

LORRAINE

MAGAZINE



OPÉRA NATIONAL
DE LORRAINE

ÊTES-VOUS AMOUREUX ?

Paul Brody

NOX#1



12 courts-métrages lyriques
12 histoires d'amour
12 lieux de la Métropole

Concept Kevin Barz / Textes Chloé Kobuta
Direction musicale Jonathan Stockhammer

Nancy Opera Xperience #1
100% numérique
100% gratuit

Protek[®]

Les Menuiseries
BLOC & JOB

Kit de finition à peindre ou kit amortisseur



**Pour toutes commandes de caisson Protek
du 1^{er} Avril au 1^{er} Mai
Hors études et devis en cours.**

NOS MAGASINS

Toul : 03 83 43 07 18 - Laneuveville-devant-Nancy : 03 83 51 56 72 - Ville-en-Vermois : 03 83 46 91 91 -
Lunéville : 03 83 766 766 - Baccarat : 03 83 761 761 - Saint-Dié-Sainte-Marguerite : 03 29 556 556

offre non cumulable avec d'autres offres en cours

sommaire

REPORTAGE À LA UNE

6 L'opéra national de Lorraine ouvre son musée des histoires d'amour nancéiennes !

ART & CULTURE

- 12** Vers un avenir culturel pour le château de Haroué
- 14** Le photographe Vincent Damarin prend de la hauteur !
- 16** Budget participatif de la ville de Nancy : 25 projets retenus !
- 18** Appel à la créativité

SORTIES

- 20** Le massif des Vosges cueille le printemps !
- 24** Ces événements que l'on attend avec impatience !
- 25** Cinq nouveaux créateurs au pop'up store !
- 26** La ferme des fruitiers : les frères Parfait s'installent à Seichamps !
- 28** L'ONPA s'adapte à la crise et maintient le contact avec ses adhérents !

FORMATIONS

- 32** Plan de relance : le monde du sport vous tend les bras
- 34** Journée en immersion au pôle formation UIMM Lorraine
- 36** Emploi : ayez le réflexe Meurthe-et-Moselle

SANTÉ & BIEN ÊTRE

- 38** Se libérer des maux grâce à la Kinésiologie en adaptogénèse®

HABITAT & DÉCO

- 40** Du verre de synthèse dans toute la maison
- 42** Aménager une véranda en cuisine, nos conseils
- 44** Des baies vitrées connectées
- 46** Horoscope
- 48** Recettes
- 50** Jeux

6



12



20



32



40



facebook.com/LorraineMagazine

#167 Du 13/04 au 10/05/2021 ■ Prochaine parution le 11 mai /// Retrouvez tous nos anciens numéros sur lorrainemag.com

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 Pauline Overney • pauline@lorrainemag.com • Réalisation graphique Compo graphisme / Chloé De Menech • Journalistes Pauline Overney, V.B., M.K • Crédits photos Couverture : coast-agency.com • Intérieur : © DR • Distribution Distri-mag • 06 77 06 97 06 • Pour nous écrire Lorraine Magazine - SCPP 224 rue des Brasseries 54320 Maxéville - lorraine.com/contact - Tirage : 30 000 exemplaires • 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.

ENVIE DE RELOOKER VOS
CUISINES OU VOS MEUBLES ?

Profitez-en !

RELOOKING CUISINES

FINITION COMPLÈTE façade et intérieur des meubles
DÉMONTAGE par nos soins / **TRAVAUX** en atelier et à votre domicile / **POSSIBILITÉ** de changer votre de travail en crédence murale / **CHANGEMENT** de l'ancienne quincaillerie par des poignées moderne / **GARANTIE D'UN RELOOKING DE QUALITÉ PROFESSIONNELLE**

APRÈS



AVANT



APRÈS



AVANT



RELOOKING MEUBLES

PONÇAGE complet pour revenir au bois brut sans utiliser de produits type décapant / **FINITIONS** par nos ébénistes avec nombreuses teintes au choix laissant apparaître la veine du bois, y compris à l'intérieur des meubles / **ASPECT** huilée, bois flotté, laqué,... (aucun produit de type sous-couche donnant un aspect peinture) / **POSSIBILITÉ** de modifier vos meubles en atelier (changement de pieds, incrustation de verre laqué, changement de ferrures,...)

APRÈS



AVANT

Contactez-nous
03.83.46.55.66

Atelier &
Exposition
3.500M²

MEUBLES
La Maison du Massif

Fabrication sur mesure - Collections

EXPOSITION

Relooking professionnel - Décoration

54210 VILLE EN VERMOIS
RUE DE ST NICOLAS DE PORT

maison-du-massif.fr

Lundi de 14h à 18h30

Du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h30

édITO

LES HISTOIRES D'AMOUR FINISSENT MAL... EN GÉNÉRAL ?

Dans *Carmen* de Georges Bizet, la bohémienne au tempérament de feu, arrêtée à la suite d'une querelle, séduit le brigadier Don José et lui promet son amour s'il l'aide à s'évader. José la libère et se fait emprisonner à son tour. Lorsqu'il retrouve Carmen, celle-ci le repousse et attend de retrouver son nouvel amant, le toréro Escamillo. Désespéré, José poignarde Carmen et confesse son crime devant la foule. Dans *La Bohème* de Puccini, la fleuriste Mimi apporte lumière et chaleur au poète Rodolfo. Mais celle-ci se sait condamnée par la phtisie et, bien que séparée de Rodolfo, viendra expirer dans ses bras. Des histoires d'amour tragiques comme celles-ci sont souvent au cœur des grands opéras lyriques. L'Opéra National de Lorraine a décidé de s'emparer de ce thème universel pour le premier projet du Nancy Opera Xperience avec un opéra numérique et inédit baptisé « Êtes-vous amoureux ? ». À découvrir : 12 histoires d'amour de Nancéiennes et Nancéiens, interprétées en musique et filmées comme des courts-métrages. Questionnements, trahison, routine mais aussi découverte des premiers sentiments et amour unique : ces récits feront forcément écho à quelques souvenirs personnels. L'occasion de célébrer l'amour et la culture... et, surtout, notre amour de la culture.

■ **Pauline Overney**



Pépinières KOENIG

C'est le moment de planter !

VENTE DIRECTE

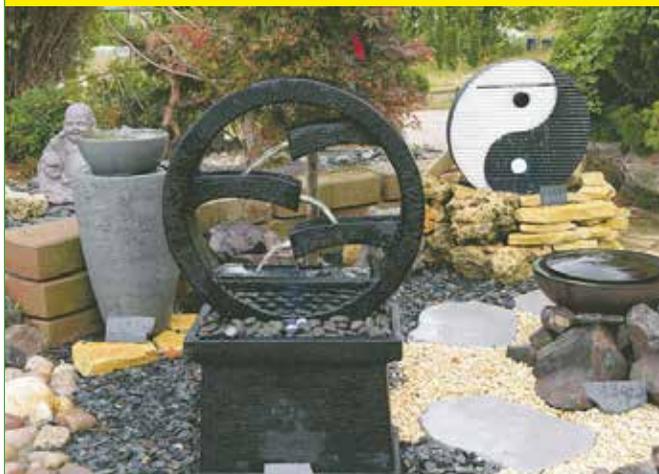
au détail

PRODUCTEUR



**OUVERT
7 jours/7
en avril**

- ▶ Arbustes à fleurs, fruitiers, rosiers et plantes diverses
- ▶ Service créations espaces verts
- ▶ Service à la personne, travaux de jardinage (crédit d'impôt)



▶ **Fontaines de jardin**



Entre Damelevières et Rosières à **BARBONVILLE**
(au lieu dit "Le Nil")

De 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 18 h  **03 83 75 70 71**



L'OPÉRA NATIONAL DE LORRAINE OUVRE SON MUSÉE DES HISTOIRES D'AMOUR nancéiennes !



Le 25 mars dernier, l'Opéra national de Lorraine a dévoilé son opéra numérique « Êtes-vous amoureux ? », produit dans le cadre du Nancy Opera Xperience. Douze histoires d'amour nancéiennes, interprétées en musique et filmées comme des courts-métrages, sont à découvrir gratuitement sur une plateforme dédiée.

Sur la carte interactive du projet « Êtes-vous amoureux ? », si l'on clique sur le numéro 2, une vidéo de 12 minutes intitulée « Digital Love » se lance sur notre écran : il s'agit d'une histoire d'amour de deux jeunes gens qui se sont rencontrés grâce à Tinder. Le numéro 4, « En couple depuis + de 30 ans », aborde l'histoire d'un remariage entre un coiffeur et une prof de gym, les querelles et la routine du quotidien. Les bons moments, aussi. « Avoir 15 ans et bientôt 16 », en numéro 8, met en scène deux adolescentes et leurs questionnements face à la drague et à l'engagement. Enfin, le numéro 12 est « Un amour unique », cette histoire que l'on ne connaît qu'une fois dans sa vie...

De l'été 2019 à l'hiver 2020, la réalisatrice sonore Chloé Kobuta

est allée à la rencontre des Nancéiennes et Nancéiens pour recueillir leurs histoires d'amour. Drôles, tristes, tragiques, tendres, passionnés, banals ou extraordinaires... ces récits ont été la matière première du premier projet de création contemporaine du Nancy Opera Xperience, un laboratoire lyrique mis en place par l'Opéra national de Lorraine pour cette saison 2020-2021. « Très vite, j'ai compris qu'il nous fallait partir, avec le compositeur Paul Brody et l'étudiante en anthropologie Alexandra Levinger, à l'assaut de la ville, micro en main. Nous avons commencé par le parc de la Pépinière. Je me souviens être allée interviewer sans scrupule un couple d'amoureux en train de s'embrasser, m'être incrustée dans un premier rendez-vous, avoir dansé avec des personnes âgées

“

LES SOLISTES ONT ÉTÉ CHOISIS POUR LEUR CAPACITÉ À EXPÉRIMENTER, À EXPLORER LES POSSIBILITÉS DE LA VOIX. IL N'ÉTAIT PAS AISÉ DE TROUVER DE GRANDS INTERPRÈTES D'OPÉRA PRÊTS À UTILISER LEUR VOIX D'UNE MANIÈRE AUSSI INHABITUELLE. JE DIRAIS QUE LEURS RÔLES RESSEMBLENT À CEUX DE CONTEURS QUI SE SERAIENT ÉGARÉS DANS UN MONDE MUSICAL...

”

Paul Brody - Compositeur de l'opéra "Êtes-vous amoureux ?"

sur la piste de danse d'une guinguette » explique Chloé Kobuta. « Nous avions à cœur de réaliser un instantané de la ville avec des gens aux profils variés : jeunes ou vieux, Nancéiens depuis toujours ou Nancéiens d'adoption, ancrés dans la ville ou de passage, issus du centre-ville ou de banlieue. »

SCÉNARII DE LA VIE RÉELLE

Ces interviews enregistrées ont ensuite été mises en musique par le compositeur américain Paul Brody, qui a fait de la voix parlée son terrain de jeu : « L'idée de cette création était que la ville de Nancy écrive son propre opéra. Parmi les innombrables interviews que nous avons menées avec Chloé, nous en avons sélectionné quelques-unes qui, selon nous, pourraient être intéressantes à mettre en scène. » Ainsi, douze histoires

d'amour ont tiré leur épingle du jeu : Kevin Barz, le metteur en scène, a choisi douze lieux métropolitains (musées des Beaux-Arts, centre commercial des Nations à Vandoeuvre, cinéma Royal à Saint-Max, supermarché Auchan de Laxou, brasserie Le Grand Sérieux à Nancy...) pour rejouer et filmer ces scénarii de la vie réelle. Quatre solistes font leurs premiers pas à Nancy dans cet opéra : Guillaume Andrieux, Lionel Peintre, Pauline Sikirdji et Léa Trommenschlager. « Ils ont été choisis pour leur capacité à expérimenter, à explorer les possibilités de la voix. Il n'était pas aisé de trouver de grands interprètes d'opéra prêts à utiliser leur voix d'une manière aussi inhabituelle. Je dirais que leurs rôles ressemblent à ceux de conteurs qui se seraient égarés dans un monde musical... Quant au chœur, d'une certaine façon, il joue les rôles de Chloé et d'Alexandra :

il pose des questions comme elles l'ont fait lors des interviews. C'est ce que j'appelle le "chœur des questions". Et je ne voulais pas qu'il soit interprété par un ensemble de voix d'hommes ou de femmes. Je souhaitais qu'il mêle les genres : qu'il soit un chœur "multi-genre"... » souligne le compositeur Paul Brody.



En couple depuis plus de 30 ans - Piscine © Johannes Wagner



Léna et l'allumeur de réverbères - Cinéma Royal Saint Max © Johannes Wagner



Pas de visites à l'hôpital - Laverie © Johannes Wagner

« Êtes-vous amoureux ? » est l'accomplissement d'un projet en temps de crise sanitaire : pensé comme un spectacle déambulatoire, il a été adapté en création digitale, accessible gratuitement, jusqu'au 31 août. « En se promenant sur les différents lieux de tournage, les curieux pourront aussi flasher les QR codes affichés pour retrouver les vidéos correspondantes » indique Matthieu Dussouillez, directeur de l'Opéra national de Lorraine. Ce « musée des histoires d'amour nancéiennes », un projet inédit et atypique, nous reconnecte avec le monde de la culture, en attendant de pouvoir retrouver le chemin des salles de spectacle. L'occasion, aussi, de se remémorer nos plus belles histoires d'amour.

■ Un dossier de Pauline Overney



Trahison via Facebook - Bus de ville © Johannes Wagner

+ Pour découvrir les courts-métrages, rendez-vous sur : opera-national-lorraine.fr/fr/nox-1



Et bien danse maintenant ! - Bowling Nations © Johannes Wagner



Un amour unique - Auchan Sapinière © Johannes Wagner

ENTRETIEN AVEC MATTHIEU DUSSOUILLEZ, DIRECTEUR DE L'OPÉRA NATIONAL DE LORRAINE

Comment est né le Nancy Opera Xperience et quel est son but ?

Le NOX est un laboratoire lyrique de création où les artistes s'expriment librement. C'est un clin d'œil au « Jimi Hendrix Expérience » fondé dans les années 60 par l'artiste. Nous l'avons mis en place pour cette saison 2020-2021 dans le but de porter des projets novateurs : la création contemporaine est centrale à l'Opéra National de Lorraine. Elle permet de s'emparer des questions de notre époque, de réfléchir aussi sur le fond et la forme d'une création et sur son mode de production.

« Êtes-vous amoureux ? » est le premier projet de ce NOX. Pourquoi avoir choisi ce thème central de l'amour ?

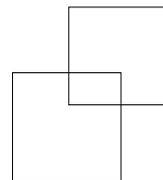
L'amour, c'est un thème qui parle à tout le monde ! (rires) Au sein même de l'opéra, c'est une thématique qui revient régulièrement avec ces histoires d'amour souvent tragiques... mais pas que ! Dans ce projet NOX#1, ce sont les Nancéiennes et Nancéiens qui écrivent et racontent leurs expériences amoureuses. Chloé Kobuta, qui vient du monde de l'opéra et de l'influence, a longuement arpenté les rues nancéiennes en posant cette question très directe qui donne son nom au spectacle : « Êtes-vous amoureux ? ». Elle a un don pour entrer dans l'intimité des gens. D'ailleurs, elle a suscité beaucoup d'intérêt puisqu'elle a recueilli près de 50 histoires différentes.

Vous avez choisi Paul Brody pour mettre en musique ces histoires d'amour.

Il est la personne idéale pour ce projet car il a déjà travaillé sur des créations autour de témoignages d'anonymes. Dans «



Êtes-vous amoureux ? », la musique composée par Paul Brody est indissociable du projet. C'est même son travail qui a nourri ce projet et non le projet qui a nécessité son concours. Sa musique vient porter le récit de ces histoires singulières tout en faisant corps avec la mise en scène. Toutes les générations et toutes les catégories de population sont représentées dans ce projet, c'est ce que nous voulions.



cette version digitale, entièrement gratuite, en utilisant le numérique comme nouveau support d'écriture. Il a, en fait, conçu un grand musée de nos histoires d'amour aux dimensions de la ville en filmant dans des espaces divers tels qu'un parc, un café, une laverie, un supermarché désert...

Ancrer le projet au sein même du territoire nancéien et plus généralement du territoire métropolitain était essentiel ?

Oui, c'est l'un des piliers du NOX : associer davantage les habitants et la création et, surtout, ancrer les projets dans la ville. On parle souvent de la fonction politique du théâtre et de l'opéra, mais je pense qu'il est nécessaire de revenir au sens premier de ce mot : « polis », en grec, c'est la cité. Et il est important pour moi de concevoir des projets qui s'inscrivent au cœur de la cité et permettent de renouer des liens avec ses habitants.

« Êtes-vous amoureux ? » a été mis en ligne le 25 mars dernier. Avez-vous des retours des spectateurs ?

À l'heure de cette interview, le 31 mars, nous enregistrons déjà plus de 10 000 vues sur notre plateforme interactive. C'est un très bon résultat pour de la création contemporaine. Le premier court-métrage « Cantate interrogative » a été regardé plus de 4 500 fois. Si l'on compare, quatre représentations à l'opéra réunissent 4 000 spectateurs. On voit ici la force du numérique : c'est un spectacle qui est, certes, moins vivant mais qui rassemble les amoureux de l'opéra et aussi les néophytes qui découvrent notre univers.

Comment envisagez-vous l'avenir pour l'Opéra National de Lorraine ?

Bien sûr, j'espère que la situation actuelle va s'améliorer le plus rapidement possible. Nous sommes prêts à rouvrir notre institution avec un protocole sanitaire stricte. À la réouverture des magasins dits « non essentiels », nous pensons qu'il sera temps pour les lieux de culture de pouvoir accueillir du public à nouveau également. En attendant, nous pensons à la suite en continuant nos répétitions et en commençant un nouveau projet dans notre Nancy Opera Xperience qui aura plusieurs phases de travail entre 2021 et 2022.

Ce projet devait être un spectacle déambulatoire mais vous avez dû vous adapter à la situation sanitaire : comment s'est passée cette transition vers un projet digital ?

Notre objectif : transformer les menaces en opportunités. J'ai tout de suite appelé le metteur en scène Kevin Barz pour lui demander s'il avait une idée. Très vite, il nous a proposé

©Vincent Arbelet

PHOTOS © VINCENT ARBELET



VERS UN AVENIR CULTUREL POUR LE CHÂTEAU DE HAROUÉ

Un partenariat a été conclu entre la famille de Beauvau-Craon, propriétaire du château de Haroué et le Centre des monuments nationaux (CMN). L'institution publique gèrera désormais, et ce pour la première fois en France, un château privé pour lui redonner ses lettres de noblesse.



« Nous sommes ravis de ce partenariat qui est unique en France » souligne Jean-Marc Bouré, administrateur du palais du Tau, des tours de la cathédrale de Reims et du château de Haroué au Centre des monuments nationaux. « Concrètement, le CMN ouvrira à la visite le château, y développera une offre culturelle et pédagogique et contribuera à sa mise en valeur, dans le respect de son esprit de famille. » Une nouvelle page s'ouvre désormais pour le château de Haroué, situé à 30 minutes au sud de Nancy.

Ce château XVIII^e et ses illustres propriétaires, une longue lignée de princes, ont fait l'histoire de la Lorraine. Construit par l'architecte Germain Boffrand entre 1720 et 1729, le château de Haroué se présente au cœur d'un domaine de 16 hectares, dont un jardin à la française. Ce chef d'œuvre, surnommé le « Chambord lorrain », ne compte pas moins de 365 fenêtres, 52 cheminées, 12 tours et quatre ponts. Les grilles de la cour d'honneur, ainsi que les ferronneries des balcons et de l'escalier d'honneur sont, elles, signées par Jean Lamour. Resté entre les mains de la famille de Beauvau-Craon, le château conserve des collections exceptionnelles dans ses 82 pièces, dont la plupart se visitent entre mai et novembre.

PROGRAMMATION CULTURELLE DÈS LE MOIS DE JUIN

Depuis le décès de son père Marc, Minnie de Beauvau-Craon ne ménage pas ses efforts pour maintenir à flot son héritage : elle organise des festivals, accueille à sept reprises des opéras en plein air, multiplie les expositions grâce à son ami Hubert de Givenchy, convie les visiteurs... « Aujourd'hui, le château de Haroué doit s'inscrire dans le paysage touristique local, ce qui demande une grande ingénierie culturelle » explique Jean-Marc Bouré. « Minnie de Beauvau-Craon a fait le choix de confier l'animation culturelle et la mise en valeur de son château au Centre des monuments nationaux en raison de son expertise en gestion des sites patrimoniaux majeurs. » Ainsi, Haroué bénéficiera de tous les savoir-faire du CMN en termes de médiation, d'animation, de développement numérique, de promotion touristique et de communication.

Dès le mois de juin, si la situation sanitaire le permet, le CMN assurera l'ouverture du rez-de-chaussée et du premier étage de l'aile centrale du château au public sous forme de visites guidées. Une partie du parc (jardin à la française, jardin à l'anglaise et bosquets) sera aussi accessible. « Nous prévoyons également une grande exposition en partenariat avec un artiste contemporain dont le nom sera dévoilé dans les semaines à venir » évoque Jean-Marc Bouré. « Nous développerons les manifestations en rapport avec la musique :

nous accueillerons l'ensemble Il Festino, dirigé par Manuel de Grange, autour d'un programme consacré à Monteverdi dans le cadre du Festival de musique sacrée et baroque de Froville. Ce concert aura lieu le 20 juin à 17h dans le parc du château. » Jean-Marc Bouré insiste également sur le souhait du CNM d'élaborer une programmation destinée au jeune public, aux scolaires ainsi qu'aux familles.



Château de Haroué © Colombe Clier - CMN

Le CMN ambitionne de recevoir chaque année entre 10 000 et 12 000 visiteurs : « Le développement de la fréquentation contribuera par ailleurs à augmenter les ressources nécessaires pour continuer à entretenir ce site remarquable » conclut Jean-Marc Bouré. De son côté, Philippe Béval, président du Centre des monuments nationaux, souligne qu'« en intervenant pour la première fois dans une propriété familiale habitée, le Centre des monuments nationaux étend sa gamme d'actions en faveur des monuments historiques. Monument emblématique de la période de rattachement de la Lorraine à la France, le château de Haroué conserve des collections importantes, dont certains éléments appartiennent à l'Etat : la préservation de cet ensemble constitue donc un enjeu patrimonial de première grandeur. Je remercie les propriétaires du château pour leur confiance envers le Centre des monuments nationaux, ainsi que les élus du territoire qui soutiennent leur démarche. Je remercie surtout Madame la ministre de la Culture d'avoir bien voulu autoriser une expérimentation qui ouvre de nouvelles perspectives à la sauvegarde du patrimoine en France. » ■ **Pauline Overney**

+ Plus d'infos : monuments-nationaux.fr

LE PHOTOGRAPHE VINCENT DAMARIN PREND DE LA HAUTEUR !

Vincent Damarin n'est pas un photographe comme les autres. Il est aussi télépilote de drone professionnel. Résultat : des prises de vue aériennes à couper le souffle !



▲ Place Stanislas, Nancy

Regarder au loin, vers la place de la Carrière, à la même hauteur que Stanislas... Force est de constater que la ville de Nancy prend tout de suite une autre dimension ! Grâce à son drone, Vincent Damarin nous offre la possibilité de nous élever et « de découvrir les paysages sous un autre angle ». La cathédrale Saint-Etienne de Toul, le temple Neuf à Metz, le lac de Pierre-Percée, la colline de Sion... Le photographe, basé à Nancy,

se balade en Lorraine et plus généralement dans le Grand-Est pour immortaliser les paysages sublimes de notre région. « J'aime particulièrement la photographie de nature. Je prends souvent le temps, le matin, seul, pour découvrir de nouveaux sites, parcourir des sentiers différents... Mais j'aime aussi me laisser surprendre par les jeux de lumière et l'infrastructure qu'offre la photographie urbaine » détaille Vincent Damarin.

"DIVERSIFIER MES PRESTATIONS"

Le jeune homme découvre sa passion du 8^e art grâce à ses parents qui lui ont permis de « trouver son œil de photographe ». Complètement autodidacte, il s'est perfectionné au fil des années par la lecture d'ouvrages et par l'expérience de terrain. « J'ai pu également me former, grâce à l'Atelier de Charles à Metz en 2020, sur la maîtrise de la vidéo et de la photographie corporate » ajoute-t-il. Car, après avoir vécu 5 ans en Bretagne, Vincent Damarin fait le choix de revenir sur ses terres natales, à Nancy, et de lancer sa propre activité : « Je voulais essayer de vivre de ma passion. J'avais eu l'occasion de présenter mes clichés en Côtes d'Amor, où je vivais, et ils avaient été retenus par la ville pour sa communication. Une distinction qui m'a conforté dans mon choix ! » Entre temps, Vincent Damarin ajoute une corde à son arc et se forme à un diplôme de télépilote de drone professionnel : « C'est un outil complémentaire à un appareil photo classique. Ça me permet aussi de diversifier mes prestations. »





▲ Temple Neuf, Metz



▲ Maison au bord des 1000 étangs



▲ Route dans les Vosges

VISITES VIRTUELLES À 360 DEGRÉS

Vincent Damarin travaille principalement pour les entreprises et les collectivités. « Je propose la prise et retouche de photos pour des supports de communications ou pour les photothèques, le tournage et le montage de vidéos, des prises de vue aériennes... » Avec les confinements successifs, le photographe a également eu l'idée de fournir des visites virtuelles à 360 degrés, « une technologie demandée par les agents immobiliers, par exemple, qui peuvent envoyer la vidéo du bien à leurs clients. »

Même si la crise du COVID-19 a ralenti l'activité du jeune photographe, il n'en reste pas moins optimiste : « On aura toujours besoin de la photo. Aujourd'hui, la communication passe par l'image. J'espère que les manifestations vont reprendre cet été. J'ai déjà quelques projets en cours qui

devraient se concrétiser si la crise sanitaire s'améliore. Les boutiques peuvent aussi faire appel à mes services pour alimenter leurs réseaux sociaux pendant cette période de confinement. » En parallèle, les particuliers peuvent également soutenir Vincent en lui achetant l'un de ses tirages sur sa boutique en ligne : « Chaque photo est édition limitée, 1/1, numérotée, signée et fournie avec son certificat d'authenticité. Je travaille avec Konica Digital Photo Lab, un laboratoire indépendant pour proposer des tirages d'une grande qualité. Plusieurs tailles et supports sont disponibles, les clients peuvent me contacter pour en savoir plus ! » ■ **Pauline Overney**

+ Plus d'infos : 06 74 39 51 51 ou vincentdamarin.com

C'EST L'ANNIVERSAIRE ÉCOUTER VOIR



ÉCOUTER VOIR
OPTIQUE MUTUALISTE



VOTRE KIT ENTRETIEN LUNETTES ANTIBUÉE OFFERT*

RENDEZ-VOUS DANS VOS MAGASINS :



VANDOEUVE-LÈS-NANCY Zone du Réveilleux

4 route de Mirecourt
03 83 54 54 10

Horaires d'ouverture :

Lundi : 14h / 19h
Du mardi au samedi :
9h / 12h30 - 13h30 / 19h.



ESSEY-LÈS-NANCY Zac de la Porte Verte

11 allée du Midi
03 83 37 80 30

Horaires d'ouverture :

Lundi : 14h / 19h
Du mardi au samedi :
9h / 12h30 - 13h30 / 19h.



*Kit antibuée offert du 12 avril au 30 juillet dans les magasins de ESSEY-LÈS-NANCY, ZAC de la Porte Verte et VANDOEUVE-LÈS-NANCY, Zone du Réveilleux.

NATIONAL 2020 - RCS B 349 728 410 Nantes - @gettyimages - 92059 - 07/2021 - UTM - Union soumise aux dispositions du livre III du code de la Mutualité n° SIREN 775 015 837

BUDGET PARTICIPATIF DE LA VILLE DE NANCY : 25 PROJETS RETENUS !

Le 18 janvier dernier, la ville de Nancy a lancé un appel à projets dans le cadre d'un « budget participatif », mis en place pour la première fois.



▲ Les rives de Meurthe, Nancy © P.O



▲ Rue Exelmans, Nancy © P.O



Pour répondre à la volonté forte des Nancéiens de s'impliquer plus largement dans la construction de leur ville, d'échanger sur leurs attentes et de partager leurs idées, la Ville de Nancy s'est engagée dans un processus participatif précurseur et innovant, en rapprochant les élus et les citoyens dans l'élaboration, la prise de décision et la concrétisation des politiques, mises en œuvre par la municipalité. Cette démarche collective s'est concrétisée avec la création d'une Assemblée Citoyenne Nancéienne (composée de plus de 100 habitants tirés au sort) et plus récemment par la mise en place d'un budget participatif : « Nous octroyons 10 % de notre budget d'investissement pour ce budget participatif » souligne Bora Yilmaz, Adjoint au Maire délégué aux services des habitants et à la vie de quartier. « L'enveloppe sera de 800 000 euros pour cette première édition. L'objectif est de déployer cette même somme les années suivantes. »

PROJETS ADOPTÉS LE 19 AVRIL

Rénovation ou construction d'une aire de jeux, végétalisation d'une guinguette, achat de matériel ou de mobilier,



▲ Place de la Carrière, Nancy © PO

sécurisation d'un carrefour, aménagement de sentiers pédestres... toutes les idées étaient les bienvenues, à conditions qu'elles relèvent des services compétents de la municipalité. « Nous sommes ravis de pouvoir mettre en œuvre des projets importants pour améliorer le cadre de vie de nos citoyens, basés sur leur expertise d'usage. Nous avons, par exemple, déjà eu une proposition pour aménager une salle de change pour les personnes handicapées en centre-ville. Il s'agit là d'un besoin concret » insiste Bora Yilmaz.

Les habitants pouvaient déposer leurs suggestions sur la plateforme numérique dédiée participez.nancy.fr ou dans l'une des 11 urnes déployées dans les quartiers de la ville. Au total, 423 idées ont été recueillies parmi lesquelles 94 projets éligibles au budget participatif de la Ville de Nancy. Finalement, 38 projets ont été soumis au vote des Nancéiens. Les 25 projets retenus seront présentés et définitivement adoptés dans le cadre d'un Conseil municipal extraordinaire le lundi 19 avril avant la dernière étape, celle de leur concrétisation. ■ **Pauline Overney**

+ Plus d'infos : participez.nancy.fr

LES 25 PROJETS RETENUS DANS LE CADRE DU BUDGET PARTICIPATIF

1. Créer des mini forêts urbaines (743 voix, 100 000 €) ;
2. Planter des arbres et des fruitiers dans la ville (668 voix, 25 000 €) ;
3. Proposer un marché de plein air avec des produits bio ou en circuits courts (599 voix, 25 000 €) ;
4. Installer des points d'eau potable dans la ville (499 voix, 86 000 €) ;
5. Équiper les rues de poubelles de tri sélectif et de composteurs partagés (470 voix, 10 000 €) ;
6. Développer l'offre de stationnement sécurisé pour vélos et trottinettes (429 voix, 16 000 €) ;
7. Lutter contre la pollution des mégots en installant des cendriers en ville et organiser un cycle de collecte pour les recycler (387 voix, 5 000 €) ;
8. Créer une aire de jeux et un terrain multisports au Plateau de Haye (384 voix, 75 000 €) ;
9. Accompagner les habitants dans la végétalisation de leurs façades (384 voix, 100 000 €) ;
10. Installer des distributeurs de protections hygiéniques pour lutter contre la précarité menstruelle (372 voix, 8 000 €) ;
11. Envisager un nouvel aménagement de la place Carnot (365 voix, 20 000 €) ;
12. Réaménager l'aire de jeux de la Pépinière (326 voix, 20 000 €) ;
13. Développer l'art urbain en mettant à disposition des espaces d'expression artistique (311 voix, 20 000 €) ;
14. Installer de nouveaux bancs en ville (307 voix, 20 000 €) ;
15. Créer une scène culturelle mobile (304 voix, 15 000 €) ;
16. Réhabiliter le parc de la Citadelle et y créer des jardins partagés (295 voix, 50 000 €) ;
17. Créer une cabane à livres au Plateau de Haye (265 voix, 2 000 €) ;
18. Végétaliser la VEBE (245 voix, 10 000 €) ;
19. Réhabiliter les escaliers et sécuriser les cheminements piétons pour relier les quartiers (230 voix, 50 000 €) ;
20. Créer une zone de rafraîchissement à Beauregard (202 voix, 10 000 €) ;
21. Créer une salle de change pour les personnes handicapées (202 voix, 25 000 €) ;
22. Végétaliser et remettre aux normes d'accessibilité la passerelle rue Isabey (181 voix, 5 000 €) ;
23. Créer un skate parc dédié aux enfants (176 voix, 60 000 €) ;
24. Créer un coin livre à la Pépinière (171 voix, 2 000 €) ;
25. Favoriser le déplacement en trottinette par le déploiement de solution de stationnement et de services de location (161 voix, 5 000 €).



▲ Quartier Médreville, Nancy © PO

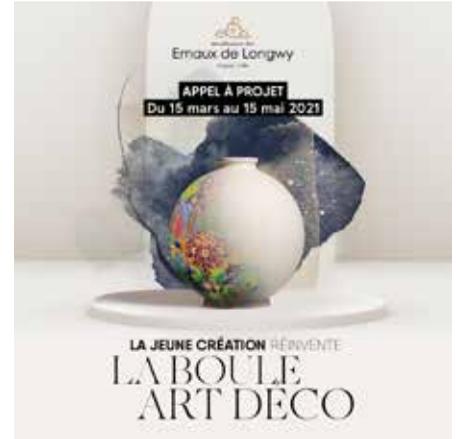
APPEL À LA CRÉATIVITÉ !

LES JEUNES CRÉATEURS S'EMPARENT DE LA BOULE ART DÉCO DES EMAUX DE LONGWY

Pour fêter le 90^e anniversaire de la boule Art Déco, la Manufacture des Emaux de Longwy 1798 organise un grand concours de design jusqu'au 15 mai 2021. L'objectif : imaginer la version contemporaine de cette pièce qui fait la renommée de la Maison depuis près d'un siècle !

Pour la première fois, la célèbre Manufacture invite les jeunes designers et artistes de moins de 30 ans à proposer leur vision de la boule Art Déco, tant sur sa forme qu'au niveau du décor. Les lauréats (récompenses de 3 000 € pour le 1^{er} prix et de 1 000 € pour le 2^e et le 3^e prix) auront l'opportunité d'effectuer une immersion de plusieurs jours au sein des ateliers de la Manufacture afin d'approfondir leurs connaissances.

Un jury composé de designers, créateurs et de personnalités, réuni autour de la designer India Mahdavi, jugera les projets sur leur originalité et leur créativité mais aussi pour leur intérêt et leur sensibilité par rapport au sujet. Le projet lauréat du 1^{er} prix sera édité en série limitée et présenté au public en janvier 2022. La nouvelle forme intégrera le catalogue de la Manufacture et pourra servir de support à de futurs décors.



➤ Informations, règlement et inscriptions sur emauxdelongwy.com. Participations ouvertes jusqu'au 15 mai 2021

LE FESTIVAL PARENTHÈSE NATURE LANCE SON GRAND CONCOURS PHOTO SUR LA RÉGION GRAND-EST POUR SA 2^E ÉDITION !

« Capturez des moments vibrants et exprimez ce que la nature signifie pour vous ! » Après une première édition réussie l'an dernier sur le thème du « climat » (10 000 festivaliers se sont rendus à Faulquemont pour découvrir une belle exposition à ciel ouvert), le collectif Parenthèse Nature organise un concours photo, gratuit et ouvert à tous, jusqu'au 31 mai 2021. Objectif : sélectionner 150 images prises exclusivement dans la région Grand-Est, thème de la 2^e édition du festival.

Le Grand Tétrás, la Mulette perlière, la Grenouille des champs, l'Écrevisse des torrents, le Hamster commun d'Alsace et bien d'autres encore sont inscrits sur les listes rouges des espèces emblématiques de la région Grand-Est. Ce concours donnera lieu à une exposition à ciel ouvert sur un parcours de quatre kilomètres au golf de Faulquemont-Pontpierre, du 1^{er} mars au 30 septembre 2022. Cette exposition sera elle-même valorisée par la réalisation d'un livre avec une sélection de plus de 150 photos de la nature du Grand-Est. Parenthèse Nature souhaite ainsi des images captivantes, saisissantes et pleines de poésie. Ces photographies doivent célébrer la nature et la biodiversité dans son ensemble. Elles doivent illustrer la riche diversité présente dans la région Grand-Est et inspirer l'action pour la protéger et la conserver.

➤ Informations, règlement et inscriptions : parenthese-nature.com/concours.

Participations ouvertes jusqu'au 31 mai 2021



© Olivier Henrion

**OFFRE
SPECIALE**

pour l'achat de **50 m²**
de **dalles céramique 20 mm & pavés béton**

Nos magasins

LANEUVEVILLE-
DEVANT-NANCY
18, rue Lucien Galtier
Tél. : 03.83.51.56.72

LUNÉVILLE
41, avenue de Gerbéviller
Tél. : 03.83.766.766

BACCARAT
Route de la Chapelle
Tél. : 03.83.761.761

VILLE-EN-VERMOIS
4 route de Saint Nicolas
Tél. : 03.83.46.91.91

TOUL
Boulevard de Pinteville
Tél. : 03.83.43.07.18

SAINT-DIÉ-SAINTE-
MARGUERITE
Rue de la Gare
Tél. : 03.83.556.556

Conseil et devis gratuit

**ENCEINTE CONNECTÉE
OFFERTE***



**Les
Matériaux**
Des projets pour la vie !

*Offre valable jusqu'au 31/10/2021 sur produits signalés en magasin sur la gamme Création, limitée à 1 enceinte connectée par commande - Enceinte Bluetooth Synergy 65 S de Kooduu offerte d'une valeur de 199 € TTC. Taille de l'enceinte : Ø 41 cm x H 72 cm

© Relia Communication - www.reliacomcommunication.com

LE MASSIF DES VOSGES CUEILLE LE PRINTEMPS !

Après s'être habillé de son manteau d'hiver, le Massif des Vosges laisse place à un paysage plus printanier et offre différentes activités pour toute la famille. L'occasion de se ressourcer et de profiter d'expériences authentiques !

DES ACTIVITÉS INSOLITES DANS LES ARBRES !

Frédéric Collin, professionnel arboricole passionné, propose aux visiteurs de prendre de la hauteur le temps d'un week-end. Au programme : grimpe d'arbre, bivouac, repas locavores et jeux perchés, le tout baigné d'authenticité et de convivialité. Pour les (grands) enfants, Éric Wrobel de « Regards Insolites » accompagne les plus curieux dans un atelier construction de cabanes. Le principe reste inchangé depuis des centaines d'années : une structure porteuse, faite de branches liées par une ficelle, se fait le réceptacle de branches plus légères, de fougères ou d'autres végétaux. La forme, elle, ne dépend que de votre imagination et de votre créativité. Et pour profiter au maximum du repaire, un feu de camp sera dressé pour faire cuire un déjeuner bien mérité !

En mai 2021, une autre nouveauté fera son apparition dans le Massif des Vosges : la visite d'un sentier « dans les airs », tout de bois vêtu ! Sur environ 1 000 mètres de distance, il sera ponctué de stations interactives, de jeux et d'expériences ludiques portant sur divers thèmes liés à la nature et à l'environnement local.



▼ Grimpe d'arbres © Frédéric Collin

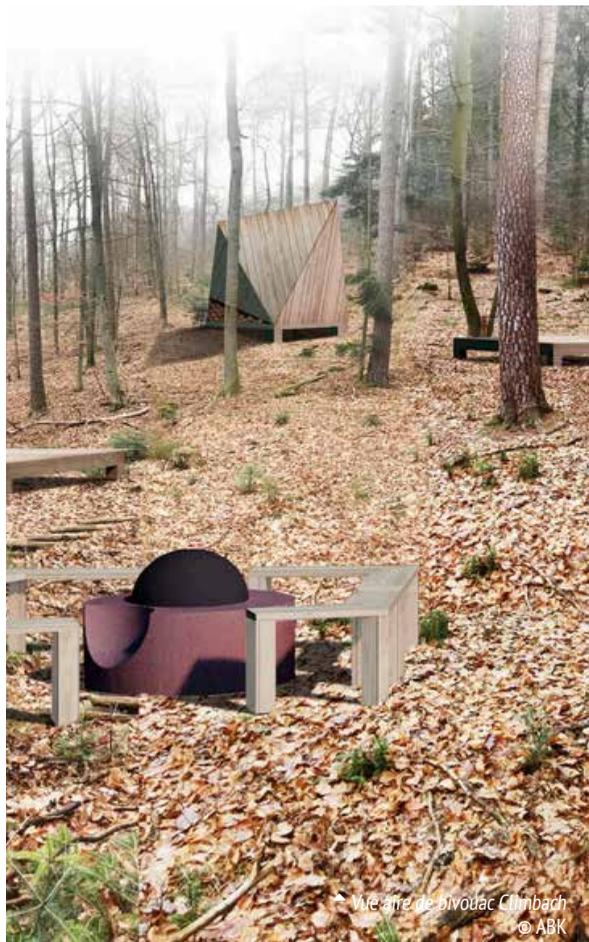


◀ Drachenbronn - Chemin des cimes (ex : Lipno, République tchèque - © Erlebnis Akademie AG)

LE BIEN-ÊTRE SYLVESTRE

0% artifice, 100% expérience : Manuela Peschmann invite les visiteurs à faire confiance à leurs sens lors d'un bain de forêt nocturne, sans lumière artificielle, au cœur du Parc Naturel Régional des Vosges du Nord. Cette expérience inhabituelle et déstabilisante se fait dans le plus grand respect de chacun, et pousse à se confronter à sa peur ancestrale de l'inconnu pour mieux la dépasser. De leur côté, David de « Trail to be Zen » et sa femme Stéphanie, ont eu envie de marier leurs activités. Lui aux instruments intuitifs : gong solaire, pin, chêne, bol chantant, hêtre, flûte amérindienne... Elle pour accompagner les touristes lors d'un bain de forêt. Ensemble, ils guideront les visiteurs à travers bois et clairières du massif pour (ré) apprendre à observer la nature et puiser son énergie dans le monde sylvestre, au rythme envoûtant et méditatif des mélodies de votre guide chamanique.

Pour prendre soin de soi, la marque « FORÊT l'effet Vosges » s'est associée aux Laboratoires Phytodia, basés à Illkirch Granfenstaden, pour développer une gamme de cosmétiques sensoriels autour des actifs naturels identitaires du Massif des Vosges : bluets, sapin, cameryse... Baume à lèvres, crème apaisante, hydratante, revitalisante, eau micellaire : au total, 13 soins 100% made in France seront bientôt disponibles dans les points de ventes du Massif des Vosges, au sein de concept-stores écoresponsables, et sur la boutique en ligne « je vois la vie en Vosges ».



► We are de bivouac Climbach © ABK

▼ Fly Swincar 6 © Lionel Derendinger



SE DÉPLACER GRÂCE À L'ÉLECTRIQUE !

Grande nouveauté cette année dans le Massif des Vosges : le Spider Swincar ! Ce véhicule électrique pendulaire possède des capacités de franchissement surprenantes. Avec une autonomie de

70 kilomètres, soit environ 3 heures, ces « bolides » mènent les visiteurs sur les sentiers du massif au rythme de 25 kilomètres par heure. La vitesse idéale pour prendre le temps de contempler les paysages de la forêt d'Aydoilles, point de départ de la balade guidée.

Autre nouveauté : le fatbike, conçu pour rouler sur les terrains difficiles, se fait désormais électrique pour rendre accessibles à tous les sentiers du Massif des Vosges, et les splendides panoramas de la destination. En compagnie de Laurent Cahon, les touristes chemineront pendant une heure sur les hauteurs de La Bresse ou de Gérardmer, quelle que soit la saison !

◀ Massif des Vosges - fat bike électrique © Laurent Cahon



DORMIR AU CŒUR DE LA FORÊT

Au beau milieu du Parc Naturel Régional des Vosges du Nord, aux confins du Massif des Vosges, sont sortis de terre au printemps 2020 9 éco-lodges ouverts sur la forêt. Le concept est simple et pourtant nécessaire : déployer ses sens et savourer chaque instant passé dans la nature. Pour cela, le jour on se détend et se cocoone dans l'intérieur épuré et élégant des lodges pour s'éblouir, le soir venu, de la pureté du ciel et de la beauté des étoiles grâce à la verrière à 360° et au télescope mis à disposition. Au cœur du PNR des Vosges du Nord toujours, une première aire de bivouac verra le jour à proximité du GR®53 à l'été 2021, à quelques encablures de Wissembourg, sur la commune de Climbach. Plateformes hors sol pour passer la nuit au sec, toilettes sèches, point d'eau et toiles de tente à accrocher aux plateformes accueilleront les aventuriers en quête d'une nuit au cœur de la forêt, avant de repartir sur les sentiers de la Traversée du Massif des Vosges. Dans un autre décor, au bord du « petit Canada vosgien », ce lac à la forme emblématique de feuille d'érable, se construisent les 14 nouvelles cabanes 100% autonomes de Pierre-Percée ! Alliant un haut degré de confort à un faible impact écologique, ces hébergements insolites comportent chacun une salle de bain, une terrasse privée et un poêle à pellet pour les nuits plus fraîches. Cabanes dans les arbres ou chalets en rondins et leurs saunas finlandais, chacun produit l'eau potable et l'électricité nécessaire à son fonctionnement au quotidien.



▲ Massif des Vosges - Cabanes Pierre Percée © Martin Mura



▲ Massif des Vosges - bleuminuit © Novablok

➕ Plus d'infos et réservations : massif-des-vosges.com et explore.massif-des-vosges.com • Le maintien des activités évoquées est sous réserve de l'évolution du contexte sanitaire et des décisions gouvernementales.

+ DE 30 ANS
D'EXPÉRIENCE AU
SERVICE DE L'HABITAT

S.N.B

Des experts qualifiés pour vos
travaux extérieur et intérieur

Contactez votre expert conseil

06.09.32.45.64

Isolation par l'extérieur – Ravalement de façade

TRAVAUX EXTÉRIEUR

- » Isolation thermique
- » Ravalement de façade
- » Enduit décoratif
- » Peinture
- » Traitement de fissures
- » Traitement de façades



Isolation par l'extérieur la solution 3 en 1 !

Isole, protège et embellit votre façade en même temps.



Offrez une seconde jeunesse à votre façade.

Fissures et infiltrations viennent mettre à mal votre habitation. Le ravalement permet de rétablir l'étanchéité de vos murs et offre une plus-value extérieure.

Travaux et rénovation intérieure

TRAVAUX INTÉRIEUR

- » Isolation intérieure
- » Peinture
- » Rénovation
- » Aménagement de combles
- » Carrelages



Rénovation d'un local professionnel

Rénovation : Dans l'ancien comme dans le neuf et pour toutes les pièces de votre habitation, nous proposons des offres de services étendus : isolation intérieure, peinture, carrelage, pose de plaques de plâtre, enduit décoratif, etc...

SNB : 16 rue Nicolas Gauvin BP 30038 - 54181 Heillecourt cedex
Tél. 06.09.32.45.64 ou 09.84.00.86.49 – mail : snb@snb54.fr

Entreprise
qualifiée



LES AIDES ET SUBVENTIONS

Il existe de nombreuses aides, en ce qui concerne l'isolation thermique par l'extérieur et ravalement de façade, demandez conseil à nos experts ! Entreprise qualifiée RGE, l'assurance de notre savoir-faire.

ces événements que L'on attend avec impatience !

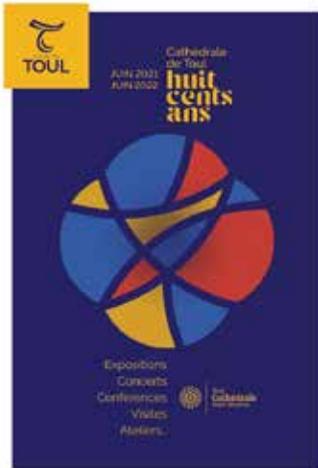
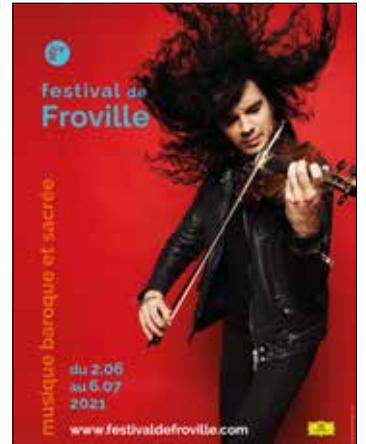
Les mois de mai et juin devraient voir la réouverture progressive des lieux culturels, sous protocole sanitaire strict, de certains grands événements.

LE FESTIVAL DE MUSIQUE SACRÉE ET BAROQUE DE FROVILLE

DU 2 JUIN AU 6 JUILLET 2021

« À Froville, il y a une aura vraiment particulière, une atmosphère qui rajoute réellement quelque chose à la musique que nous venons de jouer. » Ce sont les mots du contre-ténor Jakub Jozef Orłowski, lors de son passage à Froville en 2019. La crise sanitaire a contraint les organisateurs à se réinventer : cette année, les concerts se dérouleront en plein air, à deux pas de l'église, dans le verger attenant au jardin d'harmonie, permettant ainsi le respect de la distanciation. Des représentations auront lieu également au château de Lunéville et au château de Haroué. La programmation, elle, dévoile de très beaux noms comme Vivica Genaux, Valer Sabadus & Spark, Jean-François Zygel & Hugues Leclère ou encore le célèbre violoniste Nemanja Radulovic et son ensemble « Double Sens »

+ Infos : festivaldefroville.com



CÉLÉBRATION DES 800 ANS DE LA CATHÉDRALE SAINT-ÉTIENNE DE TOUL

À PARTIR DU MOIS DE JUIN 2021

L'année 2021 marquera le 800^e anniversaire de la Cathédrale de Toul et la Ville, accompagnée de ses partenaires, célébrera cet événement à travers une programmation culturelle exceptionnelle qui se prolongera jusqu'à l'été 2022. Au programme : concerts, expositions, cycles de conférences et de films, rencontres d'auteurs, ateliers thématiques, animations ludiques en la Cathédrale, au Musée d'Art et d'Histoire Michel Hachet, au cinéma Citéa, à la médiathèque, dans les écoles... Un programme dense et varié qui sera ponctué d'événements majeurs destinés à donner encore plus de résonance à cet anniversaire : mise en lumière spectaculaire de l'intérieur de la Cathédrale, ouverture au public de la Salle du Trésor, festival pyrotechnique, festival Bach, accueil de la manifestation « La Lorraine est formidable ». Un chouette programme en perspective ! + Infos : toul.fr

34^E ÉDITION DU FESTIVAL "LE LIVRE À METZ - LITTÉRATURE & JOURNALISME"

DU 18 AU 20 JUIN 2021

Unique en son genre, cette manifestation littéraire est un lieu de débats et d'échanges où le monde se lit et se raconte sous ses facettes les plus diverses. La nouvelle thématique « Demain est à nous » donnera lieu à des conversations autour de l'avenir et des différentes manières de le concevoir. Cette année plus que jamais, le festival s'est donné pour mission de faire rêver, respirer le temps d'un week-end en laissant le champ libre au pouvoir des mots, le tout dans les Jardins de l'Esplanade à Metz.

Comme chaque année, plusieurs invités d'honneur porteront les couleurs de l'édition : la journaliste Florence Aubenas (prix Joseph Kessel 2010, prix d'Académie 2015...) et le romancier Mathias Enard (prix du Livre Inter 2009, prix Goncourt des Lycéens 2010, prix Goncourt 2015...) offriront une passerelle entre les mondes du livre et des médias. L'auteur-illustrateur Geoffroy de Pennart sera l'ambassadeur de la littérature jeunesse et Fabien Toulmé (prix Schlingo 2020, prix France Info de la bande-dessinée et d'actualité et de reportage 2021) celui de la BD. + Infos : lelivreametz.com



Les événements annoncés sont soumis à l'évolution de la crise sanitaire et des consignes gouvernementales pouvant être imposées dans ce cadre.

Cinq nouveaux créateurs au POP'UP STORE !

La Ville de Nancy a aménagé en 2020 un ancien kiosque commerçant de 12m² dans le quartier Saint-Georges, sur le parvis de la cathédrale : « Le Pop'Up store est un outil supplémentaire de soutien aux jeunes créateurs, artisans ou commerçants, dans une période difficile. C'est une vitrine sur l'originalité, l'innovation et l'inventivité, avec une mise en lumière de ceux qui créent. Cet espace participe également à une reconquête de notre centre-ville » détaille Mathieu Klein, maire de Nancy. Le kiosque sera occupé par le Pop'Up Store d'avril à octobre. Ensuite, dans le cadre des fêtes de Saint-Nicolas, il accueillera une œuvre artistique de la dernière semaine de novembre à la première semaine de janvier.

BOUGIES, MODE, CRÉATIONS ARTISTIQUES...

Suite aux annonces gouvernementales, la créatrice de vêtements Elodie Henry ne pourra pas profiter du kiosque pendant le mois d'avril. Si les restrictions sont levées, Célia Dubois, fabricante des bougies parfumées artisanales naturelles et végétales « Oktoba », occupera le Pop'Up store du 11 mai au 15 juin. Ensuite, place à Lucie Roitel et sa



mode upcyclée baptisée « Tu-Recou » du 17 juin au 22 juillet. L'artiste peintre et sculptrice Lydie Pacaud présentera, elle, ses créations du 27 juillet au 31 août. Enfin, Natacha Guidet de « La Belle Fringuette » débarrera sa friperie dédiée aux vêtements et à la décoration des années 50, 60, 70 et 80 du 2 septembre au 9 octobre. ■ **Pauline Overney**

+ Plus d'infos : nancy.fr

MAISON MARTIN FÉLIX

BOULANGERIE - PATISSERIE - VIENNOISERIE

Le goût de l'authentique

Tous les jeudis, pour l'achat de 3 baguettes Grand Siècle, la 4^{ème} offerte



Les samedis et dimanches,
**3 pâtisseries achetées,
la 4^{ème} offerte**

2 RUE DU CHÂTEAU DES PRINCES, 54840 GONDREVILLE

TÉL : 03.83.63.61.11

LA FERME DES FRUITIERS : LES FRÈRES PARFAIT S'INSTALLENT à Seichamps !

L'histoire familiale des frères Parfait continue de s'écrire : les amoureux des produits locaux ouvrent un nouveau point de vente à Seichamps dès ce mois d'avril.



Depuis plus de 45 ans, la famille Parfait régale les papilles de leurs clients en proposant leurs produits en vente directe. Précurseur du circuit-court dans les années 60, le grand-père Louis signe le premier chapitre de la saga Parfait à Coyviller. Charles, son fils, développe, lui, les cultures maraîchères et fruitières. Aujourd'hui, les trois frères Benoît, Etienne et Damien managent avec aisance les exploitations familiales de Laître-sous-Amance et Coyviller.

Le développement d'une activité maraîchère parallèlement à la production de fruits de leurs vergers leur permet de récolter en plein champs et sous serres, des pommes, fraises, cerises, pêches, mirabelles, quetsches, melons, tomates, salades, épinards, courgettes, poivrons... des produits à retrouver uniquement en saison, cela va de soi !

NOUVELLE ESCALE PAYSANNE DE 800M²

Chez les Parfait, chacun a sa tâche : Benoît à l'arboriculture, Damien au maraîchage et Etienne à la logistique des magasins. Après avoir ouvert un troisième point de vente dans la zone Roberval à Vandœuvre-lès-Nancy il y a tout juste un an, le trio fraternel se lance dans une nouvelle aventure au sein de la zone d'activités de la Louvière à Seichamps : « Commercialiser autrement les bons produits du terroir en rapprochant producteurs et consommateurs : c'est toute la philosophie des boutiques La Ferme des Fruitiers. Coyviller, Laître-sous-Amance, Vandoeuvre et maintenant Seichamps, notre terrain de jeu n'est plus seulement rural, il occupe désormais l'espace périurbain. Le circuit-court est aujourd'hui une tendance sociétale de fond dont le succès ne

se dément pas et qui justifie l'ouverture de cette nouvelle escale paysanne de 800 m² de surface de vente. Nous sommes très heureux de l'aboutissement de ce projet en gestation depuis cinq ans » souligne Benoît Parfait.

AUTO-CUEILLETTE ET PRODUCTEURS LOCAUX

Concrètement, le magasin de Laître-sous-Amance fermera au profit de celui de Seichamps. Mais que les habitués se rassurent, l'auto-cueillette est, elle, toujours d'actualité à Coyviller ! Place aux fraises de mi-mai à fin juin, puis des framboises de juin à juillet. Jusqu'à la mi-août, les clients pourront cueillir des myrtilles pour enfin trouver des pommes entre septembre et octobre. Défenseurs des produits lorrains, les frères Parfait ouvrent aussi leurs rayonnages à de nombreux producteurs locaux, de Lorraine ou d'Alsace. Transparence, proximité, gamme diversifiée : voilà la philosophie de la maison qui favorise le maintien d'un tissu rural vivant dans la région. Et pour une petite touche d'exotisme, les frères Parfait s'autorisant à porter un regard au-delà de ses frontières pour glaner de bons produits ensoleillés comme des agrumes corses, olives, amandes, ou autres pruneaux... Une chose est sûre, pour se faire plaisir et trouver des produits d'une qualité exceptionnelle, il n'y a qu'un nom à retenir : La Ferme des Fruitiers !

+ Plus d'infos : fermedesfruitiers.com



VOTRE MARCHÉ EN CIRCUIT COURT OU EN DIRECT À LA FERME DES FRUITIERS

**AUTO
CUEILLETTE*
DE MI-MAI
À OCTOBRE**

*Fraises, framboises, pommes, à Coyviller et à Laitre-sous-Amance.



FRUITS ET LÉGUMES

Depuis 3 générations la Ferme des Fruitiers propose à ses clients une grande variété de fruits et légumes produits sur plus de 40 ha.

Mais aussi des produits d'autres exploitations, en partenariat avec un réseau de cultivateurs, maraîchers et producteurs de fruits.

Vendus en circuit court ou en auto-cueillette, ils sont complétés pour rendre service aux clients, d'une gamme de produits venus d'ailleurs (non cultivables sous nos climats).



*Produits du terroir
et d'ailleurs*



24.6824700

La
FERME DES FRUITIERS
Agriculteurs et commerçants



**NOUVEAU
MAGASIN**

COYVILLER
RD 112
(croisement RD 74)
Tél. 03 83 46 74 55

VANDOEUVRE
14 rue
Roberval
Tél. 03 83 28 45 11

SEICHAMPS
rue de la grande ozeraïlle
ZAC LA LOUVIERE
Tél. 03 83 31 02 33



L'ONPA S'ADAPTE À LA CRISE ET MAINTIEN LE CONTACT AVEC SES ADHÉRENTS !

L'Office Nancéien des Personnes Âgées (ONPA) a su se réinventer depuis le début de la crise sanitaire. Transition numérique et bien-être des publics les plus fragiles sont les deux grands axes de développement cette année.

Comme chaque semaine, les lundis et mardis, les adhérents de l'ONPA ont rendez-vous avec leur animateur pour suivre un cours en ligne via une application de visioconférence. Aujourd'hui, Cathy Font, éducatrice sportive, encourage les participants derrière sa caméra et les aide à se maintenir en forme. Depuis le mois d'octobre, à l'annonce du deuxième confinement, le déploiement numérique des activités de l'ONPA a été mis en place : « *Nous avons accompagnés nos adhérents vers cette transition informatique* » explique Radia Djebir, directrice de l'ONPA. « *Nous mettons gratuitement à disposition 15 tablettes connectées. Toutes sont prêtes à l'emploi. Mickaël Malveau, notre animateur, secondé de 2 étudiantes volontaires, proposent aussi des séances individualisées pour accompagner la prise en main de la tablette.* » Gym douce, zumba, Tai-chi, stretching, conférence historique, cuisine, dessin, peinture, sophrologie... toutes ces animations sont filmées en direct pour conserver, coûte que

coûte, un lien avec les seniors. « *Nous avons aussi ouvert une chaîne YouTube privée pour que nos adhérents puissent retrouver les cours à tout moment de la journée.* »

AIDER DAVANTAGE LES PUBLICS FRAGILISÉS ET ISOLÉS

L'ONPA compte actuellement 1 700 adhérents. Chaque personne de plus de 55 ans peut adhérer à l'association, qu'elle soit Nancéienne ou d'ailleurs en Meurthe-et-Moselle. « *Nous avons un peu moins d'adhérents cette année* » constate Radia Djebir. « *La crise sanitaire et l'annulation des cours en présentiel ont été des coups durs. Mais nous avons tout de même réussi à mobiliser plus d'une centaine de personnes qui suivent, toutes les semaines, un cours en visio.* »

Loin de se laisser abattre, l'ONPA en profite pour développer d'autres projets devenus essentiels : « *Notre objectif est d'aider davantage les publics fragilisés et isolés. C'est pourquoi nous avons maintenu le soutien téléphonique et nous avons mis en place un service de livraison de culture à domicile, avec des livres, dont certains sont à grand caractère, et des livres audio* » souligne Radia Djebir. Dans cette même dynamique, l'ONPA tend à être plus inclusif : « *Nous avons récemment acheté des boucles auditives et des casques audio individuels pour les personnes malentendantes. Ce matériel servira lors de nos prochaines sorties en extérieur ou pour nos conférences. Notre association doit être une maison qui accueille tous les adhérents, sans exception.* »





◀ Les adhérents à l'ONPA peuvent suivre les cours à distance

BÉNÉVOLES ET VOLONTAIRES

Mais Radia Djebir voit encore plus loin : « Nous allons pérenniser notre projet digital car cet outil informatique se révèle pratique pour certains de nos adhérents, qui ne se déplacent plus aussi souvent vers nos sites. Aussi, la question du “comment bien vieillir” sera toujours centrale et innovante en termes d'expérimentations : nous proposons beaucoup d'activités à destination des seniors mais nous devons en faire plus, notamment au niveau de la prévention santé pour les plus âgés et les plus concernés par la perte d'autonomie. Nous réfléchissons à des cours en lien avec le pôle aquatique par exemple ou à des cours spécifiques pour les personnes en régression physique. »

Fort d'une équipe d'une dizaine de salariés, l'ONPA peut aussi compter sur le soutien indéfectible de ses animateurs indépendants et de ses 100 bénévoles. L'office propose d'ailleurs un espace de citoyenneté au sein du « Réseau des Seniors Volontaires » pour renforcer le lien social intergénérationnel. Une communauté composée de plusieurs bénévoles qui s'investissent selon leur disponibilité dans diverses actions proposées par l'association : visites à domicile, tutorats informatiques, transmission de savoir-faire... « L'ONPA anime également un réseau d'acteurs engagés dans la lutte contre l'isolement des personnes âgées, à l'échelle de la Meurthe-et-Moselle appelé “coopération départementale MONALISA”. Il rassemble associations, collectivités locales, structures de services à la personne, établissement public et institutions, ce qui permet in fine de soutenir plus de 400 citoyens attentifs aux seniors fragiles. Aujourd'hui, la citoyenneté active des seniors est un gage de cohésion sociale et de réciprocité entre les générations » conclut Radia Djebir.

■ Pauline Overney

➤ Office Nancéien des Personnes Âgées • 105 rue Saint Georges à Nancy
Renseignements : 03 83 32 05 40 ou onpa.fr

3 questions à Radia Djebir



directrice de l'Office Nancéien
des Personnes Âgées

Vous avez pris vos fonctions en tant que directrice de l'ONPA le 12 février 2020. Quel est votre parcours ?

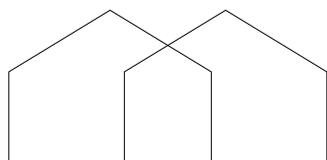
Je suis travailleur social de formation. Après avoir exercé à Pont-à-Mousson en tant qu'agent de développement, j'étais, depuis 2011, la directrice du Centre social de Beaugard (Office d'Hygiène Sociale Lorraine) à Nancy avant mon arrivée, cette année, à l'ONPA.

Quelles sont vos ambitions pour l'Office Nancéien des Personnes Âgées ?

C'est une association porteuse de valeurs, avec beaucoup d'humanité. À mon arrivée, nous avons pu identifier les besoins et les attentes des adhérents et les axes à améliorer. J'aimerais que notre travail soit plus inclusif, plus investi sur les territoires, plus ouvert à la question socio-économique des seniors, et de leurs droits sur ce qu'on appelle la question gériatrique. La crise du COVID-19 nous a permis d'être bien plus volontaires sur des sujets qui étaient déjà amorcés : la transition numérique, l'inclusion, au sein-même de notre association, des personnes en situation de handicap. Demain, l'ONPA doit se déployer dans les quartiers où le taux de vieillissement est croissant, pour aller aux devants de notre public, en proposant une réponse sur mesure.

L'ONPA fête ses 50 ans d'existence cette année. Avec une vision du « bien vieillir » qui a évolué ?

En 1971, l'ONPA est le fruit de pionniers visionnaires : Gérard Cuny, Roland Teyssandier, André Rossinot et Lucien Müller. À l'époque, l'association est la deuxième de ce genre à être créée au niveau national. Il y a eu, en 50 ans, beaucoup d'expérimentations au service des aînés et du « bien vieillir ». L'ONPA, présidée par Dr Guy Vançon, poursuit sa mission en répondant aux défis actuels, avec des projets et des actions fortement ancrés dans le champ de la prévention, de la santé, de la formation et de l'animation. Aujourd'hui, nous devons prendre en considération avant tout tous les publics, avec une vraie logique de démocratisation de la prévention santé : les seniors actifs mais aussi les publics fragiles, les personnes isolées. D'ailleurs, nous mettrons en place une tarification sociale, en fonction des revenus, dès la rentrée prochaine. L'ONPA se doit aussi d'accompagner les revenus les plus modestes. Et avoir l'audace de faire bénéficier ses actions même aux personnes les plus fragiles, moins autonomes, mais qui vivent encore au domicile. Une ambition pour les aînés, qui s'inscrit aussi pleinement dans des enjeux très contemporains de décloisonnements institutionnels, entre la prévention, le médico-social et le sanitaire.





ACORISmutuelles

au service des entreprises

Qu'est-ce qu'une complémentaire santé d'entreprise (mutuelle santé) ?

En complément des garanties de base de la Sécurité sociale, un salarié bénéficie des prestations de la complémentaire santé souscrite par son entreprise. C'est l'employeur qui négocie le contrat et assure son suivi auprès de l'organisme assureur. La complémentaire santé d'entreprise doit prendre en charge un panier de "soins minimum" encadré par la loi. En contrepartie de son caractère obligatoire, le salarié bénéficie d'une prise en charge de la cotisation, à hauteur minimum de 50%.

La complémentaire santé des salariés est obligatoire et s'impose désormais à chaque employeur. Mais comment concilier les intérêts de l'entreprise et les attentes des collaborateurs qui sont elles-mêmes très diverses ?

Garantir la liberté de choisir a motivé ACORIS Mutuelles à réfléchir à la possibilité de proposer des offres adaptées sur deux plans : d'une part au dimensionnement de l'entreprise, d'autre part aux

besoins en couverture santé des salariés selon leur âge et leur mode de vie. Pour répondre à ces obligations, deux solutions ont été créées :

► **PRO VIE DENSE** : une garantie pour les entreprises comptant au moins un salarié, proposant une garantie de base (ANI) et des options complémentaires souscrites soit à titre obligatoire par l'entreprise soit à titre facultatif afin de permettre aux salariés qui le souhaitent d'augmenter leur couverture. La souscription à titre collectif obligatoire permet à l'entreprise de bénéficier d'avantages fiscaux et sociaux.

► **PRO VIE DENSE TNS** : une garantie pour les TNS proposant 5 niveaux de couvertures et permettant au chef d'entreprise de bénéficier de la déductibilité de la Loi Madelin.

À cela s'ajoute la complexité de satisfaire les besoins des entreprises d'une convention collective...

En effet, l'ANI (Accord National Interprofessionnel) a instauré la complémentaire santé obligatoire d'entreprise qui consiste en un

panier de soins minimum défini par un texte (le panier minimum correspond aux entreprises non contraintes par un accord professionnel). Pour les entreprises relevant d'une convention collective pour lesquelles les partenaires sociaux ont négocié des garanties spécifiques (l'automobile, les transports, la fédération Syntec, la fédération Hôtel-Café-Restaurant, par exemple), ACORIS Mutuelles a créé des garanties correspondant à leurs accords de branche respectifs avec une base et des options pour répondre aux obligations conventionnelles mais aussi aux besoins de chacun.

La réforme du 100% santé (RAC 0) a-t-elle un impact ?

Le 100% santé encadre le bénéfice d'une couverture en optique, en dentaire et en audiologie sans aucun reste à charge pour des dispositifs compatibles avec le 100% santé et tout cela quelle que soit la garantie mise en place dans l'entreprise, y compris pour une garantie de base. Toutes les garanties « Entreprises » proposées par ACORIS Mutuelles intègrent les prestations du 100% santé. Les conseillers ACORIS Mutuelles, véritables spécialistes de terrain, informent au quotidien sur les détails de l'application de cette réforme. L'employeur donne l'opportunité à ses collaborateurs de disposer d'une complémentaire santé performante mais accessible, facteur de fidélisation. Ainsi, notre offre santé répond tant aux chefs d'Entreprise, qu'aux partenaires sociaux et aux salariés. Elle présente les solutions les plus adaptées en fonction de leurs besoins, leurs obligations et leur statut.

Quels sont les critères qui vont intéresser l'employeur ?

D'abord la possibilité d'avoir des garanties adaptées. Le fait que nous assurons le suivi et l'intégration des évolutions est également un point sécurisant.

Les chefs d'entreprise apprécient aussi la possibilité de satisfaire les attentes de leurs salariés en termes de garanties dans un budget optimisé. La possibilité d'être accompagnés tout au long de la vie de leur contrat et de pouvoir accéder quotidiennement à leurs informations de manière sécurisée dans leur espace entreprise sont essentiels pour l'activité des gérants d'entreprise.

Qu'attendent les salariés ?

Ils peuvent faire le choix de prestations adaptées à leurs besoins réels et couvrir éventuellement leur famille.

En ce qui concerne les soins, ACORIS Mutuelles donne accès à des services de santé performants ainsi qu'à une assistance psychologique avec PSYA, notre service d'écoute anonyme et confidentiel. Ce service permet à toute entreprise, même toute petite, de répondre à ses obligations en termes de prévention des risques psycho-sociaux.

Pour eux, c'est également l'accès à une gestion simplifiée et efficace de leur compte sur un espace sécurisé qui facilite la santé au quotidien ainsi qu'une application mobile innovante.

Dans le cas où le salarié quitte l'entreprise, quelles sont les garanties de portabilité de son contrat ?

Dans le cadre de la portabilité, le maintien des garanties s'exerce à l'égard de tout salarié, hors pour cause de faute lourde, dès lors qu'il perçoit une indemnisation chômage.

Le maintien des garanties s'applique-t-il à d'autres situations ?

Oui, l'article 4 de la Loi EVIN prévoit ce maintien à l'égard d'anciens salariés bénéficiaires d'une rente d'incapacité ou d'invalidité, d'une pension de retraite, ou s'ils sont privés d'emploi, d'un revenu de remplacement (licenciés) ainsi qu'aux ayants droit de l'assuré décédé pendant 12 mois minimum à compter du décès.

Ainsi, la loi EVIN permet aux retraités s'ils le souhaitent, de continuer de bénéficier d'une complémentaire santé dont les remboursements des frais de santé sont les mêmes que lorsqu'ils étaient salariés sans pour autant être rattachés au contrat collectif de l'entreprise.

Pourquoi faire confiance à ACORIS Mutuelles ?

Lorsqu'ils souscrivent un contrat ACORIS Mutuelles, les chefs d'entreprise et nos adhérents bénéficient de l'ensemble des services de proximité (22 agences en Lorraine et Franche-Comté, un plateau téléphonique à Remiremont, un espace sécurisé, une application mobile, l'accompagnement des conseillers dédiés aux entreprises, etc.).

ACORIS Mutuelles est « MADE IN LOCAL » et met un point d'honneur à maintenir et renforcer cette proximité pour offrir à ses adhérents un service de qualité.

➕ N'hésitez plus à contacter  **ACORISmutuelles**



sur contact@acorismutuelles.fr • au 09 69 36 10 20 (appel non surtaxé) • liste des 22 agences sur acorismutuelles.fr • application mobile, accessible 24h/24 et 7j/7, téléchargeable sur Google Play et App Store • demander un rendez-vous ou un devis grâce à notre formulaire en ligne sur acorismutuelles.fr



Plan de relance : LE MONDE DU SPORT VOUS TEND LES BRAS

Le secteur du sport a subi de plein fouet les effets de la crise sanitaire. Afin de redynamiser son modèle économique et de favoriser les embauches, le gouvernement s'est engagé dans un plan de relance attractif.

La suspension des activités et des événements sportifs en raison de la crise du Covid-19 a entraîné des répercussions sur tout le secteur. Devenir éducateur sportif, animateur ou accompagnant fait pourtant rêver beaucoup de jeunes, passionnés par cet univers. Pour soutenir la filière, l'État a donc mis en place différentes aides concernant la rénovation énergétique et la modernisation des équipements sportifs, l'accompagnement des associations locales, la transformation numérique, la formation mais aussi et surtout la création d'emplois.

DES COUPS DE POUCE POUR FAVORISER LA CRÉATION D'EMPLOIS

Afin d'encourager le recrutement des jeunes dans le monde du sport, l'État a mis en place un plan de relance effectif dès 2021. Parmi les solutions proposées, le ministère de l'Éducation nationale, de la Jeunesse et des Sports a lancé le dispositif « 1 jeune 1 solution » dont l'une des ambitions est d'orienter, d'ici 2022, 2 500 jeunes supplémentaires vers des emplois dans le milieu du sport et en particulier vers le métier d'éducateur sportif.

Pour cela, les structures et les associations affiliées à une

féderation sportive agréée peuvent bénéficier d'une aide financière complétant le reste à charge du salaire. Ce coup de pouce, dont le montant peut atteindre 12 000 € par an sur 2 ou 3 années, s'avère efficace pour les jeunes recrutés puisque près de 79 % des emplois sont pérennisés (dont 96 % se transforment en CDI) selon le gouvernement.

DES JEUNES BIEN ACCOMPAGNÉS

Un autre dispositif appelé Sésame (Sésame vers l'emploi pour le sport et l'animation dans les métiers de l'encadrement), permet, quant à lui, d'accompagner les jeunes les plus défavorisés, âgés de 16 à 25 ans, vers une qualification dans les métiers d'encadrement du sport ou de l'animation (éducateur sportif, animateur, enseignant, entraîneur, formateur...).

En aidant financièrement les centres de formation (avec un montant moyen d'aide de 2000 € par jeune et par an), ce programme offre ainsi à ces futurs accompagnants un parcours personnalisé aboutissant à un diplôme professionnel et dont le taux de réussite est de 70 %. Le but ? Financer 3 000 nouveaux accompagnements d'ici 2022 afin de booster le secteur du sport.



CAP SUR LE MÉTIER D'ÉDUCATEUR SPORTIF

Tennis, football, boxe, basketball ou natation... L'éducateur ou le moniteur sportif enseigne la pratique d'une ou plusieurs disciplines à différents types de publics (adultes, jeunes, seniors ou personnes en situation de handicap) et exerce le plus souvent dans un club sportif ou en tant qu'indépendant. Si l'aventure vous tente, sachez qu'il est nécessaire, pour exercer ce métier, d'être au minimum titulaire du brevet d'État d'éducateur sportif (BEES) et que plusieurs formations supérieures, du niveau bac au niveau

bac+3, permettent d'accéder à de nombreuses spécialités. Après le bac, on peut ainsi préparer le brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS). La formation dure de 9 à 24 mois. On peut également préparer, en 3 ans, une licence STAPS (sciences et techniques des activités physiques et sportives) ou une licence professionnelle mention « métiers de la forme ». Le diplôme d'État de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (DEJEPS) « perfectionnement sportif » (de niveau bac +2) propose par ailleurs de très nombreuses spécialités, des activités de plongée subaquatique au parachutisme en passant par les arts martiaux, le volley-ball, l'athlétisme ou encore le hockey sur glace. On peut le prolonger d'un an pour obtenir un DESJEPS « spécialité performance sportive » de la discipline que l'on a choisi.

Enfin, le BEES de 3e degré désigne un niveau d'expert dans un domaine en particulier. Équivalent à un master, ce diplôme est beaucoup plus rare et s'adresse aux sportifs de haut niveau.

■ V.B

➕ Pour obtenir plus d'informations sur le dispositif 1 jeune, 1 solution, rendez-vous sur le site dédié : 1jeune1solution.gouv.fr ou contactez le numéro vert gratuit : 0 801 010 808



JOURNÉE en immersion au PÔLE FORMATION UIMM LORRAINE : OBJECTIF, FAIRE LE BON CHOIX !

Le pôle formation UIMM Lorraine propose, à ses futurs apprentis, de découvrir les différentes filières des métiers de l'industrie lors d'une journée en immersion.

Plus de 50 formations, du CAP au diplôme d'ingénieur, sont dispensées au sein du pôle formation UIMM Lorraine. Cette offre pluridisciplinaire aborde tous les secteurs clés de l'industrie : mécatronique, production, management et organisation industrielle, chaudronnerie industrielle, génie mécanique et productique, usinage et fabrication additive, ressources humaines et qualité sécurité hygiène environnement. « Pour aider les futurs apprentis à faire le meilleur choix, nous leur proposons de venir passer une journée en immersion au sein de l'un de nos sites en Lorraine, sur rendez-vous » détaille Damien Costella, directeur adjoint du pôle formation UIMM Lorraine.

Concrètement, cette journée rassemble un groupe de cinq jeunes à partir de 16 ans. Ils sont accueillis par le service recrutement qui présente la structure, le fonctionnement et les avantages de l'apprentissage, les filières des métiers... « Ensuite, un formateur accompagne les jeunes lors de 6 modules différents de 45 minutes. Ils peuvent ainsi s'exercer à démonter un réducteur réalisé en impression 3D ou configurer un programme informatique pour actionner un robot mobile par exemple. Enfin, nous leur proposons un module en organisation industrielle, à faire en groupe, pour tester leur esprit d'équipe. »

PLUS DE 80% DES VISITEURS DÉCIDENT DE SUIVRE UNE FORMATION

Après une visite complète du site et des échanges avec les apprentis sur place, un débriefing est mis en place par le service recrutement pour répondre aux différentes questions des visiteurs. « Nous avons lancé ces journées en immersion depuis 3 mois. Nous avons déjà accueilli une centaine de futurs apprentis intéressés. Parmi eux, plus de 80% ont décidé de suivre une formation au sein du pôle formation UIMM Lorraine » souligne Damien Costella. « Il leur suffit ensuite d'intégrer le processus de recrutement classique au sein du pôle formation, même sans être inscrits sur Parcoursup. Nous leur proposons, en amont, des séances de coaching pour les aider à écrire leur CV ou leur lettre de motivation et pour les préparer à leurs entretiens avec les entreprises. »

Le pôle formation UIMM Lorraine offre également une autre possibilité d'intégrer l'une de ses formations : la Prépa



Apprentissage Industrie : « Ce dispositif vise un public décrocheur, non scolarisé ou sans emploi » précise le directeur adjoint. « La Prépa Apprentissage Industrie prend en charge des jeunes de plus de 16 ans pendant 4 mois. Objectif : une remise à niveau en français et en maths, la découverte des métiers de l'industrie et leur donner envie de reprendre le chemin de la formation et de l'emploi. »

Plus de 1 700 apprentis sont formés chaque année par le pôle formation UIMM Lorraine. Parmi eux, plus de 80% décrochent un travail dans les 6 mois après la fin de leur cursus. À noter que l'industrie est un secteur en plein essor : 4 000 postes sont à pourvoir par an en Lorraine, jusqu'à 2025, dans la métallurgie.

+ Pôle formation UIMM Lorraine • Renseignements et prise de rendez-vous pour les journées en immersion : 03 83 95 35 32 ou www.formation-industries-lorraine.com

**UN PEU PERDU DANS TES
RECHERCHES ?
ON S'OCCUPE DE TOUT !**

Viens en immersion découvrir nos métiers



Source : Shutterstock

Au pôle formation UIMM Lorraine, 50 diplômes du CAP à Ingénieur proposés en apprentissage dans les domaines du numérique, transformation du métal, mécatronique, usinage, électrotechnique, maintenance...

www.formation-industries-lorraine.com
recrutement@formation-industries-lorraine.com

EMPLOI : AYEZ LE RÉFLEXE MEURTHE-ET-MOSELLE

Chaque année, le conseil départemental 54 recrute une centaine de personnes. Il emploie 3 000 agents et propose 120 métiers différents. Pensez-y !

Vous êtes en recherche d'emploi ? Avez-vous songé à regarder du côté du conseil départemental de Meurthe-et-Moselle ? Vous pensez peut-être que c'est une administration avec uniquement des gens qui travaillent dans des bureaux, à Nancy ? Eh bien oui mais pas seulement : le Département de Meurthe-et-Moselle emploie 3 000 agents qui exercent plus de 120 métiers différents : à Nancy, où sont installés les locaux du centre administratif départemental, mais pour un tiers seulement. 70 % des emplois sont localisés partout en Meurthe-et-Moselle. « *C'est l'une de nos spécificités* » résume Bertrand Garcia, Directeur des ressources humaines. « *Les agents du*

Département sont présents sur tout le territoire et y exercent des missions très variées. Choisir de travailler au Département de Meurthe-et-Moselle, c'est faire le choix du service public et de missions à "haute utilité sociale" en connexion forte avec la vie des habitants. »

« LES OPPORTUNITÉS DE CARRIÈRE SONT RICHES »

De Longwy à Briey en passant par Longuyon, de Pont-à-Mousson à Nancy en passant par Nomeny, de Toul à Colombey-les-Belles en passant par Neuves-Maisons, de Lunéville à Blâmont en passant par Baccarat : on peut trouver, près de chez soi, un emploi dans des domaines aussi variés que le travail social et médico-social (assistants sociaux, éducateurs spécialisés, assistants familiaux, puéricultrices, médecins), le numérique (développeurs, chefs de projet, ingénieurs système), l'aménagement et le bâtiment (techniciens et ingénieurs des routes et des ponts, chargés d'études, maintenance de bâtiments, ingénieurs ou techniciens bâtiment), sans oublier les services administratifs (contrôleurs de gestion, gestionnaires administratifs et financiers, responsables de services...). « *On résume souvent*



le Département au travail social et aux routes. Mais en réalité, c'est beaucoup plus vaste que cela. Patrimoine, culture, éducation, citoyenneté, environnement, développement durable, économie solidaire, coopérations locales et transfrontalières : le champ des possibles est vaste, les opportunités de carrière sont riches » conclut Bertrand Garcia, qui estime que « *passer par le Département, c'est l'occasion de s'enrichir et de booster sa carrière* ». Et de là à démarrer, aussi : la collectivité apporte un soin particulier à l'apprentissage, aux stages et a développé un service citoyenneté qui permet à de nombreux jeunes de se réorienter via des missions de service civique.

UNE STRUCTURE ANCRÉE DANS SON ÉPOQUE

Si les collectivités locales souffrent souvent d'une image un peu « vieillotte » y compris en matière de RH, beaucoup seront surpris de découvrir au contraire une structure bien ancrée dans son époque. « *Le télétravail, par exemple, est très développé dans la collectivité, tout comme l'attention portée aux rythmes de travail, qui bénéficie à tous et permet de favoriser l'égalité entre femmes et hommes. Le Département porte des valeurs fortes en matière d'éco responsabilités, de solidarité, de transition écologique, d'éthique.* »

Comment rejoindre la collectivité ? Les offres d'emploi sont accessibles à tous (fonctionnaires, lauréats de concours ou contractuels : le type de contrat recherché est précisé sur l'annonce). Retrouvez toutes les offres en consultant les réseaux sociaux et le site internet www.meurthe-et-moselle.fr, rubrique « offres d'emplois ». Régulièrement mise à jour, elle devrait vous permettre d'envisager votre vie professionnelle sous un nouvel angle, à l'échelle d'un Département !

+ Plus d'infos : 03 83 94 54 54 ou meurthe-et-moselle.fr

LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL RECRUTE

DÉPARTEMENT
MEURTHE
& MOSELLE

BOOSTEZ VOTRE CARRIÈRE

INGÉNIEURS, TECHNICIENS,
ARCHITECTES, DÉVELOPPEURS,
MÉDECINS, TRAVAILLEURS SOCIAUX,
INFORMATIENS, MANAGERS,
CONTRÔLEURS DE GESTION



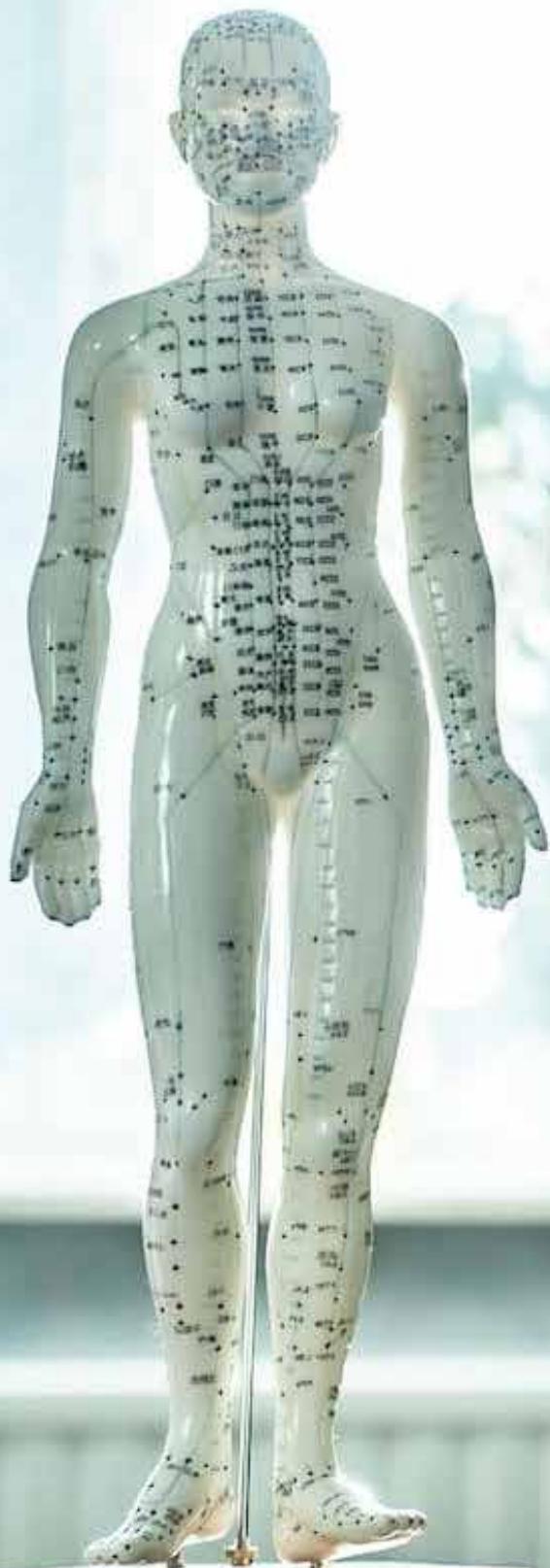
POURQUOI PAS VOUS ?

3 000 PERSONNES
TRAVAILLENT DANS LES SERVICES
DU DÉPARTEMENT



@departement54

meurthe-et-moselle.fr

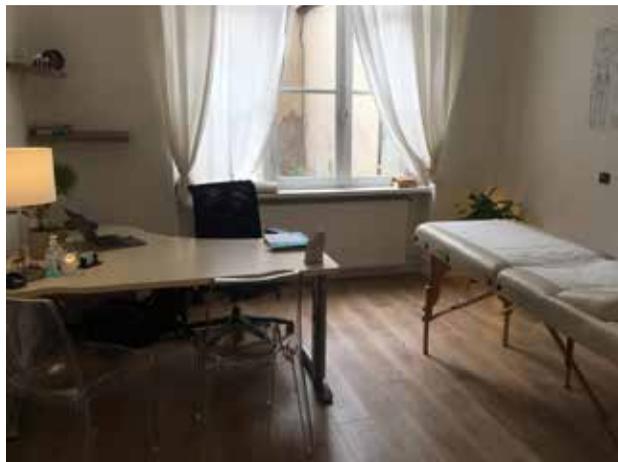


SE LIBÉRER DES MAUX GRÂCE À LA KINÉSIOLOGIE EN ADAPTOGENÈSE®

Anne Schmitt s'est récemment installée dans son nouveau cabinet situé au 7 rue de Serre, à Nancy (à proximité du cours Léopold). Elle y pratique la Kinésiologie en Adaptogenèse® : une approche émotionnelle et psychologique basée sur les principes de la Chiropraxie, Ostéopathie et Micro kinésithérapie.

Objectif : répondre aux besoins spécifiques de blocages physiques et psychiques.

“ LES PATHOLOGIES LES PLUS RÉPANDUES SONT LES DÉPRESSIONS, LES BURN-OUT ET LES TROUBLES DU SOMMEIL. IL N'Y A PAS DE CONTRE-INDICATION À LA KINÉSIOLOGIE. C'EST UNE DISCIPLINE NON MÉDICALE, QUI N'ÉTABLIT PAS DE DIAGNOSTIC MAIS QUI EST SOUMISE À UN CODE DE DÉONTOLOGIE. C'EST POURQUOI JE TRAVAILLE EN LIEN AVEC LE MONDE MÉDICAL POUR PROPOSER UNE ALTERNATIVE COMPLÉMENTAIRE AUX CLIENTS. ”



Issue du milieu médical depuis 20 ans, Anne Schmitt s'est reconvertie à la Kinésiologie et est spécialiste de l'Adaptogenèse®, une pratique mise au point par Francis Vieules, directeur de l'école de kinésiologie et d'Adaptogenèse

EDUtm : « Cette technique se centre sur les sources de la santé, en agissant sur de grands leviers comme l'équilibre postural et biomécanique, l'équilibre psycho-émotionnel, l'équilibre énergétique, l'équilibre nutritionnel et acido-basique... C'est la discipline "haut de gamme" de la kinésiologie, qui demande beaucoup de rigueur » explique Anne Schmitt. Cette pratique vise, en fait, à corriger les déséquilibres posturaux (sciatiques, lumbagos,

douleurs cervicales...) et à libérer les émotions engrangées dans notre organisme pour lever les blocages physiques et psychologiques qui y sont liés : « Le corps est le réceptacle des mémoires des événements vécus et des émotions des peurs. Une référence traumatique dans le passé peut se réveiller et être amplifiée par un événement actuel, parfois très anodin » constate la kinésiologue.

ALTERNATIVE COMPLÉMENTAIRE À LA MÉDECINE

Concrètement, une séance dure entre 1h à 1h30. Anne Schmitt débute par un entretien pour cibler les problématiques présentes ou passés : « Lors de la consultation, la personne reste habillée, allongée sur une table. J'effectue alors une cartographie de son corps par des tests musculaires très précis afin de desceller ses points de blocage. » En travaillant à la fois sur la dimension structurelle et l'aspect émotionnel, la Kinésiologie en Adaptogenèse® permet d'atteindre un mieux-être intérieur.

« Depuis le premier confinement, j'accueille trois fois plus de clients. Les pathologies les plus répandues sont les dépressions, les burn-out et les troubles du sommeil. Il n'y a pas de

contre-indication à la Kinésiologie. C'est une discipline non médicale, qui n'établit pas de diagnostic mais qui est soumise à un code de déontologie. C'est pourquoi je travaille en lien avec le monde médical pour proposer une alternative complémentaire aux clients. » La Kinésiologie en Adaptogenèse® s'adresse aussi bien à des particuliers, enfants ou adultes, qu'à des sportifs de haut-niveau pour les aider à être au maximum de leurs performances, qu'aux musiciens qui utilisent la Kinésiologie pour travailler leur souffle ou leur créativité.

AIDER LES ENFANTS EN ÉCHEC SCOLAIRE

« La Kinésiologie en Adaptogenèse® est aussi vivement conseillée aux enfants qui sont en échec scolaire ou qui ont des problèmes comportementaux notamment un manque de concentration » souligne Anne Schmitt. La praticienne travaille d'ailleurs en lien avec les établissements de l'Ensemble scolaire privé de Nancy. Anne Schmitt proposera également des séances en entreprise pour aider à la gestion du stress au travail, lorsque la situation sanitaire le permettra.

Attentive et à l'écoute, Anne Schmitt instaure un climat de confiance et d'apaisement. Dans son nouveau cabinet, plus spacieux, les clients sont accueillis individuellement et le protocole sanitaire est respecté : port du masque et de gants, gel hydro alcoolique à disposition, prise de rendez-vous en amont... « Il suffit parfois de quelques séances pour débloquer un point sensible. Chaque histoire est différente, chaque traumatisme est unique, le test est un dialogue avec le corps » insiste la kinésiologue. Les séances doivent être espacées de 4 à 6 semaines pour laisser un temps d'intégration nécessaire à l'organisme. Elles ne sont pas prises en charge par la Sécurité Sociale mais peuvent être remboursées par certaines mutuelles dans le cadre du forfait « bien être et/ou médecine douce ». ■ **Pauline Overney**

✚ 7 rue de Serre à Nancy (rez-de-chaussée à droite) • Renseignements et prise de rendez-vous : 06 42 66 85 36 ou sur l'agenda en ligne : lamaindubien.fr • Anne Schmitt consulte les lundis, mardis et vendredi de 9h à 20h et les mercredis et samedis de 8h à 12h30.





DU VERRE DE SYNTHÈSE DANS TOUTE LA MAISON

Matériau pratique et élégant, le verre de synthèse est une alternative légère et bon marché au verre minéral. Il se décline en plus dans toutes les pièces de la maison sans exception.

Apprécié pour sa transparence et la luminosité qu'il procure, le verre est devenu une vraie tendance déco ces dernières années. Néanmoins, c'est un matériau onéreux qui n'est pas à la portée de toutes les bourses. Naturellement donc, le verre de synthèse s'est largement développé dans nos intérieurs. Moins cher et tout aussi qualitatif, il offre de nombreuses déclinaisons, adaptables dans toute la maison.

L'EMBARRAS DU CHOIX

Le verre de synthèse n'a rien à envier au verre minéral ! Comme lui, il résiste très bien à la chaleur, à l'eau et à la corrosion. Si vous optez pour ce matériau, vous n'aurez que l'embarras du choix car il existe plusieurs verres de synthèse. D'abord, le PVC (polychlorure de vinyle) est un polymère peu cher, très lisse et facile à mettre en place. Il est le plus souvent incolore, ce qui lui offre une transparence idéale. On l'utilise surtout au jardin, sur le toit d'une pergola par exemple. Attention, il n'est pas traité contre les UV et a donc tendance à se déformer et à jaunir à cause de la chaleur. Pour les toitures de véranda, d'abri de piscine etc., le polycarbonate alvéolaire est plus indiqué. Traité contre les UV la plupart du temps, il se décline en panneau lisse, ondulé, droit, courbé, translucide ou fumé. Mais s'il supporte très bien la chaleur, il n'isole pas du bruit.

Le polystyrène cristal, lui, est un verre synthétique dur, léger et brillant qui sert principalement aux vitrages des portes intérieures, pour concevoir des cloisons séparatives ou les parois des cabines de douche. Il transmet 89 % de la lumière et se décline en finitions très variées (lisses, à écailles, à bulles...). Enfin, le PMMA (polyméthacrylate de méthyle ou « verre acrylique ») est celui qui transmet le plus la lumière (90 % au moins). Il dispose d'une palette de coloris très large et se décline en formats, épaisseurs et finitions multiples. C'est aussi un bon isolant phonique, raison pour laquelle il est souvent choisi pour concevoir des cloisons séparatives.

DE MULTIPLES UTILISATIONS

Outre sa résistance, son prix modique, sa légèreté, sa luminosité et sa brillance, le verre de synthèse est aussi très intéressant car il peut se faufiler dans toutes les pièces de la maison sans exception ! Du sol au plafond en passant par les cloisons, à

l'intérieur comme à l'extérieur, il n'a aucune limite.

Il trouve d'abord son utilité dans la séparation des espaces et permet en effet de concevoir des portes coulissantes ou des parois fixes. Un aménagement idéal pour préserver l'intimité de deux lieux sans sacrifier la luminosité de la pièce. Presque incassable, il ne craint pas les chocs et assure une sécurité optimale. De même, toujours dans l'optique de laisser passer la lumière, le verre de synthèse permet de concevoir des escaliers transparents. Une astuce ingénieuse pour épurer la décoration. Grâce au PMMA, on peut également choisir une finition opaque pour ne pas avoir l'impression de marcher dans le vide.

Enfin, ce matériau est aussi le bienvenu dans la cuisine et la salle de bains. Sa résistance à la chaleur et à l'humidité lui permet de se métamorphoser en crédence, en paroi de douche ou en porte coulissante. Il peut aussi venir habiller la façade des meubles ou les vasques. Attention toutefois, le verre de synthèse est sensible aux détergents qui contiennent des solvants... ■ MK



aménager une véranda en cuisine, nos conseils

Si la véranda permet d'augmenter la surface de son habitat, c'est aussi l'endroit idéal pour y aménager une cuisine coquette et lumineuse, qui donnera l'impression d'être à la fois à l'intérieur et à l'extérieur de la maison.

Vous avez toujours rêvé d'un espace cuisine fonctionnel, lumineux et convivial ? Aménager une cuisine dans votre véranda vous permettra, en plus de gagner des mètres carrés, de concevoir un véritable espace de vie qui bénéficiera de la lumière extérieure et de la nature environnante. Avant de vous lancer, pensez cependant aux contraintes techniques nécessaires à une bonne installation. Voici ce qu'il faut savoir.

UN EFFET INDOOR/OUTDOOR TRÈS AGRÉABLE

Le principal avantage d'installer une pièce à vivre supplémentaire dans une véranda réside dans le cadre. Si vous disposez d'un jardin, quoi de mieux que de concocter de bons petits plats et de partager des dîners en famille et entre amis tout en étant entouré d'arbres et de verdure, mais sans se priver du confort d'un intérieur douillet ? Si vous voulez pousser encore plus loin cet aspect « dedans/dehors », vous pouvez opter, lors de la construction, pour des parois vitrées avec de grands panneaux

ouvrants, coulissants ou en accordéon, qui permettront de transformer cette extension en cuisine d'été durant les beaux jours.

UN AMÉNAGEMENT COHÉRENT

Si la véranda est un espace à part au sein de l'habitat, il faut tout de même réfléchir à l'organisation interne de la maison et ce, afin de faciliter des déplacements fluides. Pour garder un parcours logique et cohérent avec la pièce « binôme » d'à côté, il vaut mieux ouvrir la véranda-cuisine sur un salon ou une salle à manger. Pour accentuer la transition et la continuité, on peut par exemple placer une grande table en bois pour lier les deux espaces de façon conviviale.

PENSER AUX CONTRAINTES TECHNIQUES

Avant de se lancer dans un tel projet, il faut toutefois se poser les bonnes questions et réfléchir aux contraintes techniques. Cette



◀ Installer la cuisine dans sa véranda est une bonne idée pour ajouter un espace de vie agréable au sein de la maison.

pièce d'eau doit en effet être reliée au réseau d'évacuation des eaux usées, pour l'évier et le lave-vaisselle, ce qui implique de faire appel à un plombier.

En outre, une cuisine contient souvent de nombreux appareils électroménagers, tels que le four, le microondes, les robots, etc. Il faut donc prévoir autant de branchements électriques. Enfin, pensez aux éclairages ; si vous pourrez sans doute vous en passer en journée selon l'ensoleillement, des LED, accrochées au mur côté maison, seront fort utiles une fois l'obscurité venue.

UNE VENTILATION PERFORMANTE

Pour garantir une cuisine saine, il est conseillé de choisir une hotte suspendue qui évacuera les odeurs et les fumées et assurera une aération efficace. N'oubliez pas de prendre en compte l'installation de son tuyau d'évacuation en toiture.

Pensez également à prévoir un système de ventilation adapté, qui évitera la buée et la condensation sur les parois vitrées et permettra de renouveler l'air régulièrement.

OPTER POUR UNE CONFIGURATION EN ÎLOT

L'inconvénient d'une véranda, c'est qu'on ne peut pas exploiter tous ses murs. Raison pour laquelle il est souvent préconisé de disposer d'une dimension minimale de 20 m² pour créer une cuisine agréable. Pour pouvoir circuler avec aisance, le plus simple est d'opter pour une configuration adéquate, avec l'installation d'un îlot central, qui fera office de plan de travail, de

comptoir ou de table, tout en permettant de ne pas encombrer les vitres.

PRIVILÉGIER LES RANGEMENTS BAS

Pour toujours plus de praticité, les experts conseillent également de privilégier un aménagement avec des meubles bas.

L'avantage : on conserve la clarté et la luminosité de cette pièce tout en créant des espaces de rangements fonctionnels et esthétiques, surtout si les appareils électroménagers sont encastrés et donc moins visibles.

LA BONNE IDÉE : S'ISOLER DES UV

Pour profiter au mieux du confort d'une véranda, il faut accorder une attention particulière à l'isolation. Pour lutter contre l'effet serre et la chaleur en été, on peut équiper sa pièce de rideaux, de volets roulants, de stores intérieurs ou de pare-soleil, à actionner lorsque le soleil brûle trop fort.

En outre, pensez à choisir des éléments qui résistent aux UV, plutôt construits à partir de matériaux nobles (pierre, bois brut, béton...), en évitant le plastique, le PVC ou le contreplaqué qui s'abîmeront plus vite. De même, si vous utilisez de la peinture, choisissez-là anti-UV. ■ VB



© Shutterstock

DEPUIS 44 ANS EXPÉRIENCE ET SAVOIR-FAIRE POUR VOS ÉCONOMIES D'ÉNERGIE !

CHAUDIÈRES TOUTES ÉNERGIES

- POMPES À CHALEUR
- BIO MASSE
- CLIMATISATION
- PLOMBERIE
- SANITAIRE

DEVIS GRATUIT



CHAUFFAGE  **CLIMATISATION**
ÉNERGIES RENOUVELABLES
Jacques PHILIPPE
VENTE - INSTALLATION - S.A.V.


10, rue Marquise du Châtelet
LUNÉVILLE - 03 83 76 34 34
accueil@philippe-chauffage.fr

DES BAIES VITRÉES CONNECTÉES

Toujours plus intelligentes, nos maisons s'équipent sans cesse davantage de systèmes connectés. La dernière innovation en date est une baie vitrée pilotable à distance, dotée de nombreuses fonctionnalités.



Piloter ses volets roulants, ouvrir sa porte d'entrée à distance, activer son alarme, programmer ses lumières et son chauffage... La gestion des équipements de la maison par leur connectivité simplifie et améliore le confort au quotidien. Fortement relancé par la démocratisation des assistants vocaux, le concept Smart Home pousse les industriels des produits de l'habitat à améliorer ou repenser leurs solutions. On n'arrête pas le progrès ! Après les systèmes de chauffage, les volets roulants, les serrures et les éclairages, la domotique s'intéresse dorénavant aux ouvertures et notamment aux baies vitrées. Somfy, le spécialiste de la maison connectée, s'est notamment associé avec le groupe Liebot pour concevoir une porte-fenêtre automatisée qui rend notre habitat encore plus intelligent. Zoom sur cette innovation révolutionnaire...

CONFORT, SÉCURITÉ ET SIMPLICITÉ

Nos maisons sont de plus en plus connectées et la technologie s'imisce désormais partout. La dernière invention majeure en date est une baie vitrée connectée développée par Somfy (motorisation). Ce nouveau système, fruit de deux années de recherche et de développement, permet d'automatiser sa porte-fenêtre. Concrètement, comment cette innovation fonctionne-t-elle ?

L'ouverture est contrôlée via un point local de commande murale, mais elle peut aussi être pilotée à distance grâce à son smartphone, sa tablette ou son ordinateur. On commande

ainsi facilement l'ouverture et la fermeture de ses fenêtres. Il est même possible de programmer des plages horaires durant lesquelles on choisira de laisser la baie vitrée ouverte ou fermée. Une autre fonctionnalité permet en outre d'entrouvrir la porte-fenêtre de moins de 2 cm, pour permettre une aération optimale du logement. Cette fonction est en plus équipée d'un détecteur d'obstacle qui permet de sécuriser la maison. En effet, en cas d'intrusion ou de passage (d'un animal ou d'un enfant par exemple), la porte-fenêtre se bloque.

EN COURS DE COMMERCIALISATION

Pour l'heure, très peu d'entreprises commercialisent cette baie vitrée intelligente. Il faut dire qu'elle n'est disponible que depuis à peine un an... Néanmoins, on trouve déjà certains modèles, n'hésitez pas à vous renseigner auprès des fabricants installateurs de votre région. ■ MK





CONCEPT PVC

CHOISISSEZ LA
QUALITÉ
LOCALE ET
LA SÉRÉNITÉ !

FABRICANT
POSEUR DEPUIS
PLUS DE 20 ANS



**VOS PORTES ET FENÊTRES
FABRIQUÉES PRÈS DE CHEZ VOUS,
À 10 KM DE NANCY**

UNE ÉQUIPE DE 26 PERSONNES À VOTRE SERVICE

Fenêtres • Portes d'entrée • Volets •
Portes de garage • Stores • Pergolas • Portails

Particuliers et professionnels



110 rue Marcelin Berthelot 54230 Neuves Maisons
03 83 47 00 36 • contact@conceptpvc.fr
www.conceptpvc.fr

 [@conceptpvc54](https://www.facebook.com/conceptpvc54)

BÉLIER (du 21 mars au 20 avril)

Amour : Vous mettez beaucoup de bonne humeur dans votre vie de famille. **Travail-Argent** : Vous traînez les pieds pour aller au travail. Reprenez-vous, vous n'êtes pas en vacances ! **Santé** : Maux de dos..



TAUREAU (du 21 avril au 20 mai)

Amour : Vous aurez de très bons contacts avec votre entourage. Vous serez aussi l'objet d'émotions plus secrètes qui vous métamorphoseront. **Travail-Argent** : Voici un secteur dans lequel vous pourrez avancer sans risquer les faux pas. Vous pourriez être mis en vedette sans l'avoir vraiment désiré. **Santé** : Vous êtes dans une forme olympique !



GÉMEAUX (du 21 mai au 21 juin)

Amour : Vous serez un vrai cœur d'artichaut, vous tomberez amoureux toutes les cinq minutes ! **Travail-Argent** : De manière générale les choses se calment, vous n'aurez plus comme ces derniers temps, l'impression d'effectuer une course d'obstacles. **Santé** : Vous débordez d'énergie... Peut-être un peu trop même !



CANCER (du 22 juin au 23 juillet)

Amour : Le climat sentimental sera serein et affectueux. Vous évoluerez dans un environnement solide qui ne souffrira d'aucune turbulence. **Travail-Argent** : La chance sera à vos côtés si vous savez ouvrir les yeux. **Santé** : Ces jours-ci vous serez en grande forme !



LION (du 24 juillet au 23 août)

Amour : La famille sera votre principale préoccupation. Un enfant ou un parent proche pourrait vous donner quelques soucis. **Travail-Argent** : Vous feriez bien de jeter un œil sur vos finances ou vous pourriez avoir quelques surprises désagréables. **Santé** : Vous risquez de souffrir du stress. Vos repas auront du mal à passer.



VIERGE (du 24 août au 23 septembre)

Amour : Même si vous avez parfois peur que la routine s'installe dans votre intimité, le désir de construire une histoire durable lève toutes vos craintes. **Travail-Argent** : Si vous voulez créer votre propre entreprise c'est le moment d'y penser sérieusement. Surtout, ne négligez pas le côté financier. **Santé** : Dépensez votre énergie.



BALANCE (du 24 septembre au 23 octobre)

Amour : Plus que jamais, vous avez envie de charmer et de séduire. **Travail-Argent** : Ce n'est pas le moment de vous faire remarquer, mais plutôt celui de vous faire oublier. **Santé** : Vous récoltez les fruits de vos efforts.



SCORPION (du 24 octobre au 22 novembre)

Amour : Célibataire, vous ne reculerez devant rien pour trouver la perle rare. **Travail-Argent** : Vous vous acquitterez avec succès d'une mission délicate et vous en serez récompensé. **Santé** : Vous ne manquerez pas de ressort.



SAGITTAIRE (du 23 novembre au 21 décembre)

Amour : Vous ne serez pas à prendre avec des pincettes et votre partenaire aura bien du courage d'essayer. **Travail-Argent** : La qualité de votre travail vous donne des raisons d'espérer. **Santé** : Un peu d'anxiété.



CAPRICORNE (du 22 décembre au 20 janvier)

Amour : Les relations familiales ne sont pas toujours simples ! **Travail-Argent** : Vous prendrez des initiatives surprenantes mais qui heureusement seront efficaces. **Santé** : Vous êtes en train de multiplier les excès, notamment alimentaires et votre corps n'est pas du tout d'accord !



VERSEAU (du 21 janvier au 19 février)

Amour : Votre partenaire pourrait vous trouver un peu indiscret ou encore un peu trop expansif à son goût. **Travail-Argent** : Vous aurez sans doute une occasion d'améliorer vos revenus, mais il vous faudra rester extrêmement discret si vous voulez en profiter. Vous recevrez de beaux encouragements. **Santé** : Tout va bien.



POISSONS (du 20 février au 20 mars)

Amour : Cette période sera favorable à vos amours et à vos relations affectives. Vous serez plus brillant et charmeur que jamais, détendu et heureux. **Travail-Argent** : Gardez votre contrôle devant vos supérieurs ou vieilliez à une juste autorité, si vous devez vous-même l'exercer. **Santé** : Dynamique, vous avez envie de bouger, de pratiquer un sport.



silence on Bouquine !

L'AUBE DU DIABLE

DE ARNAUD ZUCK, UN ROMAN INSPIRÉ DE L'AFFAIRE DU CURÉ D'URUFFE.

Un récit glaçant qui décrit les évènements qu'une paroisse a connus en 1956.

L'Église catholique découvre, révoltée, le crime de sang hors norme commis par l'un des siens, jeune curé d'une trentaine d'années. Revivez de l'intérieur ce drame humain authentique et bouleversant, enfin romancé !

Jeune prêtre charismatique au charme inimitable, l'abbé Henri Breger, est vénéré par ses fidèles. Avec son style moderne, il réveille, dans une presque idylle, la vie de la paroisse encore meurtrie par les récentes blessures de la guerre achevée une décennie auparavant. Mais... dans l'ombre de son dévouement, entre les prênes et les confessions, le rock'n'roll et les fêtes du village, le père Henri partage avec ses paroissiennes éperdues bien d'autres plaisirs.

Pris à son propre piège, l'abbé va s'acharner à étouffer un secret qui le dévore, susceptible de le conduire à sa perte... Il s'apprête à commettre l'horreur insoutenable, proche de le mener à l'échafaud. L'Aube du diable ravive, dans ses moindres détails, un souvenir déchirant qui continue de glacer le sang, 65 ans après. On assiste, impuissant, à la dérive de la raison jusqu'à l'éclosion du mal...

Plongez-vous dans ce roman, à cheval entre la fiction et le fait divers et comprenez enfin ce qu'il s'est réellement passé en 1956.

- + Arnaud Zuck, "L'Aube du diable"
 - Ex Aequo • Livre numérique
 - Format ebook (ePub) & livre broché. 296 pages.





1^{ère} radio à Nancy*

Merci de votre confiance !

Source : Médiamétrie, Médialocales, Sept 2019 – Juin 2020, Ensemble des 13 ans et +,
Lundi-Vendredi 5h-24h, agglomération de Nancy, Audience cumulée

france
bleu

DES FLANS SALÉS POUR SE RÉCONCILIER AVEC LES LÉGUMES

La folie des flans salés : le flan quitte nos assiettes à dessert pour aborder des contrées plus salées... Un délicieux changement de paradigme qui promet un plaisir unanime.

Merveilleux mariage entre le lait et les oeufs battus, le flan est l'une des recettes de grand-mère les plus indémodables qui soit. Preuve de son excellence, on le retrouve d'ailleurs dans presque toutes les traditions culinaires du monde, depuis la *cujada* espagnole jusqu'à la tarte au lait sud-africaine, en passant par le flan danois aux cerises. Il serait toutefois bien dommage de se priver de détourner cette spécialité en version salée... Aussi à l'aise avec les légumes qu'avec les fruits, cet entremets sain, savoureux et facile à préparer gagne désormais du terrain sur la carte des entrées. Voici une sélection d'alléchantes déclinaisons à essayer sans plus tarder !



© iStock

◀ Découvrez les mille et une possibilités de recettes que vous offre la préparation du flan en mode salé.

LE RUSTIQUE : FLAN DE POIREAUX AU COMTÉ

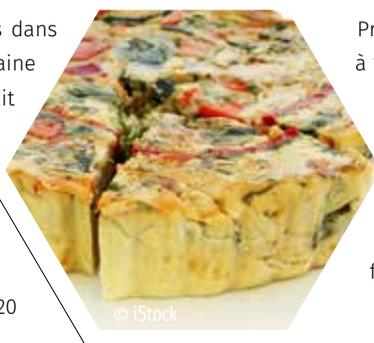
POUR 4 PERSONNES
CUISSON : 20 MIN

INGRÉDIENTS

- 200 g de poireaux,
- 160 g de lait concentré non sucré,
- 3 oeufs,
- 80 g de comté râpé,
- de la noix de muscade,
- sel, poivre.

PRÉPARATION

Faites bouillir les poireaux en rondelles dans une casserole d'eau pendant une dizaine de minutes. Battez les oeufs avec le lait concentré puis ajoutez le fromage. Salez, poivrez et saupoudrez de noix de muscade râpée, puis fouettez de nouveau. Répartissez les poireaux cuits dans un plat à gratin, versez le mélange aux oeufs et enfournez 20 minutes. 🍴



© iStock

LE FESTIF : FLAN DE FOIE GRAS AUX ASPERGES

POUR 4 PERSONNES
CUISSON : 20 MIN

INGRÉDIENTS

- 4 oeufs,
- une boîte de foie gras,
- 50 cl de crème fraîche épaisse,
- quelques pointes d'asperge,
- des tomates cerises,
- sel, poivre,
- un peu de beurre pour le moule.

PRÉPARATION

Placez tous les ingrédients dans un blender et mixez. Versez la préparation dans un moule beurré. Faites cuire 20 minutes au bain-marie. Démoulez une fois le flan refroidi. 🍴

LE BOUCHER : FLAN EXPRESS AU POULET

POUR 3 PERSONNES
CUISSON : 20 MIN

INGRÉDIENTS

- 3 blancs de poulet,
- 1 œuf,
- 50 cl de crème liquide,
- des herbes de Provence,
- sel, poivre.

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 180 °C. Placez les ingrédients dans un blender et mixez. Enfournez 20 minutes. Servez froid ou chaud. 🍴

LE MARITIME : PETITS FLANS DE CRABE AU SAFRAN

 **POUR 6 PERSONNES**
 **CUISSON : 20 MIN**

INGRÉDIENTS

- 280 g de chair de crabe,
- 30 cl de crème liquide,
- 8 jaunes d'oeuf,
- 2 doses de safran,
- 3 brins de cerfeuil,
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate,
- 1 noix de beurre,
- sel, poivre.

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 180 °C.

Faites chauffer 1,5 l d'eau. Dans un blender, mixez la crème, les jaunes d'oeufs, le safran, le concentré de tomate, le sel, le poivre et le cerfeuil. Effilochez le crabe et intégrez la chair à la préparation en mélangeant soigneusement. Beurrez six ramequins et placez-les dans un plat à gratin. Répartissez la crème au crabe dans les ramequins. Versez l'eau chaude dans le plat et placez au four 20 minutes. Servez sans attendre. 🍴

LE FORESTIER : FLANS AUX CHAMPIGNONS SAUVAGES

 **POUR 8 PERSONNES**
 **CUISSON : 20 MIN**

INGRÉDIENTS

- 500 g de mélange de champignons frais ou surgelés,
- 5 oeufs, 3
- 0 cl de crème liquide,
- 30 g de beurre,
- 2 cuillères à soupe de ciboulette ciselée,
- de la noix de muscade,
- sel, poivre.

PRÉPARATION

Faites sauter les champignons dans une poêle, jusqu'à ce qu'ils aient rendu leur eau. Égouttez-les avant de les hacher. Battez les oeufs avec la crème, le sel, le poivre et deux pincées de noix de muscade râpée. Ajoutez les champignons et la ciboulette. Répartissez la crème aux champignons dans des ramequins beurrés et recouvrez d'aluminium. Disposez dans un plat à gratin, remplissez ce dernier d'eau chaude et enfournez vingt minutes. 🍴

 **POUR 4 PERSONNES**
 **CUISSON : 30 MIN**

INGRÉDIENTS

- 2 courgettes,
- 4 œufs,
- 200 g de fromage blanc 0 %,
- sel, poivre.

LE LIGHT : FLANS DE COURGETTE AU FROMAGE BLANC

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 180 °C. Faites cuire les courgettes en lamelles pendant 10 minutes dans l'eau salée. Battez les œufs avec le fromage blanc. Salez, poivrez puis incorporez les courgettes égouttées. Versez le mélange dans des moules en silicone et enfournez une demi-heure. 🍴



© iStock



Ouvert tous les dimanches
de 9h à 12h30
Du lundi au samedi
8h30 à 21h30 NON-STOP

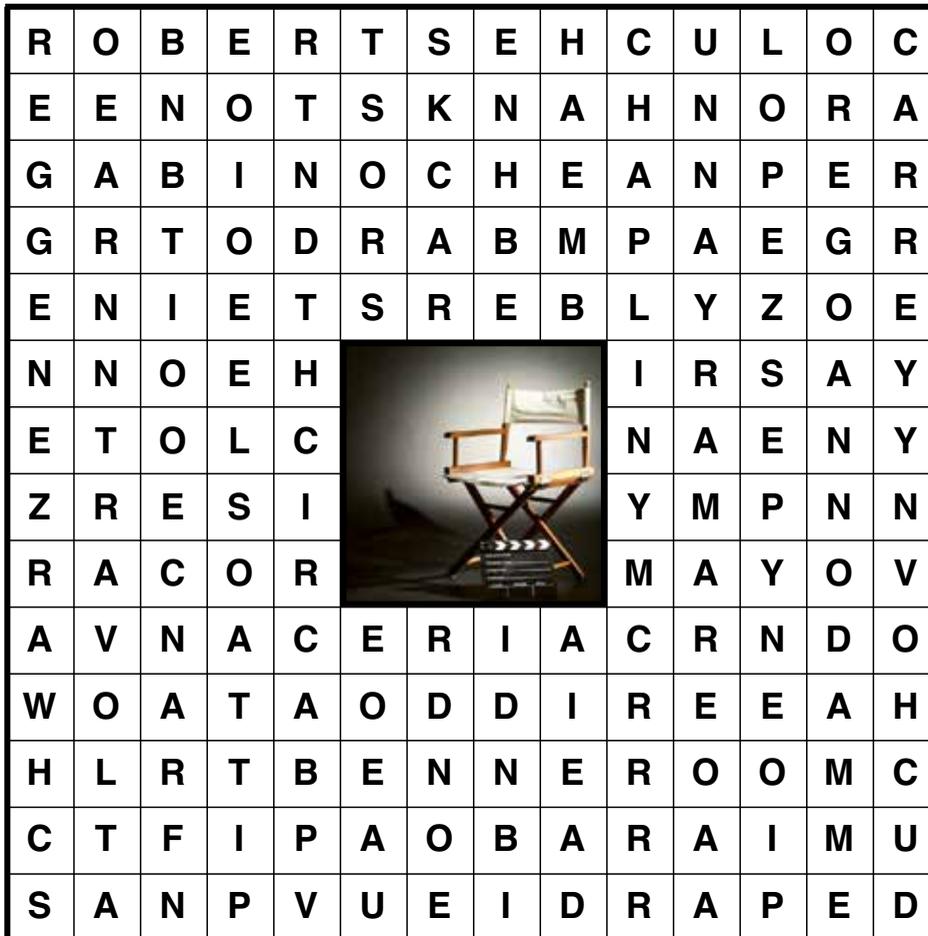
Auchan
Magasins / Drive / Internet / Mobile

Auchan drive

127 boulevard Lobau à Nancy

MOT MYSTÈRE

Lorsque vous aurez rayé dans la grille les noms d'acteurs et d'actrices de la liste, il vous restera 6 lettres qui, remises dans l'ordre, formeront un dernier nom dont voici la définition : « **Moins connue sous le nom de Mortenson** ». Les mots peuvent être lus horizontalement, verticalement ou diagonalement, de droite à gauche, de gauche à droite, de haut en bas et de bas en haut. Certaines lettres peuvent être utilisées plusieurs fois.



Solution : MONROE

- ANDERSON
- BACRI
- BARDOT
- BERRY
- BINOCHÉ
- CARREY
- CHAPLIN
- COLUCHE
- DEPARDIEU
- DEPP
- DUCHOVNY
- GABIN
- HANKS
- LEE
- LOPEZ
- MADONNA
- MOORE
- NACERI
- PACINO
- PITT
- RAIMU
- REGO
- RENO
- RICH
- ROBERTS
- ROBIN
- ROSAY
- RYAN
- SCHWARZENEGGER
- FRANCE
- STONE
- TRAVOLTA
- VAN DAMME
- ZYLBERSTEIN

Pompes Funèbres - Marbrerie



ROC • ECLERC

« C'est clair, c'est Roc Eclerc »

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

24h /24 - Tél : 03 83 55 55 55

Ouvert
du mardi au samedi
de 9h30 à 19h

**Ouverture tous les lundis
de 14 h à 19 h**

RAYON BIO ACCÉPTE
LES TITRES RESTAURANT

 Ticket
Restaurant®



BESOIN DE PRODUITS
SANS GLUTEN ?
NE CHERCHEZ PLUS



RAYON BIO

RAYON BIO à LAXOU

LIBRE-SERVICE
DE L'ALIMENTATION
NATURELLE ET
DIÉTÉTIQUE
PRODUIT D'HYGIÈNE
ET DE SOIN

Offre exceptionnelle !

*pendant toute la période de
confinement, bénéficiez de*

**-15% DE REMISE
SUR VOS ACHATS*
LORS DE VOTRE PASSAGE EN CAISSE.**



*VALIDITÉ DE L'OFFRE DES 15 % JUSQU'AU 10 MAI 2021 - OFFRE VALABLE UNE SEULE FOIS PAR FOYER HORS PROMOTION ET CARTE FIDÉLITÉ.



COVID 19 : Rayon Bio vous accueille en toute sécurité en respectant
toutes les mesures sanitaires gouvernementales.

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

Avec ma
MUTUELLE
santé
C'EST ZEN
toute
L' ANNÉE



PROTECTION
SOCIALE
DES DIRIGEANTS
ET DE LEURS
SALARIÉS