

lorr'Hebdo

**Votre hebdo
d'infos locales**

Gratuit

n°18

25 juillet 2025

Toute l'info dans votre hebdo



Cahier spécial été - Où sortir à Nancy ...

**LA Confiserie
BRESSAUDE
LA BRESSE**

Les Infos du Coin

■ Sound of Floyd envoûte Jarville

Le 12 juillet au kiosque de Jarville-la-Malgrange, le groupe hommage Sound of Floyd a offert un véritable voyage musical dans l'univers de Pink Floyd. Devant un public nombreux et enthousiaste, ils ont interprété avec justesse des titres mythiques comme Time, Us and Them, Comfortably Numb ou encore Another Brick in the Wall.

Les spectateurs, toutes générations confondues, ont salué la qualité sonore et la fidélité de l'interprétation.

Un concert suspendu dans le temps, ovationné, qui a marqué les esprits et illuminé l'été jarvillois.

■ Crise textile dans le Grand Nancy

Depuis le 15 juillet, l'association Le Relais a suspendu la collecte de vêtements et textiles dans la Métropole du Grand Nancy. En cause : une baisse de l'aide financière versée par Refashion. Les bornes débordent, notamment à Tomblaine, entraînant des dépôts sauvages signalés par les services municipaux. Cette situation relance les débats sur le recyclage textile et l'urgence écologique, dans un contexte déjà tendu après les incendies de friches début juillet.

■ Lunéville met l'ambiance au kiosque

Les dimanches 13 et 20 juillet, le Parc des Bosquets de Lunéville a vibré au rythme des concerts gratuits dans le cadre de l'animation estivale "Un dimanche près du kiosque". Le 13 juillet, le pianiste Eugene Skovorodnikov a transporté le public avec un programme classique et romantique, mêlant œuvres de Schubert et Chopin, dans une atmosphère paisible et raffinée. Changement total d'ambiance le 20 juillet avec le groupe Texas Spirit (rock américain) et l'Orchestre Vendredi 13, qui ont offert un après-midi festif entre musette, variétés et guitares électriques. Une foule intergénérationnelle s'est rassemblée autour du kiosque pour chanter, danser et profiter d'un moment convivial.

■ Nancyphonies 2025 : un été en musique classique

Clap de fin pour les Nancyphonies 2025, festival incontournable de l'été à Nancy, qui s'est achevé le 20 juillet après 19 concerts répartis entre la Salle Poirel, le kiosque de la Pépinière et les salons de l'Hôtel de Ville. Le festival a mêlé grands noms et découvertes, attirant aussi bien les passionnés que les curieux. Parmi les moments forts :

13 juillet : L'Heure exquise, concert matinal avec le pianiste Titién Collard sous les arbres de la Pépinière.

16 juillet : concert de musique de

chambre avec des musiciens de l'Orchestre de l'Opéra de Lorraine.

19 juillet : duel saisissant entre Thomas Enhco et Dan Tepfer, deux pianistes virtuoses dans une improvisation à deux pianos salués comme « un moment unique ». Le public a répondu présent, avec des salles pleines en fin de festival. Une belle preuve que la musique classique, quand elle est ouverte et vivante, séduit toujours autant.

■ Orages à Nancy : dégâts matériels, mais pas de blessés

Dimanche 20 juillet, de violents orages ont traversé Nancy et plusieurs communes de son agglomération. Rafales de vent, fortes pluies et chutes d'arbres ont causé des perturbations, notamment sur les routes et dans certains parcs urbains.

Des arbres sont tombés sur la chaussée et sur des véhicules, provoquant des coupures de circulation dans plusieurs secteurs. À proximité de l'hôtel de ville, une partie de la façade a été fragilisée, nécessitant une mise en sécurité.

Les services techniques ont dû intervenir à de nombreuses reprises, notamment pour dégager des axes bloqués et sécuriser les lieux. Par précaution, plusieurs espaces verts avaient été fermés avant l'arrivée de l'orage et ont rouvert progressivement le lendemain.

Malgré l'intensité de l'épisode, aucun blessé n'a été signalé. Les autorités saluent la réactivité des équipes sur le terrain.



■ Panne partielle lors du spectacle son et lumière à Nancy

Depuis quelques jours, le spectacle estival projeté sur la place Stanislas a été partiellement impacté par une panne technique. L'un des vidéoprojecteurs ne fonctionnait plus, laissant une façade dans l'ombre, tandis que les autres projections continuaient normalement.

Les services techniques sont intervenus rapidement et un remplacement de l'équipement est prévu pour un retour à la normale très prochainement. Malgré ce contretemps, le spectacle a pu être maintenu chaque soir, au grand soulagement des spectateurs.

Edito

Un été en mouvement, au plus près de vous

L'été bat son plein, et avec lui cette envie si particulière de prendre le temps, de flâner, de s'arrêter à une terrasse ou de faire un détour par les étals d'un marché. C'est précisément là que LorrHebdo veut être : là où vous êtes.

Ce numéro 18 marque un tournant dans notre jeune aventure éditoriale. Grâce à votre fidélité et à l'engouement croissant pour notre hebdomadaire, nous développons activement nos points de distribution dans le cœur battant de Nancy. Vous pouvez désormais retrouver LorrHebdo au marché couvert, au marché d'Haussonville, mais aussi dans de nombreux cafés et bars du centre-ville. Autant de lieux de vie où l'information locale a toute sa place, dans un format accessible, libre et proche des gens.

Ce numéro spécial été est aussi l'occasion de saluer l'extraordinaire richesse des initiatives estivales, de Lunéville à Nancy. Alors où que vous soyez, à la terrasse d'un café, entre deux emplettes ou en balade urbaine, prenez le temps d'ouvrir ces pages. Cet été, LorrHebdo est plus que jamais le journal qui vous accompagne, vous ressemble et vous rassemble.

La rédaction de LorrHebdo

Prévisions sur 5 jours - Météo Nancy

Vendredi

25/07



24°C

Samedi

26/07



23°C

Dimanche

27/07



21°C

Lundi

28/07



19°C

Mardi

29/07



20°C

Un mois de juillet spectaculaire à Lunéville



La ville de Lunéville vit au rythme d'un été 2025 foisonnant d'animations, qui mêle traditions républicaines, arts vivants, moments festifs et rendez-vous culturels gratuits. En l'espace de quelques jours, la cité cavalière a offert une véritable mosaïque d'événements, à destination de tous les publics.

Un 14 Juillet flamboyant

La fête nationale a rassemblé de très nombreux Lunévillois autour des valeurs républicaines. Après les cérémonies officielles, place à la fête avec le bal populaire, les animations en plein air et un feu d'artifice spectaculaire tiré dans la soirée, salué par une foule enthousiaste. Une ambiance chaleureuse, intergénérationnelle, portée par une météo estivale et une organisation sans faille.

Machines à feu et spectacle décadent : la Cie Titanos s'empare de la terrasse du château

Autre moment fort de ce début d'été : le passage remarqué de la Compagnie Titanos sur la terrasse du château. Le vendredi 11 juillet, le public a pu assister à « Mascarade », une performance envoûtante mêlant arts de la rue, théâtre forain et machines déjantées. Véritable fête foraine décalée et poétique, ce spectacle nocturne a transformé l'esplanade du château en un univers fantastique peuplé de personnages baroques, d'installations mécaniques étonnantes et de machines à feu impressionnantes. Une expérience immersive qui a marqué les esprits et attiré un large public.

L'Été au Kiosque du Bosquet : musique, contes et rencontres

Depuis le début juillet, le parc des Bosquets accueille également une belle programmation sous le nom « L'Été au Kiosque », un rendez-vous devenu emblématique. Concerts, spectacles, lectures musicales et contes s'enchaînent dans ce cadre bu-

colique et ombragé, transformant le kiosque en scène à ciel ouvert. Les familles viennent y passer des moments agréables, souvent improvisés, autour de musiciens, conteurs ou compagnies locales.

Animations de quartier et village estival

L'été lunévillois ne serait pas complet sans les animations de proximité : jeux pour enfants, spectacles de rue, ateliers créatifs et démonstrations artistiques ou sportives se multiplient dans les différents quartiers de la ville. Le village estival attire chaque semaine familles et jeunes autour d'activités gratuites et participatives, renforçant le lien social et la convivialité entre générations.

Un été à vivre pleinement

Entre patrimoine vivant, spectacles atypiques, moments de partage et concerts sous les arbres, Lunéville propose un été riche, vivant et généreux. La programmation se poursuit tout au long du mois d'août : un bel été s'écrit ici, dans les parcs, sur les places et sur les scènes ouvertes de la ville.



Les Sorties du Coin

Nancy

■ **Estival 2025 – Concert "Rock Factory"** : le 25/07/2025 de 20h30 à 22h30 au Parc d'Agrément, Laxou. Organisateur : Ville de Laxou.

■ **Estival 2025 – Concert (à confirmer)** : le 01/08/2025 de 20h30 à 22h15 au Parc d'Agrément, Laxou. Organisateur : Ville de Laxou.

■ **Guinguette Estivale** : tous les soirs (dates spécifiques selon les lieux) jusqu'au 31/07/2025 (Daisy Craffe) et jusqu'au 31/08/2025 (La Cageot'Folle, Parc Blondlot, Carnot, Plage de la Méchelle, Les Folies de la Cure d'Air), Nancy. Organisateur : Ville de Nancy et associations partenaires.

■ **Concert Solidaire avec Brocante** : les 24/07/2025, 25/07/2025, 26/07/2025 à Nancy (lieu exact à confirmer). Organisateur : (Association solidaire).

■ **Rassemblement de montgolifières "Chambley Festival"** : du 26/07/2025 au 01/08/2025 à Chambley - Hagéville. Organisateur : Lorraine Mondial Air Ballons. Contact : (À confirmer).

■ **Exposition "Aérosol" (Art urbain)** : tous les jours (sauf mardis) jusqu'au 31/08/2025 aux horaires d'ouverture du musée, au Musée des Beaux-Arts, 3, place Stanislas, Nancy. Organisateur : Musée des Beaux-Arts de Nancy. Contact : 03.83.85.30.72. Tarifs : (À confirmer par le musée).

■ **Exposition "Freeze. Lor-K." (Art urbain)** : tous les jours (sauf mardis) jusqu'au 31/08/2025 aux horaires d'ouverture du musée, au Musée des Beaux-Arts, 3, place Stanislas, Nancy. Organisateur : Musée des Beaux-Arts de Nancy. Contact : 03.83.85.30.72. Tarifs : (À confirmer par le musée).

■ **Exposition "Maison 8x8 Dollander 1947"** : tous les jours (sauf mardis) jusqu'au 31/08/2025 aux horaires d'ouverture du musée, au Musée des Beaux-Arts, 3, place Stanislas, Nancy. Organisateur : Musée des Beaux-Arts de Nancy. Contact : 03.83.85.30.72. Tarifs : (À confirmer par le musée).

■ **Atelier "Fantaisie au pochoir"** : le 07/08/2025 (horaires à confirmer) au Musée des Beaux-Arts, 3, place Stanislas, Nancy. Organisateur : Musée des Beaux-Arts de Nancy. Contact : 03.83.85.30.72. Tarifs : (À confirmer par le musée, souvent sur réservation).

■ **Atelier "Rythmes et graffiti"** : le 07/08/2025 (horaires à confirmer) au Musée des Beaux-Arts, 3, place Stanislas, Nancy. Organisateur : Musée des Beaux-Arts de Nancy. Contact : 03.83.85.30.72. Tarifs : (À confirmer par le musée, souvent sur réservation).

■ **Atelier "Art en spray"** : le 07/08/2025 (horaires à confirmer) au Musée des Beaux-Arts, 3, place Stanislas, Nancy. Organisateur : Musée des Beaux-Arts de Nancy. Contact : 03.83.85.30.72. Tarifs : (À confirmer par le musée, souvent sur réservation).

■ **Musée en famille "Mon pochoir, mon univers"** : les 25/07/2025 et 01/08/2025 (horaires à confirmer) au Musée des Beaux-Arts, 3, place Stanislas, Nancy. Organisateur : Musée des Beaux-Arts de Nancy. Contact : 03.83.85.30.72. Tarifs : (À confirmer par le musée, souvent sur réservation).

■ **Exposition "Publicités Art Déco"** : du 21/03/2025 au 30/09/2025 aux horaires d'ouverture du musée, au Musée de la Brasserie, Saint-Nicolas-de-Port. Organisateur : Musée de la Brasserie. Contact : (À confirmer).

■ **Exposition "La Nuit Je Mens"** : jusqu'au 28/09/2025 à la Galerie Les Volets Bleus, Liverdun. Organisateur : Galerie Les Volets Bleus. Contact : (À confirmer).

■ **Vide-grenier de la fête du cochon** : le 27/07/2025 (horaires à confirmer) à Bazancourt (57). Organisateur : (Association locale).

■ **Broc'hand** : le 27/07/2025 (horaires à confirmer) à Heudicourt-sous-les-Côtes (55). Organisateur : (Association locale).

■ **Envol le Grand Est, entre Ciel et Terre (vide-greniers et marché aux puces)** : le 27/07/2025 (horaires à confirmer) à Chambley-Bussièrès (54). Organisateur : Lorraine Mondial Air Ballons.

■ **Vide grenier** : le 03/08/2025 (horaires à confirmer) à Einvaux (54). Organisateur : (Association locale).

■ **Vide grenier brocante** : le 03/08/2025 (horaires à confirmer) à Magnières (54).

Organisateur : (Association locale).

■ **Brocante organisée par l'association La Brigade des Chineurs** : le 03/08/2025 (horaires à confirmer) à Petitmont (54). Organisateur : La Brigade des Chineurs.

Lunéville

■ **La (Grande) Guinguette d'Élisabeth "CAP SUR L'ASIE (OU PRESQUE...)"** : le 26/07/2025 à 19h00 au Château de Lunéville, 11, avenue de la Libération, Lunéville. Organisateur : Château de Lunéville. Contact : (À confirmer). Tarifs : Gratuit.

■ **Salon européen des minéraux - créations - espace bien-être** : les 26/07/2025 et 27/07/2025 (horaires à confirmer) à Lunéville (lieu exact à confirmer). Organisateur : (Association spécifique). Tarifs : (À confirmer).

■ **Exposition photo - la construction de l'église Ste-Jeanne** : le 27/07/2025 à 14h30 à Lunéville (lieu exact à confirmer). Organisateur : (Association culturelle locale).

■ **Un Dimanche près du Kiosque** : le 27/07/2025 de 14h30 à 18h00 au Kiosque, Château de Lunéville, 11, avenue de la Libération, Lunéville. Organisateur : Ville de Lunéville. Tarifs : Gratuit.

■ **La (Grande) Guinguette d'Élisabeth "CAP SUR L'AFRIQUE"** : le 02/08/2025 à 19h00 au Château de Lunéville, 11, avenue de la Libération, Lunéville. Organisateur : Château de Lunéville. Contact : (À confirmer). Tarifs : Gratuit.

■ **Un Dimanche près du Kiosque** : le 03/08/2025 de 14h30 à 18h00 au Kiosque, Château de Lunéville, 11, avenue de la Libération, Lunéville. Organisateur : Ville de Lunéville. Tarifs : Gratuit.

■ **Jam au Kiosque !** : le 07/08/2025 de 19h00 à 22h00 au Kiosque, Château de Lunéville, 11, avenue de la Libération, Lunéville. Organisateur : Association Sons et Vibrations. Tarifs : Gratuit.

■ **Exposition "Les années 80 : Disco & Paillettes"** : jusqu'au 31/12/2025 aux horaires d'ouverture du lieu, à Lunéville (lieu exact à confirmer). Organisateur : (Lieu d'exposition local).

■ **Exposition "L'Art Nouveau dans les faïences de Lunéville et Saint-Clément"** : jusqu'au 28/09/2025 aux horaires d'ouverture du lieu, à Lunéville (lieu exact à confirmer). Organisateur : (Lieu d'exposition local).

■ **Exposition Atelier Terre MJC Jacques Prévert** : du 10/06/2025 au 29/08/2025 aux horaires d'ouverture de la mairie, à l'Hôtel de Ville de Lunéville. Organisateur : MJC Jacques Prévert.

■ **Exposition "Beaux Gestes ! Savoir-faire d'exception du XVIIIe au XXe siècle"** : du 05/07/2025 au 22/09/2025 aux horaires d'ouverture du château, au Château de Lunéville, 11, avenue de la Libération, Lunéville. Organisateur : Château de Lunéville. Contact : (À confirmer).

■ **Vide grenier Roville aux chênes** : le 27/07/2025 (horaires à confirmer) à Roville-aux-Chênes (88). Organisateur : (Association locale).

■ **17ème Fête du Pâté Lorrain - Vide-Greniers** : le 03/08/2025 (horaires à confirmer) à Avricourt (57). Organisateur : (Association locale).

■ **24ème fête des brocanteurs** : le 03/08/2025 (horaires à confirmer) à Luppy (57). Organisateur : (Association locale).

■ **Vide grenier - Brocante - Fête du village - Exposition** : le 03/08/2025 (horaires à confirmer) à Herry (57). Organisateur : (Association locale).

AU SERVICE DE VOS FORETS



06.38.64.01.21

■ **Estimation de parcelles**

■ **Achat bois**

■ **Parcelles Forestières**

Feuillus et résineux

■ **Travaux éclaircie de parcelles**

■ **Paiement comptant**

La Confiserie La Bressaude : Le Goût Authentique des Vosges !



Un Savoir-Faire Sucré Ancien et Reconnu

La renommée de La Confiserie Bressaude n'est plus à faire. Depuis sa création, elle s'est imposée comme un pilier de la tradition confiseur des Vosges. Les fameux bonbons des Vosges, aux saveurs variées comme le sapin, la myrtille, le miel, et une trentaine d'autres arômes, sont le fruit d'un savoir-faire transmis de génération en génération. Fabriqués avec passion, ces bonbons durs, mais aussi les gommages, nougats, et confitures, sont de véritables trésors qui rappellent l'enfance et réchauffent les cœurs.

La Confiserie Bressaude a même été reconnue comme l'une des entreprises les plus visitées de France, témoignant de l'attrait de son atelier de fabrication. Une visite gratuite et commentée vous plonge dans les secrets de fabrication de ces douceurs, une expérience incontournable pour les petits et les grands.

Lundi au Samedi

De 9h à 12h Et de 14h à 18h30

3 route de Cornimont 88250 La Bresse



Santé

Mieux supporter la canicule

Les périodes de fortes chaleurs sont de retour. Le changement climatique entraîne une élévation des températures avec une augmentation de la fréquence de la durée et de l'intensité des périodes de chaleur.

4 phénomènes principaux peuvent être définis:

- Le pic de chaleur, qui se reconnaît à une chaleur intense sur une courte période de 1 à 2 jours, associé au niveau vigilance météorologique jaune. Les températures sont élevées la journée mais descendent sous la barre des 21 degrés la nuit.
- L'épisode persistant de chaleur, pendant lequel les températures élevées sont supérieures à 3 jours. Il est également associé au niveau météorologique jaune.
- La canicule qui est une période de chaleur intense le jour et la nuit qui perdure pendant au moins 3 jours consécutifs. La température reste au dessus de la barre

des 21 degrés la nuit. Elle est associée au niveau météorologique orange.

- La canicule extrême qui est une canicule extrême par sa durée, son intensité et son étendue géographique. Elle est associée au niveau météorologique rouge.

La chaleur a un effet immédiat sur l'organisme et peut avoir de graves répercussions sur les personnes les plus vulnérables, à savoir les enfants et les personnes âgées plus particulièrement, même si tout le monde en souffre.

L'enjeu va être la protection de la population grâce à la mise en place de mesures individuelles et collectives.

L'organisme va chercher à s'adapter à la canicule dès que la température corporelle dépasse les 37 degrés.

Pour cela, des mécanismes de régulation thermique se mettent en place. Le corps va transpirer et la respiration s'accélérer pour éliminer la chaleur.

Les vaisseaux sanguins vont se dilater pour rafraîchir le corps.

C'est pour que ces mécanismes continuent à jouer correctement leur rôle qu'il est indispensable de boire régulièrement et de rester au frais plusieurs heures par jour.

Il faudra également manger frais et équilibré, éviter l'alcool et les activités physiques intenses.

Il faudra éviter de sortir pendant les heures les plus chaudes, porter des vêtements clairs amples et légers en matières naturelles telles que coton et lin.

Si le corps n'arrive plus à s'adapter.

Les premiers signes de la canicule sur l'organisme vont commencer à apparaître.

Il s'agira essentiellement de fatigue, sueurs abondantes, céphalées, vertiges, crampes, déshydratation, une température corporelle supérieure à 38 degrés, des propos incohérents.

Pour les personnes qui ressentent ces différents symptômes, il ne faut pas hésiter à demander de l'aide, à un voisin, son médecin traitant ou alors le centre 15 en cas d'urgence.

Afin de protéger les salariés exposés à la chaleur, l'employeur a le devoir de mettre en place des mesures de prévention à savoir :

Une modification ou agencement des postes de travail.

Une adaptation de l'organisation du travail, telles que horaires de travail, périodes de repos. Mise en œuvre de moyens techniques pour limiter l'exposition à la chaleur : pare soleil, ventilateurs, brumisateurs.

Obligation d'avoir de l'eau fraîche en permanence à hauteur de 3l d'eau par jour et par salarié.

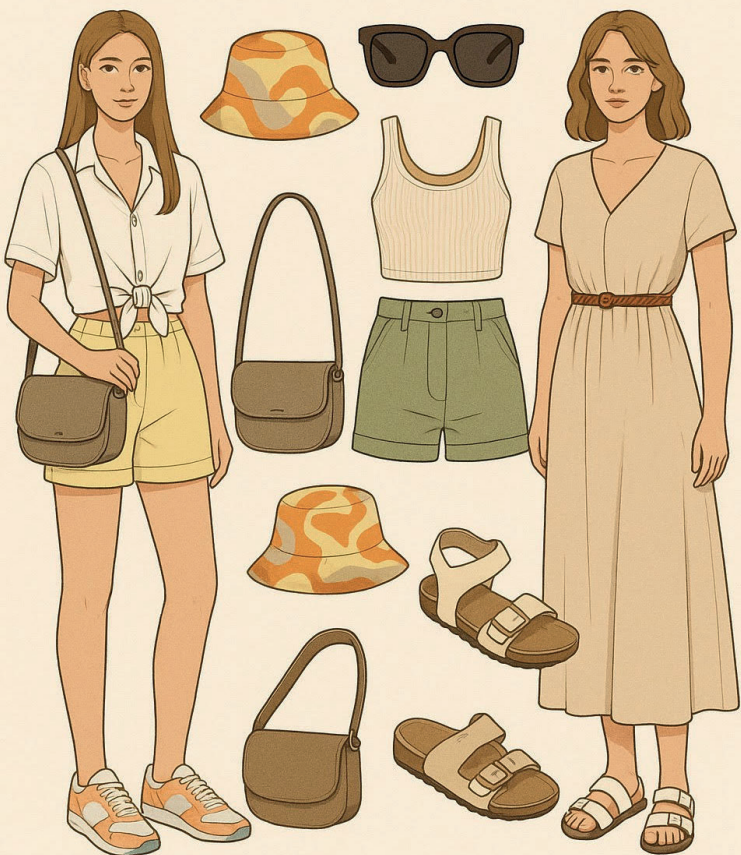
Une meilleure connaissance de la canicule et de ses effets va permettre d'adopter des mesures préventives et un comportement adapté pour bien mieux supporter la chaleur.

Il ne faudra surtout pas hésiter à demander de l'aide à l'apparition du moindre symptôme.

En respectant les recommandations, en évitant les activités physiques intenses pendant les périodes de canicule, cela permet d'éviter les accidents et de monopoliser les équipes de secours qui souffrent également de la chaleur.

mode

Été 2025 : les indispensables mode pour voyager stylée et sans stress



Vacances riment avec escapades, valise bien pensée... et look impeccable, évidemment ! Cet été 2025, on mise sur des pièces légères, confortables et ultra-tendance pour être au top, même après plusieurs heures de train, d'avion ou de balade.

Le must-have de la saison ? La robe longue en lin ou en gaze de coton. Fluide, respirante, elle accompagne chaque mouvement avec élégance. On l'aime ceinturée pour souligner la taille ou laissée ample pour un effet bohème assumé. Autre choucou : le short taille haute en toile douce, à associer avec un crop top ou une chemise nouée.

Aux pieds, on dit oui aux sandales ergonomiques chic ou aux sneakers pastel ultra-légères – parfaites pour arpenter les ruelles d'une ville ou courir attraper un train.

Côté accessoires, on ose les lunettes oversize, les bobs imprimés et les sacs banane en version raffinée (en cuir vegan ou toile colorée). Pratiques, mais toujours stylés !

Et pour les couleurs ? Des tons naturels – sable, vanille, bleu doux – qui captent la lumière et mettent en valeur le bronzage.

Cet été, voyagez légère, oui... mais toujours irrésistible !

Les chroniques de mon rouge à lèvres

UNE DIGESTION SAINTE ET NATURELLE AVEC ATOMY PSYLLIUM HUSK

Prenez soin de votre bien-être intérieur avec Atomy Psyllium Husk, une solution naturelle pour favoriser une digestion harmonieuse et améliorer votre qualité de vie. Qu'est-ce que c'est ?

Un complément alimentaire naturel, riche en fibres, aux prébiotiques, pruneaux, 10 fruits et légumes, conçu pour :

- Soulager la constipation et les ballonnements
- Réduire le taux de sucre dans le sang (utile en cas de diabète)
- Éliminer le mauvais cholestérol et purifier les vaisseaux
- Améliorer la santé intestinale
- Favoriser le contrôle du poids

Facile à intégrer à votre routine :

1 à 2 portions par jour suffisent – pour un goût agréable aux fruits rouges.

Pourquoi choisir Atomy ?

- Inscription gratuite
- Aucun achat obligatoire
- Produits de qualité coréenne pour la santé et la maison
- Opportunité de revenu passif sans investissement initial

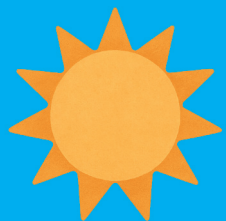
Vous souhaitez essayer ou devenir partenaire ?

Contactez-nous : atomygrandest@gmail.com

Nous vous accompagnons à chaque étape !



lorr'Hebdo



Cahier spécial été 2025 n°2



10 Restaurants à savourer à Nancy cet été

IT Trattoria

26 Place Henri Mengin, 54000 Nancy

Une trattoria moderne et conviviale implantée sur une place agréable, à deux pas du cœur historique. L'accent est mis sur les pâtes fraîches et pizzas napolitaines, préparées avec soin et servies dans un cadre décontracté, version bistrot-cantine italienne

À goûter absolument : pizza napolitaine cuite au feu de bois, pâtes artisanales "al dente", antipasti variés (bruschetta, charcuteries italiennes), et desserts comme le tiramisu ou panna cotta

Service simple et efficace : commande au comptoir, alerte sonore à la remise du plat pour une ambiance décontractée

Les Fils à Maman

14 Rue des Maréchaux, 54000 Nancy

Dans cette rue piétonne gourmande du centre-ville, ce bistrot joue avec brio la carte de la nostalgie. Cartables accrochés aux murs, affiches vintage et recettes de notre enfance revisitées avec malice

À découvrir : cordon bleu croustillant au comté affiné, coquillettes au jambon truffé façon "plat du dimanche", mousse au chocolat servie dans un pot de confiture

Une adresse idéale pour partager un repas généreux entre amis dans la bonne humeur

À la Table du Bon Roi Stanislas

4 Place Vaudémont, 54000 Nancy

Inspiré de la tradition lorraine et du patrimoine royal, ce restaurant allie élégance classique et cuisine de terroir sublimée. Le cadre mêle dorures et poutres apparentes, parfait pour un dîner raffiné ou une escapade romantique

À goûter : suprême de volaille au vin gris de Toul, tourte lorraine maison aux champignons forestiers, mirabelles rôties et glace pain d'épices

Une belle plongée historique dans la gastronomie locale

Le Majeur

6 Rue des Ponts, 54000 Nancy

Une table au style épuré et contemporain où le chef propose une cuisine d'auteur inspirée des saveurs méditerranéennes et des produits locaux

À savourer : carpaccio de poulpe citronné, risotto crémeux au safran, dessert agrumes et meringue légère

Un service attentif et une cuisine lisible, précise, toujours juste

Croc & Rock

17 Grande Rue, 54000 Nancy

Ce restaurant bistronomique séduit autant par sa déco rock que par sa carte courte, 100 % maison, qui change régulièrement. L'équipe cuisine à vue, dans une atmosphère décontractée

À tester : tartare de bœuf haché minute, œuf parfait et mousseline fumée, fondant chocolat-piment, glace artisanale

L'adresse préférée des gourmets curieux en quête d'originalité

La Maison dans le Parc

3 Rue Sainte-Catherine, 54000 Nancy

Une table d'exception dans un cadre bucolique en plein centre. Ancien étoilé Michelin, ce restaurant demeure une référence grâce à son exigence, sa finesse, et son jardin d'été accueillant

À savourer : langoustines rôties au beurre d'herbes, agneau confit et légumes oubliés, soufflé glacé à la verveine

Parfait pour les grandes occasions ou les amoureux de cuisine d'auteur

Le Capu

31 Rue Gambetta, 54000 Nancy

L'un des piliers gastronomiques de Nancy. Une adresse discrète mais redoutablement efficace, où tradition et modernité se répondent avec équilibre

À déguster : foie gras poêlé, canette laquée aux épices douces, panna cotta à l'hibiscus

Une cuisine fine, des cuissons parfaites et un service impeccable

Bistrot Gros

14 Rue Gustave Simon, 54000 Nancy

Dans un décor de pierres brutes et de bois clair, ce bistrot contemporain revisite les classiques avec générosité. Le chef y propose des assiettes lisibles, colorées, et de saison

À goûter : thon mi-cuit sésame-soja, joue de bœuf mijotée, crème brûlée au safran

Une adresse chaleureuse, pleine de sincérité

La Toq'

22 Rue des Carmes, 54000 Nancy

Jeune table innovante, La Toq' charme les amateurs de cuisine créative et élégante. Le chef joue avec les textures et les saveurs, dans un esprit moderne et accessible

À découvrir : légumes de saison en tatin salée, cabillaud basse température, sphère chocolat-framboise

Parfait pour une parenthèse gourmande dans un décor soigné

Les Fils à Maman

14 Rue des Maréchaux, 54000 Nancy

Dans cette rue piétonne gourmande du centre-ville, ce bistrot joue avec brio la carte de la nostalgie. Cartables accrochés aux murs, affiches vintage et recettes de notre enfance revisitées avec malice

À découvrir : cordon bleu croustillant au comté affiné, coquillettes au jambon truffé façon "plat du dimanche", mousse au chocolat servie dans un pot de confiture

Une adresse idéale pour partager un repas généreux entre amis dans la bonne humeur

Les Bars à découvrir à Nancy *Spécialités & ambiance*

Le Dizneuf

19 Place Henri Mengin, 54000 Nancy

Bar-brasserie chaleureux sur une place prisée. Idéal pour un verre et un repas convivial.

Spécialités : burgers maison (steak haché frais, cheddar fondu), frites maison coupée à la main, cocktails signature (Moscow Mule, Gin Tonic revisité).

Le Petit Monde de Barnabé

21 Place Henri Mengin, 54000 Nancy

Spot très animé, parfait pour l'afterwork et dégustation en terrasse.

Spécialités : planches apéritives généreuses (charcuteries, fromages, légumes grillés), tapas épicées (chorizo frais, calamars frits), bières pression locales.

Le Charles III

25 Place Charles III, 54000 Nancy

Brasserie lumineuse, accueillante toute la journée.

Spécialités : sélection de planches mixtes (jambon cru, fromage, tapenade), cocktail du jour revisité, desserts gourmands (tarte tatin, mousse au chocolat).

Les Batteurs d'Or

10 Rue Notre Dame, 54000 Nancy

Lieu convivial avec ambiance rustique et terrasse au calme.

Spécialités : bières artisanales locales (blanche, ambrée, IPA), cocktails classiques revisités (Old Fashioned, Mojito revisité), assiettes de tapas maison (frites de patates douces, croquettes de fromage).

Le Délirium Café

13-15 Boulevard Joffre, 54000 Nancy

Franchise belge festive, décor convivial et service tardif.

Spécialités : large choix de bières belges (Delirium Tremens, Blanche de Namur), cocktails exotiques (Sex on the Beach, Long Island Iced Tea), burgers XXL et nachos à partager.

Kaza Lounge (Bonus)

26 Rue de la Salle, 54000 Nancy

Bar lounge urbain avec DJ et ambiance nocturne.

Spécialités : cocktails créatifs (smoked Old Fashioned, mojito fruité), shishas parfumées (menthe, rose, cassis), petits plats fusion (sushi rolls, tacos au poulet coriandre).

Nancy *10 lieux à visiter absolument*

Place Stanislas

Centre-ville de Nancy

Joyau du patrimoine français, la Place Stanislas est l'emblème de Nancy. Classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, elle fut inaugurée en 1755 pour honorer le roi Louis XV, sous l'impulsion de son beau-père, Stanislas Leszczyński, ancien roi de Pologne et duc de Lorraine.

Sa symétrie parfaite, ses grilles dorées à la feuille d'or, ses pavillons classiques, la statue de Stanislas au centre, et ses fontaines rococo en font une place à la fois majestueuse et accueillante. En été, elle devient le théâtre de concerts, d'illuminations spectaculaires (le son et lumière Rendez-vous Place Stanislas), de terrasses animées et de rassemblements culturels. C'est le cœur vivant de la ville.



Palais des Ducs de Lorraine : Musée Lorrain 64 Grande Rue, Ville Vieille

Ce palais historique était la résidence des ducs de Lorraine jusqu'au règne de Stanislas. De style gothique flamboyant, il abrite aujourd'hui les collections du Musée Lorrain, dédié à l'histoire et au patrimoine de la région.

Les collections, partiellement accessibles durant les travaux de rénovation, comprennent objets gallo-romains, arts sacrés, artisanat traditionnel, sculptures, et peintures régionales. Le jardin du palais est lui aussi un havre de paix, parfait pour une halte culturelle au calme.



Musée de l'École de Nancy

38 Rue du Sergent Blandan

Nancy est le berceau de l'Art nouveau français, et ce musée en est le plus bel ambassadeur. Installé dans une somptueuse villa 1900, il retrace l'histoire du mouvement à travers des œuvres signées Émile Gallé, Louis Majorelle, Jacques Grüber ou Victor Prouvé.

Le musée présente du mobilier, des objets d'art, des vitraux, textiles, et une verrière exceptionnelle. Son jardin botanique de style japonais et son aquarium ancien sont eux aussi à ne pas manquer.

Musée des Beaux-Arts de Nancy

3 Place Stanislas

Situé directement sur la place Stanislas, ce musée offre une expérience artistique complète. On y trouve des œuvres majeures de la peinture européenne – de Caravaggio à Delacroix, en passant par Rubens, Monet ou Modigliani.

En sous-sol, la collection Daum, présentée dans les anciennes fortifications, est une des plus riches au monde : vases, lampes, sculptures en pâte de verre d'une finesse exceptionnelle. C'est un lieu qui mêle beauté artistique et découverte architecturale.

Place de la Carrière & Place d'Alliance

Entre la Pépinière et la vieille ville

Moins connues que Stanislas mais tout aussi élégantes, ces deux places sont également classées UNESCO.

La Place de la Carrière, encadrée par des colonnades, est bordée par les anciennes résidences nobles et mène à l'arc Héré.

La Place d'Alliance, plus intimiste, évoque une place italienne, avec une fontaine baroque et une ambiance reposante.

Parfaites pour une promenade paisible loin de l'agitation.

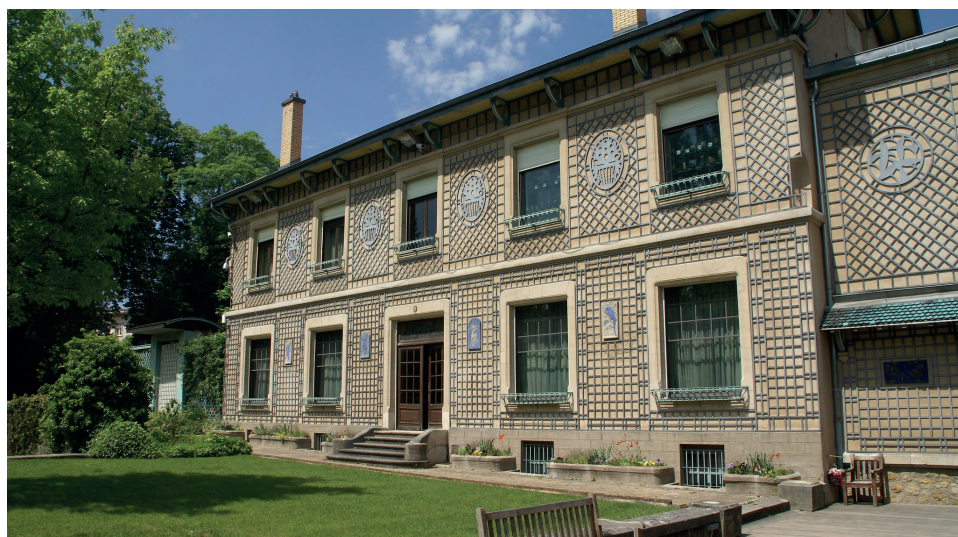
Parc de la Pépinière

Rue Sainte-Catherine

Créé sous Stanislas pour acclimater des espèces végétales, ce grand parc urbain est aujourd'hui le jardin préféré des Nancéiens. Il offre une grande variété d'activités :

Jardins à la française, roseraie, mini-zoo, aires de jeux, skate-park, tables de pique-nique et même un théâtre de marionnettes en été.

En juillet-août, le kiosque accueille des concerts dans le cadre du festival Nancyphonies.



Vieille Ville & Porte de la Craffe

Quartier Ville Vieille, accès par la Grande Rue

Avec ses ruelles pavées, maisons à colombages, cours cachées et édifices Renaissance, la vieille ville de Nancy est pleine de charme. Au bout de la Grande Rue se dresse la Porte de la Craffe, fortification datant du XIVe siècle, autrefois utilisée comme prison.

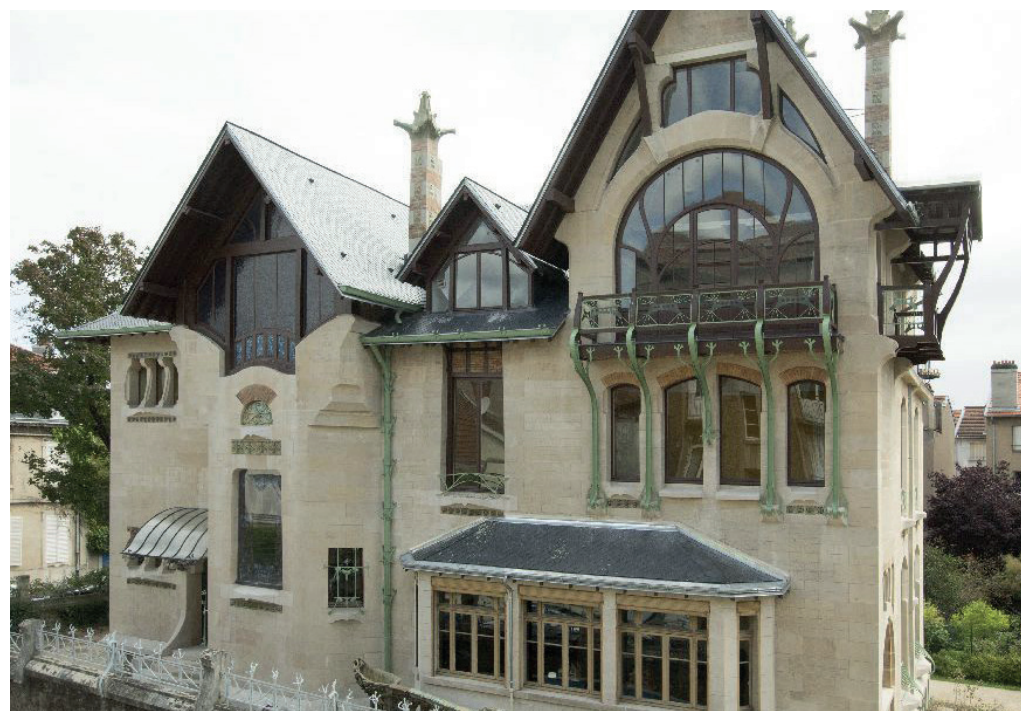
On y croise aussi l'hôtel de ville historique, la place Saint-Épvre, des échoppes médiévales, et des placettes ombragées parfaites pour un café ou une glace. C'est le quartier idéal pour flâner et s'imprégner de l'histoire.

Villa Majorelle

1 Rue Louis Majorelle

Première maison de style Art nouveau construite en France, cette demeure fut conçue par l'architecte Henri Sauvage pour le célèbre ébéniste Louis Majorelle.

Restaurée avec soin, elle présente un ensemble harmonieux : escaliers courbes, vitraux floraux, ferronneries décoratives, et mobilier intégré. Chaque détail est pensé comme une œuvre d'art. Une visite indispensable pour les amateurs de design, d'histoire de l'art et d'architecture.



Activités pour enfants et adolescents

Velaine Aventures (Forêt de Haye)

Rue du Parc
Dès 2 ans

Un parc d'accrobranche au cœur de la forêt pour toute la famille :
Parcours baby dès 2 ans avec ligne de vie continue
Jeux de piste en forêt et mini-jeux d'orientation
Parcours évolutifs selon l'âge
Tyroliennes panoramiques
Zone détente et pique-nique

Horaires été : tous les jours de 10h à 18h30
Hors vacances : mercredi, samedi et dimanche uniquement

Pompey Aventures

Parc de l'Abbatiale, Pompey
Dès 2 ans

Un espace nature pour grimper et se dépasser :
9 parcours d'accrobranche pour tous les âges
Tyrolienne au-dessus de la prairie
Filets suspendus et jeux d'équilibre
Activités à la demi-journée ou journée complète
Snack-bar et terrasse pour les accompagnateurs

Horaires été : tous les jours de 10h à 19h
Hors saison : uniquement les week-ends

Bowling des Nations (Houdemont)

Rue des Frères Lumière
Dès 5 ans

Pour une sortie détente en famille :
Pistes de bowling adaptées aux enfants (barrières automatiques)
Jeux d'arcade, baby-foot, flippers
Ambiance lumineuse avec musique
Espace snack et boissons

Ouvert tous les jours dès 14h jusqu'à 23h ou plus selon affluence
Recommandé de vérifier les horaires selon les périodes

Escape Hunt Nancy

35 Rue Saint-Dizier
Dès 8 ans (avec adulte)

Vivez une aventure immersive en famille :
Scénarios adaptés aux enfants : voleur de bonbons, trésor magique, enquête dans un musée
Salles décorées façon cinéma
Expérience en équipe avec maître du jeu
Accessible dès 8 ans accompagné, autonomie possible dès 12 ans

Ouvert tous les jours sur réservation, de 14h à 22h
Réservation en ligne fortement conseillée

Jump XL Trampoline Park (Heillecourt)

13 Rue des Frères Lumière
Dès 5 ans

Un grand espace de saut et de fun :
Zone "free jump" pour sauter en liberté
Piste ninja pour les ados
Bac à mousse pour les cascades
Trampolines avec paniers de basket
Sessions Jump Mini dès 5 ans

Ouvert mercredi, samedi et dimanche – matin et après-midi
Fermé en semaine hors créneaux enfants

Muséum-Aquarium de Nancy

34 Rue Sainte-Catherine, Nancy
Dès 3 ans

Plongez dans l'univers fascinant des sciences naturelles :
Aquariums tropicaux peuplés de poissons colorés
Galerie de squelettes d'animaux préhistoriques (dont un dinosaure complet)
Expositions interactives sur la biodiversité
Ateliers créatifs et découvertes scientifiques pour enfants
Visites guidées et animations pendant les vacances scolaires

Horaires : mardi à dimanche de 9h à 18h (jeudi jusqu'à 20h)
Fermé le lundi, le 1er janvier, 1er mai et 25 décembre



Fort Pélissier Aventures (Pont-Saint-Vincent)

Route de Tantonville
Dès 6 ans

Un véritable terrain d'exploration pour petits aventuriers et ados intrépides :
Accrobranche dans les douves du fort
Escape game en plein air avec énigmes historiques
Labyrinthes végétaux et parcours sensoriels
Jeux de logique et d'adresse
Mur d'escalade et tyroliennes géantes

Horaires été : mardi à dimanche, 13h30 à 18h
Fermé le lundi et en semaine hors juillet-août

Pokeyland (Féy-en-Haye)

Route de Féy
Dès 4 ans

Un parc de loisirs géant en pleine nature, adapté à tous les âges :
Accrobranche à plusieurs niveaux
Mini-quads électriques
Laser game outdoor dans la forêt
Structures gonflables et châteaux géants
Paintball et tir à l'arc dès 8 ans
Sentiers balisés et coin pique-nique ombragé

Horaires été : tous les jours de 10h à 18h30
Fermé de novembre à mars

Cosmic Kids 54 (Frouard)

ZI de Frouard
De 1 à 12 ans

Le paradis des enfants en intérieur :
Piscines à balles et toboggans géants
Trampolines et tyroliennes
Karting pour mini-pilotes
Parcours aventure avec filets, ponts et tunnels
Espace calme pour les 0-3 ans
Organisation d'anniversaires clé en main

Horaires : mercredi, samedi, dimanche de 10h à 19h
Et du mardi au dimanche pendant les vacances
Fermé lundi et jours hors vacances

Minceur au naturel : astuces simples et recettes pour perdre du poids

Perdre du poids ne rime pas avec frustration ou privation. Grâce à quelques habitudes intelligentes et des recettes bien choisies, il est tout à fait possible de mincir tout en se régalant. Voici quelques astuces minceur efficaces accompagnées de 5 recettes légères qui vous aideront à atteindre vos objectifs.

5 Astuces minceur à adopter au quotidien :

1. Boire un grand verre d'eau avant chaque repas : cela favorise la satiété et limite les quantités ingérées.
2. Privilégier les aliments à faible densité calorique : légumes, fruits, légumineuses, protéines maigres.
3. Éviter le grignotage émotionnel : buvez une tisane, sortez marcher ou occupez votre esprit avant de céder.
4. Manger lentement et sans distraction : cela aide à ressentir la satiété plus vite.
5. Bouger tous les jours : même une marche de 20 minutes peut booster votre métabolisme.

Eau détox citron, concombre et gingembre

Effet : draine, hydrate et aide à la digestion.

Ingrédients :

- 1/2 citron tranché
- 1/4 de concombre en rondelles
- Quelques feuilles de menthe
- 3 à 4 tranches fines de gingembre frais
- 1 litre d'eau

Préparation :

Mettez tous les ingrédients dans une carafe d'eau, laissez infuser au frais pendant 2 à 4 heures. À boire tout au long de la journée.

Salade coupe-faim aux pois chiches et légumes

Effet : rassasie durablement avec peu de calories.

Ingrédients :

- 100 g de pois chiches cuits
- Tomates cerises, concombre, radis
- Persil, citron, 1 c. à café d'huile d'olive

Préparation :

Mélangez les ingrédients et assaisonnez avec du citron, un filet d'huile et du persil. Riche en fibres et protéines végétales.



Omelette légère aux blancs d'œufs et légumes

Effet : protéinée et pauvre en matières grasses.

Ingrédients :

- 3 blancs d'œufs + 1 œuf entier
- Épinards, champignons, oignon
- Sel, poivre, herbes

Préparation :

Faites revenir les légumes, puis versez les œufs battus. Cuire sans matière grasse.



Velouté de courgette au basilic (sans crème)

Effet : faible en calories, digeste, idéale pour le soir.

Ingrédients :

- 2 courgettes
- 1 échalote
- Feuilles de basilic frais
- 1 c. à café d'huile d'olive

Préparation :

Faites cuire les courgettes avec l'échalote, mixez avec un peu d'eau de cuisson et le basilic. Onctueux sans ajout de crème.



Compote pomme-cannelle sans sucre ajouté

Effet : coupe la faim sans pic de glycémie.

Ingrédients :

- 2 pommes
- 1 pincée de cannelle
- Un peu d'eau

Préparation :

Faites cuire les pommes coupées en dés avec un fond d'eau et la cannelle. Mixez une fois fondantes. À déguster tiède ou froide.



Loin des régimes draconiens, la minceur durable repose sur de bonnes habitudes et des recettes simples, naturelles et savoureuses. Avec ces plats et boissons, vous nourrissez votre corps intelligemment tout en favorisant une perte de poids douce et progressive.

Horoscope

■ Bélier

Un souffle de renouveau vous pousse à passer à l'action. Saisissez cette impulsion avec confiance, elle peut ouvrir de belles portes.

Amour : N'hésitez pas à faire le premier pas, votre authenticité saura toucher un cœur sensible.

Travail : Votre audace est un atout majeur. Proposez vos idées, mais restez attentif aux détails qui feront la différence.

■ Taureau

Votre stabilité rassurante vous sert de socle, mais la période invite à plus de souplesse et d'improvisation.

Amour : Les gestes simples du quotidien renforcent des liens solides et discrets.

Travail : Un imprévu pourrait venir bousculer vos plans, restez ouvert et curieux pour en tirer profit.

■ Gémeaux

Votre esprit vif fourmille d'idées ; canalisez cette énergie pour en faire un moteur durable.

Amour : Un échange léger peut révéler une complicité profonde, laissez-vous surprendre.

Travail : Vos idées pétillent, c'est le moment de semer des projets, même ceux qui semblent audacieux.

■ Cancer

Votre calme intérieur crée un espace propice à la réflexion et à la prise de décisions importantes.

Amour : Laissez parler votre douceur, elle touchera juste et renforcera vos liens.

Travail : Vos efforts discrets construisent patiemment un socle solide, la reconnaissance ne tardera pas.

■ Lion

Sous le regard des autres, votre feu intérieur brûle intensément, porteur de vos véritables désirs.

Amour : L'attention que vous portez sera votre plus belle lumière, attirant naturellement.

Travail : Une opportunité se dessine, écoutez autant que vous agissez pour la saisir pleinement.

■ Vierge

Votre lucidité vous guide, mais laissez aussi votre instinct s'exprimer pour équilibrer vos décisions.

Amour : La simplicité, sans artifice, sera votre plus beau langage amoureux.

Travail : En lâchant un peu prise, vous ouvrirez la porte à une inspiration nouvelle et inattendue.

■ Balance

L'équilibre s'établit par un choix clair et assumé, pas par la simple neutralité.

Amour : Un moment de vérité vous rapproche d'une belle harmonie avec l'autre.

Travail : Vous analysez avec soin, mais faites confiance à votre premier instinct, il est souvent juste.

■ Scorpion

Une tension intérieure peut se muer en une puissante lumière, à condition de l'accueillir pleinement.

Amour : C'est dans le silence et le non-dit que vous captez souvent l'essentiel.

Travail : Vos intuitions stratégiques vous permettent de placer vos pions au moment opportun.

■ Sagittaire

Votre enthousiasme naturel vous guide, mais la patience s'avère cette fois votre meilleure alliée.

Amour : Une rencontre pourrait éveiller vos idéaux et faire vibrer votre cœur.

Travail : Élargissez vos horizons sans précipiter les choses, la construction durable prend du temps.

■ Capricorne

Le sommet que vous visez se rapproche, prenez le temps de savourer chaque étape du chemin.

Amour : La confiance se tisse dans les silences partagés et la complicité silencieuse.

Travail : Votre rigueur porte ses fruits, mais une touche d'audace pourrait ouvrir de nouvelles perspectives.

■ Verseau

Vos idées volent haut, il est temps de les ancrer dans la réalité pour leur donner vie.

Amour : Un échange original et inattendu pourrait ouvrir une nouvelle voie enrichissante.

Travail : Vos projets hors norme séduisent, mais ils demandent un engagement total pour réussir.

■ Poissons

Vous naviguez avec fluidité entre rêve et réalité, créant une belle harmonie intérieure.

Amour : Un regard tendre peut exprimer bien plus que mille mots, laissez-vous porter.

Travail : Votre créativité touche juste, n'hésitez pas à l'exprimer pleinement et librement.

Recette

Œuf poché sur patate douce rôtie et yaourt citronné

Ingrédients (1 personne) :

- 1 patate douce
- 1 œuf
- Yaourt nature
- Citron
- Cumin
- Ciboulette
- Huile d'olive
- Sel, poivre



Préparation :

1. Coupez la patate douce en rondelles. Arrosez d'huile, salez, saupoudrez de cumin.
2. Faites rôtir au four ou à la poêle jusqu'à tendreté.
3. Pochez l'œuf.
4. Mélangez le yaourt avec un peu de citron, sel, poivre.
5. Disposez la patate dans une assiette, ajoutez le yaourt, l'œuf, puis la ciboulette.

C'est prêt !

Jardinage

Finis les engrais chimiques, place à la magie du compost : c'est simple, gratuit, naturel, et c'est ce que la terre préfère. Le compost, c'est de la vie transformée en vie. Mais tous les composts ne se valent pas : chaque type a ses forces, sa recette, ses bons moments, et ses cultures favorites.

Voici le guide complet pour bien fabriquer, utiliser et comprendre vos composts :

Compost Classique – Le Tout-Terrain

Fabriquer :

- Mélange équilibré de matières vertes (tonte, épluchures) et brunes (feuilles mortes, carton, paille).
- Ratio : 2 parts brunes / 1 part verte.
- Retourner toutes les 3-4 semaines, garder humide mais pas détrempé.

Quand l'utiliser :

- Printemps : pour préparer la terre avant plantation.
- Automne : pour nourrir le sol

avant l'hiver.

Comment :

- En surface ou légèrement incorporé (griffage).
- Paillage possible en cours de saison.

Cultures : Toutes : légumes, fleurs, arbres, aromatiques.

Compost d'Orties – Le Booster Azoté

Fabriquer :

- Orties fraîches hachées (sans graines).
 - À intégrer à 10-15% dans un compost classique.
 - Ou en purin : 1 kg d'orties dans 10 L d'eau, 15 jours de macération, puis filtrer.
- Quand l'utiliser : Printemps – Été, pendant la croissance active.

Comment :

- En paillage autour des plantes gourmandes.
 - En purin dilué à 10% à l'arrosage tous les 10-15 jours.
- Cultures : Tomates, poireaux, courges, choux, maïs – les affaîmées du potager.

Cinéma

Les sorties de cette semaine à KINÉPOLIS



SOUVIENS-TOI... L'ÉTÉ DERNIER

Lorsque cinq amis causent involontairement un accident de voiture mortel, ils décident de dissimuler leur implication et concluent un pacte pour garder le secret plutôt que de faire face aux conséquences de ce terrible évènement. Un an plus tard, leur passé revient les hanter et ils sont confrontés à une terrible vérité : quelqu'un sait ce qu'ils ont fait l'été dernier... et est déterminé à se venger. Traqués un à un par un mystérieux tueur, ils découvrent que cela s'est déjà produit auparavant et se tournent vers deux survivants du terrible Massacre de Southport de 1997 dans l'espoir d'obtenir leur aide.

LES 4 FANTASTIQUES PREMIERS PAS

LES 4 FANTASTIQUES : PREMIERS PAS nous plonge dans un univers rétro-futuriste inspiré des années 1960 et permet de retrouver à l'écran : Reed Richards (alias Mr. Fantastique), Sue Storm (alias la Femme Invisible), Johnny Storm (alias la Torche Humaine) et Ben Grimm (alias la Chose). Face à cette famille forcée de trouver un équilibre entre leur rôle de super-héros et la force des liens qui les unissent, se dresse une menace démesurée : l'entité cosmique Galactus et son énigmatique bras droit le Surfeur d'Argent dont l'ambition n'est autre que de dévorer la Terre entière et tous ses habitants. Et comme si tout ceci ne suffisait pas, les choses prennent soudainement une tournure très personnelle...



DANGEROUS ANIMALS

Zephyr, une surfeuse intrépide au tempérament libre est kidnappée par un tueur en série obsédé par les requins. Séquestrée sur son bateau et confrontée à la folie de son ravisseur, elle va devoir se battre pour survivre face à tous les prédateurs...

MARIUS ET LES GARDIENS DE LA CITE PHOCEENNE

Auto-proclamé "Roi de Marseille", Marius est un guide touristique haut en couleur qui trimballe ses clients dans son bus panoramique. Le jour où son véhicule tombe en panne, mettant en péril son petit business, il fait la rencontre de trois gamins du quartier qui prétendent être sur la piste d'un trésor. Marius se retrouve alors engagé dans une dangereuse aventure...



CERTAINS L'AIMENT CHAUVÉ

Zacharie, tout juste trentenaire, file le parfait amour avec Romy. Du jour au lendemain, cette dernière le quitte lorsqu'elle comprend ce que le futur lui réserve : une calvitie précoce. Dans six mois, il sera chauve comme un genou. Pour l'épauler, il contacte son oncle Joseph qui connaît bien le sujet. Au fil de rencontres improbables, de traitements chocs et de stratégies bancaires, il va devoir se battre contre son destin !

COMME DES RICHES

Giuseppe travaille sur un magnifique Yacht à Saint-Tropez avec Claude, le concierge, qui mène la grande vie en se faisant passer pour le propriétaire. Mais cette vie de rêve est menacée par Chloé, mandatée par Popovitch le vrai propriétaire du bateau, un milliardaire des pays de l'est, pour le vendre à des princes héritiers du golf. Giuseppe a alors l'idée de faire appel à ses trois amis de Saint-Denis, Jamel, Vince et Nabil afin de les faire passer pour les princes du golf et faire capoter la vente. Les trois lascars vont donc vivre "comme des riches" le temps d'un week-end à St-Tropez.



AS Nancy Lorraine

Un été de relance pour un retour attendu en Ligue 2

Après trois longues saisons passées en National, l'AS Nancy Lorraine renoue enfin avec le monde professionnel. La montée, obtenue en mai dernier après une fin de championnat maîtrisée, a redonné espoir à tout un club, une ville et ses supporters. Mais ce retour ne marque pas une fin : c'est le début d'un nouveau cycle que les Rouge et Blanc abordent avec prudence, ambition et méthode.

Une préparation rigoureuse pour bâtir un collectif

Dès la reprise début juillet, l'encadrement a affiché une ligne claire : pas de triomphalisme, mais du travail. Deux stages ont été organisés à la Forêt de Haye, avec une alternance de travail physique et de mise en place tactique. Les premières oppositions ont rapidement permis d'identifier les forces et les axes de progression de ce groupe encore en construction.

Le 16 juillet, une victoire convaincante 3-1 contre Villefranche-Beaujolais a lancé la dynamique. Mais le véritable test est arrivé le 19 juillet, lorsque Nancy s'est rendu à Nice pour affronter un adversaire de Ligue 1. Dans un match ouvert et spectaculaire, les Nancéiens ont fait jeu égal avec l'OGCN et arraché un match nul 3-3, laissant entrevoir de belles promesses offensives.

Trois jours plus tard, le 22 juillet, l'ASNL affrontait un autre pensionnaire de l'élite : Strasbourg. Malgré une défaite

logique, le contenu proposé a été salué en interne pour sa cohérence, notamment dans la gestion collective et l'intensité du pressing.

Jeunes en force, mercato mesuré

Une des particularités de cette préparation, c'est la place accordée à la jeunesse. Huit joueurs issus de la réserve ont été intégrés au groupe pro. Certains, comme le milieu Diarra ou le défenseur N'Gadi, pourraient prétendre à des premières minutes en Ligue 2 dès cette saison.

Sur le front du recrutement, le club reste fidèle à une ligne de conduite raisonnable. Il s'est renforcé avec l'arrivée du défenseur Jonathan Libert, prêté par Dunkerque. Polyvalent, formé au PSG, il devrait apporter solidité et relances propres dans une ligne défensive renouvelée. En attaque, Nancy a misé sur la jeunesse avec la signature du prometteur Patrick Ouotro, attaquant ivoirien de 19 ans, repéré pour sa vitesse et son sens du but.

Le mot d'ordre est clair : pas de course aux gros noms, mais un groupe soudé, travailleur, et capable de progresser collectivement.

Pablo Correa, le retour de l'homme providentiel

Le retour sur le banc de Pablo Correa fin 2023 a changé le visage de l'équipe. Pragmatique, fédérateur, le technicien uruguayen connaît la maison sur le bout des

doigts. Sous sa direction, Nancy a redressé la barre, enchaîné les victoires et décroché une montée qui semblait encore improbable à la trêve hivernale.

Sa prolongation jusqu'en 2026 envoie un message de stabilité. Correa sait qu'il ne s'agira pas simplement de « rester en Ligue 2 », mais d'y installer une identité forte et durable. Il l'a dit en conférence : « On revient, mais on ne veut pas juste passer. »

Et maintenant ?

Deux matchs de préparation figurent encore au programme : un déplacement à Épinal le 26 juillet, puis une confrontation avec la sélection de l'UNFP le 1er août. Des rendez-vous importants pour peaufiner les automatismes.

La vraie rentrée, elle, est fixée au 8 août avec un déplacement à Rodez, pour le coup d'envoi officiel de la saison de Ligue 2



ASNL - ROUEN 16.05.2025

@Timéo BABOU



Sociax : Agence créative
spécialisée dans le sport

Sociax

🌐 sociax.fr

✉ contact@sociax.fr



saison 2025/2026

LE COEUR **BAT PLUS FORT**

ABONNEZ-VOUS

**coeur &
renouveau**

LA Confiserie BRESSAUDE

LA BRESSE

C'est bon le Fait Maison !



*Magasin ouvert
du Lundi au Samedi
De 9h à 12h
Et de 14h à 18h30
3 route de Cornimont
88250 La Bresse*

*Visites gratuites
ludiques et instructives
de 10h à 12h
Et de 14h à 17h
Commandez en ligne:
la-confiserie-bressaude.com*

