbres sur le sommeil pour commencer. De Pierre Dac : « Les rêves ont été créés pour que l'on ne s'ennuie pas pendant le sommeil » ou encore « Ceux qui disent dormir comme un bébé, en général n'en n'ont pas ».

Le sommeil est une fonction indispensable à la bonne gestion de notre capital santé physique et mental. Mais l'homme et la société sont les pires ennemis du sommeil : la peur de la nuit, la civilisation des lumières blanches puis bleues, celle des loisirs, de l'individu.



La durée du sommeil a évolué au cours des décennies passées. Ainsi en 1900 la durée du sommeil était de 9 à 10 h, avant l'éclairage électrique. En 1970-1980 elle est réduite à 8-10 h avec la généralisation de l'éclairage et de la télévision. En 2010 les activités électronique la réduisent encore à 6-8 h. L'homme a donc perdu en un siècle 2 h de sommeil ! Il est conseillé de se coucher vers 22 h 30 et de ne plus utiliser d'écrans au moins 1 h avant afin de maintenir au minimum 7 h 30 de sommeil.

Anticiper négativement ou négliger le sommeil est nocif. Il faut se réconcilier et aimer son sommeil, c'est un investissement pour sa santé physique et mentale. Le sommeil est une fonction complexe, une fonction biologique basée sur divers groupes de neurones situés à la base du cerveau.

Sous le contrôle de l'hypothalamus et de l'épiphyse (mélatonine), influencés par la lumière, le sommeil est naturellement réglé comme une horloge et démontre d'ailleurs une activité cyclique. Malheureusement, cette fonction peut assez facilement être dérégulée au long cours par des modifications environnementales (mauvaises habitudes, médicaments inadéquats, pathologies propres du sommeil type apnées, secousses...).

Les bienfaits du sommeil : la récupération physique, la récupération psychique, la consolidation de la mémoire, un apport à l'immunité, aspects métaboliques et cardiovasculaires, diminution de la douleur, bénéfique de la sieste contrôlée (pendant 10 à 60 mn, un reset au milieu de la journée).

Ont été recensées 80 causes reconnues de troubles du sommeil. Il est nécessaire, en cas de troubles du sommeil, de faire un bilan et d'adopter un traitement spécifique. Il existe 3 causes majeures : les insomnies d'origine anxiodépressive, l'hypersomnie et les apnées du sommeil, les parasomnies (secousses pendant le sommeil).

Les règles d'or du sommeil : la régularité, éviter les interactions artificielles (sommifères), les heures avant minuit comptent double, agir contre l'anxiété du lit et du sommeil, en faire un besoin agréable et indispensable pour une bonne santé, avec une bonne literie !

BULLETIN DU ROTARY GRASSE – DANS L'ALBUM PHOTO DU CLUB

LE 24 JUILLET 2012 : PREMIERE VISITE DE FREDERIC DUNHAM AU PATTI



PROCHAN BULLETIN LE 25 FEVRIER 2026

Rotary
Club de Grasse

Journée internationale
des droits des femmes

DIMANCHE 8 MARS 2026

Vente de
ROSES & de ROSIERS

Au profit de
une voix pour elles

Samedi 14 mars 2026

LOTO

Espace Chiris - GRASSE

Nombreux lots à gagner dont:

- Buvette et Restauration sur place
- SmartTV Samsung 138 cm
- Cookoo infinity
- Open H11 Aspirateur
- Dyson Airwrap ID
- Gros lot: Un voyage d'une valeur de 1500€

8

Au profit de l'association **123 Andy**

13

Ouverture à 18h
Début des parties à 20h
Réservation conseillée:
07 71 43 11 33
places limitées

Rotary
Club de Grasse

TARIFS: Entrée + 4 cartons 20€
Cartons supplémentaires 5€
Enfants -15 ans + 2 cartons 10€