

# Vivre en Auxois Morvan

MAGAZINE GRATUIT DE L'ART DE VIVRE ET DU BIEN-ÊTRE EN AUXOIS MORVAN



# FCS

3 AGENCES en BOURGOGNE



## RÉNOVAL

L'espace s'invente sur terre  
EXTENSIONS. VERANDAS. PERGOLAS

[www.fcs-58.com](http://www.fcs-58.com)

## FAITES CONFIANCE À UN EXPERT AGRÉÉ PROCHE DE VOUS



### LA POSE A 1€

Sur les 200 premières  
vérandas achetées\*

### DEVIS GRATUIT !



\*Voir conditions en magasin

Rue de la Grande Corvée  
89200 AVALLON  
**03 86 34 53 23**  
[agence.avallon@fcs89.fr](mailto:agence.avallon@fcs89.fr)

9, Place de l'Hôtel de Ville  
58800 CORBIGNY  
**03 86 20 03 06**  
[agence.corbigny@fcs89.fr](mailto:agence.corbigny@fcs89.fr)

Route de Dijon  
21500 FAIN-les-MONTBARD  
**03 80 89 25 60**  
[agence.montbard@fcs89.fr](mailto:agence.montbard@fcs89.fr)



*L'Auberge  
de l'Atre*  
03 86 32 20 79

*Semaine  
Saint-Valentin*

Les 14 (soir), 15, 16, 17 (midi & soir) et 18 (midi) fév.  
Déjeuner ou dîner aux chandelles.



*Saint-Valentin*

## Un Amour de Menu...

Philtre d'Amour et 5 amuse-bouche en chaud froid offert

Foie gras de canard fait maison, compotée de figues  
et raisins sur petite salade ou proposition du Chef

Duo de Coquilles Saint-Jacques et Tronçon d'Eglefin,  
beurre blanc safrané, étuvée de poireaux

Granité au Ratafia de Cidre

Pintade fermière farcie au jus de romarin  
et sa purée d'héliantis ou proposition du chef

Fromages affinés ou frais à la crème

**Le Baiser Sucré**

(Croc chocolat, beignet de pomme, tuile dentelle aux oranges, sorbet aux fruits exotiques,  
cardinal, Baiser de Malmédy)

*Sur réservation*  
(Vins en Champagne en sus.)

**70€ par personne**  
(apéritif et amuses-bouche offerts.)



**Auberge de l'Atre** - Salon de thé - Hôtel \*\*\*  
Les Lavaux - 89630 Quarré-les-Tombes  
03 86 32 20 79 - [www.auberge.de.latre.com](http://www.auberge.de.latre.com)

**CONGES ANNUEL DU 20/02 au 20/03**



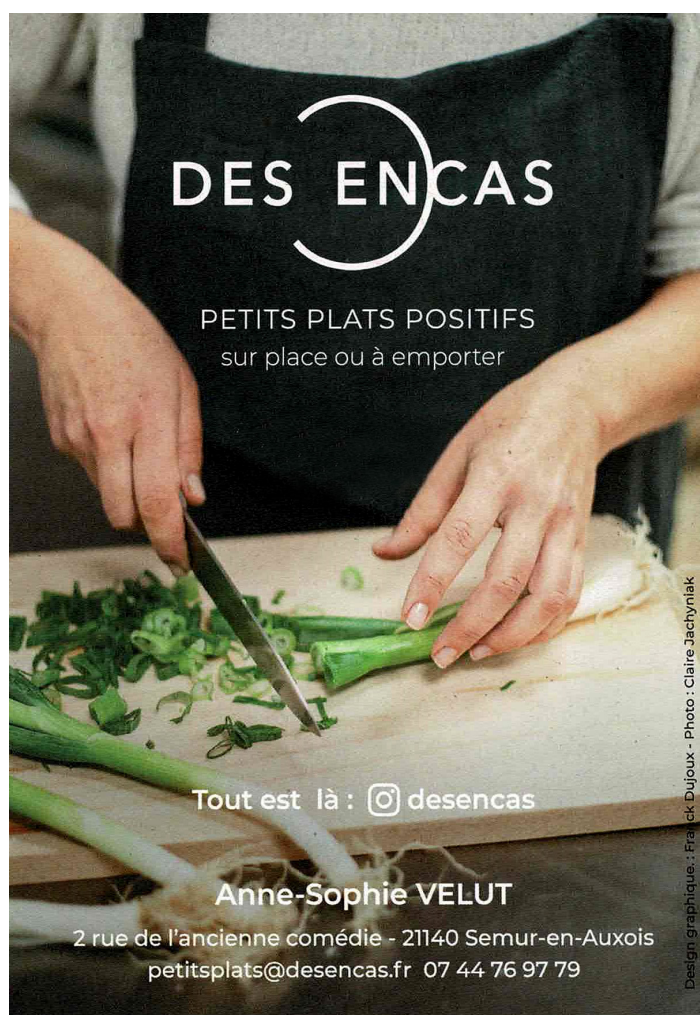
**RESTAURANT LE ST-GEORGES**  
Place de l'Eglise - 89630 Quarré-les-Tombes  
03 86 32 29 30 - [www.hoteldunordmorvan.com](http://www.hoteldunordmorvan.com)

**REOUVERTURE RESTAURANT 01/03**

# SOMMAIRE


# 121 - Février 2024

- 4...Rendez-vous
- 4...Foire agricole de St Leger Vauban
- 7...Focus sur : les bonbons Pez
- 9...Commerces et services
- 10...Les agressions de la peau en hiver
- 12...Recette : la galette des rois à la frangipane
- 13...Autour de la table
- 14...Petite histoire du carnaval
- 16...Côté nature
- 17...Equidés : chevaux guides d'aveugles
- 18...Energie verte en auxois
- 19...Le jardin en février
- 20...Amortisseurs et suspensions
- 21...Mécanique
- 22...Décoration : monochrome pas monotone
- 23...Habitat
- 24...Les détecteurs de fumée
- 25...Le journal des bonnes nouvelles
- 27...Détente
- 29...Gâteau de crêpes arc en ciel
- 30...Jeux
- 31...Coin du geek



**DES ENCAS**

PETITS PLATS POSITIFS  
sur place ou à emporter

Tout est là :  [desencas](https://www.instagram.com/desencas)

**Anne-Sophie VELUT**

2 rue de l'ancienne comédie - 21140 Semur-en-Auxois  
[petitsplats@desencas.fr](mailto:petitsplats@desencas.fr) 07 44 76 97 79

Design graphique : Frank Dujoux - Photo : Claire Jachyniak

## édito

«L'après-fêtes» de janvier laisse toujours une certaine morosité, d'autant plus si le temps n'est pas très jovial !

Réjouissez-vous ! Si février s'avère être le mois le plus court de l'année, il n'en est pas pour autant calme et inintéressant : les salons et autres manifestations recommencent à pointer le bout de leur nez, vous invitant à venir partager avec les artisans et commerçants de notre région leurs passions et savoirs faire !

Ce mois-ci encore, les corps et les cœurs vont avoir de quoi se réchauffer en parcourant nos contrées ! Gourmands, amoureux et joyeux lurons, ne manquez pas les rendez-vous incontournables que nos artisans et commerçants locaux se font un plaisir de célébrer.

Qui dit février dit également la chandeleur pour les plus gourmands, la Saint-Valentin pour les amoureux, Mardi Gras pour les festifs et les vacances d'hiver qui vont régaler petits et grands, surtout les sportifs et amateurs de glisse !

Voilà un beau programme qui va redonner du baume au cœur, si toutefois c'était nécessaire !

Le tout associé aux journées qui rallongent, alors là, que demander de plus ?!!...

Alors bon mois de février à toutes et à tous et belle lecture !



Contact commercial :

**06 46 86 28 69**

[Contact@am-mag.com](mailto:Contact@am-mag.com)

B.D / Illustrations : Ar\_Un\_Co  
Page jeux : Francis BEUTHOT

Contributeurs :  
Nath DIDILE,  
Sylvie PARIS,  
Eléa LEVITTE

Responsable éditorial :  
Cyrille LEVITTE : 06 46 86 28 69  
[contact@am-mag.com](mailto:contact@am-mag.com)

Maquettes/graphismes :  
Cyrille LEVITTE

Imprimerie : Rotochampagne, Chaumont  
Toute reproduction, traduction  
ou adaptation même partielle  
est strictement interdite  
sauf accord préalable et écrit  
de la rédaction.



Auxois Morvan Magazine  
met tout en oeuvre  
pour assurer l'exactitude  
de l'ensemble des informations  
fournies mais ne peut garantir  
que celles-ci soient complètes,  
exactes, exhaustives et dépourvues  
de toute erreur.

RCS : DIJON 828 039 289

# Rendez-vous



## 58<sup>ème</sup> FOIRE AGRICOLE

Samedi 24 février 2024

### Le Mot du Comité

C'est le samedi 24 février qu'aura lieu notre 58ème Foire.

Exposition de bovins à son origine, elle le reste mais toutefois une exposition d'artisans et producteurs locaux ainsi qu'un espace enfants sont également présents. Tout à chacun peut y trouver son centre d'intérêt.

Une très belle exposition de matériel agricole par les concessionnaires de la région permettant un contact rapproché avec les agriculteurs.

Les éleveurs dont les animaux sont inscrits à l'HERDBOOK Charolais seront également présents pour nous permettre d'avoir une belle vitrine de l'élevage Charolais.

Les élèves du lycée forestier de Crosny dans l'Aube ainsi que Laurent Germond sculpteur feront une démonstration de sculpture à la tronçonneuse. Ce sera donc le bucheronnage qui sera à l'honneur cette année.

Nous aurons également une animation musicale par le groupe local les Baladuns.

Pour les enfants, sculptures gonflables, maquillage, passes tête, trampoline...

Le repas où le Charolais sera mis à l'honneur aura lieu à partir de midi et sera réalisé par le restaurant Le Chalet du Lac à Pont et Massène.

La journée se terminera par une tomiflette réalisée par la Grange Rocheloise à la Roche en Brénil avec la tome de l'Abbaye de la Pierre qui Vire suivie de la soirée dansante gratuite.

Nous vous attendons nombreux le 24 Février prochain à St Léger Vauban !

ÉLECTRICITÉ  
**PE BOULLAY**  
Installation - Rénovation - Neuf - Dépannage

☎ 06 64 21 91 91 ✉ peboullay@gmail.com

**Saint-Léger-Vauban**

**MENUISERIE - EBENISTERIE**  
**François CHARLOT - Artisan**

89630 St Léger-Vauban - Tél : 06 85 65 86 10  
[www.francois-charlot.fr](http://www.francois-charlot.fr)

Menuiserie / Cuisines / Meubles / Escaliers / Parquets / Combles

## Le Mot aux éleveurs

C'est grâce à votre fidélité que notre Foire perdure et que nous avons pu lui garder sa vocation première ; une exposition de bovins de la Région.

La participation des éleveurs dont les animaux sont inscrits au HERBOOK Charolais nous permet d'avoir une belle vitrine de l'élevage Charolais

Nous comptons à nouveau sur vous cette année pour nous aider à maintenir cette Foire, dernière de la région  
Afin que vos animaux soient acceptés vous devez vous inscrire impérativement avant le 15 Février comme l'exige la DDCSPP

Vous devez :

- Indiquer votre numéro de cheptel ainsi que les numéros d'identifications complets de chaque animal présenté
- Être en possession pour chacun de vos animaux de leur passeport en cours de validité accompagné de son ASDA

Pour les besoins de l'organisation, nous vous demandons dans la mesure du possible d'arriver avant 9h en respectant le sens de la circulation et en suivant les consignes des organisateurs pour le stationnement des bétailières

Nous vous remercions pour votre participation et vous donnons rendez-vous le 24 Février !

### SCIERIE BRIZARD

La souplesse d'une scierie artisanale alliée à la performance d'un outil industriel.



Réalisation de tables d'extérieur pour les collectivités



Réalisation de lames de terrasse



1 la Provençère 89630 Saint-Léger-Vauban • Tél. : 03 86 32 20 11 • scieriebrizard@orange.fr • www.scierie-brizard.com

**NOTRE ÉQUIPE À VOTRE SERVICE**

**Sureau Agriculture**

**Secteur Morvan**  
Baptiste : 06 75 09 63 17

**Secteur Avallon**  
Mathieu : 06 84 75 57 75

**Secteur Nièvre**  
Patrick : 06 44 20 20 98  
et Benoît : 07 88 41 14 37

Promodis

NEW HOLLAND AGRICULTURE

### Déroulement de la journée

- De 7h à 8h30 accueil des exposants
- De 8h à 9h accueil des éleveurs
- 10h30 passage du jury
- 11h30 vin d'honneur
- 12h repas
- 17h lecture du palmarès et remise des lots aux éleveurs
- 20h tomiflette suivie de la soirée dansante



**LE TRAIT CARRÉ**

Construction de maisons à ossature bois

**CHARPENTE-COUVERTURE-ZINGUERIE**

[www.le-trait-carre.com](http://www.le-trait-carre.com)



Trinquelin - 89630 SAINT-LÉGER-VAUBAN  
Tél. 03 86 32 27 31 - clementamand@gmail.com

Centre Social du Pays d'Arnay

**VENDREDI 2 FÉVRIER**

LE CENTRE SOCIAL DU PAYS D'ARNAY

FÊTE LA **Chandeleur**

16 h à 17 h 30

Venez partager une crêpe offerte par le centre social. Seul ou en famille, vous êtes les bienvenus !

CENTRE SOCIAL DU PAYS D'ARNAY  
3 RUE DE LA GARE À ARNAY-LE-DUC  
03 80 90 17 55

**SAMEDI 17 FÉVRIER**  
à partir de 19h00

Organisée par l'A.O.A. Handball

Menu :  
Apéritif de bienvenue offert  
Tartiflette et salade verte  
Tartelette  
Café

Repas servi dans un cadre agréable par un DJ

**SOIRÉE tartiflette**

20€ le menu adulte  
12€ le menu enfant (-12 ans)

Salle Saint-Laurent  
11 bis rue Jean Moulin 21230 Arnay-le-Duc

Paiement à la réservation  
en ligne ou par au 06.85.33.78.81  
avant le 7 février 2024

La médiathèque vous invite à fêter le **Nouvel an chinois**

**Samedi 10 février**  
15h00 conférence-diaporama "la Chine, patrie du thé" suivie d'un goûter dégustation

mais aussi, Découvrir ou redécouvrir des jeux chinois

Inscription au 03 80 90 17 55  
mediatheque@csarnayleduc.fr

PHOTO CREA NOMADE

**EXPOSITION**  
PLACE NOTRE DAME | PHOTOCRÉANOMADE  
SEMUR-EN-AUXOIS

**DANS LES TÊTES DE MA DAME**  
EXPOSITION

16 DÉC - 29 FÉV 2023-24

PHOTOGRAPHES DE CÉLINE MARTHE SARAH VUILLEMINOT THOMAS JOURNOT

NL 03 80 97 15 64 | www.photocreonomade.fr | visite gratuite en extérieur | expo-vente

BIBLIOTHÈQUE MÉDIATHÈQUE DE SEMUR-EN-AUXOIS

**EXPOSITION DU 13 JANVIER AU 16 MARS**

LES ÉDITIONS D'ARMANÇON :  
*30 ans de belles pages*

Bibliothèque Médiathèque de Semur-en-Auxois  
Boulevard de la Gare, 21400 Semur-en-Auxois  
Médiathèque@semur-en-aois.fr  
03 80 97 21 63

# QUE FAIRE EN FÉVRIER?

**VOUDENAY**

Soirée **Moules frites**

**Samedi 3 Février 2024**

Salle des fêtes

à partir de 19h30

Tarifs  
Adultes: 20 € Enfants: 10€ jusqu'à 10 ans

Organisé par le comité des Fêtes de Voudenay  
Date de réservations jusqu'au 30 janvier

Menu  
Assiette de charcuteries  
Moules frites  
Fromages  
Dessert

Numéros: 06.08.58.25.69 ou 06.89.48.92.04

**ARNAY-LE-DUC**

**SAMEDI 3 FÉVRIER 2024**  
SALLE SAINT-LAURENT

**LOTO**

Une semaine au soleil de la Côte d'Azur pour 4 personnes, Trotinette Electrique, Bons d'Achat, Repas, Paniers Garnis...

Ouverture des portes 19 H  
Début des jeux 20 H  
Buvette, Sandwichs, Frites...

Organisation Association SAINT-LAURENT

Centre Social du Pays d'Arnay Université Voudenay festiArnay

Vous invitent à discuter autour des **PERSONNAGES ARNÉTOIS SOUS L'ANCIEN RÉGIME**

**Samedi 17 février - 15 h**

Intervenant : Didier Codard - Libraire et président du Cercle Arnétois de Recherches Historiques

GRATUIT ET OUVERT À TOUS !

Renseignements : 03.80.90.17.55  
Centre Social du Pays d'Arnay  
3 rue de la Gare 21230 ARNAY LE DUC

## Focus sur : Les bonbons Pez

Il suffit de prononcer le nom PEZ pour que l'on ait l'eau à la bouche et un éclat pétillant dans les yeux en se souvenant des petites douceurs sucrées, cachées dans le ventre des fameux petits distributeurs colorés.

Car les PEZ, ce sont bien plus que de simples friandises, ce sont les premiers " bonbons interactifs " : à la fois bons à manger et avec lequel on peut jouer grâce aux distributeurs rigolos.

Cette petite sucrerie en forme de briquette d'1 cm de long ne date pourtant pas d'hier. Elle a été inventée en 1927 à Vienne, en Autriche, par le confiseur Eduard Haas III. Mais pourquoi avoir donné ce nom si drôle à son bonbon ? En fait, c'est l'abréviation de Pfefferminz, qui en allemand signifie menthe poivrée. Si on prend la première lettre, celle du milieu et la dernière du mot Pfefferminz, on obtient PEZ (la marque a été déposée en lettres capitales) : c'est court, efficace, international, et puis reconnaissez que c'est quand même beaucoup plus facile à prononcer !

Si le premier parfum commercialisé a été la menthe poivrée, c'est qu'à l'origine la petite pastille était conçue pour rafraîchir l'haleine. Le slogan publicitaire était " PEZ la menthe des personnes distinguées ". Contrairement à ce qu'on peut penser, ce produit n'était pas du tout destiné aux enfants au départ.



En 1949, Eduard Haas a une idée de génie : il imagine, avec l'aide de l'ingénieur Oscar Uxa, une petite boîte rectangulaire en métal avec un couvercle à charnière de la taille d'un briquet qui permet de distribuer automatiquement les pastilles et d'en offrir à quelqu'un de manière hygiénique, sans toucher les autres bonbons dans le distributeur. Et d'une seule main en plus ! Le succès est immédiat.

En 1952, le petit bonbon autrichien fait son entrée aux Etats-Unis, mais la saveur menthe poivrée fut assez mal reçue et les ventes n'ont pas décollées. Alors sont apparus en 1955 les parfums aux fruits : cerise, citron, orange et fraise. Edward Haas pensait que ces saveurs étaient les plus susceptibles de plaire aux enfants, et aux adultes par la même occasion.

Découvrez la suite de l'article sur mon blog :

<https://lescopainsd-abord.over-blog.com/article-les-bonbons-pez-par-didile-81916855.html>

**LES PETITS DOSSIERS  
DES COPAINS D'ABORD**  
Souvenirs des années 70-80's  
Par Nath-Didile.  
[www.lescopainsd-abord.over-blog.com](http://www.lescopainsd-abord.over-blog.com)

# Rendez-vous

## DATES EN VRAC ...

1 fév  
**LIERNAIS**  
Junger dans not pays

1 fév  
**SEMUR-en-AUXOIS**  
Cercle des auteurs  
bourguignons

2 fév  
**ARNAY-le-DUC**  
La Saint Chandeleur  
au centre social

2 fév  
**SEMUR-en-AUXOIS**  
Café réparation

2 et 4 fév  
**SEMUR-en-AUXOIS**  
Stage Qi Gong

3 fév  
**ARNAY-le-DUC**  
Loto

2 fév  
**VOUDENAY**  
Soirée moules frites

4 fév  
**LIERNAIS**  
Loto

10 fév  
**ARNAY-le-DUC**  
Nouvel an chinois

10 fév  
**PRECY-sous-THIL**  
Bébé bouquine en  
famille

10 fév  
**LACANCHE**  
Soirée tartiflette 80's

du 10 au 17 fév  
**SEMUR-en-AUXOIS**  
Exposition :  
LAVAUD-BONNARD

du 13 au 16 fév  
**SEMUR-en-AUXOIS**  
Stage : «ombres et  
lumières à l'aquarelle»

16 fév  
**ARNAY-le-DUC**  
« Ré-Veillées »  
Théâtre d'impro

17 fév  
**ARNAY-le-DUC**  
Séances bien-être

17 fév  
**ARNAY-le-DUC**  
Conférence : Les  
personnages arnétois  
sous l'ancien régime

17 fév  
**TOUTRY**  
Concert rock «Road  
Trip»

17 fév  
**ARNAY-le-DUC**  
Soirée tartiflette

17/18/24/25 fév  
**CENSEREY**  
Théâtre : «Un jume-  
lage inoubliable»

17 et 18 fév  
**SAINT-MESMIN**  
Stage tournage ou  
modelage

18 fév  
**SEMUR-en-AUXOIS**  
Les marches de  
l'auxois : Galafre Précy

jusqu'au 29 fév  
**ARNAY-le-DUC**  
Exposition des ateliers  
de vannerie et mo-  
saïque

Découvrez d'autres  
nombreux  
rendez-vous  
auprès des Offices  
de Tourisme  
de la région !



OFFICE DE  
TOURISME

## SALON BIEN-ÊTRE 2ème édition

24 | ENTRÉE GRATUITE  
25 | Samedi - 10h-19H  
Février | Dimanche - 10h-18h  
2024 | Salle polyvalente  
89630 Quarré-les-tombes



### 40 EXPOSANTS

Shiatsu - Kinésiologie - Reiki - Lithothérapie - Sophrologie  
Tarot - Bols tibétains - Médiation & Ostéopathie animale  
Minéraux - Encens - Massages - Méthode Rosen -  
Cosmétiques Bio - Plantes médicinales ...

### CONFÉRENCES GRATUITES

Boissons et restauration sur place

enerjoie@gmail.com  
06 86 96 99 96  
Infos & programmes sur la page Enerjoie



Organisé par l'association :  
**Ener Joie**

## LACANCHE

SOIREE TARTIFLETTE  
80's

Apéritif  
Tartiflette avec  
rossette et  
jambon cru-  
salade  
Dessert -Café

ORGANISEE PAR  
Lacanche  
Animation

ANIMATION DJ  
ANNÉES 80-90

SAMEDI 10 FEVRIER

A PARTIR DE 20H00-SALLE DE LACANCHE

Inscriptions du 8 au 28 Janvier au 06.32.67.46.03 :  
places limitées !



Paiement à l'inscription !

Tarif de 24 € / adulte et 10 € / enfant (-12 ans)





# O.M.B BUREAUTIQUE

Informatique, bureautique et agenceur d'espaces depuis 1975 !



**03 86 34 33 39**

53 rue de Lyon - 89200 AVALLON

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

## RAMONAGE AUXOIS MORVAN

Pour une installation bien entretenue !

**RAMONAGE - SERVICE DEBISTRAGE**

Ronan Michelet  
Hameau de Granvault - 21210 Saint-Didier

**03 80 64 10 96**



## DÉMÉNAGEMENTS

Depuis 1973

Tous Volumes - Toutes destinations

**LEROY SARL**

21530 ROUVRAY

Tél. : 06.07.02.44.65 - Robert

06.07.03.38.49 - Gisèle

06.29.04.02.92 - Jordan

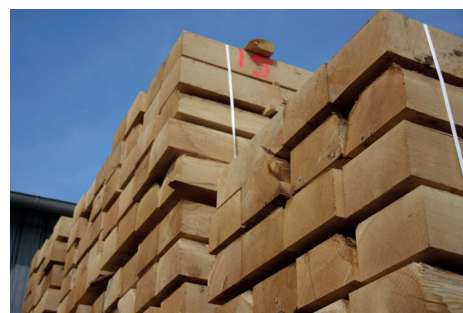
[sarl.leroy3@orange.fr](mailto:sarl.leroy3@orange.fr)



8h30-12h / 13h30-17h-fermé mercredi a.m.

### NOS PRODUITS 100% massifs :

- Plots de chêne toutes épaisseurs, sec et secs séchoirs.
- Débit : Tous sciages de chênes.
- Traverses chêne - bois d'appareils.
- Charpente chêne.
- Parquet chêne toutes largeurs.
- Avivés chêne 18 mm et 27 mm.



*Votre spécialiste local en bois de chêne !*

**03 80 49 66 76**

22, Rte des Laumes - 21350 Vitteaux

## ●●● **Rougeurs, tiraillements, sécheresse : les basses températures agressent la peau en hiver...**

Si pour l'essentiel de notre personne, s'emmitoufler lorsque l'on sort permet d'avoir bien chaud, il n'en est pas de même pour les parties de la peau qui restent visibles. Le visage est surtout exposé à l'air froid et mordant de l'hiver. Le fait de passer rapidement du froid au chaud en rentrant dans un local chauffé agresse cette partie de la peau et il vaut mieux agir en amont que lorsque le mal est fait...



### - **bien nourrir sa peau**

Selon les saisons, la réaction de l'épiderme n'est pas la même. Il faut donc savoir adapter ses soins en ce sens. En période hivernale, le froid, la neige et la pluie privent la peau de certains éléments nécessaires à sa protection. Ayant donc besoin davantage de nutrition, il convient de remplacer son démaquillant classique par un lait démaquillant qui permettra de nourrir l'épiderme en profondeur en même temps. Les laits contiennent en effet des agents hydratants comme le beurre de karité, l'huile d'argan ou la vitamine E. Tous ces éléments contribuent à protéger la peau en hiver.

### - **mettre de la crème solaire**

On n'y pense pas assez, mais le soleil hivernal peut-être aussi dangereux et agressif qu'en plein été, voire plus si l'on tient compte de la réverbération des zones enneigées. Même caché derrière des nuages, ses effets néfastes sont bien présents. Des hydratants quotidiens « tout en un » contenant des protections anti UV existent. Cela évite d'avoir à s'encombrer de multiples pots et flacons. Tout comme en plein été, la peau sera alors protégée des rides et de la décoloration.

### - **privilégier le lait douche**

Ici encore, dans un souci de nourrir la peau, le lait ou la crème de douche apporte de bons nutriments pour l'épiderme, d'autant plus si l'on a tendance à avoir une peau sèche à la sortie de la douche, contrairement aux savons qui peuvent l'assécher, elle qui l'est déjà fortement à cause des vents hivernaux.

Il existe également de nos jours une pléiade de masques ultra-nourrissants, hydratants ou apportant divers soins. N'hésitez pas à les utiliser le soir lorsque vous rentrez chez vous. Ils seront très bénéfiques.

En cas de crevasses dues aux froids intenses, n'hésitez pas à consulter un dermatologue qui saura stopper rapidement les petits bobos !

# L'ÉVIDENCE

Institut de beauté • Spa • Parfumerie

*Fondez de plaisirs, laissez-vous guider par la Gourmandise...*

*Saint Valentin*

Février  
**14**

Disponibles en Parfumerie  
Coffrets de parfums, soins  
bougies...

**Fondant Chocolat**  
Massage  
&  
Enveloppement  
1h 70€

**Passion Chocolat**  
Gommage, Massage  
&  
Enveloppement  
1h30 98€

Centre Commercial Champlon  
21140 Semur-en-Auxois  
03.80.96.61.81 / 07.69.02.66.99  
www.levidence-institut.fr

# la Vue est Belle

OPTICIENS INDÉPENDANTS

**NOUVEAU SERVICE**

**OPTICIENS**  
*la Vue est Belle*

**Votre ordonnance en 48h\***  
sur RENDEZ-VOUS au  
03 80 97 06 67

**Lyleoo**®

Contrôle de la correction visuelle réalisé en magasin par un opticien diplômé et télétransmis par la plateforme LYLEOO à des ophtalmologistes partenaires.\*

**SEMUR-EN-AUXOIS - CC Intermarché**  
03 80 97 06 67  
Horaires du lundi au samedi  
de 9h à 12h et de 14h à 19h

Retrouvez-nous sur [lavueestbelle.com](http://lavueestbelle.com) | |

**Horaires d'ouverture**  
du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h

\*Le contrôle de la correction visuelle n'est pas un examen médical, il ne remplace pas une consultation chez votre ophtalmologiste. Ordonnances délivrées par nos ophtalmologistes partenaires. Après analyse des informations transmises, l'ophtalmologiste peut refuser la délivrance d'une ordonnance.

● ● ● Tous les ans, en février, on mange des crêpes : c'est la chandeleur. Au temps des romains, on déambulait dans les rues avec des flambeaux (ou chandelles, d'où le nom) à la main. La tradition des crêpes est venue bien après pour le plus grand plaisir de tous !



## Crêpes sucrées

pour 15 crêpes environ

300g de farine

-

3 oeufs entiers

-

3 cuillères à soupe de sucre

-

2 cuillères à soupe d'huile

-

50g de beurre mou

-

60cl de lait

- **étape 1.** Mettre la farine dans une terrine et former un puits.
- **étape 2.** Y déposer les oeufs entiers, le sucre, l'huile et le beurre.
- **étape 3.** Mélanger délicatement avec un fouet en ajoutant au fur et à mesure le lait. La pâte ainsi obtenue doit avoir une consistance d'un liquide légèrement épais.
- **étape 4.** Faire chauffer une poêle antiadhésive et l'huiler très légèrement. Y verser une louche de pâte, la répartir dans la poêle puis attendre qu'elle soit cuite d'un côté avant de la retourner.
- **étape 5.** Cuire ainsi toutes les crêpes à feu doux.
- **étape 6.** Régalez-vous !



# CAVE à BIÈRE, VINS, WHISKY, RHUM et SANS ALCOOL

Du lundi au samedi : 9h30/12h30 - 14h/19h

Fermé le mardi

17 rue de la Grande Corvée - 89200 AVALLON

à côté 

**03 86 81 98 78**

**OUVERT  
TOUTE L'ANNEE**

Restaurant

**Le chalet du lac**

Restaurant traiteur - Cuisine traditionnelle  
Proche de Semur-en-Auxois

16 rue du lac - 21140 Pont-et-Massène

Tél : 03 80 92 32 33 / 06 21 32 00 09

Mail : [restaurantchaletdulac@gmail.com](mailto:restaurantchaletdulac@gmail.com)

Site : [www.restaurant-lacdepont.fr](http://www.restaurant-lacdepont.fr)



Menu  
du jour

**14,50 €**

Le midi : du lundi  
au vendredi

« Formule express »

**SPÉCIALITÉS :**

OEUFS EN MEURETTE

TÊTE DE VEAU

JAMBON PERSILLÉ

CUISSES DE GRENOUILLES

CHAROLAIS SUR LE GRILL

**A partir du 1er novembre, fermé  
dimanche soir, lundi soir et mardi soir.**



## Petite histoire du Carnaval...

Les carnivals, héritiers de rituels antiques, sont un type de fête relativement répandu en Europe et en Amérique. Ils consistent généralement en une période où les habitants de la ville sortent déguisés et se retrouvent pour chanter, danser, faire la fête dans les rues....

Le carnaval est une tradition archaïque liée aux cycles saisonniers et agricoles. Le Carnaval moderne tel qu'on le connaît trouve ses origines en Europe où il s'est développé avant de se répandre dans le monde entier. Les origines du Carnaval sont multiples comme toujours, les plus anciennes connues remontent à l'antiquité.

Dans un premier temps, l'Eglise condamna les manifestations carnavalesques héritées des saturnales romaines où l'on inversait les rôles dans la société, puis ne pouvant s'y opposer, elle les récupéra. Les traditions et pratiques héritées des romains ont donné la fête des fous, l'enfant-évêque et enfin le Carnaval.

Le mot "carnaval" vient du mot italien (général) "carneleva" signifiant "enlève chair" et a conservé son étymologie latine "carnis levare", c'est-à-dire "enlever, ôter la viande, la chair". Traditionnellement, dans le christianisme, le carnaval marque la dernière occasion de célébration des aliments gras et autres avant le début du Carême, les quarante jours de ce dernier, rappelant le récit biblique des quarante jours que Jésus passa dans le désert, servant à marquer une certaine période où le croyant chrétien se tourne vers Dieu et la discipline religieuse. Dans les jours précédant le Carême, il y aurait lieu de consommer tous les aliments et boissons riches en graisse, en sucre ou aux œufs. La tradition de cette consommation importante d'aliments avant le début du Carême serait censée être à l'origine du carnaval.



Le Carnaval devient souvent une lutte entre les forces infernales et le bien. Les masques et déguisements prennent les caractéristiques des êtres surnaturels qui sont les démons et les esprits des éléments de la nature. A partir du XI<sup>ème</sup> siècle, un mannequin incarnait le Carnaval, accompagné par les habitants en chantant, puis il était brûlé. A la tombée de la nuit, on jetait les masques dans les flammes du bûcher du Roi Carnaval, et on faisait une ronde en chantant. Au fil des siècles, d'autres traditions se sont ajoutées à la fête, faisant de Carnaval une manifestation de plus en plus diversifiée et riche culturellement.



On retrouve encore dans les manifestations d'aujourd'hui ce changement de rôle et la destruction du mannequin représentant Carnaval par le feu.

Un des plus anciens carnivals de France est celui de Limoux. Les habitants célèbrent le carnaval pendant trois mois ! Le plus connu en France est sans conteste le Carnaval de Nice. D'autres carnivals sont également reconnus pour leur ambiance, tel que le Carnaval de Dunkerque, ou encore le Carnaval de Menton et sa fête du citron.

A l'étranger, le carnaval de Venise est probablement un des plus élégants et mystérieux depuis plus de mille ans. En Allemagne, le carnaval est tellement important dans la culture du pays qu'il est considéré comme une cinquième saison à part entière. Soleil, couleurs et samba : La star des carnivals est sans aucun doute celui de Rio de Janeiro ! La fête la plus populaire dans le pays dure une semaine haute en couleur avec ses défilés des écoles de samba, leurs chars, la musique entraînante et les costumes extravagants.



# Shinrin-Yoku

Bains de nature en Auxois

## Shinrin-Yoku : « bain de forêt » ?

L'idée n'est plus d'entrer dans une forêt, mais de laisser la forêt entrer en vous...  
Venir vivre un temps pour soi de cohérence et de ressourcement.  
Se reconnecter au vivant et couper des sollicitations du quotidien.

**Telle est l'aspiration du bain de nature...**

## Venez prendre le temps de vivre...

- Sorties contemplatives en pleine nature, forêts; invitations sensorielles; explorations...
- Exercices de reconnexion aux 5 sens et de réveil du corps.
- Temps de rencontre avec les arbres.
- Cercles de partage

(séances accompagnées)



Renseignements, contact, rdv :

**06 59 49 02 74**

contactshinrinyoku@gmail.com

**www.shinrin-yoku-auxois.fr**

LE CHOIX, LES MARQUES  
ET LES PRIX BAS TOUTE L'ANNÉE

# JMT

## ALIMENTATION ANIMALE

### NOURRITURE & ACCESSOIRES

POUR CHIENS, CHATS, OISEAUX, PIGEONS, POISSONS,  
RONGEURS, CHEVAUX, BASSE-COUR ET REPTILES

**PLUS DE 5000 PRODUITS DE MARQUE AUX PRIX LES PLUS BAS !**

RETROUVEZ TOUTE NOTRE ACTUALITE SUR  
[WWW.JMT-ALIMENTATION-ANIMALERIE.COM](http://WWW.JMT-ALIMENTATION-ANIMALERIE.COM)

DISPONIBLE SUR Google play

Disponible sur App Store

AINSI QUE SUR NOS RESEAUX SOCIAUX &

**AVALLON** Z.A. de la Grande Corvée  
03 86 34 10 38

**CLAMECY** Z.A.I. Saint Exupéry  
03 86 22 72 12

## Cussy Paysage

AMÉNAGEMENT • CRÉATION • ENTRETIEN  
PARCS ET JARDINS • TONTE • TAILLE  
ABATTAGE • CLÔTURE • TRAITEMENT

Venez découvrir  
**NOTRE GAMME DE  
PRODUITS REGIONAUX !**

## Delbard

JARDINERIE - PÉPINIÈRE - DÉCORATION

89420 CUSSY-LES-FORGES  
03.86.33.10.24  
snc.paysage@orange.fr

UN PROFESSIONNEL À VOTRE SERVICE  
POUR L'ENTRETIEN DE VOTRE JARDIN

Bénéficiez de  
**50%**  
EN CRÉDIT D'IMPÔT

**SI**  
SERVICES à  
la personne

CHÈQUE  
EMPLOI  
SERVICE  
UNIVERSEL

Tonte, débroussaillage, entretien des massifs,  
taille des arbustes, fruitiers, taille des haies, ...

**Jérôme LEVITTE 06 37 96 95 08**  
Saint-Seine-l'Abbaye - Déplacements Côte d'Or

**SEMPER VIRENS**  
JARDINIER PAYSAGISTE

jerome.levitte@gmail.com  
siret : 49193494900042



## ●●● Equidés : chevaux guides d'aveugles !

Tout comme les chiens d'assistance, il existe des chevaux d'aide pour les malvoyants qui ne peuvent pas ou ne veulent pas utiliser de chiens, à cause d'allergie aux poils ou simplement pour les personnes en ayant peur.

Le cheval miniature comme guide d'aveugles à plusieurs avantages sur le chien : il a une plus longue espérance de vie (30 ans en moyenne contre 15 ans pour un chien).

Toutefois, le cheval n'est pas capable de s'adapter à autant de situations qu'un chien. Il a un puissant instinct de fuite qui le rend plus peureux que le chien. Il ne peut pas vivre à l'intérieur d'une maison, ayant besoin d'un espace pour se déplacer lorsqu'il ne travaille pas. Ses sabots doivent être équipés d'antidérapants pour qu'il ne glisse pas sur le carrelage par exemple. Il peut lui aussi être dressé à actionner des mécanismes mais se révèle moins doué que le chien pour ce genre d'exercice. Les propriétaires de chevaux guides ont parfois des difficultés à se déplacer dans les zones fréquentées ou dans les transports en commun.



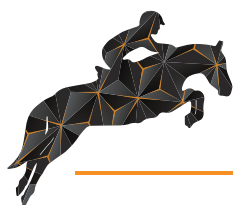
Aux États-Unis l'idée fait des adeptes depuis plusieurs dizaines d'années déjà. Il y a environ un millier de chevaux guides d'aveugles en activité. Le concept a été expérimenté au Royaume-Uni et gagne petit à petit la Belgique et la France.

Dans l'hexagone, on commence doucement à prendre en compte cette alternative venue « faire de l'ombre » aux chiens guides d'aveugle. A Châteaufort-en-Yvelines (78), le domaine de La Geneste éduque des chevaux miniatures guides d'aveugles. A l'origine de ce projet, Jean Bouissou, formateur sourd et aveugle, est à la tête de l'association Quintette, spécialisée dans l'éducation de mini-chevaux.

En pratique, la formation d'un cheval miniature dure deux ans. Le dressage est similaire à celui d'un chien : comprendre et obéir aux ordres, éviter des obstacles ou d'éventuels dangers. Les mini-équidés pourraient également être utilisés pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles du spectre autistique.

Des questions? Des remarques ? Des conseils ? N'hésitez pas à me contacter et me suivre sur mon compte Instagram :

 @ecuriedes\_fontenelles



# Ecurie des Fontenelles

Eléa Levitte - cavalière pro

A votre domicile ou  
sur mes installations

06 40 70 97 46

Débouillage, valorisation des jeunes chevaux.

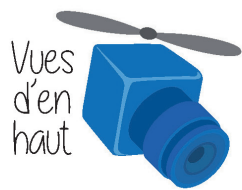
Travail chevaux tout âge.

Cavalière de concours.

La Roche Vanneau (21150)

[elea.levitte@orange.fr](mailto:elea.levitte@orange.fr)

siret : 8833278026



# Energie verte en Auxois

Aujourd'hui, l'homme a pris conscience de l'impact des énergies fossiles comme le charbon ou encore le pétrole sur l'environnement. Il existe en matière d'énergie des solutions écologiques particulièrement efficaces en raison de leur caractère propre et renouvelable ; dans l'Auxois également !

Par définition, l'énergie verte désigne l'électricité produite grâce aux différentes sources d'énergies renouvelables.

## Le soleil.

Que ce soit par sa chaleur ou sa luminosité, l'énergie solaire peut produire de l'électricité. Les panneaux photovoltaïques installés sur les toits des bâtiments sont un exemple d'utilisation écologique de l'énergie solaire. Ce sont les cellules photovoltaïques présentes au sein de ces panneaux qui vont venir transformer la lumière du soleil en courant électrique pour chauffer et éclairer les habitations.



## Le vent.

L'énergie cinétique du vent est exploitée par les hommes depuis très longtemps, on pense aux moulins à vent notamment. Aujourd'hui les éoliennes fonctionnent selon le même principe et se développent progressivement en France (même si elles sont parfois accusées de dénaturer le paysage). Grâce à l'énergie du vent, l'éolienne fait tourner une turbine à l'intérieur de celle-ci qui produit de l'électricité.

## La biomasse.

L'électricité par biomasse provient de la transformation (par combustion ou méthanisation) de matières d'origine végétale ou animale. C'est la chaleur dégagée par la combustion de ces matières (bois, fumiers, déchets agricoles) qui donne lieu à la production d'une électricité verte (mais aussi du biogaz). La biomasse ne date pas d'hier. C'est historiquement la première forme d'énergie découverte par l'homme et c'est actuellement la première source d'énergie renouvelable en France.



Sur ce bâtiment agricole, la société **Clef Energie** de Marsannay-la-Côte utilise, pour le nettoyage et l'entretien des panneaux photovoltaïques, un robot quasi-unique en Europe (20 exemplaires au monde) permettant d'accéder aux installations sans prendre le risque de les détériorer.

Attention : Le photovoltaïque est un produit demandant à être installé par des professionnels reconnus assurant une qualité et une fiabilité des divers composants et de leur mise en service.

*Arboriste Grimpieur*

Elagage raisonné : taille, soin, abattage  
démontage des arbres

florent.boit@laposte.net

**Florent BOIT**  
06 25 33 30 81



Des Arbres  
Des Hommes

**ROCA** PAYSAGE



ALLEES

TERRASSES

AMENAGEMENTS  
&  
ENTRETIENS de JARDIN

**Bien plus qu'un jardin...**

Tél. 03 80 89 07 65  
Semur-en-Auxois  
[www.roca-paysage.com](http://www.roca-paysage.com)

## ●●● Le jardin en février

*Les journées rallongent, la végétation commence à frémir lentement, mais il ne faut pas pour autant oublier que, même si le printemps approche, nous sommes encore en période hivernale !*

*Février est le mois idéal en revanche pour préparer progressivement le retour des beaux jours.*

### **Fleurs du jardin :**

*Si vous avez eu la bonne idée de planter les bulbes d'hiver cet automne, alors vous aurez le plaisir dans quelque temps de voir apparaître des têtes colorées de crocus, perce-neige ou autres aconits d'hiver d'ici peu.*

### **Au potager :**

*Côté potager en revanche, l'heure est toujours au repos. Malgré tout, lors des quelques belles journées, n'hésitez pas à pailler les plantations ou préparer la terre. Dès la fin du mois, topinambours, ails, oignons et échalotes pourront être plantés si le climat s'adoucit. Pour ce qui est des semis de graines : sous cloches ou à l'abri d'un tunnel.*



### **Autres travaux de jardinage :**

*Si le virus du jardinage commence d'ores et déjà à vous reprendre, vous pouvez par exemple pour vous faire patienter, nettoyer les outils, aérer les tunnels et châssis si le temps le permet, commencer à vous procurer les graines pour les semis de printemps ou encore établir le plan du potager de l'année à venir...*

*Enfin, vous pouvez commencer à visiter les jardinerie, les pépinières pour préparer les beaux jours !*

## Amortisseurs et suspensions : quels sont leurs rôles ?

**Ce sont des éléments essentiels qui composent le train de roulement des véhicules : l'amortisseur et les suspensions. Des organes mécaniques très importants sur une voiture qui garantissent sécurité et confort de conduite ! Ensemble complémentaire, il a pour but d'amortir les divers chocs que peut rencontrer le véhicule.**

En plus de la tenue de route évidente, les amortisseurs et les suspensions assurent un confort de roulement et diminuent les distances de freinage lorsqu'ils sont, bien entendu, en bon état de fonctionnement.

On confond souvent ces deux éléments, suspension et amortisseur, car ils sont présents au même endroit sur le véhicule et réagissent de concert. Comme leurs noms l'indiquent, la suspension sert à suspendre en l'air l'ensemble de la voiture (carrosserie, moteur, habitacle...) alors que l'amortisseur quant à lui amortit la flexion du ressort de la suspension, améliorant l'amorti et la flexion de cette dernière.



### Comment fonctionne l'amortisseur ?

Il se présente sous la forme d'un vérin rempli d'huile dans lequel se déplace un piston perforé. La taille de l'ouverture du piston ainsi que la viscosité de l'huile vont déterminer la fermeté de l'amortisseur.

Le fonctionnement des amortisseurs est plutôt simple à assimiler : lorsqu'il se comprime, le piston se déplace dans un cylindre rempli d'huile (on peut alors dire à ce moment-là qu'il est divisé en deux chambres, le dessous du cylindre et le dessus). Sous la poussée du piston, l'huile se transfère dans le cylindre d'une chambre à l'autre.

Lorsque l'amortisseur se détend, le piston remonte tandis que l'huile au dessus du piston redescend. L'avantage du piston est d'éviter tout phénomène de retour brusque lorsque le véhicule subi des chocs. Le transfert de l'huile d'une chambre à l'autre est limité par le piston, qui permet d'absorber les chocs.

### Comment se rendre compte de leur état ?

Si votre voiture « danse », est moins contrôlable dans les virages ou sur route accidentée, si vos amortisseurs fuient, il faut songer au remplacement de cet organe très rapidement.

Changer toujours les amortisseurs par paire avant/avant ou arrière/arrière en même temps. Cela va garantir l'équilibre du véhicule, la tenue de route et l'efficacité au freinage évoquée plus haut.

De même, pour une performance maximale, il est conseillé de remplacer les ressorts de suspension lors d'un changement d'amortisseurs car leurs usures sont étroitement liées et réaliser les deux opérations en même temps conduit à une réduction du coût de main d'oeuvre non négligeable !

# MARTIN AUTO



La bonne idée pour  
l'entretien de votre auto !

**GARAGE  
EXPERT**

3, rue de la Planche 21460 CORROMBLES



**SPÉCIALISTE PARE-BRISE**



**CENTRE AGREE DE POSE  
ET DE REPARATION  
TOUT VITRAGE AUTOMOBILE**

## RÉDUISEZ VOS COÛTS DE CARBURANT AVEC LE KIT ÉTHANOL EFLEXFUEL

### GARAGE CERTIFIÉ

Installateur de boîtier superéthanol E85  
formé par FlexFuel



Agrément sur nos deux sites :  
Corrombles et Avallon



#1  
DU  
MARCHÉ

eFlexFuel est un kit éthanol E85 installé dans votre moteur à essence et hybrides. Utilisez du superéthanol E85, de l'essence normale ou bien encore un mélange de ces deux carburants. Le kit éthanol d'eFlexFuel vous permet de rouler moins cher et plus vert en utilisant du superéthanol E85 comme carburant dans votre voiture actuelle.



jusqu'à  
**-40%**



**Financement**  
Crédit/Leasing  
ASSURANCE - GARANTIE - ENTRETIEN



**CONSEILS  
SERVICES  
REMISES**

**15 marques + de 700 véhicules**

**CORROMBLES 09 65 17 46 70**

**AVALLON 03 86 81 77 14**

[www.martin-automobiles.com](http://www.martin-automobiles.com)

email : [martinemilien@orange.fr](mailto:martinemilien@orange.fr)

## CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE DE SAULIEU



**DAVID LUNEAU**  
GÉRANT DU CENTRE  
DE SAULIEU

A côté du  
supermarché



WIFI GRATUIT

**SAULIEU 03 80 64 67 04**

## BON DE RÉDUCTION

**-10%**

**SUR CONTRÔLE  
TECHNIQUE  
PÉRIODIQUE**

OFFRE VALABLE UNIQUEMENT SUR PRÉSENTATION  
DE CE COUPON. VOIR CONDITIONS EN MAGASIN.  
Offre valable jusqu'au 31 juil. 2023

## CARROSSERIE AUTOMOBILE

TOLERIE - PEINTURE - MECANIQUE

**Emmanuel  
COLINDRE**

21390 THIL-LA-VILLE  
[emmanuel.colindre@orange.fr](mailto:emmanuel.colindre@orange.fr)

Tél : 03 80 64 57 97

Fax : 03 80 64 46 06



## Monochrome pas monotone.

Avec uniquement deux couleurs (qui ne sont d'ailleurs pas des couleurs), beaucoup de styles divers et variés de designs d'intérieur peuvent être conçus. Le noir, qui s'associe avec l'élégance éternelle, mais pas que... Le blanc, qui s'assume seul mais qui se laisse influencer dans beaucoup de directions.

Selon les proportions utilisées, la nature des surfaces réceptionnant les couleurs et les formes/styles du mobilier inclus, il est possible de créer des ambiances et styles radicalement différents.

Prenons pour exemple un salon avec moulures style Haussmannien.

- tout noir avec juste des rideaux blancs et quelques meubles clairs; nous avons un intérieur élégant mais rempli d'un caractère très présent, avec peut être connotation « garçonnière ».
- tout blanc avec quelques éléments de mobiliers noirs et quelques accents décoratifs noirs; nous avons un style d'intérieur bien plus épuré et aéré et presque plus « féminin ».



Un autre exemple avec une salle de bain : selon le mobilier et le style des carreaux (et coloris de joints), la salle de bain peut prendre une allure très rétro. Sur fond noir avec des sanitaires blancs, tout de suite l'ensemble est très contemporain. Des rayures noires et blanches et du mobilier/sanitaires de forme rectangulaire, le résultat fait presque penser à un défilé de mode.



Et si la matière du coloris noir était du bois : nous pourrions créer un style chalet de montagne contemporain avec des planches de bois noircies ou brûlées en tant que revêtement mural avec un sol blanc et un tapis de peau de mouton. Il est également possible de créer un intérieur d'influence style Sabi Wabi avec du bois brûlé. Le tout installé contre un intérieur blanc et l'influence se fait bien ressentir.



Le graphisme : le monochrome peut être utilisé de manière graphique pour créer un dynamisme dans la pièce. Dans cette image on trouve un intérieur épuré mais chargé de style et ceci grâce au peu d'éléments. Un plafond qui s'affiche comme une oeuvre, un tableau en réponse affiché au mur, et du mobilier qui ose mélanger formes et matières. L'intérieur reste « simple » mais n'a pas besoin de plus pour s'affirmer.



Publirédactionnel  
Images: Pinterest



Votre personnalité peut, et doit être présente dans l'ensemble de votre habitation pour que vous puissiez vous sentir entièrement bien et vous-même chez vous.

[contact@hannahelizabeth-id.com](mailto:contact@hannahelizabeth-id.com) / [www.hannahelizabeth-id.com](http://www.hannahelizabeth-id.com)

06 61 20 24 69

  
HANNAH ELIZABETH  
INTERIOR DESIGN

 **BOCCARD SN**  
Maçonnerie, restauration, rénovation.  
*Rénovez votre quotidien, construisez votre avenir !*

Entreprise soutenant la  
FONDATION  
 PATRIMOINE

**M A MAILLOT**  
Aménagements  
Plâtrerie, isolation, aménagements intérieurs  
*Faites de votre intérieur votre bien-être !*



A travers nos sociétés artisanales spécialisées dans le bâti ancien, rénovation et constructions architecturales, nous offrons une palette importante de travaux avec un interlocuteur unique assurant une gestion globale du chantier.



Maçonnerie de rénovation, restauration, extension en briques, pose d'assainissement autonome. Murs en pierres, terrassements, enduits, badigeons, mais également cloisons, doublage, faux plafonds, pose de menuiseries, peintures, tous travaux de finitions...

14 rue de la Croix Belin  
21140 SEMUR EN AUXOIS Mobile : **0642360559** - Fixe : **0380970781** Courriel : [sarl-boccardsn@orange.fr](mailto:sarl-boccardsn@orange.fr)

DU 15/01/2024 au 23/02/2024  
**OPERATION PROMOTIONNELLE**



Des portillons et des portails sur-mesure pour sécuriser votre propriété et embellir votre entrée... Découvrez nos design de portail en aluminium et en bois.

DU 15 FÉVRIER AU 20 MARS 2024, PROFITEZ DE NOTRE PROMO DE PRINTEMPS !\*

**SUR TOUS NOS VOIETS ROULANTS MOTORISÉS ALUMINIUM**

**-10%**  
à partir de 2 volets

**-15%**  
à partir de 4 volets



Valables aussi sur la gamme volets roulants solaires.

**SUR TOUTES NOS PORTES DE GARAGE MOTORISÉES À LAMES ALUMINIUM**

**-15%**  
dès la 1<sup>ère</sup> porte de garage

**Wizeo**  
fermetures  
Volets roulants & Portes de garage

\*voir conditions en magasin

**Menuiserie de l'Auxois**  
CONCEPTION • RÉALISATION

2 ZA Champ Roger  
21320 POUILLY-EN-AUXOIS

**03 80 64 21 77**



[contact@menuisieredelauxois.com](mailto:contact@menuisieredelauxois.com)

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



**KOSTUM**  
DES EXTÉRIEURS À VOTRE STYLE DE VIE

**JANNEAU**  
menuisier créateur

**LESOEUR**  
**CONNEXION**  
 TV • ÉLECTROMÉNAGER • ANTENNE  
 ÉLECTRICITÉ GÉNÉRALE  
 INSTALLATION - VENTE - DÉPANNAGE  
 ROMENEAU - 21530 LA ROCHE EN BRENIL  
 06 17 80 07 80 [lesoeur.connexion@gmail.com](mailto:lesoeur.connexion@gmail.com)

**RIVALIS** N°1 du Pilotage d'Entreprise  
**RGE ECO artisan** La nouvelle énergie du bâtiment  
**ARTISAN**  
**ÉTUDE ET DEVIS GRATUITS**  
 ISOLATION & SOUFLAGE  
 PLACOPLÂTRE  
 CLOISONS  
 AMÉNAGEMENT DE COMBLES  
**Breganni rénovation**  
 PEINTURE & DÉCORATION  
 CARRELAGE  
 FAÏENCE  
 SALLE DE BAINS CLÉ EN MAIN  
**Thomas BREGANNI** 06 22 07 08 75   
[thomasbregannipro@gmail.com](mailto:thomasbregannipro@gmail.com) - 21350 BEURIZOT

**SARL GILLET**  
**MAÇONNERIE**  
**BLOCS BETON**  
**COUVERTURE**  
**RAVALEMENT PEINTURE**  
**INTERIEURE ET EXTERIEURE**  
**BETONS DECORATIFS**  
**ISOLATION THERMIQUE PAR L'EXTERIEURE**  
**RGE**  
**QUALIBAT** Votre label de confiance  
**ARTISAN**  
 03 86 33 63 69  
 4 rue de Regny - 89440 JOUX LA VILLE  
[secretariat.gilletsarl@orange.fr](mailto:secretariat.gilletsarl@orange.fr)



## Les **détecteurs** de **fumée**

**En hiver les risques d'incendies domestiques augmentent bien évidemment par le fait de l'utilisation d'appareils de chauffage. Afin de pouvoir dormir sur ses deux oreilles, il est plus que conseillé de s'équiper d'appareil détecteurs de fumée.**

Tout lieu d'habitation (appartement, maison) doit être équipé d'au minimum un détecteur avertisseur autonome de fumée (DAAF). Son installation doit permettre de détecter les fumées émises dès le début d'un incendie et d'émettre immédiatement un signal sonore suffisant pour permettre de réveiller une personne endormie.

Pour une parfaite sécurité, il doit être muni du marquage CE et être conforme à la norme européenne harmonisée NF EN 14604.

Le détecteur doit être installé de préférence dans la circulation ou dégagement (palier, couloir) desservant les chambres. Lorsque le logement ne comporte pas de circulation ou dégagement (cas des studios), le détecteur doit être installé le plus loin possible de la cuisine et de la salle de bain et être fixé solidement en partie supérieure, à proximité du point le plus haut et à distance des autres parois ainsi que des sources de vapeur (fumées de cuisson et vapeurs d'eau).





L'actualité nous inonde de nouvelles pas toujours agréables - Le JDBN va vous redonner le sourire !

### AUSTRALIE : UN HOMME REMPORTE LA LOTERIE APRÈS AVOIR TOUT PERDU DANS LES INCENDIES !

Un homme originaire du Queensland en Australie qui a perdu sa maison lors des feux de brousse dans le nord de la Nouvelle-Galles du Sud vient de gagner 1 million de dollars à la loterie !

### GENÈVE FÉMINISE SES PANNEAUX DE SIGNALISATION POUR PLUS D'ÉGALITÉ !

La Ville de Genève passe de la parole aux actes et, pour accroître la visibilité des femmes dans l'espace public, change 250 panneaux signalant des passages pour piétons. En accord avec l'office cantonal des transports, une déclinaison de six pictogrammes féminisés couvrira désormais la moitié des panneaux où étaient représentés des personnages masculins.

### THAÏLANDE : LES SUPERMARCHÉS DISSENT ADIEU AUX SACS EN PLASTIQUE !

Les chaînes de supermarchés thaïlandaises ont cessé depuis le 1er janvier la distribution gratuite de sacs en plastique aux caisses.

### LA PAILLE DE RIZ DE CAMARGUE N'EST PLUS BRÛLÉE APRÈS LA RÉCOLTE : ELLE SERT À ISOLER LES MAISONS !

La paille de riz est un déchet agricole fibreux qui n'est pas valorisé comme pourrait l'être la paille de blé. En effet, c'est un très mauvais combustible, elle est mal digérée par les animaux et médiocre

transformée en litière. Pour l'éliminer, la paille de riz est brûlée chaque année dans la plupart des cas. Une entreprise française a trouvé une solution pour lui donner une nouvelle vie : depuis quelques mois, elle transforme la paille de riz cultivée en Camargue en isolant biosourcé. L'utilisation de la paille de riz comme matière première permet de résoudre un problème environnemental et de limiter le gaspillage

### À CALAIS, LA FRÉQUENTATION DES BUS A BONDÉ DE 70% DEPUIS QU'ILS SONT GRATUITS !

Selon le directeur du SITAC, syndicat responsable des transports de Calais, la fréquentation a bondé de 70% minimum depuis la gratuité. Une hausse depuis les précédentes expérimentations qui prouve que les voyageurs ont pris conscience de ce changement et l'ont intégré à leurs habitudes.

### DES COIFFEURS RÉCOLTENT LES CHEVEUX DE LEURS CLIENTS POUR DÉPOLLUER LES OCÉANS !

Les cheveux captent le gras. Mais en fait, ils ont beaucoup d'autres vertus : ils peuvent filtrer les hydrocarbures ou les huiles solaires, par exemple. Ce qui fait des cheveux d'excellents dépollueurs. C'est pourquoi certains coiffeurs, aux quatre coins de la France, commencent à rejoindre le mouvement, sans changer leurs habitudes, puisqu'ils continuent de ramasser les cheveux coupés au sol. Il suffit juste de les collecter dans un sac spécifique.

### UNE GRANDE MARQUE DE SPORT A CRÉÉ UN TERRAIN DE FOOTBALL EN RECYCLANT 1,8 MILLION DE BOUTEILLES EN PLASTIQUE !

L'idée part du constat alarmant qu'aujourd'hui, pour créer un terrain de foot synthétique, on utilise du plastique tout neuf et de la gomme de pneu. Pourtant, il est possible de remplacer ces composants par des matières recyclées, notamment des bouteilles de plastique recyclées.

### AU CANADA, UNE LIBRAIRIE ACCUEILLE DES CHATONS ABANDONNÉS POUR FACILITER LEUR ADOPTION !

Une bonne idée, qui part d'une intention louable : protéger les chats abandonnés du froid glacial canadien. La propriétaire de la librairie explique que les animaux dans sa boutique viennent d'un refuge local, qui a du mal à susciter l'intérêt de la population. Alors, afin de capter l'attention de potentiels futurs maîtres, la librairie a accepté d'ouvrir ses portes aux chatons, dans l'espoir qu'ils soient adoptés un jour.

### POUR SAUVER LES KANGOUROUS ORPHELINS, UNE MAISON DE COUTURE FRANÇAISE FABRIQUE DES POCHEES EN TISSU !

Ce sont des poches "artificielles", en tissu, pour accueillir les bébés marsupiaux, un peu comme s'ils étaient dans la poche ventrale maternelle. Mais encore mieux, ces poches les gardent au chaud et les maintiennent immobiles, pour qu'ils puissent guérir plus rapidement.

# Une création originale 100% locale !



« Mon petit imagier » est une collection de petits livres ludo-éducatifs conçus pour les petits - mais également les plus grands - pour découvrir, apprendre, se divertir, s'émerveiller tout en s'amusant !

De délicats dessins à l'esprit asiatique viennent illustrer un texte simple et interactif, décrivant les caractéristiques de l'animal évoqué.

Faites plaisir à vos enfants, vos petits-enfants, avec les deux premiers volumes de la collection « Mon petit imagier » et partez avec eux à la découverte des animaux de notre région !



Ces créations originales sont imaginées et réalisées au sein de notre structure, au coeur de l'Auxois, et imprimées en France. Du 100% « Made in chez nous ! »

MADE IN CHEZ NOUS!



couverture souple  
-  
20 pages  
-  
format 15x15 cm.

**5€**  
L'unité



Commandez les premiers imagiers en remplissant et en retournant ce coupon accompagné de votre règlement à :  
Auxois Morvan Magazine - 10 rue de l'Orme - 21150 La Roche Vanneau

M/Mme : \_\_\_\_\_ Tél : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

« Animaux des bois » \_\_\_\_\_ exemplaire(s) au prix de 5,00€ TTC l'unité soit : \_\_\_\_\_ Euros

« Animaux de la ferme » \_\_\_\_\_ exemplaire(s) au prix de 5,00€ TTC l'unité soit : \_\_\_\_\_ Euros

frais de port offerts !



## JE REVIENDRAI A MONTREAL

Par Michel REDERON

Benjamin, Carla, Cédric et Jade sont convoqués à Montréal dans le cadre de la succession d'une mystérieuse Grand-Mère, une aïeule dont, jusqu'à ce jour ils ignoraient totalement l'existence.

Denise la grand-mère, est leur seul lien, car ils n'appartiennent pas au même monde; milieu social, éducation, projets de vie, tous les sépare. Cet héritage, lourd de conséquences, va leur permettre de mieux se connaître et va révéler des secrets qui vont changer leurs comportements. Mais cet équilibre instable va être bouleversé par Aiyana, indienne de la nation Algonquienne qui va leur faire découvrir le Québec et ses paysages grandioses.

Elle leur révélera la face cachée du pays qui l'a vu naître : "la colonisation" des peuples autochtones et leur situation actuelle.

Michel Rederon, né à Avallon, après une vie professionnelle à Semur en Auxois, il vit actuellement à Nîmes où il se consacre à l'écriture. La nouvelle est le genre littéraire avec lequel il s'est fait connaître et qui lui a valu nombre de distinctions.



## LA SUCETTE VERTE

Par Didier CORNAILLE

Cinq lettres à son nom, cinq lettres soigneusement cachées depuis des années dans le secrétaire de sa mère. La première vient de Clovis.

Un nom qui replonge Théo dans ses souvenirs d'enfance presque oubliés.

À douze ans, garçon rêveur et solitaire, il s'est lié d'amitié avec le vieux Clovis qui passe des heures sur un banc public en compagnie de son chien Charly. Installé en ville à la demande de sa famille, Clovis se languit de sa vie au cœur de la campagne morvandelle, dans le hameau de La Poudroie. Il raconte à Théo sa maison au bord de l'étang, le travail à la scierie, les coins à champignons...

Des mots qui résonnent comme une promesse pour Théo, habitué aux tours des HLM. Peu à peu grandit une idée folle : une escapade à La Poudroie. Mais tout ne se passera pas comme prévu...

Un roman sur une belle amitié entre générations et sur la force du désir qui rend les rêves possibles.

### Dédicace :

La Sucette verte de Didier CORNAILLE

Le samedi 02 mars à partir de 10h30

A la Librairie de la Poste

**Librairie de la Poste**  
Cyril LEFÈVRE

Librairie - Papeterie - Maroquinerie - Loisirs créatifs - Beaux Arts - Jouets

8, rue du Bourg Voisin  
21140 Semur-en-Auxois  
**03 80 97 13 72**

librairiepapeterie-c.lefevre@orange.fr  
**Librairie de la Poste**



**Bélier Amour** : changement possible dans la vie sentimentale de certains natifs vers le 22. Un projet de vie à deux pour les uns, une rupture pour les autres. Dans les deux cas, le résultat s'avèrera positif à court terme.

**Profession** : une activité intense vous attend ce mois-ci. Il faudra mener de front plusieurs tâches à la fois, mais cela se passera dans de bonnes conditions.

**Santé** : Il faut absolument vous changer les idées.



**Taureau Amour** : rapports tendus avec un proche à la suite d'une discussion houleuse. Vous ne cédez pas et lui non plus.

**Profession** : autour du 12, vous n'atteindrez pas le but que vous vous étiez fixé. Votre entourage professionnel y est pour beaucoup, mais l'avez-vous tenu suffisamment informé de vos objectifs. Manque de communication.

**Santé** : poids à surveiller.



**Gémeaux Amour** : de petits obstacles entraveront vos projets : manque de moyens financiers ou physiques. Ne vous découragez pas pour autant et persistez surtout le 25.

**Profession** : malgré une activité intense et un entourage plutôt hostile, les semaines ne se dérouleront pas trop mal grâce à votre bonne humeur.

**Santé** : dès ce début de mois, activité sportive nécessaire pour vous muscler et vous détendre.



**Cancer Amour** : Une jalousie extrême de votre part pourrait causer quelques petites tracasseries avec votre conjoint.

**Profession** : une rentrée d'argent inattendue est possible. N'en profitez pas pour faire des dépenses inutiles. Cet argent pourrait vous être nécessaire dans un avenir très proche.

**Santé** : attention à une alimentation trop riche.



**Lion Amour** : vos proches font tout ce qu'ils peuvent pour vous venir en aide. Aussi soyez moins exigeant et sachez plutôt apprécier leurs efforts à leur juste valeur.

**Profession** : ce mois-ci sera prospère et les natifs travaillant dans le domaine artistique seront particulièrement inspirés. Grande créativité et innovation.

**Santé** : ne soulevez pas de charges trop lourdes. Gare aux faux mouvements.



**Vierge Amour** : certains d'entre vous auront tendance à délaisser leur entourage familial pour se consacrer, en égoïste à leurs loisirs personnels. Cette situation ne sera pas tolérée longtemps par vos proches.

**Profession** : un changement dans votre travail vous contrariera autour des 15&16. Malheureusement vous n'aurez pas le choix, il faudra vous adapter rapidement.

**Santé** : les sportifs devront surveiller leur rythme.



**Balance Amour** : ne refusez pas une invitation de dernière minute, vous pourriez le regretter. Une rencontre insolite et très intéressante vous attend à partir du 18.

**Profession** : quelques perturbations dans votre travail. Une mission inhabituelle vous sera confiée et fera office de test. Mettez-y tout votre savoir-faire, cela pourrait s'avérer positif.

**Santé** : prudence si vous prenez le volant le 12.



**Scorpion Amour** : plusieurs touches possibles si vous recherchez un logement. Vous n'aurez que l'embarras du choix.

**Profession** : vous avez la tête remplie d'idées. N'hésitez pas à en faire part à vos supérieurs, certaines pourraient être exploitées rapidement.

**Santé** : bonne forme physique, mais foulure possible le 22 environ.



**Sagittaire Amour** : si vous avez des enfants ou des petits-enfants, l'un d'entre eux vous procurera une grande joie. Surprise !

**Profession** : si vous avez un peu de temps devant vous, profitez-en pour mettre un peu d'ordre dans de vieux dossiers. Vous pourriez y faire des découvertes intéressantes.

**Santé** : natation ou marche bénéfiques pour vous relaxer sur ce 1er trimestre.



**Capricorne Amour** : vous retrouverez des amis que vous aviez perdu de vue depuis plusieurs années. Les souvenirs referont surface pour le plaisir de tous.

**Profession** : ne faites pas vos confidences à n'importe qui. Soyez davantage prudent si vous avez des projets en tête. La discrétion est la base de votre réussite.

**Santé** : méfiez-vous des expositions prolongées aux courants d'air.



**Verseau Amour** : de nombreuses sorties au programme. Des liens amicaux solides se créeront.

**Profession** : une 1ère bonne semaine pour les professions commerciales, puis un peu plus de calme sur la fin du mois. Même si la concurrence est rude, de bons contrats seront signés.

**Santé** : satisfaisante. Cependant une activité sportive serait la bienvenue pour maintenir votre forme.



**Poissons Amour** : un ancien flirt pourrait refaire surface. Avec l'âge vous avez mûri et elle (ou lui) aussi, alors pourquoi pas ?

**Profession** : un coup de collier s'imposera, ces semaines à venir. Un imprévu vous amènera un regain d'activité qu'il ne faudra surtout pas négliger.

**Santé** : manque de sommeil. Il faudrait un peu plus de régularité.

## Sylvie PARIS – Voyance-Conseils & Numérologie & Astrologie en ligne

Tél : 06.79.02.14.64 du lundi au vendredi de 10h-12h à 15h30-18h - www.voyance-sylvie-paris.com

Nombreuses Références. Dernières nominations :

"2016 EUROPE'S BEST PSYCHICS AND MEDIUMS"

by Motto of the American Federation of certified Psychics and Mediums,

BY THE TIMES SQUARE PRESS NEW YORK 2015-2016"

Consulte sur RDV à Cussy-les Forges (Avallon) 1h/80€

Voyance Visuelle par Skype ou WhatsApp 1h/80€,

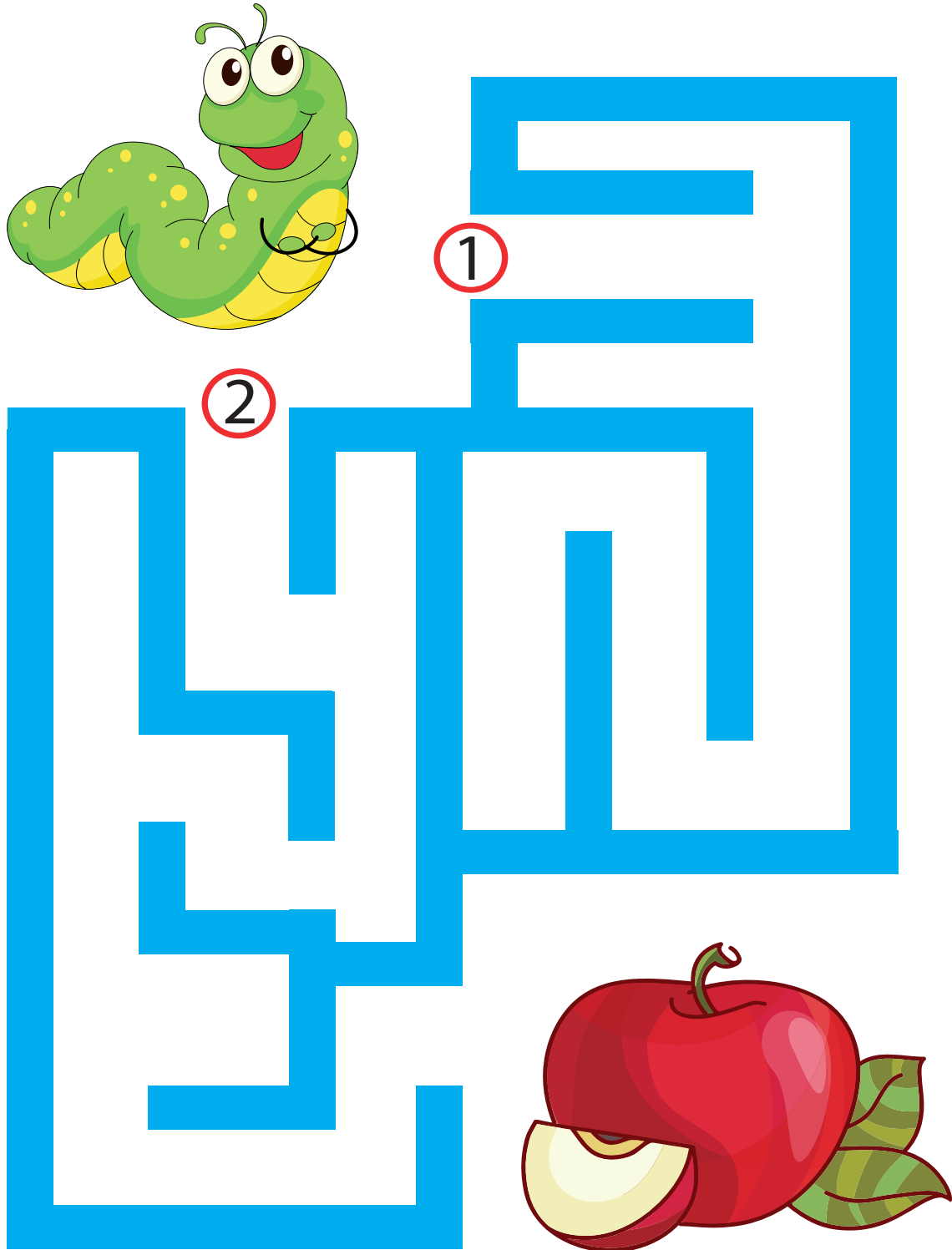
Voyance par Téléphone,

Forfait éco à partir de 15mn/40€ ou 20mn/50€ ou 30mn/80€ (CB sécurisée). Pas de dépassement d'honoraires.

# Labyrinthe

Quel chemin doit prendre le petit ver pour aller manger la belle pomme ?

...



Solution : Attention, ne triche pas !!! :D  
Il devra prendre le chemin numéro 2 !

# Gâteau de crêpes arc-en-ciel

## Ingredients

- 100g de sucre en poudre
- 300g de crème fraîche liquide
- colorant alimentaire
- 150g de mascarpone
- 1 litre de lait
- 330g de farine
- 25g de beurre
- sucre vanillé
- 4 oeufs



Mélangez farine, lait, oeuf et une cuillère à soupe de beurre fondu, (gardez le reste du beurre pour la cuisson)



divisez votre pâte à crêpe en 6 bols.



Versez quelques gouttes de colorant dans chaque bol, de manière à ce que vos pâtes soit bien colorées et de couleurs différentes.



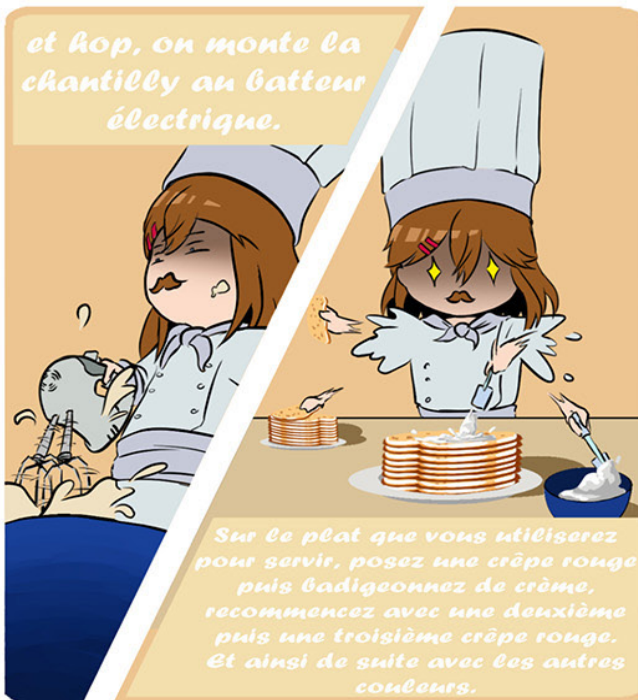
Et c'est parti pour la cuisson des crêpes ! Je vous fant 3 à 4 crêpes par couleurs minimum.



Mettez mascarpone, crème fraîche, sucre et sucre vanillé dans un saladier bien froid.



et hop, on monte la chantilly au batteur électrique.



Sur le plat que vous utiliserez pour servir, posez une crêpe rouge puis badigeonnez de crème, recommencez avec une deuxième crêpe rouge. Et ainsi de suite avec les autres couleurs.



Recouvrez intégralement votre gâteau de chantilly, bords y compris et Bon Appétit !

## CITATION

“Le monde contemporain n'est peut-être pas exactement l'endroit le plus brillant où l'on puisse rêver de vivre. C'est une espèce d'étrange carnaval. Où il y a pas mal de douleur mais qui peut-être assez drôle aussi.”

- 1/ Woody Allen 2/ David Lynch  
3/ Dustin Hoffman 4/ Orson Welles

## SUDOKU

	6							2
		9			3	4		
3					1		7	
		2				7	6	
	8		7			5		
			5	8			2	
		7				3		
8		5				1		
			3	6				

## QUIZ DEGUISE

Que signifie Carnaval en latin ?

- Se déguiser  Oter la viande  S'amuser

Que fait-on au soir de mardi gras ?

- On brûle sa majesté Carnaval  
 On va au bal costumé  On mange un festin

Au Moyen Age comment fêtait-on Mardi gras ?

- On se déguisait en bouffon et en âne.  
 On s'aspergeait d'eau, œufs, farine et purin.  
 On mangeait une soupe et hop au lit .

Comment s'appellent les carnavaliers de Binche en Belgique ?

- Les Pierre  Les Jacques  Les Gilles

Que jette t'on au carnaval de Dunkerque ?

- Des harengs  Des crevettes  Des sardines



## LE CHEF D'OEUVRE



Cette œuvre représente une ville célèbre pour son carnaval. De quelle ville s'agit-il ?

- 1/ Nice 2/ Rio de Janeiro 3/ Venise 4/ Cadix

## BLAGUE

Un couple est invité à une soirée costumée, au moment de partir la femme prétexte une violente migraine, et dit à son mari d'aller seul à la fête. Le mari enfile alors son déguisement et s'en va, tandis que la femme va se coucher. Après avoir dormi un peu, elle se réveille en pleine forme et décide alors d'aller rejoindre son mari, mais étant soupçonneuse, elle se dit qu'elle va le surprendre en se déguisant avec un autre costume que celui qu'elle avait prévu. Dès son arrivée, elle repère son mari dansant avec une fille, puis encore une autre, Elle veut en savoir plus, et voir jusqu'où il est capable d'aller. Dans la cohue, elle l'aborde et l'invite à danser. Sans la reconnaître, il lui susurre à l'oreille qu'ils pourraient s'isoler un petit peu, ce qu'ils font en allant directement faire l'amour dans un recoin de la salle. L' affaire faite, la femme s'en va précipitamment et rentre chez elle, Le mari rentre un peu plus tard, et sa femme l'attend fermement derrière la porte...

- Alors ! Comment était la fête ?  
- Ce n' était pas drôle sans toi chérie. Répond il.  
- Je ne te crois pas, je suis sûr que tu as bien rigolé !  
- Non je t'assure. Quand je suis arrivé, il n'y avait pas d'ambiance, alors avec quelques gars qui étaient là, on a décidé d'aller jouer aux cartes au bistrot voisin...  
- Par contre, j'ai passé mon costume à un ami qui n'en avait pas, et il m'a téléphoné pour me remercier, il est tombé sur une coquine et crois-moi, il paraît qu'il s'est bien amusé lui !

## SOLUTIONS

Citations : David Lynch.  
Chef d'œuvre : Venise.  
Quiz déguisé : Oter la viande, On brûle sa majesté Carnaval, On s'aspergeait... Les Gilles.  
Des harengs.

5	6	1	4	9	7	8	3	2
2	7	9	6	8	3	4	5	1
3	4	8	2	5	1	6	7	9
4	5	2	1	3	9	7	6	8
9	8	3	7	2	6	5	1	4
7	1	6	5	4	8	9	2	3
6	2	7	8	1	4	3	9	5
8	3	5	9	7	2	1	4	6
1	9	4	3	6	5	2	8	7



## Que faire pour une Saint-Valentin geek ?

**B**on alors tout de suite, ne commencez pas à brailler « beuarrgh la Saint-Valentin, c'est nul, c'est commercial, nous les geeks on a pas besoin de ça ! » Et si on la rebaptisait la « Saint-Mario » ou la « Saint-Link » et en profiter pour se retrouver un peu en couple en dehors du cercle des potes geeks et ce sans céder à la tyrannie du grand capital ?

Alors voilà quelques idées de trucs sympas à faire, pas coûteux et pas difficiles à organiser pour une Saint Valentin geek :

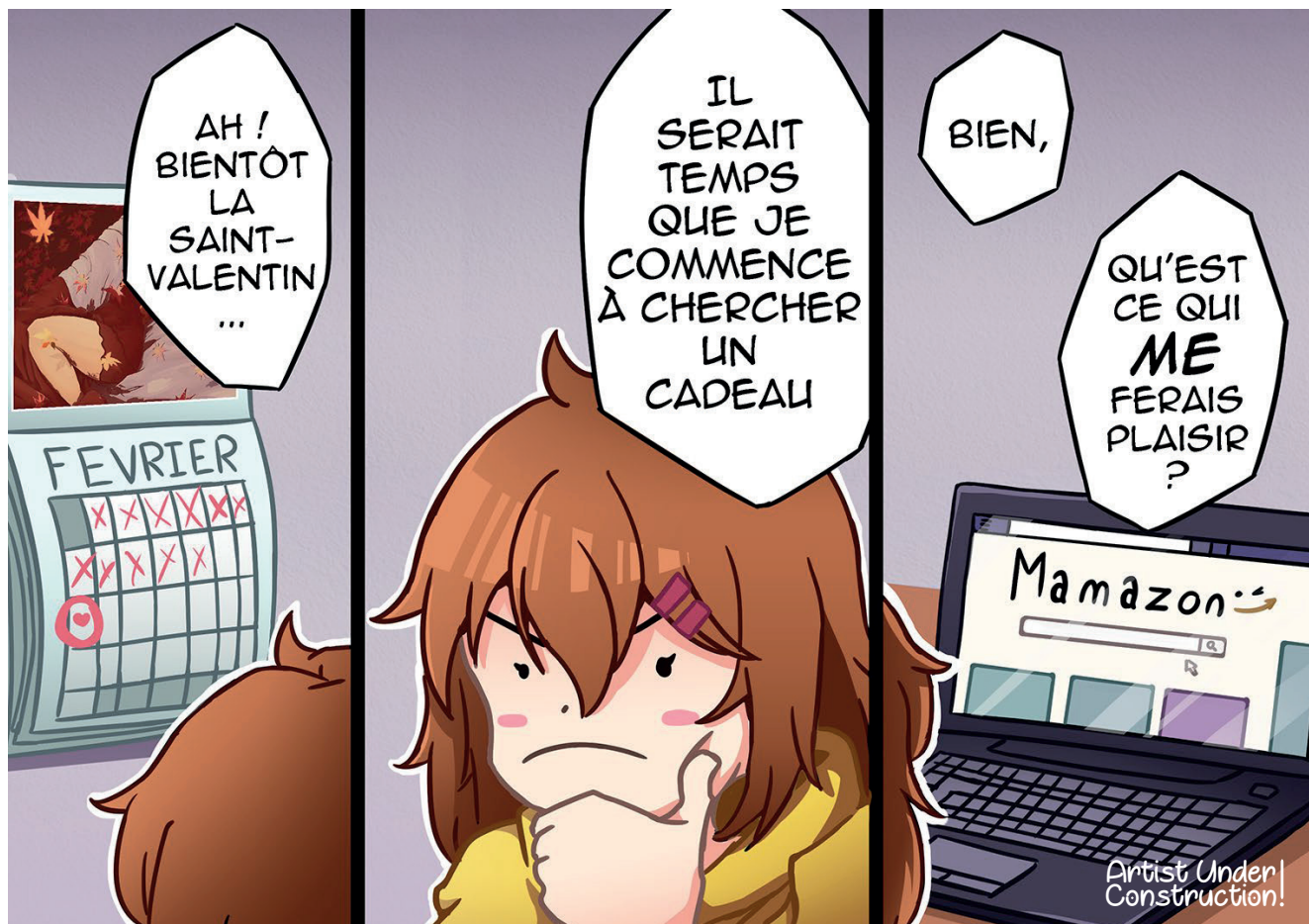
- Un pique-nique d'intérieur : faites une cabane avec les canapés et des couettes, prévoyez quelques films d'anthologie, cuisinez des trucs faciles et bullez sous les lumières tamisées !

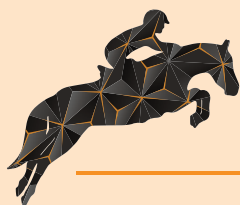
- Organisez une chasse au trésor sur un thème qui vous est cher (Indiana Jones ? Assassin's Creed ? ...), choisissez 5 à 10 endroits où planquer des indices et des énigmes et faites la chasse ensemble en prenant quelques photos souvenirs !

- Prévoyez une soirée bien chiante et bam ! surprise ! Exemple : vous l'avez saoulé(e) pour aller voir un film français au cinéma et sur le trajet, on s'arrête par surprise dans une salle d'arcade pour jouer jusqu'au bout de la nuit !

- Faites sauter le disjoncteur et passez la soirée à la bougie à manger des boîtes de conserve en mode survie car il y a des zombies dehors et finir sur un bon vieux film qui fait flipper !

Et ce ne sont que quelques idées inspirées de nos copains de geek-powa ! (Merci à eux) A vous d'en inventer d'autres !





# Ecurie des Fontenelles

siret : 8835321780026

Bonjour !

L'Écurie des Fontenelles vous propose plusieurs prestations :

## - Pension pré

Vie en troupeau, foin l'hiver, eau à volonté, grain si besoin.  
Visite des prés plusieurs fois par jours, changements de couvertures l'hiver.  
150€ / mois

## - Pension débouillage ou travail

Vie au pré en troupeau, foin l'hiver, eau à volonté, grain si besoin.  
Visite des prés plusieurs fois par jours, changements de couvertures l'hiver.  
2 à 5 séances/jour en fonction des besoins du cheval. 350€ / mois

## - Déplacement à domicile

Chez vous ou dans vos écuries. Professionnel ou particulier.  
Travail sur le plat, à l'obstacle, en balade, ou à pied.  
Pour chevaux de sport et de loisir. 30€ / séance

## - Horse sitting

Vous avez besoin de quelqu'un de confiance pour s'occuper de vos chevaux le temps d'une absence ?  
Je suis disponible pour m'occuper de vos chevaux, vos écuries. Nourrir (foin, grain, eau) curer les box ou abris, mettre et enlever les couvertures, faire les soins, vérifier les clôtures... Tarifs en fonction de la distance

## - Transport

Vous cherchez un transport car vous avez trouvé votre moitié, vous souhaitez déménager votre cheval...  
Transport sécurisé avec caméra de surveillance dans le van, foin pour le transport. 0,40 € du km.

## -Location van 2 places

Plancher alu refait à neuf. Permis BE obligatoire. Location demi-journée 30 €. Location journée 50 €.



@ecuriedes\_fontenelles



Eléa Levitte, cavalière pro.

06 40 70 97 46

La Roche Vanneau (21150)

elea.levitte@orange.fr