

# LORRAINE

## MAGAZINE

#35

du 08 au 21 octobre

GRATUIT

• **Portrait**

**Jacky Joannès,  
l'œil du NJP**

• **Gastronomie**

**Les diners insolites**

• **À Voir**

**Le Festival de l'Horreur  
et de la Mort qui Tue**

**la Lorraine fête  
la science**

# NOTRE RÉUSSITE, C'EST D'AVOIR TRANSFORMÉ 1 MILLION D'ENVIES EN SUCCÈS



**BANQUE POPULAIRE, BANQUE LEADER DES PME<sup>(1)</sup>  
ET N° 1 DE LA CRÉATION D'ENTREPRISE<sup>(2)</sup>,  
EST AUJOURD'HUI FIÈRE DE COMPTER  
1 MILLION DE CLIENTS À TITRE PROFESSIONNEL<sup>(3)</sup>.**

(1) Source : TNS SOFRES, juillet 2013. (2) Source : Bpifrance, décembre 2013, production de prêts à la création d'entreprise. (3) Source : EDG-BPCE périmètre Banque Populaire, janvier 2014, codes NACE professionnels (agriculteurs, professionnels libéraux, artisans, commerçants).

**0 890 90 90 90\* - [www.bplc.fr](http://www.bplc.fr)**

\*0,12 € TTC/mn (attente gratuite depuis un poste fixe, hors surcoût selon opérateur).

**BANQUE POPULAIRE  
LORRAINE CHAMPAGNE  
BANQUE & ASSURANCE**

**LA BANQUE  
QUI DONNE ENVIE D'AGIR**



#35  
du 08  
au 21 octobre

Prochaine parution le  
**22 octobre**

Lisez également votre magazine  
et tous les anciens numéros  
**GRATUITEMENT** sur notre site  
[www.lorrainemag.com](http://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**  
Studio Franck Collot • 06 31 07 53 54  
**Journalistes**  
Pauline Creusat • Alice Cimiez  
**Crédits photos**  
Couverture © FDS, © DR  
**Distribution**  
Distri-mag • 06 77 06 97 06  
**Pour nous écrire**  
Lorraine Magazine - SCPP  
8 rue Grandville 54000 NANCY  
[www.lorrainemag.com/contact](http://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

### La valse des éprouvettes

Selon Georges Braque, « l'art est fait pour troubler. La science rassure ». Pourtant, cette dernière plonge parfois la population dans de vives inquiétudes. Nucléaire, génétique... Ces thèmes poussent à remettre en question les limites de la science, derrière lesquelles nul de doit s'aventurer. Ces peurs ou ces a priori, la fête de la science est là pour les dissiper. Du 26 septembre au 19 octobre, les scientifiques nous ouvrent les portes de leurs laboratoires. Faire des expériences de chimie, voyager virtuellement dans les étoiles, le public a l'opportunité d'enfiler une blouse blanche et de jouer au chercheur. Toute la Lorraine participe à l'évènement, des instituts aux associations. Au mois d'octobre, la fête de la science fait swinguer vos neurones et le festival Nancy Jazz Pulsations vous fait claquer des doigts. Du 8 au 18 octobre, retrouvez des grands du jazz comme Richard Galliano, Stefano Di Battista, Ibrahim Maalouf. Dansez sur des rythmes brésiliens avec Gilberto Gil, mettez le Brésil et le Mali dans un shaker avec *Rivière Noire*, ou jouez à « je te tiens, tu me tiens, par la barbichette » avec Sébastien Tellier. Mais les NJP ne vous offrent pas seulement des moments intenses en musique. Les artistes de l'édition 2013 viennent hanter les photographies de Jacky Joannès. Dans ce numéro de Lorraine Magazine, découvrez derrière ces images glassées, un grand témoin du festival.

Et puis, « l'art est fait pour troubler »... Pour trembler aussi ! Avec le Festival de l'Horreur et de la Mort qui Tue, Halloween prend tout son sens. Loin des sorcières en chocolat, des citrouilles amusantes, le festival joue aux claquettes avec vos mandibules. Marche de zombies au cœur de Nancy, figures inquiétantes et ambiances mortelles dans des soirées où le spectacle vivant ressuscite, expositions de peinture, de photographie, l'équipe FHMT3 a concocté des électrochocs artistiques pour rendre cet automne moins morne. Et si vous aviez encore l'espoir d'un lever de soleil pour éparpiller tous ces monstres, souvenez-vous : le sommeil non plus n'est pas un lieu sûr<sup>1</sup> !

<sup>1</sup> « Le sommeil n'est pas un lieu sûr », Jean Cocteau.

### À LA UNE

Blouse blanche & éprouvette, la Lorraine fête la science 4

### PORTRAIT

Jacky au pays de Davis 8

### GASTRONOMIE

L'Enstib, du bois à la plume 10

### À DÉCOUVRIR

Pompidou embarque les ados dans sa Capsule 12

Le pouvoir des fleurs 14

### À VOIR

Soyons fous ! 16

### À FAIRE

L'Ekiden prend le relais du marathon 18

Championnat de France de canoë-kayak marathon 20

À la chasse aux champignons 22

### HABITAT

Inspiration scandinave 26

Un intérieur boisé et chaleureux 28

Préparer l'hiver au jardin 34

Piscines de l'Est vous ouvre ses portes 35

### ET TOUJOURS ...

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

DAOLIS  
CENTRE DE LUXOPUNCTURE

NOUVEAU  
PRESSOTHÉRAPIE

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 \*

Renseignements, Muriel Testa : 03 83 30 13 17 • Daolis, 13-15 Bd Joffre - 54000 Nancy • [www.daolis.fr](http://www.daolis.fr)

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

PEFC 7914 443 874



# BLOUSE BLANCHE & ÉPROUVETTE, LA LORRAINE FÊTE LA SCIENCE

Depuis le 26 septembre, la Lorraine s'habille en blouse blanche et rafraîchit nos neurones pour la fête de la science. Jusqu'au 19 octobre, la 23<sup>e</sup> édition de cette manifestation nationale propose en région conférences, ateliers, démonstrations ou spectacles pour petits et grands. Sortez vos éprouvettes, agitez-vous les atomes !

La formule chimique de la fête de la science a été élaborée en 1991 par Hubert Curien, alors ministre de la recherche. Depuis 2002 en Lorraine, chapeauté par le réseau Hubert Curien, la fête de la science réunit plus de trente acteurs différents et organise une centaine d'animations liées à la culture scientifique, technique et industrielle. Pendant trois semaines, enseignants, chercheurs et scientifiques de tous horizons ont un défi à relever : dissiper les brumes de l'univers des sciences et le rendre accessible au public.

## À la campagne...

La science est partout et elle se rappelle à notre souvenir. Dans les Vosges, du 9 au 12 octobre, la commune de Bouxurulles, son foyer rural et l'association Hirus jouent au chamboule-tout avec notre matière grise. Après avoir rebondi de planètes en atomes, ils nous plongeront dans les mystères de l'eau puis nous dévoileront les secrets de la faune et flore locales. À la maison du sel d'Haraucourt, en Meurthe-et-Moselle, les visiteurs se transformeront en paléontologues à la poursuite de fossiles. À l'espace

socio-culturel de Seichamps, le Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement Nancy Champenoux (CPIE) creuse une mare d'honneur pour les batraciens, petits tritons ou drôles de dragons, qui peuplent nos jardins. En Meuse, l'Andra nous emmène tout au fond des bois. Le public sera amené à observer des insectes ou encore écouter des contes sur la forêt.

## ... Comme à la ville

En ville, la culture scientifique, technique et industrielle s'empare des écoles, des campus ou des musées. Dans la capitale moselane, le campus Bridoux se métamorphose en « Jardin des Sciences » le samedi 11 octobre : enquêtes scientifiques, démonstrations de taille de silex, expériences chimiques, ateliers électrisants et bullifants... À Nancy, avec le jardin botanique, la science glisse sur le terrain des drogues et de ces plantes aux pouvoirs stupéfiants. Les 11 et 12 octobre, le musée de l'histoire du fer prolonge l'exposition « des maisons métalliques pour l'Afrique » par la mise en place d'ateliers de construction. L'objectif : suivre les traces de Jean Prouvé. En Lorraine, du petit chimiste au physicien aguerri, chacun ramène sa science dans la bonne humeur.



# FÊTE DE LA SCIENCE : DE LA TERRE À LA LUNE

Les chercheurs seraient-ils les derniers aventuriers ? Dans le ciel ou sur la terre, ils mènent parfois leurs recherches dans des zones vierges de toute habitation humaine ou se lancent dans des expériences originales. Dans tous les cas, ils nous font connaître les ressources inestimables de notre planète... Pendant la fête de la science, ils livrent leurs découvertes.

## COMME L'EAU VIVE

Les 18 et 19 octobre prochains, la vigie de l'eau de Vittel et le planétarium d'Épinal ont planché sur une théorie de la « collaborativité » : les deux structures sondent ensemble l'univers à la recherche de l'or bleu. Elles tenteront ainsi d'expliquer l'origine de l'eau aux astronomes d'un jour mais aussi ce qu'elle devient, perdue dans

les profondeurs de notre terre. Une grande partie des animations autour d'« eaux inconnues, eaux invisibles, eaux virtuelles » prendra sa source sous le dôme du planétarium. « D'où viennent ses composants ? Comment sont-ils créés ? Nous allons pouvoir répondre à toutes ces questions en images de synthèse grâce à notre nouveau système de projection numérique », remarque Didier Mathieu, directeur de ce centre des étoiles. Outre une plongée interactive dans le ciel, la vigie de l'eau et le planétarium enverront leurs visiteurs en immersion mais, cette fois, dans les eaux glacées du cercle arctique. Le vendredi 17 octobre, un visio-chat est organisé à la fois à Vittel et Épinal. A l'autre bout de la webcam, un voilier d'expérimentation scientifique explorant les régions polaires, le Vagabond, et les deux membres de l'association « Des ailes pour la science ». En route vers le Nunavut, une région au nord du Canada, le navire s'apprête à effectuer son deuxième hivernage. Il accueille des équi-

pes de chercheurs venus du monde entier : océanographes, glaciologues... Et depuis mi-septembre, ces derniers ont été rejoints par Clémentine Bacri et Adrien Normier. Ces



GILBERT GRUSS PRÉSENTE

# History

100 CIRQUE 2014

ARLETTE GRUSS

ACHETEZ VOS PLACES

**CIRQUE-GRUSS.COM**

Arlette Gruss Official

www.facebook.com/cirquegruss

RENSEIGNEMENTS ET LOCATIONS  
AUX CAISSES DU CIRQUE ET AUX POINTS DE VENTE HABITUELS

N° Indigo 0 825 825 660

la révolution en rouge et blanc !

## NANCY

PLACE CARNOT

22.oct
AU
02.nov

<p>Mercredi 22 Oct. 19h30 jeudi 23 Oct. 15h &amp; 19h30** Vendredi 24 Oct. 15h &amp; 20h Samedi 25 Oct. 15h &amp; 20h Dimanche 26* Oct. 14h &amp; 17h30 Lundi 27 Oct. 15h</p>	<p>Mardi 28 Oct. 15h &amp; 20h Mercredi 29 Oct. 14h Jeudi 30 Oct. 15h &amp; 19h30** Vendredi 31 Oct. 15h &amp; 20h Samedi 1<sup>er</sup> Nov. 14h &amp; 17h30 &amp; 20h30 Dimanche 2 Nov. 14h</p>
---	---

\*Répétitions ouvertes au public de 10h à 12h dans le cadre de la visite de la ménagerie \*\*Séance à tarifs réduits, 15€ pour tous sauf loges.

|| AVEC NOUS FAITES LA DIFFÉRENCE ! ||



deux jeunes passionnés de voyage et d'aviation prêtent les ailes de leur ULM à des projets scientifiques divers et les enrichissent par des vues du ciel. Ils ont ramené de leur périple des vidéos, des photos et les partageront en partie avec le public de ce visio-chat. Une expérience inédite à ne pas rater.

tée au pâturage de ce milieu : les bêtes ne grignotent pas le corps de l'arbre et sont là pour tondre de manière écologique », rassure l'arboriculteur.

Le projet de Benoît Gille entre dans la dynamique de développement économique, social et durable du territoire de l'ouest vosgien que

soutient Terre-Eau. Dans l'élevage d'ovins depuis 2008, il s'est engagé dans cette aventure il y a dix mois. De nombreuses améliorations sont encore à apporter comme la plantation de haies abrutives, permettant notamment aux ovidés de s'auto-médicamentent naturellement. « Les moutons Shropshire, originaires du Pays de Galle, sont adaptés au climat continental lorrain. Ils apportent une fertilisation organique qui limite les besoins en engrais » détaille l'arboriculteur. Comme un médecin, il traite ses arbres en patients : observation du flux de sève, développement de la vie microbienne au niveau des racines pour renforcer leur santé. Le 10 octobre, il se fera aussi guide et emmènera les visi-



teurs dans ses vergers. A l'issue de cette balade à Dombrot-le-Sec, une dégustation est prévue. Avis aux curieux et aux gourmands.

La participation à cette matinée de découverte de l'arbopastoralisme se fait sur réservation au 03 29 08 13 14.

## ARBOPASTORALISME : DES MOUTONS SOUS LES POMMIERS

À Dombrot-le-Sec, un village situé à 5 km de Contrexéville, la science, l'élevage et l'arboriculture font bon ménage. Ici se sont installés Benoît Gille et ses moutons Shropshire sur 73 hectares de vergers constitués essentiellement de pommiers en souffrance. L'arboriculteur et ses trois cents brebis sont justement là pour les sauver. L'arbopastoralisme n'est pas une technique agricole nouvelle. D'après Benoît Gille, elle remonte déjà au Moyen-Âge. L'objectif est de faire vivre les deux productions sur une même terre, tout en respectant l'environnement, la biodiversité et la ressource en eau. Le vendredi 10 octobre, l'association Terre-Eau de Vittel invite le public à la Vigie de l'eau pour découvrir cet usage oublié et ses nombreux avantages, en compagnie de Monsieur Gille et d'André Blouet, chercheur à l'Université de Lorraine associé à l'INRA de Mirecourt. « L'arrivée des moutons dans un verger favorise la dynamique du vivant des vergers. Cela créé un équilibre nouveau entre l'animal, le végétal et le minéral. La race est adap-

## LA SCIENCE, ARTEM LUI FAIT SA FÊTE AVEC ART

Sur le campus Artem de Nancy, l'école des Mines, l'institut Jean Lamour et le Loria ont unis leurs forces et croisent les disciplines : art, informatique, mathématiques, ou géosciences. Mais l'union sacrée de ces journées des 17 et 18 octobre est surtout celle qui relie l'art à la science. Dans ce domaine, le Festival du Film de Chercheurs vient mettre sa pierre à l'édifice. « Les films sont des supports de médiation très efficaces. Les chercheurs parlent de leurs travaux dans une ambiance plus détendue et le public peut se permettre de poser des questions », avance Véronique Bronner, chef de projet CNRS pour le festival. Trois moyens métrages seront proposés en projection au cours de ces deux jours. « À la recherche





des origines », de Flora Belle et Cécile Rodriguez, illustre le travail de chercheur sur le terrain jusqu'à la publication des résultats. Dans « Je vous salis ma rue », la sociologue Virginie Grandhomme étudie les graffitis et suit leurs auteurs. Enfin, dans « Cerveille d'oiseaux », les spectateurs constateront que les têtes des volatiles ne sont pas si vides.

La science est aussi photogénique et le prouvera avec deux expositions à partir du 6 octobre : « Voyages de géologues » par le laboratoire GeoRessources et « Quand le magnétisme rencontre le nano-art » organisé par l'institut Jean Lamour. Dans cette dernière, le physicien de la matière Daniel Lacour allie l'imagerie scientifique à l'art plastique : « chaque image correspond à une prise de vue au microscope ou à une simulation numérique d'un dispositif ou d'une surface magnétiques ». Onze tableaux sont présentés lors de l'exposition, tous dans des formats différents, en couleur ou en noir et blanc. Cinéma, photographie, spectacle, Artem rend hommage aux sciences avec art. Tous les ingrédients sont là pour s'amuser dans des ateliers tous plus fous les uns que les autres : danse avec les robots, créations musicales avec des légumes, impression 3D... En sciences, le campus a trouvé ses muses et s'en amuse avec nous.

## **PATRICK BARANGER : « LES SCIENCES SONT PARTOUT »**

Depuis 2002, la fête de la science en Lorraine est entre les mains du réseau Hubert Curien, un regroupement d'associations, de centre de recherches, de musées ou de conservatoires. Le président de cette structure ouverte et collaborative, Patrick Baranger, nous rappelle pourquoi on ne peut pas échapper à la science.

### **Comment le réseau Hubert Curien a été créé en Lorraine ?**

L'unique centre lorrain de Culture Scientifique, Technique et Industrielle (CSTI), implanté à Thionville, a été fermé. Les autorités régionales, responsables politiques, universitaires ou associatifs, ont pensé qu'il fallait une structure pour le remplacer. Celle-ci devait fédérer différents partenaires désireux de réfléchir sur les sciences et les techniques. En 2002, le réseau Hubert Curien est né et beaucoup de régions françaises nous l'envient : il est basé sur un élan collaboratif et génère très peu de conflits. Notre rôle est de coordonner tous ces partenaires, associatifs ou universitaires, rechercher des financements et communiquer sur les thématiques de CSTI.

### **En France les sciences ont-elles une mauvaise image ?**

La grande époque de la contestation de la science se situe surtout

dans les années 1970. Le nucléaire ou les vaccins sont fortement remis en cause et des problèmes environnementaux sont pointés du doigt par la population. Pour beaucoup de personnes à l'époque, cette rupture de confiance entre le public et les chercheurs provenait d'une culture scientifique insuffisante. Encore aujourd'hui certains pensent que la vulgarisation peut changer la position des gens face à la science. En réalité c'est une illusion. Avec la fête de la science, on essaie d'ouvrir des débats, de faire participer le public. On peut échanger sur des sujets qui ne sont pas directement scientifiques mais qui sont liés aux sciences, comme la problématique des déchets nucléaires par exemple.

### **Pourquoi faut-il fêter la science ?**

La science est partout. Elle est présente dans notre quotidien. Téléphones, ordinateurs, électronique embarquée... Jamais nous n'avons eu un environnement autant technicisé avec de la science « incarnée » dans des objets. Et plus on sait ce qu'on utilise, moins la technique nous dirige et plus on est libres. Un siècle en arrière, on considérait qu'il y avait d'un côté la science noble et de l'autre ses applications dans le domaine technique et industriel. Aujourd'hui on a bien du mal à faire la démarcation entre les deux. D'ailleurs, de plus en plus, les politiques réfléchissent au poids des sciences et techniques dans le processus d'essor économique. Pour reprendre pied par rapport aux pays en développement et à leur faible coût de production, notre atout réside dans la technologie de haut niveau. ■ **Pauline CREUSAT**

► Pour accéder au programme de la fête de la science en Lorraine : [www.fds-lorraine.fr](http://www.fds-lorraine.fr)

**JOURNÉE PORTES OUVERTES**

**VENDREDI 10 OCTOBRE 2014**  
**DÉCOUVREZ LA VRAIE VIE DE CHANTIER !**  
**AU CENTRE DES MÉMOIRES**  
 (Archives Départementales)  
 Rue Marcelle Dorr à MAXÉVILLE

**Journée réservée  
aux établissements scolaires  
de 9h à 12h/13h30-16h30**

# JACKY AU PAYS DE DAVIS

Depuis les débuts des Nancy Jazz Pulsations, Jacky Joannès est l'œil du festival. En coulisses ou sur scène, il prend les musiciens sur le vif et fige sur pellicule une bibliothèque de souvenirs musicaux. Cette année pour la 41<sup>e</sup> édition, il offre un flashback photographique sur le cru 2013 des NJP et du Manu Jazz Club. Rencontre.

« Quand je regarde mes photographies, je revis les concerts auxquels j'ai assisté. D'abord avec le développement de la pellicule, puis avec le tirage sur planche contact, à chaque étape je retrouve les sensations et les émotions de ce moment particulier », s'émerveille Jacky Joannès. Photographe indépendant depuis 1991, son objectif accompagne les Nancy Jazz Pulsations depuis leurs débuts en 1973. Le jazz est son premier amour et à travers son activité, il conjugue deux autres passions : le spectacle vivant et la photographie.



👤 Kellylee Evans  
© Jacky Joannès



👤 Joshua Redman  
© Jacky Joannès

## Sentimental jazz

Un peu comme Alice au pays des merveilles, Jacky Joannès est tombé face à ses idoles en couvrant les différentes éditions des NJP. Un des premiers noms qui lui vient en tête : Miles Davis, le trompettiste magicien de la bande originale d'*Ascenseur pour l'échafaud* (1957), des albums *Kind of blue*, *Bitches Brew* ou *Tutu*. Dans l'exposition « Pulsations », présentée au Centre Intercommunal Laxou Maxéville, les visiteurs pourront en retrouver d'autres tels Ibrahim Maalouf, Christian Scott et encore Kenny Garrett, venus au festival l'année dernière. Au fil des années, le photographe a eu la chance de rencontrer ces musiciens et de capturer leurs expressions, gestes ou mimiques. « Quand on connaît les artistes, on peut parfois anticiper leurs mouvements. Mais pour capter ces instants uniques, où tout converge, attitude, lumière et ambiance, il faut suivre son instinct », raconte-t-il. En musique tout comme en photographie, tout est question d'alchimie.

## L'éclat du son

Il a aussi découvert de jeunes jazzmen aux potentiels explosifs. Au fur et à mesure des festivals, il a pu en voir évoluer certains. « J'ai assisté à divers concerts de Christian Scott, trompettiste américain. Avec le temps il a pris du souffle et de la puissance », remarque Jacky Joannès. D'ailleurs il trouve plus de plaisir encore dans l'éclat des trompettes ou des saxophones. Dans de nombreux portraits de « Pulsations » il vient caresser ces instruments à vent au son puissant du bout de son objectif. Il a aussi traversé les âges du jazz avec une passion intacte : jazz Nouvelle-Orléans, bebop, free jazz... « Les musiciens de la jeune génération reprennent des répertoires de grands du jazz, de Coltrane, Monk ou Mingus. Mais ils les emmènent ailleurs. Aujourd'hui on mixe les différents courants : jazz rock ou fusion, groove, free jazz avec des musiques du monde », continue-t-il.



Jacky Joannès  
© DR

Pour lui, la photographie est un témoignage. Mais à l'écouter parler de ses figures mythiques, cela sonne plus comme un hommage, une preuve d'amour et d'admiration. Et telle Alice, il courra d'autres lapins musicaux, toujours à la recherche du cliché parfait. ■  
Pauline CREUSAT

« Pulsations », jusqu'au 20 octobre au Centre Intercommunal Laxou Maxéville. Plus d'infos : [nancyjazzpulsations.com](http://nancyjazzpulsations.com)



Christian Scott  
© Jacky Joannès



Vincent Peirani  
© Jacky Joannès

**L'Auberge**  
des quatre vents

Concerts acoustiques  
chaque vendredi soir

Ouvert 7/7  
11h30 - 14h30  
18h00 - 22h30

23-25, av. de la Résistance - 54520 Laxou  
Tél. 03 83 93 24 24 / Fax 09 70 32 60 64  
[auberge4vents@orange.fr](mailto:auberge4vents@orange.fr)  
[www.lauberge.fr](http://www.lauberge.fr)

Venez dîner à l'Auberge  
& chaque vendredi soir  
🎵 **concert acoustique**

+ Artistes régionaux,  
sélectionnés avec soin pour des concerts de qualité

Détails de la programmation,  
toutes les infos

🔗 [www.lauberge.fr](http://www.lauberge.fr)

**NOS SPÉCIALITÉS**

- ★ Côte de bœuf et jarret  
cuits au feu de bois
- ★ Flammenkuche tous les soirs

**MAÎTRE RESTAURATEUR**



# L'ENSTIB, DU BOIS À LA PLUME



À l'École nationale supérieure des technologies et industries du bois d'Épinal, le 27 septembre dernier, les Dîners Insolites ont grignoté la deuxième moitié de leur saison. Jusqu'au 13 décembre prochain, ils vont continuer à enchanter les sens de leurs convives et chanter la Lorraine. Récit d'une soirée exceptionnelle.

« Savez-vous où le dîner a lieu ? » Il est presque 19 heures. D'ordinaire arpentées par des étudiants, les allées de l'Enstib d'Épinal accueillent ce samedi 27 septembre des visiteurs inhabituels. Tout l'esprit de cette soirée réside dans les quelques minutes de flottement avant l'ouverture officielle du dîner insolite. Les invités connaissent le lieu, les artistes présents et le menu mais ils ignorent encore pour quel voyage ils embarquent. Une aventure gourmande en pays inconnu. Porté par le Pays d'Épinal-Cœur des Vosges, l'opération investit depuis 2010 des endroits d'exception. Jusque-là elle s'était surtout concentrée sur le département vosgien. Cette année un des objectifs des 68 rencontres de la saison est d'emporter aussi le cœur de toute la Lorraine : moulin de Xamontarupt,

petit théâtre italien de Contrexéville, hôtel de ville de Baccarat ou de Bar-le-Duc, cloître des Récollets à Metz... Au milieu d'œuvres d'art, bercés de musique et nourris de mets fins, 2000 participants ont déjà eu la chance d'expérimenter ces espaces originaux.

## Du bois au papier

Ce soir, les organisateurs ont transformé le hall d'une aile de l'Enstib en restaurant gastronomique : la lumière est tamisée, les nappes rouge et orange répondent aux feux doux des bougies qui illuminent l'escalier et se répondent en éclat dans les verres des convives. Pour aiguïser l'appétit de ces visiteurs incongrus, Pascal Triboulot, le directeur de l'école, affûte d'abord leurs esprits. À travers les locaux, les amphithéâtres et le parc des machines, il dévoile les différents champs d'application proposés aux ingénieurs formés ici. « Nous ne sommes pas des forestiers ou des sylviculteurs. Nous, les arbres, on les aime quand ils sont à l'horizontal », lance-t-il avec malice. Une espièglerie partagée par un autre hôte d'importance de la soirée : l'écrivaine Jeanne Cressanges. Venue présenter son dernier recueil de nouvelles « Rencontres », l'auteure trouve naturellement



sa place dans l'univers du bois. Des chênes centenaires de la forêt de Tronçais dans son Bourbonnais natal, elle est passée aux sapins vosgiens de celle de Darney, avec la même passion.

### Voyages savoureux

Après la lecture d'un de ses textes, écrit spécialement pour l'occasion et pour l'endroit, l'heure des délices est venue pour la cinquantaine d'invités. Aux casseroles, le chef du Bon Gîte à Senones, Philippe Thomas,

a choisi des ingrédients de saison, simples mais savoureux, dans l'élaboration de son menu : pressés de céleri, artichaut et foie gras ; parmentiers de homard ; croustillants de pigeonneau ; crémeux de roquefort puis pommes au four relevées d'une sauce caramel au beurre salé. Du haut de leurs chevales, les portraits d'animaux du photographe Vincent Munier corsent les mets de leur poésie sauvage. Un voyage en appelle un autre. Les ballades de Jean Elliott Senior nous emmènent sur les routes d'un folk coloré

et Jeanne Cressanges, l'œil pétillant, partage avec ses voisins sa gourmandise pour l'écriture, pour la vie, pour les rencontres. Et pour les Vosges aussi... puisqu'elle s'en fera le chantre dans son prochain ouvrage, « Mes Vosges : itinéraire amoureux ». Mais ça, c'est un autre voyage. En attendant, la Lorraine continuera à se dévoiler dans ses dîners insolites jusqu'en décembre. 34 rendez-vous avant la fin, ne ratez pas le coche.

■ Pauline CREUSAT

► Pour voir les lieux et dates des prochains dîners insolites : [www.dinersinsolites.com](http://www.dinersinsolites.com)

► Jeanne Cressanges  
©Jean-François Hamard



# PAPA JOE

- Steakhouse -

*Grillades au feu de bois et pizzas*




Le repère du « *Trappeur Chic* », aux accents nord-américains où pièces de boeuf, spare ribs caramélisés BBQ, burger de bison, pizza à la burratina et autres se côtoient pour vous faire voyager.

*3 salles, terrasses, menus midi et soir*



17 Rue des Maréchaux à NANCY  
**03 83 27 79 59**  
Ouvert du Lundi au Samedi

## CHAMP DE BATAILLE DE VERDUN

Battlefield of Verdun / Schlachtfeld von Verdun / Schlachtfeld von Verdun

# Vadrouille la Grenouille

... A la recherche de la baïonnette perdue

GRATUIT

Bons de réduction, quiz, énigmes, activités nature...







[www.vadrouillelagrenouille.eu](http://www.vadrouillelagrenouille.eu)

- Livret disponible gratuitement à l'Office de Tourisme de Douaumont, Forts de Vaux et Douaumont, Maison du Tourisme à Verdun, spectacle «des Flamme à la Lumière»
- En téléchargement sur [www.vadrouillelagrenouille.eu](http://www.vadrouillelagrenouille.eu)



# POMPIDOU EMBARQUE LES ADOS DANS SA CAPSULE

Pas forcément la sortie à laquelle on pense avec un ado. Mais bientôt ce dernier vous demandera peut-être de l'emmener au musée. A un âge où il fuit les travées des expos, les couloirs et les tableaux, pourquoi ne pas donner à nouveau le goût du musée à un ado ? C'est le pari relevé par le centre Pompidou Metz qui mise sur un nouvel espace permanent pour les enfants et les 13-16 ans.

Ils l'ont appelé la Capsule. Comme un sas entre le vrai musée et son parvis que beaucoup de jeunes peinent un peu à franchir. Un grand hall, des expos parfois vues comme savantes, un centre d'art contemporain n'est pas à proprement parler un terrain de jeu idéal pour les adolescents. Après avoir transformé l'essai de son lancement dans la sphère culturelle nationale et régionale, le centre Pompidou Metz joue sa carte jeune. Direction les hautes sphères des arts plastiques, en commençant par le commencement : l'environnement immédiat de beaucoup d'adolescents : la rue. Quand l'art rejoint la rue, il reste art et se baptise à Metz Street Life. Une programmation consacrée aux arts urbains, inaugurée par les artistes Alëxone et Rensone, deux artistes graffeurs le 20 septembre dernier.





Le cadre : ce nouvel espace situé sur la palier de la galerie 1 du centre. Ce nouvel espace est réservé aux adolescents de 13 à 16 ans, et se veut un lieu ouvert et convivial, à la fois espace d'exposition, de rencontres, d'échanges et lieu de détente. Sa programmation se déploie au rythme de cycles semestriels, animés par des temps forts réguliers. Pour chaque thématique sont ainsi proposés des workshops, des rencontres avec des artistes, des projections et des échanges autour des expositions du Centre Pompidou- Metz. Chaque fois, le message est adapté aux plus jeunes, comme un passerelle vers le « vrai » musée.

### Cultures urbaines

Pour l'inauguration de sa capsule, Le centre Pompidou Metz a laissé carte blanche à Alèxone, figure incontournable de l'art contemporain urbain, pour intervenir sur le mur extérieur de la Capsule. L'artiste

y a réalisé Irraisonné, une gigantesque fresque colorée et peuplée des personnages imaginaires qui sont désormais sa signature. Il s'est associé au graphiste strasbourgeois Rensone, connu pour ses personnages sans tête tout en rondeurs, pour intervenir à l'intérieur même de la Capsule, donnant ainsi lieu à la toute première collaboration entre les deux artistes.

Les plus jeunes ne sont pas en reste. En dessous de 13 ans, les enfants se dirigeront vers le nouvel espace baptisé Usine Créative et animé par le collectif Zim&Zou. Un endroit où ils pourront mettre la main à la pâte. En suivant les indices laissés par le duo d'artistes Zim&Zou dans leur étrange usine, les enfants entre 5 et 12 ans se glissent dans la peau d'un inventeur et imaginent à leur tour la plus délirante des machines. Fervents défenseurs de l'artisanat et de son savoir-faire, les deux artistes-animateurs créent des environnements entièrement faits à la main, du dessin à la découpe en passant par l'assemblage. Pour cet atelier, l'entrée est sur réservation et payante.

Au navire amiral de la culture contemporaine lorraine, manquait peut-être ce marchepied pour les plus jeunes. En lançant pour la nouvelle saison sa Capsule, Pompidou Metz choisit la bonne trajectoire, celle de la transmission et du plaisir dans la découverte de l'art.

■ Alice CIMIEZ

### LES NOUVEAUX ATELIERS JEUNES PUBLICS

Du 20 septembre 2014 au 15 mars 2015 • [La Capsule](#) (13-16 ans)

> Palier de la Galerie 1 : Accès libre de 13h à 18h en continu, sans réservation. • [Atelier 5-12 ans](#) > Palier de la Galerie 1 : Samedi et dimanche à 11h, 14h et 16h.

Durée : 90 minutes - Tarif : 3€. Inscriptions en ligne et sur place, sous réserve des places disponibles.

**CONSEIL** **QUALITÉ** **ÉCOUTE** **GARANTIE** **SERVICE**

Chez Entendre, vous avez 5 bonnes raisons d'être en confiance.

L'audition, c'est **entendre**  
... et la vie recommence.

[www.entendre.com](http://www.entendre.com)

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

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

**LUNEVILLE • 19, Rue Banaudon • 03 83 74 55 82**

# LE POUVOIR DES FLEURS

Hortensias, anémones ou lilas, des milliers de fleurs ont été hybridées en Lorraine entre la fin du XIX<sup>e</sup> siècle et le début du XX<sup>e</sup>. Ce patrimoine perdu, un groupe d'horticulteurs tente de le redévelopper tout en encourageant l'économie locale. Créé cette année, le « Patrimoine horticole lorrain » transforme vos jardins en conservatoires vivants.

Depuis 2006, « la Lorraine notre signature » s'applique à relancer la consommation de produits 100 % « made in Lorraine ». De la fabrication à la transformation, les soixante-cinq producteurs de ce label doivent répondre à un cahier des charges précis. Cette année, le réseau a été rejoint par un groupement d'horticulteurs qui cueillent le patrimoine lorrain à la racine. Réunis sous le nom « Patrimoine horticole lorrain » (PHL), ces pépiniéristes et conservatoires horticoles locaux proposent non seulement de consommer, mais aussi de planter lorrain.



Le groupe d'horticulteurs  
© Mélissa Grillot - PHL

## Victor Lemoine, le génie créateur

À l'origine, le conservatoire et jardin botanique du Montet et l'École d'Horticulture et de Paysage de Roville-aux-Chênes sèment l'idée d'une revalorisation de variétés

anciennes régionales, suivis par d'autres partenaires : le conservatoire et jardin botanique du Montet, la société centrale d'horticulture de Nancy, l'Association Régionale d'Expérimentation Horticole Grand Est (AREXHOR) et sept pépiniéristes locaux. En Lorraine, de 1823 à 1911, l'horticulture a eu son génie en Victor Lemoine. Ce pépiniériste nancéien, compagnon de route d'Émile Gallé, a créé plusieurs centaines d'hybridations de fleurs nouvelles comme le lilas « Belle de Nancy » ou la pivoine « Sang lorrain ». « Nous nous sommes tous regroupés derrière lui pour former notre réseau. Aujourd'hui en Lorraine, il reste seulement 1% des végétaux imaginés par lui ; beaucoup de ses créations sont parties à l'étranger, au Canada ou au Japon », déplore Philippe Pauchard, pépiniériste à Roville-



Fuchsia PHL La Neige  
© Duval Horticulture

**PHL** Patrimoine Horticole Lorrain  
www.patrimoine-horticole-lorrain.fr

**Venez découvrir le PATRIMOINE HORTICOLE LORRAIN AUX**

**JOURNÉES PORTES OUVERTES**  
samedi 11 et dimanche 12 octobre 2014  
de 9h à 12h et de 13h à 17h

**chez les producteurs partenaires**

<b>MAIRIE HORTICULTURE</b> 10 rue de la République 54000 NANCY 03 83 31 24 12	<b>PÉPINIÈRE NANCY</b> 10 rue de la République 54000 NANCY 03 83 31 24 12	<b>PÉPINIÈRE NANCY</b> 10 rue de la République 54000 NANCY 03 83 31 24 12
<b>PÉPINIÈRE NANCY</b> 10 rue de la République 54000 NANCY 03 83 31 24 12	<b>PÉPINIÈRE NANCY</b> 10 rue de la République 54000 NANCY 03 83 31 24 12	<b>PÉPINIÈRE NANCY</b> 10 rue de la République 54000 NANCY 03 83 31 24 12

Un projet qui présente et valorise notre patrimoine horticole et nos entreprises

participez gratuitement à 48 cultures!

devant-Bayon. L'objectif des horticulteurs du PHL est de retrouver des plants mères de ces cultivars enfuis dans la nature et d'en faire ensuite profiter les jardiniers professionnels ou amateurs.

### Qualité garantie

Afin de garantir la qualité de ces plantes ornementales, les partenaires du réseau sont contrôlés régulièrement par une commission d'agrément. Le jardin botanique du Montet ou l'école de Roville-aux-Chênes certifient leur authenticité et vérifient que le cahier des charges est honoré. Respecter la taille du plant, utiliser des substrats respectueux de l'environnement et un minimum de désherbant, la démarche mêle à la conservation du patrimoine un soupçon de développement durable. Pour le moment, une cinquantaine d'espèces est cultivée et vendue sous la marque « Patrimoine horticole lorrain ». Parmi celles-ci, environ quarante sont labellisées « le Lorraine notre signature ». « Nous avons tous une expérience professionnelle solide. Pour certains l'horticulture est un héritage, transmis de génération en génération. Nos produits sont d'une qualité supérieure à ceux qui poussent sous serre en Hollande. En plus, nous les vendons moins chers que certaines jardinerie », remarque Philippe Pauchard. Avec le retour de fleurs anciennes dans les jardins, le « Patrimoine horticole lorrain » surfe sur une vague prometteuse. D'autres challenges sont à relever. Les horticulteurs du groupe ont encore pour mission de dénicher d'autres cultivars de pivoines ou de bégonias inventés par Victor Lemoine. ■ **Pauline CREUSAT**

Plus d'informations sur : [www.patrimoine-horticole-lorrain.fr](http://www.patrimoine-horticole-lorrain.fr)



**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 OCTOBRE-NOVEMBRE  
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**  
**jean-patrick-koenig@orange.fr**

# SOYONS FOUS !



Pour sa troisième édition, le Festival de l'Horreur et de la Mort qui Tue (FHMT) fait de nouveau trembler les murs de Nancy. Cadavres plus vivants que morts, araignées au plafond, vampires punks à chiens gothiques et autres bizarreries... Préparez-vous un Halloween bien gluant et un trépas au poil.

Cette année, pas question de voler au-dessus du nid de coucou, l'équipe du festival a décidé de carrément se crasher dedans et d'effectuer un saut dans les cerveaux délabrés et inquiétants qui peuplent les asiles. Du 18 octobre au 1<sup>er</sup> novembre, le Festival de l'Horreur et de la Mort qui Tue a préparé un traitement de choc pour les accros des arts et spectacles (morts) vivants avec le thème de la folie. Et c'est un fait : il faut être un peu fou pour se lancer dans cette aventure. « Nous étions une bande d'amis entre 25 et 30 ans. Nous n'avions plus l'âge pour frapper aux portes et demander des bonbons ; nous avons créé une fête sur-mesure », raconte Lybia Senoussi, « alias la veuve noire », présidente de l'association organisatrice Résurrection.



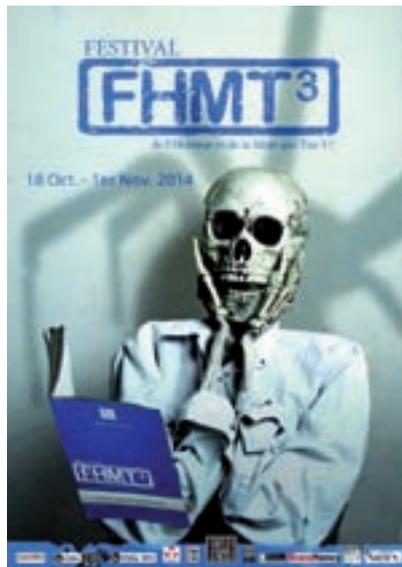
## Zombie guys

Le festival est né. Et depuis, chaque année pendant deux semaines, les défunts quittent leurs tombes, les sorcières sortent le bout de leur nez, plein de verrues, et les vampires s'aiguisent les canines. D'ailleurs le 18 octobre prochain, les promeneurs nancéiens pourront assister à un drôle de cortège dans les rues de Nancy grâce à une zombie walk. Pour ceux qui n'auraient pas encore vu la série Walking dead ou le film Shaun of the dead, un zombie est une créature dotée d'une intelligence limitée, aussi rapide qu'un escargot et à l'allure peu appétissante. Imaginez-les donc tous réunis sur la place de la Carrière ou devant la basilique Saint-Epvre... Mais dans cette foule farfelue, l'ambiance est étrangement détendue et les zombies d'un jour sont moins vindicatifs que les originaux. Le FHMT offre bien d'autres surprises empoisonnées. La plus attendue est la Grande Soirée de l'Horreur et de la Mort qui Tue à la MJC Lillebonne, le soir d'Halloween. Là dans un bâtiment maquillé en asile psychiatrique, l'équipe du festival soignera votre folie aux petits oignons avec un panel de divertissements tous plus détraqués les uns que les autres.



## La muse mord

Pendant le festival, la mort prête à rire, à trembler, à réfléchir et aussi à s'émerveiller devant des œuvres d'artistes locaux. « Paradoxalement, Halloween occulte la mort. Pourtant au niveau artistique elle a inspiré de nombreux artistes, des peintres, des écrivains... On remplace la fête commerciale par un rassemblement autour des arts », note Lybia Senoussi. À la maison de l'étudiant, l'illustratrice Audrey Timberwolf et le photographe PY Eye exposent leurs travaux sur la thématique « Dérapages aliénants ». Côté Galerie 9, le sculpteur Toxic, le peintre XenoKodeX et les photographes Christophe Poirson et Dr Weird suivent la piste de la « Démence pathologique ». FHMT3 vous transforme tour à tour en Sherlock Holmes des temps modernes, pour une après-midi d'enquête grandeur nature. Vous pourrez aussi devenir le sosie d'un chanteur mort dans un concours revisitant les télécrochets de façon macabre. Face à vous, les Dalida, Freddy Mercury ou Claude François feront-ils le poids ? Le sérieux sera aussi de mise avec une conférence sur les tueurs en série par Bérangère Soustre de Condat Rabourdin, une anthropologue judiciaire. Ciné-concerts, concours



de courts métrages, spectacles comiques ou de théâtre, le Festival de l'Horreur et de la Mort qui Tue va faire fondre vos cerveaux de plaisir... ■ **Pauline CREUSAT**

► Pour plus d'infos : [www.resurrection.fr](http://www.resurrection.fr)

► Ciné-concert © DR



Depuis 1975, les brioches de l'amitié marquent votre engagement de solidarité au profit des établissements d'enfants et adultes handicapés intellectuels de Meurthe-et-Moselle. Améliorer en permanence les possibilités d'accueil, c'est notre ambition. Votre participation nous engage.

Un acte de solidarité !  
**DU 6 AU 12**  
**OCTOBRE 2014**



**Brioches**  
de l'**amitié**



AEIM - Adapei 54  
P. Collet de St-Cesaire  
CS 903 La - JARDIN  
Villers-la-Montagne  
Tél : 03 83 46 30 85  
Fax : 03 83 46 30 54  
Site : [www.aeim54.fr](http://www.aeim54.fr)  
[www.adapei54.fr](http://www.adapei54.fr)



Association loi 1901 - Reconnue d'utilité publique - Agréée jeunesse et éducation populaire

Du 6 au 12 octobre, l'AEIM-Adapei 54 relance l'opération « Brioches de l'amitié » en faveur des personnes handicapées intellectuelles. À cette occasion, la gourmandise se transforme en geste solidaire. Les fonds collectés serviront à la rénovation du foyer « Arc-en-ciel » de Saint-Nicolas-de-Port.

### Lieux de vente :

- **Centre commercial Auchan La Sapinière à Laxou** du mercredi 8 au samedi 11 octobre de 9h30 à 19h
- **Cora Essey-lès-Nancy** mercredi 8 et vendredi 10 de 14h à 18h - jeudi 9 et samedi 11 octobre de 10h à 18h
- **Galerie marchande Cora Houdemont** du mercredi 8 au samedi 11 octobre de 9h à 18h
- **Intermarché Ludres** jeudi 9 & vendredi 10 octobre de 9h à 19h
- **Centre Leclerc Frouard** du jeudi 9 au samedi 11 octobre de 10h à 19h
- **Intermarché Jarville** jeudi 9, vendredi 10 & samedi 11 octobre 2014 de 9h à 12h et de 14h à 18h
- **Marché de Vandœuvre** dimanche 12 octobre
- **Supermarché Match de St-Max** du mardi 7 au vendredi 10 octobre de 9h à 12h et de 15h à 18h

### • Devant Intermarché Clairlieu

mardi 7 et mercredi 8 de 10h à 12h  
samedi 11 octobre de 8h à 12h

### • Centre Commercial Villers devant le Match

les 7, 8, 9 octobre de 10h à 12h30 - vendredi 10 & samedi 11 octobre de 9h à 13h et de 15h à 19h

• **Devant Monoprix Villers** les 7, 8, 9 octobre de 16h30 à 19h - vendredi 10 & samedi 11 octobre de 9h à 13h et 15h à 19h

• **Centre Commercial Intermarché à Neuves Maisons** du jeudi 9 au samedi 11 octobre de 9h à 12h & de 14h à 18h

• **Match Médreville** du 7 au 11 octobre de 9h à 12h

• **Auchan Tomblaine** du jeudi 9 au samedi 11 octobre. ■

► tous les autres points de vente sur [www.aeim54.fr](http://www.aeim54.fr) !

# L'EKIDEN PREND LE RELAIS DU MARATHON

Une équipe, six coureurs, un témoin de relais et 42,195 km à parcourir. Même distance qu'un marathon mais c'est l'unique ressemblance. Là où le marathonien est seul, concentré sur sa course, l'Ekiden propose de partager le parcours entre six coureurs, chacun à son niveau. Courir ensemble plutôt que côte à côte, ça change tout ! Rendez-vous le 26 octobre à Villers-lès-Nancy pour découvrir cette course unique en Lorraine.

Tout droit venu du Japon, l'Ekiden s'impose peu à peu en Europe comme la nouvelle sensation en matière de running. Et pour cause, ce marathon en relais permet de conjuguer sport, esprit d'équipe et convivialité. Unique course de son genre dans la région, le Villers EKIDEN de Lorraine s'adresse tout autant à des coureurs aguerris - à la conquête du titre de Champion de Lorraine d'Ekiden et d'une qualification aux Championnats de France - qu'à des novices qui peuvent se lancer sur la distance mythique du marathon en unissant leurs efforts. Le principe est simple, les équipes sont composées de six coureurs qui doivent parcourir des distances imposées dans un ordre bien précis - 5 km pour le premier, troisième et cinquième relayeur, 10 km pour les relayeurs n°2 et n°4 et enfin, 7,195 km pour le dernier membre de l'équipe.

## Le COS Villers, pionnier de la discipline

En France, l'Ekiden est une discipline assez récente et le COS Villers a été l'un des pion-



niers dans l'organisation de ce type de course en Lorraine, qui est encore aujourd'hui unique dans la région. Pour la huitième année consécutive, le COS Villers Athlétisme et la Ligue Lorraine d'Athlétisme invitent les runners à découvrir le plaisir de courir en équipe sur un parcours urbain en plein cœur de Clairlieu à Villers-lès-Nancy. Outre le Championnat de Lorraine, réservé aux équipes composées d'athlètes titulaires d'une licence « compétition », deux courses sont ouvertes aux coureurs (licenciés ou non, à partir de la catégorie cadet) et aux équipes constituées de salariés d'une même entreprise. Les équipes peuvent être 100% masculines, 100% féminines ou mixtes. Seules conditions pour s'inscrire : un certificat médical et des frais minimes d'engagement de 36 € par équipe. Pour les supporters ou les simples curieux, la fête se poursuivra également autour du tout nouveau village partenaires, avec des animations pour les enfants. Une occasion unique de découvrir ce concept si moderne aux racines très anciennes.

## Un peu d'histoire

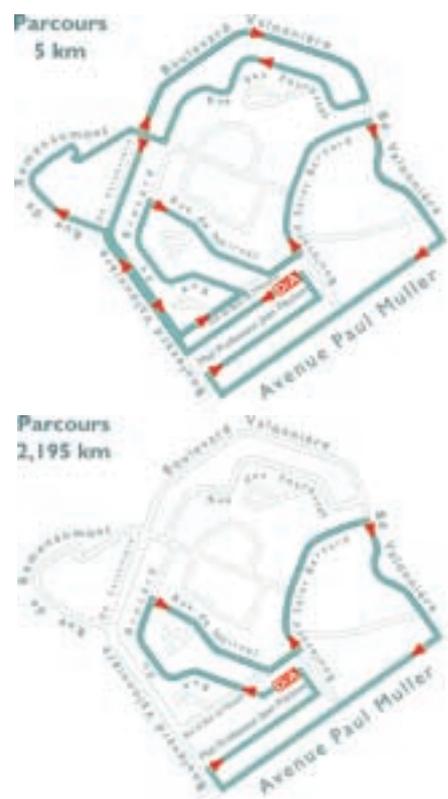
C'est au pays du Soleil-Levant qu'est né l'Ekiden. Ecrit en japonais, le mot est une combinaison de deux kanjis signifiant "étape" et "transmettre". Pour la petite histoire, ce concept désignait originellement le système postal à l'époque Edo (1603-1867) qui voyait des messagers se relayer pour acheminer le courrier entre Edo - l'ancien nom de Tokyo - et l'ancienne capitale impériale Kyoto, située 500 kilomètres plus au sud sur la route du Tokaido. Les technologies ont évoluées et l'Ekiden a basculé dans le domaine sportif au début du XX<sup>e</sup> siècle. En effet, pour perpétuer la tradition des étudiants ont eu l'idée de se

mesurer dans le cadre d'une épreuve sportive par équipe disputée au début de chaque année. Ainsi depuis plus de 80 ans, les 1<sup>er</sup> et 2 janvier, se déroule le Tokyo-Hakone Ekiden, de Tokyo à Hakone le premier jour (107,2 km), et sur le trajet retour le lendemain (109,2 km). Plus de 3 millions de spectateurs enthousiastes vont encourager les athlètes, pour qui être sélectionné pour cette course représente un très grand honneur. Rendez-vous à Villers-lès-Nancy le 26 octobre pour tester cette nouvelle forme de marathon. ■

Plus d'infos sur :

[www.villers-ekiden-lorraine.fr](http://www.villers-ekiden-lorraine.fr)

Inscriptions ouvertes jusqu'au 19 octobre.



# EKIDEN

26 OCTOBRE 2014 | VILLERS - CLAIRLIEU

8<sup>ème</sup> ÉDITION



Graphic design made by D'Expansive.fr



 /VillersEkidenLorraine

Informations et inscriptions sur :  
[www.villers-ekiden-lorraine.fr](http://www.villers-ekiden-lorraine.fr)

Stand Animations Buvette  
+ Village Ekiden

Organisateurs :



# ENVIE DE DÉCOUVRIR LES JOIES DE LA GLISSE ?

Les Patineurs du Grand Nancy vous invitent à un **ESSAI GRATUIT**

**DÈS 4 ANS & POUR LES ADULTES**  
au sein de la filière « loisir »

**STAGE DES VACANCES DE LA TOUSSAINT**  
du lundi 20 au vendredi 24 octobre et du lundi 27 au vendredi 31 octobre

Infos et inscriptions sur le site  
[www.cphnl.com](http://www.cphnl.com) ou par téléphone

**Patinoire du Parc des Expositions  
NANCY - VANDOEUVRE**

Contactez-nous au 03 83 27 90 21 [www.cphnl.com](http://www.cphnl.com)

Permanences à la patinoire :

- mardi de 18h à 19h30
- mercredi de 13h à 15h
- samedi de 9h30 à 11h et de 13h à 15h



Nancy

Grand Nancy



# CHAMPIONNAT DE FRANCE DE CANOË-KAYAK MARATHON



Samedi 11 et dimanche 12 octobre  
Pôle nautique - Nancy

8 0 bénévoles, 600 compétiteurs, 200 accompagnateurs, 900 bateaux engagés et parmi eux ceux de l'équipe de France... Les 11 et 12 octobre prochains, le Pôle nautique à Nancy accueille le Championnat de France de canoë-kayak Marathon. Organisée par le Canoë Kayak Club Nancy Tomblaine avec le soutien du Grand Nancy, cette épreuve de longue distance est l'étape terminale du Championnat de France des clubs. Elle se déroulera sur la Meurthe et le Plan d'eau de la Méchelle, à travers une boucle de 4,9 km et un portage exceptionnel et spectaculaire sur l'île de la passerelle.

## Sensations garanties !

Association sportive loi 1901 créée en octobre 1966, le club se situe en plein cœur du Grand Nancy, au bord du plan d'eau de la Méchelle. Il est affilié à la Fédération française de Canoë-Kayak. Le Canoë Kayak club de Nancy Tomblaine est un club de haut niveau reconnu, et cela, dans les deux disciplines olympiques du canoë-kayak : la course en ligne et le slalom.

Chaque année depuis 6 ans, des athlètes du club sont sélectionnés en Équipe de France. Le club se distingue par la création en 2009 d'un Centre d'Entraînement et par ses diverses actions. Fin 2013, il s'est notamment vu remettre le Prix de la lutte contre les discriminations de la Ville de Nancy. ■

◆ Base nautique  
71 bd d'Austrasie  
54000 Nancy  
03 83 35 77 82  
[ckc.nancy-tomblaine@bbox.fr](mailto:ckc.nancy-tomblaine@bbox.fr)



# LE RENDEZ-VOUS DES SPORTIFS

Du 17 au 25 octobre, DECATHLON Nancy-Houdemont présente un nouveau Trocathlon. Les sportifs ne manqueront pas cet événement des bonnes affaires.

Fort d'un succès qui ne s'est jamais démenti, DECATHLON, installé depuis 1995 sur la dynamique et très accessible zone commerciale de Nancy-Houdemont, est incontestablement installé dans le quotidien des sportifs de tous niveaux, qu'ils pratiquent en loisir ou en compétition, en club, en solo, en famille, entre amis. Le magasin de 6000 m<sup>2</sup> remplit son rôle premier : donner envie de pratiquer des activités sportives et les rendre possible à chacun. 75 disciplines y sont présentées. Ici, des conseillers spécialisés et techniciens pointus sont aptes et disponibles pour répondre aux souhaits et questions des sportifs.

## Trocathlon : mode d'emploi

Du 17 au 25 octobre, le magasin ouvre son attendu Trocathlon. Vous avez le désir de vendre votre ancien matériel de sport ? Pas compliqué. Il suffit de le déposer sous le chapiteau de la manifestation. Là, vous remplissez avec un spécialiste une fiche technique d'évaluation pour définir ensemble un prix de vente. L'enseigne ne récupère pas de commission sur le service. Si le matériel est vendu, vous repartez avec des bons d'achat DECATHLON d'un montant équivalent au prix de vente, valable 6 mois et utilisables en une ou plusieurs fois. Dans le cas contraire, vous pouvez reprendre votre matériel ou le laisser au magasin qui le donnera par la suite à une association caritative. Durant tout le Trocathlon, des professionnels conseillent et vérifient le parfait état des articles en vente. Le Trocathlon est un dépôt-vente spécialisé en matériel technique, toujours soucieux de la sécurité des sportifs. Ne peu-

vent être repris : corde d'escalade, casque, piolet, porte-ski de voiture, gilet de sauvetage, bouteille de plongée, porte-bébé de vélo ou de voiture, électrode pour appareils d'électrostimulation, fusil, bombe d'équitation, textile typé sportswear, chaussant... Se renseigner auprès du magasin. Les acheteurs peuvent faire de bonnes affaires, pour eux ou pour les autres : souhait de débiter la pêche, la boxe, le tennis, besoin d'un vélo pour l'enfant qui grandit, achat de matériel de musculation sans se ruiner. DECATHLON est en plein dans sa vocation à favoriser les prix modiques en privilégiant bien-être, sécurité, mode, environnement. ■

Plus d'infos au 03 83 59 00 00.  
Trocathlon > dépôts de 9h à 19h du vendredi 17 au vendredi 24 octobre  
> ventes à partir de 14h du samedi 18 au samedi 25 octobre. -20 % sur tous les articles le samedi 25 octobre.

Publi-reportage

**DECATHLON NANCY PORTE SUD 2 Allée des Érables - HOUEMONT - 03 83 59 00 00**

**VOTRE VIEUX MATÉRIEL A ENCORE  
BEAUCOUP DE VALEUR.**

**DÉPÔTS : DU VENDREDI 17 AU VENDREDI 24 OCTOBRE**  
**VENTES : DU SAMEDI 18 (14H) AU SAMEDI 25 OCTOBRE**



**POUR LES PORTEURS DE CARTE FIDÉLITÉ,  
GAGNEZ DU TEMPS AVEC LE PRÉ-DÉPÔT**

Sur **TROCATHLON.fr**  
dès le 1<sup>er</sup> octobre

BETC DECATHLON France, SAS à capital variable, RCS Lille 500 569 405.



# À LA CHASSE AUX CHAMPIGNONS

À l'automne, la balade bucolique s'accompagne toujours d'un panier en osier, prêt à recueillir les trésors des sous-bois...

**P**laisir des petits et des grands, les sorties champignons se partagent en famille durant les week-ends d'automne. Armés d'un panier en osier – jamais de sac plastique qui favorise la fermentation de vos trouvailles ! –, tous les membres de la tribu des chasseurs-cueilleurs se tournent vers le sol à la recherche des meilleures spores.

## Le moment idéal

Exceptées certaines espèces comme la célèbre morille qui se déloge au printemps, la plupart des champignons comestibles dardent leur chapeau entre septembre et novembre, jusqu'aux premières gelées. Après la chaleur de l'été, les pluies abondantes créent en effet un terrain propice au mycélium souterrain, ces filaments ramifiés sur lesquels croîtront les carpophores (la partie visible du champignon). Toutefois, évitez de récolter ces végétaux pendant ou juste après une averse. Mieux vaut attendre quelques jours pour que l'humidité et la chaleur se soient installées, véritable invitation à cette succulente manne fongique.

## À l'abri des feuillus

Chaque mycologue a son astuce pour débusquer ses proies. Le plus souvent, les champignons prospèrent non loin des arbres, dans des sous-bois ou bosquets de feuillus et de conifères. Dissimulée sous les tapis de feuilles mortes, une grande diversité de mycètes s'offre au promeneur attentif. Certaines espèces ont cependant des exigences spécifiques, tels les cèpes qui se développent davantage sous les chênes et les châtaigniers matures.

Pour prospecter dans les règles, débutez vos investigations à l'abord des sentiers et des clairières, avant de pénétrer dans les tréfonds de dame forêt, en prenant garde, non seulement de ne pas vous y perdre, mais également de ne pas saccager son fragile écosystème. N'hésitez pas à vous attarder sur les amas de ronces qui recèlent

bien souvent des trésors ! Le champignon étant passé maître dans l'art de la dissimulation, il vous faudra être particulièrement scrupuleux, pour ne pas revenir bredouille.

Pour une cueillette plus aisée, d'autres espèces de mycota poussent dans les prairies et les champs comme l'agaric champêtre qui se déguste cru en salade et la boule de neige ou psalliote des jachères, dont la saveur rappelle la noix. Néanmoins, les champignons concentrant toutes les pollutions alentours, il est recommandé de ne pas les ramasser dans les zones traitées aux engrais et herbicides.

## Bichonner sa récolte

Oubliez les spécimens trop jeunes ou, à l'inverse, vieillissants et abîmés. Les sujets prélevés doivent être fermes et en bon état. Bien entendu, ne cueillez que ceux que vous pouvez identifier avec certitude et ne négligez pas de jeter un coup d'œil à un livre dédié pour vous en assurer. Plus de 14 000 mycètes sont répertoriés en France, dont quelque 242 comestibles. Entre un délicieux repas et une grosse indigestion, voire, dans les pires cas, une intoxication mortelle, il n'y a qu'un faux pas !

Ceci étant dit, cèpes, girolles, chanterelles, agarics des bois ou encore truffes, ne doivent pas être récoltés de façon sauvage. Arracher un champignon revient à empêcher que d'autres ne repoussent après lui. Tout mycologue en herbe doit se munir d'un couteau pour couper le pied de la spore à sa base. Des Opinel dédiés s'achètent dans le commerce pour une quinzaine d'euros. Une fois le champignon prélevé, grattez les parties souillées de terre avant de déposer délicatement



La cueillette aux champignons est un plaisir familial à consommer avec modération et prudence.



Cèpe des pins





ment votre butin dans un panier préalablement garni de fougères. Ne repartez jamais sans avoir remis en ordre l'espace que vous avez dérangé, afin que d'autres mycètes puissent y proliférer. Enfin, dans l'optique de profiter encore longtemps de ces chasses au trésor, exercez-vous avec parcimonie. ■

## CE QU'EN DIT LA LOI

Aucune forêt n'est « sauvage » aujourd'hui. Or, selon l'article 547 du Code civil : « les fruits naturels (...) appartiennent au propriétaire par droit d'accession ». Par principe, qu'il s'agisse d'un sous-bois public ou privé, même non enclavé, il faut donc obtenir son autorisation pour ramasser des champignons. De façon pratique, la cueillette est en générale tolérée dans les forêts domaniales et communales, sous réserve qu'elle soit modérée (moins de 5 kg), tandis que les domaines privés indiquent le plus souvent, à grand renfort de panneaux, les interdictions en vigueur. Toutefois, des arrêtés préfectoraux peuvent également réglementer cette cueillette pour éviter les abus. En cas de non-respect de la législation, l'amende peut être sacrément salée pour le promeneur indelicat : jusqu'à 750 € quand la récolte dépasse 5 kg.

## La Société Lorraine de Mycologie mène le grand public à la découverte du monde des champignons.

L'association est ouverte au grand public dans son objectif de faire découvrir les champignons au travers d'expositions et d'excursions mycologiques. Par ailleurs, des sorties se déroulent dans les forêts du Grand Est. Dans sa mission au service du public, la SLM s'adresse aussi bien aux amateurs débutants (en recherche d'un conseil ou d'un renseignement) qu'aux personnes plus averties. Tous bénéficient de l'expérience de mycologues chevronnés.

Renseignements 03 83 68 21 69 • slm@pharma.uhp-nancy.fr  
<http://societelorrainedemycologie.wifeo.com>

60 ans de Protection  
*Santé*

ça se fête



du 01/09/2014 au 31/12/2014

Profitez de cet événement et bénéficiez de conditions d'adhésion tout à fait exceptionnelles.

**MUTLOR**

à Longwy  
 03 82 25 79 00

à Nancy  
 03 83 36 77 07

De loin  
 le prix le plus juste  
 pour corriger  
 votre presbytie.



LA SOLUTION OPTIQUE QUI CONJUGUE BUDGET ET QUALITÉ DE VISION AVEC :

- Une monture de la collection Opella à choisir parmi une large sélection proposée en magasins, de modèles Homme et Femme, dans des matériaux, des coloris et des formes variés.
- Deux verres progressifs PERFORM avec traitement antireflet INCLUS.



1 site des Magasins Spécialisés au 03 83 36 77 07 ou sur [www.lesopticiensmutualistes.fr](http://www.lesopticiensmutualistes.fr)



LES OPTICIENS MUTUALISTES  
 VOTRE VUE. NOTRE PRIORITÉ.

- NANCY 45 rue des Ponts - 03 83 37 80 30
- PONT À MOUSSON 20 place Duroc - 03 83 81 27 12
- METZ 5 rue Charlemagne - 03 87 55 98 00
- METZ 3 rue de Vercly - 03 87 18 00 80
- THIONVILLE 2 av. Clémenceau - 03 82 53 26 00

\*voir conditions en magasin



# ① Fabrication sur-mesure



Le vrai chêne massif à prix artisan



Tous les avantages  
d'un meuble personnalisé



AVANT



APRÈS

Sans décapant  
sans peinture  
garantie de tenue  
du produit

# ③ Reto



# la Maison du M

VISITEZ NOTRE SITE

[www.maison-du-massif.fr](http://www.maison-du-massif.fr)

54210 VILLE-EN-VERMOIS

• LE SPÉCIALISTE DU SUR-MESURE



## ② Meubles de collection



La garantie  
d'un meuble  
de qualité  
à prix  
compétitif



## ooking professionnel



AVANT

APRÈS

# assif

**PORTES  
OUVERTES  
DIMANCHES**

**12 ET 19 OCTOBRE**  
de 14 h à 18 h 30

**ATELIER  
EXPOSITION  
800 m<sup>2</sup>**

Tél. 03 83 46 55 66

**ET DU RELOOKING •**

Ouvert au Public :

Du lundi au vendredi de 14h à 18h30

Le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h30



# INSPIRATION SCANDINAVE

L'ambiance sobre et sereine distillée par le design chic du Grand Nord est plus que jamais d'actualité. Place au bois, aux couleurs claires et aux lignes épurées.

Né dans les années 1950, le design scandinave, sans fioritures ni artifices, a connu un grand succès jusque dans les années 1970 et revient aujourd'hui sur le devant de la scène. Son berceau historique ne se limite pas à un pays, mais à une région géographique bien déterminée, la Scandinavie, qui porte les cultures de cinq pays marquées par le concept « d'art utile » et par un pragmatisme influencé par le climat et l'économie qui en résulte. Des artistes danois, norvégiens, suédois, finlandais et islandais ont exporté leur style épuré, leurs formes simples et élégantes, leur caractère minimaliste et fonctionnel. Des Finlandais Eero Saarinen et Alvar Aalto aux Danois Arne Jacobsen ou Verner Panton, certains noms sont à jamais entrés dans la légende du design.

## Le royaume du bois

Les peuples nordiques entretiennent une relation forte avec la nature, considérée par les designers comme une source intarissable d'inspiration. Formes et couleurs découlent d'un environnement constitué de forêts et de grands espaces, qui fournit également le matériau de prédilection utilisé pour l'ameublement et l'aménagement intérieur : le bois. Ce design organique se glisse du sol au plafond. Du salon à la cuisine en passant par les chambres et le bureau, le bois envahit toutes les pièces de la maison : parquets, tables, chaises ou bancs de l'espace repas, rangements, lit, dressing ou commode de la chambre. Le choix de ce matériau autorise aussi une harmonie des formes, des couleurs et des textures, de moindre coût et surtout une longévité, développant ainsi une économie durable avant l'heure ! Ces pays proches du pôle Nord, où le soleil est peu présent, accordent aussi une grande importance à la luminosité. Les essences claires comme le pin, l'érable, le bouleau ou le chêne sont privilégiées.

## En toute simplicité

On ne peut pas parler de règles pour décorer un intérieur selon un style scandinave, mais plutôt de la recherche d'une simplicité apaisante. Les murs sont le plus souvent revêtus de teintes claires, ou s'affichent carrément blancs. Les tons d'une pièce déclinent des couleurs inspirées de l'observation de la nature : les gammes de marron, de beige, de blanc cassé ou de gris se marient avec des bleus, verts ou jaunes peu saturés. Pour accentuer la clarté du bois, les sources de lumière en éclairage indirect sont multipliées. Le choix des matières reste dans une lignée naturelle : des voilages blancs, mélanges de lin et de coton, tamisent la lumière. Les doubles-rideaux sont issus des collections de designers scandinaves aux motifs végétaux et graphiques tels ceux de Marimekko. Côté accessoires, de petites touches de couleurs ou de matières différentes du bois (zinc, céramique...) cassent légèrement ce style épuré et rehaussent la décoration générale. L'idée est de respecter le concept : un esprit inspiré de la nature.



Et pour les meubles, puisez dans la large palette des créateurs scandinaves.

### Un design inventif

Les grands éditeurs de mobilier scandinave, Askö Oy en Finlande ou Fritz Hansen à Copenhague, ont été les premiers à diffuser un style identifiable entre tous. Entre les années 50 et 70, les principales réalisations emblématiques sont créées, dans la ligne de l'économie du bois, de manière artisana-

nale. Par exemple les œuvres de Finn Juhl sont fabriquées par l'ébéniste danois Niels Vodder dès 1949. Les classiques du design scandinave sont le plus souvent exportés en France par ces grands distributeurs tels que Vitra ou Knoll. Mais la véritable démocratisation des produits d'ameublement et de décoration scandinaves est apparue grâce à l'incontournable marque suédoise Ikea. Si son fondateur, Ingvar Kamprad, vend à ses débuts des stylos et des accessoires de

pêche, l'enseigne s'élargit vite à l'ameublement et elle publie le premier de ses célèbres catalogues en 1951. Le grand champion du meuble en kit ouvre ses portes à Paris en 1981. Ce style devenu intemporel connaît aujourd'hui un indéniable retour en grâce et une nouvelle génération de designers en revendique fièrement le lignage. ■



espace et avenir constructeur  
<http://54.trabeco.fr/> 03 83 98 50 50

Votre MAISON  
 + TERRAIN  
 à DIEULOUARD  
**190.000€**

95 m<sup>2</sup> de surface habitable.  
 15,90 m<sup>2</sup> de surface de garage.  
 350 m<sup>2</sup> de terrain viabilisés.

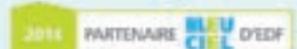


**Du 05 octobre au 05 novembre 2014, nous vous offrons un poêle à granulés bois EDYKAMIN\* d'une valeur de 4.000€ TTC**

\*Cadeau qui ne peut venir en déduction du prix global ou remplacer une autre prestation.

#### Les matériaux et garanties :

- Brique rouge • Porte de garage motorisée • Menuiseries extérieures PVC • Chauffage au sol gaz
- Ballon d'eau chaude thermodynamique • Isolation conforme à la RT 2012
- Revêtements de sols et faïence murale • Dommage ouvrage



Retrouvez l'ensemble de nos terrains disponibles et nos autres modèles de maisons sur notre site : <http://54.trabeco.fr>



# UN INTÉRIEUR BOISÉ ET CHALEUREUX

Le bois est réputé pour son aspect cosy. Une décoration automnale qui nous fait aimer la saison froide.

Bientôt les basses températures, de la pluie, de la gadoue, de la neige et des feuilles mortes. Déprimant ! Pour garder le moral et passer l'hiver en douceur, mieux vaut s'aménager un petit nid douillet. Inspirées du charme rustique des chalets de montagne, les décorations boisées répondent aux besoins de chaleur et de cocooning.

## Du sol au plafond

Le bois est un matériau à multiples facettes qui convient à toutes les surfaces de la maison. Au sol, on le retrouve sous sa forme la



## Art & Fenêtres

L'ART D'ÊTRE UNIQUE



*Julien Couët*

**NOUVEAU MATÉRIAU**

**NOUVELLE PERFORMANCE**

**-15%**

**SUR LES FENÊTRES\***

**JUSQU'AU 15 OCTOBRE**



**1ÈRE FENÊTRE PERSONNALISABLE**



**\* Offre non cumulable, soumise à conditions, applicable jusqu'au 15/10/2014 inclus, portant exclusivement sur la fourniture, hors pose, hors chantier en neuf. Voir règlement détaillé en magasin ou sur [www.artetfenetres.com](http://www.artetfenetres.com). Liste des magasins participants sur [www.artetfenetres.com](http://www.artetfenetres.com).**

**Art & Fenêtres MENUISERIES SC 54**  
**147 AV. DE STRASBOURG - NANCY**  
**Tél. 03 83 38 97 72**  
**Stéphane Schwartz : 06 15 14 02 66**  
**[menuiserie-sc-54@orange.fr](mailto:menuiserie-sc-54@orange.fr)**

**+ LUMINEUSE**  
Jusqu'à 10% de luminosité en plus par rapport à une fenêtre traditionnelle.

**100% RECYCLABLE**

**+ SÉCURISÉE**  
grâce à un concept d'ouvrant protégé.

**+ ISOLANTE**  
meilleur coefficient d'isolation du marché  
Coeff Uw jusqu'à 0,8.

**+ INNOVANTE**  
nouveau matériau issu des technologies de la formule 1 et de l'aviation.

**+ RIGIDE ET RESISTANTE**  
pour une longévité et une sécurité accrues.



plus classique, le parquet, qui cumule les charmes d'un revêtement à l'aspect authentique à d'excellentes qualités d'isolation naturelles. Plusieurs types de pose sont possibles en fonction du produit retenu : cloué, le parquet est fixé sur des solives ou des lambourdes ; collé, il est posé directement sur une chape ou sur du béton ; flottant, il est simplement calé au sol grâce à un astucieux système de clips. Le bois insufflé un style différent selon l'essence choisie : les teintes claires s'inscrivent dans une décoration design et contemporaine tandis que les nuances mates et foncées favorisent les intérieurs cossus et rustiques. Sur les murs, le bois se décline en lambris. Là encore, divers styles sont possibles. Clair et posé à l'horizontal, ce revêtement protéiforme adopte une allure moderne et épurée ; naturel et vertical, il retrouve son côté montagnard.

### Le lambris revient sur le devant de la scène

Les lambris ne sont pas une invention récente. Jusqu'au début du XX<sup>e</sup> siècle, ils étaient déjà présents dans les maisons nobles ou bourgeoises, richement sculptés et ornementés. Longtemps utilisés pour leur seul aspect pratique, notamment contre l'humidité ou pour cacher des murs endommagés, on leur reconnaît, de nos jours, d'autres vertus. La principale réside dans ses importantes capacités d'isolation phonique et thermique (permettant de réaliser des économies de chauffage), sans oublier une certaine esthétique, grâce au renouvellement de son offre. Ce matériau a, en effet, réussi le pari de s'adapter à la demande des consommateurs. Résultat : les gammes se multiplient : couleurs pastel, industrielles, pop, lattes plus larges, lambris en PVC, etc.

### Le moment de la pose

Le lambris peut être posé horizontalement, comme verticalement ou en diagonale. Certains s'arrêtent à 90 cm de hauteur, d'autres montent jusqu'au plafond. Vous pourrez aussi en trouver de formats

**Mesure et 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 / COMMERCEY / EPINAL / THIONVILLE



carrés, comme autant de petits cadres à poser sur vos murs. Les lambris adaptables possèdent de fines rainures qui permettent notamment le passage de gaines électriques ou la fixation d'étagères. Il en

existe aussi en 3D, dont les éléments sont d'épaisseurs différentes, créant ainsi de vrais effets de reliefs. Si, traditionnellement, les lambris sont en bois, ils sont aussi disponibles en PVC ou en composite, (qui allie les avantages du bois à ceux de la résine). Ces matières sont particulièrement efficaces dans les salles de bains et plus généralement dans les pièces humides, où elles pourront recevoir sans conséquence des projections d'eau.

### Le bois dans les salles de bains

Les avantages du bois sont nombreux. En choisissant des essences adaptées et en les traitant avec soin, vous pourrez en profiter aussi dans les pièces humides.

Installer du bois dans sa salle de bains n'est plus réservé aux seuls propriétaires de bateaux et les architectes d'intérieur ne se privent pas d'utiliser cette matière, dans les mises en scène les plus diverses. Du sol aux murs en passant par le mobilier, cet élément noble et chaleureux séduit autant par le confort de son contact sous les pieds que par son esthétisme. Selon ses teintes et les accessoires auxquels il s'associe, il donne à lui seul le ton de votre style, entre ambiance marine, touche moderne, raffinement cossu ou accent nordique. C'est d'ailleurs en se rappelant que les amateurs de sauna traditionnel utilisent presque exclusivement du bois que l'on comprend le mieux l'ineptie de certains préjugés : oui, le bois résiste à l'humidité. Non, il ne craint pas la condensation. Considérée comme un isolant naturel, cette matière respire et absorbe les vapeurs présentes dans l'air. À condition de l'avoir bien choisi...

### Le parquet : L'usage et le budget sont aussi importants que l'apparence.

Il en est des parquets comme de nombreux matériaux revisités au fil du temps : ils ont évolué. Les parquets massifs, qui étaient auparavant installés dans les demeures bourgeoises, sont maintenant largement concurrencés et ne représentent plus que 30 % du marché. Leur coût est assez important (entre 30 et 150 € le m<sup>2</sup> selon les essences, hors pose) et, pour un néophyte, leur entretien semble un peu plus compliqué que celui des contrecollés. Néanmoins,

## LE SURPLUS

★ TENTES MILITAIRES ★

À PARTIR DE 4M DE LONG

★ ARMOIRES & SIÈGES DE BUREAU ★

★ LITS PLIANTS ★

★ VÊTEMENTS MILITAIRES ★

**-50%  
DE REMISE**



**OUVERT : TOUS LES JEUDIS, VENDREDIS & SAMEDIS  
9H30-12H & 14H-19H**

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

ils peuvent s'appuyer sur une durée de vie conséquente, comme le prouve la longévité des parquets déjà existants. Les contrecollés, quant à eux, sont constitués de trois couches, ce qui diminue en partie leur prix. Traités en usine, ils sont souvent vendus déjà vitrifiés, ce qui facilite leur nettoyage par la suite. Ils peuvent aussi s'adapter aux chauffages au sol, grâce à la pose flottante. S'ils vieillissent moins bien que les parquets massifs, ils résistent cependant mieux à l'humidité, car ils se dilatent moins. Inutile de rappeler que le stratifié n'est pas en bois : il s'agit simplement d'une imitation en papier, recouverte d'une couche de résine. Son prix réduit (de 10 à 30 € le m<sup>2</sup>) justifie cependant sa popularité depuis quelques années.

### Solidité

L'essence du bois détermine aussi sa résistance. Ainsi, si le chêne est aussi majoritairement répandu dans notre contrée, c'est parce qu'il ne souffre pas des passages répétés. Toutes les essences sont classées selon leur dureté, de A (les plus souples) à D (les plus dures). L'épicéa et le sapin, en classe A, ne seront jamais utilisés pour des parquets. Le châtaignier, le merisier ou le teck, qui sont en classe B, seront réservés aux bâti-



ments privés. On trouve ensuite le chêne, le frêne ou l'érable en classe C, la classe D comprenant des bois comme le wengé ou l'ipé. Cette liste n'est cependant pas exhaustive et il faut noter que même une essence de classe D souffrira de la chute d'un objet lourd.

### En couleur

La teinte d'une essence peut aussi influen-

cer la décision. Le bambou est très à la mode actuellement, pour ses tons clairs et lumineux, qui agrandissent les pièces. À l'inverse, les tons chauds des bois exotiques renforcent les sensations de cocon. Il ne faut cependant pas oublier que le bois est un matériau vivant, qui peut évoluer dans le temps et subir des variations : certaines lames auront tendance à foncer quand d'autres, au contraire, s'éclaircissent.

# 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.*



**MAISONS ECR**






**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](http://www.ecr54.fr)**



### La tapisserie en trompe-l'œil

Pour avoir des murs de bois, différentes solutions existent. On peut construire une cabane en rondins, opter pour des lambris, si l'on

est un peu moins manuel... ou utiliser du papier peint. Les papiers imprimés renouent avec cette matière chaleureuse, et apportent un côté « trappeur » à n'importe quel intérieur. Il suffit d'en poser

# BULFERETTI-SNET

POMPES FUNEBRES - MARBRERIE



### NOS PRESTATIONS

- Organisation d'obsèques
- Chambre funéraires
- Transport avant/après mise en bière
- Tous articles funéraires
- Fleurs naturelles & artificielles

COLLECTION  
TENDANCE



**Le contrat Obsèques...**  
Pourquoi pas moi ?



**Si l'un de vous vient à disparaître,  
tout est déjà financé pour celui  
ou ceux qui restent !**

DEVIS GRATUIT  
ET SANS ENGAGEMENT

**NOS MAGASINS**

NANCY  
Tél : 03 83 55 01 31

NEUVES MAISONS  
Tél : 03 83 47 01 45

DOMBASLE  
Tél : 03 83 46 69 22

TOUL  
Tél : 03 83 64 49 50



un lé pour recoller à sa nature profonde. Les visuels imaginés par certains créateurs sont d'ailleurs tellement chargés en essences boisées qu'il vaut mieux les préférer en quantité limitée, afin de ne pas assombrir les pièces.

### Pour la cheminée

Plusieurs décors muraux s'ornent de rondins de bois, empilés de manière plus qu'imposante. Présentés sur leur tranche ou en longueur, parfois en combinant les deux, ils nourriront les fantasmes de tous les amateurs de cheminée... à défaut d'alimenter leurs foyers. Vous en trouverez ainsi chez 4murs.com. Le même site passe aussi à la découpe, et propose par conséquent des papiers imprimés de planches, teintées ou naturelles. Vous en dénicherez aussi chez Koziel, où il vous restera à choisir entre les planches de bois flotté, cendré... ou même carbonisé ! La plupart de ces nouveaux papiers peints peuvent être collés directement sur le mur, sans table à encoller : même les moins doués des bricoleurs devraient arriver à les installer.

### Juste une illusion

Ces papiers peints relèvent souvent du trompe-l'œil. Ils jouent avec les perceptions et donnent l'impression que la cloison est réellement en bois. Pour certains, il faut même regarder de près pour ne pas tomber dans le panneau. Ceux qui militent pour la liberté des arbres, choqués par ces versions tronquées de leurs essences préférées, leur préféreront peut-être les murs décorés de bois vivants : les visuels de certaines gammes, comme celles présentées par Ohmywall, laissent croire qu'une forêt peut pousser dans les salons... ou qu'un appartement en pleine ville s'ouvre sur un véritable espace de nature. Ils ne vous laisseront pas de bois ! ■

Photos © Thinkstock, DR



**RELANCE DU PRÊT À TAUX ZÉRO, VENEZ NOUS VOIR !**

# NOBLESS

**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 ?**

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

Optimisez votre performance énergétique avec le gaz naturel

maisons-nobless.fr

MAISONS NOBLESS  
LA MAISON AU FEMININ

**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 • PORTES D'ENTRÉE**

**VOLETS • STORES**

**VÉRANDAS • PORTES DE GARAGE**

**PORTAILS & CLÔTURES**

LE PVC RECYCLABLE A 100%

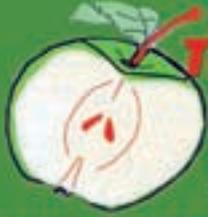
Produit fabriqué en France

AVANT APRES

RECONNU GREMELLE

QUALIBAT

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



**TERRES-LORRAINES**  
**LA FERME DES FRUITIÈRES**  
**LA CROIX DU JARD**

**POUR VOTRE MARCHÉ CHAMPÊTRE, 2 ADRESSES :**

<b>La Ferme des Fruitières</b>	<b>La Croix du Jard</b>
COYVILLER à 5 km de Saint-Nicolas-de-Port	LAITRE-SOUS-AMANCE à 6 km de Seichamps
Tél. 03.83.46.74.55	Tél. 03.83.31.02.33

---

LUNDI > 14H-19H  
MARDI, MERCREDI, JEUDI, VENDREDI  
> 10H-12H ET 14H-19H  
SAMEDI > 9H-12H ET 14H-19H



**Dégustez notre nouvelle récolte...**

**VOTRE PRODUCTEUR LOCAL DE FRUITS ET LÉGUMES**



**POMMES**

**POIRES**

**QUETSCHES**

*... et tous les meilleurs produits fermiers de la région !*

**Fruits • Légumes • Viande • Volaille • Produits laitiers • Jus de Fruits • Vins • Confitures • Conserves ...**

**EN DIRECT DE NOTRE RÉGION !**

# PRÉPARER L'HIVER AU JARDIN

Les jours diminuent, mais pas les tâches du jardinier, planifiez vos travaux : le jardin doit être prêt avant les grandes gelées.

## Nettoyer

Commencez par ratisser les feuilles mortes et retirer les mauvaises herbes. Côté verger, récoltez les fruits de saison et supprimez ceux qui sont séchés ou pourris. C'est aussi le moment de l'élagage. Coupez les branches inutiles, gourmands ou branches mortes, des arbres fruitiers ou des arbustes d'ornement : ils repartiront d'autant mieux aux beaux jours.

## Labourer et amender

Le labourage permet d'aérer la terre : le sol est ameubli afin de faciliter entre autres l'ajout d'engrais divers, de préférence organiques. Vos plantes bien nourries pourront ainsi mieux affronter l'hiver. Au potager en particulier, vous préférerez le fumier de cheval, d'âne ou de mouton (des fumiers chauds) si votre terre est argileuse, ou le fumier de vache ou de porc (des fumiers froids) si votre sol est sableux ou calcaire. Si vous n'avez pas de lisier, optez pour son substitut en poudre, à enfouir au moment du bêchage.

## Protéger

Si certaines de vos plantes ne sont pas faites pour le climat de votre région, installez des protections hivernales qui permettront d'éviter les effets du gel. Paillages à leur pied et enveloppes plastiques sur leurs branches sont les bienvenus contre la bise hivernale. Et n'oubliez pas, tout au long de la froide saison, de vérifier leur bon état.

## Planter

Enfin, l'automne reste la saison favorable pour refaire le gazon. Ces conditions propices conviennent aussi aux plantations de végétaux à floraison printanière, qui résistent au froid. Narcisses, jacinthes, tulipes et autres petits bulbes illumineront bientôt votre jardin ! Du solstice d'hiver (21 décembre) à l'équinoxe de printemps, la terre est en phase de repos : une période qui se prépare. ■



# PISCINES DE L'EST VOUS OUVRE SES PORTES

**Les 17 et 18 Octobre prochains,** toute l'équipe de Piscine de l'Est et son partenaire Abrisud vous invitent à deux jours de portes ouvertes exceptionnelles. De nombreuses surprises vous attendent !



L'été est terminé et pourtant c'est à cette période que naissent souvent les projets de création. C'est pourquoi Piscine de l'est et Abrisud, leader sur le secteur européen de l'abri de piscine ont décidé de vous accueillir durant deux jours afin de vous faire découvrir toute la gamme proposée en magasin mais aussi sur catalogue. Avec un vaste choix de plus de 240 bassins, vous n'aurez que l'embarras du choix. Pour nourrir et finaliser votre projet de piscine, spas, sauna ou même Hammam, profitez des conseils et des offres promotionnelles proposées lors des journées portes ouvertes. Piscine de l'Est propose aussi

tout l'équipement pour entretenir votre bassin. L'hiver approche à grands pas, il est impératif de la préparer à l'hivernage afin de préserver ses installations (liner, filtration, pompe à chaleur, etc.). L'hivernage permet d'empêcher la formation d'algues et de calcaire sur les parois de la piscine pendant l'hiver. Il facilitera ainsi la mise en route à la belle saison.

Didier Antoni créateur de Piscine de l'Est et son partenaire Abrisud répondront à toutes

vos questions. Mieux, ils vous proposeront un accompagnement personnalisé pour réussir votre projet de piscine en respectant votre budget : de l'implantation à la forme du bassin, en passant par son entretien et ses accessoires ; vous pouvez personnaliser votre piscine à votre image.

**Deux jours de folies à ne rater sous aucun prétexte, petits fours et champagne n'attendent plus que vous ! ■**

📍 Horaires portes ouvertes :

- vendredi 17 octobre de 10h à 12h et de 14h à 19h30
- samedi 18 octobre de 10h à 12h et de 14h à 17h30

Les baraques 54520 Laxou

Tél. 09 75 91 08 51 / 06 98 24 30 64

[www.antoni-piscine-est.com](http://www.antoni-piscine-est.com)



## PISCINES DE L'EST

PISCINES & ABRIS - 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

**LES BARAQUES 54520 LAXOU**  
**TÉL. 09 75 91 08 51 / 06 98 24 30 64**  
**[www.antoni-piscine-est.com](http://www.antoni-piscine-est.com)**



**En partenariat avec ABRISUD,**  
**prenez du rêve à la réalité**  
**et réalisez votre projet**  
**lors des portes ouvertes**  
**les 17 et 18 octobre**  
**prochains.**

Un choix de plus de **240** modèles



### Festival du film Arabe de Fameck

À Fameck - Infos et tarifs :

[www.cinemarabe.org](http://www.cinemarabe.org)

Pour sa 25<sup>e</sup> édition, le Festival vous propose une sélection de plus de 50 films : longs métrages de fiction, documentaires, courts-métrages, de nombreux pays arabes sont représentés : le Maroc, la Tunisie, l'Algérie, la Syrie, la Mauritanie, Arabie Saoudite, le Liban, la Palestine ... Chaque année, des courts-métrages sont projetés avant les séances. Des films de pays proches des pays arabes sont également invités (hors compétition).

### NJP 2014

**Nancy Jazz Pulsations du 8 au 18 octobre 2014**

En s'installant en automne, Nancy Jazz Pulsations est devenu au fil des années l'événement musical incontournable de la rentrée en Lorraine. A peine remis de son 40<sup>e</sup> anniversaire, le festival prend un nouvel envol dans lequel différentes musiques trouvent leur place...



### Marché fermier Campagn'Art

À Nancy, gratuit, dimanche 12 octobre 2014.

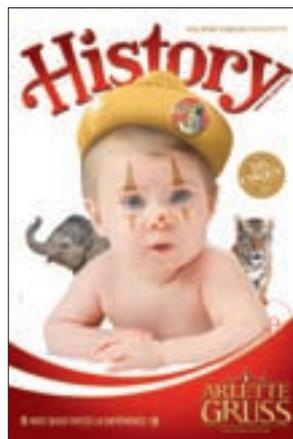
Le rendez vous automnal des producteurs fermiers à la Pépinière à NANCY dans le cadre du Nancy Jazz Pulsations. A partir de 9h30, une trentaine de producteurs locaux vous accueillent sur leurs stands hauts en couleur et en saveur pour votre plus grand plaisir. Possibilité de pique-niquer sur place : tables, bancs.



### Vide greniers place de la carrière

À Nancy, gratuit, dimanche 12 octobre 2014.

Venez chiner dans un cadre bucolique sous les arbres centenaires de la place. Vous pourrez aussi profiter des animations du festival NJP, de la MJC Lillebonne et d'autres acteurs du quartier.



### Cirque Arlette Gruss "History"

Place Carnot - Nancy  
Du 22/10 Au 02/11  
Infos et réservations : [www.cirque-gruss.com](http://www.cirque-gruss.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](http://www.hotel-les-pages.fr)

Gilbert Gruss et son équipe de passionnés ont créé un fabuleux spectacle, avec plus de 35 artistes, 11 musiciens, 120 costumes, des dizaines d'animaux, la célèbre cavalerie Gruss... Et c'est dans un prestigieux chapiteau high-tech, unique en Europe, que tout commence !

# Pompes Funèbres - Marbrerie



## ROC • ECLERC

PARCE QUE LA VIE EST DÉJÀ ASSEZ CHÈRE !

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

24h /24 - Tél : 03 83 55 55 55





**Mommy**

**Sortie:** 08/10/14 - (2h18) - Film Canadien  
 Drame **Réalisé par :** Xavier Dolan  
**Avec :** Antoine-Olivier Pilon, Anne Dorval, Suzanne Clément  
**Synopsis :** Devenue veuve, Diane obtient la garde de Steve, son fils, un adolescent hyperactif et violent. Au centre où il séjourne, on la prévient : les retrouvailles risquent d'être mouvementées.

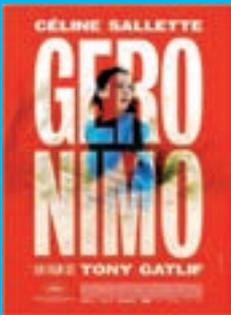
On ne gère pas facilement des personnes psychologiquement instables. Diane, femme forte, indépendante et exubérante, veut faire mentir les médecins de l'hôpital. Elle est la mère de Steve, qui est sa chair et son sang. Elle y arrivera coûte que coûte. Contre toutes attentes, elle parvient à apprivoiser cet enfant imprévisible. Elle peut compter sur l'aide inattendue d'une voisine, Kyla. Ensemble, ils trouvent un certain équilibre. Un équilibre très fragile...  
 Prix du Jury, Cannes 2014.



**Gone Girl**

**Sortie:** 08/10/14 - (2h29) - Film Américain  
 Thriller **Réalisé par :** David Fincher  
**Avec :** Ben Affleck, Rosamund Pike, Neil Patrick Harris  
**Synopsis :** Beaux, jeunes et riches, Amy et Nick est un couple envié à New York. Mais à cause de la crise, Nick perd son travail et doit prendre un nouveau départ dans l'état du Missouri où il a été élevé.

Alors que le couple s'apprête à célébrer son 5<sup>e</sup> anniversaire de mariage, la jeune femme disparaît sans laisser de trace. Nick est immédiatement suspecté. Alors que tout l'accuse, il mène son enquête de son côté, mobilise son entourage et les gens qui connaissaient son épouse...



**Geronimo**

**Sortie:** 15/10/14 - (1h47) - Film Français  
 Drame **Réalisé par :** Tony Gatlif  
**Avec :** Céline Sallette, Rachid You, David Murgia  
**Synopsis :** Le Sud de la France. Dans la chaleur du mois d'août, Geronimo, une jeune éducatrice veille à apaiser les tensions entre les jeunes du quartier Saint Pierre. Tout bascule quand Nil Terzi, une adolescente d'origine turque s'échappe de son

mariage forcé pour retrouver son amoureux, Lucky Molina, un jeune gitan. Leur fuite met le feu aux poudres aux deux clans. Lorsque l'affrontement éclate en joutes et battles musicales, Geronimo va tout tenter pour arrêter la folie qui embrase le quartier...



**Le Sel de la terre**

**Sortie:** 15/10/14 - (1h50) - Film Brésilien  
 Documentaire **Réalisé par :** Wim Wenders, Juliano Ribeiro Salgado  
**Avec :** Sebastião Salgado, Wim Wenders, J. Ribeiro Salgado  
**Synopsis :** Depuis 40 ans, le photographe Sebastião Salgado parcourt les continents sur les traces d'une humanité en pleine mutation. Alors qu'il a témoigné des événements majeurs qui ont marqué notre

histoire récente il se lance à présent à la découverte de territoires vierges aux paysages grandioses, à la rencontre d'une faune et d'une flore sauvages dans un gigantesque projet photographique, hommage à la beauté de la planète.

**JEU-CONCOURS**

En partenariat avec le Cirque ARLETTE GRUSS

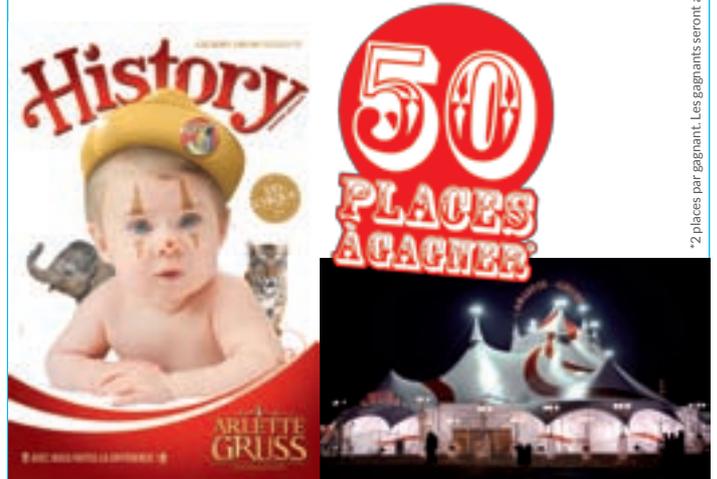
**50 PLACES À GAGNER\***

pour le nouveau spectacle du Cirque

ARLETTE GRUSS « **HISTORY** »

Le 22 Oct. > 19h30 à Nancy (30 places)

Le 23 Oct. > 19h30 à Nancy (20 places)



Jouez sur [lorrainemag.com](http://lorrainemag.com)

\*2 places par gagnant. Les gagnants seront avertis par email.

**JEU-CONCOURS**

En partenariat avec l'UGC Ciné Cité Ludres

**GAGNEZ 30 PLACES\***

pour le dessin animé

« **LA LÉGENDE DE MANOLO** »

Dimanche 19 octobre - 11h à Ludres

**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 !



**Synopsis**

• Le jeune Manolo est tiraillé entre les attentes de sa famille et ce vers quoi son cœur le porte. Avant de choisir de s'engager sur une voie, il embarque pour une incroyable aventure, qui le conduit dans trois mondes fantastiques, où il lui faudra affronter ses plus grandes peurs.



Jouez sur [lorrainemag.com](http://lorrainemag.com)

\*Soit 15 places pour 2 personnes. Les gagnants seront sélectionnés parmi les bonnes réponses et avertis par email.

**Bélier (du 21 mars au 20 avril)**

**Amour:** Votre approche de la vie sera moins conventionnelle et moins fataliste. **Travail-Argent:** Un éclairage gratifiant de vos activités vous est apporté par vos partenaires et vos interlocuteurs. **Santé:** Excellente énergie.



**Taureau (du 21 avril au 20 mai)**

**Amour:** Prenez garde à ne pas trop étouffer votre partenaire. On a tous besoin de liberté ne l'oubliez pas. **Travail-Argent:** Un problème urgent au bureau et vous voilà obligé de faire des heures supplémentaires. Peu importe, le travail ne vous fait pas peur. **Santé:** Vous bénéficiez d'une belle énergie et d'un dynamisme étonnant.



**Gémeaux (du 21 mai au 21 juin)**

**Amour:** Votre vie sentimentale vous procurera des joies sereines et vous ne songerez qu'à consolider les liens de complicité avec votre conjoint. **Travail-Argent:** C'est le moment de foncer, de prendre des décisions. **Santé:** Ne laissez pas s'aggraver des petits problèmes de santé faciles à traiter.



**Cancer (du 22 juin au 23 juillet)**

**Amour:** Vos amis ne vous appellent pas et vous vous sentez délaissé. Mais pourquoi ne faites-vous pas le premier pas ? **Travail-Argent:** Les difficultés que vous connaissez actuellement ne vous redonneront pas le goût au travail. Les choses s'arrangeront prochainement. **Santé:** Insomnies ? Surveillez votre état nerveux.



**Lion (du 24 juillet au 23 août)**

**Amour:** Les relations sentimentales passent au second plan. On a l'esprit et le cœur ailleurs. **Travail-Argent:** Les tâches de communication devraient vous absorber. Vous êtes inspirés et vous pourriez même bénéficier d'intuitions qui assurent votre autorité. **Santé:** Vous êtes en forme.



**Vierge (du 24 août au 23 septembre)**

**Amour:** Si vous adoptez une attitude trop intransigeante envers votre partenaire, l'harmonie qui régnait dans votre vie affective cédera la place à un climat de tension. **Travail-Argent:** Avec un peu de patience et de persévérance, vous arriverez à vos fins plus rapidement que prévu. **Santé:** Fébrilité.



**Balance (du 24 septembre au 23 octobre)**

**Amour:** Vous êtes confiant dans les sentiments de votre partenaire. Vous vous rapprochez de celui ou de celle qui partage votre vie. **Travail-Argent:** Vous avez parfaitement raison de vous en tenir à ce que vous avez récemment décidé et déclaré. **Santé:** Douleurs lombaires possibles.



**Scorpion (du 24 octobre au 22 novembre)**

**Amour:** Vous éprouverez un sentiment de frustration, et vous pourriez reprocher à votre partenaire de ne faire aucun effort pour vous comprendre. **Travail-Argent:** Vous vous lancez dans des entreprises, peut-être totalement nouvelles pour vous. Vous ne manquerez ni de courage, ni d'audace. **Santé:** Troubles gastriques possibles.



**Sagittaire (du 23 novembre au 21 décembre)**

**Amour:** Votre pouvoir de séduction sera à son apogée. Et c'est votre partenaire qui en profitera ! **Travail-Argent:** Vous afficherez un esprit de compétition très aiguisé et vous vous acquitterez avec succès d'une mission délicate. **Santé:** Diminution des maux de gorge.



**Capricorne (du 22 décembre au 20 janvier)**

**Amour:** Semaine un petit peu maussade pour vos rapports sentimentaux. Vous risquez de manquer d'entrain. **Travail-Argent:** Vous saurez défendre vos idées avec enthousiasme et conviction. Sachez contourner les obstacles. **Santé:** Baisse d'énergie, couchez-vous plus tôt.



**Verseau (du 21 janvier au 19 février)**

**Amour:** Attention aux idylles que l'on croit discrètes. La passion ne sera pas absente de cette période mais attention aux orages ! **Travail-Argent:** Les projets semblent bloqués ou tout au moins retardés. **Santé:** Prenez le temps de vous reposer.



**Poissons (du 20 février au 20 mars)**

**Amour:** Si l'amour peut venir de façon soudaine, il pourra aussi partir de la même manière. **Travail-Argent:** Vous vous montrerez sans doute beaucoup mieux organisé et plus prévoyant que d'habitude. **Santé:** Vous pourriez passer par une courte phase d'insomnie.



**Brasserie-Restaurant  
L'INSTITUT**

2, rue Braconnot - NANCY - Tél. 03 83 32 24 14

**POT AU FEU AUX LÉGUMES  
OUBLIÉS & AUX 3 VIANDES**

**POUR 6 PERSONNES**  
**Préparation : 30 minutes + Cuisson : 3 heures**

**Ingrédients** • Les viandes : 1 joue de bœuf, 1 queue de bœuf coupée, 1 kg de paleron, 2 os à moelle • Les légumes : 300 g de pommes de terre, 300 g de topinambours, 500 g de panais (ou de navets), 500 g de carottes anciennes blanches ou jaunes, 400 g de persil tubéreux (ou de céleri rave), 1 poireau, 1 oignon piqué de girofle, 50 g de beurre, pain de campagne, 1 bouquet garni, persil, sel et poivre

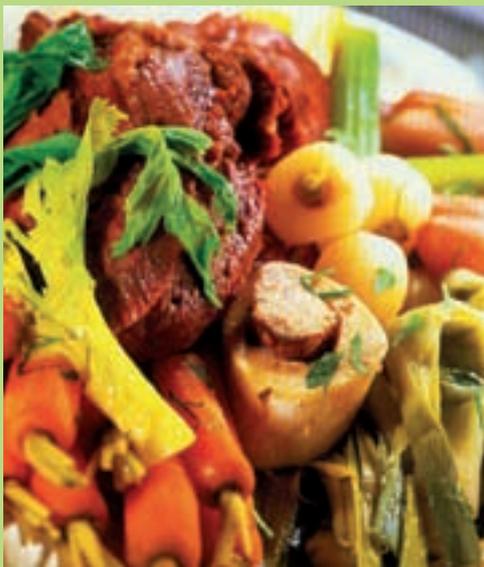
**Préparation** • Posez les viandes de boeuf de bœuf dans un grand faitout, couvrez largement d'eau froide et salez modérément. Portez à ébullition et écumez le bouillon. Ajoutez alors 1 carotte en rondelles, le poireau, l'oignon piqué de girofle et le bouquet garni. Faites cuire pendant 2 h 30 à petits bouillons. Pelez le reste des légumes et laissez un peu de tiges s'il s'agit de légumes fanes. A l'issue de la cuisson des viandes, enlevez les légumes du fond de cuisson et remplacez-les par les légumes. Puis, après 10 minutes de reprise de l'ébullition, ajoutez les pommes de terre, les topinambours et les os à moelle et finissez la cuisson pendant environ 20 minutes à petits frémissements. Passez le bouillon à l'étamine ou dans une passoire fine.

**Premier service** • Posez dans le fond d'une assiette creuse, une tranche de pain de campagne grillée et frottée d'ail. Garnissez de lamelles de moelle pochées et versez le bouillon dessus.

**Deuxième service** • égouttez les légumes et posez-les dans un plat chaud. Arrosez-les de beurre fondu pour qu'ils restent brillants. Coupez la joue et le paleron en tranches, dressez-les, avec la queue de bœuf, sur les légumes et parsemez de persil ciselé. Servez très chaud avec un assortiment de

moutardes (en grains, de Dijon et verte), de raifort et une coupelle de fleur de sel.

**Accord** • Avec un rouge léger de préférence comme un St Nicolas de Bourgueuil ou un Chinon pour ce plat mijoté.



# DERNIERS JOURS

AVANT CHANGEMENT D'ADRESSE

VANDEUVRE-LES-NANCY "ZONE DU RÉVEILLEUX"  
ROND POINT MARCHÉ DE GROS - 1, RUE JEAN MERMOZ

GODIN  
CHAZELLES  
MAX BLANK  
CONTURA  
ROMOTOP  
SERGIO  
LEONI  
DON BAR  
CORRADI

**JUSQU'À**

**SUR MODÈLES  
EXPOSÉS EN  
MAGASIN**

# 70%

CHEMINÉES & POÊLES

# Miclo

TOUT L'ART DU FEU

- POSE PAR NOS TECHNICIENS CERTIFIÉS
- GARANTIE DÉCENNALE
- FINANCEMENT POSSIBLE
- CRÉDIT D'IMPÔTS\*



➔ **NANCY 03 83 57 91 63**

[www.cheminees-miclo.fr](http://www.cheminees-miclo.fr)

**48, rue de Nabécor 54000 (Prolongement rue Oudinot)**

HORAIRE > LUNDI DE 14H30 À 19H • DU MARDI AU SAMEDI : 10H À 12H ET 14H30 À 19H



# I.R.H. 54

ISOLATION RENOVATION HABITAT

61, rue de la Justice 54320 Maxéville

Tél : 03 83 32 18 94 • Fax : 03 83 35 63 05

[irh-54@wanadoo.fr](mailto:irh-54@wanadoo.fr) • [www.irh-54.fr](http://www.irh-54.fr)



- **ITE : Isolation Thermique par l'Extérieur**
- Ravalements de façade : enduit et peinture
- Bardage PVC
- Traitement anti-fissures
- Etanchéité de façade
- Toiture et Zinguerie



**Faites d'une pierre deux coups : ISOLATION & RAVALEMENT**

