

# LORRAINE MAGAZINE

#22

du 19 Février au  
04 Mars 2014

GRATUIT

• À Voir

Des photos  
comme  
des tableaux

• À Découvrir

Le Tour de  
France Photo

• À Découvrir

Projet In'Bô

## Paparazzi !

## Photographes, stars et artistes

Exposition au Centre Pompidou de Metz

# Confort pratique et durable ...



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

## Je rénove :

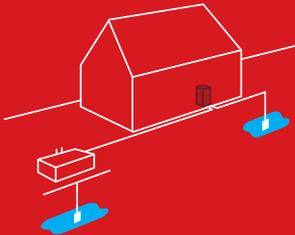
A chaque maison sa solution. Géothermie horizontale, verticale, aquathermie, aérothermie haute température ... les systèmes Vivréco vous apportent **confort total et repos total**. Connectés directement à votre installation actuelle, vous économisez de 60 à 75% de votre facture de chauffage.



### GÉOTHERMIE



### AQUATHERMIE



### AÉROTHERMIE



ma petite géo

## Je construis :

Optimisée pour les maisons neuves de 70 à 150 m<sup>2</sup>, «ma petite géo» s'installe comme une chaudière murale. Elle est simple, silencieuse et très économique : **100 € d'électricité par an pour 100 m<sup>2</sup> !** De série, un système de rafraîchissement gratuit en été. Nouveauté Vivréco, fabriquée à Anglemont (Vosges), elle est garantie 7 ans toutes pièces sans contrat d'entretien. Couplée à une énergie solaire, votre maison devient positive.

FABRICANT et INSTALLATEUR  
depuis 15 ans,  
3650 clients



**Vivréco**  
systems

EXCELLENCE  
EN ENERGIE  
ET CONFORT DURABLE

Prochaine parution le  
**05 Mars**

Lisez également votre magazine  
et tous les anciens numéros  
**GRATUITEMENT** sur notre site  
[www.lorrainemag.com](http://www.lorrainemag.com)

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

Lorraine Magazine  
est une publication de SCPP  
N°ISSN 2265-9919  
**Directeur de la publication**  
Philippe Poirot  
06 49 35 04 30  
philippe@lorrainemag.com  
**Directrice de la publicité**  
Sylvie Courtin  
06 14 12 54 38  
sylvie@lorrainemag.com  
**Rédaction**  
03 83 35 89 97  
**Service commercial et publicité**  
03 83 35 89 95  
**Réalisation / PAO**  
Julien Claude • [www.claudeine.com](http://www.claudeine.com)

**Journaliste**  
Alice Cimiez  
**Crédits photos**  
©Anonyme, (Agence Pierluigi), Anita  
Ekberg à la sortie de l'avion, 1959  
(couverture) DR, Lorraine Magazine  
**Distribution**  
Distri-mag 06 77 06 97 06  
**Pour nous écrire**  
Lorraine Magazine - SCPP  
8 rue Grandville 54000 NANCY  
[www.lorrainemag.com/contact](http://www.lorrainemag.com/contact)  
SARL au capital de 12000€  
Dépôt légal n°1741

Imprimé par BLG Toul sur papier PEFC  
La reproduction intégrale ou partielle de  
ce magazine est interdite sauf accord écrit  
de Lorraine Magazine.

## ÉDITO

### Un hiver qui flashe...

Du papier glacé, rien que du papier glacé, avec ce numéro consacré en grande partie à la photo. Hasard du calendrier ou envie d'évasion hivernale, plusieurs expositions dans la région mettent en avant l'histoire et l'art de la photographie.

Immortelles célébrités, instants volés, le centre Pompidou Metz se lance dans une grande opération de réhabilitation des paparazzis. Arrêt sur image sur un demi-siècle de clichés célèbres pour retracer les contours d'un métier qui intrigue et qui fascine.

La photo comme art à part entière, art du XXIème siècle, quand elle se situe à la croisée des chemins et des expériences : un beau détour par la galerie Lillebonne et signée Andrée Philippet-Mathieu.

La photo comme invitation au voyage enfin en suivant l'exemple étonnant d'un habitant de Moselle qui a décidé de partir à la découverte de ses semblables, rencontrés sur les réseaux sociaux. Photographe, il s'est lancé il y a 3 ans dans un tour de France pour partager des projets avec d'autres photographes, vidéastes, maquilleurs, stylistes. Son Tour de France Photo est aujourd'hui tellement couru qu'il faut désormais s'inscrire longtemps à l'avance pour rejoindre ce projet collectif ambitieux. La photo qui rassemble, qui interroge, qui raconte : ne bougez plus, souriez... lisez.

*Nous dédions ce numéro à Simon Anheim qui nous a quitté lundi 3 février. Simon avait rejoint notre équipe il y a quelques mois, nous avons apprécié sa douceur, sa gentillesse et son professionnalisme. Toutes nos pensées vont à sa famille.*

<b>À LA UNE</b>	4
Pleins feux sur la fée célébrité	
<b>À VOIR</b>	8
Des photos comme des tableaux	
Paris - New York - Paris	13
<b>À DÉCOUVRIR</b>	10
Le Tour de France Photo passe par la Lorraine	
Projet In'Bô : un vent d'optimisme sur la filière bois en Lorraine	14
<b>VOYAGE</b>	18
Escapade sur la riviera turque	
<b>BEAUTÉ</b>	20
Belle avec les huiles essentielles	
Daolis : perdre du poids avec la Luxopuncture	21
<b>HABITAT</b>	22
Le bois dans les salles de bains	
Coup de jeune sur la cuisine	24
Programme neuf : appartement ou maison ?	26
<b>ET TOUJOURS ...</b>	
Agenda, Cinéma, Jeu-concours, Recette et Horoscope à la fin du magazine.	





# OR & métaux

NÉGOCE EN MÉTAUX PRÉCIEUX

## Achat - Vente

### OR - ARGENT - PLATINE

13 Bd Joffre - Nancy - Tél : 03 83 30 13 28 - [www.oretmetaux.fr](http://www.oretmetaux.fr)  
Nous nous déplaçons si vous le souhaitez - (merci de vous munir d'une pièce d'identité)

**OUVERT DU LUNDI AU VENDREDI SUR SIMPLE APPEL**

**PAIEMENT IMMEDIAT ESTIMATION GRATUITE**

R.C.S. NANCY 520 878 216



Conception [www.bengraphiste.fr](http://www.bengraphiste.fr)



© Jean Pigozzi, Mick Jagger et Arnold Schwarzenegger, Hôtel du Cap, Antibes, 1990

# PLEINS FEUX SUR LA FÉE CÉLÉBRITÉ

Le centre Pompidou Metz met à l'honneur ceux qu'on aime détester, ceux qui fascinent sans gloire, ces voleurs d'instant au nom qui sent bon la starlette italienne : les paparazzis. En un demi siècle de photographie, c'est toute une époque qui est balayée, révélant un rapport plus complexe qu'il n'y paraît avec la célébrité.

Peu de professions peuvent se targuer de tenir leur nom d'une célébrité : c'est en 1960 que Federico Fellini invente le terme de « paparazzi » en contractant les termes « pappataci » (petits moustiques) et « ragazzi » (jeunes garçons). Personne n'avait pressenti l'éclosion de cette nouvelle figure de la vie publique dans la deuxième moitié du XXème siècle. En figurant dans la mythique *Dolce Vita*, le paparazzi inscrit son nom sur la pellicule de la culture populaire à jamais.

À mi chemin entre l'agent secret, le peintre impressionniste et le mercenaire, les paparazzis fascinent autant qu'ils intriguent. Comme tous les acteurs de la culture populaire, leur influence dépasse largement les bordures du papier glacé qui sert de support hebdomadaire à leurs publications. Dans l'univers de la mode, du cinéma, partout les paparazzis étendent discrètement une nouvelle influence, que l'exposition du centre Pompidou Metz révèle à merveille.

## Le mal-aimé qui fascine

L'ambition de l'exposition PAPARAZZI ! Photographes, stars et artistes, n'est pas des moindres : en associant les grands noms de la discipline, tels Ron Galella, Pascal Rostain et Bruno Mouron ou Tazio Secchiaroli, à des œuvres de Richard Avedon, Raymond Depardon, William Klein, Gerhard Richter, Cindy Sherman ou encore Andy Warhol, qui se sont interrogés sur ce mythe moderne, l'exposition Paparazzi ! Photographes, stars et artistes a pour ambition de définir les caractéristiques d'une

esthétique paparazzi.

À tout seigneur tout honneur : le visiteur de l'expo entame son parcours sur un tapis rouge, comme une mise en abîme. Il devient la star et comprend la pression que la célébrité fait subir sous le crépitement des flashes. Direction ensuite les salles obscures, avec les extraits de films de Dario Argento, Federico Fellini, Brian De Palma, Louis Malle ou encore Andrzej Zulawski, des années 1930 → p.6



© Pascal Rostain et Bruno Mouron, Madonna 2, Mars 1990





©Pascal Rostain et Bruno Mouron, Paparazzis en grève devant le domicile de Brigitte Bardot, avenue Paul-Doumer, à Paris, 1965

# DEVENIR INGÉNIEUR AVEC L'EI.CESI DE NANCY



## Cycle préparatoire technologique

Option innovation technologique et Eco-conception

Ce cycle préparatoire est réalisé sous statut d'établissement d'enseignement technique privé

## Formation d'ingénieur par apprentissage

## Formation d'ingénieur par la formation continue

## Mastères Spécialisés

ÉCOLE  
D'INGÉ-  
NIEURS  
CESI



**03 83 28 97 08**  
**www.eicesi.fr**

2 bis, rue de Crédençe  
54600 Villers-Lès-Nancy



le Cesi : enseignement supérieur et  
formation professionnelle

ei.cesi - février 2014



©Christian Lesemann, Giorgio Armani, 2001



©Sébastien Valiela et Pierre Suu, Mazarine Pinget et son père, François Mitterrand, à la sortie du restaurant Le Divellec, Paris, 21 septembre 1994



©Sébastien Valiela, Brangelina (Brad Pitt et Angelina Jolie) à Paris

jusqu'à nos jours. Le paparazzi y apparaît dans l'imagerie populaire comme un personnage solitaire faisant souvent figure de perdant, assez antipathique car dénué de morale et de scrupules, il incarne une sorte de double négatif du reporter de guerre.

### **Au pays des stars... et de la photo**

Pas de paparazzi sans stars. Après tout, ce sont elles que nous racontent ces photographes modernes. A travers l'histoire de huit femmes – Brigitte Bardot, Paris Hilton, Jackie Kennedy-Onassis, Stéphanie de Monaco, Britney Spears, Diana Spencer et Elizabeth Taylor –, cette section de l'exposition montre l'évolution des styles et des enjeux de la photographie paparazzi sur près d'un demi-siècle.

L'influence des paparazzis sur l'art de la photographie n'est pas la première conséquence qui vient à l'esprit quand on évoque les chasseurs d'images. C'est pourtant la thèse de l'exposition messine, qui en fait la brillante démonstration : la rapidité et l'improvisation avec laquelle les paparazzis prennent leurs photos ont des conséquences sur la composition de l'image ; le téléobjectif, utilisé de loin, ou le flash, employé de près, ont tendance à l'aplatir. La réaction des célébrités se protégeant le visage de la main est ainsi devenue le leitmotiv de l'agression médiatique. Depuis les années 1960, cette esthétique a inspiré nombre d'artistes du Pop Art, du Post- modernisme ou de courants plus contemporains, de Richard Hamilton à Paul





McCarthy en passant par Valerio Adami, Barbara Probst ou Gerhard Richter.

En proposant un parcours, un cheminement, le centre Pompidou Metz renouvelle l'approche du métier de paparazzi en le décrivant, le racontant, le décryptant. Le visiteur en ressortira tantôt fasciné, tantôt surpris, mais en gardera dans tous les cas un regard changé, loin de la vision sans relief d'une simple photo à scandale. Le XXème siècle s'était achevé sur la mise en cause des paparazzi dans la mort de la princesse Diana. L'accident mortel de Lady Di en 1997 est venu focaliser l'attention, comme jamais auparavant, sur la figure des paparazzis.

Le paparazzi y devient cette figure extrême, mi-« fouille-merde » cynique, mi-héros anti-establishment, dont le caractère et la production hors la loi suscitent tout à la fois stigmatisation et fascination.

Raconter les paparazzis n'était pas chose facile, le centre Pompidou Metz transforme l'essai en inscrivant leurs clichés dans les trophées de l'art contemporain. Qu'on en soit convaincu ou non, l'exposition vient souligner qu'aujourd'hui le monde de la célébrité n'ira plus jamais sans eux. Les flashes ne sont pas prêts de s'éteindre... ■ Alice Cimiez



► Paparazzi ! Photographes, stars et artistes  
Du 26 février au 9 juin 2014  
Au centre Pompidou Metz  
Plus d'infos sur [www.centrepompidou-metz.fr](http://www.centrepompidou-metz.fr)

### Concours photo sur Wipplay

A l'occasion de l'exposition, le Centre Pompidou-Metz organise un concours photographique.

Le concours sera lancé le 26 février sur [wipplay.com](http://wipplay.com) et relayé par la page Facebook du Centre Pompidou-Metz.

Wipplay propose à tous les passionnés d'images, amateurs et professionnels, de participer à des jeux photographiques à travers un réseau social dédié et organisé autour de manifestations culturelles, d'événements citoyens ou de tendances artistiques. Simple concours photographique participant à la révélation de talents anonymes, rencontre entre initiés, jeu de pistes ou de vitesse, Wipplay invite les internautes à exposer leurs images sur la toile, à ciel ouvert ou dans des galeries, et à les faire évaluer par les plus grands professionnels de l'image.

reprendre goût à la vie

Depuis 5 mois, Sylvie retrouve avec joie l'actualité culturelle et artistique de sa ville.

**L'audition, c'est entendre**  
... et la vie recommence  
[www.entendre.com](http://www.entendre.com)

N'attendez pas pour découvrir nos solutions auditives !

**Garantie 4 ans ENTENDE**  
DESIGN DISCRETION

**NANCY • 1, Place Carnot • 03 83 30 27 23**  
**ESSEY LES NANCY • 71, Av. Foch • 03 69 61 56 35**  
**NEUVES MAISONS • 1, Rue Jean Jaurès • 03 83 26 60 01**  
**LUNEVILLE • 19, Rue Banaudon • 03 83 74 55 82**

# DES PHOTOS COMME DES TABLEAUX

La Galerie Lillebonne, en plein cœur de la ville vieille, sert d'écrin aux tableaux et installations d'Andrée Philippot-Mathieu jusqu'au 1er mars. Photographies ? Gravures ? Peintures ? Différentes techniques artistiques s'entremêlent pour créer une œuvre unique qui bouscule et interroge notre regard.

Elle a d'abord été peintre. Longtemps, le silence de son atelier lui a permis de s'épanouir et puis un jour elle a ouvert la porte et s'est tournée vers la photographie. « Dans les années 80, j'ai beaucoup peint. Un mot m'inspirait un tableau, j'ai



vécu une sorte de frénésie créatrice » explique l'artiste. Ses toiles sont exposées un peu partout en Europe et l'artiste est invitée en résidence à Barcelone, à Genève et à la villa Arson de Nice. « Un jour, ça ne m'a plus suffit, j'ai eu envie de confronter mon travail à autre chose, l'espace me démangeait ! » Andrée Philippot-Mathieu, qui vit alors à Barcelone, se lance dans la photo et gagne même un concours prestigieux en Catalogne. « J'ai choisi la photo parce qu'elle est plus qu'aucune autre expression artistique, le reflet de notre temps en étant un témoignage direct de celui-ci et par sa technologie en constante évolution. » Restait à s'approprier la photographie et à y ajouter sa touche d'artiste contemporaine. « Mes différentes démarches créatrices se sont cristallisées autour de la photographie. J'ai compris que tout était chronologiquement lié et synthétisait mes démarches créatrices antérieures : peinture, sculptures, installations, travail sur les mots... » L'artiste se souvient précisément du jour où elle a trouvé le point de rencontre entre ses différentes techniques « Le 17 janvier 2007, en bidouillant sur mon ordinateur j'ai commencé à travailler cette matière virtuelle et à la modifier grâce à des logiciels informatiques ». Dans sa recherche photographique, tout comme dans ses vidéos, Andrée Philippot-Mathieu ne cherche pas à donner de représentation réaliste, « je ne montre jamais de photo sans retouche, je cherche au contraire à objectiver le sujet. Je passe plusieurs jours sur chaque image faisant appel à des modalités plastiques précises, partant de stratégies documentaires pour transformer la photo initiale grâce des manipulations numériques en des formes plus artistiques évoquant la peinture, la gravure, les dessins d'architecture. »

easy computer

Réparations toutes marques  
Mac et PC

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

NOUVEAU

✓

Nous assurons votre formation à l'utilisation de votre :

- iPhone
- iPad
- Mac
- PC

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

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

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

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

easy-computer.fr

## L'inspiration du voyage

L'exposition nancéienne, baptisée Traverses, présente un tout petit aperçu du travail de l'artiste aujourd'hui installée à Paris. Les photographies grand format tirées de ses séries Cityscapes et Ici comme ailleurs sont exposées. « Chaque série a sa technique bien particulière et se nourrit des mes voyages – en Europe, aux Etats-Unis, en Chine, au Japon, en Egypte, au Maroc...- pour s'interroger sur la notion d'identité dans toutes ses acceptions. De l'homme à son environnement. » Toujours présentées en triptyque, les photographies mettent en perspective la transversalité des cultures et leurs signaux identitaires. La série Cityscapes, (représentée à Nancy par trois photographies de grandes métropoles, une vue de New York à travers un caisson lumineux et une vidéo réalisée pour la Nuit Blanche 2013 à Paris) explore les paysages urbains dans leur diversité et leur complexité. L'image, extrêmement travaillée, évoque la gravure et même le trait d'un architecte. A travers ces représentations du Caire, de Shanghai et de Kyoto, Andrée Philippot-Mathieu met en évidence une architecture moderne venant fragmenter les vestiges du passé. Une organisation citadine déposée en couches successives au fil du temps. La seconde série, Ici comme ailleurs, aborde, elle ;

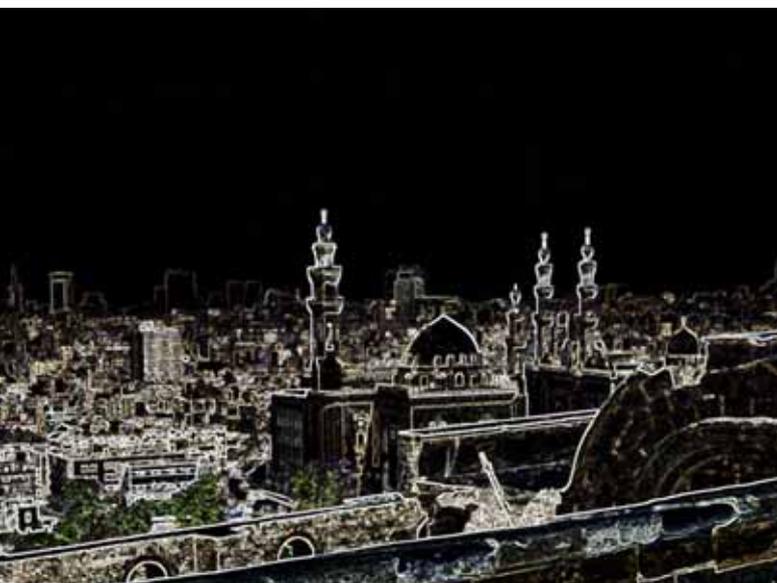
, la notion d'identité personnelle, sociale et culturelle. Le sujet ? La vie quotidienne d'anonymes, immortalisée lors de voyages au Maroc, en Chine et en Egypte. De loin, on croit voire une photo classique, très colorée. Le travail de l'artiste, quasi imperceptible se révèle quand on s'approche. De près c'est un tableau que l'on observe, avec ses effets de texture, ses applications de couleurs qui évoquent la brosse du peintre. Bluffant !

Curieuse et gourmande de découvertes, Andrée-Philippot-Mathieu n'enferme pas ses séries de photos dans un album, « elles restent toujours ouvertes et s'enrichissent de mes voyages présents et futurs. » L'artiste, pour qui « le voyage n'a de sens qu'avec le travail » a découvert Nancy, appareil photo en bandoulière. L'histoire ne dit pas encore si la Cité ducale trouvera sa place dans une de ses futures séries. A suivre... ■ Alice Cimiez

Exposition Traverses, Andrée Philippot-Mathieu

Galerie Lillebonne  
14, rue du Cheval blanc  
54000 Nancy

Ouvert tous les jours (sauf dimanche) de 14h à 19h et sur rendez-vous  
Plus d'infos sur [galerielillebonne@wanadoo.fr](mailto:galerielillebonne@wanadoo.fr)



## Journée Orientation BTSA samedi 22 février

à Villers les Nancy, 29 rue Victor Grignard

- information générale de 10h à 16h
- information spécifique BTS à 10h et 14h

## Journée Orientation Samedi 22 mars

à Roville aux Chênes de 9h à 17h

## Portes Ouvertes samedi 17 mai

à Roville aux Chênes de 9h à 17h

DEMAIN,  
Je SERAI...



Paysagiste

Elagueur



Horticulteur

Maraîcher

Pépiniériste



Fleuriste



Technico-commercial  
en horticulture

Vendeur  
en jardinerie



Vendeur  
en animalerie



Chargé de protection  
de la nature

Animateur du  
patrimoine

Renseignements  
au 03 29 65 11 04

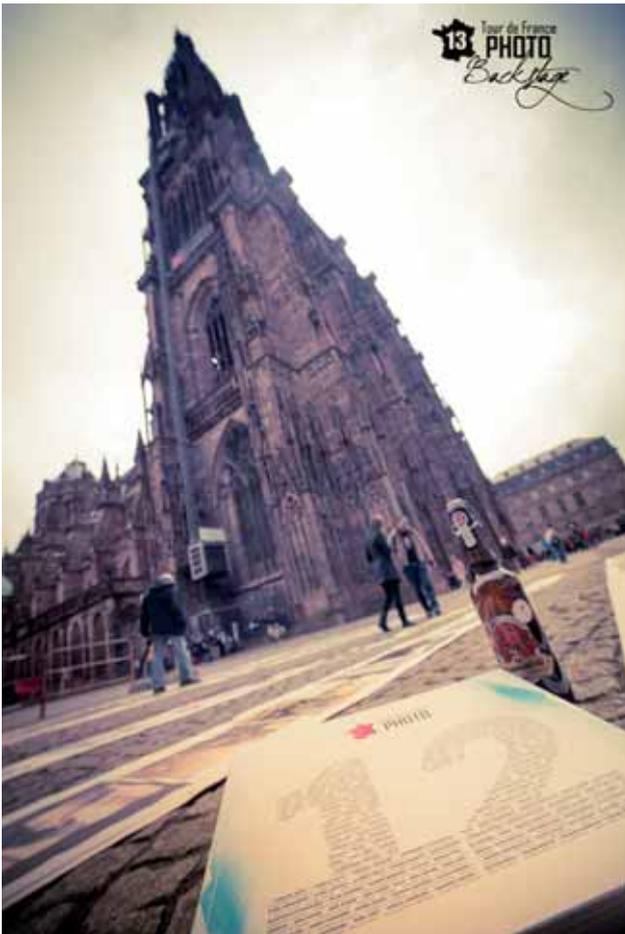


Nous formons à des métiers...  
de la 4<sup>ème</sup> à Bac+4



# LE TOUR DE FRANCE PHOTO PASSE PAR LA LORRAINE

Comme chaque année depuis quatre ans, plusieurs centaines de passionnés de photos vont arpenter les routes de France au printemps. Leur Tour de France à eux ne sera pas dans la roue du maillot jaune mais l'œil rivé à leurs objectifs. A chaque étape, un lieu exceptionnel, des rencontres et un but : révéler les photographes de demain. Cette quatrième édition part d'Alsace et fait trois étapes dans le Grand Est. Les candidatures sont ouvertes. A vos appareils !



©Stephan DENEUELAERE



©Adrien Michel

« Le projet s'est monté en à peine trois semaines, explique Thomas Ueberschlag, président et fondateur du Tour de France Photo, avec une centaine de participants en 2011 – photographes, vidéastes, maquilleurs, modèles, coiffeurs, stylistes – et un camping-car pour relier chaque étape. La première année, les photos étaient surtout axées sur la mode et tout le monde a adoré le concept. » A tel point que 750 postulants se pressent pour la seconde édition. « Face au succès et pour mieux organiser le parcours et se renouveler chaque année, nous avons créé une association et défini ses objectifs : vivre une expérience humaine unique - alors que nous photographes sommes souvent solitaires – révéler de nouveaux talents, promouvoir la photographie et ses activités annexes et découvrir la France dans son originalité ».

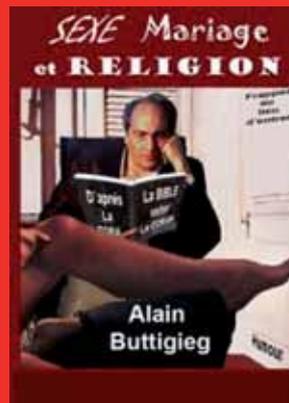
Au départ c'est un défi un peu fou que se lancent une poignée d'amis, photographes ou non, sur Facebook : se rencontrer « en vrai » et partager projets et lieux photogéniques.



**NOUVELLE  
PROGRAMMATION,  
VENEZ NOMBREUX!**

**LE 1<sup>ER</sup> CAFÉ-THÉÂTRE LORRAIN !**  
[www.la-comedie-de-nancy.fr](http://www.la-comedie-de-nancy.fr)

**Réservations :**  
**06 76 80 53 92**  
**14 RUE DU GRAND RABBIN  
HAGUENAUER - NANCY**





13 Tour PHOTO

LE TRAIN DE LA MINE

PHOTOGRAPHE : STEPHAN DENEUVELAERE  
 COIFFURE : MACALIE KIPPELEN COIFFURE ESTÉTÉ  
 MAQUILLAGE : FANNY SERBONT  
 MODELE : LEAZILIOX

PULVERSHIM - CARREAU RODOPHIE

©Stephan DENEUVELAERE

## 15 jours, 4000 Km, plusieurs milliers de clichés

L'association propose aux photographes amateurs des lieux de prises de vues et des thèmes exceptionnels « nous choisissons les photographes et les modèles participants grâce à leur book, mais sans critères stricts. Alors, on peut dire que le Tour de France est

presque ouvert à tout le monde. C'est gratuit la plupart du temps et l'on peut s'inscrire dans 3 étapes maximum. L'occasion de prendre des photos dans des lieux souvent inaccessibles pour des amateurs. » Les lieux, choisis pour leur prestige et leur originalité aux quatre coins de la France ont chacun leur thème et leurs défis. Le Casino Barrière

de Blotzheim, première étape du Tour de France 2014, accueillera 40 participants qui devront sublimer le lieu et les modèles sur des thèmes tels que Gatsby, Alice, l'As des as ou le joker. « Parmi les 14 étapes, il y en a toujours quelques unes consacrées à la mode, poursuit Thomas Ueberschlag, dans des lieux qui s'y prêtent à merveille

**L'Auberge**  
des quatre vents

Concerts acoustiques  
chaque vendredi soir

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

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

Venez dîner chez nous  
& chaque vendredi soir  
🎵 **concert acoustique**

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

Détails de la programmation,  
toutes les infos

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

+ **Soirées à thème**  
St Patrick, fête de la musique ...



©Stephan DENEUVELAERE



©Ben HEINE

comme la Palais bulles à Théoule-sur-Mer qui n'est autre que la maison de Pierre Cardin. Mais au fil des ans nous essayons de nous diversifier en proposant des étapes consacrées exclusivement au patrimoine, à l'architecture ou à la faune. Le mot d'ordre est de trouver des lieux et des thèmes très différents. » Des lieux dénichés tout au long de l'année par la directrice artistique de l'association mais aussi par le bouche à oreille. « Nous commençons à être connus et certains sites proposent de nous accueillir. Les lieux étapes reçoivent les clichés produits dans leurs locaux et peuvent s'en servir pour faire une exposition ou comme support de communication. » Chaque édition du Tour de France est, de plus, couronnée par la parution d'un très beau livre et d'expositions. « En 2013, un livre géant long de 60 mètres a été installé dans plusieurs villes étapes ainsi qu'à Marseille à l'occasion de la capitale Européenne de → p.12 la culture. Il y aussi pas mal de publications, la dernière, et non des moindres et dans la magazine Chasseurs d'Images où les photos

du Tour de France de la Photo 2013 sont en couverture et illustrent le portfolio du mois. C'est une fierté, une reconnaissance des pros et surtout un beau tremplin pour nos participants qui y gagnent en visibilité et peuvent se faire remarquer. »

## La grande boucle en 14 étapes

Les candidatures ont ouvertes pour l'édition 2014 et il n'y en aura pas pour tout le monde. « Les formulaires d'inscriptions sont disponibles sur notre site internet depuis une semaine et déjà près de 250 candidats se sont manifesté, nous en attendons près de 1000. Il y aura une grosse sélection car nous ne souhaitons pas faire de ce rendez-vous une grosse machine. Le but était de se rencontrer

et d'échanger autour d'une passion commune on ne peut pas se le permettre ou alors il faut changer de statut... » Pour les heureux sélectionnés, le cru 2014 s'annonce exceptionnel avec des décors de rêve. Des sites grandioses pour les fans de paysages et de nature : l'Aiguille du Midi, les gorges du Verdon, la dune du Pilat et la Réserve africaine de Sigean. Les férus de patrimoine seront aussi servi avec trois châteaux à sublimer : Amboise, Blois et surtout Versailles et ses jardins. Histoire et patrimoine encore au Puy du Fou qui s'ouvre à une vingtaine de photographes lors du spectacle qui a fait sa renommée. Moins classique ou plus insolites, les autres étapes emmèneront les concurrents sous le chapiteau du cirque Arlette Gruss, dans les allées du plus grand marché du monde à Rungis ou encore à l'Ecomusée d'Alsace pour des photos à l'ambiance surannée. « Nous serons en Meurthe-et-Moselle fin mai pour une étape qui promet de beaux clichés, se réjouit Thomas Ueberschlag. Les Ailes Anciennes de Lorraine et la Montgolfière Digit-Photo nous accueillent à l'aéroport de Doncourt-les-Conflans. Vieux coucous et photos aériennes, c'est une bonne recette ! ». Certaines étapes sont ouvertes au public, une occasion unique de découvrir l'envers du décor : coulisses, maquillage, show coiffure et rencontre avec les artistes. Un mois avant la Grande boucle et ses supporters en bord de route, les deux camping-cars du Tour de France Photo arpenteront les plus beaux sites de France, ne ratez pas l'étape dans votre région. ■  
*Alice Cimiez*

Plus d'infos sur [www.tourdefrancephoto.fr](http://www.tourdefrancephoto.fr)  
Inscriptions sur le site internet jusqu'au 31 mars 2014  
Périple du 18 au 31 mai 2014



©HARLEMANJUEL

© Ballet de Lorraine



# PARIS - NEW YORK - PARIS

Samedi 15, Mardi 18, Mercredi 19 mars 2014 à 20h & Dimanche 16 Mars 2014 à 15h à l'Opéra national de Lorraine. Programme en coproduction avec l'Opéra national de Lorraine

## CORPS DE BALLET - Création (2014)

Chorégraphie : Noé Soulier • Création costumes & scénographie : Mark Wallinger • Direction musicale : Aurélien Azan-Zieblinski • Avec l'Orchestre symphonique et lyrique de Nancy

Relancer les dés de l'invention à partir de langages historiques existant, c'est ce que fait Corps de ballet. À partir des ressources que lui offrent le vocabulaire et la technique du ballet, cette création de Noé Soulier pour le CCN de Nancy - Ballet de Lorraine leur offre un nouveau scénario. Loin de leurs figures familières, c'est au présent des corps et des gestes qu'il en écrit l'actualité.

## SOUND DANCE (1975)

Chorégraphie : Merce Cunningham • Musique : David Tudor, Untitled (1975/1994) • Décor, costumes et lumières : Mark Lancaster • Reconstruction : Meg Harper et Thomas Caley

Sounddance fut sans aucun doute la pièce de Merce Cunningham la plus appréciée, tant du public que de la critique. Véritable chaos orchestré, elle témoigne d'une explosion d'énergie peu commune. À cette évidente vivacité répond le dynamisme exubérant de la partition conçue par le compositeur et musicien David Tudor, qui offre à cette jubilation gestuelle son répondant idéal.

## RELÂCHE (1924) avec le film Entr'acte de René Clair

Concept : Francis Picabia • Musique : Eric Satie • Chorégraphie : Jean Borlin  
Reconstitution

Chorégraphie : Petter Jacobsson et Thomas Caley • Dramaturgie : Christophe Wavelet • Scénographie : Annie Tolleter • Lumières : Eric Wurtz • Consultante Spécialiste de Picabia : Carole Boulbés • Direction musicale : Aurélien Azan-Zieblinski • Avec l'Orchestre symphonique et lyrique de Nancy

« Apportez des lunettes noires et de quoi vous boucher les oreilles ! » Jamais repris depuis qu'il fut créé au théâtre des Champs Elysées à Paris en 1924 par les célèbres Ballets suédois, phalange d'avant-garde conduite par Rolf de Maré, ce « ballet instantanéiste en deux actes et un entracte cinématographique » conçu par l'ex-dadaïste Picabia avec la complicité d'Erik Satie pour la musique, du jeune René Clair pour le film et de Jean Borlin pour la danse continue de lancer au public son insolente question : de quoi y a-t-il entr'acte pour qui fait relâche ? ■

CCN - Ballet de Lorraine, 3 rue Henri Bazin • F-54000 NANCY • 03 83 85 69 00 • [www.ballet-de-lorraine.eu](http://www.ballet-de-lorraine.eu)

**BALLET DE LORRAINE**  
CENTRE CHORÉGRAPHIQUE NATIONAL

Direction  
**Petter Jacobsson**

**Paris – New York – Paris**  
**du 15 > 19 mars 2014**

**à l'Opéra national de Lorraine**

En coproduction avec l'Opéra national de Lorraine

**Corps de Ballet**  
Création  
Chorégraphie de Noé Soulier

**Sound dance**  
Chorégraphie de Merce Cunningham

**Relâche**  
de Francis Picabia et Erik Satie  
Reconstitution de Petter Jacobsson & Thomas Caley



<http://www.ballet-de-lorraine.eu>

Renseignements /  
Billetterie :  
03 83 85 69 08



Le Ballet de Lorraine

ville de Nancy

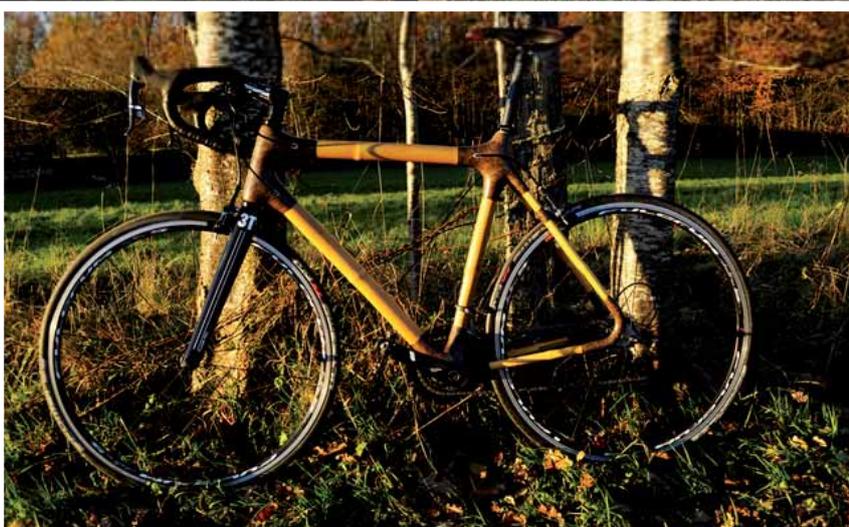


digitick.com

Residhome Appartement



# PROJET IN'BÔ : UN VENT D'OPTIMISME SUR LA FILIÈRE BOIS EN LORRAINE



Photos © Léo Pol Jacquot

C'est en Lorraine que Quentin le Jannou, Aurèle Charlet, Pierre-Thomas Leclair, Robin Féron et Antoine Cochennec viennent de se lancer dans l'aventure entrepreneuriale. Le nom de leur projet : In'Bô, qui signifie la forêt en patois lorrain. Leur but : fabriquer des produits en bois à haute valeur ajoutée. Pour pérenniser leur projet, ils ont lancé une opération de financement participatif début février. Les résultats obtenus dépassent leur espérance.

## Chronologie d'un succès

Tout a commencé à Epinal, sur les bancs de l'ENSTIB (Ecole Nationale et Supérieure des Technologies et Industries du Bois), où les cinq ingénieurs venant des quatre coins de la France se sont rencontrés. D'abord connus sous le nom des Cambium Makers,

ils fabriquent leur matériel de sport en bois : skis, longboard, surf de mer... Les retours positifs les incitent à imaginer une professionnalisation de ces projets.

Dopés par l'envie de créer une activité en accord avec leurs valeurs, ils s'orientent rapidement vers la création d'entreprise. En juillet 2013, ils intègrent le pôle d'excellence rurale « Terres de Hêtre » piloté par le Pays d'Epinal Cœur des Vosges, dont l'objectif est de « redynamiser l'économie locale autour de la ressource bois ». Aujourd'hui en Couveuse d'Entreprise, dans un bâtiment mis à leur disposition sur la commune de « Les Voivres », ils travaillent au développement de leurs trois premiers produits : un vélo en bambou performant, des lunettes en bois élégantes et un superbe longboard.

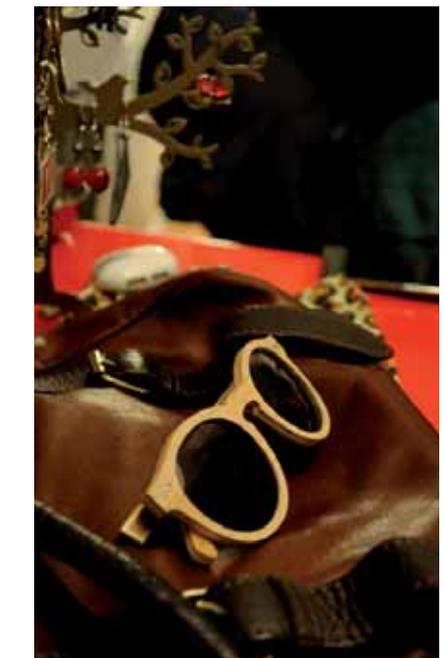
Les cinq jeunes dirigeants souhaitent que la marque In'Bô devienne synonyme de produits de sport en bois, performants, fabriqués à la main en Lorraine, et utilisant un maximum de ressources locales.

## Les produits In'Bô

Des lunettes en bois légères et unique comme chaque pièce de bois qui les constituent, elles sont constituées d'un multi-ply d'essences de bois locales : noyer, merisier, érable, chêne et hêtre. Les verres Essilor sont en polycarbonates (Classe UV 3).

Des longboards performants alliant esthétique et technicité et des essences locales pour la marqueterie, du hêtre pour le cœur, le tout renforcé par de la fibre de lin. Des planches uniques, faites pour rider.

Des vélos uniques et ultra résistants dont chaque cadre est une nouvelle œuvre. Récoltés à Anduze, les bambous sont sélectionnés avec soin pour respecter les exigences des vélos de route. Le champion Thibaud Lhenry a validé ces caractéristiques mécaniques en terminant 4ème et 7ème sur les Criterium de Barcelone et Milan.



### Une opération de financement participatif réussie !

Pour passer de l'étape de prototypage à celle de production, les créateurs d'In'Bô ont déposé un projet sur le site de financement participatif ULULE. Le financement participatif permet au grand public de soutenir financièrement et collectivement une idée ou un projet qui le séduit. Les jeunes créateurs d'In'Bô proposent par le

biais de cette opération, menée depuis le 6 février, une « pré-commercialisation » sous forme de séries spéciales. Le montant qu'ils souhaitent atteindre était de 9.000, mais ils ont déjà dépassé les 25.000€ en une semaine. Grâce à l'opération qui dure toujours, jusqu'à la mi-mars, l'entreprise pourrait démarrer beaucoup plus rapidement que prévu. ■

www.inbo.fr

**univers du poêle bois et granulé**

**12 rue du Pré Droué**  
**88150 CHAVELOT**

Tél: **03 29 30 60 88**  
 Email : [luniversdupoele88@yahoo.fr](mailto:luniversdupoele88@yahoo.fr)

**EDILKAMIN**

**ateliers france turbo**

# DESTINATIONS VACANCES

au départ de Metz-Nancy-Lorraine  
De loin l'Aéroport le plus proche de vous !

BALÉARES

## PALMA



À PARTIR DE  
**519€\***  
TTC  
PAR PERSONNE

CLUB MARMARA DEL MAR

**i** UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

**📅** LE JEUDI DU 24/04/2014 AU 16/10/2014

Avec Marmara et Nouvelles Frontières,  
compagnie Jetairfly

SARDAIGNE

## OLBIA



À PARTIR DE  
**649€\***  
TTC  
PAR PERSONNE

CLUB MARMARA CALA FIORITA

**i** UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

**📅** LE VENDREDI DU 25/04/2014 AU 24/10/2014

Avec Marmara et Nouvelles Frontières,  
compagnie Jetairfly

**📅** LE VENDREDI DU 11/04/2014 AU 17/10/2014

Avec Donatello, compagnie Volotea

**📅** LE VENDREDI DU 02/05/2014 AU 26/09/2014

Avec Plein Vent, Fram, Euro Moselle Loisirs et Look Voyages,  
compagnie Primera Air (Vol affrété par Aeroviaggi)

MAROC

## MARRAKECH



À PARTIR DE  
**599€\***  
TTC  
PAR PERSONNE

CLUB MARMARA DAR ATLAS

**i** UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

**📅** LE VENDREDI DU 04/04/2014 AU 24/10/2014

Avec Marmara et Nouvelles Frontières,  
compagnie Jetairfly

TURQUIE

## ANTALYA



À PARTIR DE  
**689€\***  
TTC  
PAR PERSONNE

CLUB MARMARA KIMEROS

**i** UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

**📅** LE SAMEDI DU 12/04/2014 AU 25/10/2014

Avec Marmara et Nouvelles Frontières,  
compagnie Onur Air



[www.metz-nancy-lorraine.aeroport.fr](http://www.metz-nancy-lorraine.aeroport.fr)

## VOLS RÉGULIERS

lorraine.eu



**Alger** → les mardis et vendredis, **toute l'année**  
**NOUVEAU** les **mercredis** et dimanches, du **22 juin au 20 septembre 2014**  
 et bien d'autres destinations via Alger notamment l'Afrique (Sénégal, Niger, Burkina Faso...)  
**Oran** → les lundis, du **23 juin au 15 septembre 2014**  
**Constantine** → le mercredi, du **25 juin au 17 septembre 2014**



**Nice** → du lundi au dimanche, du **30 mars au 25 octobre 2014**  
**Lyon** → du lundi au dimanche, **toute l'année** et bien d'autres destinations depuis Lyon...  
**Ajaccio et Calvi** → les samedis, du **28 juin au 13 septembre 2014**



**Marseille et Toulouse** → du lundi au vendredi, **toute l'année**



**Casablanca** → tous les mardis, **toute l'année** **NOUVEAU**

**SALON DE VOTRE AÉROPORT**  
**5 et 6 avril 2014**

Les professionnels du voyage vous accueillent à l'aéroport pour préparer vos vacances au départ de Metz-Nancy-Lorraine !

# PRINTEMPS-ÉTÉ 2014

## CRÈTE HÉRAKLION



À PARTIR DE **689€\*** TTC PAR PERSONNE

**CLUB MARMARA GOLDEN STAR**

UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

LE LUNDI DU 14/04/2014 AU 20/10/2014

Avec Marmara et Nouvelles Frontières, compagnie Aegean Airlines

## SICILE PALERME



À PARTIR DE **749€\*** TTC PAR PERSONNE

**CLUB LOOKEA CEFALU**

UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

LE VENDREDI DU 11/04/2014 AU 26/09/2014

Avec Plein Vent, Fram, Look Voyages, Marmara, Euro Moselle Loisirs et Nouvelles Frontières, compagnie Mistral Air (Vol affrété par Aeroviaggi)

## CORSE AJACCIO

POUR VOS VACANCES EN CORSE RÉSERVEZ CHEZ OLLANDINI, SPÉCIALISTE SUR LA DESTINATION



À PARTIR DE **640€\*** TTC PAR PERSONNE

**RÉSIDENCE MARINA VIVA**

UNE SEMAINE EN FORMULE LOCATIVE 4 PERS.

LE SAMEDI DU 28/06/2014 AU 13/09/2014  
 Avec Ollandini, compagnie Hop !

CE PRIX COMPREND : LES VOLS A/R AU DÉPART DE METZ NANCY SUR LA COMPAGNIE HOP EN CLASSE É À L'ALLER/ R AU RETOUR, LES TAXES DE TRANSPORTS, 8/7 NUITS EN APPARTEMENT TYPE AA POUR UN DÉPART LE 28/06/2014. CE PRIX NE COMPREND PAS : LES TRANSFERTS, LES ASSURANCES, LES TAXES DE SÉJOURS, LES REPAS SUR PLACE, LE MÉNAGE FINAL.

## TUNISIE MONASTIR



À PARTIR DE **529€\*** TTC PAR PERSONNE

**CLUB MARMARA HAMMAMET BEACH**

UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

LE SAMEDI DU 24/05/2014 AU 25/10/2014

Avec Marmara et Nouvelles Frontières, compagnie Nouvelair

## TUNISIE DJERBA



À PARTIR DE **509€\*** TTC PAR PERSONNE

**CLUB MARMARA DAR DJERBA**

UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

LE MERCREDI DU 23/04/2014 AU 24/09/2014

Avec Marmara et Nouvelles Frontières, compagnie Nouvelair

## ANDALOUSIE MALAGA



À PARTIR DE **709€\*** TTC PAR PERSONNE

**CLUB MARMARA MARBELLA**

UNE SEMAINE EN FORMULE TOUT COMPRIS

LE MERCREDI DU 30/04/2014 AU 23/10/2014

Avec Marmara et Nouvelles Frontières, compagnie Jetairfly

## VOLS PONCTUELS

**Croatie**  
 avec Top Of Travel, le 24 mai et 5 juillet 2014

**Circuit Empire Austro - Hongrois (Prague-Vienne et Budapest)** **NOUVEAU**  
 avec Visit Europe, le 26 mai 2014

**Irlande**  
 avec Quartier Libre, le 19 juin 2014

**Malte**  
 avec Top Of Travel, le 31 juillet 2014



# ESCAPADE SUR LA RIVIERA TURQUE

Des plages à faire s'incliner les dieux, une histoire à faire pâlir les encyclopédies, des paysages à faire mourir d'envie bon nombre de destinations touristiques, Antalya n'a pas fini de vous surprendre !

**Mon City Guide** 2014  
**petit futé**  
**Nancy**

OFFERT ce guide version numérique

MAISON, DETENTE, MARCHÉS, BONNES TABLES, RESTO, BONS PLANS, DECO, BEAUTE, BRICO, SPORT, LOISIRS, SHOPPING, VISITES, TOURISME, CADEAUX, MODE, MUSEES, BONNES ADRESSES, SPECTACLES, FORME, EPICERIES, HOTELS, BISTROT, CULTURE

WWW.PETITFUTE.COM

LES BONS PLANS ET LES MEILLEURES ADRESSES POUR SORTIR ET CONSOMMER 365 JOURS PAR AN

Farniente sur des plages de sable blanc ou survol en montgolfière des cheminées de fée, visite des ruines des grandes cités antiques ou soirées animées, la Turquie permet aux voyageurs d'allier visites culturelles, plaisirs balnéaires et activités sportives.

Antalya est aujourd'hui la capitale touristique de la côte méditerranéenne turque, surnommée la « Riviera turque » ; elle peut même être considérée comme l'une des stations balnéaires les plus fréquentées au monde. Ville très ensoleillée toute l'année, Antalya offre un climat agréable toute l'année et même en été grâce aux vents marins qui rafraîchissent l'atmosphère. La combinaison d'un climat favorable, d'une mer chaude propice à l'héliotropisme, d'une côte s'étendant sur un millier





de kilomètre sur les bords de la mer Égée et de la mer Méditerranée, et d'un grand nombre de sites naturels et archéologiques; font de la côte turque, une destination touristique internationalement reconnue. Fondée au II siècle avant J.-C., au pied des montagnes du Taurus couverte de pins, et face à une immense baie, Antalya fût d'abord romaine puis byzantine et enfin ottomane. Elle garde de ce passé glorieux, des vestiges de chaque époque, notamment la porte en marbre dédiée à l'empereur Hadrien et la vieille ville de Kaleiçi, ses ruelles et son bazar. Antalya est également connue comme la riviera turque pour son ensoleillement, ses plages de sable fin telle la plage de Cléopâtre ou celle d'Incekum. Un

séjour à Antalya sera également l'occasion d'explorer les environs, les sites d'Aspendos, de Pergé et de Termessos..

Sa vieille ville est construite contre une falaise calcaire qui domine le port, et les chaînes des montagnes Taurus l'encadrent, formant un paysage magnifique. Elle date de 150 ans avant Jésus-Christ, et n'a jamais cessé d'être habitée depuis cette époque. Vous pourrez y visiter le temple d'Apollon qui date de l'époque romaine, la porte d'Hadrien tout en marbre, la mosquée Yivli et son minaret très particulier strié de cannelures, les ruines d'une très ancienne église datant du 6ème siècle transformée au 7ème siècle en mosquée, mais aussi à

proximité le site archéologique de la cité antique de Phaselis.

Le quartier du vieux port mérite également votre visite, ainsi que le Parc municipal et son jardin botanique d'où vous pourrez contempler un très joli panorama. N'oubliez pas de découvrir également le Musée et ses collections d'antiquités, ses statues et sa section ethnographique.

Les sites à ne pas manquer sont entre autres le théâtre d'Aspendos qui est le mieux conservé de la Turquie, Termessos, un site sauvage d'une beauté particulière, ainsi que la chute d'eau sur la rivière Duden.

De très belles plages vous accueillir ont, à l'ouest, pour d'agréables moments de farniente.

Situées sur l'ouest de la côte méditerranéenne, à l'ombre des monts Bey Daglari, la ville d'Antalya compte parmi les plus belles du pays. La vieille ville abrite des bijoux de l'architecture locale : boiseries finement ciselées, mosquées... Antalya n'est pas très loin des sites archéologiques de Termessos ou encore Aspendos. ■

# DESHABILLEZ-VOUS!

Mais qu'à la plage.

## Turquie

Vol & 7 jours en hôtel de catégorie supérieure, chambre double avec formule tout inclus. Départs régionaux pendant les vacances d'hiver.

dès **369 €**

Dans la limite des disponibilités. Prix TTC par personne.

Licence: 067950017

L'TUR Nancy  
46 Rue Saint Jean  
Tél. 03.83.48.11.00  
nancy@ltur.fr

Tout simplement partir.

**L'tur**



# BELLE AVEC LES HUILES ESSENTIELLES

Relaxantes, tonifiantes, purifiantes... Que ce soit dans le domaine de la beauté, de la santé ou encore du bien-être, les huiles essentielles (HE) regorgent d'innombrables vertus pour qui sait bien les utiliser !



©Thinkstock

## Pour une peau purifiée et un cuir chevelu revitalisé : le cèdre

L'huile de cèdre est communément utilisée en cosmétique, notamment diluée dans les produits capillaires, pour revitaliser le cuir chevelu. On l'associe parfois aussi avec une crème spécifique pour les peaux à imperfections dont elle améliore l'aspect grâce à ses propriétés purifiantes. Le plus santé : cette huile contribue aussi à dégager les voies respiratoires.

## Pour la beauté des cheveux et la régénération cellulaire : l'ylang-ylang

Grande chouchoute de l'industrie cosmétique et de la parfumerie pour son odeur florale apaisante, l'huile essentielle d'ylang ylang utilisée en diffusion ou en application cutanée favorise la relaxation, le bon équilibre de la peau et la régénération cellulaire. Associée à une huile végétale et appliquée en massage sur le cuir chevelu, elle tonifie les cheveux et les rend brillants.

## Pour booster l'action des produits de beauté : la lavande officinale

Touche-à-tout, cette huile essentielle purifiante et relaxante apaise coups de soleil, irritations et piqûres d'insectes. Quelques gouttes dans une crème de jour ou dans un soin pour le corps quotidien renforcent les propriétés du produit. Astuce maison : deux à trois gouttes d'huile de lavande sur un morceau de bois ou du coton suffisent à éloigner les mites et parfument agréablement le linge.

## Pour une peau éclatante : l'orange douce

Traditionnellement utilisée pour ses vertus apaisantes et décontractantes, l'huile essentielle d'orange douce s'emploie aussi en cosmétique pour l'éclat de la peau. Deux ou trois gouttes dans les sels de bains ou en diffusion vous offrent un grand moment de relaxation pour une mine reposée. Astuce cuisine : quelques gouttes d'HE d'orange douce dans les préparations culinaires relèvent aussi les plats ! ■

Infos pratiques : [www.fleurancenature.fr](http://www.fleurancenature.fr)



### CABINET OSTÉOPATHIE VANDŒUVRE

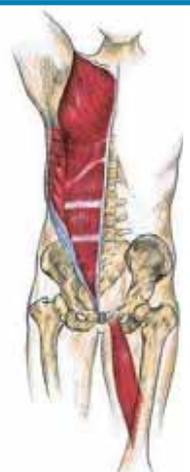
CÉLESTIN SERTELET  
OSTÉOPATHE D.O

Diplômé du CEESO Lyon  
membre du réseau des grandes écoles d'ostéopathie  
6 ans de formation

Approche tissulaire et somato-émotionnelle

24 rue de Crévic 54500 Vandœuvre-lès-Nancy  
06 31 79 41 08 • [sertelet.osteo@gmail.com](mailto:sertelet.osteo@gmail.com)  
[osteopathe-vandoeuvre.weebly.com](http://osteopathe-vandoeuvre.weebly.com)

Sur RDV



# DAOLIS : PERDRE DU POIDS AVEC LA LUXOPUNCTURE

Inspirée des principes fondamentaux de la Médecine Traditionnelle Chinoise, la Luxopuncture est une nouvelle technique qui utilise le rayonnement lumineux infrarouge. C'est indolore, sans risque et, contrairement à l'acupuncture classique, sans aiguilles.



alimentaires, ni sachets hyper protéinés. La Luxopuncture vient alors en appui et aide à limiter les compulsions alimentaires, réguler l'appétit, réduisant également le stress et le sentiment de frustration. Résultat : une perte de 3 à 4 kilos par mois, en douceur. « En médecine chinoise, tout est lié, explique Muriel, il n'y a pas de différenciation entre le corps et l'esprit. Dans le processus de perte de poids, c'est une approche globale : nous prenons donc tout en considération, y compris les questions émotionnelles et psychiques. » Le nombre de séances, varie en fonction des objectifs, fixés lors du bilan initial offert.

complémentaires.

Dans les locaux du troisième étage du building Joffre, aux couleurs douces et à l'ambiance feutrée, chaque séance se pratique confortablement allongé, pendant une quarantaine de minutes. Les principaux points d'acupuncture du corps sont alors stimulés par des rayonnements lumineux infrarouges. Le but : rétablir de façon douce et naturelle l'équilibre fonctionnel des organes en agissant sur le système nerveux, digestif et hormonal (endorphine, dopamine, sérotonine ou mélatonine).

## Mincir en douceur

Particulièrement efficace pour la perte de poids, cette technique s'accompagne d'un bilan global des habitudes alimentaires, d'un choix des objectifs. Muriel TESTA propose de rétablir un équilibre basé sur une alimentation saine, simple et familiale sans compléments

## Arrêter de fumer, se relaxer

La Luxopuncture permet aussi d'atténuer les symptômes de sevrage, comme l'anxiété, l'irritabilité, les troubles du sommeil liés à l'arrêt du tabac. Là-encore, accompagnée de conseils hygiéno-diététiques, Daolis propose une solution complète en quelques jours, suivie de trois mois d'accompagnement afin de gérer les risques de rechutes.

Relaxation, problèmes liés à la ménopause, la Luxopuncture propose une alternative originale, douce et sans douleur pour une nouvelle approche du bien-être. ■

Plus d'infos sur [www.daolis.fr](http://www.daolis.fr) • Daolis, Centre de Luxopuncture, 13-15 Bd Joffre 54 000 Nancy • 03 83 30 13 17

PUBLI-REPORTAGE

Point de rencontre entre tradition et progrès techniques, la Luxopuncture est une technique réflexe qui agit en douceur.

D'un côté, une machine révolutionnaire, le Luxoscreen, et son écran tactile, dont le brevet a été déposé par la société Lilloise Luxomed, et déjà utilisée dans de nombreux cabinets de kiné et d'infirmiers. De l'autre, les approches alternatives et leur pratique éprouvée notamment dans le domaine de l'acupuncture et de ses dérivés.

Quand Muriel TESTA, fondatrice du Centre Daolis, décide de lancer cette technique l'été dernier à Nancy, elle joue la carte de la rencontre entre ces deux mondes finalement

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



DAOLIS  
CENTRE DE LUXOPUNCTURE

BILAN  
INITIAL  
OFFERT\*

## Perdre du poids en douceur...

Découvrez une technique innovante, efficace et naturelle.

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

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

RCS 794 443 804

# LE BOIS DANS LES SALLES DE BAINS



©Thinkstock



## Gérard RICHARD

Un artisan à votre service  
Travail soigné

### ÉLECTRICITÉ GÉNÉRALE

*Neuf, rénovation • Domotique  
Chauffage • V.M.C. • Automatismes  
Alarme intrusion • Cablage informatique  
Interphonie*



- ✓ Dépannage
- ✓ Devis gratuit
- ✓ 23 ans d'expérience

75, Grande Rue  
54300 Hériménil  
**03 83 74 45 37**  
**06 60 43 78 26**  
enrichard@wanadoo.fr

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

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

### Le choix de l'essence

Face à l'eau, toutes les lames de parquet ne se valent pas. Déjà réputées pour leur utilisation à l'extérieur, les essences exotiques ont tout à fait leur place dans les salles d'eau. Teck, iroko, ipié ou doussé s'imposent donc naturellement. Leur coût n'est cependant pas anodin, surtout si vous voulez garnir entièrement la pièce. Il existe heureusement des bois européens qui peuvent également convenir, comme le frêne, le châtaignier ou le robinier. Le traitement fera ensuite toute la différence, comme le THT ou traitement à haute température. Cette technique écologique chauffe le bois dans un four, à une température variant de 100 à 280 °C environ, sous une pression contrôlée et sans ajout de produits chimiques. Cette



©Thinkstock

opération va permettre à la fois de modifier la couleur de l'essence et de la rendre imputrescible et résistante à l'eau. Un aggloméré hydrofuge peut également être plaqué sur des essences considérées comme plus nobles, à l'instar du chêne, ce qui permet de s'équiper en bois massif.

### Un peu de soin

Si le traitement de base est important, il n'est pourtant pas le seul. La pose est ainsi obligatoirement collée et, dans le cas du lambris, il faut que l'air puisse circuler derrière les lames. Pour éviter les infiltrations et assurer l'étanchéité, il est également possible de suivre les techniques utilisées sur les chantiers maritimes : pour les ponts de bateau, les joints entre les lames sont ainsi réalisés en mastic polyuréthane. L'huile est recommandée pour la finition, et il faut penser à en renouveler l'application tous les six mois. Il existe également des vernis spécialement adaptés pour les zones humides ou, encore mieux, des vernis marins conçus pour résister à toutes les projections d'eau. Même si les bois vieillissent bien naturellement, il faut en effet songer à les entretenir pour qu'ils conservent leur beauté malgré le passage du temps.

### Aller plus loin

Abandonnant leur émail, même nos baignoires peuvent céder à la tentation du bois. Grands adeptes de ce concept, les Japonais les construisent traditionnellement en hinoki, un bois parfumé imputrescible et très cher. En France, elles seront fabriquées sur mesure, dans du teck, du moabi venu d'Afrique ou des lames de résineux canadien. L'art du bain est international ! ■ *Mélanie De Coster*



©Thinkstock

**FERMOLOR**  
MENUISERIE PVC, ALUMINIUM ET BOIS

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

**ESSEY-lès-NANCY**  
La Porte Verte  
12 rue des Maillys  
Tél. 03 83 21 59 91

**MAISONS NOBLESS**  
CONSTRUISEZ SEREINEMENT VOTRE MAISON

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

**IMAGINEZ VOTRE MAISON...**  
ET CONSTRUISEZ VOTRE RÊVE AVEC MAISONS NOBLESS !  
Depuis 25 ans, MAISONS NOBLESS a construit 2 000 maisons en Lorraine, toutes différentes car adaptées aux désirs et besoins de chacun.  
Et vous, quelle sera votre maison ?

Optimisez votre performance énergétique avec le gaz naturel

maisons-nobless.fr

**MAISONS NOBLESS**  
LA MAISON AU FEMININ

Mesure  Tradition  
 LA TRADITION DU FUTUR

Votre Constructeur de  
 Maison Individuelle  
 en Lorraine !





Mesure et Tradition  
 74, avenue Foch  
 54000 NANCY

**03 83 28 78 79**

mesure-et-tradition@wanadoo.fr  
 www.mesure-et-tradition.com

Nos agences :  
 NANCY / COMMERCY / EPINAL / THIONVILLE

# COUP DE JEUNE SUR LA CUISINE



©Thinkstock

Parfois pièce à vivre à part entière où toute la famille se retrouve pour des discussions animées et quelques chamailleries, la cuisine est cependant de plus en plus délaissée au profit de la salle à manger. Est-ce la faute aux cuisines américaines ou aux plateaux télé ? Toujours est-il qu'en perdant sa dimension conviviale, elle se refroidit pour ne devenir qu'une pièce « technique » un peu froide où fourmille l'électroménager. Pourtant, il suffirait de peu pour qu'elle retrouve sa gaîté.

## De toutes les couleurs

Terminé le blanc clinique ou le bois austère : quelques coups de pinceau sur la façade des meubles et la cuisine prend des couleurs ! Vert anis, jaune poussin, rouge pivoine... on ose sans tomber dans

le too much. Si vous craignez de ne pas savoir doser, optez pour une teinte générale neutre (taupe, gris clair, beige...) et éclairez l'ensemble en peignant une ou deux façades ou tiroirs d'une couleur vive. Choisissez de préférence des peintures spécialement conçues pour les cuisines, qui éviteront que la graisse s'incruste.

Si, en raison de leur texture, vous ne pouvez pas repeindre directement les meubles, faites découper de fines plaques de bois à leur mesure et collez-les : voilà une toile vierge qui s'offre à votre imagination. Cette technique est également parfaite si vous désirez dissimuler les moulures d'une cuisine rustique, mais en peignant directement ces derniers avec des couleurs claires, vous obtiendrez un effet « cuisine de campagne » très chaleureux.



©Thinkstock

### Les détails qui changent tout

Si vous souhaitez conserver la sobriété de vos meubles, quelques accessoires peuvent suffire à mettre votre cuisine à la page : pensez par exemple à changer les poignées de vos placards pour des modèles plus design ou plus fantaisistes, qui ajouteront une touche décalée. À la fois discrète et centrale, la crédence apporte également du caractère à une déco un peu trop standardisée : il existe une infinité de modèles, de la plaque d'aluminium au motif psychédélique, et la plupart d'entre eux sont faciles et rapides à poser. Pour réchauffer la pièce, vous pouvez également dissimuler le gros électroménager à l'aide de stickers ou de magnets sur mesure : coup de jeune assuré !

■ Sidonie Joly

©Thinkstock



**Vous rêvez d'une terrasse en bois ?**

**Construisez un projet de qualité !**  
avec votre conseiller installateur :

**Néo Bois**  
03 83 57 97 75  
54500 VANDOEUVRE  
[www.terrassebois-54.com](http://www.terrassebois-54.com)



**Présent au salon habitat décoration**  
**du 20 au 24 mars à Nancy**  
**Parc des Expos Hall B Stand 3308**



**Lifetime decking**  
jusqu'à 50 ans  
de garantie



**Clip JuAn®**  
La fixation aux  
3 médailles d'Or.  
Une révolution dans la  
**fixation invisible**

grad est une marque de la société Architecture du Bois



# PROGRAMME NEUF: APPARTEMENT OU MAISON?

Acquérir un bien dans le cadre d'un programme de construction neuve, c'est faire le choix de s'inscrire dans un projet impliquant, à des degrés divers, un certain nombre d'autres acquéreurs potentiels...

## Appartement : l'union fait la force

Qui dit appartement, dit copropriété. L'immeuble collectif, quelle que soit sa structure, se définit juridiquement par l'existence de parties privatives (appartements, caves, remises, chambres de bonne...), de parties communes (couloirs, escaliers, balcons...)

## FENETRES - PORTES - VOILETS

LES 30 JOURS FOU !

NOUS VOUS OFFRONS LA  
COULEUR

ET LE TRIPLE VITRAGE

SUR VOS FENETRES

POUR



Chêne doré

Anthracite

Chêne clair

Noyer



ALU

BERARDI

• Voir conditions en magasin, offre non-cumulable avec d'autres offres et devis en cours, offre valable du 21 Février au 21 Mars 2014.



VOTRE AGENCE : ZI LES CLAIRS CHÊNES 54230 CHAVIGNY  
03 83 40 27 49 - [www.berardi.fr](http://www.berardi.fr)



et de services collectifs (chauffage, conciergerie...). Telle mise en commun des pôles de dépenses permet aux résidents de bénéficier d'équipements et de services d'une qualité supérieure à ceux qu'ils auraient généralement pu financer dans le cadre d'un logement individuel. Avant d'acheter, soyez particulièrement attentif à la qualité des caractéristiques intrinsèques de l'immeuble (sols, peinture, détention de labels ou de certifications NF...) ainsi qu'aux services et équipements collectifs proposés (gardiennage, espaces verts, piscine...).

### Maison : bienvenue chez vous

Dans le cadre de l'achat d'une maison individuelle en lotissement, certains aspects spécifiques sont à prendre en compte. Les programmes immobiliers prévoient généralement la réalisation d'un certain nombre de prestations collectives comme l'installation d'un dispositif de sécurité, la mise en place de murets, de clôtures, de portails, l'aménagement d'espaces verts...

### Quartier d'avenir

Immeuble ou lotissement, les programmes de construction neuve se logent généralement

dans des quartiers en pleine expansion. Renseignez-vous sur les constructions et aménagements prévus pour le secteur auprès de votre mairie qui tient à votre disposition les documents d'urbanisme.

### Où ?

La situation du logement est particulièrement importante. Commerces, services, transports en commun... Plus les commodités seront nombreuses, plus la revente sera facile... ■

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

*Des constructions  
dans l'air du temps !*

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



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



**ECR vous apporte toutes les garanties constructeur**  
Z.A. du Douaire St-Aignan - 54360 Blainville-sur-l'Eau  
Tél. 03 83 75 08 35 - [www.ecr54.fr](http://www.ecr54.fr)



## Salon Vitalité & Bien-Être

Les 1<sup>er</sup> et 2 mars 2014  
Espace Montrichard à Pont à Mousson, Samedi de 10h à 19h30 et Dimanche de 10h à 18h  
Entrée libre

50 exposants professionnels proposeront à un large public leur savoir-faire autour des thématiques suivantes :

- Les techniques de bien-être, massages, sophrologie, relaxation • le bien-être au quotidien : naturopathie, diététique, vêtements éthiques
- La cosmétique bio et naturelle : huiles essentielles, Fleurs de Bach....
- Les formations bien-être.

## Brocante du Parc Sainte-Marie

Le dimanche 29 juin 2014.  
Inscriptions jusqu'au 7 mars 2014

Les candidats\* souhaitant y participer sont invités à remplir le formulaire accessible sur le site internet de la Ville de Nancy à l'adresse [www.nancy.fr](http://www.nancy.fr), rubrique culturelle / grands

rendez-vous / Brocante du parc Sainte-Marie. Ou à défaut, pour les personnes ne disposant pas de connexion Internet, ce formulaire pourra être retiré auprès du service Animations - Vie associative / Pôle Culture et Animations / 1, Place Stanislas - 54 000 Nancy.  
\*Réservée aux habitants de Nancy et aux brocanteurs professionnels,



## Été 1914 – Nancy et la Lorraine dans la guerre

Du 15 février au 21 septembre 2014 Musée Lorrain – Palais Ducal – 64 Grande rue à Nancy  
Du mardi au dimanche de 10h à 12h30 et de 14h à 18h –  
Fermeture le 1er mai et le 14 juillet

Entrée : 4€  
Tarif réduit : 2,50€ (12-25 ans, étudiants, plus de 60 ans, familles nombreuses, demandeurs d'emploi...)  
Gratuité : moins de 12 ans, 1er dimanche du mois, étudiants le mercredi. Audio-guide de visite en français, anglais et

allemand (parcours de 30 min sur l'exposition) : 1€  
[www.musee-lorrain.nancy.fr](http://www.musee-lorrain.nancy.fr)

Par le biais de témoignages, d'œuvres d'art, d'objets d'époque et d'outils de médiation didactiques, l'exposition présente la manière dont soldats, civils et artistes ont perçu, vécu et ressenti le début de la guerre des deux côtés de la frontière.

À la fois historique, artistique et sociétale, elle cherche ainsi à mettre en lumière les différentes facettes de cette séquence décisive pour l'évolution du conflit.

Cette exposition fait partie des opérations labellisées par la mission du Centenaire de la Première Guerre mondiale et s'inscrit dans le cycle officiel des commémorations en France.



## Salon Habitat Déco

Du 20 au 24 février 2014  
De 10h à 20h au Parc des expositions à Nancy  
Tarif : 5€  
[www.lorraine-expo.com](http://www.lorraine-expo.com)

## RESTAURANT



### > Le Petit Comptoir Cuisine de terroir revisitée

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

5, Quai Petits-Bosquets  
54300 Lunéville  
03 83 73 14 55  
[www.hotel-les-pages.fr](http://www.hotel-les-pages.fr)

260 professionnels sont présents sur 12 000 m2 d'exposition !

Parmi eux, 80 artistes et créateurs exposent leurs œuvres dont 20 issus des Ateliers d'Art de France.

Le Salon s'organise en 3 Grands Secteurs :

- La Rénovation, le Second Œuvre, les organismes d'information et l'espace Bois.
- La Décoration et le Salon des Artistes Créateurs.
- Le Jardin.

# Pompes Funèbres - Marbrerie



## ROC-ECLERC

Le logo repère du funéraire !!!

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

24h /24 - Tél : 03 83 55 55 55



### Pompéi

**Sortie :** 19/02/14 - Film Américain, allemand  
- Action, Aventure **Réalisé par :** Paul W.S. Anderson **Avec :** Kit Harington, Emily Browning, Kiefer Sutherland

**Synopsis :** En l'an 79, la ville de Pompéi vit sa période la plus faste à l'abri du mont Vésuve. Milo, esclave d'un puissant marchand, rêve du jour où il pourra racheter sa liberté et épouser la fille de son maître. Or celui-ci,

criblé de dettes a déjà promis sa fille à un sénateur romain en guise de remboursement... Manipulé puis trahi, Milo se retrouve à risquer sa vie comme gladiateur et va tout tenter pour retrouver sa bien-aimée. Au même moment, d'étranges fumées noires s'élèvent du Vésuve dans l'indifférence générale... Dans quelques heures la ville va être le théâtre d'une des plus grandes catastrophes naturelles de tous les temps.



### Tarzan

**Sortie :** 19/02/14 - Film Allemand - Animation, Aventure, Famille **Réalisé par :** Reinhard Klooss **Avec :** Kellan Lutz, Spencer Locke, Trevor St. John

**Synopsis :** Au cœur d'une des régions les plus reculées d'Afrique, John Greystoke, ambitieux président de Greystoke Energies, a découvert une étrange météorite qui semble être la source d'une énergie colossale. En

essayant de prélever un échantillon, il provoque un cataclysme auquel seul son tout jeune fils, Tarzan, survivra, perdu au milieu de la jungle.

Recueilli par Kala, une femelle gorille, Tarzan est devenu un jeune homme fort et agile. Pour la première fois depuis la mort de ses parents, il rencontre des humains, notamment Jane Porter, une jolie jeune fille qui accompagne son père, anthropologue, lors de son exploration. Lorsque Jane et son père repartent, c'est un déchirement pour Tarzan.

Cinq ans plus tard, William Clayton, à la tête de Greystoke Energies depuis la mort de Greystoke, organise une nouvelle expédition pour retrouver la météorite. Jane l'accompagne...



### Supercondriaque

**Sortie :** 26/02/14 - Film Français - Comédie **Réalisé par :** Dany Boon **Avec :** Dany Boon, Alice Pol, Kad Merad

**Synopsis :** Romain Faubert est un homme seul qui, à bientôt 40 ans, n'a ni femme ni enfant. Le métier qu'il exerce, photographe pour dictionnaire médical en ligne, n'arrange rien à une hypocondrie malade qui guide son style de vie depuis bien trop longtemps

et fait de lui un peureux névropathe. Il a comme seul et véritable ami son médecin traitant, le Docteur Dimitri Zvenska, qui dans un premier temps a le tort de le prendre en affection, ce qu'il regrette aujourd'hui amèrement. Le malade imaginaire est difficilement gérable et Dimitri donnerait tout pour s'en débarrasser définitivement. Le docteur Zvenska pense avoir le remède qui le débarrassera en douceur de Romain Flaubert : l'aider à trouver la femme de sa vie. Il l'invite à des soirées chez lui, l'inscrit sur un site de rencontre, l'oblige à faire du sport, le coach même sur la manière de séduire et de se comporter avec les femmes. Mais découvrir la perle rare qui sera capable de le supporter et qui par amour l'amènera à surmonter enfin son hypocondrie s'avère plus ardu que prévu...

# JEU-CONCOURS

En partenariat avec l'UGC Ciné Cité Ludres

**50 PLACES\* À GAGNER**  
pour «**Qu'est-ce qu'on a fait au Bon Dieu ?**» le Mercredi 26 Février à 20h00 à Ludres en présence de l'équipe du film.



### OÙ EST HERCULE ?

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



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

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

# LE SURPLUS

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



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

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

**Bélier (du 21 mars au 20 avril)**

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



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

**Amour:** Quelques remous agiteront votre vie affective. Mais rassurez-vous, vous serez bientôt sur la même longueur d'onde que votre partenaire. **Travail-Argent:** Vous aurez certainement à faire face à de nouvelles occupations. Pas de stress inutile, gardez votre concentration et tout ira pour le mieux. **Santé:** Vous êtes en beauté et votre forme fait des envieux.



**Gémeaux (du 21 mai au 21 juin)**

**Amour:** Misez plutôt sur la tendresse et soyez plus présent dans votre foyer. **Travail-Argent:** Que ce soit auprès de votre patron, d'un client ou de votre banquier, allez-y sans complexe, avec la ferme détermination de sortir de chez lui avec une augmentation, un contrat, un chèque ou l'assurance d'un crédit. **Santé:** Vous avez du punch.



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

**Amour:** Soumis à des influences planétaires explosives, vous ne serez pas à prendre avec des pincettes. Et votre partenaire sera le premier à faire les frais de votre mauvaise humeur. **Travail-Argent:** Des contretemps risquent de vous retarder. Vous aurez bien du mal à garder votre calme, et votre gentillesse légendaire risque de faire place à une réelle agressivité. **Santé:** Adoptez une meilleure hygiène de vie.



**Lion (du 24 juillet au 23 août)**

**Amour:** Votre travail pourrait exiger tant d'efforts que vous n'aurez ni le temps ni l'esprit à consacrer à vos amours ou à votre famille. Réagissez vite. **Travail-Argent:** Vous êtes bien déterminé et vous donnez le meilleur de vous-même. Vos supérieurs apprécieront ces qualités. **Santé:** Vous retrouverez la forme à condition de faire quelques exercices.



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

**Amour:** Vos efforts pour ramener le calme dans votre foyer porteront leurs fruits. Ne vous endormez pas sur vos lauriers. **Travail-Argent:** Gardez-vous de baisser les bras face aux obstacles ! Vous obtiendrez l'appui de personnes influentes qui pourront vous aider à réaliser certains de vos projets. **Santé:** Belle énergie.



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

**Amour:** Toutes les initiatives viendront de vous. Vous en serez heureux, et votre partenaire n'en sera pas mécontent non plus. **Travail-Argent:** Ne vous attendez pas à gagner le gros lot au Loto, mais vous pouvez tout de même avoir une bonne surprise. **Santé:** Vous serez au mieux de votre forme. Faites attention à votre alimentation.



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

**Amour:** Vous êtes occupé par trop de personnes et de choses à la fois... Vous n'êtes pas assez disponible pour votre partenaire qui réclame aussi votre attention. **Travail-Argent:** Vous subirez de fortes pressions de la part de vos supérieurs. Vos nerfs seront à fleur de peau. **Santé:** Petits troubles dermatologiques à traiter sans attendre.



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

**Amour:** Vous saurez apporter de l'originalité dans vos relations sentimentales et familiales. Cela risque de surprendre certaines personnes de votre entourage. **Travail-Argent:** Vous aurez de bonnes opportunités à saisir dans le domaine professionnel. Tout se présentera dans de bonnes conditions. **Santé:** Votre nervosité pourrait vous jouer des tours. Relaxez-vous.



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

**Amour:** Le calme revient à la maison. Il suffit parfois d'une petite mise au point pour tout arranger et ce sera même l'harmonie retrouvée. **Travail-Argent:** Pensez au financement de votre projet. Il ne se fera pas tout seul, d'autant plus qu'il est très onéreux. **Santé:** Bonne période pour entreprendre un traitement contre les troubles circulatoires.



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

**Amour:** C'est une période sentimentale plutôt calme qui s'annonce. Avec quelques exceptions cependant notamment pour les natifs du 1er décan. **Travail-Argent:** Attention à un passage professionnel délicat. Il y a un motif de conflit qu'il ne faut pas négliger. Un incident pourrait avoir des conséquences irréparables. **Santé:** C'est toujours la forme, mais n'en abusez pas.



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

**Amour:** Vous mènerez une vie sociale brillante et vous entraînerez votre partenaire dans un tourbillon d'activités. Célibataire, vous serez entouré d'une cour d'amoureux transis. **Travail-Argent:** Au lieu de vous lancer tête baissée dans d'audacieux projets, prenez le temps d'établir une vraie stratégie professionnelle et de la suivre point par point. Ainsi vous prendrez moins de risque. **Santé:** Tout va bien dans ce domaine.



**LES PISSENLITS**

25 bis rue des Ponts à Nancy  
03 83 37 43 97  
www.les-pissenlits.com

**NAGE DE FILETS DE BAR, MÉLI MELO DE COQUILLAGES AU SAFRAN DE DOMGERMAIN**

**Proportions pour 6 personnes**

1 Bar de 2,5 kg • 1 litres de moules de bouchot • 200 g de coques • 200g de palourdes • 20 cl de crème • 4 branches de persil plat • 30 g d'oignons • 20 cl de vin blanc sec • 2cl d'huile d'olive • 3 blancs de poireaux • 30 g de beurre

**Préparations**

Demander à votre poissonnier d'écailler de lever les filets du bar. Les couper en 6 tronçons de même taille. Hacher les oignons finement. Cuire séparément chaque sorte de coquillages avec un peu d'oignon et de vin blanc, ils sont cuits quand la coquille est bien ouverte. Décortiquer les coquillages, récupérer les jus de cuisson et les passer dans une passoire très fine ajouter la crème et faire réduire d'un tiers, ne pas saler mais ajouter une pointe de couteau de safran de Domgermain. Couper les poireaux en fines rondelles et les faire cuire à feux doux avec le beurre. Bien saisir les tronçons de bar dans une poêle antiadhésive avec l'huile d'olive coté peau en premier pendant 1 minutes puis retourner et laisser à feu doux pendant 15 secondes.

**Finitions**

Dresser les poireaux au fond d'une assiette chaude, déposer le bar, la peau au-dessus, parsemer les coquillages set le persil plat ciselé autour puis ajouter le jus de cuisson.

**Le conseil du sommelier**

Un vin blanc souple et généreux : le Meursault. Ce cru de la Côte de Beaune est idéal grâce à sa complexité aromatique qui est dominée par la fleur blanche et les épices pour peu qu'il soit passé dans le bois. Le safran se trouve alors sublimé, tandis que le velouté de la sauce est renforcé sans, pour autant, changer le palais.



# LE SPÉCIALISTE DU MEUBLE

## Fabrication traditionnelle & contemporaine

FERME EXPO  
800m<sup>2</sup>



Exemple de nos prix :

TABLE DE SALON 100% chêne massif avec un tiroir  
Dim : 1,10m x 0,55m



490€

## Relooking professionnel de vos meubles et de votre cuisine "façon ébéniste"

Exemples :



APRÈS



APRÈS



AVANT



### Important :

- Ponçage complet pour revenir au bois brut sans utiliser de produits type décapant ...
- Finition par nos ébénistes avec de nombreuses teintes au choix laissant apparaître la veine du bois.
- Aspect : Huilé - 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 ...)
- Réalisations sur meubles et cuisines.

ATELIER  
SUR PLACE

# la Maison du Massif

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

54210 VILLE-EN-VERMOIS - Tél. : 03.83.46.55.66

Du lundi au vendredi de 14h à 18h30, et le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h30

# CÔLoN ToUR®



pour la vie

## AU CŒUR D'UN CÔLoN GÉANT

Le plus souvent,  
dépisté à temps,  
le cancer colorectal  
n'est pas méchant !



Visitez l'intérieur de l'intestin pour tout comprendre.

ville de  
**Nancy**

**vendredi 28 février de 10h à 17h**  
Salle Chepfer  
Rue Pierre Fourier - **NANCY**



**samedi 1<sup>er</sup> mars de 10h à 18h**  
Salle des Adjudications  
Hôtel de Ville - 13, rue de Rigny - **TOUL**



**lundi 3 mars de 10h à 18h**  
Salle Jean Lurçat  
Rue Clément Humbert - **JARNY**

**GrandNancy**  
COMMUNAUTÉ URBAINE & HUMAINE

