

LORRAINE

MAGAZINE

**29, 30 sept,
& 1^{er} oct.
2023**

Conférences
Débats
Littérature
Expositions
Géo-numérique
Gastronomie
Cinéma
Spectacles

urgences



**FESTIVAL INTERNATIONAL
DE GÉOGRAPHIE**
de Saint-Dié-des-Vosges

34^e édition

PAYS INVITÉ : **LE CHILI**

fig.sddv.fr

Fondateur: Christian Pierret

EXPOSITION
LOUISIANE
NOUVELLE-ORLÉANS



FOIRE INTERNATIONALE DE METZ

du vend. **29 sept.**
au lundi **09 oct.** 2023



Parc des Expos - Metz | www.foiredemetz.com



ÉDITO

L'URGENCE DU COLLECTIF

Face aux urgences (climatique, sociale, économique...), nous n'avons pas tous et toutes la même façon de réagir. Certains jouent l'indifférence en espérant leur inaction n'empêche pas le nuage de passes. D'autres ont le verbe haut, s'indignent, dénoncent l'immobilisme ambiant ; une minorité de ceux-là agissent en coulisses (ou sous les projecteurs) à améliorer un système abimé par ses propres archaïsmes. Premier levier de ces combattant.e.s d'utilité publique œuvrant à changer nos pratiques pour accoucher d'un monde plus conscient : le collectif.

Ce 212^e numéro de Lorraine Mag donne à voir à quel point le « nous » est requis lorsqu'il s'agit de gérer (ou d'accélérer) le nécessaire changement.

Faisant des « urgences » le terreau des nombreux rendez-vous qui animeront sa 34^e édition, le Festival international de géographie de Saint-Dié-des-Vosges s'engage à libérer la parole pour accoucher d'idées novatrices, salvatrices, collectives.

La notion de collectif est la raison-même d'exister de « Place de l'Engagement », plateforme créée par le Conseil Départemental de Meurthe et Moselle pour relier associations et aspirants au bénévolat. Se conjuguant au pluriel, les Fêtes d'automne du Département constituent l'heureuse réunion de la Fête de la pomme et de la Fête de la soupe de la Cité des Paysages.

Opérant un tournant stratégique, la Souris Verte à Epinal défend désormais une programmation à plusieurs têtes.

Quid de l'insubmersible paquebot NJP ? Il est la preuve (par 50) que le collectif a du passé, du présent et de l'avenir.

■ Cécile Mouton

SALON HABITAT ET BOIS

DU 21 AU 25 SEPTEMBRE
ÉPINAL CONGRÈS



**PARKINGS, NAVETTES
ET GARDERIE POUR
ENFANTS* GRATUITS**



www.salon-habitatetbois.fr

* Soumis à conditions, voir modalités sur le site internet du salon.

© Dinasti Raphaël Nijman

sommaire

REPORTAGE À LA UNE

6 FIG 2023 entre urgences et Chili

SORTIES

- 12** Pink Floyd au cœur d'un spectacle unique
- 14** À la rentrée, les adultes font la montagne buissonnière !
- 18** Sainte-Croix, terre d'ébats
- 20** Fantastiques carnivores
- 22** Fêtes d'automne, de la pomme et de la soupe !
- 24** Cliquer, c'est s'engager !

ART & CULTURE

- 26** La Souris Verte célèbre le collectif
- 30** 3 façons de passer le cap des 50 ans (de NJP)
- 32** Nuances, le festival électro performant
- 34** 1^{ère} édition du Festival des Petits Lecteurs



facebook.com/LorraineMagazine

#212 Du 19/09 au 02/10/2023 ■ Prochaine parution le 3 octobre /// Retrouvez tous nos anciens numéros sur lorrainemag.com

Lorraine Magazine est une publication de SCPP N°ISSN : 2265-9919 • Directeur de la publication Philippe Poirot 06 49 35 04 30 • philippe@lorrainemag.com • Directrice de la publicité Sylvie Courtin 06 14 12 54 38 • sylvie@lorrainemag.com • Réalisation graphique Compo Graphisme / Chloé De Menech • compso.graphisme@gmail.com • Journalistes Cécile Mouton cecile.mouton@yahoo.fr, Lauren Ricard, MK • Crédits photos Couverture : © Festival International de Géographie de Saint-Dié-des-Vosges • Intérieur : © DR • Distribution Distri-mag • 06 77 06 97 06 • Pour nous écrire Lorraine Magazine - SCPP 224 rue des Brasseries 54320 Maxéville - lorraine.com/contact - Tirage : 30 000 exemplaires • Dépôt légal n°1741 • Imprimé par BLG Toul sur papier PEFC - La reproduction intégrale ou partielle de ce magazine est interdite sauf accord écrit de Lorraine Magazine.

HABITAT & DÉCO

- 36** Sus au froid !
- 38** L'audit énergétique : pour qui ? À quel prix ? Comment ?
- 40** La ventilation double-flux pour déshumidifier sans faire chuter le thermostat
- 42** Chauffage : les installations les plus rentables
- 44** Bois nature, le fournisseur de vos projets bois

ET AUSSI...

- 46** Silence, on bouquine !
- 48** Recettes
- 50** Horoscope



MEUBLES Maison Du Massif

**UNE GARANTIE D'UN RELOOKING
DE QUALITÉ PROFESSIONNELLE
SUR MEUBLES ET CUISINES**



PRÉSENT
SALON
HABITAT
ET
BOIS

PRÉSENT
FOIRE
INTERNATIONALE
METZ



**MODERNISEZ
VOS MEUBLES
OU VOTRE CUISINE
SANS LE COÛT
D'UN MEUBLE NEUF**

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

DEVIS GRATUIT

ATELIER & EXPOSITION

📍 54210 VILLE EN VERMOIS

03 83 46 55 66

www.meubles-mdm54.com

3.500 m²

Ouverture : Le lundi de 14h à 18h30 ;
Du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h30

REPORTAGE ■ à la une

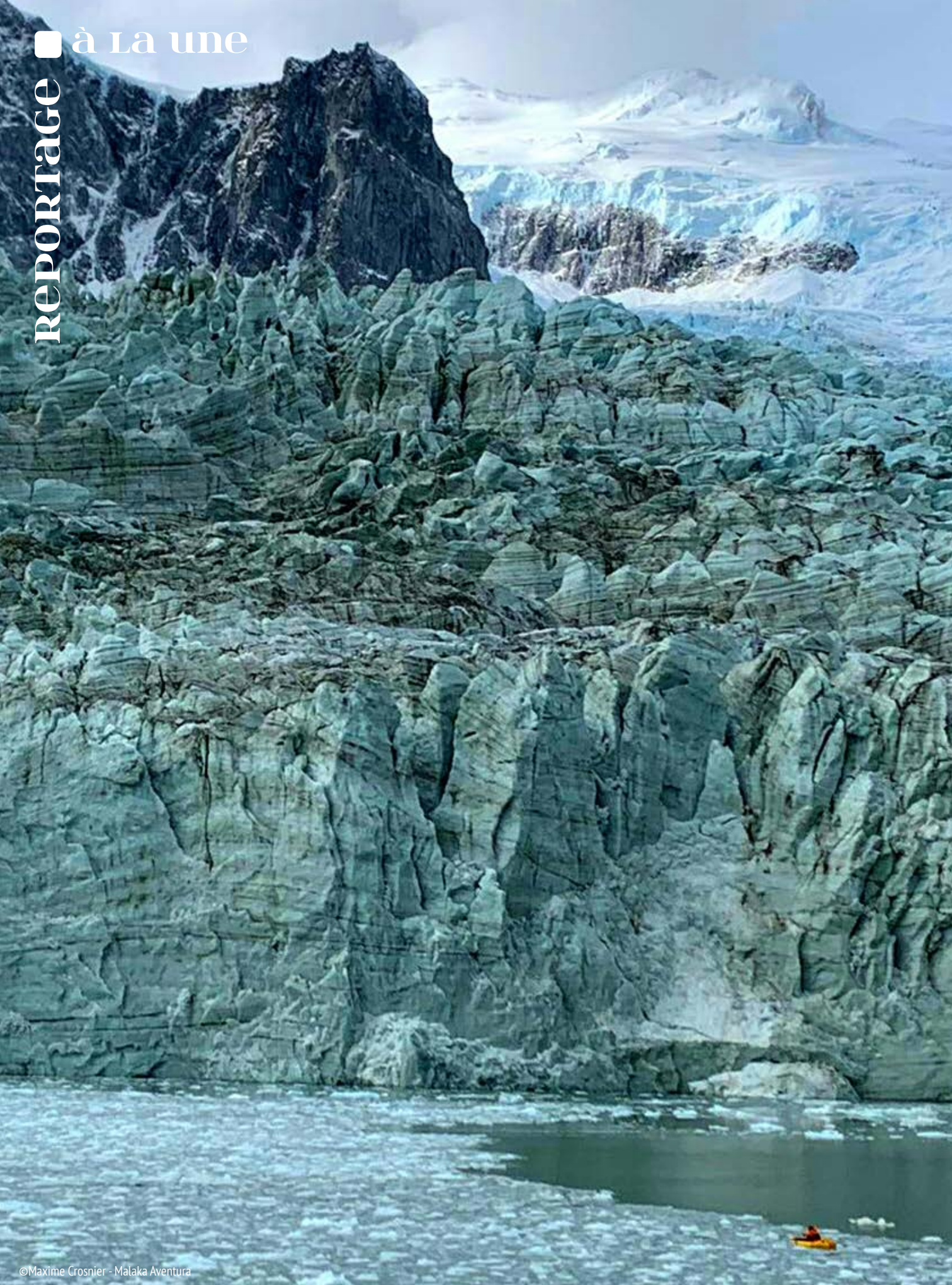


FIG 2023 ENTRE URGENCES ET CHILI

Organisé du 29 septembre au 1^{er} octobre, le 34^e Festival International de Géographie (FIG) de Saint-Dié-des-Vosges naviguera cette année entre « urgences », son thème fil rouge, et Chili, le pays invité.



LE CHILI EN PAYS INVITÉ

Après le Portugal l'an dernier, c'est le Chili qui sera mis à l'honneur cette année. De ce pays d'une profonde complexité, d'où nous viennent des artistes mondialement connus – les poètes Gabriela Mistral et Pablo Neruda, le romancier Luis Sepulveda, les réalisateurs Pablo Larraín et Patricio Guzmán ou encore la chanteuse Violeta Parra –, Cécile Faliès, géographe, explique que « c'est un territoire des extrêmes marqué par la figure du paradoxe : un finis terrae dépendant de l'économie-monde, un pays latin de culture, mais américain dans le mode de développement (...), un pays d'inégalités profondes, mais dont les soubresauts politiques fréquents permettent les bifurcations et donc tous les espoirs ». Souffrant, intensément, des conséquences du réchauffement climatique, le Chili sait, dans sa chair, ce que faire face à l'urgence - aux urgences - implique.

Les familiers de l'événement le savent : le FIG, fête de la géographie et festival parmi les plus importants du Grand Est, est le lieu de débats de haute volée. Mais il est avant tout une terre de rencontres, un espace tout public d'ouverture au monde transformant Saint-Dié-des-Vosges, 3 jours durant, en gigantesque et bouillonnant laboratoire à idées. Avec, dans le sillage d'une programmation scientifique extrêmement exigeante, un cortège de rendez-vous ludiques et familiaux parmi lesquels des spectacles, du cinéma, de la musique, de la gastronomie, le tout accessible gratuitement (dans la limite des places disponibles).

Cette 34^e édition s'articulera autour des « Urgences », thème ô combien brûlant. Urgence climatique, sociale, économique... Décrétée ou lancinante, l'urgence s'insinue partout, sature le débat et ce faisant, nous effraie, nous paralyse. Comment faire de l'urgence un moteur de l'action collective ? C'est, pour le FIG, tout l'enjeu. Alors il crée les conditions du débat, de l'apprentissage collectif, de l'écoute mutuelle, du partage illimité, de l'interrogation perpétuelle... avec, parmi les intervenant.e.s invité.e.s, des artistes, des géographes, des universitaires, des scientifiques, des militants, des citoyens engagés, des poètes, des auteurs et autrices, et bien sûr, le public présent.



RONY BRAUMAN, PRÉSIDENT DU FIG 2023

Médecin, co-fondateur et ancien président de Médecins sans Frontières, dont il dirige la Fondation, et professeur à l'IEP de Paris, Rony Brauman, Président du FIG 2023, est un citoyen engagé, fondamentalement libre. Signataire, en août 2006, d'un appel contre les frappes israéliennes au Liban, il s'est également engagé publiquement contre l'intervention militaire de la France en Libye, en 2011.

Son grand entretien inaugural, programmé vendredi à 18h30 Espace Georges-Sadoul, sera animé par la journaliste et autrice Mémona Hintermann.

TRAITER LES URGENCES

Climatique, sociale, économique... L'urgence est partout, et notamment au cœur des échanges qui animeront cette 34^e édition du FIG.



▲ Thibaut Sardier et Florian Opillard
© FIG - Communication - Ville de Saint-Dié-des-Vosges

La récente pandémie, la guerre en Ukraine ont, de manière dramatique, mis en évidence une chose : les urgences se multiplient et, face au risque de sombrer dans l'anxiété, la paralysie, et donc l'inaction, créer des espaces propres à la discussion, à la réflexion, apparaît plus que jamais nécessaire. Prenant chaque année le parti de rassembler des géographes pour nous aider à y voir plus clair, le FIG apparaît naturellement comme notre « safe place », l'endroit idéal pour prendre du recul, nous arrêter un moment pour mieux penser et trouver l'énergie de repartir. Sous la houlette de Florian Opillard, directeur scientifique 2023, la programmation de cette 34^e édition du FIG se fait ambitieuse, roborative et hétéroclite.

LES RENDEZ-VOUS DU VENDREDI

Omniprésente dans l'actualité, l'urgence climatique sera, logiquement, au cœur des débats du FIG. Une table ronde sera le cadre d'un échange passionnant sur le thème « Préfecture, mairie, SDIS... la coordination des acteurs face à la crise. L'exemple des feux de forêt ». Elle invitera les différents intervenants présents, représentants d'institutions et universitaires, à décrypter la manière dont on protège un territoire fragile et ses habitants face à des feux de forêt toujours plus fréquents et violents. La forêt, première victime du réchauffement climatique, sera à l'épicentre d'une autre table ronde : « La Déodatie face aux urgences : la forêt ». Au centre des échanges : la résistance du massif vosgien face aux épisodes de sécheresse inédits et de risque incendie quasi continu.

Autre moment d'échange privilégié, la table ronde « Les armées face au changement climatique » interrogera la solidité et l'adaptabilité des armées dans un contexte de transformations nécessaires et de retour d'une guerre « de haute intensité », celle d'Ukraine.

« Voyager durable et responsable », qu'est-ce que cela signifie ? Est-ce possible sans l'engagement, plein et entier, des professionnels du tourisme et grands explorateurs de la planète ? Cette autre rencontre, programmée le vendredi à 16h15, devrait donner matière à réflexion (et solutions ?).

À 18h30, le « grand entretien inaugural » de Rony Brauman aura des airs de bilan autobiographique, celui d'un homme généreux, influent, libre et engagé. Interrogé par Memona Hintermann, ce dernier nous donnera sans doute à espérer et à repenser la notion d' « urgences ».

SAMEDI ET DIMANCHE

La 2^e journée débutera avec « La Déodatie face aux urgences : l'eau et la sécheresse », table ronde centrée sur les actions mises en place pour anticiper l'impact de la sécheresse sur nos nappes phréatiques et préserver les milieux humides, particulièrement sur Saint-Dié-des-Vosges. À 11h, « La guerre en Ukraine et ses urgences » réunira Philippe Boulanger, géographe, Vincent Coste, Général de brigade aérienne et Kevin Limonier, maître de conférences. Armées, ONG et populations ont dû s'adapter et organiser les réponses militaires, diplomatiques, humanitaires. Avec quels impacts à moyen et long terme ?



▲ Laguna Salar de Talar avec la montagne des Andes, San Pedro de Atacama au Chili
© Shutterstock



3 questions à ANGÉLIQUE PALLE

Géographe et coautrice de « Il y a urgence ? Les géographes s'engagent »



À 11h30, la conférence « Adapter les transports face aux urgences : approches historiques et géographiques » mettra en évidence, de manière tout à fait concrète, le rôle crucial des transports face aux urgences qui nous environnent. À la même heure, un dialogue entre Jean-Marc Offner, urbaniste, et Florian Opillard, directeur scientifique du FIG 2023 interrogera notre réaction face à l'urgence qui pointe. À l'animation : Eric Fottorino, directeur de la publication du Un Hebdo !

À 14h, des acteurs de premier plan (géographe, préfète honoraire, géomaticien-cartographe, directeur Urgences et Opération, Croix-Rouge Française) répondront, au cours d'une table ronde à la question suivante : « Comment coordonner les secours face aux catastrophes ? ». Et, plus précisément : comment les professionnels de la gestion des urgences conçoivent-ils cette dernière ? Comment s'y préparent-ils et comment interviennent-ils ?

À 15h30, Christophe Asselin, chasseur d'orages et de tornades, rencontrera Claire Fercak, autrice d'« Après la foudre ». Au cours d'un dialogue pas dénué de passion, ils évoqueront l'attraction et la répulsion ressenties face à ces manifestations célestes. À 16h, trois géographes réunis en table ronde se demanderont si « face à l'urgence climatique, la transition énergétique est la mère de toutes les batailles ».

Dimanche à 9h00, « Zads, ronds-points, mégabassines... Les nouveaux lieux de la mobilisation sociale » concentreront les échanges des intervenants – parmi lesquels Philippe Descola – réunis en table ronde. À la même heure, d'autres experts (médecin, géographes) livreront, tour à tour, une réponse circonstanciée à la question suivante : « France : le système de santé en état d'urgence ? »

« Il y a urgence ? Les géographes s'engagent » : dans quel contexte ce projet d'ouvrage s'est-il monté ?

Il est adossé au 34^e Festival international de géographie, dont le directeur scientifique, Florian Opillard, est un collègue avec qui je coécris beaucoup. La politisation de l'urgence et la façon dont elle est traduite dans l'action publique (en termes de discours, d'investissements, de choix des acteurs qui sont jugés légitimes pour y répondre, de place dans le débat démocratique etc.) interroge l'ensemble des auteurs. D'où, il me semble, cet ouvrage qui se veut à la fois accessible à des non spécialistes et sans concession sur le contenu des enjeux à débattre.

De témoins, les géographes passent à lanceurs d'alerte...

Pour une grande partie des scientifiques, il est impossible aujourd'hui d'être de simples témoins, c'est le sens de l'urgence. De la société, émane une vraie demande vis à vis des sciences, notamment sociales. Dans les collectifs de scientifiques à l'œuvre sur les questions environnementales et climatiques, on nous demande à la fois de vulgariser le débat, d'inclure les collectifs citoyens dans la construction des savoirs scientifiques et de participer à des projets de toutes sortes. C'est la place de l'expertise scientifique dans le débat politique qui est à réinterroger.

Face aux urgences qui s'entrechoquent, les actions sont-elles à penser de façon globale ?

Les actions sont à penser à toutes les échelles et le rôle de la géographie est de montrer la diversité des représentations de l'urgence. Dans l'exemple de la transition énergétique sur laquelle je travaille : les acteurs européens en ont une représentation européenne, vont proposer des grands parcs éoliens ou solaires dans un système interconnecté qui permette des solidarités entre pays. A l'inverse, les collectivités territoriales vont vouloir créer de petites unités de production qui permettent aux acteurs locaux de se réapproprier la production d'énergie. Le rôle des sciences sociales peut être de mettre ces différentes visions en évidence et de laisser la place à ce qui est finalement un vrai arbitrage politique, bien plus qu'un choix d'expert entre une bonne et une mauvaise solution.

■ Propos recueillis par Cécile Mouton



LE LIVRE-MONDE

Espace d'ouverture au monde, le FIG brille aussi par la présence, en nombre, d'auteurs et d'acteurs de la chaîne du livre.

Vectrice de questionnement, de réflexion, de rencontre, de dépaysement, la littérature a, définitivement, toute sa place au sein du FIG ! En son Salon du Livre Amerigo Vespucci, la manifestation accueillera cette année plus de 60 éditeurs et plus de 100 autrices et auteurs en dédicace. Des prix littéraires récompenseront des ouvrages parlant d'aventure et de voyage. Parmi les temps forts du volet littéraire de la manifestation : un débat sur l'après « effondrement du monde », une rencontre qui amènera les intervenants invités à s'interroger sur « l'usage qu'on fait du monde », un grand entretien avec l'écologiste activiste Camille Étienne, un zoom sur « les étoiles noires » par Lilian Thuram, la rencontre de deux grands lanceurs d'alerte, Victor Castanet et Irène Frachon, une rencontre sur le thème

« Ecologie : une urgence au ralenti ? »... Le Chili se déclinera quant à lui à travers différents temps d'échanges. Ainsi, une table ronde décryptera 50 ans de vie politique chilienne, une conférence décryptera le Chili de l'ère napoléonienne, une autre mettra en lumière la « résilience » du Chili dans l'urgence et la crise. Star de cette 34^e édition du FIG, le Chili se racontera en BD, en musique (à la harpe celtique), en docu-rencontre (« Les chemins de la Mémoire »), en table ronde dédiée à « la situation des peuples autochtones »...



ENTRETIEN avec...

MARIA POBLETE, autrice chilienne

Le FIG célèbre cette année le Chili, votre pays natal, dont vous êtes partie à l'âge de 9 ans après le coup d'Etat de Pinochet. Quels liens conservez-vous avec votre pays natal ?

C'est un attachement viscéral et joyeux, quotidien en pensées et régulier avec une grande partie de ma famille qui y est retournée après des années d'exil. J'essaie

de maintenir un pont entre le Chili et moi, grâce aux investigations et aux livres. Ici en France, le lien est aussi gourmand. Je me nourris de manjar * !

À quoi ressemble le Chili d'aujourd'hui ?

Il nous faudrait des jours entiers pour en parler. C'est un pays où subsistent les inégalités sociales et dont la démocratie est très fragile, avec un pan de la société, une extrême droite qui nient les horreurs de la dictature.

Vous partagerez notamment une rencontre avec Laure Des Accords et Douna Loup. Ensemble, vous évoquerez



l'importance de l'écriture pour lutter contre l'oubli et pour mieux comprendre l'histoire d'un pays. Est-ce que c'est ce que vous vouliez faire en écrivant « La dictature nous avait jetés là », sorti en 2018 ?

Exactement. Je veux pouvoir dire, raconter pour témoigner, ne jamais oublier, pour que l'histoire ne se répète pas. La mémoire

est inachevée, les crimes n'ont pas tous été jugés et il reste la question des près de 1500 personnes détenues disparues. Où sont-elles ?

Vous interviendrez également au côté de Bruno Doucey, auteur d'un livre consacré à Pablo Neruda. Quelle place ce dernier occupe-t-il dans votre panthéon personnel ?

Une place particulière, j'écris devant son portrait : il me dit que les mots protègent et aident aussi à aller de l'avant, qu'ils donnent de l'élan.

** confiture de lait dont on prépare des pâtisseries.*

une PROGRAMMATION ÉCLECTIQUE ET TOUT PUBLIC

Le FIG, c'est aussi du spectacle vivant et des concerts, du cinéma, des expositions !

Vendredi à 20h, le spectacle « Après moi le déluge » (avec Alex Somoza et la Cie Avec des Géranius) fera le récit initiatique des aventures d'un doux naïf à la recherche d'un monde meilleur, revisitées avec autodérision et lucidité. Au même moment, les musiciens de Vidala interpréteront « Cantando al sol », leur dernier opus, et porteront haut les couleurs de la Nueva Cancion, mouvement de contestation épanoui dans les années 60 sur tout le continent sud-américain et au Chili, et de ses grandes figures : Violeta Parra, Víctor Jara.



À 21h15, les spectateurs cinéphiles découvriront « L'Effondrement », série française en 8 épisodes inspirée par les thèmes de la collapsologie.

Samedi à 10h, la Soupe Compagnie présentera « Et puis », grande fresque visuelle et musicale, poétique et surprenante, en forme d'introduction tout public à l'écologie. A 20h, à l'Espace Georges-Sadoul, « Veules-les-Roses » mettra en scène deux personnes cloîtrées dans leur univers de papier, bien décidées à élargir leurs horizons. En toile de fond de leur dialogue absurde et poétique : des photographies du littoral signées A. Fleurantin. A 21h, Calle Mambo

et leurs dix instruments sur scène donneront à entendre toute la richesse et la diversité des musiques latines au fil d'un voyage musical, dansant et éclectique, à travers le continent américain.

Dimanche à 11h30, un concert live donné à l'Église protestante Vie Chrétienne associera musique et projection vidéo d'une aventure chilienne. Se réuniront pour l'occasion : Maxime Crosnier, ingénieur en Aménagement du territoire et baroudeur (il est l'auteur des photos projetées), Willy François, chef d'orchestre et les musiciens de l'Orchestre Symphonique de Saint-Dié-des-Vosges.

Les cinéphiles ne seront pas en reste, puisqu'une belle programmation se déploiera du mercredi 27 septembre au lundi 2 octobre à l'Espace Georges-Sadoul. Au programme, 8 films pour une vingtaine de projections (entrée libre et gratuite) avec, en exclusivité avant sa sortie nationale, « Les Colons », film signé Felipe Galvez Haberle. Le pitch ? Dans cet immense territoire fertile qu'est le Chili de 1901, trois cavaliers sont engagés par un riche propriétaire terrien pour déposséder les populations autochtones de leurs terres et ouvrir une route vers l'Atlantique. Autre pépite à voir et revoir : « Bigger than us », de Flore Vasseur. Cette dernière raconte l'histoire de Melati, 18 ans, qui combat la pollution plastique ravageant son pays, l'Indonésie. Au même moment, comme elle, d'autres jeunes gens luttent, parfois au péril de leur vie, pour préserver notre bien commun : La Terre.



FIG JUNIOR

Jouer à des puzzles ludiques et intelligents, fabriquer un Moaï miniature ou un Volantin (cerf-volant emblématique du Chili), apprendre les gestes qui sauvent, jouer avec les timbres-poste du monde, lire jusqu'à plus soif, visiter le planétarium, jouer à des jeux de société, aller au cinéma... Le FIG se décline aussi en version junior !

+ 34^e édition du Festival International de Géographie de Saint-Dié • Du 29 septembre au 1er octobre • Programmation détaillée et actualité du FIG sur fig.sddvfr.fr

[f festivalinternationalgeographie](https://www.facebook.com/festivalinternationalgeographie) [@FIGSaintDie](https://x.com/FIGSaintDie) [y @infoFIG](https://www.youtube.com/channel/UCqfGf0W4bWpYqGp0K0Y0Y0Y)

■ DÉCOUVERTES

SORTIES



© NSC creative



© NSC creative



© NSC creative

PINK FLOYD au cœur d'un SPECTACLE unique

Le Planétarium d'Épinal propose
propose vu du ciel, une plongée dans
le mythique album « The Dark Side
Of The Moon ». Une expérience
extraordinaire à vivre en famille !

PINK FLOYD



THE DARK SIDE
OF THE MOON



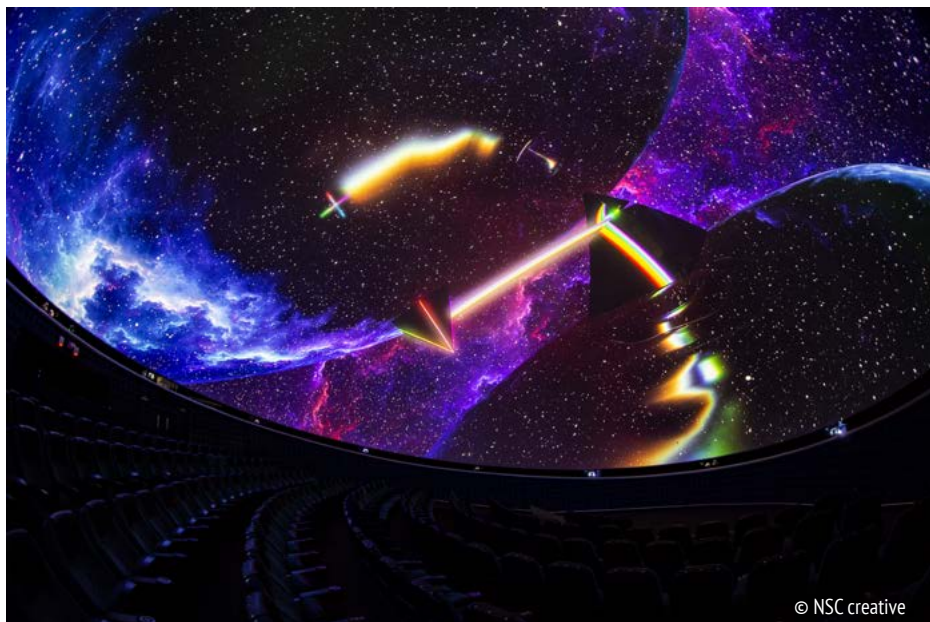
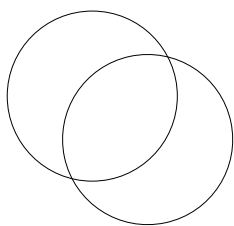
50 YEARS IN A HEARTBEAT



© NSC creative



© NSC creative



© NSC creative

Le Planétarium d'Épinal compte parmi la centaine de planétariums dans le monde – dont 3 en France – à diffuser la production futuriste visuelle et sonore créée à l'occasion des 50 ans de l'album « The Dark Side Of The Moon » de Pink Floyd. Projetée depuis la dernière fête de la musique, la création continue à séduire un large public en recherche de sensations fortes, bien au-delà des inconditionnels des rockers britanniques !

Sur l'écran hémisphérique de 10 mètres de diamètre installé au-dessus d'eux, les spectateurs assistent à un ballet d'images de très haute qualité. « Les images projetées retracent les grands événements qui ont permis une meilleure compréhension de l'espace et du système solaire. Conquête spatiale, premières sondes Voyager et aperçu de ce que l'on connaît aujourd'hui de l'univers... tout y passe ! Le spectacle offre également un regard sur ce que pourraient être les découvertes à venir », explique Didier Mathieu, directeur du Planétarium d'Épinal. Le tout est rythmé d'images psychédélics constituant une véritable plongée dans le monde de Pink Floyd.

LITTÉRALEMENT BLUFFANT

Si l'univers sonore est directement issu de l'album du groupe britannique, il n'en est pas la simple rediffusion. En effet, l'album a été entièrement remasterisé en vue d'une diffusion en 5.1, système qui équipe le Planétarium d'Épinal. D'ailleurs, à cette occasion, le planétarium d'Épinal s'est équipé d'un ensemble d'enceinte permettant de diffuser un son quasi parfait. Résultat : durant la projection, le son surgit d'un côté ou de l'autre de la salle. Pour la soixantaine de spectateurs confortablement installés dans leur siège capitonné, le sentiment d'immersion est total.

Et quand l'écran s'illumine, l'illusion touche à la perfection : face à ce dôme-écran sans aucun relief, le spectateur perd ses repères et se sent comme dans un vaisseau spatial en visite guidée dans l'univers. C'est littéralement bluffant ! « L'association d'une qualité visuelle hors-norme et d'une expérience auditive d'une grande pureté, oblige certains

“ L'ASSOCIATION D'UNE QUALITÉ VISUELLE HORS-NORME ET D'UNE EXPÉRIENCE AUDITIVE D'UNE GRANDE PURETÉ, OBLIGE CERTAINS SPECTATEURS À REGARDER AU SOL, POUR SE RAPPELER QU'ILS ONT TOUJOURS LES PIEDS SUR TERRE. ”

Didier Mathieu, directeur du Planétarium d'Épinal

spectateurs à regarder au sol pour se rappeler qu'ils ont toujours les pieds sur terre », s'amuse Didier Mathieu. Que l'on soit fan de la première heure ou que l'on ne se souvienne de Pink Floyd que pour quelques titres marquants, ce spectacle offre à vivre une expérience extraordinaire en famille (dès 10 ans), chose finalement pas si fréquente.

LE PLANÉTIARIUM, FENÊTRE OUVERTE SUR LE MONDE

Centre de sciences dédié à la diffusion des connaissances astronomiques et spatiales pleinement intégré au sein de la MJC Belle Étoile, le Planétarium d'Épinal propose, toute l'année, des actions (projections, ateliers scientifiques, activités de médiation autour de l'astronomie, l'espace, les sciences...) en direction de différents publics. Son ambition ? Leur permettre d'observer l'Univers et de découvrir les mystères du monde.

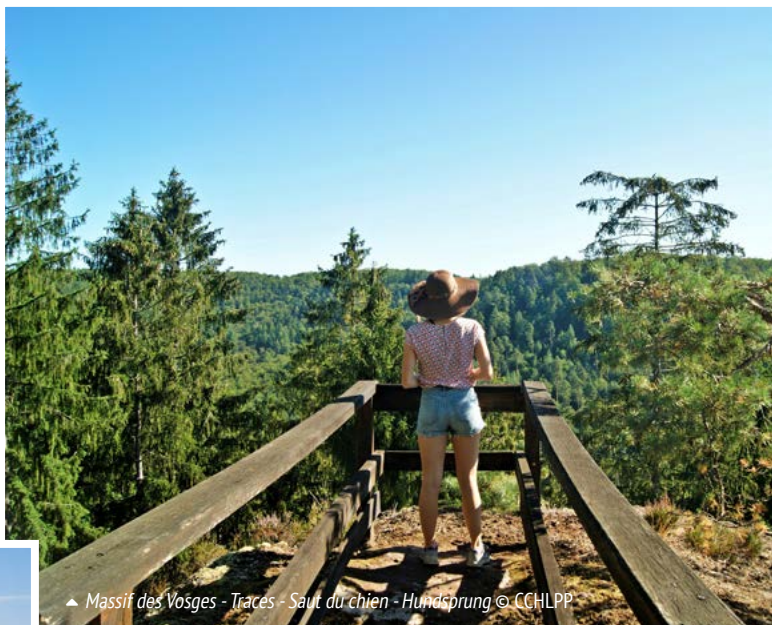
+ “The Dark Side Of The Moon”, visible jusqu'au mois de mars 2024 • Au Planétarium d'Épinal, MJC Belle Étoile, rue Dom Pothier, 88000 Épinal • Durée 45 mn • Projection les mardis et vendredi à 18h30 (hormis vendredi 6 octobre, mardi 10 octobre et vendredi 13 octobre, pour cause de Fête de la science). • Tarifs : 10€ adulte, 8€ enfant Infos et billetterie planetarium-epinal.com • Planetarium Epinal

à LA RENTRÉE, LES ADULTES FONT LA MONTAGNE BUISSONNIÈRE !

Quatre échappées nature à vivre en duo dans le Massif des Vosges.

Enfin, les enfants sont de retour à l'école ! Quand les marmots et les ados se retrouvent derrière les bancs de l'école, les parents (et autres adultes sans enfant) ont le champ libre pour s'octroyer une pause buissonnière dans le rouge et l'or de l'automne.

Sous les cimes complices des arbres, les sentiers sont autant de séduisantes occasions de ranimer la complicité et de retrouver l'écho apaisant de l'amour, en une symphonie de calme et de découverte. L'air pur du Massif des Vosges se fait témoin privilégié de ces quatre escapades dont chaque pas rapproche les cœurs : à vélo tout-terrain électrique, en randonnée ou depuis la sérénité d'un spa, les montagnes aux crêtes bleues sont les majestueux décors de souvenirs qui dureront bien au-delà de cette parenthèse...



▲ Massif des Vosges - Traces - Saut du chien - Hundsprung © CCHLPP



▲ Massif des Vosges - Traces - vue château de Fleckenstein © Cédric Shell

VOSGES DU NORD

CONNEXION VERTE AVEC LES VOSGES DU NORD

Et si on commençait par une fugue vitaminée aux accents de chlorophylle ? Direction les Vosges du Nord pour pédaler, marcher, s'initier au yoga, à l'escalade ou encore au golf, dans le cadre splendide du Parc naturel régional. Point commun à toutes ces activités : on ne s'occupe que de se faire plaisir, le reste est géré par Traces, la première agence écotouristique du massif des Vosges, dont le terrain de jeu s'étend sur 83 000 hectares de forêt. Détente, santé, hébergement et restauration : Traces met le tourisme vert et l'émotion au centre de chaque projet, veillant à ce que les visiteurs profitent au maximum de leur séjour. La fraîcheur et l'énergie transmises par le Massif font le reste !

Escapades outdoor clé en main avec Traces • Tarifs selon expérience, nombre de participant et durée • Détails et renseignements à retrouver sur www.tracesvsn.fr



▲ Massif des Vosges - Traces Vosges du Nord © Yvon Meyer.

VOSGES DU SUD

CARPE DIEM : À LA PÊCHE AU BONHEUR

Du calme, des eaux sereines, un hébergement confortable : les ingrédients d'un séjour ressourçant sont rassemblés au cœur du plateau des Mille Étangs. On s'y adonne à sa passion pour la pêche, ou on se donne le temps de découvrir l'activité en compagnie d'un guide au fil du programme concocté par le Domaine de La Patte d'Oie pour fuir le stress du quotidien. L'endroit soigne ses visiteurs amoureux de nature grâce à des prestations calibrées, leur réservant une véritable parenthèse de bien-être au sein d'un chalet tout confort dédié à la détente. Niché dans la verdure, on s'y relaxe en duo au spa, au sauna et dans la piscine extérieure, avec la possibilité de profiter de massages. Celui des deux qui préfère observer les poissons sans agiter d'hameçon peut laisser son regard se perdre dans les lentes évolutions des carpes koi du bassin zen...

Location chalet au Domaine de la Patte d'Oie à partir de 250 € pour 2 nuits • Accès spa 30 € par personne pour 1h • www.sejour-gite-peche.fr



▲ Massif des Vosges - Chalet SPA © Domaine Patte d'Oie



▲ Massif des Vosges - Chalet SPA © Domaine Patte d'Oie



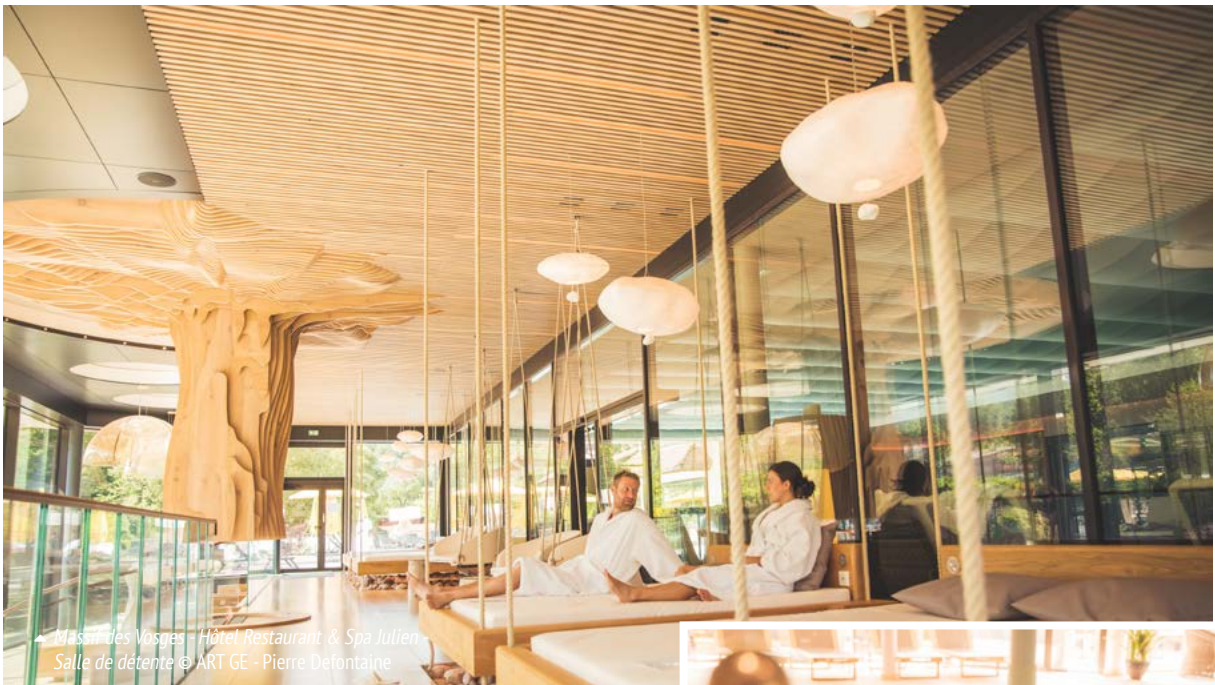
▲ Massif des Vosges - Cani Kart - YoukValley © Youk Valley Morgan Bachmann

HAUTES VOSGES

SUPER MARIO FAÇON CHIEN DE TRAÎNEAU

Pour les couples qui ont de l'énergie à revendre, il est une adresse qui a du chien, à tester d'urgence pour partager de belles sensations ! Qu'il neige ou que le soleil brille, la meute de chiens nordiques de Youk Valley galope joyeusement dans les paysages du Massif des Vosges, guidés et encouragés par Morgan, le musher. Les roues XXL du véhicule avalent les obstacles et les deux passagers ne boudent pas leur plaisir tandis que le vent leur fouette le visage. Préparation de l'attelage, découverte des chiens, arrêts photos : cette ébouriffante sortie en cani-kart imprime pour longtemps souvenirs et émotions dans l'esprit de ceux qui ont pris place derrière la meute déchaînée.

Baptême traîneau ou cani-kart avec Youk Valley à partir de 50 € / adulte • www.youkvalley.fr



▲ Massif des Vosges - Hôtel Restaurant & Spa Julien - Salle de détente © ART GE - Pierre Defontaine

VOSGES CENTRALES

UNE JOURNÉE LOIN DU QUOTIDIEN, PROCHE DU RÊVE

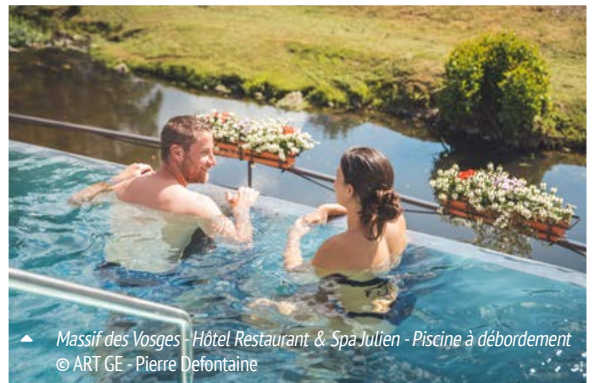
Entrer dans l'hôtel-restaurant & spa Julien c'est un peu comme pénétrer dans un rêve éveillé... Au pied de la forêt vosgienne, l'établissement familial de Fouday cultive avec soin une atmosphère chic et feutrée, à base de prestations haut de gamme, de jardin fleuri, de confort moderne et de véranda au charme zen. Pensée pour faire oublier tous les soucis, l'escapade « Bulle de nature » comprenant une demi-journée de randonnée, suivie d'un déjeuner gourmand et d'un accès au spa, emporte ses participants loin de leur quotidien. Un verre au bar, farniente au bord de la nouvelle piscine à débordement extérieure, soins du corps ou du visage, salle de fitness et restaurant aux quatre ambiances soignées : la carte des plaisirs se décline aux couleurs de la vallée de la Bruche, pour une inoubliable journée de détente.

Escapade Bulle de nature & spa By Julien • 1/2 journée randonnée + déjeuner + 1/2 journée spa avec mise à disposition d'un peignoir et d'un drap de bain • À partir de 75 € par personne • Sur réservation à l'office de tourisme - www.valleedelabruche.fr

+ Pour vos escapades, retrouvez plus d'infos sur www.massif-des-vosges.fr



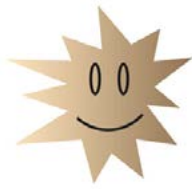
▲ Massif des Vosges - Hôtel Restaurant & Spa Julien - Piscine intérieure © ART GE - Pierre Defontaine



▲ Massif des Vosges - Hôtel Restaurant & Spa Julien - Piscine à débordement © ART GE - Pierre Defontaine



▲ Randonnée au château de Fleckenstein © DR



En écho au thème «Urgences» du FIG, le Pôle Spectacle Vivant propose durant la saison 2023-2024 des spectacles qui nous font réfléchir sur notre rapport au monde, à la nature, à la science de manière créative, drôle, fantastique ou décalée pour imaginer des solutions.



APOCALYPSE | Marzouk Machine

Vendredi 13 octobre 2023 - 20 H - Saint-Jean-d'Ormont

Un spectacle futuriste, grinçant de lucidité pour imaginer une apocalypse joyeuse ! Marzouk Machine propose de comprendre notre monde, d'en rire et d'imaginer les scénarios possibles.

Plein tarif : 12 € - Tarif réduit : 10 € - Tarif solidaire : 6 €



INDOMPTABLE | Cie Placement Libre

Vendredi 17 novembre 2023 - 20 H - La NEF

Deux passionnés, tantôt acrobates, haltérophiles, mentalistes, charlatans ou illusionnistes vous offriront un accès singulier à l'un des domaines les plus complexes de la physique : l'électromagnétisme.

Plein tarif : 12 € - Tarif réduit : 10 € - Tarif solidaire : 6 €



NATURE MORTE | Cie Yokai

Vendredi 12 janvier 2024 - 20 H - Espace Georges-Sadoul

Cette création librement inspirée d'A Rebours, écrit par Joris-Karl Huysmans en 1884, met en scène un possible magique et marionnettique où la question du statut d'Humain résonne de façon puissante et créative.

Plein tarif : 16 € - Tarif réduit : 12 € - Tarif solidaire : 8 €



POURTANT CHACUN TUE CE QU'IL AIME |Cie Li(luo)

Camille Mutel

Vendredi 23 février 2024 - 20 H - Musée Pierre-Noël

Les gestuelles paysannes, notamment celles de tuer pour se nourrir - « cueillir le vivant » - sont transformés en actes chorégraphiques, faisant partie d'un cycle qui va de la naissance à la mort.

Plein tarif : 12 € - Tarif réduit : 10 € - Tarif solidaire : 6 €

Conférence-débat sur notre rapport aux animaux et à l'alimentation avec Noémie Calais et un géographe à l'issue de la représentation.

Réservations au 03 29 56 14 09 | billetterie@ca-saintdie.fr

www.ca-saintdie.fr



SAINTE-CROIX, TERRE D'ÉBATS

L'automne est la saison des amours du cerf, animal sacrement peu discret quand il s'agit d'exprimer son désir. La preuve à Sainte-Croix, du 22 septembre au 14 octobre !



▲ Lodge des cerfs © Parc Animalier de Sainte-Croix



▲ Brame © Jean Lavergne



▲ Tanière © Morgane Bricard

Pour attirer l'attention des femelles pendant la saison des amours, les cerfs ne renoncent devant rien. Leur arme numéro 1 ? Faire péter les décibels ! Particulièrement puissant, le cri rauque du mâle – nommé « raire », quand l'événement en lui-même est appelé « brame » – est l'acte par lequel ce dernier exprime son désir pour la biche convoitée. Par ce même cri, il s'assure par ailleurs de tuer dans l'œuf toute velléité adverse de séduire la proie qu'il s'est choisie. Tout ceci donne lieu à un ballet sonore rugissant généralement accompagné du son des bois ennemis s'entrechoquant.

DIFFÉRENTES FORMULES

Pour admirer cette symphonie auditive, ce ballet coordonné porteur de tant d'espoir, de désir, d'amours à naître, direction le Parc Animalier de Sainte-Croix ! Catalogué parmi les dix meilleurs sites en France pour l'observation du brame de cerf, le Parc, via ses équipes, s'assure de fournir aux visiteurs toutes les explications requises. Alors, au cœur d'une nature préservée, les visiteurs assisteront, du 22 septembre au 14 octobre, au spectacle de cerfs enamorés rivalisant de virilité – leur taux de testostérone est multiplié par 1000 ! – à travers des échappées rugissantes rythmées de combats intenses. Pour vivre l'expérience à fond et être aux premières loges de ce spectacle 100% authentique, plusieurs formules s'offrent à vous : les séjours nature, consistant en une nuit insolite dans un lodge ou en yourte, le brame faisant office de berceuse... mais également les soirées Brame (incluant une visite guidée à la nuit tombante avec repas au sein du restaurant du Parc), les matinales Brame (assorties à un buffet de petit-déjeuner), les matinales spéciales pour les photographes (avec petit-déjeuner... et possibilité de prises de vues exceptionnelles sur la harde de cerfs et de biches en semi-liberté). Car si le cerf est plus virulent le soir, les animaux, habitués à la présence pacifique de l'homme, osent ici se faire entendre à tout moment du jour ou de la nuit.



▲ Halloween, Lynx © Parc Animalier de Sainte-Croix



▲ Halloween © Parc Animalier de Sainte-Croix



▲ Halloween parade © Parc Animalier de Sainte-Croix

« CRÉATURES FANTASTIQUES » POUR HALLOWEEN

Pour prolonger le plaisir et découvrir des créatures dont personne (ni vous ni nous) n'aurait soupçonné l'existence, rendez-vous en famille du 21 octobre au 5 novembre au Parc Animalier de Sainte-Croix ! Objet de l'invitation ? « *Vivre des aventures carrément monstrueuses* ». C'est que, pour Halloween, Sainte-Croix a choisi de s'acoquiner cette année avec des « *créatures fantastiques* ». Et c'est un Parc grouillant de citrouilles, de gentils monstres et de sorcières qui accueillera les visiteurs, auxquels il sera proposé une série de spectacles et d'animations tout public... incluant notamment la participation à une enquête immersive mêlant une recette perdue (et un équilibre à retrouver), des dragons, des licornes et des loups changés en enquêteurs. Courage et sagesse seront de rigueur !

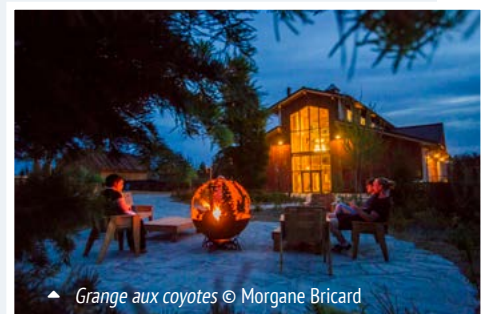
Dans le même temps, la Foire des monstres, fête foraine à nulle autre semblable, fera osciller les visiteurs de tout âge entre amusement et aventure, magie et réalité... tandis qu'un atelier

cuisine autour de la courge les guidera, sous la houlette de Florian Duc, chef du Parc, dans la réalisation de recettes déclinant la célèbre cucurbitacée. Enfin, sur le territoire des chiens de prairies, le public sera invité à prendre part à une épopée fantastique qui transformera ces animaux (les chiens de prairies) en héros de leurs propres aventures. Même pas peur !

L'HIVER À SAINTE-CROIX

Plumage nuptial des pélicans blancs, période des amours des loups, chute des bois des cervidés... Il s'en passe des choses, l'hiver, à Sainte-Croix ! Et si certaines espèces ne sont pas visibles – les marmottes et les tortues aquatiques, par exemple, entrent en hibernation –, la faune est bel et bien présente. En réservant votre lodge nature, vous bénéficiez du spot idéal pour vivre au rythme de la nature dans une atmosphère cocooning propice à une déconnexion passagère. Ces séjours comprennent une nuitée dans un lodge insolite et authentique, des visites exclusives avec des guides nature, l'accès au Parc en toute liberté et la pension complète.

Pour réserver votre lodge nature, rendez-vous sur parcsaintcroix.com !



▲ Grange aux coyotes © Morgane Bricard

FANTASTIQUES CARNIVORES

Le jardin botanique de Villers-lès-Nancy accueillera, du 22 au 24 septembre le Congrès Européen des Plantes Carnivores, avec des animations accessibles à tous.

Habitué à créer l'événement, le Jardin botanique Jean-Marie Pelt se fait l'hôte, pour la deuxième fois en dix ans, du plus gros événement annuel européen autour des plantes carnivores ! Coorganisé avec Dionée, l'Association francophone des amateurs de plantes carnivores, le Congrès Européen des Plantes Carnivores (rebaptisé « Fantastiques plantes carnivores ») est accessible à tous, experts et néophytes, explorateurs et cultivateurs, ou simples curieux.



▲ *Byblis liniflora*
© Julien Decollogne - JBN



▲ *Drosera rotundifolia* © Julien Decollogne - JBN



▲ *Utricularia bisquamata* © Julien Decollogne - JBN

EXPOSITION-VENTE, ATELIERS ET CONFÉRENCES

Au programme : une grande exposition-vente rassemblant des producteurs venus de toute l'Europe pour présenter leurs plantes carnivores et autres plantes rares, mais également un riche programme de conférences (réservées aux personnes inscrites au congrès), dont une, destinée au grand public, sera accessible gratuitement (places limitées, réservation obligatoire sur le site du jardin botanique).

Côté animations, les mécanismes de piégeage des plantes carnivores feront l'objet d'ateliers animés par les médiateurs du jardin botanique et programmés du vendredi après-midi jusqu'à la fin de l'événement. Les plantes carnivores attirent et capturent leurs proies afin de subvenir (en partie) à leurs besoins. Mais quels genres de proies ? Et comment s'y prennent-elles ? Les participants apprendront tout ce qu'ils doivent savoir sur le fonctionnement, sujet à fantasmes, des plantes carnivores.



▲ Serres © Julien Decollogne - JBN



◀ *Drosera regia* © Adrien Belmonte - JBN

La conférence accessible au grand public se tiendra quant à elle vendredi à 18h au sein du pavillon d'accueil du Jardin botanique. Carl Berthold, responsable des collections tropicales, et Aurélien Bour, responsable scientifique des serres, interviendront à propos de « La serre des carnivores de Nancy ». Ce faisant, ils retraceront l'évolution de la collection de plantes carnivores du Jardin, l'une des plus importantes de France avec 650 espèces arrivées progressivement (et vouées à en accueillir d'autres).

DÉCOUVRIR LA NOUVELLE SERRE

L'événement sera également l'occasion, pour le Jardin botanique, d'inaugurer officiellement la nouvelle serre des plantes carnivores, espace vivant et d'intense dépaysement. Pensée de façon innovante, la serre présente les différentes plantes en fonction de leurs habitats naturels. Au total, quinze écosystèmes ont ainsi été retenus et reconstitués par les experts du Jardin (sur la base de photos in situ, de rapports détaillés des conditions climatiques, du sol et de la végétation), processus qui a nécessité de longs travaux d'aménagement et des systèmes techniques élaborés. Outil éducatif et scientifique, cette serre permet de déconstruire certains clichés entourant les plantes carnivores, et de montrer de ces dernières toute la diversité, la richesse.



▲ *Dionaea muscipula* © Pierre-Francois Valck - JBN



FANTASTIQUES CARNIVORES, AU JARDIN BOTANIQUE JEAN-MARIE PELT DE VILLERS-LÈS-NANCY

VENDREDI 22 SEPTEMBRE DE 12H À 18H
SAMEDI 23 ET DIMANCHE 24 SEPTEMBRE DE 9H À 18H

Tarifs : L'inscription aux conférences est à réaliser sur le site de Dionée (15 € pour les trois jours, 10€ en tarif réduit).

La participation aux animations et l'accès aux stands sont gratuits.

ENTRÉE DES SERRES ET VISITE DE LA COLLECTION DES PLANTES CARNIVORES DU JARDIN

Tarif : 5€80 (tarif réduit : 3€40)

+ Toutes les infos sur Jardinbotaniquedenancy.eu

FÊTES D'automne, DE LA POMME ET DE LA SOUPE !

Organisées le 24 septembre à la Cité des Paysages, les Fêtes d'automne démultiplieront les occasions de se réjouir en intégrant la Fête de la pomme et la Fête de la soupe.



▲ Migration © A Hector



© E Jacquiel



▲ Fête d'Automne, spectacle Cie Eve & Eve © Cyril Vivier

Les habitués de la Fête d'automne verront bientôt triple ! En effet, cumulant les propositions célébrant le terroir, l'événement organisé par le Département 54 (via la Cité des Paysages) s'associe cette année à deux autres temps forts festifs et gourmands : la Fête de la pomme et la Fête de la soupe de la Cité des Paysages, première édition. Cerise sur un gâteau déjà bien garni : un petit marché de producteurs passionnés aux produits variés s'installera dans la belle cour de la Cité.

Ne délaissant aucun des piliers qui ont fait son succès, la Fête de la pomme proposera, en continu, des animations autour du pressoir. Elle exposera des dizaines de variétés du verger conservateur détenu par l'association Vignes et Vergers du Saintois, dont elle s'assurera de transmettre les savoirs de ses membres.

Autre invité de cette édition enrichie des Fêtes de l'automne, Fredon Grand Est sera présent toute la journée pour expliquer les ressorts de la gestion écologique d'un verger, en sensibilisant le public à la préservation du patrimoine végétal local dans le respect de l'environnement et de la santé humaine.

PÊLE-MÊLE D'ANIMATIONS

Pour le reste, la journée s'avèrera riche en animations. À 10h30, un ciné-débat mobilisera l'INRAE et la Chambre régionale d'Agriculture Grand Est sur la question de la « réhabilitation des arbres champêtres sur nos territoires ». Les échanges se nourriront d'une expérience d'animation territoriale menée dans le Saintois et le Xaintois, et du témoignage de différents acteurs.

À 11h et 11h45, une chasse aux trésors d'automne invitera les visiteurs à parcourir, munis de leur carnet de botanique, le jardin de la Cité des paysages à la recherche de mystérieuses plantes à retrouver. Une approche ludique



▲ Chasse aux trésors d'automne © Freepik

de la flore d'automne qui rassemblera toute la famille ! À 14h, une promenade botanique guidée les emmènera à la rencontre de cinq espèces végétales.

À 15h, L'Orraine Association Nature donnera une conférence consacrée au suivi scientifique des espèces migratrices trouvant, en la colline de Sion, une escale accueillante.

À 16h30, la Cie Eve et Eve présentera « Pomme », spectacle dans lequel tout, acrobaties et clowneries comprises, tourne autour du désir d'une pomme.

En parallèle, dès 14h, le public sera convié à la toute première Fête de la soupe de la Cité ! Installées derrière leurs fourneaux respectifs, les équipes ayant répondu à l'appel à participation préalable prépareront, face aux

visiteurs, une soupe. En jeu : le prix de la cocotte d'or, ceux de la louche d'argent et du couteau de bronze, récompenses qui seront décernées à l'issue du vote des visiteurs (et critiques culinaires).

✚ Fêtes d'automne, dimanche 24 septembre de 10h à 18h30 • À la Cité des Paysages, site du Département de Meurthe-et-Moselle • 13 rue Notre-Dame 54330 Saxon-Sion • Animations gratuites sur inscription à citedespaysages.meurthe-et-moselle.fr • Restauration sur place



OFFRE DE LANCEMENT SUR NOUVELLE COLLECTION



PRÉSENT SALON HABITAT ET BOIS

PRÉSENT FOIRE INTERNATIONALE DE METZ

PLUS DE 30 AUTRES TABLES EXPOSÉES EN MAGASIN

OUVERTURE :
Le lundi de 14h à 18h30.
Du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h30

ATELIER & EXPOSITION

3.500 m²

📍 54210 VILLE EN VERMOIS

03 83 46 55 66

www.meubles-mdm54.com

CLiquer, c'est s'engager !

Le bénévolat vous attire, mais vous ne savez pas comment vous y prendre, vers qui vous tourner ? Rendez-vous sur Place de l'Engagement, outil créé par le Département 54 !

PRÈS DE 700 PERSONNES
SE SONT DÉJÀ ENGAGÉES,
POURQUOI PAS VOUS ?

D'un côté, des citoyens désireux de concilier engagement avec vie privée et vie professionnelle ; de l'autre, des associations mobilisées pour trouver de nouvelles recrues. Au milieu, la nécessité, pour les collectivités, de sortir des sentiers battus et de dessiner de nouvelles formes d'engagement, plus réalistes et progressives. Le Département de Meurthe-et-Moselle l'a bien compris et lançait, en 2019, « Place de l'Engagement », plateforme de mise en relation entre les associations et leurs futurs bénévoles. L'objectif d'encourager toutes les formes d'engagement a été réaffirmé récemment dans le cadre du Projet départemental.



clic, les missions à votre portée. Car vous aurez, au préalable, activé la recherche géolocalisée et défini votre périmètre d'action, vos modalités d'intervention (présentiel ou à distance), la période privilégiée et la fréquence de votre disponibilité, et même vos thématiques préférées... Une fois affichées les missions vacantes, vous n'aurez qu'à envoyer votre candidature, également via le site, à l'association concernée. Ou quand s'engager devient simple comme un clic !

DES MISSIONS SUR MESURE

« Place de l'Engagement » c'est, en 2023, plus de 650 associations inscrites – toutes font l'objet d'une fiche de présentation accessible sur le site – pour 917 missions proposées à près de 1400 bénévoles. Vecteur de solidarité prisé des associations, l'outil continue à accueillir toutes les bonnes volontés de particuliers en mal d'engagement !

Vous souhaitez donner de votre temps, mais ne savez pas comment accéder aux offres proposées par les associations de votre secteur ? Vous voulez contribuer à la vie de la cité par une action à la fois individuelle et collective, décisive et utile ? Rendez-vous sur engagement.meurthe-et-moselle.fr ! Une fois connecté.e, vous découvrirez, en un

CET OUTIL NUMÉRIQUE GRATUIT PROPOSE :

- ▶ Un annuaire des associations inscrites sur la plateforme, avec une fiche de présentation par structure ;
- ▶ Un espace de présentation des missions de bénévolat publiées par les associations ;
- ▶ Des informations géolocalisées, permettant une recherche par lieu, par thème, par durée de mission.

EXEMPLES DE MISSIONS PROPOSÉES SUR engagement.meurthe-et-moselle.fr :

À raison de quelques heures hebdomadaires (ou mensuelles) : réparer des vélos pour leur donner une seconde vie, aider aux devoirs d'enfants d'école élémentaire, partager ses connaissances informatiques auprès de personnes détenues en réinsertion, lire des histoires aux enfants malades, transporter les invendus des supermarchés pour une association d'aide alimentaire, tenir la buvette d'un club de handball les soirs de match, accompagner des personnes lors de sorties culturelles, gérer les réseaux sociaux d'une association de lutte contre les violences faites aux femmes...



© GBERGER-CD54



© GBERGER-CD54

Trouvez les missions près de chez vous sur la plateforme : engagement.meurthe-et-moselle.fr

Renseignements au 03 83 94 59 12

PLACE DE L'ENGAGEMENT



En un clic, mon temps prend un autre sens



Conception : etal-despit.fr - PAO DIRCOM CD54 M. Gourbillon

Citoyennes et citoyens engagés, connectez-vous sur www.engagement.meurthe-et-moselle.fr







▲ November Ultra © Pauline Darley



▲ The Sonics © DR



▲ Winterzuko © Robin Martin Naghmouchi

LA SOURIS VERTE CÉLÈBRE LE COLLECTIF

Inventive et novatrice, La Souris Verte élargit ses publics grâce à une programmation collective brillant par sa diversité et sa qualité.

Début 2022, elle était confrontée, en tant que lieu de culture, à la nécessité de retrouver son public... Depuis, La Souris Verte a fait le choix de trouver son public, ou plutôt ses publics. En effet, elle a pris le parti d'élargir sa programmation afin de « concerner le plus grand nombre de personnes possible ».

COMITÉ ÉLARGI ET REPRÉSENTATIF

À ambition légitime, méthode originale ! Et c'est à un comité de programmation élargi, constitué de 10 membres de l'équipe, qu'est désormais confié le soin d'élaborer ladite programmation. En sollicitant ainsi des volontaires de tous

les âges – élément fondamental, car gage d'une meilleure représentativité des publics -, mais également en incluant davantage le public dans ses choix et en renforçant ses liens avec les autres acteurs du territoire, la structure se fait plus démocratique, plus proche que jamais de ses publics. Avec, à la clé, une programmation éclectique et de qualité !

Ces partenariats renforcés se concrétiseront notamment par la soirée du jeudi 5 octobre, durant laquelle La Souris verte accueillera, en lien avec l'association Tramengo, les artistes acadiennes du Madison Violet, dans une ambiance feu de camp. Succèdera au duo folk-roots l'Américaine Suzanna Choffel ; guitariste hors pair à la voix sensuelle



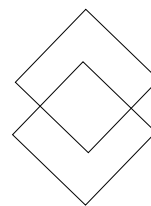
▲ Patrice © DR



▲ Belphegor © Maria Sawicka



▲ MadisonViolet © DR



et citoyenne engagée, elle s’empare de la scène et des cœurs. Samedi 18 novembre, trois groupes (Shonagon, Itaho et Taaris), invités par l’association La Faïte (basée à Laval-sur-Vologne), viendront compléter la soirée électro organisée autour de Crystallmess, productrice, performeuse et artiste française et multifacettes. Enfin, jeudi 7 décembre, une soirée black death metal réunira, sous la houlette de l’association nancéienne Metal Ride, les impétueux Belphegor, les folkeux-métalleux-païens Arkona, ainsi que plusieurs guests.

LA REINE NOVEMBER ULTRA

Pour le reste, la programmation de la saison à venir s’annonce aussi variée que qualitative.

En la matière, la soirée du 7 octobre fera date ! Sur la scène de la Rotonde, **November ultra** envoutera le public de sa voix chaude, puissante. Doublement couronnée, depuis la sortie en 2022, de son premier album « Bedroom walls » – opus distingué du prix Joséphine du meilleur album de l’année et qui a valu à son instigatrice de recevoir la Victoire de la Musique de la révélation féminine –, November Ultra nous plonge, avec cœur et pudeur, dans son journal intime. D’histoire lumineuse en récit plus sombre, elle compose la bande musicale – aux influences R&B, folk et cinématographiques – de sa vie, et de la nôtre aussi. Cocon de douceur, voyage intimiste, chaque concert est synonyme, pour le public, d’évasion enchantée.

Vendredi 27 octobre, après une mise en pause hors du monde et une parenthèse vécue en ermite dans les collines de la Jamaïque, **Patrice** nous prouvera qu’il est toujours un phénomène de scène ! Son pari, pour cette tournée consécutive à la sortie de « Super album » et à celle d’un best of enregistré dans sa chambre d’enfant ? « Créer des expériences inspirantes »... Ce qui suppose visiblement dans son cas de surprendre le public, de rompre avec les conventions, d’imaginer d’autres façons de faire vivre le live, et de s’entourer de guests ! Dernière bonne nouvelle : la sortie annoncée d’un prochain album, « 9 », en préparation depuis sept ans...



▲ Ashkabad © DR



▲ Suzanna Choffel © DR

Jeudi 2 novembre, **The Sonics**, muses revendiquées de musiciens de légende tels que Nirvana, Bruce Springsteen et The Fall, nous prouveront que le rock'n'roll n'est pas mort ! Le groupe, qui reste, depuis sa formation en 1960, le premier et le meilleur groupe rock de tous les temps, a fait entrer bon nombre de leurs chansons dans la postérité ; certaines (« The Witch », « Psycho », Strychnine » en têtes de proue...) sont même devenues des rites de passage pour de nombreux groupes de garage punk modernes. En première partie : The Nucleons projet !

Autre pépite made in La Souris Verte : la soirée **Winterzuko** (+ Jeanneto) du vendredi 10 novembre. Graine de star de la nouvelle scène rap, rompu aux open mic., Winterzuko mêle textes sensibles et sonorités club. Avec « VON », EP en 7 titres coproduit avec des références du rap, il multiplie les collaborations exclusives et livre son projet le plus personnel à ce jour.

✚ La Souris Verte, 17 rue des États-Unis à Épinal • Tél. 03 29 65 59 92 •
 Programmation détaillée et billetterie sur Lasourisverte-epinal.fr

LA SOURIS VERTE
SCÈNE DE MUSIQUES ACTUELLES

PRÊTS ? EMBARQUEZ !
LES CONCERTS DE LA SOURIS VERTE
À ÉPINAL

PROGRAMMATION
SEPT > DEC 2023

ASHKABAD + MAHOM + SUMAC DUB
MADISON VIOLET (CAN) / SUZANNA CHOFFEL (USA)
NOVEMBER ULTRA + EVE-HELENE
LA BONTE D'ÂME / SUR LE VIF
PATRICE + GUEST
THE SONICS + THE NUCLEONS PROJECT
WINNTERZUKO + JEANNETO
CRYSTALLMESS + SHONAGON + ITAHO + TAARIS
KRAV BOCA + AS A NEW REVOLT
BELPHEGOR + ARKONA + GUESTS

WWW.LASOURISVERTE-EPINAL.FR

Logos of sponsors: Grand Est, V, Villes et Territoires de France, Sécurité, Grobuge, SMT, etc.

3 FAÇONS DE PASSER LE CAP DES 50 ANS (DE NJP)

Quand certain.e.s détestent fêter leur anniversaire, NJP, jeune cinquantenaire, s'autocélèbre à coup de livre décennal, de bière spéciale et d'exposition rétrospective.



© Nancy Jazz Pulsations



© typru x média ODV

“ NJP EST UN FESTIVAL DE MÉTISSAGE OÙ SE RENCONTRENT, SOUVENT AU SEIN D'UNE MÊME SOIRÉE, DES STYLES DIFFÉRENTS ET COMPLÉMENTAIRES. SON AUTRE PARTICULARITÉ EST D'ÊTRE UN FESTIVAL URBAIN, EMPREINT D'UNE DOUCEUR QUI TIENT À SON CADRE, LA PEP', ET AUX DIFFÉRENTES SALLES UTILISÉES. ”

Matthieu Rémy, écrivain

a 50 ans, on est plus jeune mais pas encore tout à fait vieux. On a accompli quelques trucs et le chemin est encore long. Bref, 50 ans, ce n'est pas rien, surtout pour un événement dont la pérennité requiert le soutien des collectivités, la faculté à se renouveler, le plébiscite du peuple vis-à-vis d'une programmation à la fois exigeante et populaire. En 2023, NJP a 50 ans et la ferme intention de le faire savoir. Nous avions, dans un précédent numéro, évoqué « Let's Play », exposition coconçue par les équipes du NJP- Antonin Curé, son responsable mémoire, en tête de cortège - et le Musée des Beaux-arts. 50 ans d'histoire, d'actions d'une structure tentaculaire, 50 ans de coulisses, de scènes à (re)découvrir sous la forme d'un parcours immersif mêlant photos et vidéos, correspondances et contrats d'artistes. L'exposition est visible jusqu'au 21 octobre au sein de la Galerie Poirel. Nous n'avions pas encore mentionné la bière spéciale cinquantenaire, fruit de l'association de deux brasseries du cru : Clemery et Hoppy Road. Révélée à l'occasion d'une soirée festive le 8 septembre



© typru x média ODV



© Nancy Jazz Pulsations



© Nancy Jazz Pulsations

dernier, la « 73 », New England Pale Ale aux levures infusées de jazz – les levures ont littéralement vibré, durant l'ensemble de leur fermentation, au son d'une playlist retraçant l'histoire du jazz – est disponible au sein de la boutique NJP. Elle sera, dès le 7 octobre, proposée à la dégustation dans différents bars de Nancy.

ABÉCÉDAIRE ANNIVERSAIRE

L'autre gros morceau de cet anniversaire hors norme tient en quelques centaines de pages. Dans l'ouvrage sobrement intitulé « 50 ans de NJP » coréalisé par deux Nancéiens, le designer graphique et maquettiste Nicolas Pleutret et l'écrivain Matthieu Rémy, le festival nous est raconté à travers 50 thématiques illustrées de photos et d'affiches du festival, de documents d'archives et de témoignages. Sollicité par les équipes du NJP, Matthieu Rémy a pris le parti de faire une « sorte d'abécédaire en 50 (+1) entrées » envisagé « à la manière d'un dictionnaire amoureux du NJP ». « *J'ai opté pour des thématiques transversales rassemblant tout ce qui fait NJP. L'entrée « Octobre » renvoie au festival d'automne, l'entrée « Chapiteau », à une des marques de fabrique de ce festival. « Kids » permet d'évoquer l'opération Magic Kids, « Happening » englobe les événements extraordinaires survenus en 50 ans de festival », explique Matthieu Rémy. Côté matière documentaire, il est allé puiser dans les photos, documents et anecdotes précieusement déterrés par Antonin Curé (pour les besoins de « Let's Play »), ici savamment agencés. Désormais disponible à*



© Nancy Jazz Pulsations

la vente, ce « travail collectif » permet aux lecteurs d'entrevoir toute la richesse d'un festival capable, de tout temps, de célébrer (et combiner) les esthétiques et les genres, ce que confirme l'auteur. « *NJP est un festival de métissage où se rencontrent, souvent au sein d'une même soirée, des styles différents et complémentaires. Son autre particularité est d'être un festival urbain, empreint d'une douceur qui tient à son cadre, la Pep', et aux différentes salles utilisées* ».

✚ Le livre et la bière des 50 ans sont disponibles au sein de la boutique NJP, 106 Grande rue à Nancy. • Le Festival NJP aura lieu du 7 au 21 octobre. • Programmation détaillée sur nancyjazzpulsations.com

Nuances, LE FESTIVAL ÉLECTRO PERFORMANT

Le festival pluridisciplinaire Nuances, mêlant musiques électroniques, expositions & performances visuelles, revient cette année pour une seconde édition sensationnelle.

Préparez-vous, c'est programme éclectique qui vous attend pour ce festival.

Au programme de ces deux jours, partez pour une immersion totale des 3000 m² d'espace, habité par des artistes locaux et émergents venus de France, mais aussi d'Allemagne et des Pays-Bas.

Tout au long de ce festival aux sonorités House & Techno, un atypique parcours artistique composé d'exposants locaux sera proposé au public ou des performances visuelles et multiformes, auront lieu durant ces deux jours.



Festival multigénérationnel, Nuances ouvrira les portes de Alstom aux familles et aux aficionados, samedi 30 septembre de 15h à 19h. Accessible à tous, l'ambition de l'équipe du festival est de faire rayonner la ville, et toutes ses formes de talent, pour créer le mélange parfait entre expositions, musiques électroniques et performances visuelles. Une visite guidée d'Alstom et du site de Nuances sera proposée ce même jour à 16h30.

Pour les gastronomes, Nuances met un point d'honneur à proposer une offre restauration locale et de qualité. Seront présents pour cet évènement, restaurateurs et brasseurs locaux & éco-responsables. La Zintrie met également à cœur de penser son festival comme un lieu sûr. Une "safe place" permettra à tous les festivaliers de se sentir en sécurité et apprécier l'instant présent (stand de réduction des risques, équipe volante).

L'éco responsabilité faisant partie intégrante des priorités de l'équipe de Nuances et un enjeu majeur, seront ainsi mis en place : Tri sélectif, toilettes sèches, absence de plastiques à usage unique, éclairages LED, mais aussi matières recyclées pour la scénographie.



Nuances, c'est un parcours artistique porté par des exposants passionnés et des performances visuelles captivantes, voilà un cocktail unique pour partir à la découverte de sonorités House & Techno, assuré par un line up d'artistes talentueux et émergents (BINARY DIGIT / ABR. / STEF DE HAAN / VON RIU B2B MATÉ / MISCHLUFT / TSST / TITVS...)

Habitué des lieux ou nouveau-converti, rejoignez l'expérience Nuances pour son deuxième round, les 29 & 30 septembre prochain sur le site de Alstom à Nancy.

+ Les 29 & 30 septembre • 50 rue Oberlin, 54000 NANCY • Usine Alstom, Nancy • Dj sets & Live musiques électroniques • Expositions • Food Trucks & Bars • Safe Place • Expositions + Performances visuelles

 Nuances festival 2023



fetedelascience.fr

ACCUSTICA



PLANETARIUM
LORRAINE



UNIVERSITÉ
DE LORRAINE



Jardin des sciences
Université de Strasbourg



3 grand est

1^{ère} ÉDITION DU FESTIVAL DES PETITS LECTEURS

La Médiathèque et les services Petite Enfance de la Ville de Vandœuvre-lès-Nancy, s'associent pour la 1^{ère} édition du Festival des Petits Lecteurs. Les petits de 0 à 6 ans et leurs parents pourront participer à de nombreuses animations gratuites sur le thème du Loup.

a découvrir lors de cet événement spécialement conçu pour les petits : expositions, vente de livres, atelier de sérigraphie, lecture d'histoires seront en accès libre. Attention pour les spectacles, les contes et les ateliers enfants/parents, les places seront limitées ! Les inscriptions se feront le samedi 23 Septembre, jours du festival à la Médiathèque Jules Verne de Vandœuvre-lès-Nancy.



EXPO PHOTO "AU SECOURS VOILÀ LE LOUP"

par Ramadier & Bourgeau, dans le cadre du Festival des Petits Lecteurs.

Une exposition ludique pour les petits créée à partir de l'univers des livres de Ramadier & Bourgeau.

Suivez la petite aventure de deux ennemis bien connus : le loup et le cochon.

Du mardi 19 septembre au samedi 7 octobre

• Entrée libre

PROGRAMME DES ANIMATIONS

MES 3 PETITS COCHONS

par la Crèche Les Alizés

Après être entrés dans le jeu du conte « les 3 petits cochons », les jeunes enfants, accompagnés d'un adulte, pourront décorer une maisonnette aux multiples facettes, un loup et 3 petits cochons afin de faire vivre l'histoire à la maison.

10h30 et 11h15 / Sur réservation • Salle Hetzel 1^{er} étage

DRÔLE DE LOUP

par la Crèche Les Alizés

Autour de l'histoire du « Loup qui voulait changer de couleur » d'Orianne Lallemand, les enfants accompagnés de leur(s) parent(s) pourront créer un livre multisensoriel et repartiront avec à la maison.

10h30 et 11h15 / Sur réservation • Salle Phileas Fogg 1^{er} étage

DÉTENTE SENSORIELLE

Dans une ambiance douce et sensorielle, un espace de détente offrira aux tout-petits un moment de bien-être.

à partir de 14h00 • Salle Nautilus 2^{ème} étage Entrée libre

MON LOUP CRÉATIF !

Envie d'avoir son propre petit loup ? Un atelier familial vous est proposé pour venir créer des petits loups, à l'aide d'objets du quotidien !

De 14h à 16h / Sans réservation, dans la limite des places disponibles • Salle Kraken 2^{ème} étage

FABRICATION DE LOUPS

Viens créer un petit loup avec Mme Delanchy.

De 14h30 à 16h / Sans réservation, dans la limite des places disponibles / Séance toutes les 10 minutes • Espace Presse

PROGRAMME DES SPECTACLES

SPECTACLE DE CONTES

par Chantal Khal

Piochées ici et là, dessus, dessous, ces histoires ont traversé les années sans prendre une ride, lissées au fil du temps et à force de se frotter à moult oreilles, ont trouvé un parfum inhabituel, étonnant, intrigant, exotique, amusant, délirant.

10h30 / Sur réservation • Salle Missillier

HISTOIRES À ENDORMIR LES LOUPS

par Croquelune

Mais que se passe-t-il donc ce soir dans la maison ? Madame Poulette caquette, inquiète ; MonCrocobleu, rarement peureux, tremble un petit peu ; Lapin Toub blanc, jamais méchant, n'est pas content ! C'est que... Mamichouette a dit à Léon qu'Oncle Renard aurait vu un loup caché sous un coussin. Un loup terrible. Un loup qui ne dort jamais...

10h30 et 15h / Sur réservation • Salle Nautilus

LE TAPIS À HISTOIRES

par les assistantes maternelles du RELAIS

PETITE ENFANCE

Venez découvrir le tapis à histoires confectionné avec l'aide de l'association Tricot Couture Service. Dans une forêt paisible, les petits cochons et le chaperon rouge attendent leur tour pour aller aux toilettes... mais qui occupe le lieu... serait-ce le loup...? Au secours ! Sauve qui peut ! Inspiré du livre jeunesse « Occupé » de Matthieu Maudet.

10h30 / Sur réservation • Salle Kraken 2^e étage

ÉVEIL MUSICAL

par Marie Doerler

C'est L'Automne ! Promenons nos oreilles dans la forêt ! Entrons dans un paysage sonore étrange et fascinant ! Dans cet atelier, les familles pourront chanter, jouer et manipuler différents instruments de musique... à moins que le loup n'ait une grande envie de les manger ! Du rire, du plaisir et des sons à partager, bienvenue dans le monde imaginaire de Madame Guitare !

10h30 / Sur réservation • Espace jeux vidéos

DIS-MOI ENCORE L'HISTOIRE DU GRAND MÉCHANT GARÇON

par Mourad Frik et François Liuzzo

Autres contes à claquer des crocs Dans la famille de Lou comme chez tous les voisins, on raconte plein d'histoires aux petits pour leur apprendre à faire attention, surtout celles du Grand Méchant Homme ! De là à crier au Garçon qui s'en prend aux trois

petits cochons, franchissez le pas de la curiosité et écoutez ces contes à claquer des crocs... Contes et musiques à pas de loup à la loupe de quelques renversements de points de vue !

16h / sur réservation • Salle Missillier

L'ÎLE AUX CHANSONS

Justine et Théodora vous invitent sur l'île aux chansons ! A partir d'albums jeunesse tendres, drôles et émouvants, les deux bibliothécaires ont composé comptines et mélodies à chanter à tue-tête en toutes circonstances.

10h30 et 14h30 / Entrée libre • Espace audiovisuel 1^{er} étage

COMPTINES ET BERCEUSES NOMADES

Petit moment de douceur et de partage autour de comptines et de berceuses du monde. Proposé par les familles de la MJC Centre Social Nomade.

De 14h à 16h / Entrée libre • Espace langues étrangères 1^{er} étage

+ Le 23 septembre de 10h à 17h • Médiathèque Jules Verne, Vandœuvre-lès-Nancy • Réservations des spectacles le jour même • Gratuit • De 0 à 6 ans • Programme complet sur www.vandoeuvre.fr





SUS au FROID !

Avec la flambée des tarifs de l'électricité et du gaz, les économies d'énergie sont au cœur des Préoccupations des Français. Pour éviter de passer un autre hiver à grelotter afin de ne pas faire exploser sa facture, tous les moyens sont bons. Équipements performants de chauffage, conseils de consommation et autres travaux d'isolation et d'aération, peuvent vous aider à gagner en confort et en pouvoir d'achat !



© iStock

Lingorama

LINGE DE MAISON



RACHÈTE VOTRE LINGE*

Du 26 SEPT. au 28 OCT. 2023

PARTICIPEZ

GRANDE TOMBOLA GRATUITE

**VOS ACHATS REMBOURSÉS
ET DES BOUTEILLES DE CHAMPAGNE À GAGNER***



de linge fatigué en bon d'achat

ESSEY-LÈS-NANCY

LA PORTE VERTE - Face Jardiland (parking Aubert)

*Voir conditions et règlement en magasin et sur lingorama.fr.
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

L'AUDIT ÉNERGÉTIQUE : POUR QUI ? À QUEL PRIX ? COMMENT ?

Avant d'entreprendre de lourds travaux de rénovation, il est impératif de réaliser un état des lieux approfondi de votre habitation pour connaître vos besoins réels. C'est là que l'audit énergétique entre en scène. Focus sur cette analyse désormais obligatoire dans certaines situations.

Cheval de bataille du gouvernement, la rénovation énergétique globale vise à améliorer sensiblement le parc immobilier français à travers la réalisation de travaux d'ampleur. Mais avant de refaire l'isolation, le système de chauffage ou encore le système sanitaire de A à Z dans un logement, encore faut-il déterminer quelles modifications sont réellement nécessaires et pertinentes. Alors que le diagnostic de performance énergétique (DPE) continue d'essuyer les critiques, une analyse complémentaire et plus approfondie fait son chemin dans la législation et la pratique depuis quelques années : l'audit énergétique.



DE QUOI S'AGIT-IL ?

Créée en 2021, cette évaluation, valable 5 ans, vise à établir un constat détaillé de la performance énergétique d'un logement afin d'identifier les failles potentielles et de recommander des axes d'amélioration.

Pour cela, un professionnel qualifié doit se déplacer chez vous, par exemple un diagnostiqueur immobilier certifié, une entreprise labellisée RGE (« reconnu garant de l'environnement »), un bureau d'études spécialisé ou encore

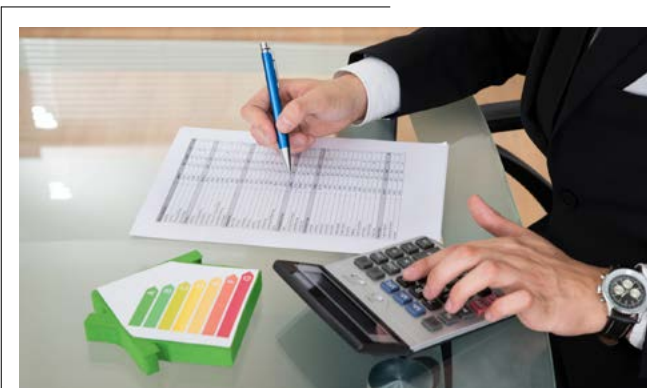
un architecte. Il va alors analyser les caractéristiques de votre logement, la qualité de l'isolation thermique, la performance énergétique de vos installations (chauffage, ventilation, climatiseur, etc.), mais aussi vos habitudes de vie, afin de dresser un état des lieux de vos consommations. Pour fiabiliser davantage cette évaluation, il est également recommandé de lui fournir tous les plans, diagnostics et autres documents pertinents en votre possession.

Grâce à toutes ces informations, l'auditeur va pouvoir vous présenter au moins deux scénarios de travaux, à réaliser en une ou plusieurs étapes, et ce, en définissant un ordre de priorité, afin d'améliorer sensiblement et efficacement les performances énergétiques de votre habitation. Ces propositions doivent en outre obligatoirement être accompagnées d'un chiffrage des coûts à prévoir, des économies attendues, ainsi que des aides publiques possibles pour financer le chantier.

ÊTES-VOUS CONCERNÉ ?

L'audit énergétique peut évidemment être proposé à n'importe quel propriétaire désireux de déterminer ses besoins avant de se lancer dans des travaux de rénovation énergétique. Cela dit, c'est surtout dans un cadre réglementaire que cette





évaluation se développe de plus en plus. Déjà requis depuis quelques années par la loi pour bénéficier de certaines aides publiques à la rénovation, l'audit énergétique s'impose en effet comme la nouvelle arme de l'État dans la lutte contre les logements énergivores. Après un report de plusieurs mois, cette analyse fait ainsi partie des diagnostics obligatoires à délivrer à l'acquéreur d'une habitation classée F ou G par le DPE pour toute promesse de vente ou, à défaut, acte de vente signé depuis le 1^{er} avril 2023, sachant qu'en Outre-mer la mesure s'appliquera au 1^{er} juillet 2024. Dans cette optique, les recommandations de travaux formulés dans ce document doivent d'ailleurs permettre d'atteindre a minima l'étiquette B du DPE, avec une première étape permettant de gagner au moins une classe et d'atteindre la classe E. Mais cette réglementation est amenée à évoluer puisque le gouvernement a d'ores et déjà prévu d'étendre l'obligation de l'audit aux logements classés E à partir de 2025, puis à ceux classés D en 2034.

COMBIEN ÇA COÛTE ?

Tout comme pour le diagnostic de performance énergétique, les tarifs de l'audit énergétique ne sont pas réglementés. Dès lors, la facture peut grandement varier d'une entreprise à l'autre mais aussi en fonction de la taille de votre logement et de votre région. À titre indicatif, sachez que les professionnels avancent une fourchette de prix entre 800 € et 1 500 €.

Une partie du coût peut toutefois être prise en charge grâce au dispositif MaPrimeRénov. Le montant de l'aide varie alors en fonction de vos ressources, de 500 € pour les ménages très modestes à 300 € pour les foyers aux ressources dites intermédiaires. Les particuliers les plus aisés n'y sont en revanche pas éligibles. Si l'audit s'inscrit dans une démarche de rénovation globale, il peut enfin bénéficier d'une prime énergie versée au titre des certificats d'économie d'énergie.

+ Renseignez-vous auprès d'un conseiller France Rénov au 0 808 800 700 (numéro non surtaxé) et consultez l'annuaire des diagnostiqueurs-auditeurs certifiés sur France-renov.gouv.fr.



Pépinières KOENIG

C'est le moment de planter !

VENTE DIRECTE
au détail
PRODUCTEUR




**ARBUSTES À FLEURS • PLANTES VIVACES • PLANTES POUR HAIES •
PLANTES GRIMPANTES AZALÉES • RHODODENDRONS
ARBRES TAILLÉS EN TOPIAIRE**

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

**GRAND CHOIX DE VÉGÉTAUX
& SERVICE PLANTATION !**



Contrat d'entretien annuel **Pavage – Muret – Dallage –
Bassin – Engazonnement**

"ALLO SERVICE ENTRETIEN JARDIN"
PETITS TRAVAUX DE JARDINAGE

CRÉDIT D'IMPÔT JUSQU'À 50%*
CONSULTEZ-NOUS !
*en fonction de la loi en vigueur



OUVERT 7 jours / 7
en OCTOBRE NOVEMBRE

OUVERT du lundi au samedi
en dehors de ces périodes
de 9h à 12h et de 13h30 à 18h

Entre Damelevières et Rosières - Lieu dit « Le Nil »

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

LA VENTILATION DOUBLE-FLUX POUR DÉSHUMIDIFIER SANS FAIRE CHUTER LE THERMOSTAT

Alors que les VMC simples sont aujourd'hui les plus fréquentes dans les logements français, il existe un autre système de ventilation qui limite les pertes de chaleur tout en étant plus performant. On vous présente la VMC double-flux.

Si une bonne isolation thermique est indispensable pour limiter les variations de température dans nos logements et donc, le recours massif aux systèmes de chauffage et de climatisation qui font grimper en flèche nos consommations d'énergie, elle comporte néanmoins un inconvénient majeur : en augmentant l'étanchéité de nos demeures, celles-ci peuvent difficilement évacuer le surplus d'humidité. Voilà pourquoi les ventilations mécaniques contrôlées, ou VMC, ont depuis 1982 été rendues obligatoires en France dans les salles de bains, cuisines et toilettes des logements neufs. Or, si la VMC simple, qui fonctionne avec un débit à extraction, est la plus répandue dans l'Hexagone, il existe également des VMC à double flux. On fait le point sur les avantages et les inconvénients de ce dispositif.

UN FONCTIONNEMENT QUI PRÉSERVE DU FROID

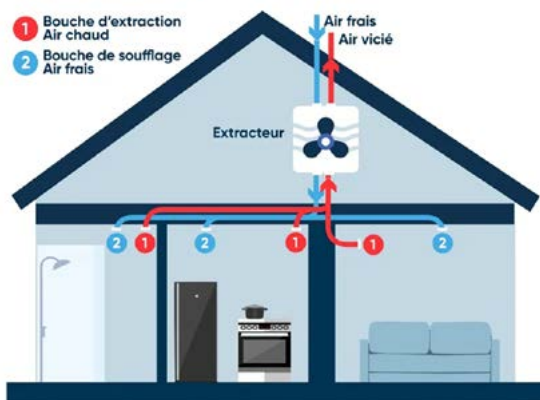
Les VMC simples créent une dépression dans les pièces où elles sont situées afin d'extraire l'air humide ou vicié et de le remplacer par l'air extérieur qui pénètre via les bouches d'entrée d'air se trouvant généralement sur le châssis au-dessus des fenêtres. Si ce système permet de renouveler l'air dans la cuisine ou la salle de bains, il a toutefois l'inconvénient majeur de refroidir considérablement le logement en hiver, occasionnant une surconsommation de chauffage qui peut aller jusqu'à 30 % selon l'Ademe (Agence de la transition écologique). Il est également peu efficace dans les pièces sèches.

La VMC double-flux, quant à elle, extrait l'air vicié de chaque pièce (y compris celles dites sèches, comme les chambres ou le salon) et insuffle à la place un air neuf filtré et préalablement réchauffé grâce à un double circuit de gaines indépendantes. L'échangeur thermique récupère ainsi les calories de l'air extrait pour réchauffer l'air neuf entrant, qui est filtré avant d'être envoyé à l'intérieur via les bouches d'insufflation. Cette technique de ventilation limite les déperditions de chaleur et affiche un taux de renouvellement de l'air plus élevé car elle ventile toutes les pièces en continu avec un débit régulé. De plus, en éliminant les très petites particules (pollens, allergènes, formaldéhydes, etc.) dans ses filtres, elle garantit une meilleure qualité de l'air intérieur, souvent très pollué.

UNE INSTALLATION COMPLEXE

Il existe cependant un bémol : la VMC double-flux est plus complexe à mettre en œuvre qu'une VMC simple car elle nécessite la pose de gaines d'extraction de l'air dans chacune des pièces de l'habitation, ce qui engendre donc des travaux de plus grande ampleur. Si cet aspect est négligeable lors de la construction d'un logement neuf, en revanche, lors d'un projet de rénovation, la mise en place peut être compliquée, et devra être confiée à un professionnel qualifié. De plus, elle requiert un entretien plus important, notamment avec le changement des filtres, recommandé tous les six mois.

Fonctionnement d'une VMC double flux



QUID DU COÛT ?

Les VMC double-flux sont des équipements relativement onéreux. Si le prix varie en fonction des caractéristiques du logement, du modèle choisi et des tarifs de pose pratiqués par l'artisan, on estime en moyenne qu'il faudra au total déboursier entre 4 000 et 8 000 €. Il est toutefois possible d'obtenir des aides afin de réduire la facture, telles que MaPrimeRénov ou un éco-prêt à taux zéro. ■ **Lauren Ricard**

BON À SAVOIR : renseignez-vous sur vos droits à ces dispositifs auprès d'un conseiller France Rénov au **0 808 800 700** (numéro non surtaxé) ou sur le site **France-renov.gouv.fr**.

Réalisez votre salle de bains en réalité virtuelle !



Show room de 400 M²

Plus de 800 références de carrelages
Grand choix de sanitaire

- **Découvrez en immersion**, le choix de votre salle de bains aux cotes réelles.
- En un clic vous déterminez toutes **vos options et paramètres**.
- **Optimisation** des volumes et **multiplicité** des choix.
- Une fois votre choix effectué vous disposez d'un **plan en 3D** pour la pose après validation de votre commande.

Une équipe spécialisée à votre écoute : Jessica, Cédric et Vincent
votre projet est défini **gratuitement** avec votre conseiller.

CARRELAGE | SANITAIRE | AMÉNAGEMENT EXTÉRIEUR



CHAUFFAGE : LES INSTALLATIONS LES PLUS RENTABLES

Cet hiver, passez le cap et investissez dans un appareil de chauffage plus économique et plus écologique. Vous réduirez ainsi votre facture énergétique tout en protégeant la planète !

Chaque année, lorsque les premiers frimas arrivent, c'est le même casse-tête : la majorité des Français se demandent comment faire des économies de chauffage. Avec la hausse constante du prix des combustibles, alléger sa facture énergétique devient en effet le but ultime de la plupart des foyers. Et si l'on peut réduire son empreinte écologique par la même occasion, c'est tout bénéfice ! Ainsi, il est tout à fait possible de se chauffer mieux et pour moins cher... à condition de faire un petit investissement de départ. Quels sont donc les appareils les plus économiques ? On fait le point.



LE POÊLE À BOIS

Parmi les équipements de chauffage les plus économiques, le poêle à bois est certainement le plus intéressant. En effet, le bois est actuellement le combustible le moins coûteux du marché, puisqu'il est environ 30 % moins cher que le gaz ou l'électricité. En moyenne, son prix est de 0,07 € par kWh, contre 0,12 € pour le gaz de ville et 0,16 € pour l'électricité. Son rendement est compris entre 60 % et 95 % pour une utilisation avec des granulés, contre 80 % maximum pour une cheminée avec insert. Ce n'est donc pas pour rien si 40 % des maisons individuelles sont déjà équipées d'un poêle à bois !

C'est aussi une solution écologique car le bois rejette peu de CO₂ et il s'agit d'une énergie renouvelable. En effet, la filière est organisée par l'Office national des forêts (ONF), qui gère une production issue exclusivement de forêts exploitées durablement.

Évidemment, le prix d'un poêle à bois reste un investissement important puisqu'il faut déboursier entre 3 000 € et 10 000 € en fonction des modèles.

LA CHAUDIÈRE À CONDENSATION

Autre option pour les foyers qui utilisent le gaz : la chaudière à condensation. Celle-ci assure aussi bien le chauffage que la production d'eau chaude sanitaire. En effet, elle fonctionne en brûlant le gaz, ce qui produit de la chaleur, et utilise la vapeur d'eau contenue dans la fumée pour la refroidir et la transformer en liquide. Ce système deux en un permet alors de réduire sa consommation de gaz de 10 à 25 %. Comptez environ 3 000 € pour une chaudière à condensation.

Sachez qu'il existe également des chaudières biomasse, plus écologiques, qui vont utiliser non pas du gaz mais des morceaux (bûches, granulés...), déchets (copeaux, sciure...) de bois ou des résidus organiques (paille, coques de fruits...) pour fonctionner. Si elle est assez coûteuse à l'achat (de 3 000 à 10 000 €), elle peut vous faire économiser 30 à 55 % sur vos factures d'énergie.





© iStock

LA POMPE À CHALEUR

C'est un peu l'appareil à la mode, mais il faut dire que la pompe à chaleur air/eau est l'une des plus économiques ! En effet, pour 1 kWh consommé, elle vous restituera 3 kWh d'énergie. Un véritable petit tour de passe-passe qui vous permettra de diviser par trois ou quatre votre consommation énergétique ! Elle a aussi comme autre atout d'être écologique car elle capte les calories extérieures pour les transformer en énergie. Elle ne pollue donc pas et ne rejette pas de fumées toxiques. C'est aussi malheureusement l'un des appareils les plus chers à l'achat car il faut compter environ 12 000 € pour une pompe à chaleur mixte. Cela dit, les aides publiques peuvent diminuer grandement son coût.

LE CHAUFFAGE SOLAIRE

Enfin, pour chauffer sa maison gratuitement, rien ne vaut le chauffage solaire ! S'il faut investir au départ dans des panneaux thermiques, cet achat est rapidement rentabilisé (quelques années à peine), permettant de couvrir jusqu'à 70 % des besoins de chauffage d'une maison, avec possibilité de réduire par deux le montant de sa facture. Si l'énergie créée est gratuite et inépuisable, il faut en revanche prévoir un système complémentaire ou d'appoint (chaudière à condensation ou pompe à chaleur par exemple) qui prendra le relais pour la partie restante. ■ M.K

BON À SAVOIR : les systèmes de chauffage performants peuvent bénéficier d'aides financières. Renseignez-vous gratuitement auprès d'un conseiller France Rénov au **0 808 800 700** (numéro non surtaxé) ou sur **France-renov.gouv.fr**.

DEPUIS 46 ANS

**À VOS CÔTÉS
POUR VOS
ÉCONOMIES D'ÉNERGIE
ET VOTRE
BIEN-ÊTRE !**

CHAUFFAGE  **CLIMATISATION**
ÉNERGIES RENOUVELABLES

**Jacques
PHILIPPE**

VENTE • INSTALLATION • S.A.V.

DEVIS GRATUIT

**VOTRE CHAUFFAGISTE
QUALIFIÉ ET CERTIFIÉ**



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

BOIS NATURE

LE FOURNISSEUR DE VOS PROJETS BOIS

PME locale indépendante de production et de vente de bois sur le Grand Est, Bois Nature donne aux particuliers et professionnels matière à réaliser tous leurs projets bois.



SPÉCIALISTE DANS LA COMMERCIALISATION DE TOUT PRODUIT BOIS :

- ✓ terrasses bois et composite,
- ✓ bardages bois et composite,
- ✓ clôtures bois et composite,
- ✓ bois de charpente et structures bois
- ✓ pergolas, appentis, kiosques ...
- ✓ abris de jardin, garages
- ✓ mobiliers de jardin,
- ✓ parquets,
- ✓ lambris et parements muraux,
- ✓ bois de menuiserie...



Bois Nature propose aussi une gamme complète de quincaillerie, outillage, luminaire, accessoires de pose nécessaire à la réalisation de votre projet.

L'entreprise installée à proximité de Nancy vous propose depuis 2021 un espace show-room et magasin de plus de 400 m² donnant à voir la diversité et la richesse de ses propositions.

Au sein de son unité de production intégrée, Bois Nature transforme le bois brut selon vos besoins spécifiques et la nature de vos projets. Et pour toujours plus de praticité et de confort pour le client, l'entreprise s'est dotée d'un magasin

d'outillage en libre-service proposant visserie, quincaillerie pour le bois et outillage à main.

Au vu de l'importance des stocks, il y a peu de chance que vous n'y trouviez pas votre bonheur, mais si d'aventure l'outil recherché venait à manquer, sachez que la commande est possible !

Vous trouverez également, sur place, des conseils d'experts pour élaborer votre projet, et tout ce qui fait l'identité de l'enseigne quasi cinquantenaire : le professionnalisme et la réactivité d'une équipe, la qualité et la diversité des produits, la flexibilité au service du sur mesure.

+ Bois Nature - ZA Parc de Haye - 4 Allée des Acacias, 54840 Bois-de-Haye • Ouvert du lundi au vendredi de 8h00 à 12h00 et de 13h30 à 18h00, fermé les samedis d'octobre à mars • Tél. 03 83 23 26 72 • www.boisnature.com • [f](https://www.facebook.com/boisnature) boisnaturenancy

BOIS nature

PRODUCTEUR ET COMMERÇANT
DEPUIS 2005



Venez visiter notre beau showroom

Terrasses - Clôtures et pare-vues - Rondins - Bois de construction - Mobilier - Abris de jardin



22 références de bardage
extérieur en stock

18 références de lambris et
parements muraux en stock



Une entreprise locale, du bois transformé en France, une équipe pro,
accueillante et motivée, beaucoup de stock et une livraison rapide.

Et si vous osiez le bois !?

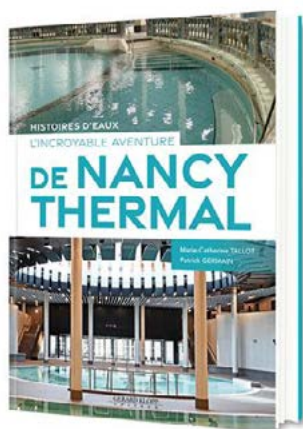
De toutes les matières, c'est le bois que je préfère

4 allée des Acacias, ZA Parc de Haye, Velaine-en-Haye 54840 BOIS-DE-HAYE

Tél : 03 83 23 26 72 · contact@boisnature.com

www.boisnature.com

Silence, on Bouquine...



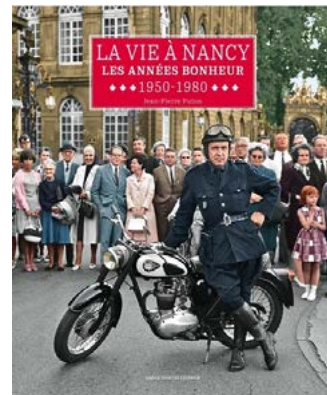
L'incroyable Aventure de Nancy Thermal

Nancy a nourri pendant 700 ans l'espoir de figurer parmi les heureuses élues « villes d'eaux » françaises. Cette promesse coulait de deux sources : la source naturelle et historique Saint-Thiébaud, située au centre de Nancy et connue depuis le XI^e siècle, et la source Lanternier, née en 1909 d'un forage dans le Parc Sainte-Marie, au sud-ouest de la ville. Malheureusement, l'histoire du thermalisme nancéen n'est pas une douce romance mais une véritable épopée aux multiples rebondissements dignes d'une série télévisée. Deux hommes libèrent les eaux minérales de Nancy de leur sombre fatalité et transforment le mythe « thermal » en réalité. à la détermination d'un architecte inspiré succède la « vision stratégique » d'un maire-médecin. Le pari de Louis Lanternier se réalise par la volonté d'André Rossinot donnant vie, après plus d'un siècle, au projet interrompu de son prédécesseur. Voici racontée, dans son contexte historique, stratégique, politique, à travers les évolutions du thermalisme national et régional, l'histoire d'un destin qui n'aurait jamais dû aboutir tant les obstacles à franchir étaient nombreux et insurmontables. « Nancy-la-Coquette » est ainsi devenue « Nancy-les-Bains »... une ville de plus de 100 000 habitants, qui recèle aujourd'hui en son sein la première station thermale au cœur de la Métropole du Grand Nancy.

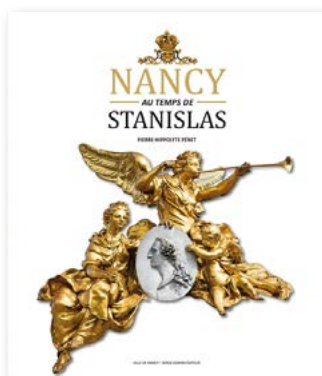
✚ *L'incroyable Aventure de Nancy Thermal*, Marie-Catherine Tallot Patrick Germain (Auteur) Francis Delanchy • Editeur Klopp Gerard • 288 pages • Date de parution 01/08/2023

La vie à Nancy Les années bonheur 1950-1980

En près de 300 images et documents, l'ouvrage, véritable fabrique à souvenirs, nous propose un voyage dans la vie quotidienne des Nancéiens au cours des années 50, 60, 70 et 80. Les photographies publiées nous rappellent une époque souvent qualifiée "d'Années Bonheur". Celle du babyboom des années 1950, de la naissance de la société de consommation et des loisirs, le plein emploi, la voiture reine, la vie moderne, l'apparition de la "réclame", de la télévision, de l'électroménager, un Nancy en métamorphose... Un livre surprenant et plein d'émotions à partager.



✚ *La vie à Nancy - Les années bonheur 1950-1980*, Jean-Pierre Puton • Editeur Serge Domini • Grand Format Broché • 160 pages • Date de parution 16/03/2023



Nancy au temps de Stanislas

Publié à l'occasion du 40^e anniversaire de l'inscription sur la Liste du patrimoine mondial de l'UNESCO des places Stanislas, de la Carrière et d'Alliance à Nancy, l'ouvrage rassemble de façon inédite une iconographie historique

essentielle et plusieurs reportages du Nancy d'aujourd'hui hérité de Stanislas. Histoire, architecture, patrimoine, richement illustré de plus de 180 documents, tableaux, archives et photographies, un beau-livre lumineux conçu pour être une incontournable référence.

Pierre-Hippolyte Pénet, conservateur du patrimoine chargé des collections XV^e-XVIII^e siècles au palais des ducs de Lorraine-Musée lorrain, vous invite à découvrir les trois célèbres places nancéiennes, place Stanislas, place de la Carrière et la place d'Alliance. Il nous emmène également à la découverte d'un héritage complémentaire dû à « Stanislas le bâtisseur » : portes de la ville, hôpitaux, églises...

✚ *Nancy au temps de Stanislas*, Pierre-Hippolyte Pénet • Editeur Serge Domini • 180 pages • Date de parution 31/07/2023

**VOTRE
CENTRE AUDITIF**
proche de chez vous

Ce centre
se distingue
par son
indépendance,
sa **qualité de
services,**
sa **proximité,**
sa **facilité
d'accès,**
son **parking.**

Prenez rendez-vous sur :

sur Doctolib



ou au **09.80.92.10.69**

ou écrivez-nous sur : contact@orellys.fr
Du lundi au vendredi : 9h-12h et 14h-18h

centre auditif **Orellys**

Orellys

1-3, allée de la Cascade

54520 Laxou

Facilité d'accès



Orellys
La liberté d'entendre



Muriel Cognot,
audioprothésiste D.E.

Prenez soin de votre audition, et retrouvez la liberté d'entendre !

Muriel Cognot, audioprothésiste DE.,
vous invite dans son centre auditif,
au Centre Commercial "La Cascade",
totalement rénové à Laxou pour un
BILAN AUDITIF GRATUIT !*

ESSAI GRATUIT**
pendant **UN MOIS** chez vous

1 bilan
auditif
GRATUIT*

1 essai
GRATUIT**

Offre
100% Santé
**0€ reste à
charge**

et un chargeur ou un boîtier TV OFFERT***

SUIVI ILLIMITÉ sans aucune limite de rendez vous.

* bilan non médical.

** essai gratuit pendant 1 mois. Sur prescription médicale. Voir conditions dans votre centre.

*** Voir conditions en centre.

DES TARTARES QUI CHANGENT DE L'ORDINAIRE

Véritable star de la cuisine crue, le tartare est un inconditionnel des bistrotts et de la cuisine française. Tour d'horizon de recettes aussi originales que savoureuses.

ah le tartare ! Quel plaisir de commander ce plat à la terrasse d'un café ou de le réaliser soi-même. Nos papilles raffolent de cette recette crue et hachée, facile à préparer que l'on assaisonne à la dernière minute. Néanmoins, certains gourmands et gourmets ont décidé de revisiter cette recette dont le succès n'est plus à prouver. Poissons, crustacés, fruits ou encore légumes, les idées ne manquent pas pour nous faire saliver !



▲ Tartare avocat © Shutterstock



▲ Tartare © iStock

FARANDOLE DE VIANDES

Traditionnellement, le tartare est réalisé avec un steak de bœuf cru, cependant les aficionados de viande tendre, conseillent de miser sur du veau, dont la chair sera fondante et savoureuse.

Côté assaisonnement, on s'émancipe du traditionnel – et pourtant délicieux – combo câpres, cornichons et oignons. C'est le moment de reproduire le tartare italien dont la sauce est composée de fenouil, de parmesan et de ricotta assaisonnée au vinaigre balsamique.

Enfin, pensez à agrémenter vos viandes de ciboulette ou de noix pour donner du caractère à votre plat, ou osez revisiter la recette avec des saveurs asiatiques en réalisant un assaisonnement à base de gingembre, sauce soja, gingembre râpé, huile de sésame et coriandre.

PANEL DE POISSONS ET CRUSTACÉS

Qui a dit qu'un tartare devait forcément être réalisé à base de viande ? Pour celles et ceux qui préfèrent les produits de la mer, remplacez le bœuf par du saumon auquel vous ajouterez de la mangue, du gingembre ou de l'avocat. Vous pourrez également opter pour un tartare de thon rouge, en l'agrémentant avec du citron vert, des tomates et des échalotes en guise d'assaisonnement. La daurade est encore une alternative intéressante et goûteuse, qui se mariera à merveille avec des pois chiches, du cumin et du citron.

Enfin, les fans de coquillages se laisseront tenter par un tartare d'huîtres au fruit de la passion, de crevettes au gingembre ou encore de Saint-Jacques aux pommes vertes.

VARIANTE VEGGIE

Les vegan ne seront pas en reste puisqu'il existe des tartares 100 % veggie ! Amusez-vous avec la fraîcheur et les saveurs des fruits et légumes et réalisez par exemple un tartare avec de l'avocat, des concombres, des poivrons, des tomates ou encore des radis, en garnissant votre plat de différents aromates. Si vous préférez miser sur des fruits, on vous conseille un tartare à base de mangue, d'ananas, de banane et de kiwi, auquel vous ajouterez du sucre vanillé, une gousse de vanille et pourquoi pas quelques feuilles de menthe. Une véritable explosion de saveurs en bouche et un dépaysement garanti !



▲ Tartare poisson © Shutterstock

RECETTE D'UN TARTARE REVISITÉ

Si vous manquez d'inspiration pour revisiter votre plat préféré, on vous propose de réaliser un tartare de bar au pesto de coriandre.

Pour ce faire, commencez par laver et éplucher 3 pommes de terre, avant de les tailler en petits dés et de les disposer dans une grande casserole. Recouvrez les morceaux d'eau froide et salez au gros sel. Ensuite, portez-les à ébullition, puis réduisez le feu pour cuire à frémissements pendant 4 minutes. Égouttez immédiatement les pommes de terre et les réserver.

Désarêtez 8 filets de bar et taillez-les, eux aussi, en petits dés. Lavez 3 tomates, retirez le pédoncule et les pépins, puis coupez-les en petits dés. Faites de même avec 1 citron confit au sel. Épluchez et ciselez 3 oignons nouveaux et enfin, dans un saladier, mélangez l'ensemble des ingrédients en incorporant 10 cl d'huile d'olive. Mettez le mélange obtenu au frais.

En attendant, profitez-en pour éplucher et dégermer 1 gousse d'ail, pour laver et effeuiller 1 botte de coriandre et pour râper 30 g de parmesan. Dans un blender, mixez l'ail, le parmesan et la coriandre, en y ajoutant 30 g pignons de pin, 5 cl d'huile d'olive, le sel et le poivre. Enfin, dresser le tartare à l'aide d'un cercle et décorez de pesto de coriandre. Bon appétit !

J Julie Pitaud



▲ Plat tartare © iStock

Le Petit Comptoir & l'Hôtel Les Pages

Une halte gourmande au pied du château à découvrir !



Stéphanie et Denis Tabouillot sont les chefs d'orchestre de ce bel établissement à l'esprit bistrot. Le couple de professionnels passionnés, secondé par une équipe motivée a acquis au fil des années, une belle réputation. Denis, maître restaurateur propose une cuisine traditionnelle et délicate à base de produits frais et du terroir.

Possibilité de séminaires, grand parking privé gratuit pour voitures et bus.



5, Quai des Petits Bosquets - 54300 LUNÉVILLE | Tél. 03 83 73 14 55 | contact@lespageshotel.fr | www.hotel-les-pages.com

BÉLIER (du 21 mars au 20 avril)

Amour : En couple, l'ambiance est à l'amour mais aussi à l'indépendance ! **Travail-Argent** : Vous fourmillez d'idées et de projets mais votre créativité risque de se heurter au refus de votre hiérarchie. **Santé** : Vous êtes au top de votre forme et du coup vous avez envie de rendre service à tout le monde !



TAUREAU (du 21 avril au 20 mai)

Amour : Prenez garde aux beaux parleurs si vous ne voulez pas être déçu une nouvelle fois. **Travail-Argent** : Une personne influente vous prendra sous son aile pour vous aider à gravir les échelons. **Santé** : Un massage serait bienvenu pour évacuer votre nervosité.



GÉMEAUX (du 21 mai au 21 juin)

Amour : Vous devriez faire beaucoup de rencontres et sympathiser avec des êtres originaux. **Travail-Argent** : Vous pulvériserez les obstacles et rien ne vous arrêtera. Ce n'est pas une raison pour empiéter sur le territoire de vos collègues. **Santé** : Vous jouirez d'un excellent tonus.



CANCER (du 22 juin au 23 juillet)

Amour : Votre vie de couple sera plus envoûtante que jamais. Vous coulerez des jours heureux en compagnie de votre partenaire. **Travail-Argent** : La vie professionnelle sera facile et sans souci. Le moment sera favorable pour la signature de contrats. **Santé** : Nagez, promenez-vous... vous avez besoin d'activité physique !



LION (du 24 juillet au 23 août)

Amour : Cette semaine, ce n'est pas forcément votre conjoint ou partenaire attiré qui vous fera rêver ! **Travail-Argent** : Les circonstances seront favorables à la consolidation de votre position professionnelle. **Santé** : Risque de faiblesse hépatique.



VIERGE (du 24 août au 23 septembre)

Amour : Vos amours vont évoluer dans un climat contrasté où positif et négatif vont se mêler. **Travail-Argent** : Certains de vos projets seront acceptés. Une tendance générale au changement est nettement perceptible. **Santé** : Vous êtes en forme.



BALANCE (du 24 septembre au 23 octobre)

Amour : Cette période devrait vous permettre de vous rapprocher de votre conjoint ou partenaire. **Travail-Argent** : Vous devriez bénéficier d'une intuition exceptionnelle qui vous mettra sur la voie du succès dans le domaine professionnel. **Santé** : Tonus superbe.



SCORPION (du 24 octobre au 22 novembre)

Amour : Quelque chose change dans vos rapports avec l'être aimé. Vous le sentez mais n'arrivez pas à le formuler. **Travail-Argent** : Des changements vont survenir aussi dans le travail, cela n'affectera pas votre dynamisme inventif et créatif, au contraire ! **Santé** : RelaxeZ-vous.



SAGITTAIRE (du 23 novembre au 21 décembre)

Amour : L'idée de la routine et de vous enfermer dans un quotidien bien tranquille vous rend malade ! **Travail-Argent** : Il paraît que la roue tourne et apparemment en ce moment, c'est en votre faveur. **Santé** : Si vous n'avez pas vos moments de tranquillité, cela joue sur vos nerfs.



CAPRICORNE (du 22 décembre au 20 janvier)

Amour : Vous ferez une rencontre surprenante ou insolite. Cela vous déstabilisera quelque peu mais aboutira à une relation positive. **Travail-Argent** : Vous allez être entreprenant et cela aura du bon. **Santé** : Évitez les plats trop épicés et riches en gras.



VERSEAU (du 21 janvier au 19 février)

Amour : Vous attacherez une importance capitale à la qualité de vos relations avec votre partenaire et vous lui consacrerez le plus de temps possible. **Travail-Argent** : Vous allez devoir affronter de nouvelles responsabilités qui exigent de vous plus de disponibilité et un grand investissement. **Santé** : Belle résistance physique.



POISSONS (du 20 février au 20 mars)

Amour : Grâce à votre tempérament protecteur et des influences bienveillantes, votre couple est à l'abri de la houle. **Travail-Argent** : Vous trouvez de grandes satisfactions dans une activité créatrice, où vous pouvez donner toute votre mesure. **Santé** : Votre dynamisme et votre esprit créatif feront des envieux.



Pompes Funébres - Marbrerie



ROC • ECLERC

« C'est clair, c'est Roc Eclerc »

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

24h /24 - Tél : 03 83 55 55 55



PÉPINIÈRES KOENIG

DES PLANTATIONS DE SAISON



Jean-Patrick Koenig poursuit avec passion une authentique tradition familiale. Son grand-père a créé les Pépinières en 1929, son père les a reprises en 1970 et lui-même veille à leur destinée depuis 1990. Arbres fruitiers, plantes d'ornement et plants forestiers s'exposent sur près de 2 hectares à Barbonville, là où tout a commencé voilà 94 ans. Les Pépinières Koenig apportent leur savoir-faire au service des particuliers de Lunéville au périmètre de Nancy, pour la création, l'embellissement et l'entretien de leurs jardins. Ce en toute saison. Ces derniers mois, Jean-Patrick Koenig a été des plus actifs.



Jean-Patrick Koenig a une connaissance rare des arbres et plantes, et distille son expertise, depuis 22 ans, sous la forme de conseils avisés aux visiteurs des Pépinières Koenig et de leurs 6 hectares de terre. A chaque saison, ses bons gestes ! Vous pouvez dès maintenant anticiper vos plantations pour vos arbres fruitiers. Cerisiers, mirabelliers, abricotiers, pommiers, châtaigniers et noyers... mais aussi framboisiers, groseilliers, muriers et autres arbres à petits fruits. Il appelle également les jardiniers amateurs à opter pour des variétés résistantes au réchauffement climatique. « Lavande, hibiscus, yucca d'extérieur, abelias et euphorbes sont autant de plantes vivaces et d'arbustes à fleurs peu exigeants en eau ». Et pour conserver l'humidité au pied de la plante, un paillage de chanvre ou d'écorce de pin, vendu sur place, sera tout à fait adapté. Notez enfin que M. Koenig effectue, sur demande, tous travaux d'aménagement, d'embellissement et d'entretien des jardins situés dans le Lunévillois, Nancy et sa périphérie !



Pépinières KOENIG

Lieu dit Le Nil, 54360 BARBONVILLE

Entre Damelevières et Rosières

Tél. 03 83 75 70 71

Jean-patrick-koenig@orange.fr



BONNE ANNÉE BONNE SANTÉ

Et oui ! Les bonnes résolutions
se prennent AUSSI en septembre.

(Ré)-Abonnez-vous

10
ABONNEMENTS
MENSUELS
À GAGNER

Voir détails sur notre
site web*

aqualun 
L'aquapôle du Lunévillois

03 83 89 51 00
Cours de Verdun, 54300 Lunéville
aqualun.fr

