

LORRAINE

MAGAZINE

#24

du 19 mars
au 01 avril
GRATUIT

• A Voir

2^e Festival Villers BD

• A Découvrir

Colmar fête le printemps

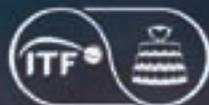
Soul custom

• Gastronomie

La Lorraine en
bouteille



**Journées Européennes des
Métiers d'Art en Lorraine**



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TENNIS

LA COUPE DU MONDE
DE TENNIS™



LES BLEUS EN CAMPAGNE

QUART DE FINALE

FRANCE vs ALLEMAGNE



4, 5 ET 6 AVRIL 2014
PALAIS DES SPORTS JEAN WEILLE, NANCY
PLACES DISPONIBLES SUR WWW.TICKETNET.FR



WWW.DAIVISCUP.COM

WWW.FFT.FR

[f](#) DAIVISCUP

[@DAIVISCUP](#)

ALLEZLESBLEUS # DAIVISCUP

PARTENAIRE TITRE



PARTENAIRES INTERNATIONAUX



PARTENAIRE DE L'ÉQUIPE
DE FRANCE DE COUPE DAVIS



PARTENAIRES DE LA RENCONTRE



#24

du 19 mars
au 01 avril

Prochaine parution le
02 avril

Lisez également votre magazine
et tous les anciens numéros
GRATUITEMENT sur notre site
www.lorrainemag.com

Rejoignez-nous sur Facebook
[facebook.com/LorraineMagazine](https://www.facebook.com/LorraineMagazine)

Lorraine Magazine
est une publication de SCPP
N°ISSN : 2265-9919
Directeur de la publication
Philippe Poirot • 06 49 35 04 30
philippe@lorrainemag.com
Directrice de la publicité
Sylvie Courtin • 06 14 12 54 38
sylvie@lorrainemag.com
Rédaction
03 83 35 89 97
Service commercial et publicité
03 83 35 89 95
Réalisation graphique
Franck Collot • 06 31 07 53 54
Journaliste
Pauline Creusat
Crédits photos
Emmanuelle Wittmann Céramiste
© Augustin Detienne INMA (Couverture)
Distribution
Distri-mag • 06 77 06 97 06
Pour nous écrire
Lorraine Magazine - SCPP
8 rue Grandville 54000 NANCY
www.lorrainemag.com/contact
SARL au capital de 12000€
Dépôt légal n°1741

Imprimé par BLG Toul sur papier
PEFC.

La reproduction intégrale ou
partielle de ce magazine est
interdite sauf accord écrit de
Lorraine Magazine.



ÉDITO

Chanson de geste

Baccarat, Longwy, Saint-Louis, Lunéville, Mirecourt, Liffol, chacune de ces villes est le symbole d'un savoir-faire ancestral : cristallerie, broderie, lutherie, ébénisterie. Mais le patrimoine n'est pas seulement dans une pièce d'art inanimée, prenant la poussière sur une étagère, s'endormant tranquillement dans un musée. « Le public a l'impression que le patrimoine est dans les objets. En réalité il est dans les gestes qui ont permis de les réaliser », explique Christophe de Lavenne, chef de projet de la Mission Régionale des Métiers d'Art en Lorraine. Chaque année, les journées européennes des métiers d'art constituent une promesse : mettre en lumière les artisans d'art. Ces femmes et hommes de l'ombre, souvent dissimulés derrière leurs créations, découvrez les au fil des pages de ce magazine.

Ce numéro de Lorraine Magazine vous propose un voyage dans le patrimoine lorrain. Mais ce patrimoine n'est pas figé. Il s'enrichit, évolue, se transforme. Il reste une base sur laquelle s'appuyer. Dans ce cas il est nécessaire de pouvoir le comprendre, creuser ses différentes couches de sens comme en archéologie. Le Musée de l'Histoire du Fer offre de partir à la quête de cette histoire perdue et de ces personnes qui la ressuscitent. Mais il doit aussi être possible de s'en détacher, de créer d'autres voies. Des alternatives existent pour réconcilier art, consommation équitable et recyclage. Des associations comme Soul Custom se soucient de ces questions en donnant aux déchets mobiliers un nouveau statut : un objet de design à la valeur humaine ajoutée. Entre hommage et renouveau, le travail de l'artiste Danielle Gabou s'inscrit dans un patrimoine vivant à la croisée de deux continents et de plusieurs disciplines artistiques. Enfin, le patrimoine lorrain est aussi fait de goûts. Dans ce numéro offrez-vous une petite dégustation de ces saveurs en bouteille. Du nord au sud, du cerveau jusqu'au bout des doigts, le patrimoine lorrain s'effeuille et montre ses multiples visages, toujours les mêmes, toujours changeants.

À LA UNE	
Les métiers d'art font leur show	4
À DÉCOUVRIR	
La plume sur le bout des doigts	8
Soul Custom : un projet habité	10
À VOIR	
Roulez jeunesse	12
Les aventuriers de l'archéologie perdue	13
C'est le printemps à Colmar !	14
Sans Sommeil, toujours en mouvement	16

VOYAGE	
Grand jeu concours spécial « Salon de Votre Aéroport » !	17

GASTRONOMIE	
La Lorraine en bouteille	18

À FAIRE	
5 ^e Foire aux vélos d'occasion	21
Les serres municipales en fête	22

+ SANTÉ	
Les Thermes de Bains-les-Bains	23

FORMATION	
Le congé individuel de formation avec le GRETA	24

Pour les entreprises les séniors « Val de Lor »	26
--	----

HABITAT	
Regarder vers le haut	28

Petite cuisine deviendra grande	30
Votre projet éco-confort "clé en main"	32

Comment produire sa propre électricité solaire	34
---	----

L'arrosage automatique, pratique et économique	36
---	----

Faites le grand plongeon avec Piscines de l'Est	37
--	----

Une serre pour abriter vos plantations	38
--	----

Passez en revue vos outils de jardin	40
--------------------------------------	----

Bien choisir son terrain	42
--------------------------	----

ET TOUJOURS ...

Agenda, Cinéma, Jeu-concours, Recette et
Horoscope à la fin du magazine.



OR

& métaux

NÉGOCE EN MÉTAUX PRÉCIEUX



Achat - Vente

OR - ARGENT - PLATINE

R.C.S.NANCY 520 878 216



OUVERT
DU LUNDI
AU VENDREDI

SUR SIMPLE APPEL

PAIEMENT
IMMEDIAT
ESTIMATION
GRATUITE

13 Bd Joffre - Nancy - Tél : 03 83 30 13 28 - www.oretmetaux.fr

Nous nous déplaçons si vous le souhaitez - (merci de vous munir d'une pièce d'identité)

Conception www.bengraphiste.fr



Chat Viverrin - Géraldine Duriaux

Brochet - Géraldine Duriaux



LES MÉTIERS D'ART FONT LEUR SHOW

Les 5, 6 et 7 avril prochains, la Lorraine met à l'honneur les professionnels des métiers d'art avec 236 manifestations, de l'ouverture d'atelier à l'exposition. Pour chaque département lorrain, découvrez un artisan d'art, un métier et un savoir-faire particuliers. Portraits de ces personnalités, entre tradition et modernité.

EN MEUSE : GÉRALDINE DURIAUX, ARTISTE VERRIER

Il y a un peu de peinture dans les sculptures de Géraldine Duriaux. L'œil attentif peut y retrouver au choix les couleurs fauves de Vlaminck ou de Matisse : bleu outremer, vert opaline, rouge grenat ou jaune miel. Les œuvres qu'elle crée s'observent par petites touches comme la toile d'un peintre impressionniste. Tantôt fuyantes, tantôt caressantes, le regard ne peut jamais complètement les capter. « Quand je réalise une pièce, il faut qu'elle dégage toute une richesse. Je peux jouer à la fois sur les volumes et les couleurs. Et chacune se révèle différemment selon la lumière », raconte l'artiste verrier. Les modèles de ses sculptures, elle les a à portée de regard dans son atelier de Vertuzey, près de Commercy. Le chat, son animal fétiche, se promène ici en plusieurs exemplaires. La sculptrice prend plaisir à saisir dans le cristal les « positions incroyables » de ses compagnons. « J'aime

sculpter le mouvement, et les chats sont souples, tout en courbes », explique-t-elle.

Un processus long et douloureux

Et ce mouvement, il est restitué grâce au procédé utilisé par Géraldine Duriaux. Comme Daum, elle s'appuie sur l'utilisation de la technique de la pâte de verre. Un verre spécial et précieux composé d'oxyde de plomb : le cristal. Avant d'être enfermées dans une gangue cristalline, les formes sculptées sont ébauchées dans de la cire. Cette cire sert ensuite de base pour effectuer un moule, dans lequel les morceaux de verre colorés en fusion viendront s'écouler. Les dernières interventions de l'artiste sur sa création : refroidir la sculpture, la polir pour lui donner un aspect mat ou brillant. Mais pour l'artiste verrier, créer est un processus long et douloureux : la sculptrice produit seulement

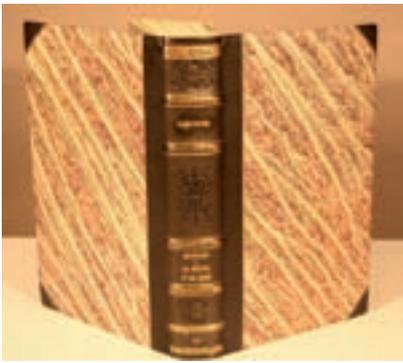
Boule - Géraldine Duriaux



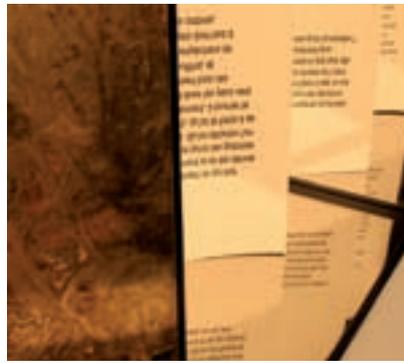
deux à trois belles pièces par an. Le prix de la perfection. ■ Pauline CREUSAT

◆ Géraldine Duriaux
29 Rue de la Chapelle
55200 Vertuzey
03 29 89 00 67 - 06 45 89 35 00
geraldine.duriaux@wanadoo.fr
www.geraldine-duriaux.fr





◆ Livre relié - Benjamin Berceaux



◆ Le miroir du philosophe - Benjamin Berceaux



EN MEURTHE-ET-MOSELLE : BENJAMIN BERCEAUX, RELIEUR

Tordu, déchiré, usé, la vie d'un livre se révèle parfois plus difficile qu'il ne semble. Ces blessures, le relieur est seul à pouvoir les guérir. À Pagny-sur-Moselle, où il s'est installé en 2009, Benjamin Berceaux a transformé son atelier en clinique. Comme un médecin soulevant un pansement, il doit être patient et précis : débrouiller, nettoyer les résidus de fil ou de papier, recoudre ensemble les multiples cahiers à l'aide de fil de lin et de chanvre... Point par point, organe par organe, le recueil est rendu à sa forme initiale. « La restauration nécessite de la part du professionnel une connaissance historique des matériaux et des structures de chaque époque. Il faut savoir réfléchir au

protocole de restauration le plus approprié avant de se lancer », décrit-il.

Le livre comme œuvre d'art

Son livre professionnel renferme plusieurs chapitres. Dans le premier, il remet à neuf les ouvrages. Dans le second, il aime transformer ces objets quotidiens en œuvre d'art. Il utilise notamment la technique de « hot stamping », une impression à chaud qui lui permet d'apposer sur une surface (cuir, papier, bois...) des « pigments métalliques colorés ». Sa création « Le miroir du philosophe » exprime ce lien entre tradition, art et technique. Ici le livre se transforme en accordéon, révélant par moment les écrits

dissimulés à l'intérieur. Les couvertures, en cuir de chèvre incrusté de laiton, en sont l'écrin. À travers ce travail, Benjamin Berceaux montre son amour pour cet univers fait de papier, de lettres et d'idées. Son métier, il le voit ainsi : « Le travail du relieur ressemble parfois à celui d'architecte. Tout n'est qu'une question de tension, d'épaisseur, de matière qui interagissent et se répondent ». Benjamin Berceaux, relieur, médecin, architecte et poète. ■ P. C.

◆ Benjamin Berceaux
6 avenue Théophile Brisson
54530 Pagny-sur-Moselle
06 74 37 54 91
berceauxreliure@gmail.com
www.reliureberceaux.fr

DANS LES VOSGES : FABIENNE HIGEL MAILLIARD, LISSIÈRE ET RESTAURATRICE DE TAPISSERIES

Fabienne Higel Mailliard dit travailler ses créations comme un peintre. En réalité, l'œil de la photographe n'est jamais loin. Pour concevoir son carton, dessin servant de repère pour tisser, elle se base souvent sur ses propres clichés. Cette double compétence, la lissière la doit à sa formation aux Arts Décoratifs de Strasbourg. « Là-bas, les élèves avaient l'obligation d'avoir une autre spécialité. J'ai pris la photographie. Pour commencer, je me base sur une prise de vue en noir et blanc et c'est seulement après que j'ajoute la couleur », détaille-t-elle. Cette particularité confère aux pièces qu'elle tresse un aspect graphique très moderne, renvoyant presque au street art. En observant « le Cheval », une de ses premières œuvres, il est facile de s'y tromper et de la confondre avec un mur peint à la bombe aérosol.

Une trame après l'autre

Mais la création n'est qu'une part infime de son activité. Son métier à tisser, bien souvent, lui sert à restaurer des tapis ou tapisseries anciennes. Fabienne Higel Mailliard a par exemple aidé à la renaissance d'une « Verdure aux oiseaux », vieille dame de plus de trois siècles, fabriquée à la Manufacture Royale d'Aubusson. Ici la difficulté est de redonner l'éclat premier de l'œuvre. « Selon l'origine de la tapisserie, je connais les points et techniques à utiliser. J'ai un stock de laines anciennes mais il m'arrive de ne pas avoir la bonne nuance. Dans ce cas, je prends des brins de laine très fine, que je mélange pour trouver le ton initial ». Il lui arrive aussi de teindre elle-même les fils dont elle se sert pour les tapisseries en soie. Un métier de patience et de précision, à faire pâlir la mythique Pénélope.

Les 5, 6 et 7 avril 2014, Fabienne Higel sera présente au château de Lunéville avec d'autres professionnels de la restauration d'art de l'ARAP (Association des Restaurateurs d'Art et du Patrimoine). Son atelier est situé à Épinal. ■ P. C.



◆ Avant restauration tapisserie aubusson
© Musée Plombières

◆ Fabienne Higel Mailliard • <http://latelierdelatrame.blogspot.fr>

MOSELLE : LOUISE CORSERET, COSTUMIÈRE

Louise Corseret est tombée par hasard dans la création de costumes. À la fin de ses études, aux Beaux-Arts de Nancy, elle rencontre une bande d'étudiants du conservatoire. Ils sont en train de monter une compagnie, préparent un spectacle. Elle se lance dans la réalisation de leurs tenues. La voilà prise au piège. Depuis elle a posé ses valises à Metz, collabore avec des compagnies de théâtre, de danse et touche même au septième art. Son métier demande des talents de psychologue : discuter avec le metteur en scène, les comédiens, comprendre les personnages et leur créer une seconde peau de tissus et de fil. Les croquis, elle les rectifie plusieurs fois avant de passer au patron puis au modelage de l'habit sur un mannequin.



↳ Louise Corseret

Voyage dans l'imaginaire

Pour elle, toute la magie de son métier est là : « partir d'une idée, la poser sur le papier, pour la voir enfin prendre vie sur le corps des comédiens, des danseurs, sous les lumières de la scène... ». La création de ces vêtements recèle une autre part d'illusion. Il faut donner au public l'impression du réel. Pour « l'Histoire du cinéma », une web série réalisée par l'association nancéienne Red Screen Films, elle doit recréer les panoplies de figures mythiques du cinéma, comme Gandalf du « Seigneur des Anneaux » ou Obi Wan Kenobi de « Star Wars », et les rendre aussi vrais que les originaux. Mais tous ses costumes sont comme des papillons : leur vie est éphémère. Ils brillent le temps d'une représentation, puis retournent dans leur papier de soie attendant la prochaine. Pour Louise Corseret, le spectacle continue loin des projecteurs. Il y aura d'autres voyages dans l'imaginaire, d'autres personnages à rencontrer et encore bien des costumes à créer.

Les 5 et 6 avril, Louise Corseret sera à la manifestation « Au fil des métiers », de 10h à 18h. 3 rue des Trinitaires à Metz. ■ P. C.

↳ <http://corseretlouise.wix.com/lesaiguillesdufaune>



↳ Loutky Love
Louise Corseret



↳ Loutky Love - Louise Corseret

↳ Bustier cuir - Louise Corseret



LES MOMENTS FORTS DES JEMA EN LORRAINE

Moselle

À Metz, l'exposition « Au fil des métiers », en collaboration avec l'association Carrefour, rassemblera des costumiers, créateurs de mode, peintre sur textile... tous ces professionnels qui utilisent le fil dans leur activité.
3 rue des Trinitaires - Metz

Vosges

À Saint-Dié-des-Vosges, la Nef déroule le tapis rouge aux femmes artisanes d'art de la région : tailleuses de pierre, ébénistes, brodeuses...
« ArtisanE » à la Nef
64 rue des 4 Frères Mougeotte
Saint-Dié-des-Vosges

Meuse

Dans la Chapelle Sainte Geneviève, à Saint-Maurice-sous-les-Côtes, quinze artisans d'art exposent des créations représentant leur idée de ce que sont les Côtes de Meuse. La Chapelle, restaurée avec une facture moderne, est un point de départ pour découvrir les ateliers d'art à proximité.

Meurthe-et-Moselle

À Nancy, au palais du Gouverneur, deux calligraphes, Stéphane Alfonsi et Bastien Grelot proposeront des ateliers et des démonstrations de calligraphie.
Place Carrière - Nancy



↳ Pour plus d'informations sur les Journées Européennes des Métiers d'Art et le programme complet des manifestations :
www.journeesdesmetiersdart.eu
www.metiersdart-lorraine.eu



LA LORRAINE TOUT UN ART

À Nancy...

et en Meurthe et Moselle...

À Metz... et en Moselle...

En Meuse...

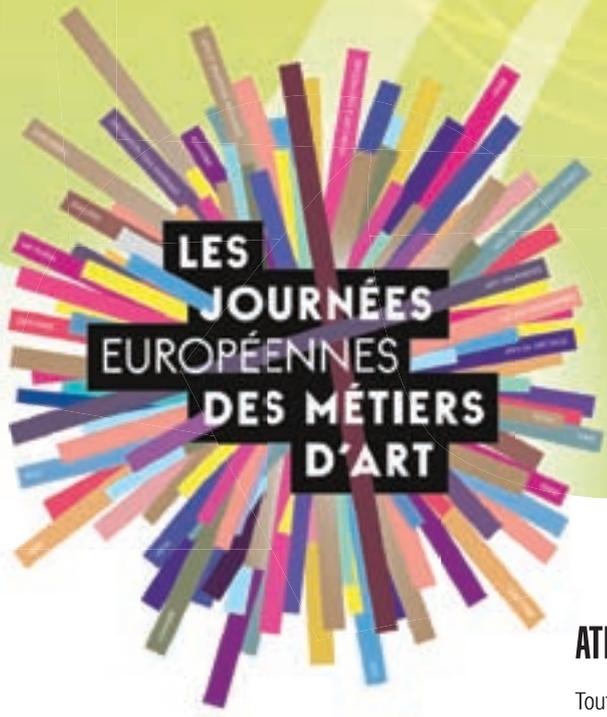
et dans les Vosges

À Epinal...



JOURNÉES EUROPÉENNES DES MÉTIERS D'ART EN LORRAINE

5, 6 avril 2014



LES
JOURNÉES
EUROPÉENNES
DES MÉTIERS
D'ART

ATELIERS OUVERTS - EXPOSITIONS - MUSÉES - DÉMONSTRATIONS

Toutes les informations sur : journeesdesmetiersdart.eu • metiersdart-lorraine.eu

LA PLUME SUR LE BOUT DES DOIGTS



Un personnage discret se cache derrière les paillettes du music-hall et des défilés de mode : le plumassier. Au bien nommé château des Lumières, l'exposition « La plume entre mode et scène » met ce travailleur de l'ombre sous les feux des projecteurs. A voir jusqu'au 30 mars.

Pierre Cardin ou Emmanuel Ungaro, le Moulin Rouge ou le Lido, les grands noms de la haute-couture et du music-hall se sont réunis à Lunéville pour célébrer la plume. En accessoire ou en robe, sur un chapeau ou pour un éventail, les attributs perdus des faisans, autruches et drôles d'oiseaux finissent leur vie en beauté. Mais avant de devenir la parure d'une étoile de la scène, la plume a fait un long voyage. Quittant le dos de son hôte, elle se retrouve au royaume du plumassier. Là elle est triée avec soin, lavée, puis doit subir une coloration : rose bonbon, noir vénéneux, un brin d'envoûtement pour lui donner de l'éclat. Gare au maillon faible, ces ornements subiront les attaques de la lumière et de la chaleur. Ils doivent donc être invulnérables et sont testés en conséquence. C'est seulement après qu'ils vont se transformer en « truc en plume ». Les professionnels de ce royaume bigarré rencontrent aussi la barrière de la préservation de la faune. Depuis 1973 et la convention de Washington, certaines espèces sont protégées et les parures du héron, du paradis rouge et de l'aigrette ne peuvent plus être utilisées. D'autres oiseaux, comme l'oie ou le faisan, fournissent des plumes aux aspects variés. À titre d'exemple, la nageoire d'oie est une plume légère



L'Wren SCOTT - © L'Wren SCOTT

et souple. Son usage est donc complémentaire à celui de la palette d'oise, plus rigide et plus grande.

Quel panache !

Sur les quatre entreprises plumassières encore présentes en France, deux sont mises à l'honneur : la maison Février et celle de Bruno Legeron. La première a été créée en 1929 par Monsieur et Madame Février et a été reprise par le Moulin Rouge en 2009. Elle a (des) habillé Mistinguette, Zizi Jeanmaire, Line Renaud ou plus récemment Dita Von Teese. L'établissement Legeron est encore plus vénérable. Établi depuis 1880, ce dernier a collaboré avec de grands couturiers comme Christian Dior ou Courrèges. La spécialité Legeron : la fabrication de fleurs artificielles dans des matières d'exception. L'un comme l'autre ont la responsabilité de sauvegarder un savoir-faire datant de l'Antiquité, importé en France au XVIème siècle. La plumasserie connaît son apogée à la fin de XIXème siècle. À partir des années 1960, le panache tombe de la tête de ces dames en même temps que leurs chapeaux. Le nombre d'ateliers de plumassiers passe de plus de trois cents en 1900 à une cinquantaine en 1960. Aujourd'hui entre mode et scène, le cœur de la plume balance. Dans les défilés, elle se joue des traditions. Elle est détournée façon cygne blanc, comme cette robe de Maurizio Galante présentée à l'exposition, ou extravagante et sensuelle chez Thierry Mugler. Dans le music-hall, cette petite chose légère laisse entrevoir la nudité, joue de façon mutine avec le corps, intrigue et fait rêver. Que d'effets pour une toute petite plume. ■ **Pauline CREUSAT**



MUGLER © Patrice STABLE
MUGLER135 PAP AH 95-96

« La plume, entre mode et scène »

Jusqu'au 30 mars au château de Lunéville

Renseignements sur le site du Conservatoire des Broderies de Lunéville : www.broderie-luneville.com

Sites des maisons Février et Legeron : www.maisonfevrier.fr
www.legeron.com

de fil en bijou
Baccarat
Pôle Bijou
A partir de 18h30
Exposition, conférence, démonstration
Salle des Fêtes
Soirée Privilège
5 Avril 2014
A partir de 20h30
Un défilé Mode et Bijou

les vêtements :
Loa Lis Création

Indra Créations
Les bijoux
Daphné Binckli
Stéphane Szendy
Laurence Lorraine

direction artistique Nathalie Lohaye

réservation et information
au Pôle Bijou : 03 83 76 06 99
info@polebijou.com

Pôle bijou

SOUL CUSTOM : UN PROJET HABITÉ

Un vieux canapé abandonné sur le trottoir, une pauvre étagère débitée en morceaux après des années de service, la vie d'un meuble se finit parfois de façon cruelle. L'association Soul Custom s'est donnée pour mission de leur offrir une seconde vie.

Lancée en 2013, Soul Custom fédère une trentaine de bénévoles. Anthony Charuel, le chargé de développement, est pour le moment le seul salarié de cette entreprise qui se définit comme « environnementale, solidaire et sociale ». Car l'association ne fait pas que récupérer et « customiser » les mobiliers délaissés ou abimés, elle entend aussi accueillir des personnes en réinsertion. Grâce à ces idées ambitieuses, à la convergence de domaines comme le recyclage, l'emploi, l'art et la culture, elle s'est vue récompensée à plusieurs reprises : aux concours SFR jeunes talents, ICN Start'Up et a reçu dernièrement le Prix de l'Étudiant Entrepreneur en Économie Sociale (PEEES). Un succès d'estime qui n'empêche pas les difficultés : la structure recherche toujours des locaux pour s'installer. Pour autant les acteurs de cette aventure veulent garder la même dynamique qu'à leurs débuts. « On ne doit pas se laisser stopper par des contraintes économiques ou administratives », martèle Anthony Charuel.

Décloisonnement

Soul Custom a toute sa place dans l'Est. « La Lorraine et Nancy ont une vraie tradition des métiers du bois et un patrimoine riche avec l'Art Nouveau, Jean Prouvé... C'est dommage de les voir cantonnés à des musées alors qu'il est possible de réaliser des pièces ancrées





dans le présent », explique Anthony Charuel. Du design au quotidien, accessible à tous, hors des galeries et des salons d'exposition, voilà une autre révolution de Soul Custom. L'association reste toutefois humble : « Il y n'y a rien d'innovant dans notre projet : on produit des meubles ». Elle reconnaît quand même un part d'innovation dans sa capacité à opérer « un croisement » entre différents secteurs d'activité. Soul Custom reconstruit vos meubles et décroïssonne les idées. » ■ **Pauline CREUSAT**

RING

NANCY-THEATRE

9 > 18 avril
2014

9, 10, 11 AVR / Manufacture
LE JEU DE L'OIE
L'Amicale de Production

1^{ère} FRANÇAISE

9 AVR / Manufacture
LE GARAGE
Zdenko Mesarić / Ivica Buljan (Croatie)

9, 10 AVR / Manufacture
LA RENCONTRE

10 AVR / Ludres, Espace Chaudeau
ME, MYSELF AND US
Cirque apatride (Belgique / Québec)

1^{ère} FRANÇAISE

12 AVR / Manufacture
LIGNE JAUNE
Juli Zeh, Charlotte Roos /
Ivica Buljan (Croatie)

11 AVR / Manufacture
BORDERLINE
Sébastien Ramirez / Danse

11, 12 AVR / Cour Manufacture
REPITE CONMIGO
Danse verticale (Espagne)

11, 12 AVR / Laxou
L'AURORE
David Gallaire / à partir de 8 ans

1^{ère} FRANÇAISE

11, 12 AVR / Conservatoire
BE LEGEND!
Daniele Villa / Teatro Sotterraneo (Italie)

12 AVR / Manufacture
GISZELLE
Eszter Salamon, Xavier Le Roy

12, 13 AVR / Lycée Henri Poincaré
EXAMEN / CRÉATION
Michel Didym

12, 13 AVR / Maxéville
AGAMEMNON
François Rodinson

14 AVR / CCAM Vandœuvre-lès-Nancy
LES JEUNES
David Lescot

1^{ère} FRANÇAISE

14 AVR / Manufacture
LES AUTEURS
Alejandro Leiva Wenger /
Frida Röhl (Suède)

15 AVR / Villers-lès-Nancy
WURRE WURRE

Rencontres Internationales
Nouvelles Générations
4^e édition

15 AVR / Manufacture
FAUSTA FAIM
IMMANGEABLE MARGUERITE
Projet-co Théâtre SciencesPo

16 AVR / Manufacture
FILS DE PERSONNE
Francesca Garolla / Christine Kœtzler

16 AVR / Manufacture
EMILIA
Claudio Tolcachir (Argentine)

16, 17, 18 AVR / Maxéville
BUCHETTINO
Societas Raffaello Sanzio (Italie) /
à partir de 8 ans

16, 18 AVR / Manufacture
FORECASTING

17 AVR / Soirée à L'Autre Canal
FORECASTING / ANTIFREEZE
SOLUTION / ADDICTIVE TV /
JUKE TEXT / LA RENCONTRE /
BATTLE RING DE DJ

18 AVR / Manufacture
PEARL, inspirée de la vie de Janis Joplin
Fabrice Melquiot / Paul Desveaux /
Vincent Artaud

18 AVR / Médiathèque Nancy
JECROISEUNSEULDIEU
Stefano Massini / Michel Didym

18 AVR / Manufacture
L'ÂGE DES POISSONS
Charlotte Lagrange

9 > 18 AVR / Manufacture
VOST / projections
5^e rencontres vidéos des Écoles
d'Art du Grand Est

AFTER'ING
Fil Tilen (rap croate), M.L.F, Battle RING
de DJ étudiants, Paralel.l.e.l, le Juke
Box d'Hélène et Ivan, DJ Unzip, Garçons
d'étage, DJ Shweps, KDJ, On vous passera
des disques

Infos 03 83 37 42 42
nancyringtheatre.fr
theatre-manufacture.fr

10, rue Baron Louis,
BP 63349, 54014 Nancy Cedex

ROULEZ JEUNESSE

Du 1^{er} au 6 avril, le festival Villers BD prend place pour la deuxième année. Concours de dessins, rencontre avec les auteurs, l'interactivité est de la partie. Une idée pour coincer sa bulle intelligemment le temps d'un weekend.

Pour l'édition 2014, les organisateurs de Villers BD ont voulu donner à leur festival une orientation différente. « Cette année, l'accent est mis sur la BD en direction de la jeunesse », explique Jean-Jacques Delmas, le chef d'orchestre de l'événement. Il ne précise pourtant pas à quelle jeunesse il se réfère : celle de l'esprit ou celle de l'âge. Car Villers BD c'est une affaire de grands gamins en culottes courtes. Ils ont rêvés sur les albums de Tanguy et Laverdure, Spirou, ou autre monuments du neuvième art ; et aujourd'hui ils transmettent leur passion à d'autres enfants. Un parcours BD a ainsi été concocté sur mesure pour les élèves des écoles villaraises : concours de dessins, chasse aux images d'Épinal, avec des énigmes à élucider et des cadeaux à la clé... Surtout, les bambins vont pouvoir faire la connaissance de dessinateurs jeunesse à l'instar de Thierry Martin, artiste nancéien. Ce dernier viendra présenter à l'Accueil de Loisir Sans Hébergement de Villers-les-Nancy sa version du « Roman de Renart », réalisé entre 2007 et 2009 avec le scénariste BD Jean-Pierre Mathis. Dans la liste des auteurs pour les plus petits, le festival aura aussi l'honneur d'accueillir cette année Claude Dubois, l'homme qui a croqué « Sylvain et Sylvette » sur 94 de leurs aventures.

Renouvellement

Villers BD garde aussi certains des éléments qui ont fait son charme en 2013. Autour des membres de l'association Villers BD, une famille d'auteurs et croqueurs de bulles s'est construite doucement. Les autres salons ou festivals plus prestigieux, comme l'incontournable Angoulême, permettent à Jean-Jacques Delmas et ses acolytes de faire de belles rencontres. C'est de cette manière que Désirée et Alain Frappier ont été approchés. « L'année dernière, j'étais à Angoulême et je suis tombé sur ce couple. Ils avaient sorti "Dans l'ombre de Charonne", un ouvrage sur la guerre d'Algérie. Il y a tout de suite eu un bon feeling entre nous et ils sont venus à la première édition », raconte M. Delmas. Cette année, ce « couple coup



de cœur » est de nouveau présent avec un nouvel ouvrage « La vie sans mode d'emploi ». Ils donneront une conférence à ce sujet le vendredi 4 avril à 20h30 au château de Mme de Graffigny. C'est aussi là que prendra place, du 1^{er} au 6 avril, l'exposition des dessins de Jean-Claude Servais, le papa de la série « la Mémoire des arbres » et de « Tendre Violette ». Et puis puisque tout bon festival a son off, Villers BD a créé le sien avec « l'Auberge Espagnole », un espace ouvert aux auteurs débutants au centre Les Écraignes. Au château de Madame de Graffigny, les artisans déjà connus du neuvième art pourront accueillir fidèles lecteurs et nouveaux aficionados. Entre renouvellement et fidélité, assurément cette année, Villers BD reste droit dans ses bulles et jeune dans ses planches. ■ **Pauline CREUSAT**



LES AVENTURIERS DE L'ARCHÉOLOGIE PERDUE

Chaque année pour les vacances scolaires, le Musée de l'Histoire du Fer à Jarville participe aux Weekends Musée Télérama. Les 22 et 23 mars prochains, grands enfants et jeunes adultes vont coiffer le chapeau d'Indiana Jones et rentrer dans la peau d'un véritable archéologue.

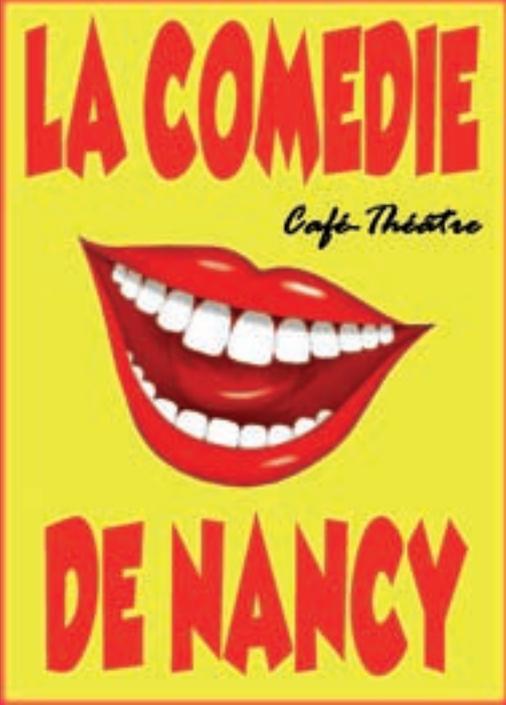
Un squelette, quelques objets funéraires, le tout à demi dégagé de la terre, la reconstitution de cette tombe mérovingienne pourrait presque faire froid dans le dos tant elle semble réelle. Les amateurs de sensations fortes peuvent pourtant passer leur tour. Ici il n'est question que de pédagogie : les ateliers de découverte proposés par le Musée d'Histoire du Fer promettent aux curieux d'élucider les secrets de la sépulture. Aux commandes de ces visites, Christophe Henry, guide du musée et mordu d'histoire. Son objectif avoué est de démystifier un métier souvent assimilé au célèbre personnage de fiction, Indiana Jones. « L'archéologue est un scientifique, pas un aventurier », précise-t-il « son travail est minutieux et demande des connaissances en histoire, en géologie, en art ».

Lui aussi a du s'initier aux savoirs et aux techniques du métier et il transmet ses connaissances avec passion aux visiteurs. Les enfants

se piquent vite au jeu et les parents aussi. Au passage, ils apprennent quelques-unes des astuces de l'archéologue pour organiser ses fouilles : le carroyage, le découpage en parcelles de la zone à fouiller, ou encore les outils du chercheur, de la truelle au tamis en passant par la mire, qui permet de mesurer l'altitude des différents niveaux du chantier. A la fin de l'atelier, les enfants doivent redessiner des poteries à partir de reproductions. Les visiteurs redonnent tout son sens au mot « archéologie » : d'« archeos », ancien, et « logos », la parole. En quelques heures, ils réaniment le passé et brisent certains à priori sur un métier désormais à portée de rêves. ■ **Pauline CREUSAT**



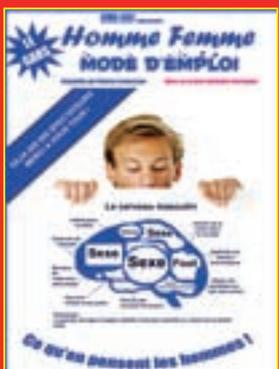
Photo © DR



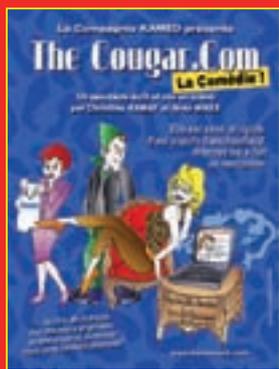
LA COMEDIE
Café-Théâtre
DE NANCY

NOUVELLE PROGRAMMATION

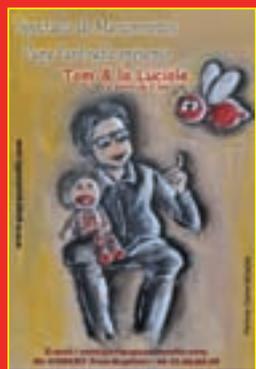
VENEZ NOMBREUX !



↑ **HOMME FEMME MODE D'EMPLOI : LE GARS** du jeudi au samedi 19h30, dimanche 15h



↑ **THE COUGAR.COM** tous les jours sauf mercredi 21h, dimanche 17h



↑ **TOM & LA LUCIOLE** tous les samedis 15h30

LE 1^{ER} CAFÉ-THÉÂTRE LORRAIN ! www.la-comedie-de-nancy.fr

Réservations : 06 76 80 53 92

14 RUE DU GRAND RABBIN HAGUENAUER - NANCY

C'EST LE PRINTEMPS À COLMAR !

Colmar fête le Printemps est une invitation à découvrir la ville de la manière la plus festive qui soit. Tous les jours, de nombreuses animations sont au programme pour une balade musicale et ludique.

L'Office de Tourisme et la Ville de Colmar, organisent du 4 au 21 avril 2014 la quatrième édition de « Colmar fête le printemps ». L'occasion de profiter des premiers rayons du soleil dans le cadre enchanteur du vieux Colmar. Durant plus de deux semaines, poules et poussins, canards, moutons et bien d'autres animaux s'invitent en ville dans un ravissant décor bucolique. Les massifs et parterres de fleurs colorent les places tandis que s'installent les maisonnettes décorées par les écoles colmariennes.

Entre les deux marchés, la balade est une invitation à la découverte des richesses architecturales de la ville. Ruelles pavées, maisons à colombage, bord de quai, places intimistes et monuments historiques, Colmar est un trésor aux charmes préservés qui saura vous séduire.

De nombreuses animations ludiques et musicales jalonnent votre promenade pour fêter comme il se doit le retour de la belle saison : animaux de la ferme en ville, sentier pieds nus, volerie des aigles, balades en barque, en petit train ou en calèche, chasse aux œufs, et concerts gratuits en plein air...

Dès le 28 mars, un décor enchanteur éclot dans tout le centre historique. Les Espaces verts de la ville ont réalisés des décors multicolores où les fleurs s'épanouissent en massifs colorés et parfumés : jacinthes, tulipes, jonquilles... fleurissent au milieu des maisonnettes, tapissent les bords du cours d'eau et les belles maisons à colombages. La lumière entre en ville après de longues semaines hivernales et les couleurs des maisons traditionnelles reprennent de leur splendeur. Le renouveau est partout, les premiers bourgeons font leur apparition, les arbres se régénèrent et se voient même pousser des œufs à l'occasion du week-end Pascal !

Avec le concours de la Société d'Aviculture de Colmar et le Canari Club de Colmar : pigeons, canards, oiseaux exotiques, poules et poussins, lapins, moutons, chèvres, truites et carpes s'invitent en ville. Intégrés dans ce décor printaniers les animaux trouvent leurs places sur les marchés de Pâques, entre les maisonnettes aux couleurs chatoyantes ou dans les fontaines et attirent aussi bien les

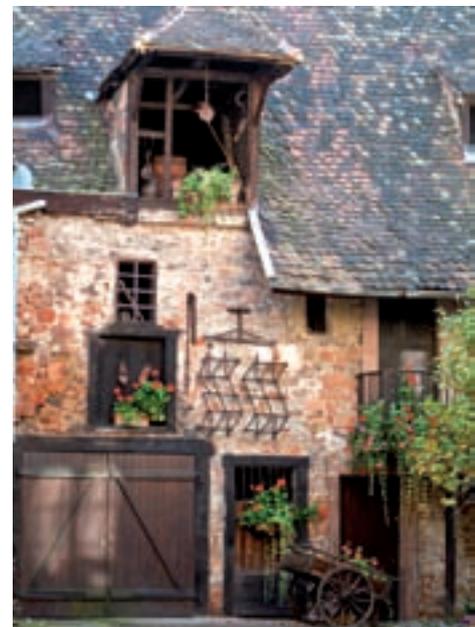


enfants que les parents ravis de croiser les animaux de la ferme en ville.

En Alsace, Pâques est la fête la plus importante après Noël, les guides de l'Office du Tourisme se proposent de faire découvrir ou redécouvrir Colmar à travers les traditions pascales et les rythmes du printemps. De la place des Dominicains à celle de l'Ancienne Douane, animations ludiques et musicales raviront petits et grands. Sentier pieds nus, Volerie des Aigles, chasses aux œufs, balades en barque ou en calèche et concerts gratuits en plein air? Rien de mieux pour fêter le retour de la belle saison !

Deux marchés de Pâques et de Printemps

Environ 60 exposants proposent des produits originaux et authentiques, soigneusement sélectionnés, privilégiant les productions artisanales, locales et régionales dans l'esprit du printemps. Fleurs, plants de vignes, produits de beauté, bijoux, jouets, arts de la table et céramiques... ainsi que de nombreuses spécialités gourmandes, vins fins, bières de printemps, charcuteries, fromages et tant d'autres seront à la dégustation. Les producteurs alsaciens vous feront découvrir une pléiade de produits du terroir, créatifs et originaux, et pour le week-end pascal, vous y trouverez les



incontournables lapins et œufs en chocolat ainsi que le traditionnel Lamala (biscuit riche en œufs, qui marque la fin du jeûne en Alsace).

Trois expositions-ventes d'envergure prennent place au Koïfhus :

Un ensemble de créateurs sélectionnés pour la qualité et l'originalité de leurs créations présentent leurs œuvres et l'étendue de leurs techniques minutieuses.

- Déclinaisons textile : Objets, kilts, accessoires, vêtements, bijoux et pièces d'art textiles uniques présélectionnés avec rigueur pour la qualité de leur démarche et l'originalité de leurs créations.
- Points passion : La broderie c'est mode ! Une vingtaine de créateurs pratiquant avec application, passion et patience l'art de la broderie investiront l'ensemble du Koïfhus.

Une occasion unique de découvrir en un même lieu divers talents créateurs déclinant l'Art du fil !

- Coquille d'art : A Colmar l'œuf est au centre d'une activité artistique foisonnante et offre un support original à la peinture, calligraphie, grattage, perforation et autres techniques. Pour le weekend de Pâques, 30 ovo-miniaturistes vous donnent rendez-vous pour vous présenter le fruit de leur minutieux travail. ■

www.printemps-colmar.com

Informations touristiques :

+33 (0)3 89 20 68 92 • info@tourisme-colmar.com

Réservations et séjours :

+33 (0)3 89 20 69 08/09 • infoceptif@tourisme-colmar.com



Colmar Fête le Printemps
* Du 4 au 21 avril 2014 *

20 Concerts jazz et classique

3 Expos-ventes de créateurs

2 Marchés de Pâques et de Printemps

Animations de rue

www.printemps-colmar.com

SANS SOMMEIL, TOUJOURS EN MOUVEMENT

Du 19 au 21 mars, la compagnie Sans Sommeil propose au Centre Culturel André Malraux « Transe », un spectacle de danse à la frontière des genres.

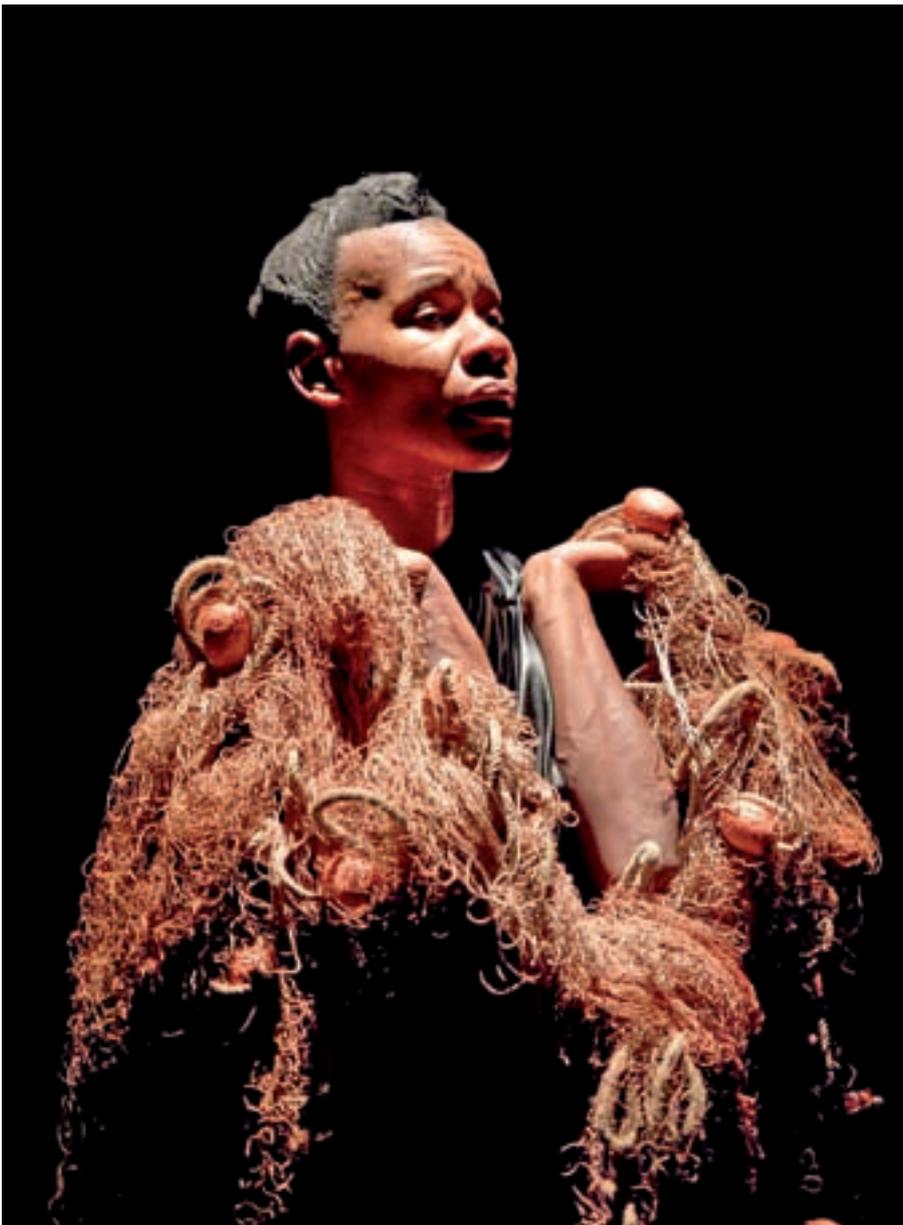
La compagnie Sans Sommeil, créée en 2001 à Nancy, tisse des liens entre danse et théâtre. Dans l'une comme dans l'autre, le corps est un instrument. Il sert de socle pour exprimer des émotions ou des idées. Dans les spectacles produits par l'association, ce voyage aller-retour entre les gestes et les mots est omniprésent. Dernièrement l'éventail des modes d'expression de la troupe s'est élargi avec le cinéma. Dans « Transe », le corps se dédouble. Il y a le corps physique, présent sur l'espace scénique, et le corps projeté dans un espace filmique : celui de « Mammy Water », un documentaire de Jean Rouch sur la vie des pêcheurs fanti au Ghana. De la chorégraphie aux images, un dialogue s'instaure. Les thèmes du sacré, de l'héritage, du passé et du présent sont abordés. Ils servent

de socle à une interrogation plus large sur la condition humaine. Les pêcheurs du film sont à la merci des éléments, de la nature et de ce qu'elle leur fournit. Quand les poissons viennent à disparaître, qui blâmer et qui prier ? Certainement Mammy Water, la déesse de la mer. Mais avec la famine tant crainte peut venir un autre type de chaos, une explosion de violence capable de disloquer cette communauté. En 1958, Jean Rouch filme l'homme, fragile et universel. Dans le spectacle, pour représenter cette humanité, une femme, une danseuse, seule sur scène : Danielle Gabou.

Directrice artistique de la compagnie Sans Sommeil, cette dernière la représente corps et âme. Le projet de « Transe » est le sien : « ce qui m'a poussé à réaliser ce spectacle est la question de l'héritage. Je suis née en France et mon père est ivoirien. Je voulais trouver l'image, le mouvement de ce double regard dans le patrimoine culturel français et africain », explique-t-elle. Le travail de l'ethnologue et cinéaste Jean Rouch l'a toujours passionnée. « Transe », pour

l'artiste, est donc l'aboutissement d'un long processus de réflexion personnelle et de création collective. Le spectacle met en lumière la vision commune des deux chorégraphes, Julien Ficely et Danielle Gabou, sur leur art : un pont tendu entre le geste et l'idée. Danielle Gabou, la danseuse sans sommeil, incarne un mouvement perpétuel. Elle aussi a voyagé entre plusieurs disciplines, depuis l'école de danse de Rose-Marie Guiro à Abidjan jusqu'à sa venue à Nancy en 1997 et les cours de théâtre. Avec derrière, en surimpression, la force d'une femme qui trouve sur scène l'espace d'expression la plus riche et pure à la fois. Elle le reconnaît elle-même : « la scène me permet de vivre, de lutter. Il me serait difficile de continuer mon existence loin d'elle. Car vivre pour moi, c'est inventer des formes où l'on peut parler à l'autre ». ■ **Pauline CREUSAT**

Photo ©DR

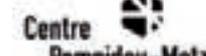


« Transe » les 19, 20 et 21 mars au CCAM de Vandoeuvre. Plus de renseignements sur le site : www.centremalraux.com

GRAND JEU CONCOURS SPÉCIAL « SALON DE VOTRE AÉROPORT »* !

Aéroport Metz-Nancy-Lorraine de loin l'aéroport le plus proche de vous !

Avec nos partenaires :



Publi-reportage

SALON DE VOTRE AÉROPORT
Samedi 5 avril 11h - 18h / Dimanche 6 avril 10h - 18h

lorraine.eu

DES ANIMATIONS & DES INVITÉS INATTENDUS

C'est Pâques avant l'heure !

Chasse à l'Œuf
6 avril à 15h

- Démonstrations et dédicaces de **Michel Roth**, grand chef Lorrain, le samedi.
- Présence de **Waly** le 06/04 de 14h30 à 16h30.
- Méga jeu concours*
- Offres spéciales salon et bien d'autres surprises vous attendent...

ENTRÉE & PARKING GRATUITS

www.metz-nancy-lorraine.aeroport.fr

aéroport METZ-NANCY-LORRAINE

*Pour participer et tenter de gagner vos vacances et bien d'autres cadeaux, rendez-vous dès le 20 mars à l'aéroport, sur notre site internet, ou sur notre page facebook. Bonne chance !

À GAGNER

- 1 séjour à Malaga pour 2 personnes offert par le tour-opérateur Marmara
- 1 séjour à Olbia pour 2 personnes offert par le tour-opérateur Donatello
- 1 séjour à Ajaccio pour 2 personnes offert par le tour-opérateur Ollandini
- 2 billets d'avion A/R pour Marseille offerts par la compagnie Twin jet
- 2 billets d'avion A/R pour Calvi ou Ajaccio offerts par la compagnie HOP !
- 2 billets d'avion A/R pour Casablanca offerts par la compagnie Jetairfly
- 1 billet d'avion A/R pour l'Algérie, offert par Air Algérie
- Des entrées pour le parc Walygator, pour le Centre Pompidou-Metz, pour les matchs de Metz Handball, pour l'exposition « Que reste-t-il de la Grande Guerre ? » au Centre Mondial de la Paix, pour Verdun expo... des livres « Ritz, Paris, Haute Cuisine » de Michel Roth dédicacés. ■

✦ *Pour participer et tenter de gagner l'un de ces nombreux lots, il vous suffit de remplir un bulletin de jeu disponible à l'aéroport ou de vous inscrire directement sur notre site internet ou sur notre page Facebook. Tirage au sort le 06 avril. Bonne chance !

Le règlement complet est déposé auprès de l'étude d'huissiers de Justice ACTA 15 Rue de Sarre – BP151266 57 074 Metz. Il est librement consultable à l'adresse suivante : www.etudeacta.fr

LA LORRAINE EN BOUTEILLE

Quiche, pâté, macarons, baba au rhum, la Lorraine ne manque pas de douceurs et de spécialités. Mais quel goût a-t-elle en bouteille ? A la découverte de ses richesses, à hauteur de verre.

La bière de Lorraine : le retour d'une duchesse

Pour trouver des traces de brassage de bière en Lorraine, il faut remonter très loin. Nos ancêtres les Gaulois fabriquaient et buvaient déjà cette boisson proche de la cervoise, chère à Obélix et Astérix. Ils lui attribuèrent même un dieu : Sucellos. Plusieurs siècles et tonneaux après, la bière est restée un breuvage de choix. « Même la cour de Stanislas Leczinski en buvait », raconte Benoît Taveneaux, directeur de l'association du musée de la Brasserie, à Saint-Nicolas-de-Port. Il précise que le bon roi Stanislas avait sa chope attitrée, en cristal évidemment. Par la suite, la région reste à la pointe du brassage grâce à l'arrivée de technologies nouvelles, amenées par les exilés alsaciens de 1870.

Selon Jean-François Drouin, directeur associé des Brasseurs de Lorraine, « La bière moderne a été inventée dans cette région » : une blonde désaltérante, légère avec une pointe d'amertume. Au plus fort de la production, 350 brasseries se disputent le marché de ce liquide à la robe dorée. Mais les petites sont mangées par les



Photos © DR

“ De la ferme à l'assiette ”

NOUVEAU



Drive des Templiers

www.drivedestempliers.com

Route de Voisel - 54200 Bruley - Tél. : 07 71 02 71 31



LIVRAISON 8 SITES SUR LA RÉGION NANCÉIENNE

Produits du terroir

- Viandes (limousine, veau, porc, agneau, volailles)
- Plats traiteur maison
- Produits laitiers
- Légumes de saison
- Vins et Bières

Panorama Tantonville



Soutireuse

Photos © DR

plus grosses, Heineken, Stella Artois ou Kronenbourg. Finie la belle tradition du brassage au pays du chardon. Depuis une quinzaine d'années, des brasseurs reprennent le flambeau, les Brasseurs de Lorraine en tête. « Nous nous battons pour redonner à la bière ses lettres de noblesse. Elle a été trop longtemps assimilée à un produit de beuverie et dépréciée par rapport au vin », regrette M. Drouin. Tous les goûts et toutes les couleurs se retrouvent dans les douze bières de la brasserie mussipontaine : blonde, ambrée, blanche. Et pour renouer avec celle des origines, les Brasseurs de Lorraine ont créé « le Loup Blond », en référence au houblon, un des ingrédients indispensables d'une boisson immortelle. 🍷

La Chambre d'Agriculture des Vosges organise son **Tartiflette géante**

11^{ème} Trail des Terroirs Vosgiens

VTT & Marche Gourmande

30 mars 2014

Des parcours au cœur de la forêt vosgienne
 Marche gourmande 10 km
 Boucle 22 km en trail individuel ou par équipe
 Boucle 22, 30 et 40 km en VTT terrain
 VTT compétition, épreuve de la Coupe de Lorraine

Marché Vosges Terroir
 Dégustation et vente de produits
 Du lundi sur le site de 9h à 13h
 Nombreuses animations

au Parc du Château d'Épinal

Inscriptions par internet : www.cda-vosges.eu
 Inscriptions VTT : 03 83 91 21 23
 Inscriptions trail et marche : 06 74 67 44 21
 Informations : Chambre d'Agriculture des Vosges - 17 rue André M... 54234 Épinal
 03 29 29 23 23 - inscriptions@vosgesvosges.com

11^{ème} édition du Trail des Terroirs Vosgiens et de sa marche gourmande le 30 mars à Épinal.

La Chambre d'Agriculture des Vosges organise le Trail des Terroirs Vosgiens et sa marche gourmande, le dimanche 30 mars 2014 au Parc du Château à Épinal.

Cette manifestation originale et chaleureuse met en avant le sport, les productions agricoles locales et les paysages naturels des Vosges. En 2013, plus de 3100 sportifs et gourmets ont eu le plaisir de participer à cette belle fête.

Les tracés formeront une boucle sur les chemins forestiers d'Épinal et des communes environnantes, avec un départ et une arrivée au Parc du château d'Épinal. Les différentes épreuves sont :

- sur 22 km un trail et une course relais (par 4, 3 ou 2 personnes) - dénivelé positif de 520 mètres
- sur 22, 30 et 40 km du VTT randonnée
- VTT compétition avec une épreuve de la coupe de Lorraine 2014
- sur 10 km une marche gourmande
- des courses scolaires pour les enfants.

Ces parcours ont pour ambition d'être le plus nature possible, en privilégiant les voies forestières, avec un itinéraire sérieux pour les sportifs, doux pour les familles avec des points de ravitaillement composés de produits Vosges Terroir.

Après l'effort, le réconfort au Parc du Château... en effet les participants profiteront d'une ambiance conviviale avec le marché des producteurs Vosges Terroir, les animations sportives pour les plus petits, mais aussi plusieurs animations agricoles. A pied ou en vélo, licenciés ou non, amateurs aux athlètes de haut niveau, en famille ou entre amis, venez profiter de cette fête conciliant le sport et plaisir. ■

Infos : Chambre d'Agriculture des Vosges - Épinal - Tel : 03 29 29 23 23
 inscription sur internet : www.cda-vosges.eu



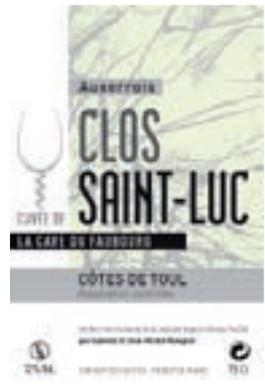
Parcelle de vigne du Clos Saint-Luc



La cave du faubourg

Vins : construire une identité

S'il existe une tradition de la bière en Lorraine, ce n'est pas le cas pour le vin. Le vignoble régional est divisé en trois zones : côtes de Toul, de Moselle et de Meuse. Les Côtes-de-Toul sont classées en AOC depuis 1998, les Côtes de Moselle depuis 2010. Pendant longtemps, ces vins ont traîné une image de boissons de piètre qualité. Grâce à une nouvelle génération de viticulteurs, plus spécialisés et plus audacieux, la cote des produits du terroir lorrain remonte doucement et sûrement. Jérôme Diguët, un des deux propriétaires de la Cave du Faubourg à Nancy, retrace cette évolution : « auparavant, le Gris-de-Toul était le porte-drapeau des vins du Toullois. Il était apprécié pour son côté fruité, acidulé. Mais le Gamay, le cépage qui le compose, n'est pas le plus noble et les vigneron ont commencé à en développer d'autres, comme l'Auxerrois ou le Pinot noir ». Par ces mariages subtiles, les viticulteurs de la région ont obtenus des blancs « fruités et ronds aux arômes de fruits jaunes », des rouges « boisés, gourmands », comme l'indique le caviste nancéien. Mais qu'apportent les sous-sols de Lorraine aux vignes et à leurs fruits ? Les terres calcaires procurent une structure au vin, une minéralité aussi. Du nord au sud, les différentes expositions des vignobles ajoutent sa richesse à la palette vinicole lorraine. « Les moins bons ambassadeurs des vins de Toul, ce sont les Lorrains ; ils restent sur une mauvaise réputation », déplore Jérôme Diguët. Malgré tout, certains domaines se distinguent comme le Domaine Regina. Même la Cave du Faubourg s'est lancée dans la production de Côtes-de-Toul avec son « Clos Saint-Luc ». Les Lorrains redécouvrent les blanc, rouges et rosés de leur région avec plaisir et curiosité. De la robe dorée de la bière aux belles jambes des vins lorrains, le tour de table s'achève. Il ne manque plus qu'un soupçon de mirabelle pour achever le repas. La Lorraine, c'est aussi ça : une reine des prunes déclinée sous toutes ses formes. Eau-de-vie, liqueur, pour aromatiser un dessert ou pimenter un cocktail, ce fruit paré de jaune reste le bel emblème de la région. ■ **Pauline CREUSAT**



Parcelle de vigne du Clos Saint-Luc



Cuves d'élevage du vin

5^E FOIRE AUX VÉLOS D'OCCASION LES 4, 5, 6 AVRIL 2014

À LA MAISON DU VÉLO DU GRAND NANCY

VOUS VOULEZ VENDRE VOTRE ANCIEN VÉLO ?

VOUS CHERCHEZ UN VÉLO D'OCCASION ?

Ne manquez surtout pas la bourse aux vélos de l'Association Planète Vélo Aventure, au profit du Festival du Voyage à vélo.

Comme tous les ans à cette période, la MAISON DU VÉLO accueille une Bourse aux cycles. Elle se déroule 54 rue Charles III à Nancy le samedi, de 9h à 12h et 13h30 à 17h et le dimanche de 10h à 12h.

Pour la Maison du Vélo du Grand Nancy, organiser de telles journées est nécessaire : proposer des vélos d'occasion peut être un moyen d'inciter à la pratique du vélo dans ses déplacements quotidiens et découvrir la structure.

Le système est simple

Dès le vendredi de 14h à 17h et le samedi de 9h à 12h, réception des vélos à vendre et estimation des prix à la Maison du Vélo 54 rue Charles III, à Nancy.

Le montant du dépôt est de 2€, 10% sera retenu en cas de vente du vélo, afin de couvrir les frais d'organisation le prix de vente est fixé par le vendeur. Toutefois, les organisateurs peuvent donner des indications de prix raisonnables.

Les vélos mis en vente doivent être **en bon état de marche**, aucune réparation ne peut se faire sur place. Les vendeurs* doivent accomplir quelques formalités administratives, présentation d'une pièce d'identité, rédaction de la feuille de vente affichée sur le vélo, détermination d'un prix. Ensuite, le vélo est exposé parmi tous les autres.

La vente commence le samedi à 13h30 à 17h et le dimanche matin de 10h à 12h.

Les acheteurs* déambulent dans l'exposition de vélos. S'ils ont trouvé le vélo qui leur convient, ils se rendent sur le stand où ils effectuent le paiement.

*Pour les acheteurs : pas de paiement par carte de crédit

Le dimanche 12h, les vendeurs viennent constater si leur vélo a été vendu ou pas. En fonction, ils repartent avec leur vélo ou le montant de la vente.

Pour cette 5^e édition les cycles seront exposés ainsi que des sièges enfants et des accessoires.

Les vélos enfants ont toujours une bonne cote ainsi que les VTT et les VTC mais le simple vélo de ville ordinaire pour aller au travail revient en force. Le vélo électrique commence à faire son apparition.

Dans ce parc de vélos, il y a bien sûr toutes les tailles, les couleurs, et surtout tous les prix du simple tricycle pour enfant à la machine de course.

En espérant vous compter parmi nos visiteurs, toute l'équipe de Planète Vélo Aventure vous donne rendez vous les 4, 5 6 avril à la Maison du Vélo du Grand Nancy. ■



La Maison du Vélo, 54 rue Charles III, Nancy.
Les 4, 5, 6 avril 2014.

5^e Foire aux vélos d'occasion



**Les 4, 5, 6
Avril 2014**

à la MAISON DU VELO Grand Nancy
54 rue Charles III - Nancy

Organisée par l'Association Planète Vélo Aventure
Au profit du Festival du Voyage à vélo

Dépôt des vélos : vendredi 4 avril de 9h à 12h et de 14h à 17h
Ainsi que le samedi 5 avril de 9h à 12h
Participation 2€ (par vélo)
Pièce d'identité obligatoire

VENTE
Samedi 5 avril de 13h30 à 17h
Dimanche 6 avril de 9h30 à 12h

10% seront retenus par vélos vendus

Les vélos non vendus sont à retirer
Dimanche 6 avril à 12h30





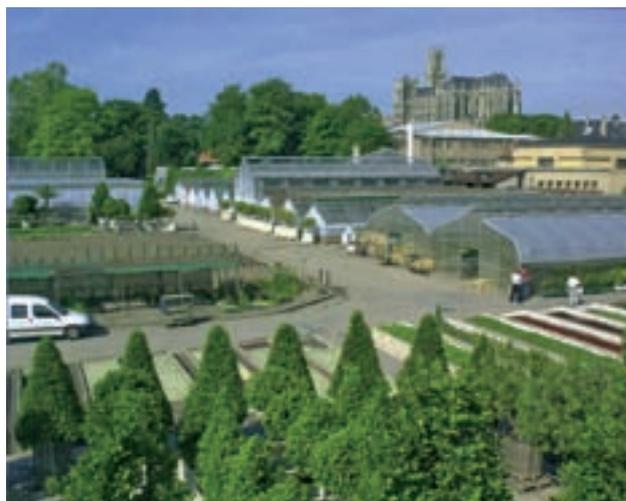




LES SERRES MUNICIPALES EN FÊTE

Les portes ouvertes, c'est la grande journée annuelle festive des serres municipales de Nancy. L'occasion rêvée de découvrir l'important travail du service des Parcs et Jardins de la Ville. L'occasion aussi d'apprendre plein de trucs et astuces dispensés par des pros aux mains vertes.

Les serres municipales ouvrent leurs portes aux visiteurs le dimanche 6 avril 2014 de 10h à 18h au 106 boulevard Lobau. Une occasion idéale pour une découverte de ce lieu de production essentiel au fleurissement de la ville et à ses manifestations. Le public pourra dialoguer directement avec les différents acteurs du Service des Parcs et Jardins. Les visiteurs auront la possibilité de découvrir en avant-première le fleurissement estival et toutes les démarches en matière de développement durable et de gestion écologique de nos espaces de nature (manifestation inscrite dans le cadre de la semaine nationale du développement durable du 1^{er} au 7 avril 2014). Par ailleurs, des éco-ateliers seront proposés : rempotage, semis et entretien de gazon, taille de rosiers, bouturage, art floral, réalisations de jardinières à partir des plantes qui ornent la plupart des jardins ; chaque participants repartira d'ailleurs avec sa composition, ou encore découverte de l'apiculture. Enfin la thématique du 11^e Jardin Ephémère de la Place Stanislas (27 septembre au 2 novembre) sera dévoilée à cette occasion.



Ces portes-ouvertes seront aussi l'occasion pour les visiteurs de mesurer toute l'évolution dans le fleurissement de ces dernières années. Les Parcs et Jardins sont dans une recherche permanente de végétaux consommant moins d'eau. Les plantes vivaces sont réutilisées d'une année à l'autre. Par ailleurs, parmi les 260 000 plantes annuelles des serres s'est généralisée la technique des boutures tardives qui permet d'éviter de chauffer trop précocement les serres. Une véritable démarche de développement durable confirmée par l'emploi de Quameronn, sympathique jument qui œuvre quotidien-

nement pour la collecte des déchets à la Pépinière. Une journée qui promet d'être riche en découverte. Vous verrez, après cette visite, vous n'observerez plus les massifs de fleurs de la même manière. ■

► "Portes ouvertes aux serres" le dimanche 6 avril 2014 de 10h à 18h au 106 boulevard Lobau à Nancy.

Photos © DR



DAOLIS

CENTRE DE LUXOPUNCTURE

Perdre du poids en douceur...

Découvrez une technique innovante, efficace et naturelle.

La luxopuncture propose aussi une aide à **l'arrêt du tabac** et à **la relaxation**

BILAN
INITIAL
OFFERT*

* Bilan offert pour toute souscription d'un forfait minimum.

Renseignements, Muriel Testa : 03 83 30 13 17 • Daolis, 13-15 Bd Joffre - 54000 Nancy • www.daolis.fr

RCS 794.443.804

LES THERMES DE BAINS-LES-BAINS



La Chaîne Thermale du Soleil est un ensemble de vingt établissements thermaux disséminés sur tout le territoire français du nord-ouest jusqu'au sud-est. Nul besoin d'aller loin pour se soigner ou tout simplement se détendre. A Bains-les-Bains, à 29 km d'Épinal, la station thermale offre un cadre apaisant, au cœur de la nature vosgienne.

Des cures spécialisées

Les Thermes de Bains-les-Bains ont une spécificité : des eaux bicarbonatées, calciques et sodiques. Elles ont des effets vasodilatateurs et anti-inflammatoires. Elles sont conseillées pour le traitement des maladies cardio-artérielles et des affections rhumatismales. Les soins prodigués avec ces dernières permettent de soulager les douleurs ou redonner un confort dans les déplacements quotidiens. Bains-les-Bains a renforcé son offre de cures en se spécialisant dans la prise en charge des spondylarthrites ankylosantes, troubles inflammatoires touchant particulièrement la colonne vertébrale. Par des séances de rééducation en bain de Kaolin, les curistes retrouvent une mobilité plus grande. Les patients ayant subi une opération peuvent aussi suivre le programme de réadaptation à l'effort physique. Le retour à des activités physiques se fait en douceur : marche nordique, gymnastique douce ou encore aqua stretching. Pour chaque curiste, l'équipe thermale propose un suivi personnalisé tout au long du séjour prenant en compte les différents symptômes, et en proposant différentes approches thérapeutiques.

La quête du zen

Chaque saison, près de 4600 curistes viennent se faire bichonner par les équipes thermales. Au programme : modelage aromatique avec bougies ou pierre chaudes, bain hydromassant, ou encore massage de récupération physique. Pas une seule partie du corps n'est oubliée. Le Nirvana est atteint avec le bain de Kaolin en apesanteur. La Kaolin, argile blanche fine et pure mélangée à l'eau thermale, place votre corps en état d'apesanteur. Les Thermes de Bains-les-Bains font aussi le pari d'allier santé, beauté et quiétude par une gamme de six formules spa : Découverte, Cœur des Vosges, Sérénité, Délices, Vitalité et Premium. Chacune a sa particularité. Le spa Cœur des Vosges ajoute à une riche panoplie de soins un massage aux fines

fleurs des Vosges de 45 minutes. Le spa vitalité redynamise le corps par 4 soins essentiels parmi ondé thermique hydromassante, douche au jet pétrissante, jets de forte pression en piscine, bains reminéralisant..., suivis de 2 activités physiques (aquabike et aqua stretching) et d'1 modelage Decléor.



Une cure à la carte

Pour les curistes pressés, il existe la possibilité de moduler son séjour ou sa thérapie à volonté. Des mini-cures sont proposées toute l'année : pour traiter le mal de dos, pour découvrir ou choisir des soins en particulier. En 2014, les Thermes ont enrichi leur sélection de mini-cures avec celles ciblant l'hypertension artérielle et la reprise de l'effort physique. Avec l'option santé active, les patients peuvent bénéficier d'un forfait de six soins à la carte. Ils ont alors l'opportunité de créer une cure sur-mesure, des séances de coaching à la marche d'oxygénation, en passant par des ateliers diététiques. Du début de votre séjour jusqu'à sa fin, Bains-les-Bains vous bichonne et vous remet d'aplomb. Et c'est reparti pour de nouvelles aventures. ■



Informations et réservations :
bainslesbains@chainethermale.fr
www.bains-les-bains.com
03.29.36.32.04

LE CONGÉ INDIVIDUEL DE FORMATION AVEC LE GRETA



La formation continue n'est pas réservée aux titulaires de CDI. A l'issue d'un contrat à durée déterminée, il est possible d'accéder à un congé individuel de formation. Le GRETA Lorraine Centre vous accompagne dans ce projet : prochaine formation à partir de juillet, il est donc temps d'y penser !

C'est l'occasion d'un rebond dans une carrière, même si celle-ci n'est pour l'instant qu'une succession de missions de courtes ou moyennes durées. Moins connu que le traditionnel congé individuel de formation dans le cadre d'un CDI, le



CIF pour CDD s'impose comme un solution adaptée aux contraintes du marché de l'emploi actuel. Mais dans la jungle des sigles, dans les méandres des demandes à adresser, le salarié a besoin d'être guidé : c'est tout le rôle d'un organisme comme le GRETA Lorraine Centre.

Une année de formation rémunérée

Le principe du congé individuel de formation est simple : permettre à qui le désire, sous certaines conditions, de suivre à temps plein pendant une année complète une formation tout en étant rémunéré. L'objectif : acquérir une qualification particulière et se reconverter. Si vous êtes demandeur d'emploi après un CDD de 4 mois consécutif ou non sur la dernière année et que vous avez 24 mois d'activité sur les 5 dernières années, vous réunissez les conditions pour bénéficier de ce congé individuel de formation.

Dans le cadre d'un CDI, vous pouvez envisager un CIF si vous avez travaillé au minimum 24 mois consécutifs ou non dont 12 dans la même entreprise.

Quelle que soit la situation, les délais d'instruction des dossiers de demandes de CIF sont assez long, il est donc temps de s'y prendre dès maintenant pour une formation qui débute en juillet.

Publi-reportage - Photos © Fotolia

computer

Réparations toutes marques Mac et PC

- ✓ Apple Care
- ✓ Interventions à domicile
- ✓ Centre Express EPSON
- ✓ Réparation Mac sous et hors garantie

NOUVEAU

✓

Nous assurons votre formation à l'utilisation de votre :

- iPhone
- iPad
- Mac
- PC

Easy Computer Nancy
143 rue Sergent Blandan
Tél. 03 83 27 57 33

Easy Store Nancy
3 avenue Foch
Tél. 03 83 35 72 00

Easy Store Épinal
ZAC des Terres St Jean
Tél. 03 29 29 04 10

Easy Computer Metz
18, rue des Augustins
Tél. 03 87 15 19 19

easy-computer.fr





Un accompagnement individualisé

Le GRETA Lorraine Centre à Nancy propose de vous accompagner et de vous aider à préparer en un an tout un panel de Bacs Professionnels, de CAP ou de BTS. Secrétariat, Comptabilité, gestion, commerce, banque, services à la personne, la plupart des secteurs pourvoyeurs d'emploi actuellement sont couverts. De Lunéville à Pont-à-Mousson, Toul ou Nancy, le cœur de la Lorraine a accès à ces formations, grâce à l'expérience du GRETA. Chaque année, 60 salariés sont ainsi accompagnés par le GRETA Lorraine Centre. Des conseillers en formation spécialisés dans le CIF permettent de proposer un accompagnement du projet des premières envies de formation, jusqu'au diplôme. L'envie de changer de cap ne nécessite pas forcément une prise de risque.

La première rencontre est en ce sens primordiale : sur rendez-vous et individualisée, elle permet de vous assurer que votre projet est réaliste et réalisable. Et ainsi d'en maîtriser les tenants et les aboutissants. Elle permet surtout d'évaluer vos capacités à partir dans la bonne direction, dans la bonne formation.

Faire appel au GRETA Lorraine centre pour se formation continue, c'est mettre toutes les chances de son côté et faire preuve de méthode pour un nouveau rebond. ■

GRETA Lorraine Centre – 29 rue des Jardiniers à Nancy
www.greta-lorraine.fr



Tracez votre avenir ↓



Vous êtes salarié(e) en CDI et avez travaillé au minimum 24 mois consécutifs ou non dont 12 mois dans la même entreprise

Vous êtes demandeur d'emploi après un CDD de 4 mois consécutifs ou non sur la dernière année **et** vous avez 24 mois d'activités salariées sur les 5 dernières années

Vous souhaitez obtenir un **DIPLÔME** en :

Secrétariat - Comptabilité - Gestion - Commerce - Banque - Maintenance - Services à la personne

_____ Le GRETA Lorraine Centre vous propose de préparer en un an un _____

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ BAC Professionnel Gestion Administration
<i>(ancien BAC Prof. Secrétariat ou Comptabilité)</i> ■ BTS Comptabilité et Gestion des Organisations ■ BTS Management des Unités Commerciales ■ BTS Assistant de Gestion PME/PMI
→ Contact : Régine Clément - 03 83 30 87 01 | <ul style="list-style-type: none"> ■ BAC Professionnel Accueil Relations Clients Usagers ■ BTS Banque
→ Contact : à Lunéville, Florence Haro
au 03 83 73 03 51 | <ul style="list-style-type: none"> ■ BTS SP3S
→ Contact : Maria Decollogne
03 83 30 87 10 ■ CAP ou BAC Pro ELEEC ■ BTS Maintenance Industrielle
→ Contact : Thierry Frain - 03 83 30 87 20 |
|---|--|---|

Formation de juillet 2014 à juin 2015

Votre rémunération peut être prise en charge par un organisme agréé au titre du Congé Individuel de Formation (sous réserve de l'accord de la commission paritaire des stages, qui examinera votre dossier)

GRETA Lorraine Centre - 29 rue des Jardiniers - 54000 Nancy - www.greta-lorraine.fr

POUR LES ENTREPRISES LES SÉNIORS « VAL DE LOR »

ET LUI, IL ÉTAIT TROP VIEUX ?

GUSTAVE EIFFEL
CONSTRUIT LA TOUR EIFFEL
À L'ÂGE DE 57 ANS

Photo de 2013, elle est contemporaine d'univers 2 mille formes de ses, tirées dans les Forges et Usines de Pontoise.

NOS SÉNIORS "VAL DE LOR" !

UNE ACTION SUR NOTRE TERRITOIRE, REJOIGNEZ LE MOUVEMENT SUR :
www.nosseniorsvaldelor.com

VAL DE LORRAINE
MAISON TERRITORIALE POUR L'EMPLOI ET LA FORMATION

Dans le cadre d'un projet européen, une démarche en faveur de l'emploi des séniors est menée sur le territoire du Val de Lorraine.

Depuis l'hiver 2012-2013, la Maison Territoriale pour l'Emploi et la Formation (MTEF) du Val de Lorraine pilote un projet appelé « Nos séniors Val de Lor ». Il concerne le maintien et la réinsertion des séniors en entreprise, via notamment différentes actions pilotes de sensibilisation à destination du public et des entreprises organisées entre Nancy et Metz. La première d'entre elles fut le lancement d'une campagne d'affichage menée sur le territoire du Val de Lorraine en mars et avril 2013. Présentant un portrait de Gustave Eiffel, elle avait pour accroche : « Et lui, il était trop vieux ? ». En effet, la construction de sa fameuse tour fut achevée en 1889, alors que l'ingénieur était déjà âgé de 57 ans. Aussi, le célèbre artiste Victor Prouvé a été le directeur de l'École des Beaux-arts de Nancy jusqu'à 82 ans... L'âge et la compétence font donc bon ménage.

Aujourd'hui, ce travail de sensibilisation de long terme se poursuit avec la réalisation d'un projet éditorial concernant des séniors en recherche d'emploi. Appelé « Nos séniors Val de Lor : Portraits », « il s'agit d'un livret où 22 séniors apportent leur témoignage et expérience, explique Bertrand Marquis, directeur de la MTEF. Incluant les CV de ces personnes recherchant un emploi, ce document numérique et imprimable est diffusé sur les sites Internet de nos partenaires (Blog séniors, Agefos-Pme, Entreprises, Conseil de Pays, Conseil Régional, etc.) ».

Yves HOTTON est plâtrier traditionnel et moderne à la recherche d'un emploi stable. Agé de 54 ans, il est en pleine forme. Dans sa carrière, il a travaillé partout : à son compte, pour des entreprises, des agences intérimaires, des particuliers.

Aujourd'hui, après 40 ans d'une carrière bien remplie et riche d'expériences, il est en quête d'une perspective professionnelle où il pourrait s'épanouir encore durant de belles années. Et surtout faire bénéficier aux entreprises de son savoir-faire et pourquoi pas transmettre ce qu'il sait aux jeunes générations car selon lui « ils en ont bien besoin ».

Yves a découvert l'existence de la campagne Nos séniors Val de Lor un peu par hasard... en effet, lorsque sa compagne a été invitée à la Maison Territoriale pour l'Emploi et la Formation du Val de Lorraine

L'audition, c'est entendre

www.entendre.com

N'attendez pas pour découvrir nos solutions auditives !

4 CENTRES D'ÉCOUTE

NANCY • 1, Place Carnot • 03 83 30 27 23

ESSEY LES NANCY • 71, Av. Foch • 03 69 61 56 35

NEUVES MAISONS • 1, Rue Jean Jaurès • 03 83 26 60 01

LUNÉVILLE • 19, Rue Banaudon • 03 83 74 55 82



© Mathieu Rousseau

pour une présentation de l'action, il était présent. Au début, il était « dubitatif ». Puis lorsqu'il a saisi les enjeux de cette opération, il s'est dit « Pourquoi pas ? ». Maintenant que son portrait est réalisé et mis en ligne sur le blog (www.nosseniorsvaldelor.com), il pense que « les choses vont mettre du temps à bouger mais ça va ouvrir des portes aux séniors ».

En effet, les représentations au sujet des séniors ont la vie dure. Yves est souvent confronté dans sa recherche d'emploi à des objections liées à son âge ou au salaire auquel il aspire. Or, il a bien conscience de la réalité du marché de l'emploi. En clair, il est prêt à accepter une mission en intérim à un salaire équivalent à son niveau d'expérience mais sans « prétendre à l'impossible ». Il passe beaucoup de temps à véhiculer ce message mais il se demande souvent : « est-ce-qu'on m'entend ? »

Yves ne perd cependant pas espoir. Il a d'ailleurs participé récemment à Val'Emploi le 20 février dernier à Blénod. Cette rencontre visait à favoriser les échanges entre professionnels des métiers du BTP et demandeurs d'emploi (action partenariale à l'initiative du Conseil Général de Meurthe et Moselle).■

Vous pouvez consulter le portrait d'Yves sur le blog : www.nosseniorsvaldelor.com

Si vous êtes intéressé par son profil, un e-mail de contact : portraits@nosseniorsvaldelor.com

60 ans de protection Santé

MUTUALITE FRANÇAISE

et pas une ride...

mutlor.fr

une vraie mutuelle, pour protéger l'essentiel...

AUDITION MUTUALISTE
VOTRE AUDITION. NOTRE PRIORITÉ.

Vous augmentez régulièrement le son de votre téléviseur ?

PROBLÈMES D'AUDITION ?

Vous faites répéter vos interlocuteurs ?

Adoptez les bons réflexes, ne restez pas isolé, PARLEZ-EN !

NOS SERVICES

- Bilan auditif gratuit*
- Essai d'aides auditives** dernière génération
- Conseils personnalisés
- Suivi et contrôle gratuits
- Tiers Payant
- Garantie 4 ans

Les audioprothésistes de l'Union Territoriale Mutualiste Lorraine vous proposent un **bilan auditif gratuit*** dans l'un de nos centres **AUDITION MUTUALISTE** du **1^{er} mars au 30 avril 2014** (sur rendez-vous).

* Bilan à but non médical sur simple rendez-vous.
** Sur présentation de l'ordonnance médicale. Voir conditions en magasin.

<p>■ NANCY 54000 - 03 83 37 62 61 45 rue des Ponts</p>	<p>■ EPINAL 88000 - 03 29 82 34 41 1 rue de la Marne</p>
<p>■ PONT A MOUSSON 54700 - 03 83 81 27 12 20 place Duroc</p>	<p>■ REMIREMONT 88200 - 03 29 62 52 52 43 rue Charles de Gaulle</p>
<p>■ HOMECOURT 54310 - 03 82 22 38 10 89 avenue de la République</p>	<p>■ METZ 57000 - 03 87 66 26 95 5 rue Charlemagne</p>
<p>■ LONGWY 54400 - 03 82 23 10 42 2 rue Thiers</p>	<p>■ THONVILLE 57100 - 03 82 53 26 00 2 avenue Clémenceau</p>



© Thinkstock

REGARDER VERS LE HAUT

Le plafond aussi mérite d'être décoré. Tout cet espace libre ne saurait en effet se contenter d'une banale peinture blanche. Trouvez un escabeau et l'inspiration suivra.

Les plafonds sont partout : pas une seule pièce intérieure ne saurait s'en dispenser. Pourtant, ils sont rarement mis en valeur. Les corniches et les peintures chargées des siècles précédents sont les seules traces d'une époque où les décorateurs regardaient un peu plus haut que leurs épaules. Heureusement, il n'est pas si difficile de pallier cette défaillance. Il suffit d'un peu d'imagination et de quelques astuces pour prendre à nouveau plaisir à lever les yeux au ciel.

Un peu plus haut

Même les pièces les plus basses de plafond peuvent grandir. Pour cela, il suffit de jouer sur les couleurs. Peindre la voûte et le haut des murs – par exemple dans leur dernier huitième – d'une même teinte permet de les démarquer du reste des cloisons. La zone n'aura pas nécessairement l'air plus élevée mais elle sera en tout cas dynamisée. Sachez que les peintures laquées reflè-



© Thinkstock

tent la lumière, ce qui agrandit toujours visuellement l'espace. Le bleu, le rouge et l'or figurent d'ailleurs parmi les teintes qui réagissent le mieux à l'éclairage artificiel. Au passage, donnez un coup de neuf aux poutres : les coloriser en blanc est une idée lumineuse, qui nôte rien à leur aspect rétro. Les peintures glycérophtaliques comptent parmi celles qui s'accrochent le mieux quel que soit le support choisi, une information utile si vous n'êtes pas certain du matériau sur lequel vous allez devoir travailler.

Travail d'artiste

Les rosaces centrales focalisent l'attention sur le cœur de la pièce. Si vous possédez quelque talent de dessinateur, tracez la vôtre selon vos goûts en remplaçant les raisins et roses antiques par des motifs plus modernes : de son côté, Philippe Starck a opté pour des tongs ! Les pochoirs, quant à eux, rassureront les plus inquiets. Ne les réservez pas aux bordures de la pièce : partez du milieu et imaginez une frise géante. N'ayez pas peur des ruptures de rythme et conservez quelques espaces vierges, au gré de votre inspiration : l'essor et la dissémination d'un même dessin sur cette toile géante racontera toujours une histoire.

En relief

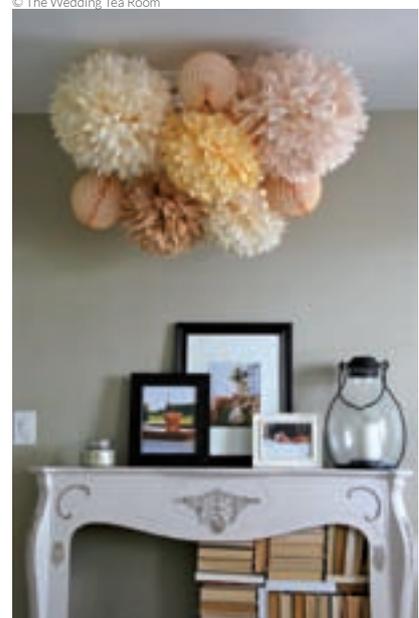
Si les stickers ont l'avantage de décorer tout en évitant les risques de taches de peinture sur les planchers, ils pourront eux-mêmes être remplacés par des accessoires encore plus originaux. Des fleurs en tissu, accrochées sur des fils de pêche, prendront un envol des plus poétiques quand un ciel d'ampoules (dont seules certaines seront reliées à l'électricité) créera un étonnant jeu de lumière. Les cadres photos pourront éga-

lement se retrouver au plafond, dès lors que leurs fixations sont assez solides. Il existe même des pots de fleurs spécialement conçus pour être suspendus, grâce à un couvercle de céramique qui empêche plante et terreau de subir la gravité. Voilà qui permet de gagner de la place !

Tout simplement

Les toiles tendues permettent par ailleurs de camoufler les défauts d'un plafond tout en l'embellissant et en améliorant l'isolation de la pièce. Si leur prix peut paraître élevé, il reste toujours inférieur à celui de travaux de rénovation plus poussés. Leurs dessins sont variés et il est même possible de les faire réaliser sur mesure. Par contre, pour une pose effectuée dans les règles de l'art, il est préférable de passer par un professionnel, qui sera également capable d'inclure les éclairages indispensables. ■

© The Wedding Tea Room



LE SPÉCIALISTE DU MEUBLE

NOTRE PROMOTION



BAHUT en chêne* avec incrustation de
céramique, 4 portes et un tiroir
L 2,20m / H 0,50m / P 0,90m
(autres dimensions possibles, nous consulter) **1490€**



VITRINE en chêne* avec
incrustation de céramique,
2 portes
L 1,25m / H 1,87m / P 0,45m
1340€



CHAISE en chêne* avec
incrustation de céramique
235€



TABLE en chêne* avec
incrustation de céramique
L 1,80m / L 1m plus
une allonge de 0,70m
incorporée
1380€

*Façade, portes, tiroirs, structure table en
chêne massif, le reste en placage chêne.

**ENEZ DÉCOUVRIR BIEN D'AUTRES ENSEMBLES
DANS NOTRE FERME EXPOSITION DE 800 M²**

*Nous relookons également vos meubles et votre cuisine
de façon professionnelle, n'hésitez pas à nous consulter.*

la Maison du Massif

www.maison-du-massif.fr • LE SPÉCIALISTE DU SUR-MESURE ET DU RELOOKING •

54210 VILLE-EN-VERMOIS - Tél. : 03.83.46.55.66

Ouvert au public du Lundi au vendredi de 14h à 18h30, et le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h30

PETITE CUISINE DEVIENDRA GRANDE



© Ixina

Le manque de place ne doit pas vous empêcher de profiter de tous les aspects d'une cuisine moderne. Il existe plusieurs façons d'accommoder l'espace à votre sauce...

© Thinkstock



La cuisine est une pièce centrale : on y prépare à manger, on y range de nombreux ustensiles, on y fait la vaisselle, on s'y réunit... Et pourtant, cette zone n'est pas toujours celle qui occupe le plus de mètres carrés dans l'agencement de nos demeures. Souvent reléguée en bout de salon, elle n'est parfois pas plus large qu'un étroit couloir, quand elle ne remplace pas un ancien placard. Néanmoins, de nombreuses idées permettent de réinvestir cet espace, voire de l'agrandir, au moins visuellement.

Trompe-l'œil

Jouer avec les coloris fait toujours bonne impression. Si les couleurs claires augmentent la luminosité, il peut cependant être intéressant de s'appuyer sur des teintes plus foncées. Le contraste entre un pan de mur sombre, situé au fond de la pièce, et d'autres cloisons plus lumineuses apporte plus de profondeur à la pièce. Il ne faut pas hésiter non plus à miser sur les tonalités vives, qui créent un effet dynamique en démarquant cette zone de ce qui l'entoure. Ceci est particulièrement pertinent si la cuisine n'est pas séparée du salon ou de la salle à manger. Vous pourrez cependant préférer miser sur le principe des cuisines ouvertes, où tous les éléments de cuisson restent dissimulés derrière des placards anonymes et sans poignées. Avec cette option, la cuisine se fond dans son environnement, ce qui est une autre manière de gagner en taille.

Bas les murs

Il faut aussi s'interroger sur la pertinence des cuisines séparées. Abattre une cloison permet indéniablement de gagner de l'espace. Vous pouvez même ne faire que la moitié du travail et transformer une demi-cloison pour qu'elle fasse office de bar ou de passe-plat. Par ailleurs, supprimer la porte traduira votre esprit d'ouverture. Les modèles vitrés ou translucides apportent également plus de lumière et diminuent la sensation d'enfermement. Pour faciliter vos



© Thinkstock

déplacements entre les armoires de rangement, préférez les portes coulissantes, voire dépourvues de poignées, qui grignotent moins d'espace que leurs homologues à battants.

Fil rouge

L'électroménager trouve également sa place sur le plan de travail. De même qu'au-dessus et en dessous : n'hésitez pas à installer un four en hauteur ou un mini-frigo sous la machine à café ! Les appareils polyvalents seront vos alliés : le four combiné gril et micro-ondes est plus efficace que vous ne le pensez et il existe même des mini-lave-vaisselles qui pourraient nettoyer tous vos préjugés. Les hottes encastrables, qui disparaissent quand vous n'avez plus besoin d'elles, n'ont d'ailleurs rien à envier aux machines à espresso compactes : la plus étroite actuellement sur le marché mesure moins de 15 cm de large.

De haut en bas

Pour vous aider, comptez sur ce maître mot : l'optimisation. Utilisez des barres de crédence pour accrocher tout ce qui ne rentre pas dans les tiroirs, remplissez l'espace au-dessus du frigo avec vos livres de cuisine après avoir accroché sur celui-ci des pots à épices magnétiques... Chaque endroit peut se rendre utile et même le plus petit recoin est à même d'accueillir vos précieux ingrédients. Le cas échéant, faites réaliser des meubles sur mesure : c'est le meilleur moyen de bénéficier d'une cuisine réellement fonctionnelle. Le secret des armoires bien rangées réside peut-être dans des étagères d'angle adaptées et de larges modules coulissants pour les casseroles... ■

/perene

DU 15 MARS
AU 12 AVRIL 2014

Profitez
d'un crédit
à 0%*

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifier ses capacités de remboursement avant de vous engager.

* Offre réservée du 15 Mars au 12 Avril 2014 pour un montant de financement jusqu'à 75 000 €. Maximum de durée 60 mois.

Le crédit est financé par un prêt personnel à taux fixe à un montant de 15 000 €, sans commission. La mensualité de 275,76 € (hors assurance) est payable sur 60 mois. Le montant total du prêt est de 16 500 €. En cas de souscription d'un assurance, la mensualité de crédit à la consommation sera de 275,76 € (hors assurance) et le montant total du prêt sera de 18 000 €.

Une adresse à 60 places est en vente PERENE 142 Bis rue Saint Dizier 54000 Nancy. Pour plus d'informations, contactez-nous au 03 83 21 87 85. Le montant total de la vente est de 1 200 000 €. Le montant total de la vente est de 1 200 000 €. Le montant total de la vente est de 1 200 000 €.

Cuisine
Bain
Rangement

Rebroyez tout Perene sur www.perene.com et www.facebook.com/perene

Une adresse design au cœur de Nancy !

D'une superficie de 130 m², ce véritable atelier de cuisine, du bain et du rangement conçu, bénéficie d'une situation privilégiée en centre ville et d'une belle visibilité grâce à de larges baies.

L'histoire de Perene s'enracine dans une contrée aux multiples essences, faite de forêts, de plaines et d'altitude : la Haute-Savoie. L'entreprise familiale y est née en 1938 et y a grandi, au rythme des saisons et de l'amour du travail du bois. Petit à petit, elle a pris son essor dans les univers de la cuisine, de la salle de bains et des rangements sur mesure, en cherchant, pour leur mise en œuvre, des femmes et des hommes partageant la même passion du beau produit, le même sens du détail et de la finition, pour agencer et décorer les espaces de vies. Aujourd'hui, le travail s'est affiné, les matériaux et les process de fabrication se sont modernisés mais l'esprit originel habite toujours chaque création, chaque conception aux tonalités plurielles. Avec 145 agenceurs en France, Suisse et Belgique, Perene traduit les aspirations, les histoires et les souvenirs de chacun dans des projets uniques, où le goût des autres, le plaisir et le partage guident l'inspiration. Partenaire de l'association Prioriterre, Perene bénéficie des certifications ISO 9001, ISO 14001 et propose des bois certifiés PEFC. ■

 / Perene
142 Bis rue Saint Dizier
54000 Nancy
Tél. : 03 83 21 87 85
www.perene.fr

Ouvert du mardi au vendredi de 10h à 12h et de 15h à 18h30.
Le samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h

VOTRE PROJET ÉCO-CONFORT "CLÉ EN MAIN"

Spécialiste en économies d'énergie et confort durable depuis 1999, Vivréco s'engage à vous offrir la meilleure solution pour votre maison !

Pour Vivréco, le confort c'est obtenir la température choisie grâce à un système pratique utilisant au maximum les énergies renouvelables gratuites.

Le saviez-vous ?

- Nous consommons plus de 83 millions de barils de pétrole par jour. Et notre consommation ne cesse d'augmenter encore... A ce rythme, les réserves de pétrole seront épuisées en moins de 40 ans.
- Entre 1850 et 2011, le nombre d'habitants sur notre belle planète a été multiplié par 6.
1,3 milliards d'habitants en 1850, 1,6 milliards en 1900, 2,5 milliards en 1950, 6 milliards en 2000, 7 milliards en 2011... Les études démographiques avancent le chiffre de 9 milliards en 2050 !
Toutes les populations aspirent au confort et à la mobilité. La vie sur Terre deviendra impossible si nous ne réussissons pas la vraie **transition énergétique**.

Celle consistant à réduire le besoin et à **passer aux énergies renouvelables ; propres, très économiques et par définition inépuisables**.
Pour Franck Triboulot, patron de Vivréco, plus que jamais, il nous faut redoubler d'efforts pour trouver des solutions techniques et **réduire notre production de gaz à effet de serre**.

Pour le transport ce n'est pas simple, mais pour l'habitat toutes les solutions existent et sont très simples à mettre en œuvre. C'est le métier de Vivréco.

Vivréco est un groupe d'une cinquantaine de personnes, passionnées par les énergies renouvelables et notamment le chauffage géothermique. Vivréco propose également des solutions bois-énergie ou solaire si elles sont mieux adaptées.

Pompes à chaleur géothermiques et aérothermiques, **chaudières** à granulés automatisées à bois bûches, **capteurs solaires** thermiques et photovoltaïques.

Vivréco met tout en œuvre pour vous garantir confort et économies en construction neuve comme en rénovation :

En construction neuve, Vivréco propose des systèmes performants, consommant seulement 100€ par an pour 100 m².

En remplacement de chaudière, les équipes Vivréco connectent votre nouveau système sur les radiateurs existants.

A chaque maison, sa solution !

Chaque maison est unique, par son architecture, sa localisation, les isolants retenus et par vos attentes... Vivréco vous écoute, vous conseille et vous accompagne pour que la solution choisie soit la mieux adaptée.

Grâce à son bureau d'études thermiques, Vivréco étudie votre projet sur mesure et prend la responsabilité du dimensionnement de votre installation. L'étude est offerte et sans engagement.

Une solution clé en main

Parce que nous vous devons l'excellence, **de A à Z et pour longtemps**, nous vous offrons la solution "clé en main" : études thermiques, fabrication des pompes à chaleur, forage géothermique



le cas échéant, intégration de solutions globales éco-habitat, pose et service après vente par nos propres équipes.

Fort d'une expérience de 15 ans et de plus de 3500 clients qui nous font confiance, Vivréco s'engage dans une démarche globale garantissant la fiabilité de ses installations.

Situés à Anglemont (Vosges), nos ateliers de fabrication vous ouvrent leurs portes si vous souhaitez les visiter.

Les solutions Vivréco

Géothermie, aérothermie, bois énergie, solaire... les solutions sont multiples.

Pour la géothermie, si vous n'avez pas la chance d'habiter près d'une source thermique, vous pouvez utiliser une pompe à chaleur géothermique pour chauffer l'eau de votre installation.

La pompe à chaleur fonctionne selon un principe thermodynamique qui consiste à transférer, via un fluide caloporteur, de l'énergie d'un niveau à basse température vers un niveau à température plus élevée.

3 techniques sont possibles

- La géothermie dite "horizontale" : La pompe à chaleur capte les calories dans votre jardin sur une surface calculée pour votre maison. Sur cet espace, pas d'arbre ni de construction, seulement de la végétation de surface.
- La géothermie dite "verticale" : Dans ce cas, la pompe à chaleur capte les calories dans un ou plusieurs forages jusqu'à 100 m de profondeur. Le capteur vertical a une durée de vie d'au moins 100 ans, sans entretien. Vous devenez ainsi propriétaire de votre source d'énergie et vous valoriser votre immobilier.
- La géothermie sur nappe phréatique (ou aquathermie) : Ici c'est l'eau qui circule naturellement dans le sol qui alimente la pompe à chaleur. Le rendement est élevé et la solution pertinente si la disponibilité de l'eau est garantie.

En géothermie, c'est le rendement global de l'installation qui est très intéressant. En effet, la pompe à chaleur géothermique fournit en moyenne 4 à 5 fois plus d'énergie calorifique qu'elle ne consomme d'électricité. Ce qui représente une économie de 60 à 80% sur la facture de chauffage grâce à une énergie renouvelable et gratuite.

En France, l'objectif géothermie fixé par le Grenelle de l'environnement est de 1,3 millions de tep. Est prévu l'équipement en pompes à chaleur de 2 millions de foyers, le tout d'ici à 2020. (source : www.actu-environnement.com). ■

GÉOTHERMIE | AÉROTHERMIE | BOIS | SOLAIRE

Confort pratique et durable ...



En Lorraine, on n'a pas de pétrole ... mais on y fabrique des pompes à chaleur de qualité. Vivréco, concepteur, fabricant et installateur depuis 15 ans vous accompagne dans votre projet et vous offre la solution clé en main !

Je veux économiser :

A chaque maison sa solution.

Géothermie horizontale, verticale, aquathermie, aérothermie haute température ... les systèmes Vivréco vous apportent **confort total et repos total**.

Connectés directement à votre installation actuelle, vous économisez de 60 à 75% de votre facture de chauffage.

Je construis :

Optimisée pour les maisons neuves de 70 à 150 m², «ma petite géo» s'installe comme une chaudière murale.

Elle est simple, silencieuse et très économique :

100 € d'électricité par an pour 100 m² !

De série, un système de rafraîchissement gratuit en été.

Nouveauté Vivréco, fabriquée à Anglemont (Vosges), elle est garantie 7 ans toutes pièces sans contrat d'entretien.

Couplée à une énergie solaire, votre maison devient positive.



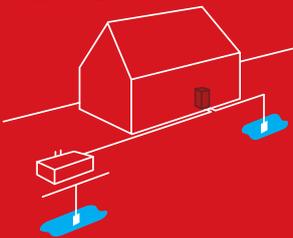
ma petite géo



GÉOTHERMIE



AQUATHERMIE



AÉROTHERMIE



Vivréco

systems

GÉOTHERMIE
AÉROTHERMIE
BOIS & SOLAIRE

14, rue du Bois Menu
88700 XAFFEVILLERS

Tél. 03 29 38 64 66 - www.vivreco.fr

3600 clients font confiance à Vivréco, l'étude de projet est offerte et sans engagement, j'appelle : 03 29 38 64 66



COMMENT PRODUIRE SA PROPRE ÉLECTRICITÉ SOLAIRE

◆ S'engager dans la production d'énergie photovoltaïque nécessite une importante préparation, afin d'optimiser au maximum l'utilisation des rayons du soleil.

Malgré une politique énergétique instable, le photovoltaïque continue de séduire les Français. Selon le bilan tiré début février par les grands acteurs du marché, la production a ainsi augmenté de 16,2 % en 2013, par rapport à l'année passée. Suivez le guide pour adopter l'énergie solaire.

Concevoir son projet

L'Ademe (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie) estime qu'une installation photovoltaïque de 25 m² permet de produire environ 2 500 kWh par an, soit l'équivalent de la consommation électrique (hors chauffage, cuisine et eau chaude) d'une famille de quatre personnes.

Il convient d'abord de déterminer si cette solution est avantageuse dans votre cas en fonction de l'ensoleillement naturel de votre région de résidence et de l'orientation de votre toit, idéalement positionné plein sud et ne subissant aucune ombre portée issue des bâtiments voisins. Cette démarche est d'autant plus intéressante que le logement est énergiquement performant, ce qui implique de réaliser d'autres efforts au quotidien.

Par ailleurs, le coût d'une installation photovoltaïque varie entre 10 000 et 14 000 €

et ne bénéficie plus de facilités fiscales, hormis une TVA réduite à 10 %. L'écoprêt à taux zéro est ainsi exclu de son financement, tandis que l'éligibilité de cet équipement au crédit d'impôt accordé pour des dépenses en faveur du développement durable a été supprimée depuis le début de l'année 2014. L'amortissement de cet investissement ne peut donc se faire qu'à long terme, en diminuant vos besoins en électricité extérieure ou en revendant votre propre production.

Pour évaluer la faisabilité de votre projet vous pouvez vous renseigner auprès d'un

Espace info-énergie. De même, EDF ENR propose de réaliser un devis photovoltaïque gratuit à votre domicile.

Les étapes pas à pas

Une fois votre décision prise, vous devez pour cela adresser une demande d'autorisation préalable de travaux à votre mairie. Si vous résidez en copropriété, un vote en assemblée générale doit, en outre, approuver ce chantier. De plus, pour pouvoir injecter votre production d'électricité sur le réseau général, vous devez effectuer une demande de raccordement auprès de ERDF ou d'une entreprise locale de distri-





bution (ELD). L'opérateur a alors un mois pour vous faire parvenir un devis et devra réaliser cette intervention dans les deux mois suivant votre accord.

Ce raccordement n'est cependant pas imposé dans le cadre d'une démarche d'autoconsommation, c'est-à-dire dans l'hypothèse où vous optez pour un équipement de stockage de votre surplus d'électricité pour l'utiliser plus tard, au lieu de la revendre. Ce choix dépend essentiellement d'un calcul financier, sachant qu'à l'heure actuelle, le prix de rachat de votre énergie est plus élevé que celui auquel l'opérateur vous vend de l'électricité extérieure. Néanmoins, cette équation tend à s'inverser en raison de la baisse continue du tarif de rachat qui incite les particuliers à se tourner vers l'autoconsommation.

Reste à choisir l'entreprise qui installera vos panneaux solaires. En la matière c'est la loi de la concurrence qui s'applique. Pour éviter les mauvaises surprises, faites tout de même appel à un professionnel bénéficiant de la mention « reconnu Grenelle environnement » (RGE), qui garantit un engagement dans une démarche de qualité. De même, assurez-vous de la conformité de l'installation aux normes en vigueur. ■

◆ Liens utiles

Espace info-énergie : www.contacteie.infoenergie.org

Tout sur l'énergie solaire : www.photovoltaique.info

MAISONS NOBLESS

CONSTRUISEZ SEREINEMENT VOTRE MAISON



Nancy 03 83 44 88 67
Metz 03 87 56 97 97

IMAGINEZ VOTRE MAISON...

**ET CONSTRUISEZ VOTRE RÊVE
AVEC MAISONS NOBLESS !**

Depuis 25 ans, MAISONS NOBLESS a construit 2 000 maisons en Lorraine, toutes différentes car adaptées aux désirs et besoins de chacun.

Et vous, quelle sera votre maison ?

*Optimisez votre
performance énergétique
avec le gaz naturel!*









FERMOLOR

MENUISERIE PVC, ALUMINIUM ET BOIS



■ Ma Fenêtre

- Ma Porte d'Entrée
- Mes Volets Roulants
- Mes Volets Battant
- Mon Portail
- Ma Porte de Garage
- Ma Clôture ■ Mes Stores...



ESSEY-lès-NANCY

La Porte Verte
12 rue des Maillys
Tél. 03 83 21 59 91

L'ARROSAGE AUTOMATIQUE, PRATIQUE ET ÉCONOMIQUE



Dès que l'on passe d'un petit jardinet à un terrain un peu plus grand, la question de l'arrosage automatique devient inévitable ! Bien que ce système présente des avantages indéniables qui en font la coqueluche de tout jardin digne de ce nom, il suppose toutefois de posséder certaines connaissances pratiques pour éviter que ce bon plan ne devienne un gouffre financier.

Des atouts insoupçonnés

Sans surprise, c'est avant tout l'automatisme du dispositif qui le rend si populaire. Le système d'arrosage automatique permet de laisser à demeure plusieurs électrovannes – les points de sortie de l'eau – à différents endroits du terrain et de programmer l'installation pour qu'elle se déclenche toute seule à heures fixes.

Si beaucoup de particuliers entendent ainsi se libérer du fardeau de l'arrosage quotidien, ils ne se doutent pas forcément qu'ils vont réduire du même coup leur facture d'eau de façon notable. Car employé correctement, l'arrosage automatique permet de réaliser

des économies de 30 à 50 % ! Un bon point économique mais aussi écologique puisque l'eau est une ressource précieuse.

Pour ce faire, il est toutefois nécessaire de se renseigner auprès de spécialistes du jardin. Tant pour la santé de votre pelouse que pour celle de votre portefeuille, il est ainsi essentiel de ne pas surestimer les besoins en eau de votre terrain. La quantité journalière à déverser est une affaire de calcul qui tient également compte du phénomène d'évaporation. L'arrosage programmé de nuit est d'ailleurs le plus économe et le plus efficace.

À chaque terrain son installation

Il faut par ailleurs mettre un terme à certaines idées préconçues selon lesquelles l'installation d'un arrosage automatique est onéreuse. Tout dépend en réalité du système sélectionné.

Les installations de surface sont les plus simples et coûtent une petite centaine d'euros. Il s'agit, en l'occurrence, de mettre en place un réseau de tuyaux simplement posés sur le sol. Cette technique, réalisable par tout particulier, permet de dispenser un arrosage classique par aspersion – l'idéal pour la pelouse puisqu'il reproduit l'effet de la pluie de façon homogène – mais aussi à faible pression, dans le cas d'une micro-irrigation par goutte à goutte qui cible les racines de vos plantes. Autre avantage, elle est modulable à souhait. Néanmoins, ce système dit aussi « volant », est peu esthétique puisque les tuyaux reposent dans le jardin et ne convient qu'à des zones réduites dans la mesure où un vaste espace nécessiterait l'installation d'un trop grand nombre de tuyaux, engendrant un risque accru de fuites et une perte de pression.

C'est pourquoi les terrains de plusieurs centaines voire milliers de mètres carrés impliquent la pose d'un arrosage automatique enterré. Bien que l'esthétique soit ici parfaite grâce à un réseau de tuyaux souterrain, ce dispositif implique de faire réaliser une étude technique préalable par un professionnel (comptez environ 150 €) afin de définir le nombre et l'emplacement des électrovannes ainsi que la description détaillée du réseau enterré. Ceci étant fait, vous pourrez procéder vous-même à l'installation ou la faire réaliser par une entreprise spécialisée, avec un coût bien évidemment plus élevé. ■



FAITES LE GRAND PLONGEON AVEC PISCINES DE L'EST

Aujourd'hui, la piscine n'est plus un luxe. Elle fait désormais partie intégrante de la maison. Avec un grand choix de bassins, des plus petits aux plus grands, des plus classiques aux plus originaux, Piscines de l'Est leader sur le secteur saura vous conseiller pour réaliser votre rêve.

La réputation de Piscines de l'Est installée sur la zone des Baraques à Laxou n'est plus à prouver, elle rayonne aujourd'hui sur trois départements : Meurthe et Moselle, Vosges et Meuse, c'est dire à quel point le dynamisme et le savoir faire de Michèle et Didier Antoni, fondateurs de la société sont passionnés par leur métier.

Faire le choix d'acheter une piscine est toujours une étape importante. Quel modèle choisir ? À fond plat ou en pente ? Quel budget ? Faut-il un permis de construire ? Autant de questions sur lesquelles Didier Antoni

saura vous guider. Chez Piscines de l'Est on respecte les envies, la faisabilité du projet, le budget du client et le respect des délais. Pas de mauvaises surprises de dernière minute, l'entreprise se déplace chez vous, élabore des simulations afin que votre rêve ne vire pas au cauchemar et colle au mieux à vos besoins. Avec plus de 240 modèles, vous aurez l'embarras du choix !

Formules adaptées selon vos envies : Kit, semi kit, clé en main

La formule kit : C'est la plus économique, elle comprend la livraison de la totalité du matériel, de la coque à la pompe en passant par les projecteurs, mais laisse au client le soin des travaux d'installation, selon un manuel de pose fourni.

La formule semi-kit : Piscines de l'Est assure la préparation du sol, la mise en place, et la mise à niveau. Le client s'occupe du remblai, des à-côtés et du raccordement.

La formule clé en main : Elle dispense le client du moindre travail, Piscines de l'Est s'occupe de tout, préparez votre maillot, et détendez vous.

Les nouveautés : SPA, piscine hors sol, hammam et sauna. Pour les impatientes, Piscines de l'Est vous propose une nouvelle collection de spa et de piscines hors sol. L'occasion de se rafraîchir cet été en un temps record, les enfants seront ravis !!

Piscines de l'Est commercialise tous les articles de base liés à la sécurité et l'entretien de votre piscine : abris modulables pour couvrir votre bassin en hiver, pompes à chaleur, accessoires de nettoyage, sans oublier divers articles de décorations, colonnes, lion, et balustrades toutes en béton teinté. ■

◆ Piscines de l'Est, Les Baraques 54520 Laxou • 09 75 91 08 51 et 06 98 24 30 64
www.antoni-piscine-est.com

Publi-reportage



PISCINES DE L'EST

PISCINES • SPA • HAMMAM • SAUNA

- ✓ Entretien et construction de piscines
- ✓ Terrassement extérieur
- ✓ Aménagement paysager
- ✓ Rénovation
- ✓ Équipement et maintenance
- ✓ Matériel de protection et sécurité
- ✓ Produits d'entretien
- ✓ Espace boutique
- ✓ Assistance technique

La piscine n'est plus un luxe, passez du rêve à la réalité !



LES BARAQUES 54520 LAXOU
TÉL. 09 75 91 08 51 / 06 98 24 30 64
www.antoni-piscine-est.com

Un choix de plus de 240 modèles
(Garantie décennale)



UNE SERRE POUR ABRITER VOS PLANTATIONS

La serre de jardin est idéale pour cultiver son potager ou prendre soin de plantes délicates.

Si vous souhaitez pouvoir cultiver vos légumes toute l'année sans subir les aléas de la météo, la serre de jardin est faite pour vous. Défiant le cours normal des saisons, cette installation permet aussi de protéger les plantes des nuisibles et le jardinier des intempéries ! Forte de ces atouts, la serre se décline selon vos besoins.

La tradition a du bon

Élégante avec ses parois de verre – ou en plastique, moins coûteux –, présentant un espace rationnel et optimisé de forme rectangulaire, la serre traditionnelle de jardin reste une valeur sûre. Faites toutefois attention aux dimensions, un amas de pots prend vite de la place ! Comptez au moins une surface de 2 m sur 4 pour pouvoir circuler autour d'une table centrale.

La serre dite « adossée » offre d'autres avantages. Positionnée contre l'un des murs de votre maison – à l'inverse de la serre traditionnelle placée en plein vent –, cette installation conserve mieux la chaleur, en contrepartie d'un ensoleillement moins important. C'est pourquoi il faut veiller à la monter sur le côté sud de l'habitation. Astuce: la serre adossée peut aussi faire office de jardin d'hiver !

Les atouts du modulable

Afin de limiter l'investissement qui atteint facilement plusieurs centaines d'euros avec une structure en dur, vous pouvez préférer opter pour une serre « tunnel ». Constituée en film plastique souple, elle constitue la solution la plus économique et la plus simple à mettre en œuvre. Mais en tant qu'installation précaire, cette option suppose tout de même un usage limité au maraîchage ou à la protection des plantes en période de gel, là où la version traditionnelle permet de cultiver des plantes exotiques ou fragiles toute l'année.



Concept PVC
110 rue Marcelin Berthelot
Zone Champ le Cerf
54230 Neuves Maisons
Tél : 03 83 47 00 36
www.conceptpvc.fr

NEUF & RÉNOVATION

FENÊTRES • STORES • VÉRANDAS

PORTES D'ENTRÉE • PORTES DE GARAGE

PORTAILS & VOILETS ROULANTS

ÉCRANS DE JARDIN PVC

LE PVC
RECYCLABLE
À 100%

Produit fabriqué en
France



AVANT



APRÈS



RECONNU
GRENELLE



*Dominique Bazelaire, concepteur
à votre service depuis plus de 30 ans.*



Quant à ceux qui n'ont qu'une simple terrasse mais souhaitent tout de même pouvoir abriter leurs plantations, il existe des serres de balcon qui permettent de créer une sorte de loggia.

Rappelons enfin que toute installation permanente supérieure à 5 m² de superficie et à 12 m de hauteur implique une déclaration préalable de travaux en mairie. Une contrainte à laquelle vous pouvez échapper avec une serre tunnel, tant qu'elle reste montée moins de trois mois dans l'année. ■



Mesure  Tradition
LA TRADITION DU FUTUR

**Votre Constructeur de
Maison Individuelle
en Lorraine !**

Mesure et Tradition
74, avenue Foch
54000 NANCY

03 83 28 78 79
mesure-et-tradition@wanadoo.fr
www.mesure-et-tradition.com

Nos agences :
NANCY / COMMERCY / EPINAL / THIONVILLE

PASSEZ EN REVUE VOS OUTILS DE JARDIN



© Thinkstock

C'est le printemps ! Le jardinier consciencieux doit penser à organiser sa saison. Il faut préparer et planifier vos nouvelles aventures horticoles et potagères. Il est temps de revisiter la cabane ou le coin où vous entreposez le matériel du jardin.

Une check-list pour jardinier

Au potager ou au jardin floral, les outils de base sont les mêmes. Et pour votre terrasse, la panoplie élémentaire ne change pas. Vous en adapterez bien entendu le format au travail en pot et en jardinière.

Préparez le terrain

La bêche et le louchet ont la même utilité : retourner la terre et l'ameublir. En complément, pour un terrain lourd et caillouteux, vous utiliserez avec soulagement pour votre dos une fourche bêche. Adoptez sans hésiter la griffe ou croc de jardin, munie de quatre ou cinq dents fines à section triangulaire. C'est un outil polyvalent pour la préparation du sol, le nivelage et l'ameublissement. Enfin, vous apprécierez l'usage du sarcloir, cousin de la serfouette en plus robuste, qui vous servira à désherber, à aérer le sol et même à piocher superficiellement. Pour le balcon, vous utiliserez de petits outils à main, comme la griffe et le transplantoir. Cette minipelle pointue sert à la plantation et au repiquage de petits végétaux, ne vous en privez surtout pas.

Le potager

Au jardin des délices, le matériel se spécialise et se diversifie. Le jardinier chevronné utilisera la binette pour sarcler au pied des plantes à végétation basse et il se munira d'une subraclette et d'une ratissoire pour les végétaux à tige. Faites-vous conseiller utilement par un professionnel de jardinerie selon la nature de vos projets. En tout cas, n'oubliez pas de compléter votre panoplie par un râteau à long manche, une houe pour les lourdes tâches, un plantoir conique pour

enfouir les semences et l'indispensable cordeau pour tracer vos sillons bien rectilignes.

Le jardin d'agrément

On retrouve nombre d'outils cités pour le potager, mais ils sont utilisés différemment. La bêche, par exemple, servira à la préparation des plates-bandes et la binette sera réservée au désherbage. Très pratique pour les terrasses et balcons, le couteau désherbeur à lame incurvée et tranchante, est un outil de précision pour déterrer et couper les racines de chiendent. Plus spécifiquement pour le jardin décoratif, vous choisirez avec soin votre sécateur. Il vous accompagnera en permanence pour tailler un arbuste, rafraîchir une plante grimpante, nettoyer un carré de vivaces, ôter des fleurs fanées ou confectionner un bouquet. Choisissez-le à votre main. Il en existe pour les gauchers. Optez pour un manche ergonomique et pour un modèle à enclume, la lame tirante facilitant la coupe. Pour planter les bulbes, n'utilisez pas un plantoir conique au risque de faire pourrir le végétal. Utilisez plutôt un outil spécifique en emporte pièce qui vous garantira un trou à fond plat.

La pelouse

Tout dépendra évidemment de la superficie occupée par votre cher gazon. Dans tous les cas, vous ne ferez pas l'économie d'une tondeuse. Certes, vous pouvez la partager avec vos voisins ou encore utiliser un modèle manuel très écologique et peu coûteux pour des surfaces n'excédant pas quelques dizaines de mètres carrés. Au-delà, vous aurez le choix entre la tondeuse électrique classique, silencieuse, nécessitant peu d'entretien, mais traînant son fil à la patte et les modèles à moteur thermique efficaces, laborieuses, mais lourds et bruyants. Tondre, c'est le travail de base de l'amateur de gazon. Mais cela ne suffit pas, il vous faudra passer le rouleau à l'aide d'un cylindre creux lesté d'eau ou de sable. Il vous faudra également un scarificateur, sorte de râteau dont les dents sont des lames tran-



© Stockbyte / Jupiterimages

chantes et recourbées. L'engin est destiné à extirper les mousses et les herbes jaunies.

Il existe dans le commerce des outils multi-usages. Vous adaptez rapidement sur un manche standard léger et métallique, parfois télescopique, toute une gamme d'outils en complément ou en remplacement des ustensiles de base. C'est pratique et peu encombrant. Le printemps est arrivé, c'est le moment de fourbir vos armes ! N'oubliez pas l'entretien régulier de l'outillage, qui vous permettra de faire face au laborieux travail du jardin pendant de longues saisons de fleurs, de légumes, de fruits et de plaisirs. ■



© Thinkstock

C'est le moment de planter !

Pépinières KOENIG

ARBUSTES A FLEURS • PLANTES VIVACES
 PLANTES POUR HAIES • PLANTES GRIMPANTES
 AZALÉES • RHODODENDRONS
 Arbres taillés en topiaire

**CHOIX EXCEPTIONNEL
 SERVICE PLANTATION**

- Créations d'espaces verts
- Etude et devis sans engagement
- Grand choix de végétaux d'extérieur
- Exposition • Vente au détail
- Plantation

**Pavage - Muret - Dallage - Bassin
 Engazonnement**

Contrat d'entretien annuel

"Allo Service Entretien Jardin"
 PETITS TRAVAUX DE JARDINAGE
Crédit d'Impôt jusqu'à 50%* - Consultez-nous
*en fonction de la loi en vigueur

**OUVERT 7 jours / 7
 en MARS & AVRIL**
**OUVERT du lundi au samedi
 en dehors de ces périodes**
 de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 18 h
 Entre Damelevières et Rosières - Lieu dit « le Nil »

Tél. 03 83 75 70 71
www.pepinieres-koenig.clicpro.fr
 jean-patrick-koenig@orange.fr



Faire construire est sans aucun doute le rêve numéro un des Français. Voici nos conseils pour investir dans le terrain idéal.

Avant de vous lancer dans la recherche de votre terrain, soyez vigilant sur vos envies, étudiez votre budget au plus près et surtout, envisagez l'ensemble des formalités inhérentes à la mise en route d'un tel chantier. Nous vous livrons l'essentiel des étapes incontournables pour mener à bien votre projet.

Isolé ou en lotissement

Acquérir un terrain dans un lotissement classique reste sans doute la solution la plus simple. Le terrain est parfaitement borné et les surfaces sont garanties. Bien entendu, il est parfaitement constructible. Ce type de terrain présente également des garanties de viabilisation, dont les indispensables raccordements en eau et en électricité. En revanche, l'acheteur reste soumis à diverses obligations, comme les normes architecturales, le respect du règlement de lotissement ainsi que l'entretien des espaces verts et de l'environnement proche de la maison. À l'inverse, l'achat d'un terrain isolé laisse plus de marge de manœuvre mais il impose de se livrer à un véritable travail de détective, afin de passer au crible tous les paramètres administratifs. Ils sont nombreux et, si vous manquez de temps, cela peut vite devenir un réel problème.

Les formalités

Pour savoir si votre terrain est constructible, consultez le PLU (plan local d'urbanisme – ancien POS) à la mairie. Demandez un certificat d'urbanisme, indiquant notamment les limitations au droit de propriété : servitudes publiques, existence d'un droit de préemption de la municipalité, etc. Soyez vigilant ! Il existe deux certificats d'urbanisme. Le certificat ordinaire, ou simplifié, indique les dispositions d'urbanisme attachées à la zone où se trouve le terrain, mais il ne précise pas si le terrain est constructible ou non. Pour plus de précision, demandez un certificat pré-opérationnel, décrivant le projet

envisagé. C'est lui qui donne l'assurance de l'obtention du permis de construire.

La nature du sol

Le budget de la construction de votre maison dépendra de la topographie du terrain. Préférez un terrain plat et évitez les formes biscornues. Un terrain en pente rendra également plus difficile la circulation des engins de chantier. Il nécessitera des remblais, ou un pompage pour se raccorder au tout-à-l'égout, ou renforcer la pression de l'eau courante.

La constitution du sol influe sur les caractéristiques de la construction. Par exemple, un sol en argile subit d'importantes variations. Il gonfle avec l'humidité et se rétracte en cas de sécheresse. Si les fondations ne sont pas adaptées, vous risquez de voir votre maison se fissurer gravement. À l'inverse, un sol en roche assure une bonne stabilité au bâtiment, mais exclut la possibilité de créer un garage en sous-sol. Si vous avez une nappe d'eau souterraine, vous marquez un bon point pour votre arrosage futur ! En revanche, ce sol humide nécessitera l'installation d'un drainage. Ouvrez l'œil aussi chez vos voisins, car s'ils possèdent des roseaux ou un saule pleureur, cela signifie qu'une source souterraine n'est pas loin. Plus rare, la présence d'anciennes galeries de mine fragilise la stabilité du terrain. La DDE vous renseignera sur tous ces points. C'est elle aussi qui sera à même de vous dire si votre terrain se trouve sur une zone inondable, ou menacée par des glissements de terrain. En fonction, il vous faudra alors penser à structurer votre maison de la façon la plus adéquate.

Enfin, le terrain peut avoir été occupé dans le passé par une activité industrielle qui a pollué le sol en hydrocarbures, huiles, plomb, radium ou autres substances chimiques pouvant représenter un danger pour la santé. La préfecture pourra vous donner de précieuses informations.



Quoi qu'il en soit, depuis le 1er juin 2006, si vous achetez une maison neuve, le promoteur a l'obligation de vous fournir avec l'avant-contrat, ou le contrat de vente, un document d'information mentionnant si votre futur logement est situé dans une zone à risque « technologique » (près d'une usine Seveso par exemple), « naturel » (zone inondable) ou « sismique ». L'état des risques devra dater de moins de six mois, à la date de la signature de l'avant-contrat.

Viabiliser le sol

À moins d'acquérir un terrain dans un lotissement, où toutes les infrastructures sont initialement prévues, vous devrez vous charger de faire raccorder votre maison aux réseaux publics. Cela concerne l'eau, le gaz, l'électricité, le téléphone et le tout-à-l'égout. Dans bien des cas, les raccordements sont prévus par la municipalité, en limite séparative de terrain. Parfois, ces branchements entraînent

des surcoûts importants. Un professionnel est alors bienvenu pour vous aider à vous y retrouver dans ces méandres administratifs et budgétaires. Vous devrez notamment supporter des coûts élevés, si la mairie désigne votre terrain comme constructible, sans avoir au préalable réalisé les travaux d'équipements. Il se peut aussi que le terrain soit enclavé, voire éloigné des voies d'accès où sont situés les réseaux. Autant de paramètres importants à prendre en compte avant de vous lancer dans un achat ferme et définitif. ■

**Plus de 20 ans
d'expérience
au service
de votre projet**

*Des constructions
dans l'air du temps !*

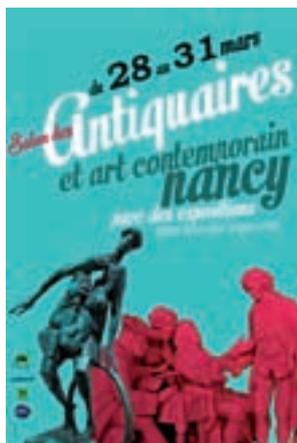
*Nos dessinateurs élaboreront
pour vous un projet sur mesure.*



**TERRAINS
À BÂTIR**
Réhainviller,
Mont sur Meurthe,
Blainville sur l'Eau.



ECR vous apporte toutes les garanties constructeur
Z.A. du Douaire St-Aignan - 54360 Blainville-sur-l'Eau
Tél. 03 83 75 08 35 - www.ecr54.fr



Salon des Antiquaires de Nancy

Du 28 au 31 mars 2014 de 10h à 19h tous les jours.
 Parc des expositions
 Route de Mirecourt
 54500 Vandoeuvre-lès-Nancy
 5 Euros • Parking gratuit
www.salondesantiquaires-nancy.com

Le 38^e Salon des Antiquaires et de l'Art Contemporain de Nancy accueille au Parc des Expositions, Antiquaires professionnels de toute la France et pays limitrophes et Restaurateurs d'Art, en un marché vivant ouvert pour la seconde année à l'Art Contemporain.

Les Giboulées Folk, 26^e édition

Du 16 au 29 Mars 2014
 à travers la Lorraine
<http://giboulees-folk.org>

Le Festival des Giboulées Folk revient chaque printemps pour



2 semaines. Concerts Folk, Emissions Radio, Ateliers de danses traditionnelles dans toute la Lorraine, et bien sûr la Rue du Folk et la célèbre Nuit du Folk : 10h de musique Folk salle de l'Arsenal à Toul.
 Pour sa 26^{ème} édition, les groupes et ateliers de danses folks et traditionnelles de Lorraine affirment leur passion autour d'une programmation qui se déroulera durant 2 semaines à travers la Lorraine. Un grand rassemblement festif autour de la danse et de la musique du 16 au 29 Mars 2014.



Salon de l'Habitat et Décoration Metz

Parc des Expositions de Metz
 Expo du 21 au 24 mars
 Entrée : 6,50 €
 Gratuit pour les moins de 10 ans accompagnés.

34^e édition au Parc des Expositions de Metz, le Salon de l'Habitat et de la Décoration 2014, est un Salon pour ceux qui souhaitent construire ou améliorer leur habitation. Un événement incontournable de la Grande Région avec plus de 300 exposants sur 3 Halls, et des Conférences.



Printemps de la Palestine

Jusqu'au 14 avril
 Université de Lorraine
 Campus Lettres et Sciences Humaines
 3, Place Godefroy de Bouillon
 Nancy
<http://printemps.palestine.overblog.com>

RESTAURANT



Le Petit Comptoir Cuisine de terroir revisitée

A deux pas du château de Lunéville, le Petit comptoir vous propose une cuisine généreuse et délicate dans une ambiance conviviale. Quelques spécialités : pain perdu d'escargots à l'ail des ours, suprême de pintade écume de cameline, petit Lorrain. Salles pour séminaires et groupes. Parking privé avec l'hôtel Les Pages. Fermé samedi midi et dimanche soir.

5, Quai Petits-Bosquets
 54300 Lunéville
 ☎ 03 83 73 14 55
www.hotel-les-pages.fr

Composée de 25 panneaux, l'exposition pose le problème de l'exploitation et de l'utilisation de l'eau en Palestine. Abondamment documentée, chiffrée et s'appuyant sur une cartographie exhaustive, elle positionne l'eau au centre des enjeux agricoles, économiques, démographiques, territoriaux et politiques du conflit entre la Palestine et Israël.

Pompes Funèbres - Marbrerie



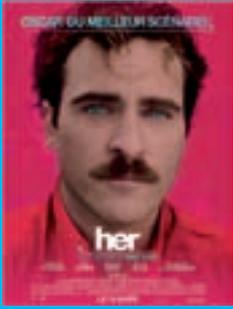
ROC-ECLERC

Le logo repère du funéraire !!!

Le meilleur prix pour votre tranquillité

Nancy - Vandoeuvre - Saint Max - Toul - Frouard - Pont à Mousson
 Lunéville - Dombasle - Baccarat - Neuves Maisons

24h / 24 - Tél : 03 83 55 55 55



Her

Sortie: 19/03/14 - (2h06) - Film Américain
 Science-fiction **Réalisé par:** Spike Jonze
Avec: Joaquin Phoenix, Scarlett Johansson, Amy Adams
Synopsis: Los Angeles, dans un futur proche. Theodore Twombly, un homme sensible au caractère complexe, est inconsolable suite à une rupture difficile. Il fait alors l'acquisition d'un programme informatique ultramoderne, capable de

s'adapter à la personnalité de chaque utilisateur. En lançant le système, il fait la connaissance de 'Samantha', une voix féminine intelligente, intuitive et étonnamment drôle. Les besoins et les désirs de Samantha grandissent et évoluent, tout comme ceux de Theodore, et peu à peu, ils tombent amoureux... *Oscar du meilleur scénario.*



Le Grand Cahier

Sortie: 19/03/14 - (1h49) - Film Hongrois
 Drame **Réalisé par:** Janos Szasz
Avec: András Gyémánt, László Gyémánt, Gyöngyvér Bognár
Synopsis: En Hongrie, pendant la Seconde Guerre mondiale, une femme quitte une grande ville, régulièrement placée sous la menace des bombardements, pour emmener ses deux fils, des jumeaux, à la campagne, où elle estime qu'ils

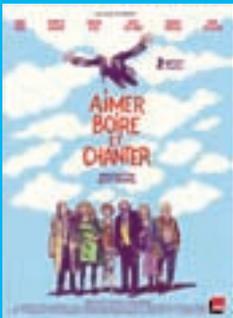
seront plus en sécurité. Les deux enfants s'installent alors chez leur grand-mère, un personnage sadique. Dans un environnement hostile, les deux enfants décident de tenir un cahier dans lequel ils consigneront leurs découvertes et le rude apprentissage de la vie... *Oscar du meilleur film étranger.*



Real

Sortie: 26/03/14 - (2h07) - Film Japonais
 Fantastique **Réalisé par:** Kiyoshi Kurosawa
Avec: Takeru Sato, Haruka Ayase, Jô Odagiri
Synopsis: Atsumi, talentueuse dessinatrice de mangas, se retrouve plongée dans le coma après avoir tenté de mettre fin à ses jours. Son petit-ami Koichi ne comprend pas cet acte insensé, d'autant qu'ils s'aimaient passionnément. Afin de la ramener dans le

réel, il rejoint un programme novateur permettant de pénétrer dans l'inconscient de sa compagne. Mais le système l'envoie-t-il vraiment là où il croit ?



Aimer, Boire et Chanter

Sortie: 26/03/14 - (1h48) - Film Français
 Comédie **Réalisé par:** Alain Resnais
Avec: Sabine Azéma, Hippolyte Girardot, Caroline Silhol
Synopsis: Dans la campagne anglaise du Yorkshire, la vie de trois couples est bouleversée pendant quelques mois, du printemps à l'automne, par le comportement énigmatique de leur ami George Riley. Lorsque le médecin Colin apprend par

mégarde à sa femme Kathryn que les jours de son patient George Riley sont sans doute comptés, il ignore que celui-ci a été le premier amour de Kathryn. Les deux époux, qui répètent une pièce de théâtre avec leur troupe amateur locale, persuadent George de se joindre à eux. Cela permet à George, entre autres, de jouer des scènes d'amour appuyées avec Tamara, la femme de son meilleur ami Jack, riche homme d'affaires et mari infidèle.

JEU-CONCOURS

En partenariat avec l'UGC Ciné Cité Ludres

GAGNEZ 50 PLACES*
 pour l'avant première du film
 « **BARBECUE** »

Lundi 24 Mars 20h à Ludres
 en présence de l'équipe du film



OÙ EST HERCULE ?

Ouvrez l'œil, il peut être caché n'importe où. Article, photo, pub, aucune cachette ne lui échappe et ne lui est interdite !



Jouez sur lorrainemag.com

*Soit 25 places pour 2 personnes. Les gagnants seront sélectionnés parmi les bonnes réponses et avertis par email.

LE SURPLUS

VENTE DE VÊTEMENTS MILITAIRES NEUFS ET OCCASION TOILES DE TENTES À PARTIR DE 4M DE LONG



OUVERT : JEUDI, VENDREDI ET SAMEDI 9H30-12H ET 14H-19H

**112BIS RUE DU 155 R.I.
 55200 COMMERCY
 TÉL : 03.29.90.74.08**

Bélier (du 21 mars au 20 avril)

Amour: Plus indépendant que jamais, vous ne supporterez aucune entrave à votre liberté. Et si vous avez l'impression que votre partenaire cherche à vous enchaîner, vous réagirez très vivement. **Travail-Argent:** Vos compétences pourraient vous faire bénéficier de nouvelles occasions que vous aurez tout intérêt à saisir. La chance vous offrira ses faveurs. **Santé:** Bonne énergie.



Taureau (du 21 avril au 20 mai)

Amour: Pour beaucoup d'entre vous, cette période marquera le début d'une grande passion. **Travail-Argent:** Vous pourriez vous voir offrir une belle situation ou un avancement appréciable. **Santé:** Offrez-vous de bonnes nuits de sommeil.



Gémeaux (du 21 mai au 21 juin)

Amour: Ce n'est pas encore la passion mais vous vous en approchez. **Travail-Argent:** Vous humez l'aventure comme d'autres respirent le bon vin. Et vous ne vous trompez pas, c'est bien le moment de vous lancer dans de nouvelles conquêtes. **Santé:** Faites des petits déjeuners consistants.



Cancer (du 22 juin au 23 juillet)

Amour: Essayez de mieux comprendre votre partenaire : il est possible qu'il se sente aussi seul que vous. **Travail-Argent:** Vos initiatives seront bien accueillies par votre entourage. Ce sera le moment de prendre des décisions financières ou d'investir dans des achats utiles. **Santé:** Vous aurez un peu de mal à vous détendre.



Lion (du 24 juillet au 23 août)

Amour: Vous ferez une rencontre surprenante, insolite, en milieu de mois. Cela vous déstabilisera quelque peu mais aboutira à une relation positive. **Travail-Argent:** Les démarches que vous entreprendrez, les contacts sociaux que vous aurez, vous donneront entière satisfaction. **Santé:** Évitez les plats trop épicés et riches en gras.



Vierge (du 24 août au 23 septembre)

Amour: Détendu et disponible, vous apprécierez les contacts, sorties et autres rapports que vous aurez avec l'un ou l'autre. **Travail-Argent:** Dans le domaine du travail il en est tout autrement, la patience ne sera pas votre fort. **Santé:** Tout va pour le mieux.



Balance (du 24 septembre au 23 octobre)

Amour: Vous suscitez l'admiration de vos proches, en particulier de votre partenaire, tant vous saurez régler efficacement de délicats problèmes familiaux et assumer de lourdes responsabilités. **Travail-Argent:** D'importantes responsabilités vous seront confiées. **Santé:** Ménagez vous des moments de pauses.



Scorpion (du 24 octobre au 22 novembre)

Amour: Une ambiance de tendresse et de séduction est favorable à tous. **Travail-Argent:** Prudence ! Vous risquez de vous laisser influencer par des personnes peu fiables qui chercheront à se servir de vous. **Santé:** Vous êtes tonifiant et votre bonne humeur sera communicative.



Sagittaire (du 23 novembre au 21 décembre)

Amour: Vous pourriez avoir subitement l'envie de le faire. **Travail-Argent:** Il sera peut-être nécessaire de mener d'après discussions si vous voulez que vos projets soient acceptés. Tenez bon. **Santé:** Adoptez une meilleure hygiène de vie.



Capricorne (du 22 décembre au 20 janvier)

Amour: Vous attendez trop de votre partenaire. Et s'il ne pouvait pas répondre à vos exigences ? **Travail-Argent:** Vous commencez à récolter les fruits d'un travail qui vous a demandé beaucoup de temps et d'efforts. **Santé:** N'épuisez pas votre énergie et dormez un peu plus.



Verseau (du 21 janvier au 19 février)

Amour: Au programme de cette période, de la passion, encore de la passion. Même si vous êtes marié depuis longtemps, vous constaterez que votre partenaire vous fait toujours autant d'effet ! **Travail-Argent:** Vous n'hésitez pas à prendre des initiatives hardies. **Santé:** Dynamisme en hausse.



Poissons (du 20 février au 20 mars)

Amour: Les célibataires pourront tenter leur chance avec de bons espoirs de réussite. **Travail-Argent:** La carrière, les projets sont toujours animés. Jouez gagnant. **Santé:** L'organisme, moins stressé, retrouve son calme.



Restaurant
LE GRAND BLOND
AVEC UN TABLIER NOIR

16, Rue de la Primatale - NANCY

Tel : 03 83 37 37 77

Ouvert du mardi au samedi, midi et soir.

WOK DE GAMBAS, NOUILLES & LÉGUMES CROQUANTS

LES COURSES

Chez le traiteur asiatique :

- un paquet de 500g de nouilles de blé ou de riz
- une petite bouteille d'huile de sésame grillé
- une petite bouteille de sauce soja sucrée
- graines de sésame et noix de cajou (q.s.)

et ...

- 30 gambas
- 2 carottes
- un poireau
- pois gourmands et petits pois (q.s.)
- 5 à 6 champignons de paris
- un oignon rouge
- une courgette
- gingembre (q.s.)

PRÉPARATION

Commencez par cuire les nouilles dans une eau bouillante salée, puis les refroidir avant de le égoutter et de les assaisonner avec l'huile de sésame grillé. Procéder de même pour les petits pois et pois gourmands. Épluchez les carottes, l'oignon, nettoyez le poireau, la courgette et les champignons. Emincez finement l'oignon et les champignons et taillez le reste des légumes en julienne. Râpez le gingembre. Mélanger l'ensemble des légumes avec le gingembre. Décortiquer les gambas si ça n'est pas déjà fait, en gardant le dernier maillon de la queue. Enfin dans une grande poêle chauffée à feu vif, saisir les queues de gambas à l'huile de sésame grillée, en ajoutant le sésame et les noix de cajou puis les légumes. Retourner régulièrement. Ajoutez les nouilles et déglacez avec la sauce soja avant de retourner la préparation, que vous servirez aussitôt.



Ouvert
sans interruption
du mardi au samedi
de 9h30 à 19h30
Lundi de 14h à 19h

**Accueil
chaleureux
Conseil**



OFFRE DÉCOUVERTE
-12%*
SUR TOUT LE MAGASIN



RAYON BIO



4500 RÉFÉRENCES à LAXOU

Besoin de produits
SANS GLUTEN?
NE CHERCHEZ PLUS



**être responsable
sur une démarche
de proximité**



Le printemps de la BIO se fait avec **RAYON BIO**



LE JUS D'ALOE

**À DÉCOUVRIR
OU REDÉCOUVRIR
DANS VOTRE MAGASIN**

**LA GAMME 250ML
PHYTAROMASOL**

~~8,99€~~
7,99€

SOIT LE LITRE 31€96



45, Av. de la Libération
54520 LAXOU
Tél. 03 83 41 48 69
Fax 03 83 40 33 27
www.rayonbio.com

RAYON BIO
ACCEPTÉ
LES TITRES
RESTAURANT



**RAYON BIO vous propose une carte de fidélité,
demandez la !**



*VALABLE UNE FOIS PAR FOYER ET JUSQU'AU 30 AVRIL 2014 - OFFRE NON CUMULABLE, HORS PROMOTION

**LE 7ème ART
AUX PORTES
DE VOTRE ENTREPRISE**

UGC CINÉ CITÉ LUDRES, PARTENAIRE DE VOS ÉVÈNEMENTS

**POUR L'ORGANISATION DE VOS MANIFESTATIONS
SÉMINAIRE, COLLOQUE, ARBRE DE NOËL,
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE, CONVENTION**

Contact : Clémence CHAPLEUR - 03 83 25 25 00 - cinecite-ludres@cinemas.ugc.fr