

# LORRAINE MAGAZINE

#33

du 10 au 23 Septembre

GRATUIT

- À Faire

Comme un Indien  
à la Filoche

- Portrait

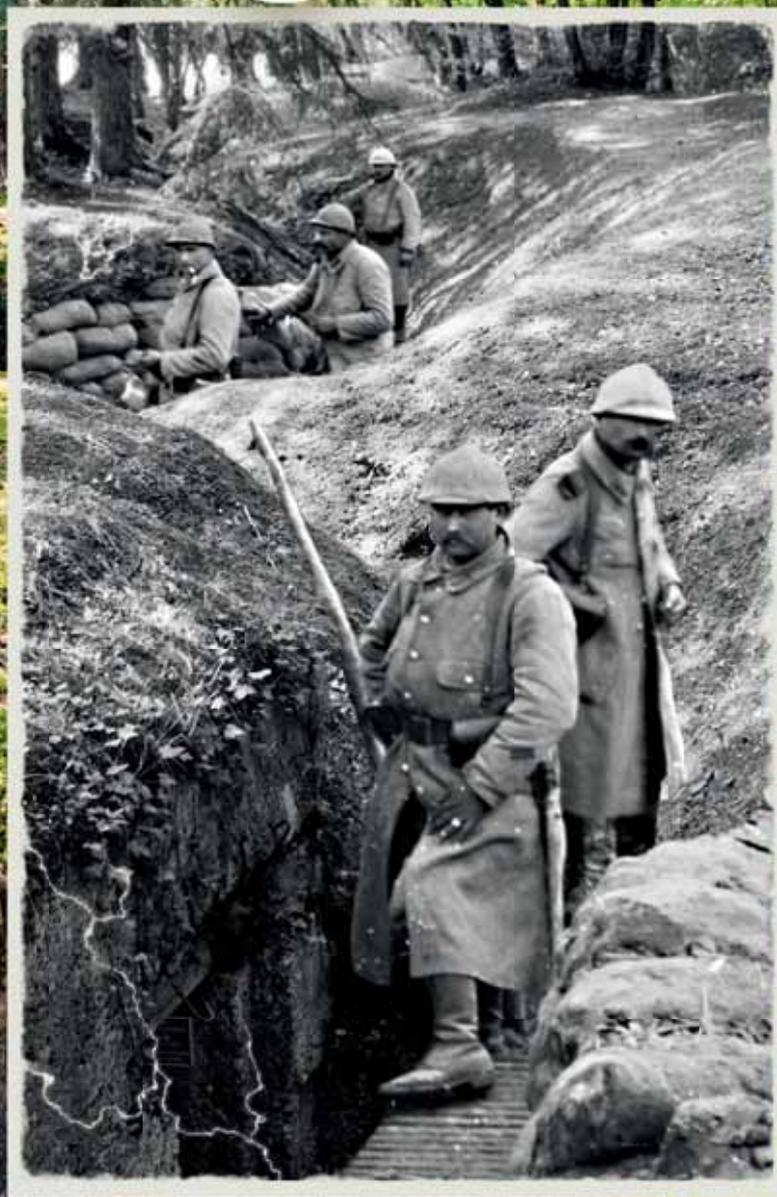
Ryan McAdams

- À Découvrir

Exposition  
«Que reste-il de  
la Grande Guerre»

**La filière bois en Lorraine**

# En Meuse, la nature raconte la guerre



PUBLICIS ACTIVITY NANCY Crédit Photo : Guillaume Ramon / Centre Image Lorraine

Prochaine parution le  
**24 Septembre**

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

**Journalistes**  
Alice Cimiez • Pauline Creusats  
**Crédits photos**  
©Thinkstockw (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, deux, trois, dans les bois

Il nous réchauffe, nous procure un abri ou une assise ; le bois est essentiel à notre vie. Il faut être patient pour espérer profiter de cette ressource fragile. Tempêtes, maladies, abattages anarchiques, les forêts sont à la merci de bien des prédateurs. Mais elles ont aussi des pouvoirs sur notre économie. Dans notre région, le bois fait vivre de nombreux Lorrains. Dans ce numéro, découvrez la vie de ce matériau précieux, de son arbre à sa forme finale : papier, meuble ou charpente. Rencontrez aussi les acteurs de la filière bois et comment ils tentent de la faire évoluer.

Restons dans la nature, celle impétueuse et violente des Grandes Plaines américaines. La Filoche suit les traces des Indiens d'Amérique et consacre son cycle d'expositions de la rentrée à ces figures mythiques de l'Ouest sauvage. Avec Gérard Cruzier, un collectionneur intrépide, partez à la rencontre des Cheyennes, Apaches, Comanches et Sioux. Entre un passé tourmenté et un futur à reconstruire, les « Natives » montrent toute la richesse de leur culture.

Finissons notre voyage en Grande-Bretagne avec l'opéra de Nancy. Pour ouvrir sa saison 2014/2015, ce dernier nous offre Owen Wingrave, une œuvre lyrique composée par Benjamin Britten. À la baguette, Ryan McAdams, un jeune chef d'orchestre qui vient à Nancy pour la troisième fois. La collaboration avec l'opéra le mène aujourd'hui à aborder une œuvre plus sombre mais combien contemporaine. Dans cet opéra, le héros découvre que la paix est plus difficile à instaurer que la guerre. Une leçon à retenir.

D'Est en Ouest, secouons-nous les méninges avec ce nouveau numéro de Lorraine Magazine.

<b>À LA UNE</b>	
Promenons-nous dans les bois	4
Des entreprises à fleur de forêt	6
<b>À FAIRE</b>	
Le Salon Habitat et Bois®	10
Comme un Indien à la Filoche	18
Jardins de Ville Jardins de Vie	20
<b>À VOIR</b>	
Owen Wingrave : le prix de la paix	12
<b>PORTRAIT</b>	
Ryan McAdams	13
<b>À DÉCOUVRIR</b>	
Exposition «Que reste-il de la Grande Guerre»	16
Le sel de Lorraine	25
<b>GASTRONOMIE</b>	
Bom Dia	22
Maison Cadici	23
R-Bio : Tout nouveau, tout bio !	24
<b>FORMATION</b>	
L'APHEEN ? Des logements de qualité pour les étudiants !	26
Monter en compétences avec l'Ei.cesi	27
Études et travail : comment s'en sortir ?	28
Comment choisir une assurance scolaire ?	30
Retourner sur les bancs de l'école	32
<b>+ SANTÉ</b>	
Accedia Solutions	33
Une retraite active avec l'ONPA	34
<b>HABITAT</b>	
Bâtir sa maison sans soucis	36
Rechercher un bien immobilier : les conseils	38
Éviter les pièges de la vente entre particuliers	40
Les clés de l'offre d'achat	42
<b>ET TOUJOURS ...</b>	
Agenda, Cinéma, Jeu-concours, Recette et Horoscope à la fin du magazine.	





# DAOLIS

CENTRE DE LUXOPUNCTURE

## Perdre du poids en douceur...

Découvrez une technique innovante, efficace et naturelle.  
La luxopuncture propose aussi une aide à l'arrêt du tabac et à la relaxation

NOUVEAU  
PRESSOTHÉRAPIE

BILAN INITIAL OFFERT \*

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



# PROMENONS-NOUS DANS LES BOIS

Avec ses forêts à perte de vue, des Vosges à la Meuse, la Lorraine est une des plus importantes régions forestières françaises. De l'arbre à sa transformation, suivons les méandres de la filière bois lorraine.

Selon les chiffres du Gipeblor (Groupe interprofessionnel de promotion de l'économie du bois en Lorraine), la surface boisée en Lorraine correspond à 10 % de celle nationale. Sur les 2,4 millions d'hectares régionaux, 36 % sont des forêts. Deux départements gagnent haut la main la compétition du plus grand taux de boisement. Sans surprise les Vosges obtiennent la médaille d'or, avec 48 % du territoire recouvert de forêt, et la Meuse les suit de près. Chaque zone a sa spécificité. Les sylvos vosgiennes abritent essentiellement des résineux, pins ou sapins. Quant à la Meuse, elle est la première productrice de hêtres. Du bois de chauffage, du papier, du mobilier, des éléments de construction destinés au bâtiment, les arbres lorrains engendrent de drôles d'enfants mais sont des ressources à surveiller avec attention.



## L'ONF, une nounou efficace

Les forêts lorraines ont été durement touchées par les tempêtes Lothar et Martin en 1999. Dans la région, selon l'inventaire national forestier de 2001, 29 480 000 m<sup>3</sup> de bois ont été détruits. Les conséquences de ce désastre naturel se font encore sentir plus de dix ans après. Pour Gipeblor, les effets de l'ouragan « conduisent aujourd'hui et pour les quinze ans qui viennent à travailler avec un potentiel forestier réduit d'environ un tiers »<sup>1</sup>. Sur les 869 000 hectares de futaies régionales, 346 000 sont gérés par des propriétaires privés ; 556 000 sont entre les mains de l'Office National des Forêts. L'organisme a un rôle prépondérant dans l'entretien des bois et la préservation de la biodiversité locale. « Les forêts sont très bien exploitées ; il pleut beaucoup dans notre région et le bois y est de très belle qualité », commente Dominique Roitel, dirigeant de Henryot et Cie, manufacture de chaises vosgiennes. La richesse de la Lorraine réside dans ce dosage subtil entre son climat humide, la variété de ses espèces et le travail de l'ONF pour sauvegarder cet équilibre naturel fragile. Pour cela, il lui faut parfois sacrifier certains arbres, en replanter ou nettoyer des parcelles de terrains.



## La filière bois en Lorraine : un acteur économique de premier plan

Avec ce potentiel vert à portée de main, la Lorraine est en deuxième position dans la production sylvicole nationale. Ce capital, la région a su en faire un moteur économique. La filière bois lui rapporte 1,5 milliards d'euros et représente 28 % des emplois dans les Vosges, 25 % en Meuse. Elle englobe des filières disparates : énergie biomasse, papeteries, industries de l'ameublement, bâtiment... Pendant longtemps, les productions traditionnelles ont porté à bout de bras l'économie des filières du bois. Cela dit, la Lorraine ne se repose pas sur ses lauriers et tente d'impulser un nouvel élan en développant des pôles d'innovation et de recherche. L'Institut National de la Recherche Agronomique (INRA) participe à ce mouvement en lien avec le monde de l'entreprise. Écosystèmes forestiers, interaction entre les arbres et les micro-organismes, de nombreux aspects des forêts sont à l'étude. Symbole de la collaboration recherche-entreprise, le Lermab (laboratoire d'études et de recherche sur la matière bois) met ses connaissances au service de centres de transfert technologique comme le CRITT Bois (Centre Régional d'Innovation et de Transferts Technologiques des industries du bois) à Épinal ou le Cetelor (Centre d'Essais TExtile LORrain). L'avenir de la filière se prépare aussi dans des écoles spécialisées comme l'ENSTIB (l'École nationale supérieure des technologies et industries du bois) à Épinal. Ingénierie, artisanat d'art, le bois cultive diverses formes qui mènent toutes à l'excellence.

1 Sur : [www.gipeblor.com](http://www.gipeblor.com)



© Frédéric Mercenier



# Gipeblor

INTERPROFESSION  
FORÊT BOIS LORRAINE

GIPEBLOR sera présent au Salon «Habitat&Bois» de Epinal, l'occasion de découvrir la filière bois en Lorraine.  
Stand N°60 « au centre de la grande halle »  
Du 18 au 22 Septembre 2014.

© LA FABRIQUE DU DESIGN © PHOTO : Gaty / J. Delphine

## Choisir un produit PEFC<sup>™</sup>, c'est choisir de respecter la forêt.

Découvrez la gestion durable de la forêt sur [www.pefc-france.org](http://www.pefc-france.org)

Rejoignez-nous sur  



Promouvoir la gestion durable de la forêt

# DES ENTREPRISES À FLEUR DE FORÊT

Du barreau de chaise aux murs de la maison, le bois en Lorraine habille bien des idées. Les industriels lorrains ont su marier tradition et innovation et réussissent à se démarquer. Rencontre avec trois entreprises qui gravent dans le bois un parcours d'excellence.

## HENRYOT ET CIE : LE JEU DES TRÔNES DE BOIS

« Fondée en 1867 par mon arrière-arrière-grand-père, Clément Henryot, notre manufacture de chaises est la plus ancienne des Vosges, de France et même d'Europe », assure Dominique Roitel, directeur d'Henryot et Cie. Installée à Liffol-le-Grand, fief de l'ameublement lorrain, l'entreprise familiale a su entretenir son héritage tout en le faisant entrer dans l'ère moderne. La collection des débuts, constituée de

sièges Napoléon III, s'est étoffée à mesure du temps et des modes : Art Déco ou Art Nouveau, style Louis XV ou Directoire, ou encore modèles au design contemporain. Aujourd'hui, Henryot et Cie est le fournisseur de maisons de haute couture et de palaces. Les designers font aussi appel à la manufacture liffoloise pour faire prendre corps à leurs idées. Le secret de cette dernière : le savoir-faire de ses

soixante ouvriers, capables de revisiter des classiques comme de conjuguer la marque au présent. « 80 % de notre production est du sur-mesure », ajoute M. Roitel. Parmi les créations récentes, la ligne H surprend. Dominique Henryot a lui-même imaginé des modèles pleins de fantaisie et de grâce : une chaise Black Swan, aux pieds chaussés de patins de danse, ou un siège dont le dos redessine les ramures d'un cerf.

### Des ouvriers aux mains d'or

Haut de gamme, les chaises Henryot et Cie le sont, tout comme ses ouvriers. La plupart vient de formations vosgiennes reconnues comme la Section d'Enseignement Professionnel de Neufchâteau, spécialisée en menuiserie de siège. La réputation de la manufacture et de ses mains d'or attire aussi des talents de toute la France. Pour Dominique Roitel, l'autre force de son entreprise réside dans l'essence de hêtre. « On a la chance d'avoir notre matière première ici. Autant dire que notre empreinte carbone est très faible. On est en plein dans le développement durable », détaille-t-il. En 150 ans, Henryot et Cie a parcouru un long chemin, sans fléchir, et continue d'accrocher sur le dos de ses sièges d'autres noms prestigieux : Garcia, Starck, Putman et Pinto. Quant aux séants des grands de ce monde, ils ont dû s'asseoir un jour ou l'autre sur ces chaises lorraines aux charmes inépuisables.

Retrouvez l'histoire et les créations d'Henryot et Cie sur [www.henryot-cie.fr](http://www.henryot-cie.fr)



# INNOV'HABITAT : LE COUP DE JEUNE DES CONSTRUCTIONS EN BOIS

La cabane de bois au fond de la forêt a bien changé. Aujourd'hui, la fragile construction bricolée est reléguée au fond des jardins, servant d'abri à outils et a été remplacée par des maisons d'architectes. Depuis 2006, Innov'Habitat a participé à la conception de deux cents bâtiments en Lorraine, Allemagne ou Luxembourg. Avec une équipe d'une quinzaine de professionnels, constituée d'architectes, ingénieurs bois ou conducteurs de travaux, l'entreprise prend en charge un projet de A à Z. « Nous sommes spécialisés dans les maisons à très basse consommation énergétique et en ossature bois », révèle Emmanuel Worms, gérant et ingénieur conseil de la société implantée à Saint-Avold. Ce type de constructions présente plusieurs avantages : elles permettent d'user très peu d'eau pendant la durée du chantier et se bâtissent très rapidement. Il n'est pas question de renoncer à l'esthétique pour autant. Les styles architecturaux proposés par les experts Innov'Habitat sont modernes et personnalisables. Revêtement en bois ou crépis, esprit naturel ou coloré, chaque propriétaire trouve son bonheur.

## Une maison 2.0

Dans une construction avec ossature bois, les essences utilisées sont choisies pour leurs propriétés. « Pour les montants, on utilise des résineux (pin, sapin). Ce sont des bois secs qui ne bougent pas dans le temps et ne demandent pas d'entretien. Pour le revêtement, on mise sur des bois de classe supérieure, imputrescibles comme le mélèze », explique Emmanuel Worms. En plus d'être économes en ressources énergétiques, les bâtiments élaborés par Innov'Habitat peuvent même offrir un complément d'argent. Avec l'installation de panneaux solaires, le budget chauffage ne sort plus de la poche ; au contraire, il a plutôt tendance à y rentrer. L'entreprise mise sur d'autres innovations qui transforment les projets Innov'Habitat en maisons 2.0. Dans le processus de conception, les membres de l'équipe projettent la consommation énergétique future grâce à un logiciel de stimulation thermique. Une fois les quatre murs érigés, le système VMC double flux assainit l'air intérieur et la maison devient connectée, « gérée à distance par ordinateur ou mobile ». Entre confort, respect de l'environnement et modernité, les maisons en bois ont trouvé leur place. La société Innov'Habitat continue quant à elle de promouvoir ses constructions « raisonnées ». Trente d'entre elles poussent tous les ans.

Le site d'Innov'Habitat : [www.innovhabitat.fr](http://www.innovhabitat.fr)



## la boutique des bois



Coques de smartphones  
Caves à vins  
Couteaux  
Montres  
Lunettes, jouets,  
Stylos, Billots, Bijoux, Déco...



Ouvertures :  
Du lundi au vendredi  
et le samedi matin

Un large choix  
d'objets  
en bois



Stés JANES  
RD 435 Lieu-dit Monplaisir  
88700 ANGLEMONT  
tél boutique : 03 29 39 95 27  
site: [www.laboutiquedesbois.com](http://www.laboutiquedesbois.com)



## IN'BÔ : À LA RECHERCHE DE SENSATIONS FORTES



L'aventure d'In'bô ressemble à un conte de fées made in Lorraine. L'idée d'une entreprise de fabrication d'articles de sport en bois germe en 2013 dans les crânes de cinq étudiants ingénieurs : Antoine Cochenec, Aurèle Charlet, Robin Féron, Pierre-Thomas Leclair et Quentin Le Jannou. La rencontre se déroule pour quatre d'entre eux à l'ENSTIB, l'École nationale supérieure des industries et technologies du bois d'Épinal. Mais la réunion des cinq se fait surtout autour d'une passion : celle des sports de glisse. Pendant leur formation, ils créent lors propres planches de skate ou de surf sur les machines de leur école. De là à en créer pour les autres, il n'y a qu'un pas que ces jeunes entrepreneurs franchissent rapidement. Le succès ne se fait pas attendre, à leur grande surprise. Ils gagnent d'abord un concours de création d'entreprise puis début 2014 lancent leur projet de financement participatif sur la plateforme Ulule. Au lieu des 9000 € espérés, ils récoltent 60 000 €. Soutenu par « Terre de Hêtre », un pôle d'excellence chaperonné par le Pays d'Épinal Cœur des Vosges,

et intégré à la couveuse Pancelor, leur projet a depuis franchi d'autres étapes : le lancement de la boutique en ligne en juillet 2014 et des partenariats avec des magasins à Metz, Saint-Denis d'Oléron et ailleurs.

### La course aux médailles

In'bô ne produit que des articles cent pour cent naturels et faits main. Les longboards sont par exemple réalisés en hêtre, bois typique des Vosges. « On veut fabriquer des équipements qui sont à la fois techniques et esthétiques. Pour les longboards, on se démarque d'autres fabricants par le

travail de marqueterie et l'utilisation de fibres de lin », raconte Aurèle Charlet. Un autre produit phare d'In'bô, le vélo en bamboo, prend part à leur réussite. « Le bamboo est un matériau très léger car creux. Les jonctions sont en fibres de lin pour ne pas rajouter du poids aux câbles. Il est possible de se rapprocher de la légèreté du vélo en carbone », continue Aurèle. Et ce bolide a donné des ailes à Thibaud Lhenry, coureur cycliste dijonnais. Il a remporté avec un vélo signé In'bô la course du Red Hook Criterium de Brooklyn (USA) en mars dernier et depuis il enchaîne les victoires. La dernière en date : une troisième place sur le podium du Red Hook Crit Barcelone le 30 août 2014. In'bô décroche des médailles et construit une belle réputation grâce à des ambassadeurs de choix. Un autre coureur, Rémi Pompanon, a rejoint l'aventure il y a peu. Mais surtout, l'entreprise construit une autre image de la filière bois en Lorraine, une image faite d'audace et de dynamisme.

■ **Pauline Creusat**

La boutique en ligne est ouverte à cette adresse : [www.inbo.fr/shop](http://www.inbo.fr/shop)

Pour plus d'informations sur In'bô en général : [www.inbo.fr](http://www.inbo.fr)

Photos ©in'bô



Fiat avec



# Color Therapy



Avec la série limitée Color Therapy, faites votre rentrée en couleurs: 5 coloris automnaux rehaussés d'une touche de blanc sur les rétros, jantes et antenne, pour un style vintage inédit. Disponible en 400 exemplaires seulement.



**NOUVELLE COLLECTION**



**BONHEUR-À-PORTER**

À PARTIR DE

**159 €**

PAR MOIS\*  
SANS APPORT

**GARANTIE ET ENTRETIEN INCLUS PENDANT 5 ANS.**

\* Exemple pour une Fiat 500 Pop 1.2 69 ch au tarif constructeur du 01/07/2014 en Location Longue Durée sur 60 mois et 60 000 km maximum, soit 60 loyers mensuels de 159 € TTC incluant les prestations entretien, garantie et assistance. Offre non cumulable réservée aux particuliers, valable jusqu'au 30/09/2014, dans la limite des stocks disponibles, dans le réseau Fiat participant. Sous réserve d'acceptation de votre dossier par FAL Fleet Services, SAS au capital de 3 000 000 € - 6 rue Nicolas Copernic - Trappes 78083 Yvelines Cedex 9 - RCS Versailles 413 360 181. Modèle présenté: Fiat 500 Color Therapy 1.2 69 ch (+34 € TTC/mois). \*\* Ouverture le dimanche selon autorisation.

CONSUMATION MIXTE [L/100 KM] ET ÉMISSIONS DE CO<sub>2</sub> [G/KM]: 5,1 et 119.

[www.fiat.fr](http://www.fiat.fr)



FABRICANT  
D'OPTIMISME

**PORTES OUVERTES DU 11 AU 15 SEPTEMBRE\*\***

**Mény**  
La passion de l'automobile



[www.meny.fr](http://www.meny.fr)

**MENY LAXOU** - 7/9 av. de la Résistance - 03 83 98 00 55  
**MENY PULNOY** - 40 av. Charles de Gaulle - 03 83 39 06 40

# LE SALON HABITAT ET BOIS® DU 18 AU 22 SEPTEMBRE 2014 AU CENTRE DES CONGRÈS D'ÉPINAL

Le Centre des Congrès d'Épinal s'apprête à accueillir la 35<sup>ème</sup> édition du Salon Habitat et Bois®. L'événement de la rentrée spinalienne continue de mettre à l'honneur ce noble matériau en développant encore davantage les espaces dédiés à son utilisation dans l'habitat.

De la construction à la décoration, le bois habite nos logements !



On retrouvera également avec intérêt pendant les cinq jours du salon les nombreuses **tables rondes et conférences** autour de la construction ou de la rénovation des bâtiments.

Du côté des professionnels, devant l'engouement pour les premiers « **Happy Hours** » organisés l'an passé par la CCI des Vosges, les rencontres B to B seront reconduites en soirée et proposeront des moments d'échange et de partage exclusivement réservé aux exposants et partenaires.

Par ailleurs, le **GIPEBLOR** (Groupe Interprofessionnel de Promotion de l'Economie du Bois en Lorraine) accueillera sur son stand le « **Propellet Tour** » et sa soirée pédagogique organisée par une association de professionnels, afin de faire connaître objectivement les avantages et les inconvénients de l'utilisation des pellets pour le chauffage.

Outre les huit incontournables **espaces spécifiques** qui font d'année en année le succès du **Salon Habitat et Bois®** (le village du bois, l'univers de la construction, la galerie des Métiers d'Art, les espaces dédiés au chauffage, au second œuvre, aux institutionnels, à l'aménagement intérieur et extérieur, à l'ameublement et à la décoration), les visiteurs pourront cette année découvrir un tout nouvel univers : l'**atelier « Touchons du bois ! »** Etendu sur 700 m<sup>2</sup>, l'atelier sera entièrement dédié au travail du bois. Le public assistera ainsi à des démonstrations de tournage sur bois, de sculpture ou encore de marqueterie. Amateurs ou professionnels y trouveront aussi tout le matériel et l'équipement nécessaires à l'exercice de cet art et découvriront les formations proposées en région.

L'an passé, les 380 exposants du Salon Habitat et Bois® ont pu répondre aux nombreuses questions des **55 000 visiteurs venus des Vosges bien sûr et de toute la Lorraine, mais aussi de Franche-Comté, d'Alsace, de Champagne-Ardenne et de tout le Grand-Est de la France**

Cette nouvelle édition affiche une fois de plus le dynamisme des professionnels du secteur et confirme sa position d'événement incontournable de la rentrée. ■

Salon HABITAT et BOIS® au Centre des Congrès d'Épinal du jeudi 18 septembre au lundi 22 septembre 2014  
Ouvert tous les jours de 10h à 19h.  
[www.salon-habitatetbois.fr](http://www.salon-habitatetbois.fr)



# salon habitat et bois®



25 000 m<sup>2</sup>  
d'exposition

400 exposants

10h/19h non-stop

Navettes et  
parkings gratuits

Entrée 6 €  
Enfants gratuits

**Epinal**  
Centre Congrès



Judi 18  
**ENTRÉE GRATUITE**  
pour les femmes

du **18** au **22** septembre

[www.salon-habitatetbois.fr](http://www.salon-habitatetbois.fr)

# OWEN WINGRAVE : LE PRIX DE LA PAIX

Du 5 au 11 octobre, l'opéra national de Nancy-Lorraine nous fait traverser la Manche et découvrir une œuvre peu connue du public français : Owen Wingrave. Composé par Benjamin Britten sur une nouvelle d'Henry James, l'œuvre met en lumière la difficulté d'imposer la paix dans une société marquée par la guerre. Un message qui en ces temps troublés sonne un rappel.



Cela pourrait commencer comme du Zola. Un jeune homme, issu d'une longue lignée de militaires, se retrouve confronté à un choix : se conformer à la tradition familiale ou suivre ce que lui dicte sa conscience et s'élever contre cette fatalité guerrière. Cela ressemble au déterminisme zolien et pourtant n'en est pas. Owen Wingrave est plutôt un héros tragique. Il se rebelle contre l'ordre familial établi, quitte

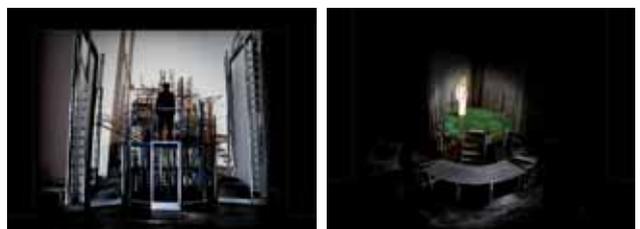
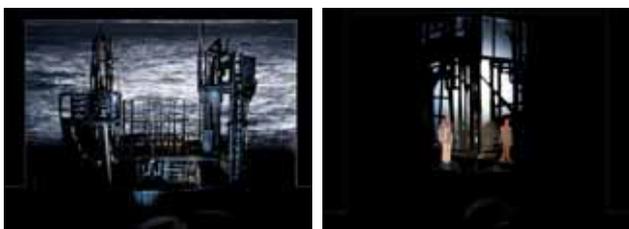
à en payer le prix. Benjamin Britten, comme son personnage, est antimilitariste et aborde la thématique du pacifisme dans nombre de ses œuvres. Dans celle-ci, le compositeur brouille presque les pistes. Owen Wingrave est hanté par les esprits de ses illustres ancêtres, cherchant à le convaincre de rentrer dans le rang. Mais l'atmosphère fantastique de l'opéra n'est qu'un écran de fumée. Peu à peu il s'évapore pour laisser entrevoir l'essentiel : les fantômes ne sont pas les véritables ennemis. Sa propre famille joue ce rôle. Elle se révèle incapable de le comprendre et le rejette en conséquence. Coincé entre passé et présent, entre son devoir et son libre-arbitre, le héros nous force à affronter nos propres démons.

## Théâtre d'ombres

Noire et oppressante, la pièce est comme l'obscurité dans les tableaux du Caravage : elle renvoie avec plus de force la lumière émanant du personnage principal. Mais c'est une lumière fragile et glacée, tremblante et vacillante. La metteuse en scène Marie-Ève Signeyrole a composé un décor qui fait écho à ce climat. La demeure familiale, dans laquelle l'histoire se déroule, est construite comme une lanterne magique. À l'intérieur, les protagonistes sont piégés par le poids de leur héritage. « Notre décor n'a pas le réalisme habituel d'un manoir. Nous avons cherché un objet à la fois mental, martial et cinématographique. Mental parce qu'il s'apparente à un outil de torture qui instrumentalise notre héros et parce qu'il peut aussi être le fruit d'une vision cauchemardesque de ce dernier », analyse-t-elle. Pour sa part, Yashi confère aux costumes des personnages une austérité, une rigidité par l'utilisation de coupes droites et des couleurs sombres. Quant à la partition musicale, elle emmenée par le jeune chef d'orchestre Ryan McAdams. Après l'adaptation colorée et déjantée de Candide de Bernstein, il se frotte à une œuvre aussi piquante qu'un chardon de Lorraine. ■ *Pauline Creusat*



Maquettes décors Owen Wingrave



Photos @Opéra national de Lorraine



# RYAN McADAMS : « BENJAMIN BRITTEN EST LE PLUS GRAND DRAMATURGE MUSICAL DU XX<sup>ÈME</sup> SIÈCLE »

Après un hommage aux musiques de cinéma en 2012 et Candide de Bernstein en 2013, le chef d'orchestre américain Ryan McAdams s'attaque à Benjamin Britten et son Owen Wingrave. Voyageant entre œuvres contemporaines et plus classiques, il partage avec l'opéra de Nancy un goût pour les expérimentations musicales.

**C'est la troisième fois que vous travaillez avec l'opéra national de Nancy-Lorraine. Comment la rencontre entre vous et l'opéra a été possible ?**

Tito Muñoz, l'ancien chef d'orchestre de l'opéra de Nancy, est un ami de longue date et il m'avait beaucoup parlé de ce qu'il réalisait ici. Un jour, il m'a invité à travailler sur un ballet de Philip Glass. Finalement ce projet est tombé à l'eau mais l'opéra m'a proposé de diriger l'orchestre symphonique sur un concert dédié aux musiques de films. Ici, ils aiment explorer des œuvres qui voient rarement la lumière du jour mais qui méritent d'être mises en avant. Ils donnent beaucoup de liberté aux artistes et leur font confiance, chose rare dans le domaine du spectacle. Artistiquement, l'opéra de Nancy est un endroit unique.  p.12



RENSEIGNEMENTS 03 83 85 30 60  
WWW.OPERA-NATIONAL-LORRAINE.FR

# SAISON OPÉRA 2014-15

- OWEN WINGRAVE**  
Benjamin Britten
- NABUCCO**  
Giuseppe Verdi
- LES MAMELLES  
DE TIRÉSIAS**  
Francis Poulenc
- ALEKO  
FRANCESCA DA RIMINI**  
Sergueï Rachmaninov
- ALIADOS**  
Sebastian Rivas
- LA VILLE MORTE**  
Erich Wolfgang Korngold
- ARMIDE**  
Jean-Baptiste Lully

Opéra national de Lorraine

ville de Nancy  
La Région Lorraine  
Dans les villes 

Photo © Oleg Gekman, Fotolia.com

**Vous avez déjà travaillé sur des œuvres de Benjamin Britten au cours de votre carrière. Quelle est la particularité de ce compositeur ?**

Le tout premier opéra que j'ai entendu était un des siens : Peter Grimes. Cette pièce m'a fait comprendre comment un drame musical se construit. J'ai ensuite travaillé sur Le viol de Lucrece et beaucoup de symphonies composées par Benjamin Britten. Il est remarquable : il sait mettre en valeur aussi bien les voix que les livrets. Sa façon de poser sa musique sur les textes donne l'impression qu'il n'y a pas à faire d'efforts pour la jouer ou la chanter. En fait c'est tout le contraire. Ensuite, d'une certaine manière, Benjamin Britten est un caméléon. Il compose des motifs différents pour chaque atmosphère, chaque personnage et il a une incroyable sensibilité théâtrale. Selon moi, il est le plus grand dramaturge musical du XXème siècle.



Photos @Opéra national de Lorraine



**Comment avez-vous abordé Owen Wingrave ?**

Je suis vraiment tombé amoureux de cette pièce. En surface, Owen Wingrave est une histoire de fantômes. Mais quand on creuse, on se rend compte qu'en réalité Benjamin Britten dessine un portrait psychologique très complexe. Il montre des personnes enfermées dans un cercle de violence, génération après génération. Benjamin Britten est assez fasciné par les outsiders, ceux qui ne réussissent pas à s'intégrer dans la société. Même si tu n'es pas sûr d'aimer Owen, tu éprouves de l'empathie pour lui car il a le courage de remettre en question son histoire et de l'affronter.

📌 Croquis costumes Owen Wingrave



## Comment Benjamin Britten a réussi à traduire cette complexité psychologique musicalement ?

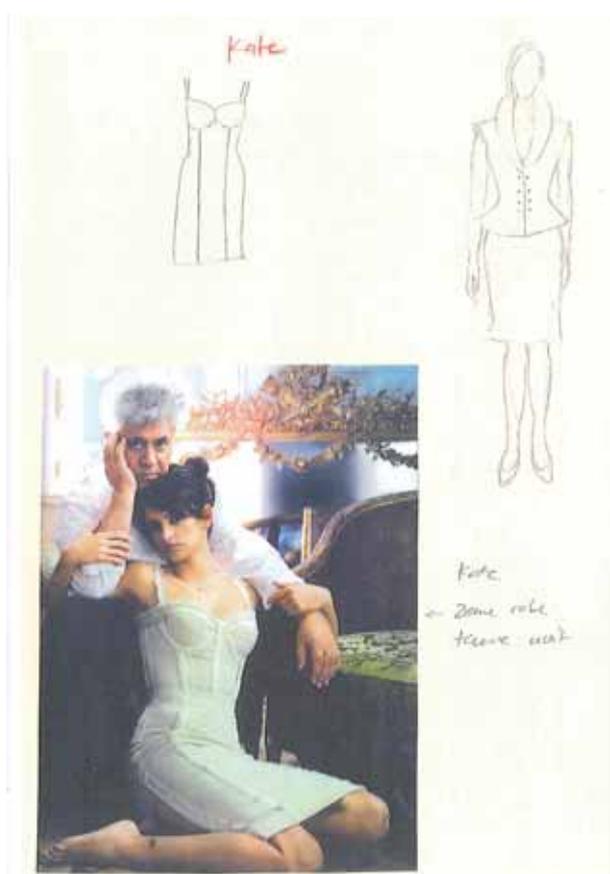
C'est absolument brillant ! La musique n'est pas éthérée mais elle expérimente des sons proches de cette sensation. Les premiers accords évoquent la maison : ils donnent un sentiment de noirceur, d'oppression. D'ailleurs dans la nouvelle d'Henry James, celle-ci est décrite comme un ange de la mort, avec le bâtiment principal et les ailes qui le prolongent. Tout l'opéra baigne dans ce monde musical sombre, occasionnellement discordant. Et puis, au milieu du deuxième acte, Owen chante un air sur la paix. Il y a ces accords lumineux et apaisants. C'est comme s'il ouvrait les fenêtres et laissait le soleil entrer à l'intérieur.

## Comment êtes-vous passé de Candide à Owen Wingrave ?

Pour Candide, tu as l'impression d'entretenir un immense jardin avec beaucoup de plantes et de fleurs. Et ton travail, c'est d'enlever les mauvaises herbes, tailler un peu ce qui pousse et faire que cela reste très coloré. Owen Wingrave, c'est plutôt comme faire croître une orchidée très fragile. Chaque feuille, chaque pétale doit se développer de façon harmonieuse, gracieuse. Elle doit être parfaite.

■ *Propos recueillis par Pauline Creusat*

📖 Pour plus d'infos sur la programmation de l'opéra  
[www.opera-national-lorraine.fr](http://www.opera-national-lorraine.fr)  
Pour découvrir le travail de Ryan McAdams  
[www.ryan-mcadams.com](http://www.ryan-mcadams.com)



Olivia Grandville - © Yves Godin

Le CCAM-Scène nationale de Vandœuvre se lance dans l'aventure d'une nouvelle édition Il fera sa rentrée le lundi 22 septembre prochain à 19:00. Son projet est celui de la continuité dans le soutien aux productions artistiques et celui de la reconnaissance active d'une diversité esthétique (danse, musique, théâtre, jeune public, arts visuels...) C'est aussi celui de l'accompagnement aux artistes installés en Lorraine (cies Flex, Jarnisy, Brouniak, Les patries imaginaires ou Les fruits du hasard..) ; comme celui de la défense des pratiques musicales qui sont au cœur de la poésie de demain. Le Festival Musique Action, temps fort de la saison du CCAM, se déroulera cette saison du 12 au 25 mai 2015. C'est enfin celui de la mise en œuvre de tous les moyens disponibles, dans le cadre de l'action culturelle, pour sensibiliser au mieux les citoyens à toutes ces productions qui constituent, comme le disait André Malraux, « l'héritage du monde... » ■

📖 CCAM-Scène nationale de Vandœuvre  
Rue de Parme, 54500 Vandœuvre-lès-Nancy  
Renseignements, réservations : 03 83 56 15 00  
Tarifs : 04 à 17 euros

# EXPOSITION

## «QUE RESTE-IL DE LA GRANDE GUERRE»



Centre mondial de la Paix

### La mémoire vive

100 ans... Et pourtant la Grande Guerre est toujours d'actualité pour ceux qui vivent près de l'ancienne ligne de front. En cette année de mémoire, l'exposition qui se tient au Centre mondial de la paix s'attache à montrer l'impact que ce conflit a encore sur notre quotidien et sur le monde contemporain. Visite guidée avec Véronique Harel, commissaire de l'exposition.

**« Que reste-t-il de la Grande Guerre » est la plus grande exposition consacrée à cette période charnière de l'Histoire, quelles en sont les particularités ?**

L'exposition commence par un bilan. Pas juste le nombre de victimes du conflit et des croix alignées. Non, j'ai d'abord voulu parler de cette génération détruite et redonner une présence à ces jeunes hommes qui avaient la vie devant eux. C'est la vie de ces hommes, de leurs veuves, de leurs familles brisées, qui sont au cœur de l'expo. Plus de 600 photos permettent de voir leurs visages, leurs modes de vie et la société dans laquelle ils vivaient. Une société qui a énormément évolué durant ce premier conflit mondial.

### Dans des domaines particuliers ?

Cette guerre transforme tout et une société nouvelle émerge. Les femmes doivent remplacer les hommes au travail, les enfants vivent dans une propagande permanente et l'Etat est partout. On l'ignore souvent mais c'est à cette période qu'apparaissent les prémices de notre système social.

**Parallèlement à toutes ces destructions, on parle de plus en plus des énormes progrès accomplis pendant ces années...**

Une guerre c'est un accélérateur de temps. Avant 14, l'aviation était presque un sport, avec des courses et des records à battre. Pendant la guerre, son évolution a été extraordinaire, pour de l'observation et pour les bombardements. Le nombre de véhicules a explosé et de nouvelles armes sont créées. La médecine a fait un bond en avant considérable. On tue mieux mais on soigne mieux aussi. En 1914 les microbes tuent plus que les bombes, et l'hygiène devient indispensable. Des progrès majeurs sont fait en médecine de guerre, en techniques opératoires et c'est la naissance de la chirurgie esthétique qui vise à redonner figures humaines aux

nombreuses gueules cassées. Les progrès scientifiques et médicaux de ce conflit ont contribué à façonner la science et la médecine d'aujourd'hui.

**Une partie de l'exposition est consacrée à l'art, c'est aussi un domaine qui a changé à cette période ?**

La Guerre d'hier à aujourd'hui se raconte, en poèmes, en récits, romans, films... L'expressionnisme allemand est issu de la première guerre, tout comme le surréalisme. Le mouvement Dada est à son apogée pendant le conflit. Nous avons la chance, pour cette exposition, d'avoir une toile de Fernand Léger. Cette œuvre prêtée par un particulier a été peinte par l'artiste en pleine bataille de Verdun, sur le bas d'une caisse de munitions et 2 toiles de lin cousues.



### Est-ce important que l'exposition se tienne à Verdun ?

Une partie de l'exposition est consacrée à Verdun qui est devenu le symbole de cette guerre. Ce n'est pourtant pas la bataille la plus meurtrière, mais c'est la plus longue (10 mois) et surtout elle symbolise l'acharnement des états-majors français et allemand et le sacrifice inutile de milliers de soldats. Dès le lendemain de la guerre, la ville devient une ville de mémoire où les présidents de la République successifs viendront se recueillir tous les 10 ans.

### L'exposition de 600 m2 se déroule sur 6 espaces est-elle pour tout public ?

Oui, l'expo est très interactive. Photos, films, extraits sonores, chacun y pioche ce qu'il veut, même les plus petits. Elle permet de comprendre le conflit dans son ensemble et d'en mesurer les conséquences. Je dis toujours que la Première guerre mondiale n'est pas finie. Ici, on continue de retrouver des corps et des obus et en Haute-Marne va bientôt ouvrir une usine chargée de détruire les obus chimiques. En mettant l'Homme au cœur de cette exposition, j'ai voulu montrer comment elle avait changé nos vies aussi en positif mais aussi souligner qu'elle continuait un siècle plus tard à nous empoisonner la vie. ■

Centre mondial de la Paix, des Libertés et des droits de l'homme  
Place Monseigneur Ginisty à Verdun («Que reste-t-il de la Grande Guerre ?» jusqu'au 11 novembre 2018 tous les jours de 10h à 12h30 et de 13h30 à 18h.



**CHAMP DE BATAILLE DE VERDUN**  
Battlefield of verdun / Schachtfeld von Verdun / Slagveld van Verdun

# Vadrouille

la Grenouille

... A la recherche de la baïonnette perdue

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

GRATUIT

Josh der Frosch  
Rikker de Klakker  
de the Fro

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

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

## « VADROUILLE, LA GRENOUILLE : À LA RECHERCHE DE LA BAÏONNETTE PERDUE » !

Après 300 jours et 300 nuits de combats, revivez l'histoire des « Poilus ». Ce jeu a pour objectif d'aborder l'histoire de la Bataille de Verdun d'une manière divertissante et récréative.

Conçu à partir d'énigmes et adapté au champ de bataille de Verdun, ce jeu de piste se présente sous la forme d'un livret de 28 pages permettant aux enfants de franchir les différentes étapes. Vadrouille la grenouille vous accompagnera sur un terrain de jeu grande nature de manière récréative et pédagogique, sur un parcours de 13 km à faire en voiture ou à vélo pour les plus courageux.

A l'aide d'une carte et en voiture le(s) détective(s) et sa famille devront passer par 6 étapes pour résoudre les énigmes simples et amusantes.

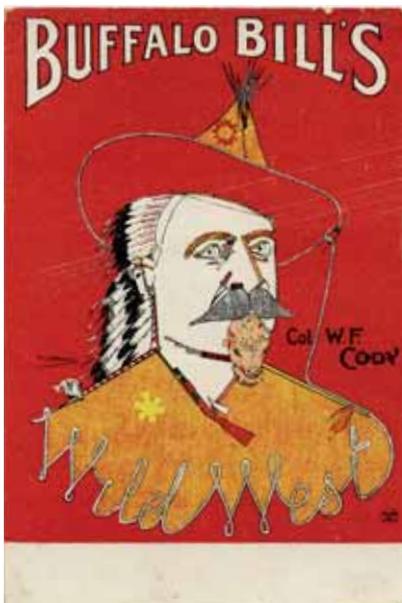
www.vadrouillelagrenouille.eu  
OFFICE DE TOURISME DU  
PAYS VERDUNOIS 55100  
BRAS-SUR-MEUSE  
Tél. 03 29 85 41 52



# COMME UN INDIEN À LA FILOCHE

À partir du 16 septembre, la Filoche propose un cycle thématique sur le Far West. De Buffalo Bill aux Indiens des plaines, le centre culturel de Chaligny extirpe le visiteur de ses bottes et l'emmène sur les traces de ces figures entre mythe et réalité, passé et présent.

« Je suis né dans les plaines où le vent soufflait libre et il n'y avait rien pour arrêter la lumière du soleil. Je suis né là où il n'y avait pas de clôtures » racontait le chef apache Geronimo. Les clôtures, les pionniers européens les ont emmenées avec eux. Les terres, sur lesquelles circulaient librement les « Natives », ont été volées et une culture millénaire a été recouverte de poussière. Aujourd'hui les Amérindiens tentent de reconstituer leur histoire si riche et, avec eux, des passionnés de toutes nationalités. Gérard Crouzier fait partie de ces collectionneurs invétérés et historiens amateurs. Depuis l'âge de 17 ans, il a rassemblé un nombre incalculable d'objets en lien avec les Indiens : photographies, casse-têtes, vêtements, livres... La Filoche a bénéficié de ses trésors pour élaborer trois expositions différentes autour du Far West : « Indiens des plaines », « Mythique Buffalo Bill » et une autre présentant des affiches de westerns.



## Buffalo Bill dans la peau

« En 1905, Buffalo Bill réalisait une tournée avec son spectacle dans 114 villes françaises. Mon grand-père avait alors dix ans et il a vu le Buffalo Bill's Wild West à Nancy. Quand j'étais petit, il me racontait des histoires d'Indiens. Bien plus tard, je me suis aperçu que la plupart d'entre elles étaient fausses », explique Gérard Crouzier. Ce typographe à la retraite a attrapé le virus enfant et aujourd'hui a l'une des collections les plus

importantes sur Buffalo Bill. L'exposition retrace ces tournées gigantesques qui ont contribué à engendrer un stéréotype : l'Indien avec sa coiffe en plumes et son gilet perlé. Ce costume créé de toutes pièces devient ensuite la marque de fabrique des Indiens au cinéma. Pourtant, tout en entretenant les clichés, les reconstitutions théâtrales de Buffalo Bill ont permis de faire vivre ensemble des cultures, des langues, des religions différentes. En outre, Gérard Crouzier remarque : « Sur les réserves, on demandait aux Indiens d'oublier leur langage, de se couper les cheveux... d'oublier d'être des Indiens. Buffalo Bill, lui, leur demandait de jouer aux Indiens. En plus, il les embauchait. Les Iron Tails,

les American Horses, des familles entières ont travaillé pour lui ». Le collectionneur lorrain a même participé au tournage d'un documentaire sur cette figure mythique de l'Ouest sauvage. Il en a rapporté des photos, certaines présentées à la Filoche.

## À la chasse aux bisons

Mais Gérard Crouzier n'a pas fait qu'étudier les « Natives » de loin. Cheyennes, Sioux, Comanches, il s'est spécialisé dans les Indiens des plaines et est parti à leur rencontre. En 1994, il participe à une chasse aux bisons et assiste dans la foulée à une danse du soleil sur la réserve indienne de Rosebud, dans le Dakota du Sud. Pour le guider dans ce voyage spirituel et culturel,

Gérard Crouzier a un professeur atypique : Archie Fire Lane Deer. L'homme-médecine lakota a été tour à tour cascadeur et militaire mais a surtout aidé à perpétuer les traditions de son peuple. Au contact de ses hôtes, Gerard Crouzier a découvert des pratiques ancestrales : « Pour la chasse au bison, on a prié en fumant des pipes de tabac pour les bisons qui allaient mourir et ne le savaient pas. On allait prendre deux vies et Archie Fire a fait plusieurs offrandes de tabac. Pour eux l'équilibre naturel doit être respecté ». De ses voyages, l'ancien typographe a ramené des photographies et une connaissance plus profonde des coutumes des Indiens des plaines. Il partage aujourd'hui son expérience avec le public. Des enfants d'écoles primaires ou de collège viennent aussi l'écouter. Malgré son travail d'ambassadeur de l'histoire et de la culture indienne, une question lui est souvent posée : les Indiens vivent-ils toujours sous des tipis ? Malheureusement la réponse est non. Mais à Chaligny, les visiteurs sont chanceux car la Filoche leur en a fabriqué un spécialement pour eux.

Pour plus d'informations sur les expositions dédiées au Far West : <http://www.la-filoche.fr/>. Des concerts, ateliers et rencontres auront lieu tout au long de ce cycle, jusqu'au 8 novembre. ■ *Pauline Creusat*



Sprechen Sie  
Deutsch?



## APPRENDRE L'ALLEMAND A NANCY

REPRISE DES COURS  
LE 15 SEPTEMBRE

RENSEIGNEMENTS, TESTS ET  
INSCRIPTIONS EN CE MOMENT ET LES :

- MERCREDI 10/09 DE 10H A 20H
- VENDREDI 12/09 DE 14H A 18H
- SAMEDI 13/09 DE 14H A 18H

Tél. 03 83 35 92 77

[www.goethe.de/nancy](http://www.goethe.de/nancy)

**GOETHE  
INSTITUT**

Sprache. Kultur. Deutschland.

Le Goethe-Institut est, au niveau international, la plus importante institution culturelle de la République Fédérale d'Allemagne. Il a pour mission de promouvoir la langue allemande à l'étranger et d'encourager la coopération culturelle internationale.

Tout au long de l'année, le Goethe-Institut de Nancy vous propose diverses manifestations culturelles, une grande palette de cours d'allemand et un vaste choix de documents en allemand et en français en prêt dans sa bibliothèque. Des opportunités qu'il vous suffit de saisir.

La rentrée des cours de langue se déroulera le 15 septembre. Nous proposons des cours pour tous les niveaux linguistiques et pour tous publics (adulte, étudiants, scolaires, enfants). Nos formules de cours sont très diversifiées et comprennent entre autre : cours débutant, cours de progression, cours à thèmes, journées thématiques, modules « allemand professionnel », stages de révision pour scolaires et stage d'initiation ludique pour enfants pendant les vacances scolaires (prochains stages : du 20 au 24 octobre), cours individuels, cours à distance sur plateforme d'apprentissage Internet avec un tutorat assuré par nos professeurs.

Le Goethe-Institut étant agréé formation continue, il est possible de formuler une demande de prise en charge au titre de la formation continue, du DIF, des mesures de reclassement etc...

Pour toutes informations complémentaires vous pouvez contacter Madame Seyers (Tél. 03 83 35 92 77). ■

Plus d'informations : [www.goethe.de/nancy](http://www.goethe.de/nancy)



# JARDINS DE VILLE JARDINS DE VIE LE RENDEZ-VOUS GRANDEUR NATURE

Rendez-vous convivial de l'automne, « Jardins de Ville, Jardins de Vie » attend une foule de visiteurs, les 27 et 28 septembre, au parc du Domaine de Montaignu à Jarville-la-Malgrange et Laneuveville-devant-Nancy.



Pour cette 10e édition, le Grand Nancy poursuit la sensibilisation des habitants à la nécessité de préserver les ressources naturelles avec plus de 100 exposants présents dans les allées, une présentation de tenues haute couture à base de produits réemployés, des ateliers et des spectacles.

Les animations sont nombreuses : spectacles, saveurs des terroirs, conseils en jardinage (et pas besoin d'avoir forcément un immense jardin, une jardinière à une fenêtre, quelques pots

sur un balcon sont déjà de petits jardins), villages thématiques. L'offre est riche et vous permettra d'échanger, de partager, de goûter autour de la Nature avec des intervenants passionnés et passionnants.



Le public pourra profiter de la balade pour visiter le château de Montaignu ouvert exceptionnellement ou encore visiter gratuitement le Musée de l'Histoire du Fer retraçant la création et les différentes utilisations du métal de ses débuts à nos jours, et cela exclusivement les 27 et 28 Septembre prochains lors de « Jardins de ville, jardins de vie ».

Pour la 10<sup>e</sup> édition, le domaine sera exceptionnellement ouvert samedi soir pour une nocturne clôturée par un feu d'artifice.

[www.grand-nancy.org](http://www.grand-nancy.org)

[www.facebook.com/jardinsdeville](http://www.facebook.com/jardinsdeville)

Spéciale nocturne / Samedi 27 septembre de 19h à 21h

Spectacle de chants "Les Sourcieuses"

Discosoupe

L'école de danse et de musique «l'Atelier»

Cracheurs de feu

Feu d'artifice par Les Dompteurs d'Étoiles



*Le Relais Vosgien* ★★★★★  
Hôtel - Restaurant - SPA

## La Halte Gourmande

A l'entrée de la Perle des Vosges, entre Lunéville et Rambervillers, à Saint Pierremont, le Relais Vosgien, Hôtel 4\* - Restaurant - Spa, vous accueille dans un cadre agréable. Le restaurant propose des spécialités du Terroir, élaborées à partir de produits d'artisans lorrains. Vous pourrez également découvrir notre nouveauté, Formule Brunch et SPA, les samedi et dimanche de 9h30 à 13h30.

9 Grande Rue  
88700 Saint Pierremont  
03 29 65 02 46  
[www.relais-vosgien.fr](http://www.relais-vosgien.fr)

# les Larmes Du Rire



**FESTIVAL DE THÉÂTRE BURLESQUE  
DU 3 AU 14 OCTOBRE 2014**

**organisé par la ville d'Épinal**

Renseignements au 03 29 68 50 23



**C'É ACIDU**  
"Les Foirus"

**VEND 3**



**ÉRIC BOUVRON**  
"Afrika"

**SAM 4**



**LES 39 MARCHES**

**DIM 5**

**ANGEL RAMOS SANCHEZ**  
"En Attendant Julio"

**LUN 6**

**NO TUNES INTERNATIONAL**

"Les gens ne savent plus boire"

**LES ROIS VAGABONDS**

**MAR 7**

"Concerto pour deux clowns"



**MER 8**



**BRAINSTORMING**

"Quand l'entreprise s'emballe"

**CINQ DE CŒUR**

**JEU 9**

"Le Concert sans retour"

**VEN 10**

**BERNARD AZIMUTH**

"À Table !"

**ALAIN BERNARD**

**SAM 11**

"Piano Rigoletto"

**DIM 12**

**LES MANGEURS DE LAPIN**

"Les Mangeurs de lapin  
remettent le couvert"

**DIM 12/LUN 13**

**FRED TOUSCH**

"Maître Fendard"



**MAR 14**



**ATTENTION, MAÎTRES  
CHANTEURS !**

# BOM DIA PORTUGAL DES SAVEURS ENSOLEILLÉES AU MENU DE LA RENTRÉE

PUBLI-REPORTAGE



Un nom qui sent bon le Portugal et qui invite au voyage. Comme souvent dans le Sud, le périple commence autour d'une table. Un petit verre de vinho verde, quelques lupins, une assiette de fromages et de charcuteries et nous voici au Portugal. Pour offrir ce dépaysement des papilles à ses clients, Christophe Vieira, gérant de l'entreprise familiale, est souvent sur la route à la recherche de pépites « made in Portugal ». Dans les allées du grand

magasin de 150 m<sup>2</sup> de la rue Foller, au marché couvert de Nancy, au marché de Vandœuvre et prochainement, tous les samedis matins sur le marché de Pont-à-Mousson on trouve les grands classiques de la gastronomie lusitanienne : pasteis de nata, broas, bolo rei, pão de ló et l'inévitable morue ! Tous les vendredis, produits frais de saison et fruits gorgés de soleil s'installent sur les étales. L'authenticité et la diversité des produits proposés agrémentés d'un accueil chaleureux sont une invitation au voyage qui se prolonge grâce à une sélection pointue de produits espagnols et brésiliens.

## Foire aux vins... portugais

Pour amorcer la rentrée en beauté, Christophe Vieira vous propose de découvrir une nouvelle sélection de vins rouges de producteurs en direct du Portugal. Produits dans les régions d'Alentejo, Douro et Daõ ces vins sont puissants, aromatiques et gourmands. A découvrir d'urgence ! ■

► Bom Dia Portugal - Supermercado, 4 rue Foller à Nancy  
Du mardi au samedi au marché couvert de Nancy, le dimanche au marché de Vandœuvre et le samedi matin au marché de Pont-à-Mousson

## PAPA JOE

- Steakhouse -

*Grillades au feu de bois et pizzas*



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

*3 salles, terrasses, menus midi et soir*



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

## 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)

# MAISON CADICI

## L'INVITATION AU VOYAGE GOURMAND

Dans sa vitrine, la Maison Cadici, affiche sans détour la couleur. Celle du Soleil levant avec la nouvelle gourmandise originale – et unique à Nancy – un cake japonais ultra-moelleux et beau à croquer.



Même Stanislas semble saliver. Son regard gourmand veille depuis le fond de la boutique sur les délices sucrés et salés fabriqués avec passion par Paul Cadici et son équipe. Depuis peu, présenté dans un écrin transparent et or, comme un bijou, un nouveau gâteau titille les papilles des gourmands. « Quand j'ai goûté ce gâteau créé par Norihiko Teraï, la star des pâtisseries japonais, j'ai eu envie de le faire découvrir aux nancéiens, explique Paul Cadici. J'ai adapté la recette originale en y ajoutant ma touche personnelle, notamment sur la déclinaison des saveurs. » Oubliez tous vos a priori sur les cakes, souvent trop secs, et un brin étouffants. Ce cake là est vraiment très moelleux. Le secret : une cuisson basse température en deux temps dans un moule créé sur mesure pour la Maison Cadici et des ingrédients triés sur le volet. « Nous utilisons une pâte d'amande haute de gamme qui donne un parfum discret, une texture moelleuse et permet de conserver le gâteau une semaine au frais sans qu'il ne se dessèche. » A partir de cette base, le pâtisseries laisse libre cours à son imagination et invente de nouvelles gourmandises à partir des meilleurs produits de saison. En ce

moment, le biscuit nippon se décline en cinq parfums : fruits rouges, abricots-pistaches, thé vert matcha et figues, chocolat-pistaches et mirabelles-bergamotes.

### Star parmi les stars

Élégant et minimaliste, ce nouveau gâteau star ne fait pas d'ombre aux grands classiques qui ont fait la réputation de cette maison centenaire. Sous le lustre à pampilles tout brille. Les croissants dorés comme les pâtés lorrains et autres tourtes au riesling font de l'œil aux gourmets, souvent habitués de cette charmante boutique. « Nous fabriquons tous nos produits sur place, à l'ancienne selon des recettes ancestrales, transmises de générations en générations par des pâtisseries amoureux de leur travail ». Ici, vous l'aurez compris, pas de poudre de Perlimpinpin ni de viennoiseries surgelées. Entre tradition et modernité, la belle centenaire continue à régaler et à étonner les Lorrains, sous l'œil avisé de l'épicurien Stanislas. ■



# RBio TOUT NOUVEAU, TOUT BIO !

Surprise de la rentrée, le magasin Rayon Bio installé à Laxou, a profité de l'été pour se refaire une beauté.



PUBLI-REPORTAGE

Pour donner un coup de jeune à sa façade, le magasin bio installé à Laxou depuis plus de 25 ans, a respecté sa philosophie - « agir pour le respect de l'homme et de l'environnement » - en n'employant que des entreprises locales.

L'enseigne a été créée par la société Dalmolin à Maxéville, le store flambant neuf et l'éclairage en led viennent d'entreprises vandopériennes : Stéphane Audinot et Let's go Lighting. La peinture et les diverses installations ont, elles, été confiées aux Toitures du Saintois. La toute jeune société installée à Hammeville dispose d'ailleurs de la mention RGE (Reconnu Grenelle de l'Environnement) qui garantit des travaux respectueux de l'environnement et des économies d'énergie.

De gauche à droite l'équipe de Rbio : Alexandre, Fatiha, Emmanuelle et Marie. Alex Lardin et Hervé Roux, patron de l'entreprise Toitures du Saintois.

Si les travaux se sont concentrés à l'extérieur de la boutique, la nouveauté se trouve aussi dans les rayons. « Il y a tout le temps de nouveaux produits » se réjouit Alexandre, le gérant. La boutique de 180 m2 est une véritable caverne d'Ali Baba, avec plus de 4500 références 100% bio. Cosmétiques, produits d'entretiens, vins, farines et produits d'épicerie côtoient des produits frais et même un stand de fromages et charcuterie à la coupe, le tout issu de l'agriculture biologique. A noter, un rayon « sans gluten » en pleine expansion avec la promesse de produits bons pour la santé des intolérants au gluten et bons pour leurs papilles !

L'engouement des produits bio est bien réel, c'est une révolution des mentalités qui est en marche : celle des habitudes de nombreux consommateurs, séduits par ces produits 100 % nature et une nouvelle manière de consommer. Les bienfaits pour la santé sont indéniables et incontestables : manger plus sain pour soi et pour les siens. Egalement, c'est toute une chaîne de mise en valeur des savoir-faire et producteurs - souvent locaux - qui tendent à développer les liens solidaires. Acheter bio, c'est acheter des produits identifiés à la traçabilité avérée. Plus chers ? Pas forcément, car ici les dépenses se concentrent sur l'essentiel et évitent le superflus qui s'empilent parfois dans le caddie.

Ici tout est dédié au produit bio, naturel, au terroir, avec souvent une touche d'originalité dans la vaste gamme proposée : compléments alimentaires, diététique, huiles essentielles, élixirs floraux ... Impossible de ne pas trouver son bonheur ! Ces éco-produits sont devenus indispensables. Essayez-les sans modérations. Du pain 100 % bio est aussi proposé.

RAYON Bio, c'est plus de 20 ans de continuité, d'expérience et de passion dans l'accueil et le conseil personnalisé au client . ■

Rayon Bio

45 avenue de la Libération à Laxou

Plus d'infos sur [www.phyto-bio-nancy.com](http://www.phyto-bio-nancy.com)



# LE SEL DE LORRAINE

La Maison du Sel de haraucourt participera aux prochaines Journées Européenne du Patrimoine sur le thème « Le sel de Lorraine entre patrimoine culturel et patrimoine naturel ». L'occasion de découvrir ou redécouvrir la Maison du Sel par le biais des nombreuses animations proposées.

## Au programme :

### A la Maison du Sel

les 20 et 21 septembre de 10 h à 12h et de 14h à 17h30

### Rencontre inédite avec un mineur de sel

La mine de sel de Varangéville est la dernière mine en activité en France. Un ancien mineur Gilles Stephan dévoile au public son métier et présente films, photos et objets de la mine.

### Contes et légendes de la mine

Tendez l'oreille et entrez dans l'univers enchanté de Pascale Créteur ; tout public, à partir de 3 ans.

### A l'Observatoire des Oiseaux et des Paysages (entre Haraucourt et Buissoncourt)

les 20 et 21 septembre de 10h à 12h et de 14h à 17h30



📍 Renseignements et réservations :

La Maison du Sel , rue des écoles à HARAUCOURT

03 83 30 15 15 • lamaisondusel@orange.fr • www.lamaisondusel.fr



### Découverte des effondrements salins

Nouveauté : des panneaux d'interprétation pour découvrir ce site exploité par Solvay et devenu aujourd'hui un espace naturel d'exception avec ses falaises de calcaire à gryphées et ses nombreux oiseaux. Un guide de la Maison du Sel accueille le public.

### Au Vallon de la Roanne

le 21 septembre de 10h à 12h

### « Nature et paysage en patrimoine salin », sortie nature animée par le CPIE Nancy-Champenoux

Une balade nature au cœur d'un site inscrit 'grand paysage' pour y découvrir en famille les chevalements de puits à sel, mais aussi la faune et la flore du vallon.

Sur réservation au 03 83 30 15 15 (La Maison du Sel)

60 ans de Protection  
*Santé*  
ça se fête



du 01/09/2014 au 31/12/2014  
Profitez de cet événement et bénéficiez de conditions d'adhésion tout à fait exceptionnelles.

# MUTLOR

à Longwy 03 82 25 79 00      à Nancy 03 83 36 77 07

# L'APHEEN ? DES LOGEMENTS DE QUALITÉ POUR LES ÉTUDIANTS !

Depuis plus de 20 ans, l'APHEEN propose aux étudiants des logements malins à proximité des différents campus et dans un lieu propice aux études.

Le constat de départ date de plus de vingt ans : les étudiants avaient (et ont toujours !) du mal à se loger à proximité de leurs lieux d'études. C'est alors l'engrenage : temps de transport importants, levers plus tôt, temps de sommeil raccourci... bref, des conditions de vie et d'études peu enviables. Face à cela, pour combattre ces difficultés de logement, les dirigeants de l'IUT de Nancy-Brabois ont créé en 1986 l'APHEEN : l'Association pour l'Hébergement des Etudiants et Enseignants de Nancy. Cette association, régie par la loi de 1901 est sans but lucratif. Son rôle est simple : offrir aux étudiants des bonnes conditions de logement.

Pour ce faire, l'APHEEN a fait édifier une Résidence composée de deux bâtiments en plein cœur des sites universitaires, scientifiques et médicaux de Vandœuvre, Villers et Brabois à la frontière avec Nancy. En 2011, l'APHEEN décide de construire sur le terrain même de ses résidences un nouveau bâtiment, véritable vitrine de ses actions. A l'étage, les services d'accueil (bilingue !) pour les étudiants-locataires. Au rez-de-chaussée, deux vastes appartements de 45 m<sup>2</sup> destinés aux chercheurs de passage à Nancy qui peuvent ainsi venir avec leur famille.

Chacun le sait, il y a studios et studios! Ici, on a pensé avant tout au confort. Les studios offrent de belles superficies (27 et 37 m<sup>2</sup>) et des équipements de qualité : interphone / portier électronique, prise téléphonique (permettant d'installer une ligne individuelle), prise TV (il faut bien se délasser de temps en temps !), placard et penderie, ainsi qu'une kitchenette équipée (plaques électriques, réfrigérateur) et une salle de bain. Les studios bénéficient en outre d'une belle exposition au soleil. On pourrait croire que la liste des services s'arrête là, et bien non ! A cela s'ajoutent la présence d'un concierge-gardien permanent, d'une vidéosurveillance, d'un accès sécurisé par badge et digicode, de local à vélo et d'un parking...mais aussi d'espaces verts, d'un distributeur de boissons et confiserie en libre accès, de l'ADSL... Détail non négligeable, les studios sont tous éligibles aux aides au logement. L'accueil bilingue, français et anglais, est parfaitement adapté aux étudiants ERASMUS. Acteur reconnu pour le logement étudiant et enseignant, son rôle de plus en plus accru lui vaut amplement sa notoriété bien méritée. ■

APHEEN, 150-152, av. du Gal Leclerc à Vandœuvre-lès-Nancy  
03 83 25 26 26 • www.apheen.fr

## ÉTUDIANTS-EMPLOYÉS

## STUDIOS DE 27 À 37 M<sup>2</sup>



- Parking et résidence sécurisés
- Gardien et vidéo surveillance
- 243 studios de 27 à 37 M<sup>2</sup> meublés ou non
- Aides au logement
- Un appartement pour personne à mobilité réduite
- 2 appartements de 45 M<sup>2</sup> meublés, se renseigner (Enseignant - chercheur, ...)
- Proche transports - commerces - services
- Connexion internet gratuite



informations/réservations > [apheen@apheen.fr](mailto:apheen@apheen.fr)  
03 83 25 26 26 • [www.apheen.fr](http://www.apheen.fr)

# MONTER EN COMPÉTENCES AVEC L'EI.CESI

Se reformer après des années d'expérience professionnelle, le pas est difficile à franchir. Pourtant les avantages sont nombreux. L'école d'ingénieurs du CESI située à Villers-les-Nancy propose une formation en continue adaptée à leur parcours.

« La formation continue de l'Ei.CESI s'adresse à des professionnels qui souhaitent apporter un plus à leur CV et évoluer dans leur carrière en acquérant de nouvelles compétences », analyse Cyril E., ancien élève de l'École d'Ingénieurs du CESI de Nancy. En deux ans, les élèves de ce cursus passent du statut de technicien supérieur à celui d'ingénieur : un pari sur l'avenir qui se fait en douceur. En effet, la formation continue proposée par l'école permet de garder des liens étroits avec le monde de l'entreprise. Sur les 1800 heures de formation, un tiers est réalisé au sein de l'école ; les deux autres tiers s'effectuent en entreprise. Dans leur bagage, ces nouveaux étudiants ont toutes les cartes pour réussir. De leur immersion dans la vie active, ils gardent un professionnalisme, une autonomie et un savoir-faire qui les rendent précieux aux yeux des employeurs. Pour ces derniers, l'âge n'est donc plus un frein mais bien un atout.

## Un nouveau départ

Demandeurs d'emploi, salariés, la formation continue s'ouvre à des profils très variés. Il faut simplement justifier d'un bac et de huit ans d'expérience professionnelle, ou d'un bac +2 et de 3 ans dans la vie active. L'Ei.CESI assure l'excellence de sa filière par une sélection rigoureuse de ses candidats. L'entrée dans l'école d'ingénieurs s'effectue sur dossier et comprend une soutenance sur un sujet technique et scientifique, un entretien de motivation et un test en anglais. Habilité par la CTI (Commission des Titres d'ingénieur), la formation continue de l'école est un gage de qualité reconnu par le monde de l'entreprise. À la sortie, ses diplômés ont définitivement balayé les craintes suscitées par la reprise des études. « On ne repart pas de zéro : la plupart des candidats sont dans une optique de progression et de reconnaissance. Le parcours antérieur est valorisé et ils se nourrissent de leurs expériences précédentes pour construire leurs projets professionnels. Par conséquent, ils abordent l'alternance plus sereinement grâce à leur connaissance de l'entreprise », explique Damien Sobac, chargé de communication et relations entreprises de l'Ei.CESI. Un nouveau départ pour une nouvelle vie et d'autres opportunités de carrière. ■

## 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



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

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

ÉCOLE  
D'INGÉ-  
NIEURS  
CESI



le Cesi : enseignement supérieur et  
formation professionnelle

# ÉTUDES ET TRAVAIL : COMMENT S'EN SORTIR ?

Être étudiant, c'est avant tout assister aux cours et réviser. Mais pour joindre les deux bouts, beaucoup choisissent aussi de travailler.

Pour plus de deux millions d'entre vous, la fin des vacances rime avec bonjour l'université et les angoisses de la rentrée car être étudiant est loin d'être une sinécure. Entre les frais de scolarité, le loyer et les besoins quotidiens, une année universitaire coûte entre 10 000 et 15 000 €. Pour ceux qui n'ont pas la chance d'avoir des parents avec le même compte en banque que Bill Gates, étudier est donc synonyme de petit boulot. Arrondir ses fins de mois ou gagner en autonomie financière, les raisons ne manquent pas de s'atteler à la recherche d'un emploi en parallèle des cours. Mais jongler entre les bancs de la fac et son travail ne s'improvise pas.



Photos © Thinkstock

## C'EST LA RENTRÉE À LA PATINOIRE DU GRAND NANCY

Envie de vous détendre, de découvrir les joies de la glisse ? Rejoignez le club de patinage du Grand Nancy.

La patinoire située au parc des expositions de Nancy-Vandoeuvre à ré-ouvert ses portes depuis le 1<sup>er</sup> septembre dernier. Que vous soyez débutant ou confirmé, le club de patinage accueille toute personne désirant pratiquer cette discipline. Dès 4 ans pour les plus jeunes et jusqu'au groupe d'adultes au sein de sa filière « loisir », les moniteurs diplômés d'état vous prodigueront leurs conseils afin de vous faire évoluer vers l'obtention des différents tests fédéraux. Profitez en, une séance est offerte pour toute personne désirant tester le patinage et découvrir le club de la patinoire de Nancy. ■

Infos : [www.cphnl.com](http://www.cphnl.com)

Tel : 03 83 27 90 21

Horaire de permanence du club en septembre :

- Le mardi de 18h00 à 19h30
- Le mercredi de 13h00 à 15h00
- Le samedi de 9h30 à 11h et de 13h00 à 15h00

## PATINAGE ARTISTIQUE dès 4 ans

Les Patineurs du Grand Nancy  
vous invite à un **ESSAI GRATUIT**  
dès la rentrée de septembre

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



Patinoire du Parc des Expositions  
NANCY - VANDOEUVE



ville de Nancy, GrandNancy





## Travailler sans mettre en péril sa scolarité

Un étudiant sur deux a recours à un emploi pendant ses études. Mais mener de front réussite scolaire et petit job nécessite de l'organisation et de la motivation. Être autonome financièrement donne parfois des ailes aux jeunes, tentés de privilégier leur activité professionnelle sur leurs obligations universitaires. Mais travailler ne veut pas dire mettre en péril ses études. Pour ne pas se retrouver noyé sous la charge de travail, définir le temps dont on dispose est déjà une première étape. Il s'agit en effet de choisir un poste qui corresponde à ses disponibilités et d'adapter son emploi du temps avec son employeur avant de s'engager. Il vaut mieux jeter son dévolu sur un petit boulot avec des horaires souples, bien utiles pour les périodes de partiels.



## Les bons plans

Pour aider les étudiants dans leur quête du Graal, le service emplois temporaires du Crous fait souvent l'intermédiaire entre les employeurs et les jeunes en les dirigeant vers des activités qui leur sont adaptées. Depuis 2008, les établissements universitaires et les grandes écoles ont aussi la possibilité de proposer des contrats réservés en priorité aux étudiants les moins favorisés. Accueil des nouveaux élèves, accompagnement des personnes handicapées, tutorat, soutien informatique, travail en bibliothèque... : les offres sont nombreuses et ont l'avantage de proposer des emplois au sein du campus. Autre astuce tout aussi pratique : déposer des CV dans les commerces proches du lieu où l'on étudie ; les trajets fac-travail seront ainsi écourtés. Les missions en intérim sont également intéressantes, surtout du point de vue financier car les intérimaires perçoivent une indemnité de fin de mission égale à 10% de la rémunération totale brute.

## Des jobs atypiques

Mais si vous souhaitez simplement vous faire un peu d'argent de poche, il existe des petits boulots moins contraignants et plutôt originaux. Le premier est de devenir enquêteur en interrogeant des personnes dans la rue ou par téléphone pour des instituts de sondage comme Ipsos ou TNS-Sofres par exemple. Si vous aimez les animaux, le pet-sitting vous permettra d'empocher quelques euros. Longues promenades en compagnie de chiens ou séance câlins à domicile avec des chats, beaucoup de propriétaires d'animaux recherchent des étudiants pour s'occuper de leur compagnon en leur absence. Le plus simple est de déposer une annonce dans la salle d'attente des cabinets vétérinaires de votre quartier. Enfin, si vous avez des talents de comédien, vous pouvez participer au tournage d'un film ; de nombreuses offres sont disponibles sur les sites de casting. Mais l'essentiel est de ne pas oublier que, comme le choix de vos études, le travail que vous choisirez doit avant tout vous plaire.

■ Marina Knittel

La Maison du Vélo  
Grand Nancy, le vélo pour tous

54, rue Charles III  
54 000 NANCY

**ÉTUDIEZ,  
PÉDALEZ,  
SORTEZ !!!**

www.grand-nancy.org

velOstan boutique lib park

Grand Nancy  
communauté urbaine & humaine

# COMMENT CHOISIR UNE ASSURANCE SCOLAIRE ?

Lors de la première semaine de rentrée, nombre d'enfants et d'adolescents reviennent à la maison avec des prospectus publicitaires vantant tel ou tel contrat d'assurance scolaire. Pour autant, rien ne vous engage à y souscrire.

Cette couverture n'est obligatoire que dans le cadre des activités scolaires facultatives du type sorties culturelles et autres voyages en classe verte. Les prestataires privés qui proposent aux enfants des activités extrascolaires, notamment sportives, peuvent également exiger qu'ils soient assurés, en fonction des risques auxquels ils peuvent être exposés. En revanche, cette assurance reste facultative pour les activités prévues par le programme scolaire (éducation physique, arts plastiques, cours de technologie...).

Ceci étant dit, on n'est jamais à l'abri d'un accident. Le ministère de l'Éducation nationale recommande donc fortement de souscrire une assurance scolaire qui, dans les faits, est devenue indispensable. Encore faut-il bien la choisir...

## Évaluer vos besoins

Bien qu'une telle protection représente forcément un coût pour les familles, il doit ici être minoré puisque la couverture de base limitée au temps scolaire (trajet compris) est accessible à partir d'une dizaine d'euros. Comptez en revanche une trentaine d'euros pour une formule complète, dite « assurance scolaire et extrascolaire »,



Photos © Thinkstock

qui englobe les vacances et les jours de congé. Dans tous les cas, ces contrats visent à couvrir les conséquences des dommages que l'enfant pourrait causer à autrui – c'est la garantie responsabilité civile – ainsi que ceux qu'il pourrait lui-même subir – c'est la garantie individuelle accident –. Toutefois, le contenu exact de ces protections (remboursement des frais médicaux, de l'intervention des secours, d'une hospitalisation...)

# Punch

**SAUNA MUSCULATION**

**ART MARTIAUX** > Karaté, taekwondo, aikido, judo.

**SPORTS DE COMBAT** > MMA (pancrace), kickboxing, boxe thaïlandaise, boxe française, boxe anglaise, canne de combat, self défense.

**GYMNASTIQUE** > Zumba, aéro kick, abdos, yogastrech, biking, physique, body sculpt, mix training.

**GYMNASTIQUE RYTHMIQUE**

**NOUVEAU:** Jujitsu Brésilien • karaté et boxe enfants • Cross Training

**OUVERT EN SEMAINE de 10h à 20h45**

**SAMEDI de 10h à 18h**

**PARKING PRIVÉ**

# Punch

42, RUE DE PHALSBURG - NANCY

**TÉL. 03.83.27.44.90**

CLUB OMNISPORTS ASSOCIATIF LOI DE 1901 - N°007317

**punchnancy@yahoo.fr**

**www.punch-nancy.org**

# MUSIC SCHOOL NANCY

**COURS DE : BATTERIE • GUITARE BASSE • CLAVIER • CHANT**

**-12 ans 120€**   **-18 ans 150€**   **Étudiants 180€**   **Salariés 220€**

ASSOCIATION LOI 1901 À BUT NON LUCRATIF

*Une approche pédagogique innovante, des professeurs compétents, pour la plupart musiciens professionnels et artistes de renom. Ouverte à tous, enfants, adultes, débutants, confirmés.*

**MUSIC SCHOOL est la réponse à votre désir d'apprendre à chanter, danser ou jouer d'un instrument.**

**COTISATION ANNUELLE POUR 30 SÉANCES/AN**  
Cours de 30mn en binôme ou trinôme de même niveau  
Horaires à définir avec le professeur

**42 RUE DE PHALSBURG À NANCY**  
**TÉL. 03 83 27 44 90 - FAX 03 83 28 00 82**





peut varier d'une offre à l'autre. De même, certaines formules incluent des garanties complémentaires qui peuvent être intéressantes dans certaines conditions. Si votre chérubin a besoin de lunettes de vue ou transporte un instrument de musique coûteux, vous seriez par exemple bien inspiré de souscrire une assurance qui comprend le vol et le bris des effets personnels lors d'un accident ou d'une agression intervenu dans le cadre scolaire. Il est donc nécessaire de comparer les contrats du marché au regard des besoins spécifiques de votre enfant.

À noter : le coût de la plupart des accidents scolaires est inférieur à 150 €. Afin de bénéficier d'une bonne prise en charge, il faut donc s'assurer que le montant des franchises pratiquées n'est pas trop élevé.

## Attention aux doublons

Les Français sont des champions de la surassurance. De nombreuses garanties peuvent en effet se retrouver dans différents contrats. Une perte d'argent inutile, qu'il est possible d'éviter en lisant attentivement le contenu des assurances déjà souscrites avant d'en ajouter de nouvelles.

C'est notamment le cas de la responsabilité civile qui est en générale comprise dans l'assurance multirisque habitation. Il vous suffit alors de demander à votre assureur une attestation d'assurance scolaire pour remplir vos obligations envers l'école.

Si vous disposez, par ailleurs, d'une « garantie accidents de la vie », votre enfant devrait aussi être couvert pour les dommages qu'il pourrait subir. À défaut, pensez à vérifier les montants de prise en charge de votre complémentaire santé avant de vous précipiter sur une assurance scolaire. ■



# Nancy GR



Dédié à la gymnastique rythmique, ce club convie les jeunes filles, à partir de 6 ans, à découvrir ce sport, qui allie la chorégraphie et la manipulation d'engins au sol (cerceau, ballon, ruban, corde et massue).

**Entraînement salle Poincaré,  
56, rue Raymond Poincaré à Nancy**

- Les mardis et vendredis de 18 h à 20 h
- Cours petites 6/9 ans
- Cours grandes 9/11 ans et plus

**Nouveau cette année**

**Baby GR 2/6 ans**

*Renseignements et inscriptions sur place lors des entraînements.*

*Cette discipline aussi technique que gracieuse, peut être pratiquée, soit en loisir, soit en compétition.*

**RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES**

**AU 03.83.27.44.90**

**OU AU 03.83.57.98.12**



## Soutien scolaire et coaching

- DU PRIMAIRE AU LYCÉE
- PRÉPARATION AUX EXAMENS

- > COURS À DOMICILE
- > COURS DANS NOS LOCAUX
- > COURS PARTICULIERS ET EN GROUPES

**NOUVEAU : COURS DE CHINOIS**

**PLUSIEURS FORMULES POUR RÉUSSIR !!!**



**UNE SEULE ADRESSE**

**5, rue Président-Schuman 54000 NANCY**

**Tél. 03.83.28.49.49 - eurecours@hotmail.com**

# RETOURNER SUR LES BANCS DE L'ÉCOLE

Si les voyages forment la jeunesse, les études l'entretiennent. Les amphis universitaires ne sont pas réservés aux étudiants et le plaisir d'apprendre se passe d'examens.



On peut apprendre à tous les âges. Il n'y a qu'à observer l'évolution du monde professionnel pour le croire : désormais, les formations ne sont plus réservées aux nouveaux venus sur le marché du travail, loin s'en faut ! Les périodes de professionnalisation s'adressent ainsi uniquement aux personnes de plus de 45 ans ou pouvant justifier de vingt ans de carrière. Quand l'heure de la retraite a sonné, il reste aussi possible de suivre des cours, diplômants ou non. Les universités permettent ainsi d'assister à leurs enseignements en tant qu'auditeur libre : le cours est le même que ceux des étudiants..., le stress des examens en moins ! Le coût est aussi inférieur à celui d'une inscription classique (entre 40 et 140 € selon la faculté) mais les places sont limitées. Toutes les filières ne proposent d'ailleurs pas cette option. Les Universités du temps libre (appelées aussi Universités tous âges ou UTA) permettent également de se former dans de nombreux domaines sans chercher à obtenir un diplôme. Créées dans les années soixante-dix, elles regroupent aujourd'hui plus de 75 000 étudiants répartis dans toute la France. Le catalogue des formations est vaste : les langues et l'informatique se taillent la part du lion, mais les lettres, les sciences ou les arts ne sont pas oubliés. Destinées à un public qui a, par définition, le loisir de s'occuper, ces UTA proposent parfois aussi des activités sportives,



des randonnées, des cours de cuisine et autres. Les cours ont lieu en semaine et en journée et sont ouverts à tous, sans distinction de niveau scolaire ni professionnel. Les frais varient de 50 à 150 € et sont même réduits pour les personnes non imposables. Il est enfin possible de se cultiver facilement de chez soi grâce aux conférences accessibles en ligne, via les vidéos de l'Université de tous les savoirs ou grâce à la webradio de l'Institut de France.

## Diplôme en poche

Se former pour le plaisir est agréable... mais obtenir un diplôme peut aussi être valorisant. Là encore, il n'y a pas de date limite pour passer des examens. Les universités sont ouvertes à tous les publics et l'expérience professionnelle peut même permettre de gagner du temps, en étant dispensé de certains cours par exemple. Il en va de même lorsqu'on opte pour les cours par correspondance. Si le Cned reste la référence dans ce domaine, de plus en plus d'écoles proposent aussi des formations à distance. Il suffit de se présenter aux examens... et de ne pas oublier de venir récupérer son diplôme ! La formation continue répond au même principe, avec des cours à suivre le week-end ou en soirée. Ces deux options demandent néanmoins une véritable motivation, même si certains cursus peuvent s'étaler sur plusieurs années. ■

Photos ©Thinkstock

## Soyez prêt pour la rentrée grâce aux services Entendre !

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

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

N'attendez pas pour découvrir nos solutions auditives !

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

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

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

Permettre à ses clients à continuer à vivre chez eux dans les meilleures conditions de confort et de sécurité, tel est l'objectif de la société nancéienne ACCEDIA Solutions.

**R**ester autonome et vivre en toute sécurité dans votre maison, c'est possible !  
ACCEDIA SOLUTIONS propose des aménagements personnalisés pour adapter le logement des personnes âgées, des personnes à mobilité réduite et des personnes en situation de handicap.

A l'écoute de ses clients, ACCEDIA SOLUTIONS propose des aménagements en tenant compte de vos envies, des contraintes techniques du logement, et veille à choisir des produits esthétiques et modernes.

Baignoire trop profonde, carrelage glissant peuvent-être à l'origine de chutes, c'est pourquoi les travaux se concentrent souvent dans la salle de bains.

De plus, remplacer une baignoire par une douche accessible, qui peut être équipée d'un siège de douche et de barres de maintien permet sous conditions de profiter d'un crédit d'impôt de 25% .  
En tant que spécialiste des aménagements intérieurs, ACCEDIA SOLUTIONS propose également des travaux pour faciliter les déplacements dans les logements : pose de mains courantes, de rampes d'accès ou de chemins lumineux.

Etre bien chez soi, c'est aussi se sentir en sécurité. ACCEDIA SOLUTIONS propose l'installation de détecteurs de fumée, de CO<sup>2</sup> ou d'inondation, par exemple.

Chaque logement est unique et seule une visite technique permet d'analyser les adaptations à envisager.

Spécialiste des travaux d'accessibilité, ACCEDIA travaille régulièrement avec des ergothérapeutes et peut vous accompagner dans vos recherches de financements pour vos projets..



PUBLI-REPORTAGE

L'entreprise est, de plus, titulaire de la qualification Handibat et possède une assurance décennale. Christelle Gourrier, fondatrice d'ACCEDIA SOLUTIONS se déplace sur l'ensemble de la région Lorraine pour étudier les projets et permettre à ses clients de profiter longtemps d'un logement confortable et sûr. ■

ACCEDIA SOLUTIONS • 9, Rue de la douane à NANCY  
03 83 91 91 91 • [contact@accedia-solutions.fr](mailto:contact@accedia-solutions.fr)  
[www.accedia-solutions.fr](http://www.accedia-solutions.fr)



# UNE RETRAITE ACTIVE AVEC L'ONPA

Les 18 et 19 septembre prochains, le catalogue d'activités 2014/2015 de l'Office Nancéien des Personnes Âgées se dévoile à l'occasion de ses portes ouvertes. Vous avez plus de 55 ans et du temps libre, l'association vous donne quelques idées sur comment le dépenser.

Depuis sa création en 1971, l'Office Nancéien des Personnes Âgées aide ses adhérents à vieillir de la plus belle des manières : dans la convivialité, le partage et en continuant à être actif de mille façons différentes. L'association accueille un public de séniors, de 55 ans et plus, retraités de longue date ou fraîchement arrivés, cherchant à occuper intelligemment leur temps libre. Jeux de société entre amis, séances de papotage autour d'un livre ou de sujets variés, apprentissages divers, des langues au multimédia, l'ONPA offre une palette large de choix d'occupations. Mais en quarante-trois ans, les attentes des séniors ont évolué et le catalogue d'activités a changé en même temps. Le programme élaboré pour l'année 2014/2015 promet quelques surprises, à découvrir pendant les portes ouvertes.

## Garder le rythme

Une nouvelle génération de séniors a vu le jour et ces derniers ont des attentes en adéquation avec les préoccupations actuelles : vieillir en gardant la forme et en prenant soin de soi. Parmi la quarantaine d'activités proposées cette année, l'association tente de combler ces demandes par un renouvellement dans l'offre des disciplines sportives. Pour 2014/2015, leurs 1600 adhérents pourront s'adonner par exemple au Pilates, un ensemble d'exercices conçus pour remodeler en douceur le corps et le tonifier. Alliant sport et bien-être, des séances de Qi Gong sont ajoutées au catalogue. Elles permettront à ses adeptes de faire une cure d'énergie, de se ressourcer et gagner en sérénité. D'autres activités continuent de rassembler les séniors selon



leurs envies : avoir plus de tonus, se muscler, travailler sa concentration ou son équilibre. Tai Chi Chuan, self-defense, yoga postural, les possibilités sont nombreuses et les cours sont ouverts à tous, à condition d'avoir un certificat médical en bonne et due forme.

## Suivez le guide

« Cette année, l'ONPA a voulu aussi mettre l'accent sur la culture et la rendre encore plus accessible. Jusque-là nous proposons uniquement des promenades urbaines. Dans notre nouveau programme, nous développons une offre variée de sorties culturelles », explique Marie Line Rubini, directrice de la structure. Dans ce cadre, deux intervenants guideront ces « touristes d'une après-midi » dans les rues de Nancy et, ponctuellement, dans d'autres lieux lorrains : Chamagne, Vic sur Seille, Lunéville ou Metz. Christophe Rodermann, médiateur et chargé de cours à l'université de Lorraine, embarquera deux samedis par mois ses apprentis historiens de l'art dans des parcours découverte autour d'œuvres ou d'artistes. Par le biais de cafés culturels

ou de visites de musées, il leur permettra d'élargir leurs connaissances sur l'art et ses différentes formes. Grâce à un partenariat avec l'Office de Tourisme de Nancy, Frédéric Maguin, guide conférencier du patrimoine, arpentera la cité avec un groupe de visiteurs, de la vieille ville au quartier des Trois-Maisons. Mais L'ONPA ne se cantonne pas à la Lorraine. Chaque année, Marie-Noëlle Bajolet, vice-présidente de l'association, organise un programme complet de sorties, voyages et séjours. C'est le cas pour la cinquantaine de personnes qui prendra le large vers la Corse du 21 au 30 septembre 2014. En Mai 2015, un séjour sur la Cote d'Azur vous est proposé en partenariat avec l'Agence Nationale pour les Chèques-Vacances pour aider financièrement ceux qui ont peu de moyens.

## Préparez l'avenir

L'ONPA a développé aussi des modules d'apprentissage, de remises à niveau ou de prévention. Quatre principales thématiques ont été l'objet d'attentions toute particulières : l'entraînement à la



mémoire, la nutrition avec des ateliers culinaires, la prévention routière en partenariat avec la préfecture de Meurthe-et-Moselle et la prévention des chutes avec le soutien de la CARSAT Nord Est (Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail). Des stages sont organisés plusieurs fois dans l'année. Les seniors peuvent ainsi prendre soin de leur santé future et continuer à assurer leur autonomie sur différents plans. Les stages de travail de la mémoire offrent ainsi des astuces pour entretenir ce muscle si mystérieux qu'est le cerveau. L'atelier équilibre est, quant à lui, essentiel pour reprendre confiance en son corps et continuer à agir avec aisance dans leurs actes au quotidien.

### Se rendre utile

La retraite est le bon moment pour prendre du temps pour soi mais aussi pour les autres. À travers son Réseau de Seniors Volontaires (RSV), l'association met en place un espace d'échanges pour ceux qui désirent s'impliquer dans une action citoyenne et sociale. Visiteurs à domicile, lecteurs en maison de retraite, ateliers solidaires, diverses expériences de bénévolat sont possibles et leurs représentants les mettront en lumière pendant ces journées portes ouvertes. Si l'ONPA mise fortement sur la convivialité et la solidarité, il s'efforce aussi de mettre l'accessibilité au cœur de ses activités. Aidé par la CARSAT Nord Est et la ville de Nancy, ses locaux ont été récemment mis aux normes. L'ONPA pense aussi à l'avenir. Les questions du bien vieillir et de l'autonomie des personnes âgées en difficulté sont au cœur de ses préoccupations. Le 9 octobre au Kinépolis, le colloque

« Les voies/x de l'autonomie » se tiendra : universitaires, chercheurs, étudiants et seniors seront présents et discuteront de ces sujets. Avec un catalogue toujours plus riche et le souci de préparer le futur, l'ONPA chouchoute ses adhérents et les aide à passer une retraite pleine de belles expériences.■

Portes ouvertes de l'ONPA les 18 et 19 septembre au 105 rue Saint-Georges à Nancy de 9h à 17h. Pour plus d'informations sur le catalogue des activités 2014/2015 : [www.onpa.fr](http://www.onpa.fr).

L'entrée du colloque « Les voies/x de l'autonomie » est libre, sur inscription auprès de l'ONPA.

ONPA, 105 rue Saint-Georges à Nancy • Tél. : 03.83.32.05.40 •

Mail : [contact@onpa.fr](mailto:contact@onpa.fr)



**PORTES OUVERTES JEUDI 18 ET VENDREDI 19 SEPTEMBRE DE 9H À 17H**

# ONPA Seniors actifs et solidaires

Culture



Multimédia



Rendez-vous conviviaux



Prévention



Loisirs & jeux



Activités physiques



Sorties & séjours



Solidarité



105 rue Saint Georges  
CS 30348  
54006 NANCY Cedex



03 83 32 05 40  
[www.onpa.fr](http://www.onpa.fr)

ville de  
**Nancy**

# BÂTIR SA MAISON SANS SOUCIS

Pour ne pas vous retrouver avec une maison montée comme un meuble en kit, mieux vaut penser à tout dans la construction de votre future demeure.

**B**âtir sa maison de A à Z, tout le monde en rêve. Mais ce projet de toute une vie peut vite virer au cauchemar. Pour éviter les mauvaises surprises, il est bon de respecter un certain nombre de règles.

## Évaluer le budget

Comme pour tout, l'argent est aussi le nerf de la guerre lorsqu'on décide de construire sa propre maison. Et, mauvaise nouvelle, un tel projet coûte souvent plus cher que ce que l'on avait imaginé. Il ne s'agit pas en effet d'ajouter le prix d'un terrain à celui d'une maison mais il faut aussi prévoir tous les frais annexes auxquels on ne pense pas forcément. Votre financement doit ainsi comprendre les dépenses liées au crédit immobilier, au terrain ou encore à votre future demeure, comme par exemple, l'assurance dommages-ouvrage qui est obligatoire et qui revient à 2 ou 3 % du prix total de la maison. Il ne faut pas non plus sous-estimer les frais de fin de chantier comme l'évacuation des terres excédentaires ou encore les aménagements extérieurs et intérieurs. Il est donc toujours conseillé d'ajouter une marge d'environ 10 % à votre budget prévisionnel pour parer à tous les imprévus.

## Bien choisir son terrain

Avant de poser le premier parpaing, vous allez devoir choisir votre terrain. Il en existe deux sortes : le lotissement et le diffus (isolé). Chacun a ses avantages et ses inconvénients. Le premier offre des garanties en matière de raccordement aux réseaux d'eau, d'électricité, etc., mais il impose des contraintes liées à l'urbanisme local. Avec un terrain isolé, vous aurez plus de libertés mais ce type d'emplacement présente des risques concernant la nature des sols et la viabilisation. Dans tous les cas, demandez un certificat d'urbanisme à la mairie pour vous assurer que le terrain est bien constructible.



Photos ©Thinkstock

## S'entourer de bons professionnels

Pour bâtir votre futur home sweet home, vous pouvez évidemment décider de vous retrousser les manches et de mettre les mains dans le cambouis... ou plutôt dans le ciment. L'idée est de faire des économies mais encore faut-il être bricoleur et prêt à sacrifier tout son temps libre. Autre solution, plus onéreuse mais moins chronophage, faire appel à un architecte ou à une entreprise spécialisée. Étant donné que vous allez passer vingt ou trente ans à rembourser votre crédit, dirigez-vous vers un professionnel ayant de bonnes références et n'hésitez pas à faire des devis chez plusieurs spécialistes.

## Vérifier l'exécution des travaux

Une fois toutes les formalités administratives bouclées, il faut compter environ un an avant de pouvoir poser le pied dans votre nouveau chez vous. Prévoyez une fourchette assez large car les imprévus liés à la complexité du chantier et les intempéries sont souvent synonymes de retard. Vous pouvez aussi faire un planning des principales étapes de la construction comme la préparation du terrain, le coulage du dallage, l'élévation des murs ou l'aménagement des cloisons intérieures. Viendra ensuite le moment crucial : la réception des travaux, lors de laquelle vous effectuerez un constat faisant l'objet d'un procès-verbal, signé par le constructeur et vous-même pour attester de la conformité des ouvrages. Vous pourrez émettre des réserves sur certains travaux non achevés ou à corriger. Dans le cas contraire, la maison sera considérée comme sans défauts et vous en serez le propriétaire. Il ne vous restera plus qu'à emménager. ■ M.K.



espace et avenir constructeur

<http://54.trabeco.fr/>

03 83 98 50 50

Votre MAISON  
+ TERRAIN  
à DIEULOUARD

**190.000€**

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



**Du 10 septembre au 10 octobre 2014, nous vous offrons un poêle à granulés bois EDYKAMIN\* d'une valeur de 4.000€ TTC**

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

### Les matériaux et garanties :

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

2014 PARTENAIRE BLEU CIEL D'EDF

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



# RECHERCHER UN BIEN IMMOBILIER : LES CONSEILS

En période d'instabilité économique, le bonheur est dans la pierre, dit-on. Mais pour que cette maxime se vérifie, il ne faut rien laisser au hasard, à commencer par la recherche. Petit guide pratique à l'usage du futur acquéreur.



## Choisir un terrain en vue de faire construire

Le choix d'acheter un terrain à bâtir n'est pas anodin. Dans certaines régions, ils sont rares et donc potentiellement chers. Dans d'autres, ils ne bénéficient pas tous d'une situation idéale ou des installations que l'on peut être en droit d'attendre (zone mal desservie, pas raccordée...). Mais, malgré ces obstacles, ce peut être un choix judicieux. La construction offre une grande liberté tant au niveau du projet (investissement, location, habitation...) que de sa réalisation (mainmise complète sur le projet, possibilité d'autoconstruction...).

Quel que soit votre projet, sa réussite dépend grandement de la qualité et de l'exhaustivité des informations que vous glanerez. Vous pourrez obtenir de précieux renseignements auprès de votre mairie. Sur simple demande, un certificat dit ordinaire – ou simplifié – vous sera remis. Il vous informera sur les règles d'urbanisme, les limitations administratives au droit de propriété et sur le régime de taxes et participations qui incombent au terrain en question.

Ce document renseigne également, indice capital, sur l'état des équipements publics prévus. Cet acte administratif n'a aucune valeur juridique et n'est délivré qu'à titre informatif. Il n'indique donc pas si le terrain est constructible ou non. Pour le savoir, il faudra demander un certificat d'urbanisme pré-opérationnel. Profitez de votre passage en mairie pour consulter le PLU (plan local d'urbanisme) et le POS (plan d'occupation des sols). Vous aurez ainsi une bonne idée de l'évolution de l'environnement du terrain et de ses éventuelles servitudes. Attention, les mesures enregistrées au cadastre n'ont pas de valeur juridique. Pour des données fiables, il faudra faire appel à un géomètre agréé. Profitez-en pour lui poser des questions sur l'état du sous-sol... Petit détail, aussi, qui a son importance : vous ne pourrez pas construire sur l'intégralité du terrain et la surface de la construction dépend du COS (coefficient d'occupation des sols).

Fort de ces renseignements, vous pourrez vous concentrer sur des critères plus précis. Vérifiez tout d'abord l'état des raccordements (eau, assainissement, électricité, téléphone...). N'oubliez pas que les éventuels travaux structurels – dont certains, comme le raccordement au tout-à-l'égout, sont désormais obligatoires légalement – viendront alourdir la facture finale. Viennent ensuite les questions relatives à la qualité du terrain : comment est-il orienté ? Est-ce que son prix au mètre carré correspond à celui du secteur ? Quelles sont les commodités avoisinantes ? Où sont les différentes voies d'accès ou les lignes de transports en commun les plus proches ? Une fois tous ses éléments précisément établis, vous pourrez vous concentrer sereinement sur la suite de votre projet. Et ça, ça n'a pas de prix.



©Getty

## Acheter un logement

Les mêmes questions que pour un terrain nu peuvent se poser lorsque l'on souhaite acheter un bien immobilier déjà construit.

Mais, avant toute chose, il vous faudra faire un point précis de ce que vous souhaitez acheter et de ce que vous souhaitez en faire (habitation, location, placement...). Une fois votre cahier des charges bien établi, écumez les agences immobilières et collectionnez leurs catalogues. En comparant les différents biens, vous aurez une idée très claire de l'état du marché local. En fonction de ces éléments, vous pourrez affiner votre budget. Même si le traitement de particulier à particulier permet parfois de faire des économies, il est tout de même conseillé, en cette période d'instabilité, de faire appel à un professionnel qui aura une connaissance plus pointue du marché et ne sera pas sentimentalement impliqué dans la vente.

Dans le processus d'achat, ce sont les visites qui sont les plus importantes. N'hésitez pas à les multiplier et ce, à différentes heures de la journée. Vous obtiendrez ainsi des informations cruciales sur l'ensoleillement et les éventuelles nuisances sonores. Faites abstraction de la décoration et de la peinture, ce sont des détails qui n'ont que peu d'importance et focalisez-vous sur des éléments bien plus déterminants. S'il s'agit d'une copropriété, réclamez un détail complet des charges et de ce qu'elles englobent et un résumé des taxes foncière et d'habitation. N'hésitez pas, non plus, à demander le procès-verbal de la dernière assemblée de copropriété et son carnet d'entretien, vous obtiendrez ainsi une photographie très instructive de ce qui se trame dans le lotissement. Après avoir parfaitement examiné le bien (propreté, plomberie, réseau électrique...), passez du temps dans les parties communes et n'oubliez pas de visiter garages et combles. Si vous le pouvez, discutez un peu avec le voisinage pour ressentir l'ambiance qui règne.

Avec tout cela bien noté, comme il se doit, dans un petit carnet, vous éviterez bon nombre de mauvaises surprises, ce qui, pour une aventure qui peut être celle d'une vie, est la moindre des choses. ■

**MAISON NOBLESS**

**VOTRE MAISON 5 PIÈCES À PARTIR DE 94 500 €**

**IMAGINEZ VOTRE MAISON...**

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

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

**Et vous, quelle sera votre maison ?**

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

Optimisez votre performance énergétique avec le gaz naturel

maisons-nobless.fr

**MAISONS NOBLESS**  
LA MAISON AU FEMININ

**PRÉSENT AU SALON HABITAT ET BOIS D'EPINAL DU 18 AU 22 SEPTEMBRE • HALL A - 106**

**Art & Fenêtres**  
L'ART D'ÊTRE UNIQUE

**-15% SUR LES FENÊTRES\***  
JUSQU'AU 15 OCTOBRE

**NOUVEAU MATÉRIAU NOUVELLE PERFORMANCE**

**1ÈRE FENÊTRE PERSONNALISABLE**

- + LUMINEUSE**  
Jusqu'à 10% de luminosité en plus par rapport à une fenêtre traditionnelle.
- + SÉCURISÉE**  
grâce à un concept d'ouvrant protégé.
- + ISOLANTE**  
meilleur coefficient d'isolation du marché Coeff Uw jusqu'à 0,8.
- + INNOVANTE**  
nouveau matériau issu des technologies de la formule 1 et de l'aviation.
- + RIGIDE ET RESISTANTE**  
pour une longévité et une sécurité accrues.

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

**MENUISERIES SC54**  
147 AV. DE STRASBOURG - NANCY  
Tél. 03 83 38 97 72  
www.artetfenetres.com

# EVITER LES PIÈGES DE LA VENTE ENTRE PARTICULIERS

Afin d'échapper à de coûteux frais d'agence immobilière, de nombreux Français décident de se charger eux-mêmes de la vente de leur logement. Un choix avantageux sous conditions.

**E**n France, on estime que plus de la moitié des transactions immobilières se réalise entre particuliers, le plus souvent pour économiser des frais d'agence atteignant entre 4 et 10 % du prix du bien. Une démarche d'autant plus attractive qu'elle a été largement simplifiée par le développement d'innombrables sites internet de petites annonces. Il faut toutefois rester prudent pour ne pas se faire flouer.

## Des prix aléatoires

Le premier problème des annonces immobilières passées par des particuliers réside dans le prix de vente. Le propriétaire peut ainsi être tenté de fixer le tarif au même niveau que s'il avait dû répercuter la commission d'un agent immobilier. De même, les vendeurs surévaluent très souvent la valeur de leur logement. Conséquence logique : la vente mettra davantage de temps à se réaliser et fera sans doute l'objet d'une négociation plus grande.



Dans le cadre d'une transaction entre particuliers, il est donc d'autant plus essentiel de se renseigner sur le marché immobilier local, tant du côté du vendeur que de celui du candidat à l'achat. Pour cela, consultez les indices publiés par le Conseil du notariat et les prix pratiqués par les agences immobilières autour de chez vous. En tant que propriétaire, n'hésitez pas non plus à faire évaluer votre bien gratuitement par deux ou trois professionnels, en demandant une estimation basse et haute, afin de déterminer son juste prix.

Conseil : plutôt que de surévaluer la valeur de votre habitation, profitez de cette transaction directe pour fixer un tarif un peu inférieur à celui des agences proposant des biens similaires au vôtre. Vous augmenterez ainsi vos chances de vendre plus rapidement.

◆ Bien que très alléchantes sur internet, les annonces immobilières passées par les particuliers peuvent vous réserver de mauvaises surprises.



## Une information incomplète

En renonçant aux services d'un professionnel, le propriétaire s'engage, par ailleurs, à assumer seul la promotion de son bien, tout en respectant l'obligation d'information qui l'accompagne. Depuis 2011, l'annonce immobilière doit notamment préciser l'échelle de performance énergétique du logement. De plus, le vendeur doit annexer les diagnostics techniques au compromis de vente, en vertu de la loi Hamon du 17 mars sur la consommation.

Le descriptif même de l'habitation est souvent l'objet de tromperies: tentation d'embellir le bien, mesure aléatoire de la surface habitable, imprécisions sur les prestations, etc. La rédaction d'une annonce complète et fiable comportant des photos de bonne qualité constitue l'épreuve du feu pour le propriétaire!

Quant à l'acquéreur, il doit interroger le vendeur en profondeur avant de visiter le bien, pour ne pas se laisser bernier par des annonces fantaisistes. Des embûches similaires se rencontrent d'ailleurs lors de la visite, le propriétaire étant tenté de masquer les défauts de sa maison.

On l'aura compris, malgré les atouts de ce type de transaction, de nombreuses irrégularités peuvent entraver le bon déroulement d'une vente immobilière entre particuliers. Ces derniers doivent donc redoubler de vigilance. ■



### Zoom

- La capacité financière de l'acheteur: c'est une difficulté souvent sous-estimée par les propriétaires. Généralement, les agences immobilières sélectionnent les dossiers en amont, en imposant, par exemple, l'accord de principe d'un prêt immobilier. Le vendeur particulier doit donc s'inspirer de cette pratique s'il ne veut pas risquer de voir la vente échouer en cours de procédure.
- Un risque juridique limité: si le recours à un professionnel peut être limité au minimum, la conclusion définitive de la transaction n'échappe cependant pas à l'homologation du notaire. Et heureusement! Car c'est cet officier public qui va garantir la légalité de la vente.



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 / COMMERCEY / EPINAL / THIONVILLE

# LES CLÉS DE L'OFFRE D'ACHAT

Couramment pratiquée bien que méconnue, la proposition d'achat d'un bien immobilier est un acte juridique à ne pas prendre à la légère.

Après avoir longtemps cherché la perle rare, vous avez enfin jeté votre dévolu sur un magnifique appartement correspondant à tous vos critères de sélection. Mais la concurrence est rude. Afin de ne pas laisser passer votre chance, vous souhaitez faire une offre d'achat au vendeur. Néanmoins, avant de vous lancer, assurez-vous d'avoir bien mesuré l'ampleur de l'engagement que vous vous apprêtez à prendre.

## Un premier pas vers l'achat

L'offre d'achat se présente sous la forme d'une lettre manuscrite par laquelle vous manifestez votre intention d'acquérir le bien immobilier concerné pour un prix donné, en général équivalent ou inférieur au montant de l'annonce.

Loin de constituer un simple vœu pieux, cet acte juridique engage votre responsabilité auprès du vendeur. Ce dernier pourrait, autrement dit, vous réclamer des dommages et intérêts dans l'éventualité où vous feriez mine de vous désengager.

À l'inverse, il est essentiel de noter que cette promesse n'engage que vous. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle cet acte est également appelé « proposition unilatérale d'achat ». En d'autres termes, tant qu'il ne l'a pas accepté en la signant, le vendeur n'a aucune obligation envers vous.

En revanche, une fois que le document a recueilli les signatures des deux parties, la vente est en théorie formée. Et ce, alors même que



la loi interdit de verser la moindre somme d'argent à ce stade. En pratique, cependant, cette offre ne pourra constituer un « avant-contrat » que si elle est enregistrée dans un délai de dix jours à compter de son acceptation, au bureau d'enregistrement de votre domicile. Mais, le plus souvent, c'est un compromis de vente signé chez le notaire qui confirmera cette première proposition, avant que la transaction ne soit définitivement conclue.

## Le poids des mots

La proposition d'achat ne doit donc pas être rédigée à la va-vite. Sur ce plan, le législateur a pourtant laissé le champ libre aux candidats à l'achat. Deux cas de figure peuvent se présenter.

Vous pouvez être amené à établir seul votre offre. Dans cette hypothèse, il faut au moins indiquer vos nom et coordonnées, l'adresse du bien concerné, une description sommaire de ce dernier, le prix proposé ainsi qu'un délai de validité pour cette proposition (une dizaine de jours maximum), afin de ne pas être engagé trop longtemps par cette promesse unilatérale.

Il est, en outre, fort utile, de mentionner une condition suspensive relative à l'obtention d'un prêt par exemple, mais aussi de préciser que « la vente ne sera légalement constituée qu'à la signature du compromis ». De sages précautions qui vous permettront de vous désister si votre crédit vous est refusé.

Toutefois, il peut arriver que l'offre d'achat soit déjà pré-remplie par



Photos © Thinkstock

**LE SURPLUS**  
**VENTE DE VÊTEMENTS MILITAIRES**  
**NEUFS & OCCASION**  
**TOILES DE TENTES**  
**À PARTIR DE 4M DE LONG**  
**ARMOIRES DE BUREAUX**

**-50% SUR TOUT L'HABILLEMENT JUSQU'À ÉPUISEMENT DU STOCK**

**OUVERT : TOUS LES JEUDIS, VENDREDIS & SAMEDIS**  
**9H30-12H & 14H-19H**  
**112BIS RUE DU 155 R.I.**  
**55200 COMMERCEY**  
**TÉL : 03.29.90.74.08**



l'agence immobilière gérant le bien convoité. Attention dans ce cas à bien vérifier les éléments précédemment mentionnés.

Sachez enfin qu'une fois que le vendeur vous a notifié son accord par lettre recommandée ou que vous avez accepté sa contre-proposition – après négociation du prix –, vous disposez d'un délai légal de sept jours pour vous rétracter. À défaut, la procédure se poursuit avec la signature du compromis de vente.

### À noter

La Loi pour l'accès au logement et un urbanisme rénové, dite loi Alur, du 24 mars oblige désormais le vendeur à annexer plusieurs documents au compromis de vente, dont les diagnostics techniques et le montant des charges de copropriété. Mais n'hésitez pas à les demander dès la fin de la visite du logement coup de cœur, pour pouvoir établir une offre d'achat en toute connaissance de cause. ■

### Les éléments clés

L'offre d'achat doit comporter plusieurs éléments essentiels :

- la description du bien: précisez s'il s'agit d'un appartement ou d'une maison, sa localisation exacte ainsi que sa superficie et les éventuelles dépendances qui l'accompagnent.
- le prix: ce montant inscrit en toutes lettres est à considérer hors frais de notaires. Indiquez aussi qu'il sera intégralement payé le jour de la signature de l'acte authentique de vente.
- extinction de l'offre: mentionnez une durée de quelques jours pour ne pas rester engagé trop longtemps.
- conditions suspensives: il s'agit par exemple de l'obtention d'un prêt (avec montant et taux accordé).

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

*Des constructions dans l'air du temps!*

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

**MAISONS ECR**

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

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



« Café Jazz » de rentrée avec Olivier Louvel Quintet - « Animal Pop »

Vendredi 12 septembre 2014 à 20h30 au Lavoir-Théâtre  
Rue des Petites Boucheries à Epinal

Tarifs : plein 11 euros - réduit 8 euros

Réservation et renseignement :

Isabelle Sartori

isabelle.sartori@epinal.fr

03 29 31 04 85

Quintet composé de :

Olivier Louvel : guitares, ukulélé, saz, banjo

Benoît Sourisse : piano, orgue Hammond B3

André Charlier : batterie

Yannick Boudruche : chant

Hervé Gourdikian : duduk

Pour Olivier Louvel, la musique est histoire d'ouverture et de voyages. Le monde, il l'a parcouru dans tous les sens, avide de connaître ses musiques, ses peuples, ses

soleils. D'Indonésie en Namibie, de l'Equateur aux paysages arctiques.

Avec l'Orchestre National de Barbes, Geoffrey Oryema, David Linx, Billy Cobham, Mike Manieri, Antonio Sanchez, Gil Godstein, Manu Katche, Stéphane Huchard, Anne Ducros, Idir, Rick Margitza, Jeanne Cherhal ..., le guitariste de Caen, aujourd'hui parisien, agrandit chaque jour sa famille musicale, le monde est sa limite. Ouverture et couleurs, ce sont les mots d'ordre d'un album concept à consonance pop.

Un beau début de saison qui donne le ton !!!



9<sup>ème</sup> fête de la Courge

Dimanche 28 septembre 2014 de 10h à 18h au Parc du château de Marbache

Entrée libre

Contact : Corinne PAVESI

1, rue A. Briand 54820

MARBACHE

cpavesi@free.fr

Tél : 06 12 21 49 9

ou 03 83 24 45 90 après 19 h.

Artisanat, produits du terroir, expositions, ateliers, animations, promenade à dos de poney, concours du cracher de graines de courges sans élan et concours de la meilleure assiette gourmande à base de courges.

Restauration sur réservation



29<sup>ème</sup> édition du Tour de Moselle

Du 12 au 14 septembre 2014

Le Tour de Moselle cyclisme revient pour sa 29<sup>ème</sup> édition, les 12, 13 et 14 septembre 2014. Organisé par le Cyclo Sport Thionvillois, cette course cycliste élite open en 4 étapes vous propose un programme chargé :

- 12 sept. : CCCE - Berg sur Moselle / Etrange - 139,7 km
- 13 sept. : CLM - Val de Frensch - Florange / Florange - 14,9 km
- 13 sept. : Portes de France - Yutz / Basse-Ham - 107 km
- 14 septembre : Thionville / Thionville - 168,5 km



QUIZ sur une idée de Robert Stadler

Du 13 juin 2014 au 12 octobre Galerie Poirel

3 rue Victor Poirel- Nancy.

Tarif : Plein 4€ - Réduit 2€ -

Gratuit pour les moins de 12 ans. Gratuit pour tous : les 7, 20 et 21 septembre, et le 5 octobre.

Outre certaines des réalisations de Stadler, le visiteur de QUIZ découvre une large sélection d'artistes et de designers internationaux actuels dont les travaux interrogent le statut des objets.

Sculpture ? Produit ? Meuble ? QUIZ intrigue. QUIZ stimule. QUIZ permet d'apprécier librement les enjeux liés à ces choses aux formes stupéfiantes.

**Pompes Funèbres - Marbrerie**

**ROC • ECLERC**

PARCE QUE LA VIE EST DÉJÀ ASSEZ CHÈRE !

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

24h / 24 - Tél : 03 83 55 55 55





### Sex Tape

**Sortie :** 10/09/14 - Film Américain - Comédie  
**Réalisé par :** Jake Kasdan **Avec :** Cameron Diaz, Jason Segel, Rob Corddry

**Synopsis :** Jay et Annie s'aiment, mais dix ans de mariage et deux enfants ont un peu érodé leur passion. Pour ranimer la flamme, ils décident de filmer leurs ébats lors d'une séance épique. L'idée semble bonne... jusqu'à ce qu'ils s'aperçoivent

que la vidéo a été envoyée par erreur à tout leur entourage, familial et professionnel ! Pris de panique, ils sont prêts à tout pour faire disparaître le film à scandale chez chacun des destinataires. Ils jouent leur réputation, leur carrière, leur mariage et leur santé mentale...



### Gemma Boverly

**Sortie :** 10/09/14 - Film Français - Comédie, Drame **Réalisé par :** Anne Fontaine **Avec :** Gemma Arterton, Jason Flemyng, Fabrice Luchini

**Synopsis :** Martin est un ex-bobo parisien reconverti plus ou moins volontairement en boulanger d'un village normand. De ses ambitions de jeunesse, il lui reste une forte capacité d'imagination, et une passion toujours vive pour la grande littérature, celle de

Gustave Flaubert en particulier. Un couple d'Anglais, aux noms étrangement familiers, vient s'installer dans une ferme de la région. Non seulement les nouveaux venus s'appellent Gemma et Charles Boverly, mais encore leurs comportements semblent être inspirés par les héros de Flaubert. Pour le créateur qui sommeille en Martin, l'occasion est trop belle de pétrir le destin de personnages en chair et en os. Mais la jolie Gemma Boverly, elle, n'a pas lu ses classiques, et entend bien vivre sa propre vie...



### Sin City : j'ai tué pour elle

**Sortie :** 17/10/14 - Film Américain - Action, Thriller, Drame **Réalisé par :** Frank Miller, Robert Rodriguez **Avec :** Eva Green, Josh Brolin, Jessica Alba

**Synopsis :** Dans une ville où la justice est impuissante, les plus désespérés réclament vengeance, et les criminels les plus impitoyables sont poursuivis par des milices.

Marv se demande comment il a fait pour échouer au milieu d'un tas de cadavres. Johnny, jeune joueur sûr de lui, débarque à Sin City et ose affronter la plus redoutable crapule de la ville, le sénateur Roark. Dwight McCarthy vit son ultime face-à-face avec Ava Lord, la femme de ses rêves, mais aussi de ses cauchemars. De son côté, Nancy Callahan est dévastée par le suicide de John Hartigan qui, par son geste, a cherché à la protéger. Enragée et brisée par le chagrin, elle n'aspire plus qu'à assouvir sa soif de vengeance. Elle pourra compter sur Marv... Tous vont se retrouver au célèbre Kadi's Club Pecos de Sin City...



### Sin City : j'ai tué pour elle

**Sortie :** 17/10/14 - Film Français - Drame, Romance **Réalisé par :** Benoît Jacquot **Avec :** Benoît Poelvoorde, Charlotte Gainsbourg, Chiara Mastroianni

**Synopsis :** Marc rencontre Sylvie alors qu'il a raté le train pour retourner à Paris. Ils errent dans les rues jusqu'au matin, parlant de tout sauf d'eux-mêmes, dans un accord rare. Quand Marc prend le premier train, il donne

à Sylvie un rendez-vous, à Paris, quelques jours après. Ils ne savent rien l'un de l'autre. Sylvie ira à ce rendez-vous, et Marc, par malheur, non. Il la cherchera et trouvera une autre, Sophie, sans savoir qu'elle est la sœur de Sylvie...

# JEU-CONCOURS

En partenariat avec l'UGC Ciné Cité Ludres

**30 PLACES\* À GAGNER**  
 pour l'avant première du film

**«Avant d'aller dormir»**

le lundi 22 septembre à Ludres à 20h00

### OÙ EST HERCULE ?

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



**Synopsis** • Christine est affectée d'un cas très rare d'amnésie : chaque matin, elle se réveille sans se souvenir de rien, ni même de son identité. Son dernier espoir réside dans son médecin, qui lui conseille de tenir un journal vidéo. Elle traque les informations pour se souvenir peu à peu de son passé, reconstituant progressivement le fil de son existence. Mais très vite, ses rares certitudes vont voler en éclat.



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

# JEU-CONCOURS

## 10 PLACES\* À GAGNER

\*soit 5 places pour 2 personnes  
 Les gagnants seront avertis par email.

**Marie Myriam**  
 En Concert

Casino de BUSSANG

Vendredi 26 sept 2014 21h00

Réservation & Information  
 Tél 03 29 28 88 00  
 ou sur le site www.casino-bussang.fr

Ticketnet 15 €

Salle de spectacle du Casino - 9, allée du casino 88540 Bussang

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

**Bélier (du 21 mars au 20 avril)**

**Amour:** Vous trouverez dans le dialogue avec l'autre de vrais moments de bonheur. Si vous êtes célibataire vous allez faire une rencontre qui vous subjuguera. **Travail-Argent:** Vous devriez ressentir une accélération dans votre vie professionnelle. Allez à l'essentiel. **Santé:** Vous vivez l'instant présent avec la détermination d'être heureux.



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

**Amour:** Vous allez vivre des journées d'intense satisfaction. L'étranger ou une personne étrangère pourrait y être pour quelque chose. **Travail-Argent:** Vous ne risquez pas de jouer les utilités ! Ces jours-ci, vous bénéficiez de bons appuis. Des projets vous dynamisent et se concrétisent. **Santé:** C'est la forme !



**Gémeaux (du 21 mai au 21 juin)**

**Amour:** Votre partenaire vous donnera une belle marque d'attachement. Vous n'avez pas de raison d'être inquiet. **Travail-Argent:** Ne cherchez pas la petite bête ; Les affaires vont plutôt bien. **Santé:** Redoublez de précautions contre les risques de chutes.



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

**Amour:** Vous partagez les mêmes valeurs fondamentales que la personne qui vit à vos côtés et cela vous rassure. **Travail-Argent:** Vous aurez la possibilité de conclure des accords et de concrétiser des projets sur lesquels vous travaillez depuis longtemps. **Santé:** Vous souffrez d'insomnies



**Lion (du 24 juillet au 23 août)**

**Amour:** Vous serez tiraillé entre le désir de profiter pleinement de la vie et la peur de compromettre la stabilité de votre couple. Ce qui risque fort de provoquer chez vous un sentiment d'insatisfaction. **Travail-Argent:** Vous vous sentez apte à créer, produire et bâtir. Vous ne vous en privez pas d'autant plus que vous bénéficiez d'une aide précieuse. **Santé:** Ne vous surmenez pas outre mesure.



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

**Amour:** Vous serez contrarié par mille petits riens et l'ambiance à la maison ne sera pas des meilleures. Votre partenaire aura du mal à vous supporter. **Travail-Argent:** C'est le moment de reprendre vos dossiers de longue date, et de les analyser plus sereinement. D'anciens projets pourraient aboutir. **Santé:** Ne dépassez pas la limite de vos forces.



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

**Amour:** Climat amoureux empreint de douceur et de légèreté. Vous ferez assaut de séduction sans vous encombrer de considérations pesantes. **Travail-Argent:** La chance sera de votre côté. Vous aurez aussi la possibilité de réaliser une bonne opération financière. **Santé:** Votre vitalité est excellente et pourrait vous pousser aux excès.



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

**Amour :** Votre partenaire aura parfois du mal à comprendre vos réactions et il y aura de l'électricité dans l'air, mais vous vous débrouillerez toujours pour désamorcer sa colère. **Travail-Argent:** Vous avez l'impression de vous être engagé dans une voie qui ne vous correspond pas vraiment. **Santé:** N'oubliez pas de prendre du repos.



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

**Amour :** L'épanouissement affectif vous est promis. Vous trouverez des charmes extrêmes à votre vie sentimentale. **Travail-Argent:** Vous aurez de fortes chances d'aborder votre travail avec une belle décontraction cette semaine. Cela ne portera pas à conséquence. **Santé:** Belle forme.



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

**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. **Santé:** Adoptez une meilleure hygiène de vie.



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

**Amour:** Le climat sentimental devient moins tristounet, pour certains natis en tout cas. Vous retrouverez ainsi tendresse et compréhension auprès des êtres qui vous sont chers. **Travail-Argent:** Vous devriez modérer votre esprit critique au bureau. Vos réflexions parfois cyniques ne seront pas toujours appréciées. **Santé:** Petite tendance à la nervosité.



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

**Amour:** Ne laissez pas les petits soucis quotidiens gâcher vos relations avec votre partenaire. Prenez du recul. **Travail-Argent:** Vous ferez preuve de précision, et d'une organisation sans faille. Vous bouclerez rapidement les dossiers en cours. **Santé:** Prenez soin de vous, surtout si les autres oublient de le faire !



**CHOCOLAT  
LAIT EN  
SABAYON  
LEGER**

**CRÈME DE  
CITRON VERT  
AUX PARFUMS DE  
SPÉCULOOS**

**Le Capu**

Hervé et Laurence Fourrière

A. 31 rue Gambetta 54000 Nancy

T. +33 (0)3 83 35 26 98 M. info@lecapu.com - W. www.lecapu.com



**Recette pour  
4 personnes**

**Gelée de Citron Vert et Vanille**

- ¼ zeste de citron vert
- 60 g jus de citron vert
- 100 g eau
- ¼ gousse de vanille
- 3 g gélatine

Porter à ébullition l'ensemble des ingrédients, couvrir, faire infuser hors du feu pendant 5 minutes. Chinoiser, rectifier le poids du liquide à 500 g, coller à la gélatine. Réserver en bac plastique et en chambre froide durant une nuit minimum avant utilisation.

**Crème de Citron Vert**

- 50 g jus de citron
- ¼ zeste de citron vert
- 1 oeuf
- 70 g sucre
- 1,25 g gélatine
- 50 g beurre

Porter à ébullition le mélange de crème et zeste de citron. Mélanger l'oeuf au sucre, l'incorporer au mélange ci-dessus, cuire le tout à 82°C. Débarrasser aussitôt dans une nouvelle colette. Incorporer la gélatine préalablement réhydratée. Refroidir le tout à 35°-40°C, incorporer petit à petit le beurre pommade. Réserver en bac plastique et en chambre froide durant une nuit minimum avant utilisation.

**Chocolat Lait en Sabayon Léger  
(cette préparation est à utiliser  
aussitôt, ou dans l'heure)**

- 180 g jaunes d'oeufs
- 150 g crème liquide 35% MG
- 120 g chocolat Lait 40% de cacao

Tiédir à ~35°C le mélange de jaune d'oeufs et crème, monter le tout au batteur jusqu'à l'obtention d'un sabayon. Pendant ce temps, faire fondre au micro-ondes la couverture, puis l'incorporer délicatement au mélange ci-dessus (idem mousse au chocolat).

**Au Dernier Moment**

- q.s. petites meringuettes
- q.s. brisures de spéculoos
- 4 quenelles de sorbet citron

Garnir le fond d'une assiette creuse des brisures de spéculoos avant d'en recouvrir de sabayon au chocolat lait rehaussé d'une quenelle de sorbet citron. Décorer le bord d'assiette de 3 pointes de crème citron, de gelée citron, de spéculoos concassé, de meringuettes et de pétales de fleurs. Déguster aussitôt.



# PRIX SACRIFIÉS

## AVANT CHANGEMENT D'ADRESSE

SOYEZ LES PREMIERS À VENIR FAIRE VOTRE CHOIX  
PARMI 45 MODÈLES EXPOSÉS DE GRANDES MARQUES



## PRIX SACRIFIÉS

**SUR 33 POÊLES - 8 CHEMINÉES  
ET 3 CUISINIÈRES D'EXPOSITION...**



GODIN • CHAZELLES • MAX BLANK • CONTURA • ROMOTOP • SERGIO LEONI • DON BAR • CORRADI

### CHEMINÉES & POÊLES

# Miclo

## TOUT L'ART DU FEU

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



➔ **NANCY 03 83 57 91 63** [www.cheminees-miclo.fr](http://www.cheminees-miclo.fr)

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

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

10<sup>e</sup> édition

jardins de  
**VILLE**  
jardins de  
**VIE**



samedi 27 <sup>10h</sup> <sup>> 21h</sup>  
**nocturne**

dimanche 28 <sup>10h</sup> <sup>> 19h</sup>  
septembre

**2014**

Entrée libre

Domaine de Montaignu  
Jarville-la-Malgrange  
Lanueuveville-devant-Nancy

ateliers  
spectacles  
animations  
100 exposants

UNE MANIFESTATION GRANDEUR NATURE !



**GrandNancy**  
COMMUNAUTÉ URBAINE & HUMAINE