

Le Journal de marseille



70.500 exemplaires

distribués dans toutes les boîtes aux lettres sauf avec STOP-PUB

JUILLET 2023 n° 181

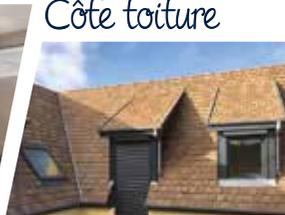


Du professionnel au particulier en Alsace Centrale
Retrouvez les marseille sur www.lejournaldemarseille.fr





Côté feu



Côté toiture

Page 2

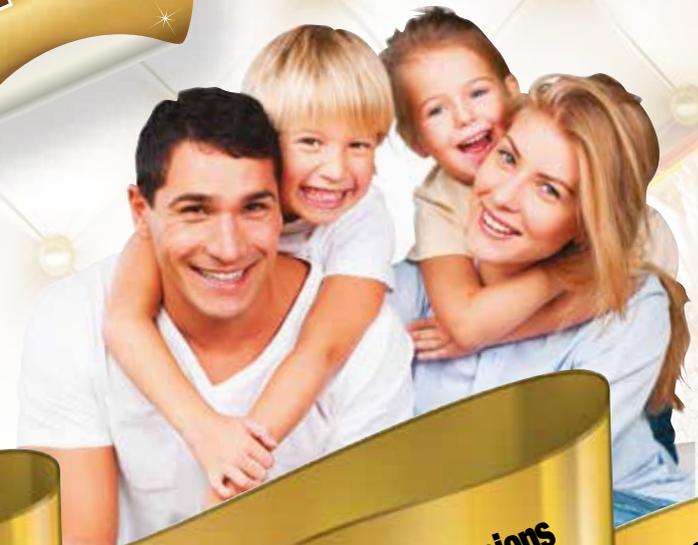
03 89 49 94 76 • www.cheminette.fr

ZIMMERMANN

Fabricant Alsacien de literie

DEPUIS 1934





- Vente directe à l'usine
- Toutes dimensions possibles
- Conseils d'un spécialiste
• Qualité, prix

(1) Durant la période légale, sur articles indiqués en magasin, dans la limite des stocks disponibles. Soldes non cumulables avec d'autres promotions.



ZIMMERMANN

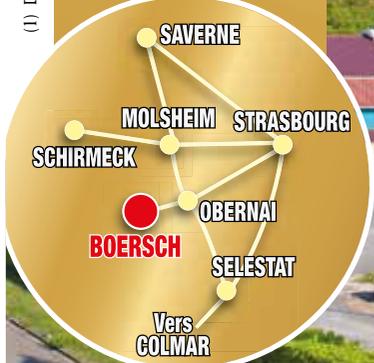
Zone Artisanale
3, rue de la Fontaine
67530 BOERSCH
(près d'Obernai)

03 88 95 89 31

www.zimmermannliterie.fr

**Ouvert du lundi
au samedi :**
de 8h30 à 12h00
& de 13h30
à 17h30

RC SAVERNE B 324 310 838



Notre savoir faire à votre service

Côté feu



- Cheminée
- Poêle à bois
- Poêle à pellets



- Conduit de fumée
- Tubage

Côté toiture



- Charpente
- Couverture
- Zinguerie



- Fenêtre de toit
- Étanchéité



Zone d'activités - rue des Alpes · 68127 **NIEDERHERGHEIM**

Tel 03 89 49 94 76 · Fax 03 89 49 95 48 · www.cheminette.fr

DEVIS
GRATUIT



Mes conseils pour les jambes lourdes en été

Qui dit chaleur dit jambes lourdes pour certains ! Cela concerne plus les femmes que les hommes, mais ils ne sont pas épargnés pour autant.

De quoi s'agit-il quand on parle de jambes lourdes ?

C'est le retour veineux vers le coeur qui est insuffisant. Le sang stagne au niveau des jambes, ce qui entraîne une gêne, des douleurs, des démangeaisons, des fourmillements suivant les cas.

Tout d'abord, je vous conseillerais, par précaution, d'aller consulter votre médecin traitant pour qu'il pose son diagnostic et pour ne pas passer à côté de quelque chose de plus grave.

Les causes de cette insuffisance veineuse peuvent être : la chaleur (qui dilate les veines), la position debout prolongée, le surpoids, l'hérédité, le piétinement, les règles (les jours d'avant ou pendant), la grossesse (qui comprime les veines des jambes).

Que pouvez-vous faire pour plus de confort ?

Si vous êtes concerné(e) on vous a sûrement déjà conseillé(e) la marche, le jet d'eau froide en remontant le long des jambes, les jambes surélevées contre un mur, les bas de contention.

Voici d'autres conseils « naturo » qui pourront vous soulager également : Marcher 20 minutes si possible 30 minutes par jour. N'oublions pas notre système lymphatique qui a son rôle dans cette problématique. La lymphe n'a pas de pompe comme le sang, il faut donc l'activer. C'est la contraction musculaire qui va le faire, d'où l'importance de se mettre en mouvement. Faire des brossages à sec avant la douche sur une peau sèche. Commencez par le bas des jambes en mouvements circulaires, remontez les jambes et dirigez le mouvement vers la région de l'aîne. Choisissez une brosse ni trop dure ni trop douce (ne pas faire sur une peau blessée ou sur des varices). Les massages comme le drainage lymphatique manuel et la réflexologie plantaire sont très efficaces. Si vous ne pouvez pas vous offrir ces services, massez-vous vous-même ou demandez à une proche de le faire. Le résultat ne sera pas aussi probant mais cela vous apaisera un peu. Evitez de croiser les jambes et de

porter des vêtements serrés. Vous êtes debout très longtemps dans la journée ? Mettez-vous sur demi-pointes plusieurs fois pour relancer la circulation lymphatique. Le soir en rentrant, en position assise, faites rouler une petite balle (style tennis) sous la plante de vos pieds.

Concernant l'assiette :

Mangez beaucoup de légumes et de fruits et suffisamment de protéines (viande blanche, poisson, oeufs, fromages de qualité, céréales et légumineuses). C'est la saison, faites la part belle aux pastèques. Mettez sur les avocats, les amandes, les maquereaux, les sardines, les pommes de terre, les abricots secs, les figues séchées et les bananes.

Le potassium qu'ils contiennent vous sera utile. Les aliments contenant des omega 3 seront conseillés : les huiles végétales bio de première pression à froid, à ne surtout pas chauffer (lin, cameline, colza) et les petits poissons gras comme les sardines, maquereaux, harengs (oui encore eux!). Pour les compléments alimentaires à base d'omega 3, renseignez-vous bien il y a des contre-indications.

Les aliments à limiter fortement sont la charcuterie, le pain blanc, les sauces industrielles, les cubes bouillon. Ayez la main très légère sur le sel et l'alcool bien sûr.

Boire beaucoup contrairement à ce que certaines pensent, il faut boire. La phytothérapie (vigne rouge, mélilot, marronnier d'Inde) et la gemmothérapie peuvent être d'un grand soutien. Attention aux contre-indications, consultez votre naturopathe pour être sûr(e).

Petite astuce bien-être, si vous avez une crème prescrite par votre médecin, mettez-la au frais : Sensation fraîcheur garantie !

Je peux vous recevoir pour une séance de réflexologie plantaire ciblée, pensez-y.



Delphine PIERRON

Consultations de naturopathie et séance de réflexologie plantaire sur rendez-vous. Certifiée en accompagnement naturopathique complémentaire de l'endométriose. Accompagnement « Fertilité au naturel » 11 rue Dorette Muller - 67190 MUTZIG - Le cabinet est aussi ouvert le samedi matin.

06 73 34 62 43 - delphinepierron@sfr.fr - www.delphinepierron.co
(possibilité de prendre rendez-vous en ligne)

f : Naturopathie & Réflexologie Plantaire Delphine Pierron

À **HUTTENHEIM** *Au calme dans un secteur pavillonnaire*
la **RÉSIDENCE**

RE 2020
RÈGLEMENTÉCHOS ENVIRONNEMENTAUX

Les Passereaux

Prêt à Taux Zéro%



NOUS CONSTRUISONS POUR VOUS

18 SUPERBES APPARTEMENTS 2 ET 3 PIÈCES

LARGE TERRASSE ou JARDIN exposés SUD

Garage, parking voiture + vélo
Stationnement pré-équipé IRVE



Accès sécurisé par visiophone



Près de BENFELD

MAISON + DÉPENDANCE

106m², salon/séjour, cuisine, 3 ch, grenier aménageable, dépendance, jardin, cour, **5,01 ares**, dpe F
184 00,00€ Hono charge vendeur



Près de SELESTAT

MAISON D'HABITATION 4/5 PIÈCES

168m², salon/séjour, 5ch, c. équipée sous-sol complet, cour, dépendance, piscine, jardin, **10,73 ares**, dpe D
357 000,00€ Hono charge acquéreur



BENFELD Centre

IMMEUBLE MIXTE DE RAPPORT

643m², 2 locaux commerciaux, 3x2P, 3x3P, 2x4P, 6 caves, 3 gges, 10 pkgs
Loyers annuels : 59 820€
1 100 000,00€ Hono charge vendeur



BENFELD

APPARTEMENT 3/4 PIÈCES LOUE

84m², salon/séjour, cuisine, 2 ch, garage, cave, dpe D, LOUE 600€ HC
AU CALME AU BORD DE L'EAU
160 000,00€ Hono charge acquéreur

DANS LE CADRE DE NOS ACTIVITÉS DE PROMOTION IMMOBILIÈRE ET D'AMÉNAGEMENT FONCIER,

NOUS ACHETONS PAIEMENT COMPTANT

TERRAINS MÊME NON VIABILISÉS, MAISONS ET CORPS DE FERME



Près de RHINAU

PAVILLON 7/8 PIÈCES AU CALME

147m², salon/séjour/c. équip 44m², 6 chambres, salle de bains, garage, cave, cour, jardin, **6,18 ares**, dpe F
251 000,00€ Hono charge acquéreur



Près de BENFELD

PAVILLON 7/8 PIÈCES AU CALME

137m², salon, séjour, cuisine, 3 ch, 2 sdb, c. aménageables, ss-sol, cour, dépendance, jardin, **12,64 ares**, dpe E
382 00,00€ Hono charge acquéreur

Les fleurs de Bach pour lutter contre le stress

Insomnies, nervosité, irritabilité, problèmes intestinaux... Voici une liste non exhaustive des conséquences directes du stress. De nos jours, neuf Français sur dix - majoritairement des femmes - déclarent être stressés au quotidien, et dans la plupart des cas, il y a des répercussions sur leur santé physique et mentale. Et si les fleurs de Bach pouvaient aider à soulager ce mal moderne ?

Origine et composition

Les fleurs de Bach doivent leur nom au médecin, bactériologiste et pathologiste britannique Edward Bach. Dans les années 1930, il s'intéresse à l'homéopathie et recense trente-huit fleurs qu'il classe en sept catégories, selon les émotions sur lesquelles elles agissent : la solitude, la tristesse, la sensibilité, le souci, l'incertitude, le manque d'intérêt, la préoccupation excessive, etc. Selon lui, chacune des trente-huit fleurs agit sur une humeur bien particulière et permet de canaliser les angoisses et l'agitation. Le principe est de puiser dans le potentiel de chaque fleur une énergie positive pour contrecarrer le négatif et rétablir un équilibre émotionnel. Le corps libéré du stress est alors plus fort pour lutter contre les symptômes physiques.

Composition et posologie de ces élixirs floraux

Les fleurs de Bach sont fabriquées à partir de fleurs, de fleurs d'arbres et de fleurs de plantes sauvages. Elles sont conservées grâce à un pourcentage d'alcool présent dans leur composition.

Les solutions étant très concentrées, quelques gouttes suffisent. En cas de stress passager, vous pouvez diluer 2-3 gouttes du remède choisi dans un verre d'eau ou les placer directement sur la langue, jusqu'à 4 fois par jour, pendant quelques jours.

En cas de stress chronique, vous pouvez faire une cure de 3 semaines en diluant 3-4 gouttes dans une bouteille d'eau, dans laquelle vous boirez toute la journée.

On peut choisir de prendre une seule fleur ou de faire un mélange, en veillant cependant à ne pas mélanger plus de sept fleurs maximum.

Le top 10 des Fleurs de Bach

Parmi les trente-huit remèdes floraux, voici les plus plébiscités.

1. L'Étoile de Bethléem

Aide à surmonter les épreuves et calmer les troubles psychosomatiques. Facilite l'entrée dans un processus de guérison intérieure et d'apaisement.

2. Le Noyer

Aide à s'adapter aux nouvelles situations et affronter les grands changements, comme un déménagement par exemple. Permet de passer les grandes étapes de la vie (puberté, ménopause...).

3. L'Hélianthème

Aide à surmonter les peurs paniques, les terreurs, les cauchemars et les traumatismes (liés à un accident ou une catastrophe naturelle par exemple)

4. Le Mélèze

Recommandé pour les personnes qui se découragent facilement, qui manquent de confiance en eux et souffrent d'un sentiment d'infériorité.



le-confort.com
CLIMATISATION REVERSIBLE

votre artisan confiance depuis plus de 30 ans

Cet été dormez au frais
Cet hiver vivez au chaud

Pensez climatisation
réversible 06 67 888 992



*Voir conditions en magasin - Siret n° 49400208200019

INSTALLATION SUR TOUTE L'ALSACE Devis gratuit



traumwäsche

JUTTA SCHLESINGER

Dessous - Lingerie fine
Collection Bain

Rohanstr. 14 - D-77955 ETTENHEIM
Tél. 0049 78 22 13 55

Courriel : traumwaesche-schlesinger@online.de
www.traumwaesche-schlesinger.shop

Vêtements

KNOPF

A partir du 10 mai 2023

IMPORTANTES DÉMARQUES

AVANT FERMETURE

TOUT DOIT DISPARAITRE !

PRIX SACRIFIÉS

SUR LE PRÊT-À-PORTER HOMME & FEMME

10, rue du Gal de Gaulle à **BENFELD** - **03 88 74 43 26**

MAR-VEN 9h-12h / 14h15-18h30 **SAM** 9h-16h

© JDM Editions

A partir du 10 mai 2023 - N° de la liquidation 01/2023

Christine DÉCORATION
TAPISSIÈRE DÉCORATRICE

Tapissière - Décoratrice
www.decoration-christine.fr



Rideaux, voilages, stores, moustiquaires

Coussins, tête de lit et jeté de lit

Rénovation : fauteuils et canapés

Papier-peint, tapis, luminaires

Conseils déco et installation



UNIQUEMENT SUR RdV

christine.losser@wanadoo.fr

06 67 40 55 55 • 4 impasse des Charmes - NORDHOUSE

Le Retour

MAISON ROUGE

Habilleur

Depuis 1975

SOLDES

~~40%~~

~~20%~~

-50%

Sur TOUT

TOUT le MAGASIN*

~~30%~~

- | | | |
|-------------------|-----------------|-----------------|
| ■ GERRY WEBER | ■ PAUSE CAFÉ | ■ ETERNA |
| ■ FRANK WALDER | ■ GEOX | ■ MEN'S |
| ■ SOMMERMANN | ■ BARBARA LEBEK | ■ CAMEL ACTIVE |
| ■ BETTY BARCLAY | ■ BUGATTI | ■ MEYER HOSEN |
| ■ CHRISTINE LAURE | ■ PIERRE CARDIN | ■ LEE COOPER... |

RAYON SPÉCIAL CÉRÉMONIES ET GRANDES TAILLES

15 rue Westrich - ZI Nord · **SELESTAT** · **03 88 92 02 27**

à côté de Picard, **Grand parking GRATUIT**

Lundi 14h-18h³⁰ • Du mardi au vendredi de 9h-12h/14h-18h³⁰ et samedi 9h-12h/14h-18h

* A partir du 28/06/23 et jusqu'au 25/07/23, selon la loi en vigueur ©JDM Editions

au bon conseil

Caviste indépendant et passionné

Pus de 1 200 références sur 400m²

- Eaux, bières et boissons diverses en verre consigné
- Vin et Alcool
- Location de tireuses à bières
- Tout pour la tarte flambée

Chez nous, vous trouverez tout pour la tarte flambée

P 11 Rue du Commerce (à Côté du Lidl) • **ESCHAU**
03 88 77 99 69 • www.au-bon-conseil.fr

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération - ©JDM Editions/edith - Siret 30196798000063

GM DECO
Tapis de pierre intérieur, extérieur, béton ciré, peinture sablée, résine

Avant	Après

Devis Gratuit

11 rue de la Forêt • 67230 HUTTENHEIM
06 08 07 12 32

Siret n° 829 221 951 00017

AUDITION GEIGER

DÉPISTAGE AUDITIF GRATUIT*
*acte non médical

ESSAI D'APPAREILLAGE AUDITIF GRATUIT PENDANT 1 MOIS*
*sur prescription médicale

ENTRETIEN ET NETTOYAGE DES AIDES AUDITIVES

OFFRE 100% SANTÉ

Retrouvez votre audioprothésiste de proximité à Benfeld

AUDITION GEIGER

Laura Geiger AUDIOPROTHÉSISTE DIPLÔMÉE D'ÉTAT
 2 Place de la République • **03 90 57 95 28** Prenez RDV sur **Doctolib**

plume-graphique.fr

Suite de la page 4

5. Le Marronnier blanc

Conseillé pour apaiser le mental des personnes préoccupées qui se posent trop de questions. Traite le mal-être et permet d'avoir les idées plus claires.

6. Le Hêtre

Destiné aux perfectionnistes et aux personnes ayant un sens critique trop développé, qui font preuve d'arrogance, d'intolérance et ne voient que le côté négatif des choses.

7. Le Chêne

Destiné aux personnes qui luttent pour aller bien, ou pour assumer le quotidien, et dont la vie est un combat permanent.

8. La Bruyère

Permet d'éviter le sentiment de solitude et aide à s'ouvrir aux autres.

9. La Moutarde

Permet de surmonter sa mélancolie ou sa tristesse, et de retrouver sa joie de vivre grâce à un sentiment de réconfort et de sérénité.

10. Rescue

Ce remède est le plus connu de tous. Cinq fleurs entrent dans sa composition : l'Hélianthème, l'Impatience, le Prunier Myrobolan, l'Étoile de Bethléem et la Clématite. Il s'agit d'un tout-en-un à prendre dans les besoins urgents de lâcher-prise, de situation stressante et angoissante.

Que dit la science ?

Initialement, les fleurs de Bach étaient commercialisées exclusivement par correspondance ou dans les magasins de produits naturels. Elles sont désormais disponibles en pharmacie.

A ce jour, en France, aucune étude scientifique médicale n'a permis d'établir une efficacité thérapeutique des fleurs de Bach. Toutefois, de plus en plus de personnes s'intéressent aux médecines douces, et de nombreuses études cliniques vantent les mérites de ces élixirs floraux, donc la renommée n'est plus à faire, tant les témoignages positifs sont nombreux.

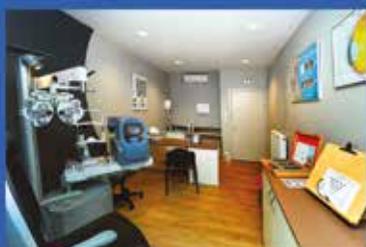
N'hésitez pas à consulter un conseiller agréé pour un choix judicieux de vos fleurs. Soyez bien conscient que le conseiller en fleurs de Bach n'est ni un médecin ni un psychologue, et que cela ne remplace en rien un suivi médical en cas de pathologie.

Voyez plutôt cela comme une thérapie douce, un accompagnement vers le mieux-être !



LES OPTICIENS KRYS ERSTEIN

BACK TO SUN



Krys™

Le style à partir de

19€*

La confiance vous va si bien

Back to sun = Le retour du soleil. * Prix de vente TTC conseillé en magasin (montures solaires uniquement), 20/04/2023. Mesures portées: SKJ2314 - A 402 / 196, SKJ2323 - F 155 / 606. Crédit photos: LUBOVIC ISMAEL, KGS RCS Versailles 431 300 188.

3 rue Mercière • ERSTEIN

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 19h • Le samedi de 9h à 17h

TOP CERAM

CARRELAGE - SANITAIRE - BAIN

TRAVAUX D'ÉTÉ

DE -20% à -50%

SUR LE SANITAIRE ET LES MEUBLES SALLES DE BAINS

JUSQU'À -60%

SUR DES CENTAINES DE M2 DE CARRELAGES SOLS ET FAÏENCES MURALES

A PARTIR DU 28 JUIN 2023

Selon affichage en magasin et sur www.top-ceram.fr

14, rue de la Maison Rouge Z.I. Nord • SELESTAT • 03 88 82 98 11

www.top-ceram.fr



Photo non contractuelle © JPM Editions

CYCLES SCOOTERS 67

Ventes & réparations du vélo à la moto

ERSTEIN

Votre spécialiste du vélo électrique et traditionnel dans le Ried

BOSCH



SOLDES

Du 28 juin au 25 juillet 2023

-20%

-15%

-25%

Nouvelle marque de Vélo



Rieju du 50cc au 125cc



Scooter SYM du 50cc au 500cc



SOLDES sur l'équipement du motard* (casques, gants, vestes...)

-30% -40%



29a avenue de la Gare • 03 88 98 13 13

www.cyclescoots67.fr



OUVERT du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h30
Samedi en NON STOP de 9h à 17h



MICHEL RENOV'

www.michel-renov.fr

- COUVERTURE
- ZINGUERIE
- ISOLATION
- GOUTTIÈRES
- LAVAGE TOITURE
- DÉMOUSSAGE
- RECIMENTAGE FAÏTIÈRE
- HABILLAGE CHEMINÉE
- AMÉNAG. DES COMBLES
- PLANCHER COMBLES
- TRAITEMENT CHARPENTES
- TRAITEMENT DES SOLS
- ASSÈCHEMENT DES MURS
- BARDAGE



Devis gratuit

Garantie décennale

Hydrofuge coloré ou incolore pour toiture



11, rue de la Forêt **HUTTENHEIM**
tél. 03 88 92 62 86 - 06 08 07 12 32

site : 512 053 109 00025

les Bons gestes de marseille

Cot cot cot, cette année, j'adopte des poules !

Vivre à la campagne, et pouvoir chercher des oeufs frais dans son jardin tous les matins, ça n'a pas de prix... Il suffit d'acheter des poules, direz-vous...

Mais avant de craquer pour les beaux yeux et les plumes soyeuses de quelques gallinacés, assurez-vous d'être prêt(e) à les adopter pour les cinq, voire les dix prochaines années !



Les avantages d'avoir un poulailler...

Quand on est en zone rurale, élever des poules pondeuses dans son jardin présente des avantages certains :

- Elles donnent des oeufs frais quasiment tous les jours
- Elles éliminent les insectes nuisibles et les limaces
- Elles participent à l'écologie en se nourrissant des restes des repas (bouts de pain, épluchures de légumes, fruits, etc.)
- Elles mangent les mauvaises herbes
- Leurs fientes peuvent servir d'engrais naturel pour le potager
- De manière générale, elles sont particulièrement conciliantes avec les enfants.

... Et les quelques inconvénients

Il y a quand même quelques ombres au tableau.

Si vous n'avez pas mis en place une cloison entre votre poulailler et votre potager, vos poules risquent de picorer vos plantes et votre gazon, et de les détruire. Les attaques de renards, fouines, belettes ou rapaces sont une autre contrainte quand on a des poules. Il n'est pas rare de voir tout un élevage se faire massacrer si l'enclos n'est pas bien fermé.

D'autre part, si vous partez plus de 3-4 jours, il faudra penser à demander à quelqu'un de prendre soin de vos poules, de leur nourrir, remplir leur abreuvoir d'eau et nettoyer le poulailler.

Concernant l'espace à leur dédier, selon la race de la poule, il faut compter entre 0.5 et 1.5 m² par tête pour un poulailler avec toit, l'endroit où elles dorment la

L'ARTISAN DU RIED

à votre service depuis plus de 20 ans !

M. Ruhlmann Samuel

ENTRETIEN - NETTOYAGE

Nettoyage de toitures, pavage, gouttières, murets, etc...

PEINTURE - RENOVATION

Ravalement de façades, lasure sur boiseries, peinture sur toitures, crépissage murets

AMÉNAGEMENTS EXTERIEURS

Pose de clôtures composite, grillage, bois, murets, dallage, bordures, graviers, petite maçonnerie etc... etc...

Contactez-nous pour plus de renseignements

17 rue du Commerce • **SUNDHOUSE**

03 88 92 24 71 • **06 79 47 79 05** • www.lartisansduried.fr

Siret : 412 820 908 000 19 • ©JDM Editions/Edim

ETS **PFEFEN** SARL
CasaFloor France

LE SPÉCIALISTE DU RECouvreMENT

Escaliers intérieurs

Escaliers extérieurs

Plan de travail

Sols, douches



Membre du réseau **PLUS que PRO**

68320 MUNTZENHEIM - www.pfefen.fr

Tél. 06 50 13 41 58



© JDM Editions

nuit. Mais ce n'est pas tout : il faut également prévoir un enclos autour de ce poulailler, car chaque poule a besoin d'une surface d'au minimum 10 m² pour se dégourdir les pattes et picorer à sa guise.

Et que dit la réglementation ?

Certaines règles relatives à l'installation d'une basse-cour doivent être respectées. Elles concernent aussi bien les nuisances que les obligations vis-à-vis des autorités locales. Si vous êtes locataire, il est conseillé d'obtenir l'accord de votre propriétaire. Si vous prévoyez d'avoir un coq dans votre poulailler, demandez également l'avis à vos voisins. Ce n'est pas interdit, mais le chant du coq peut être considéré comme un trouble du voisinage s'il se produit tout au long de la journée. Si les bruits du coq persistent et que les voisins portent plainte, vous risquez une amende pouvant aller jusqu'à 450 €. Il faut également veiller à entretenir le poulailler régulièrement pour éviter les mauvaises odeurs.

Concernant la surface du poulailler au sol, si elle est égale ou supérieure à 5 m², il faut effectuer une déclaration de travaux à la mairie ; si elle dépassé 20 m², il vous faudra obtenir un permis de construire.

Et mes oeufs, je les déguste sans crainte ?

Quelles que soient les saisons, ramassez vos oeufs quotidiennement, car le temps de conservation des oeufs démarre dès la date de ponte. Vérifiez qu'ils ne sont pas fissurés ; des bactéries de type salmonelle risqueraient de s'y développer. Ne consommez pas des oeufs endommagés.

L'oeuf est considéré comme extra frais les neuf jours qui suivent la ponte. Notez au crayon à papier la date de la ponte sur la coquille. Vous pouvez conserver vos oeufs jusqu'à trois semaines environ. Conservez-les dans une boîte à oeufs en carton propre, à température ambiante. Placez-les au réfrigérateur lorsque la température ambiante dépasse les 20 °C. Ne mangez pas un oeuf à la coque le jour de sa ponte, car la coquille restera collée à l'oeuf.



Et si j'ai un doute sur la fraîcheur de mes oeufs ?

En cas de doute, plongez-le dans un verre d'eau. Un oeuf frais coule alors qu'un oeuf pourri ou trop vieux flotte. S'il est entre les deux niveaux, consommez le rapidement après l'avoir bien fait cuire. Bon appétit !



160 magasins en France

ESPACE

revêtements

DEPUIS 1981

DECOMUR & SOL

Venez profiter des

SOLDES

du 28 juin au
25 juillet 2023

du CHOIX, du CONSEIL et des PRIX !

Peinture MATE, VELOUTÉ / LASURES, VERNIS, CHAUX

• Crépis • Papier peint • Enduits • Béton • Texture à peindre • Peinture • Sol PVC

• Moquette • Sol naturel • Parquet massif • Stratifié

PAPIER PEINT TENDANCE ET UNIS / Rideaux



Venez découvrir
nos Nouvelles
Tendances ...

MÉTRÉ sur CHANTIER
(gratuit, SANS ENGAGEMENT)

SERVICE Pose sols

POSE OFFERTE* POUR 1€

*voir conditions en magasin



16, rue de l'Industrie Z.I. nord • **SÉLESTAT** • 03 88 82 82 21
fax : 03 88 82 87 01 • decomuretsol@wanadoo.fr

5 recettes de glaces maison sans sorbetière pour se régaler tout l'été
Il fait chaud ? Découvrez notre sélection de recettes de glaces maison, sans sorbetière. Simple et économique, cette méthode vous permet de créer de délicieuses glaces vous-même avec des ingrédients que vous possédez généralement chez vous. De quoi se régaler, à moindres frais.

Qui peut résister à une **délicieuse glace maison** par une chaude journée d'été ? **Nul besoin de sorbetière** avec ses cinq recettes de glaces simples à réaliser chez vous. Des glaces non seulement moins chères que celles du supermarché, mais aussi meilleures pour la santé, car vous êtes en mesure de contrôler l'intégralité des ingrédients.

Glace au chocolat facile

Commençons par un classique : **la glace au chocolat maison !**

Ingrédients :

- 200 g de chocolat noir
- 400 ml de lait concentré sucré
- 500 ml de crème fraîche épaisse



Préparation :

Faites fondre le chocolat au bain-marie. Ajoutez le lait concentré et mélangez jusqu'à obtenir une consistance lisse. Laissez refroidir, puis ajoutez la crème fraîche et mélangez. Versez le mélange dans un récipient hermétique et laissez prendre au congélateur pendant 6 heures en remuant toutes les 2 heures.

Glace à la vanille maison

Autre grand classique apprécié par beaucoup : **la glace à la vanille maison**, qu'il est aussi possible de réaliser soi-même sans sorbetière.

Ingrédients :

- 2 gousses de vanille
- 500 ml de crème fraîche épaisse
- 400 ml de lait concentré sucré



Préparation :

Fendez les gousses de vanille et grattez les graines. Mélangez les graines avec la crème et le lait concentré jusqu'à obtenir un mélange homogène. Versez le mélange dans un récipient hermétique et laissez prendre au congélateur pendant au moins 6 heures. N'oubliez pas de remuer toutes les 2 heures pour éviter la formation de cristaux de glace.

Glace aux fraises sans sorbetière

Idéale pour se rafraîchir avec des fruits de saisons : **la glace aux fraises**, toujours sans sorbetière.

Ingrédients :

- 500 g de fraises
- 200 g de sucre
- 500 ml de crème fraîche



Préparation :

Mixez les fraises avec le sucre jusqu'à obtenir une purée. Ajoutez la crème fraîche et mélangez. Versez le mélange dans un récipient hermétique et laissez prendre au congélateur pendant 6 heures, en n'oubliant pas, là aussi, de remuer toutes les 2h.

Glace maison au yaourt et au miel

Cette glace maison est une véritable gourmandise pleine de saveurs !

Ingrédients :

- 500 g de yaourt nature
- 200 g de miel
- Le jus d'un citron



Préparation :

Mélangez le yaourt avec le miel et le jus de citron jusqu'à obtenir une consistance lisse. Versez le mélange dans un récipient hermétique et laissez prendre au congélateur pendant 6 heures, en remuant toutes les 2 heures.

Glace à la banane et au beurre de cacahuète

Autre délice glacé qui fait le bonheur des petits comme des grands : une glace maison à la banane et au beurre de cacahuète. Là encore, la recette est simple.

Ingrédients :

- 4 bananes mûres
- 3 cuillères à soupe de beurre de cacahuète
- 2 cuillères à soupe de miel



Préparation :

Écrasez les bananes jusqu'à obtenir une consistance lisse. Ajoutez le beurre de cacahuète et le miel, et mélangez bien. Versez le mélange dans un récipient hermétique et laissez prendre au congélateur pendant 6 heures, en remuant toutes les 2 heures. Avec ces cinq recettes simples, la réalisation de glaces maison sans sorbetière devient un jeu d'enfant ! Vous pouvez bien sûr adapter ces recettes selon vos goûts, en y incorporant des fruits de saison. Bonne dégustation !

Publié avec l'aimable autorisation de www.consoglobe.com

L'accessibilité chez **REHA TRANS**

chaise élévatrice plate-forme élévatrice

DEVIS GRATUIT

CRÉDIT D'IMPÔT

AGENCE DE SAND : M. SCHMITT Jean-Jacques 06 70 99 76 16

4 rue des Forgerons • 68600 WOLFGANTZEN • 03 89 79 17 77

info@reha-trans.fr • www.reha-trans.fr

UN SAVOIR-FAIRE DEPUIS 1981

KLEIM MENUISERIE

- PORTES INTÉRIEURES
- PORTES BLINDÉES
- DRESSING
- PLACARDS ET RANGEMENTS
- CUISINES
- ESCALIERS
- REVÊTEMENTS

A VOTRE SERVICE DEPUIS **41 ANS**

PORTES D'INTÉRIEUR SUR-MESURE

DIRECT FABRICANT toutes mesures

DRESSING SUR-MESURE

6 rue du Maréchal Foch • **KRAUTERGERSHEIM**

03 88 95 73 78 / 06 43 58 65 74

Du lundi au vendredi : 8h/12h et 13h/19h • Samedi : 8h/12h

j.kleim.menuiserie@gmail.com

www.menuiserie-kleim.fr

QUALIBAT

Confort et Bien-être avec la protection solaire Stordif

SOLDES

Jusqu'à
-40%
sur les modèles
d'exposition



Offre valable du 28 juin au 25 juillet 2023



STORES EXTÉRIEURS - STORES INTÉRIEURS - PERGOLAS - MOUSTIQUAIRES

22 rue de la Gare 67120 Duppigheim



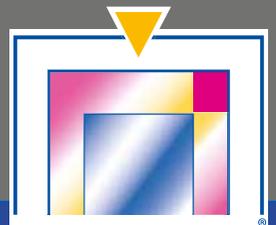
03 90 40 29 20 **somfy.**

www.stordif.fr
contact@stordif.fr



Devis gratuits
sans engagement

LA QUALITÉ A UN NOM



HEWE FRANCE



LE BIEN-ÊTRE
CHEZ SOI

- ▶ FENÊTRES
- ▶ VOILETS ROULANTS
- ▶ VOILETS BATTANTS
- ▶ BRISE SOLEIL
- ▶ PORTES D'ENTRÉE
- ▶ PORTES DE GARAGE

Nos points forts

- ▶ Originalité du produit
- ▶ Diagnostic technique

SAVOIR-FAIRE & COMPÉTENCE FONT LA DIFFÉRENCE
HEWE FRANCE, entreprise qualifiée Qualibat mention RGE

Salle d'expo sur rendez-vous

03 88 74 37 11

Notre signature ?

La qualité de pose HEWE FRANCE



Swin 5318260500920

7 route de Strasbourg - ZA du Hairy 67230 **HUTTENHEIM**

hewe-france@orange.fr

www.hewe-france-fenêtres.fr

MEUBLES FEUERER MUSSIG

Séjours, chambres, salons, literies, ...
mais aussi cuisines, dressings, et
aménagement sur mesure.

49 ans d'expérience

SOLDES

Jusqu'à

-60%*

*Offre valable durant la période des soldes
et selon étiquetage en magasin



53, rue de Heidolsheim 67600 **M U S S I G** tél. 03 88 85 32 02
courriel : info@meublesfeuerer.com • Site internet : www.meubles-feuerer.fr



7 erreurs fréquentes à ne pas faire avec une plancha

Grillades savoureuses, légumes croquants... La plancha est un instrument de cuisson incontournable durant la belle saison pour ceux qui cherchent à profiter de plats savoureux et croquants. Une mauvaise utilisation peut toutefois gâcher vos repas, mais également endommager votre plancha.

La **plancha**, originaire d'Espagne, a su séduire les cuisiniers du monde entier. Pratique, ce mode de cuisson apprécié en été permet en effet de cuire rapidement différents aliments. **Plusieurs erreurs d'utilisation courantes** peuvent toutefois altérer ses performances et votre expérience culinaire. Voici ce qu'il faut éviter de faire pour profiter au maximum de votre plancha.

Ce qu'il ne faut pas faire pour bien se servir d'une plancha

Négliger le préchauffage de la plancha

La **plancha doit toujours être préchauffée** avant d'y poser vos aliments. Beaucoup d'utilisateurs négligent cette étape, pensant ainsi gagner du temps. C'est une erreur. Un préchauffage adéquat assure une **saisie rapide des aliments, évite leur accrochage et préserve leurs saveurs**. N'oubliez pas de chauffer votre plancha pendant 10 à 15 minutes avant de commencer la cuisson.

Surcharger la surface de cuisson

La tentation de cuire tous vos aliments en même temps peut être grande, surtout lorsque vous avez beaucoup de convives. Mais **surcharger la surface de cuisson peut entraîner une baisse de la température de la plancha**, ce qui empêche une bonne saisie et conduit à une cuisson inégale. Assurez-vous de laisser suffisamment d'espace entre les aliments pour permettre une bonne circulation de la chaleur.



Négliger le réglage de la température

Il est essentiel de comprendre que tous les aliments ne nécessitent pas la même température de cuisson. Par exemple, les légumes et les fruits de mer nécessitent une température plus basse que la viande rouge. Utiliser une température trop élevée peut carboniser les aliments, tandis qu'une température trop basse ne les cuira pas correctement. **Renseignez-vous sur la température idéale pour chaque aliment** et ajustez-la en conséquence sur votre plancha.

Utiliser une huile inadaptée

Toutes les huiles ne résistent pas de la même manière à la chaleur. Certaines huiles, comme l'huile d'olive extra vierge, ont un point de fumée bas et peuvent produire des composés nocifs lorsqu'elles sont surchauffées. **Préférez des huiles à point de fumée élevé**, comme l'huile de tournesol ou de pépins de raisin, pour une cuisson à la plancha.

Se servir des mauvais ustensiles

Les ustensiles métalliques peuvent rayer la surface de la plancha, surtout si elle est en fonte émaillée ou en acier inoxydable. **Privilégiez l'usage d'ustensiles en bois** voire en silicone (attention toutefois, le silicone chauffé est suspecté d'être cancérigène), qui sont non seulement doux pour la surface de votre plancha, mais qui résistent aussi à la chaleur.

Nettoyer la plancha à chaud

L'un des atouts majeurs de la plancha est sa facilité d'entretien. Cependant, nettoyer la plancha alors qu'elle est encore très chaude peut **provoquer des chocs thermiques**, susceptibles d'endommager la surface. Attendez que la plancha ait suffisamment refroidi avant de la nettoyer. **L'eau tiède et le vinaigre blanc** sont d'excellents alliés pour cette tâche.



Oublier l'entretien régulier

L'**entretien de la plancha** ne se limite pas à son nettoyage après chaque utilisation. Il est essentiel de la protéger lorsqu'elle n'est pas en usage, surtout si elle est entreposée à l'extérieur. Une housse de protection empêchera l'accumulation de saletés et la corrosion due à l'humidité.

La plancha est un donc un formidable outil culinaire qui offre de nombreuses possibilités, bien que son utilisation nécessite un certain savoir-faire pour en tirer le meilleur parti. En évitant ces erreurs courantes, vous pouvez non seulement **prolonger la durée de vie de votre plancha, mais aussi améliorer la qualité de vos préparations**. Bon appétit !

Myrtilles SCHNELL

Libre cueillette
et vente directe
STOTZHEIM

Vente directe
MUSSIG



A35, sortie n°13,
direction Saint-Pierre

Ouvert 7/7 de 8h à 19h

du lundi au samedi

Et de 9h à 18h le dimanche

06.31.40.41.14

Ouverture **Fin Juin**



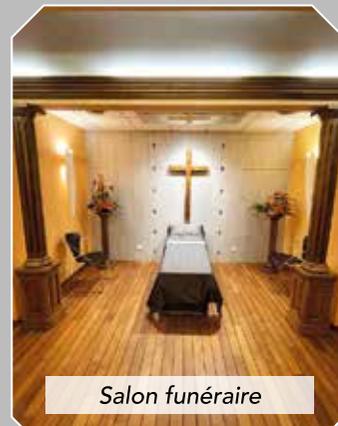
**POMPES FUNÈBRES
CHAMBRES FUNÉRAIRES**

UTTER

PERMANENCE 24h/24 7j/7



Dessus de cercueil
en fleurs artificielles



Salon funéraire

Faire respecter ses dernières volontés, c'est prévoir
ses obsèques à l'avance et protéger les siens.



Grand choix d'urnes



Portrait cérémonie en 48h

- Organisation complète des obsèques
- Prévoyance funéraire
- Grand choix de fleurs artificielles, plaques, urnes
- Démarches et formalités administratives
- Transport de corps toutes destinations
- Bijoux-souvenirs avec empreintes de l'être aimé

1 rue Saint-Léonard à **BENFELD** - 03 88 74 43 78

contact@utter67.fr - utter67.fr

HELMBACHER PIERRE Aluminium

26 ans
d'expérience

Chez votre fabricant en **Alsace**




- PORTAILS COULISSANTS
- PORTAILS 2 BATTANTS
- PORTES DE GARAGES
- MOTORISATIONS
- CLAUSTRAS
- GARDE CORPS
- PERGOLAS
- CLÔTURES




ZA du PAPE • 18 rue de Kyoto • ERSTEIN
03 88 98 88 80 • www.hpaluminium.fr
Retrouvez-nous sur  /Helmbacher Pierre Aluminium

Siret n° 821 236 163 00027 - JDM Editions

PORTES D'ENTRÉE
PVC-ALU-BLINDÉES
PORTES DE GARAGE
PORTAILS ET CLÔTURES
FENÊTRES PVC-ALU
VOLETS
MOTORISATIONS
TOUTES RÉPARATIONS
NEUF OU RÉNOVATION

**ETUDES DE PROJET
GRATUIT**

67150 GERSTHEIM
Contactez-nous :
06 95 73 44 65 • rbryan67@hotmail.fr

**DIAGNOSTIC, CONFORT, SÉCURITÉ,
ET LONGÉVITÉ GARANTIE !**

**CONSEILS
&
CONFORT
BRENNER**

Performance, qualité
et compétence
font la différence

**QUALITÉ PRIX
IMBATTABLE**

**GARANTIE
10 ANS**

ARTISAN AVEC EXPÉRIENCE
DE PLUS DE 40 ANS



**ECK
S.A.R.L**

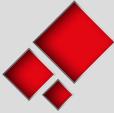
Vente directe depuis 1984

Portes sectionnelles - Portails - Portes d'entrée
Fenêtres - Garde corps - Alu - PVC




4b rue Principale • HESSENHEIM • 03 88 85 02 21
06 07 01 66 28 • www.alupvc-eck.com

Votre cuisiniste
à 2 pas
de chez vous



Nous parlons français

KÜCHEN ATELIER
ESCHBACH & EDMONDS

NOUVEAUTÉ
Venez découvrir
nos cuisines
d'extérieur !!
vivandio

OUVERT VENDREDI 14 juillet de 9h à 18h




Miele **GAGGENAU** **SIEMENS** **LEICHT** **BOSCH** **EFF**

Schwarzwaldstraße 93 • D 77933 **LAHR** (proximité gare)
0049 7821 95 96 93 • e-mail : info@kuechen-atelier-lahr.de • www.kuechen-atelier-lahr.de

Sàrl E2R
+ de 30 ans d'expérience dans la rénovation

Travaux de maçonnerie, réparation de toiture, isolation extérieure, petits travaux de terrassement, pavage, placo

devis gratuit

Intervention rapide

67920 **SUNDHOUSE**
06 16 11 01 58 • 06 19 50 32 90

SIRET : 478 492 135 00015

HÉLECTRICITÉ HIRLMANN

Électricité générale
Étude, conception et dépannage

NEUF et RÉNOVATION

4, rue du Conseil de Brisach
67860 **RHINAU**
03 69 33 37 47 - 06 77 49 34 40
Courriel : electricite.hirlmann@estvideo.fr

SIRET : 8093913200012

Rejoignez-nous !
Entreprise Régionale Familiale, jeune d'esprit et performante, cherche dans le cadre de son expansion (67)

- ▶ **TECHNICIEN CHARGÉ D'AFFAIRES SAV**
- ▶ **TECHNICIEN DE MAINTENANCE CHAUFFAGISTE - FRIGORISTE**
- ▶ **TECHNICIENS DE MONTAGE CHAUFFAGISTE - FRIGORISTE - ÉLECTRICIEN**
- ▶ **APPRENTIS EN GÉNIE CLIMATIQUE (CAP / BTM / BP / BMA / BTS / BUT)**

▶ Postulez par mail à l'adresse contact@spehner.fr

CHAUFFAGE & CLIMATISATION
INSTALLATION & MAINTENANCE

GERSPOLDHEIM-GARE
03 69 67 64 85
WWW.SPEHNER.FR

SPEHNER
Génie Climatique

Sanitaire • Plomberie • Electricité

COSSU Rénov

Dépannage et Rénovation

DEVIS GRATUIT

13C rue du Maire Naegert • **RHINAU**
Port. **06 29 28 07 16**
Mail : cossurenov@orange.fr
Site : www.cossurenov.com

SIRET : 751 772 468 00045

URGENT

Particulier cherche à louer
un **GARAGE**
Secteur Benfeld - Sélestat

Merci de prendre contact par mail :
chr.agcom@orange.fr

Particulier ACHETE MOTOS

non-roulante ou avec problème
(Motocross, enduro, routière, sportive, custom)

De préférence années 90 à aujourd'hui

Contact : tyson67860@hotmail.fr

la lecture de marseille

14 juillet : les origines de notre fête nationale

Si nous retenons tous le 14 juillet 1789 comme étant la date de la prise de la Bastille, dans les faits, la loi faisant du 14 juillet une fête nationale annuelle a été promulguée bien plus tard, le 6 juillet 1880. Un peu d'histoire pour comprendre les origines de cette journée républicaine.



La prise de la Bastille, symbole de la Révolution

Nous sommes le 5 mai 1789. Face à une situation politique et financière catastrophique, le roi Louis XVI décide de réunir les Etats généraux, une assemblée des représentants de la noblesse, du clergé et du Tiers-Etat. Le 9 juillet, ces derniers se proclament « Assemblée nationale constituante ». Inquiet, le roi fait venir en secret des régiments suisses et allemands à Versailles. La population de Paris est agitée par la crainte de ces troupes massées autour de la capitale, et par l'inquiétude de la pénurie alimentaire qui fait s'envoler le prix du pain.

Le 12 juillet, la nouvelle du renvoi du ministre Necker provoque l'émoi collectif, et la crainte d'un renforcement de l'autorité royale. L'orateur Camille Desmoulin s'adresse alors au peuple et annonce une « Saint-Barthélemy des patriotes ». Au matin du 14 juillet, des Parisiens en colère, en majorité artisans et boutiquiers, vont chercher des armes aux Invalides, puis se dirigent vers la vieille forteresse royale de la Bastille. Après une journée de fusillade sanglante, et avec le ralliement de gardes nationaux, les Parisiens s'en emparent et la démolissent partiellement, s'attaquant ainsi au symbole de l'Ancien Régime. Quelques prisonniers sont libérés, les archives pillées. Une centaine de personnes décèdent dans la journée. La tête du gouverneur Launay est tranchée. L'homologue du maire de Paris aujourd'hui, Jacques de Flesselles, est aussi assassiné. Leurs têtes sont plantées sur des piques et promenées dans Paris jusqu'au Palais Royal.

Dès le lendemain, Louis XVI, ayant pris connaissance de cette Révolution, se rend à l'Assemblée pour annoncer le retrait des troupes étrangères. Il rappelle Necker et reçoit du nouveau maire Bailly la cocarde tricolore, emblème nouveau de la Révolution. Le roi jure alors de maintenir la Constitution. L'aspiration à l'union nationale triomphe et la cérémonie se transforme en grande fête populaire.

Dans toutes les provinces françaises sont créées des « fédérations » régionales de gardes nationaux. Face à ce mouvement spontané, la Commune de Paris, sous l'impulsion de Lafayette, adopte le principe d'une grande Fédération nationale regroupant des représentants des fédérations locales qui doivent se réunir à Paris le 14 juillet 1790.

Mais cette Fête de la Fédération, en tant que telle, n'est pas reprise les années suivantes : le 14 juillet 1791, au lendemain de la fuite à Varennes, l'Assemblée ne s'y associe pas. En 1792, le 11 juillet, la patrie est déclarée en danger : la fête a lieu, mais sans éclat. En 1793, la fête est limitée à l'enceinte de l'Assemblée qui apprend alors la mort de Marat.

Quand le 14 juillet est-il devenu fête nationale ?

Ce n'est qu'après la chute du Second Empire et après le retour lent à la République que l'on reparle de fête républicaine, à la fin des années 1870, jusqu'à la consécration officielle.

Le 21 mai 1880, Benjamin Raspail, député de Paris, dépose un projet de loi. La loi est ensuite promulguée le 6 juillet 1880, soit dix ans après la IIIe République. La Première fête nationale est donc célébrée le 14 juillet 1880, après l'entrée en vigueur de cette loi.

Les célébrations de nos jours

Tous les ans, la journée telle que nous la connaissons s'organise autour de deux éléments principaux : le défilé militaire sur les Champs-Élysées et l'ensemble des festivités populaires dans les villes et villages (bals, feux d'artifice, etc.) Avec cette année, un petit avantage : si vous n'êtes pas en vacances, vous pourrez profiter d'un week-end de 3 jours, puisque le 14 juillet tombe un vendredi !





L'énergie confort

Votre installation photovoltaïque

«Made in Alsace»

à partir de **6990€***

* Exemple de prix pour une installation de 3kw, fournie et posée, garantie 25 ans, déduction faite de la prime EDF

- Energies renouvelables (pompes à chaleur, chaudières et poêles à granulés)
- Photovoltaïque du 2,2 kw au 36 kw (Offres spéciales professionnels et particuliers)
- Isolation des combles perdus par soufflage (coton ou laine minérale)
- Isolation extérieure et façades complètes avec finition
- Climatisation (installation sous 4 semaines)



Etude personnalisée à domicile gratuite et sans engagement



N'attendez plus, contactez-nous :

24, rue de la Filature - 67600 SELESTAT

03 88 82 49 22

SHOWROOM ouvert :

du lundi au vendredi

de 9h à 12h et de 14h à 17h

lia.fr

Votre spécialiste en chauffage, isolation, climatisation et solaire dans le Grand Est !

© JDM Editions



Climatisation Pensez à votre confort !



Frais l'été



Chaud l'hiver



03.88.58.76.58 - 51, route de Rhinau 67860 Boofzheim - WWW.TEMPERA-SOLUTIONS.FR

Du lundi au vendredi 9h à 12h et 14h à 18h
Samedi sur RDV

© JDM Editions

MANIFESTATION À BUT NON LUCRATIF :

Pour paraître dans le Marsel du mois d'août, il suffit de vous enregistrer et rédiger votre manifestation avant le mercredi 19 juillet 2023

UNIQUEMENT sur notre site internet :

www.lejournaldemarsel.fr

Vous y trouverez toutes les explications sur la page d'accueil. Nous vous rappelons que les manifestations écrites en partie ou entièrement en majuscules se verront **REFUSÉES**.

les Manifestations de marsel

Mardi 27 juin

SÉLESTAT - Concert d'élèves

Pour commencer, à 18h, ce seront les élèves d'éveil qui proposeront leur petit spectacle, les enfants illustreront le conte musical « La lune a disparu » écrit par Nicole Berne. A 19h, poursuivra la chorale des P'tits Loups sur le thème « A table ». A 20h, La soirée se clôturera par la prestation des ensembles (flûtes, guitares, trompettes, ...), les orchestres, la chorale inclusive et Sel'estafette ! Concert gratuit-buvette et gâteaux en vente.

Dimanche 2 juillet

MACKENHEIM - 30^{ème} Marché aux Pucés, Brocante et Artisanat

L'Association Sportive organise son marché aux puces, dans les rues du village. La restauration et la buvette sont assurées par les organisateurs. Tarifs : 12 € les 5 mètres/l et 2€ le mètre/l supplémentaire. Une caution de 20 € vous est demandée, et vous sera restituée lors de votre départ si votre emplacement est libre de tout objets et détrit. Un repas de midi vous est proposé, ainsi que des grillades tout au long de la journée.

Renseign. et inscriptions au 06 24 20 63 58 après 19 H.

Mardi 4 juillet

SÉLESTAT - Ciné concert

Salle de spectacles des Tanzmatten. L'École de Musique de Sélestat organise son deuxième « Ciné-concert » avec la participation des classes de chorale, clarinette, ensemble de musique actuelle, ensemble d'instruments à vent, harpe, jazz band, percussions et saxophone. 2 courts métrages ont été sélectionnés : Thumbelina de Lotte Reiniger et Malec l'insaisissable de Buster Keaton. Tarifs : adulte : 5€ / enfant : 3€

Mercredi 5 juillet

WITTISHEIM - Cuisine sauvage sur votre territoire

Au fil des saisons et sur le territoire au plus proche de chez vous, découvrez les plantes sauvages comestibles et cuisinez-les. De belles recettes de saison vous attendent ! Un moment de partage entre sauvage et cultivé pour découvrir la nature autour de vous.

RDV à 14h précisés à l'inscript.. 20€/adulte, 15€/enfant
Rens. et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

Mercredi 5 juillet

SÉLESTAT - Concert estival - classe de chant actuel

Parvis de l'église Notre Dame de la Paix à 20h. Les élèves de la classe de chant actuel de Yuliia VYDOVSKA, professeure à l'École de Musique de Sélestat succéderont des titres chantés par Amel Bent, Jacques Brel, Calogero, Cindy Lauper, ... L'atelier de Musiques Actuelles sous la houlette de Mélanie DECQ et le Jazz Band dirigé par Edj. LAWSON seront également sur scène et proposeront des pièces de leur répertoire. Concert gratuit

Jeudi 6 juillet

ERSTEIN - Collecte de sang

Rendez-vous à tous les donneurs potentiels entre 15h30 et 20h, à la salle de gymnastique, rue Jean-Georges Abry à Erstein. Possibilité de prendre rendez-vous sur le site de l'EFS: dondesang.efs.sante.fr pour éviter une trop longue attente. Les besoins en sang sont nombreux. Nous vous attendons pour cette collecte événementielle avec quelques surprises. Merci de réserver pour ce geste de solidarité. Les membres de l'association se feront un plaisir de vous accueillir.

7 juillet et 18 août

MUTTERSCHOLTZ - Le Ried au pas des villageois

En arrivant dans ce village, accueillis par ses villageois,

vous vous apprêtez à faire un bond dans l'histoire. Parcourez le village à la recherche des indices que les habitants vous distilleront sans modération. Des lieux insolites, des anecdotes et des secrets vous seront révélés. Gratuit.

Renseignements et inscription 06 03 78 74 14 ou par mail sur eco.tourisme@maisonnaturemurt.org

8, 15, 22, 29 juillet - 5 et 12 août

MUTTERSCHOLTZ - Une nuit l'esprit nomade

Profitez des douces soirées de l'été pour partager un moment en famille ou entre amis. Installez vous dans vos tipis, laissez-vous guider par notre animateur et partagez un repas autour du feu. A la tombée de la nuit, une veillée vous accompagnera doucement vers le sommeil pour une nuit l'esprit nomade. 25€/adulte, 20€/enfant, forfait famille (2ad/2enf) 85€

Renseignements et inscription 06 03 78 74 14 ou par mail

Dimanche 9 juillet

MUTTERSCHOLTZ - 25^e Grand marché aux puces

L'ADSB organise le traditionnel MARCHÉ AUX PUCES dans les rues du village à partir de 7h. Le prix de l'emplacement pour les particuliers s'élève à 13€ pour 5m +5 € de caution. Tout au long de la journée, restauration ambulante exclusivement assurée par les organisateurs : café, petits pains, bretzels, sandwichs, grillades, frites, pâtisseries, boissons, bière pression...

Rens : 06 71 73 31 08 Séverine / Karinestephan@free.fr

9, 16, 23, 30 juillet - 6 et 13 août

EBERSHEIM - Tous à la pêche !

Avec votre épousette, sillonnez le village à la recherche d'un point d'eau. Vous l'avez trouvé ? Il est temps de pêcher pour tenter d'attraper les petits invertébrés aquatiques qui peuplent nos mares et rivières. De nombreux secrets vous seront révélés. 7€/adulte, 5€/enfant

Renseignements et inscription 06 03 78 74 14 ou par mail

10 juillet et 7 août

SCHERWILLER - L'Ortenbourg et ses habitants insoupponnés

Sur ses hauteurs, l'Alsace renferme des trésors de l'histoire : les châteaux forts. Le long de la route des châteaux, prenez le temps de vous arrêter dans quatre d'entre eux. Pour chacun, une histoire différente, une biodiversité propre et une découverte toujours plus riche. Laissez-vous porter jusqu'aux sommets à la rencontre de ces témoins de l'histoire d'Alsace. 7€/adulte, 5€/enfant

Renseignements et inscription 06 03 78 74 14 ou par mail

Mardi 11 juillet

BOOFZHEIM - Don du sang

La prochaine collecte de sang aura lieu de 16h30 à 20h dans la salle des fêtes, rue de l'église. Après votre don, une tarte flambée vous sera offerte par l'amicale. Pensez à votre stylo et à votre pièce d'identité. Nous vous attendons nombreux. Prenez 1h pour sauver 3 vies ! Le sang c'est la vie...

11 juillet et 8 août 2023

MUTTERSCHOLTZ - Sur les traces du castor

Le Ried renferme des richesses de biodiversité et de milieux divers. Dans tout cela, il y a des animaux que l'on aimerait vous présenter. Ainsi, cet été, vous partirez sur les traces du castor et à la rencontre d'une des plus grosses populations de daims sauvages de France. En forêt, vous pourrez en apprendre plus sur le blaireau et dans les prés, observer notre animal emblématique : la cigogne.

Inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail

12 juillet et 9 août 2023

EBERSMUNSTER - Le Ried au pas des villageois

En arrivant dans ce village, accueillis par ses villageois, vous vous apprêtez à faire un bond dans l'histoire. Parcourez le village à la recherche des indices que les habitants vous distilleront sans modération. Des lieux insolites, des anecdotes et des secrets vous seront révélés. Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14, par mail.

12 et 19 juillet

MUTTERSCHOLTZ - Le Ried à petits trots

En calèche, la nature nous apparaît différemment, on profite de la légère brise de la matinée pour observer les paysages défiler. Par des arrêts le long de l'itinéraire, vous en apprendrez plus sur le Ried, sa faune et sa flore qui en font un milieu si particulier. Laissez-vous guider et faites nous

confiance, vous en ressortirez plus apaisés. 20€/adulte, 15€/enfant, forfait famille (2ad/2enf) 65€

Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14, par mail.

Jeudi 13 juillet

GERSTHEIM - Bal Champêtre du 14 juillet 2023

Animation musicale avec le groupe « Mon est personne » Animation danses avec le groupe EviDanse et son final Franche Cancan - Feu d'artifice - Les gourmandises seront proposée par les associations locales - Entré gratuite. Cele se passera sur la pelouse de l'Espace Multisport, Rue de Daubensand à Gerstheim.....Venez nombreux !

14 juillet et 11 août

MARCKOLSHEIM - Voyage dans le temps

L'eau est partout en Alsace centrale. Entre l'Ille et le Rhin, les zones humides ne manquent pas. A Marckolsheim, dans une ancienne cité EDF maintenant démantelée, voyez comment la forêt a repris ses droits. Promenez-vous dans la forêt de Mackenheim et découvrez toute sa biodiversité ou longez le Rhin sur l'île de Gerstheim. 7€/adulte, 5€/enfant. Inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail

15 et 16 juillet

BLIENSCHWILLER - NUIT du CREMANT et FETE du VIN

L'Amicale des SP vous invite à sa 44e Fête du Vin. Les Crémants, le GC Winzenberg et l'ensemble des Vins des Vignerons de Blienschwiller seront à l'honneur durant ce week-end convivial et pétillant ! Les premiers bouchons sauteront Samedi dès 18h, pour donner le coup d'envoi de la soirée. Dimanche, à partir de 16h, course de hottes pour petits et grands enfants. Animation musicale par l'orchestre Madison Top. Tartes flambées et petite restauration. Entrée gratuite.

17 juillet et 14 août 2023

HEILIGENSTEIN - Le Landsberg et sa géologie

Sur ses hauteurs, l'Alsace renferme des trésors de l'histoire : les châteaux forts. Le long de la route des châteaux, prenez le temps de vous arrêter dans quatre d'entre eux. Pour chacun, une histoire différente, une biodiversité propre et une découverte toujours plus riche. Laissez-vous porter jusqu'aux sommets à la rencontre de ces témoins de l'histoire d'Alsace. 7€/adulte, 5€/enfant

Renseignements et inscription 06 03 78 74 14 ou par mail.

18 juillet et 15 août

SÉLESTAT - Le daim, une escapade dans l'illwald

Le Ried renferme des richesses de biodiversité et de milieux divers. Dans tout cela, il y a des animaux que l'on aimerait vous présenter. Ainsi, cet été, vous partirez sur les traces du castor et à la rencontre d'une des plus grosses populations de daims sauvages de France. En forêt, vous pourrez en apprendre plus sur le blaireau et dans les prés, observer notre animal emblématique : la cigogne. N'attendez plus, rejoignez-nous ! Inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

18 juillet et 17 août

SÉLESTAT - Le Ried à bicyclette

A vélo, le monde est plus beau. Pédalez à travers les paysages du Ried et découvrez la nature et les beaux villages qui nous environnent. Dans ces deux boucles de 20 km parcourant les pistes cyclables du territoire, vous aurez tout le loisir d'observer et de vous déconnecter. (Apportez vos vélos)

Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

20 juillet et 17 août

MUTTERSCHOLTZ - Balade nocturne entre douceur et frissons

SensuRied, c'est du déjà vu ! Mais, avez-vous déjà fait attention aux plantes qui le parcourent ? L'avez-vous expérimenté à la nuit tombée à la recherche de la vie nocturne ? Nous pouvons vous proposer tout cela, en plus d'un voyage dans le temps sur les pas de nos ancêtres. Plutôt une âme d'artiste ? Une soirée vous sera réservée. 7€/adulte, 5€/enfant. Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

Vendredi 21 juillet

MUTTERSCHOLTZ - Les villages du Ried contés

Cet été, trois villages nous ouvrent leur porte pour une soirée d'immersion dans l'imaginaire. Au détour d'une rue, un jardin, un bâtiment, un métier inspirent à nos conteurs des histoires. Les villages du Ried, riches de leurs curiosités, vous accueillent. Gratuit. Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

LOCAFROID

Remorque Frigorifique

Chambre froide 6m³ montée sur remorque (Permis B)
Modules chambres froides de 17 et 28m³

• PARTICULIER •
• ASSOCIATION •
• PROFESSIONNEL •

Une solution pour tous vos événements !

A LOUER • A LOUER • A LOUER

1 route de Muttersholtz • **HILSENHEIM** • 03 88 85 48 05





JVM SANITAIRES

7, rue d'Enghien
67860 **RHINAU**
06 800 211 89

Installations et rénovation de salle de bains
Equipement pour personne à mobilité réduite
• Chauffage gaz
• Pompe à chaleur • Solaire

Quoi de mieux dans la salle de bains

SIRET : 524 800 950 00015




LA QUALITÉ A UN NOM

SAVOIR-FAIRE & COMPÉTENCE FONT LA DIFFÉRENCE

HEWE FRANCE

EMBAUCHE

Poseur - Aide Poseur
H/F

Débutant(e) accepté(e)
Formation en interne

Après-midi RECRUTEMENT
Vendredi 7 juillet de 14h à 16h
ou sur RDV

03 88 74 37 11

► FENÊTRES
► VOILETS ROULANTS
► VOILETS BATTANTS
► BRISE SOLEIL
► PORTES D'ENTRÉE
► PORTES DE GARAGE

Nos points forts

► Originalité du produit
► Diagnostic technique

Venez nous rejoindre !

7 route de Strasbourg - ZA du Hairy 67230 **HUTTENHEIM**
hewe-france@orange.fr
www.hewe-france-fenêtres.fr




21 juillet et 18 août
MACKENHEIM - Balade au coeur de la forêt Rhénane
L'eau est partout en Alsace centrale. Entre l'ill et le Rhin, les zones humides ne manquent pas. A Marckolsheim, dans une ancienne cité EDF maintenant démantelée, voyez comment la forêt a repris ses droits. Promenez-vous dans la forêt de Mackenheim et découvrez toute sa biodiversité ou longez le Rhin sur l'île de Gerstheim. 7€/adulte, 5€/enfant. Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

24 juillet et 21 août
ANDLAU - Le haut Andlau, un château en duo
Sur ses hauteurs, l'Alsace renferme des trésors de l'histoire : les châteaux forts. Le long de la route des châteaux, prenez le temps de vous arrêter dans quatre d'entre eux. Pour chacun, une histoire différente, une biodiversité propre et une découverte toujours plus riche. Laissez-vous porter jusqu'aux sommets à la rencontre de ces témoins de l'histoire d'Alsace. 7€/adulte, 5€/enfant. Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

25 juillet et 22 août
MUTTERSOLTZ - La forêt aux blaieaux
Le Ried renferme des richesses de biodiversité et de milieux divers. Dans tout cela, il y a des animaux que l'on aimerait vous présenter. Ainsi, cet été, vous partirez sur les traces du castor et à la rencontre d'une des plus grosses populations de daims sauvages de France. En forêt, vous pourrez en apprendre plus sur le blaieau et dans les prés, observer notre animal emblématique : la cigogne. N'attendez plus, rejoignez-nous ! Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

27 juillet et 24 août
MUTTERSOLTZ - Sur les pas de nos ancêtres
Sensoried, c'est du déjà vu ! Mais, avez-vous déjà fait attention aux plantes qui le parcourent ? L'avez-vous expérimenté à la nuit tombée à la recherche de la vie nocturne ? Nous pouvons vous proposer tout cela, en plus d'un voyage dans le temps sur les pas de nos ancêtres. Plutôt

une âme d'artiste ? Une soirée vous sera réservée. 7€/adulte, 5€/enfant. Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.
Vendredi 28 juillet
BALDENHEIM - Les villages du Ried contés
Cet été, trois villages nous ouvrent leur porte pour une soirée d'immersion dans l'imaginaire. Au détour d'une rue, un jardin, un bâtiment, un métier inspirent à nos conteurs des histoires. Les villages du Ried, riches de leurs curiosités, vous accueillent. Gratuit. Renseignements et inscription au 06 03 78 74 14 ou par mail.

Lundi 31 juillet
DAMBACH-LA-VILLE - Le Bernstein dans toute sa splendeur
Sur ses hauteurs, l'Alsace renferme des trésors de l'histoire : les châteaux forts. Le long de la route des châteaux, prenez le temps de vous arrêter dans quatre d'entre eux. Pour chacun, une histoire différente, une biodiversité propre et une découverte toujours plus riche. Laissez-vous porter jusqu'aux sommets à la rencontre de ces témoins de l'histoire d'Alsace. 7€/adulte, 5€/enfant. Rens. et inscr. 06 03 78 74 14 ou eco.tourisme@maisonnaturemutt.org

HUTTENHEIM

Au plan d'eau

CSCA
Huttenheim 1911

MARCHÉ AUX PUCES
Dimanche 30 Juillet 2023

Renseignements et réservations :
STADNIK Mylène 07 82 15 26 21
Restauration et buvette uniquement assurées par l'organisateur.
www.cscsa-huttenheim.com/puces/



Le Journal de marseille

Le journal de marseille publié par :
JDM Editions - 13, rue Saint-Michel à 67860 RHINAU
JDM Editions - Eurl au capital de 7.500€
RCS Strasbourg TI 504 161 175
Directeur de publication :
Véronique KOHLER

Contact : 03 88 74 11 10
lejournaldemarseille.fr

©2022 Reproduction même partielle interdite sans autorisation écrite.

Selon la technique d'impression, les couleurs peuvent varier par rapport aux photos, aux produits originaux ou d'une parution à l'autre, cela n'engage en rien la responsabilité de JDM Editions. Tout prix publié est sous la responsabilité de l'annonceur. Certains textes ou articles sont fournis à titre éducatif et informatif et ne peuvent en aucun cas se substituer à un avis, diagnostic ou traitement médical professionnel.
TIRAGE 70.500 ex. - distribué à 69.900 ex. Le journal de marseille est imprimé sur du papier qui garantit la gestion durable des forêts par BLG à F-54200 Toul et distribué par PSC à F-68000 Colmar.

+ de détails et de manifestations sur
www.lejournaldemarseille.fr



De la nature
à votre assiette



Streusel aux cerises

- 100 g d'amandes non blanchies en poudre
- 10 g de cannelle en poudre
- 100 g de farine
- 10 g de levure chimique
- 200 g de sucre
- 4 œufs
- 120 g de beurre fondu
- 10 cl de kirsch
- 10 cl d'eau

Mélanger tous les ingrédients secs puis ajouter les œufs et le beurre fondu et terminer par le kirsch et l'eau.



- Pâte à streusel
- 150 g de beurre
 - 175 g de farine
 - 150 g de sucre
 - 200 g d'amandes en poudre
 - 10 g de cannelle



Mélangez tous les ingrédients à l'aide de la feuille du batteur jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Passer cette pâte à la grosse râpe.



Dénoyauter des cerises, ou si vous préférez laissez les noyaux.

Mettez une cuillère du premier appareil au fond de petits moules en silicone, bien remplir de cerises et...



saupeudrez de streusel.

Cuire dans un four à 180°C pendant environ 20 mn.



Laissez refroidir puis démoulez et saupoudrez de sucre glace.
(cette recette peut aussi se faire dans un plat à gratin en adaptant le temps de cuisson)

Au Vieux Couvent
6 rue des Chanoines 67860 RHINAU
03 88 74 61 15 - www.auvieuxcouvent.fr
Fermé Lundi soir, Mardi et Mercredi



ELECTRO durline Route de Rhinau BOOFZHEIM
Votre voisin de confiance 03 88 58 50 50
Electroménager - Multimédia

DARTY

Toute mon équipe à votre service depuis 30 ans, partenaire d'une grande Enseigne Nationale à BOOFZHEIM.

Michel Widmaier

casa julia Restaurant Italien
Pizzas artisanales • Viandes • Pâtes Italiennes

Tous nos plats peuvent être emportés

Nos suggestions hebdomadaires, et du lundi au vendredi midi, notre plat du jour sur notre site : www.casajulia.fr

Commandez vos plats et pizzas

Notre terrasse est ouverte

Venez y déguster nos salades et nos spécialités

32 rue de la 1^{ère} division blindée • ESCHAU • 03 88 64 27 10
Nos horaires : Lundi au Vendredi de 12h à 14h et de 19h à 22h - Samedi de 19h à 22h - Dimanche fermé

Libre cueillette

CHRISTEN à STOTZHEIM
03 88 08 06 97
www.fraiseschristen.com

Myrtilles, Framboises
Fraises et Haricots verts

OUVERT
tous les jours de 8h à 19h même le dimanche

également à votre disposition, des fruits déjà cueillis disponibles aux cabanes de Saint-Pierre, Obernai et Villé et à la ferme.

Votre commerce de proximité



Nos marchés :

ILLHAEUSERN (68)

les mardis de 15h à 18h30

SCHERWILLER

Les mercredis de 15h à 18h30

SIGOLSHEIM (68)

à La Pommeraie
Les mercredis de 10h à 16h

MUTTERSOLTZ

(place du Tilleul)
les jeudis de 16h à 19h

GERSTHEIM

les vendredis de 15h à 18h45

WINTZENHEIM (68)

les vendredis de 8h à 12h

BENFELD

les samedis de 7h30 à 12h

NEUF BRISACH (68)

les samedis de 8h à 12h

Barbecue :

- merguez
- brochettes de volaille
- brochettes de porc
- diverses saucisses blanches
- magrets marinés

SALADES
de saison
Carottes, céleri,
pomme de terre,
pâtes, museau



Les **FRAMBOISES (NON TRAITÉES)**
produites à la Ferme, sont **DISPONIBLES !**

Pour le plaisir de manger des produits de qualité :

Production de la ferme :

- Viande bovine :
Charolais et Limousin

Produits faits maison

- Colis de
viande bovine
sur commande

**DU 5 JUILLET AU
31 AOUT 2023**
**VENTE DE GLACE
ET DEGUSTATION**
sur place du **MERCREDI**
au **SAMEDI**
de 14h00 à 17h30



Produits pour
TARTES FLAMBÉES

- Pâte
- Crème
- Lardons
- Oignons



Retrouvez-nous
facebook



Délivré par la chambre d'agriculture.
Produits fabriqués d'après un cahier
des charges contrôlé

© JDM Editions



Cathy et toute
son équipe vous
accueillent :

du mardi
au vendredi
de 5h à 19h

Samedi
de 5h à 12h30

le dimanche
de 6h30 à 12h30

Fermé le lundi



AUX SAVEURS DE CATHY

Boulangérie - Pâtisserie
Snacking - Salon de thé



Profitez de notre terrasse
et des beaux jours !!



Nos
planchettes
apéro !!!



Venez déguster
nos salades
fraîcheur,
sandwichs etc ...



... savourez
nos glaces !!



Retrouvez-nous également à Westhouse
et à notre dépôt de Rossfeld !

Pour le dépôt de Rossfeld, pensez à commander
vos sandwichs ou snacking la VEILLE !

3 rue du 1^{er} décembre • **HUTTENHEIM** • 03 88 74 31 89



AUX SAVEURS DE CATHY

Avoir un récupérateur d'eau de pluie chez soi : que dit la réglementation ?

En cette période de fortes chaleurs, l'installation d'un récupérateur d'eau de pluie apparaît comme la solution idéale pour réduire sa facture et préserver l'eau potable. Faisons un point sur ce qu'il est autorisé de faire ou non chez soi.



A quoi ça ressemble exactement ?

Le récupérateur d'eau de pluie est une cuve hors-sol ou enterrée, en polyéthylène ou en béton, que l'on relie aux gouttières de la maison. Il collecte ainsi l'eau qui descend des toitures. Cet équipement s'achète dans la plupart des grandes enseignes de jardinerie et bricolage.

Pour les récupérateurs hors-sol, les prix oscillent entre 100 et 400 euros, en fonction des modèles et de la capacité du réservoir. Pour les versions enterrées, les tarifs s'envolent et peuvent atteindre 7000 euros. Vous pouvez l'installer vous-même, ou confier cette mission à une entreprise, le coût de l'installation pouvant s'élever jusqu'à 2000 euros pour les systèmes les plus complexes (avec stérilisateur UV, filtre à charbon actif, pompe, etc.). Tout dépend de vos besoins et de la surface de votre jardin !

Où la cuve doit-elle être installée ?

Il n'existe aucune contrainte légale liée à l'installation d'un récupérateur d'eau de pluie.

Vous êtes parfaitement libre de l'installer à l'endroit de votre choix, mais faites-le de préférence à proximité d'une toiture, ou d'un réseau de gouttières.

En cas d'utilisation de l'eau de pluie à l'intérieur de votre logement, les robinets d'accès doivent être clairement identifiés. Ils doivent pouvoir être bloqués et leur ouverture doit être prévue avec un outil spécifique, qui n'est pas attaché en permanence au robinet. Par ailleurs, il est interdit d'installer un robinet distribuant l'eau de pluie dans une pièce où se trouvent des robinets distribuant de l'eau potable, excepté à la cave ou dans le garage.

Que puis-je faire avec l'eau récupérée ?

À l'extérieur de votre logement, vous pouvez utiliser l'eau de pluie librement, pour arroser votre jardin ou nettoyer votre voiture par exemple. À l'intérieur, pour des raisons sanitaires, c'est davantage réglementé. Vous pouvez l'utiliser uniquement pour les cas suivants :

- Remplir la chasse d'eau des WC
- Laver les sols
- Laver le linge, à condition d'utiliser un dispositif de traitement de l'eau assurant une désinfection.

Puis-je boire l'eau récupérée ?

Surtout pas ! L'eau de pluie collectée n'est pas potable, car elle est contaminée chimiquement (pesticides dans la pluie, métaux ou amiante présents sur le toit). Vous ne devez pas non plus l'utiliser pour cuisiner ou laver la vaisselle.

Une plaque de signalisation comportant la mention « Eau non potable » avec un pictogramme explicite doit être affichée à côté de chaque point de soutirage d'eau de pluie et WC alimenté par l'eau de pluie. Cette plaque de signalisation est également disponible dans les magasins de bricolage.

Je souhaite m'équiper, puis-je obtenir une aide financière ?

Certaines communes proposent des subventions pour acheter le matériel nécessaire. Renseignez-vous auprès de votre mairie !

JS VERRE DECOR SarL
Vitrerie Miroiterie

- Fermeture de douches
- Crédences
- Portes en verre
- Garde corps
- Crédence de cuisine
- Marquise
- Verrière type atelier

Intervention rapide et soignée.

Dépannage et remplacement de bris de glace pour tous produits verriers
Tous verres - Imprimé - Feuilleté - Sécurité
Vitrage isolant - Verre de cheminée

Z.A. - impasse du Moulin • SAND
03 88 58 18 47 • www.jsverredecor.com

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30 Fermé le mercredi après-midi

Peintures RUPPEL

OFFRE EXCEPTIONNELLE pour vos boiseries le CAPAQUA'LAC Satin

SHOWROOM
Vente aux particuliers

Peintures, Peintures écologiques,
Papier peint, Décoration, Murs/Sols,
Outillage

SPECIALE BOISERIES -5%

PARC D'ACTIVITÉS DES NATIONS - 8, rue d'Italie 67230 BENFELD
03 90 57 96 08 - audrey@peintures-ruppel.fr
Du lundi au vendredi 9h - 12h et 14h - 18h (Fermé lundi et mercredi après-midi)
Le samedi 9h - 12h

Etoile 67

Mercedes-Benz Sélestat

Réparateur agréé VP - VUL - VI

Atelier de réparation agréé Mercedes-Benz

- Mécanique • Carrosserie
- Entretien • Climatisation
- Pare brise • Géométrie
- Pneus • Pièces et accessoires

Etoile 67 • 9, rue de la Maison Rouge • ZI Nord
SELESTAT • 03 88 92 21 62 • www.etoile67.com



06 76 16 53 83
OU
03 90 57 95 65

Hello le Jardinier

CETTE ANNEE, PROFITEZ de votre temps libre,
NOUS NOUS OCCUPONS DE VOTRE JARDIN

Besoin de souffler ?
Choisissez le spécialiste
du service à la personne

- de vrais jardiniers
- implantés localement
- votre contact en 48h

Service à la personne

50%
de réduction
d'impôts*

- tondre votre pelouse
- tailler vos haies et arbustes,
- désherber les massifs ou
- ramasser les branches, les feuilles,
- entretenir votre potager

Thierry MARCK à HUTTENHEIM

thierry.marck@hellolejardinier.com

Siret : 521 329 169 00036



DEVIS GRATUIT

VOS EXIGENCES... NOTRE SAVOIR FAIRE
VOS ENVIES... NOTRE EXPERTISE



Pavage • Dallage • Pierres naturelles
Brise vue • Clôture • Terrasse bois
Murets Végétaux • Engazonnement...

Vous rêvez de vous détendre dans un univers
conçu à votre image ? Téléphonez pour un RDV
au 03 88 57 90 84

Siret n° 499 812 288 00017 - ©JDM Editions/Edith

Peinture

À votre service
depuis 1997



- Peintures intérieures
- Peintures extérieures
- Revêtements sols et murs
- Pose et refecton de parquet
- Peinture à la chaux
- Décoration
- Stucco
- Béton ciré

Siret n° 530 172 956 00019 • ©JDM Editions/Edith

60 rue de la Chapelle • **KOGENHEIM** • 03 90 57 34 91
06 80 42 81 29 • peinturekitzinger@hotmail.fr



Entretien des espaces verts • Piscines et abords
• Vente d'écorce de pin

Spécialiste de la pierre naturelle
et de Terrasse en bois

- Taille de végétaux
- Taille d'hiver
- Abattage d'arbres
- Enlèvement de déchets verts
- Broyage de vergers
- Pavage et escalier
- Clôture



50%
de réduction
d'impôts



NOUVEAU Partenariat avec ALSAPISCINE



**Devis
Gratuit**

32 rue de la Digue • **BOOFZHEIM** • 06 71 59 59 10
www.arts-et-paysages.fr • Retrouvez-nous sur



Siret : 5021803400018 - ©JDM Editions



Daniel Moquet
signe vos allées

12, rue André Kiener
68000 COLMAR
03 89 79 86 99

22, rue de l'Expansion
67150 ERSTEIN
03 69 06 77 46
daniel-moquet.com

NOUVEAUTÉ
RÉSINE CARROSSABLE



**ALLÉE
COUR
TERRASSE**

Peinture
GRAYER

De Père en Fils
depuis 1907



- Peinture intérieure et extérieure
- Revêtement sols et murs
- Ravalement de façades
- Isolation thermique extérieure
- Recouvrement fibre de bois

27A rue Principale • **WITTERNHEIM** • 03 88 85 42 93
06 81 03 36 85 • peinture.grayer@wanadoo.fr

Siret n° 305 555 556 00034 - ©JDM Editions

Frais en été, chaud en hiver, en économisant de l'énergie ?

HEIM Chauffage

HEIM Climatisation

HEIM Localfroid

HEIM

depuis 1956



1 route de Muffersholtz
67600 Hilsenheim
03 88 85 48 05
contact@heim-chauffage.fr
www.chauffage-heim.fr

Pourquoi nous choisir pour votre projet de climatisation ?

- nous étudions votre **projet**
- nous vous faisons parvenir un **DEVIS GRATUIT**
- installation par une équipe de **professionnels**
- nous garantissons l'**entretien** et le **dépannage**



les 4 astuces marseille



Départ en vacances : tout anticiper pour partir l'esprit léger !

Vous partez en vacances et vous allez laisser votre maison à l'abandon pendant plusieurs semaines ? Pour vous assurer un retour sans mauvaise surprise, voici quelques

précautions à prendre avant de partir.

Retrouver la maison comme vous l'avez laissée

Première règle : bien fermer toutes les portes et fenêtres, évidemment, mais aussi baisser les volets au rez-de-chaussée. Demandez à un voisin de confiance ou à un proche de vider votre boîte aux lettres tous les 3-4 jours, car si celle-ci déborde, c'est une invitation pour les cambrioleurs !

Prenez des photos de vos objets et équipements de valeur avec votre téléphone. En cas de vol, elles seront très importantes pour justifier vos biens à l'assurance, et pour vous rappeler des marques et des modèles.

Rangez vos objets de valeur dans un coffre-fort. Si vous n'en avez pas chez vous, vous avez peut-être la possibilité d'en louer un auprès de votre banque, moyennant un abonnement annuel.

Si vos pages sur les réseaux sociaux sont publiques, évitez de poster des informations sur votre départ, au risque d'attirer des personnes mal attentionnées...

Une autre astuce très efficace : vous pouvez également vous procurer une minuterie qui allume et éteint vos lumières à différents intervalles et donne ainsi l'impression que la maison est habitée. Pour aller plus loin, n'hésitez pas à faire installer une alarme connectée, que vous pourrez activer et désactiver à distance.

Pour éviter des dommages sur vos appareils électroniques, débranchez-les tous : téléviseurs, ordinateurs, appareils de cuisine, etc. Coupez le gaz et l'eau pour éviter tout risque de fuite et d'inondation. Assurez-vous qu'il n'y pas de linge mouillé dans la machine à laver, ou de vaisselle sale dans le lave-vaisselle.

Enfin, si vous partez plus d'une semaine, demandez à un proche de venir arroser vos plantes. Il pourra au passage nourrir Bubulle votre poisson rouge, et lui faire la conversation !

Comment savoir si mon congélateur a cessé de fonctionner pendant mon absence ?

Vous rentrez de vacances, et l'heure affichée sur l'horloge du four est dérégulée ? Et si c'était dû à une coupure d'électricité ? Comment savoir si les aliments congelés sont encore consommables ? Pour cela, il suffit de remplir un petit récipient d'eau et de le placer au congélateur avant votre départ. Une fois l'eau congelée, il ne reste plus qu'à déposer une pièce à la surface du glaçon formé. Au retour de vacances, si vous constatez que la pièce est au fond du récipient, cela signifie que l'eau a été décongelée et que le congélateur a cessé de fonctionner durant un laps de temps. Dans ce cas, mieux vaut jeter les aliments pour éviter toute intoxication alimentaire.

Et dans mon jardin, y a-t-il des précautions à prendre ?

N'oubliez pas de bâcher votre piscine pour éviter qu'elle ne se transforme en bouillon de culture à votre retour. Sinon, les insectes, le pollen, les plumes d'oiseaux et les feuilles d'arbres ne manqueront pas d'y faire trempette ! Pensez également à rentrer ou à protéger votre salon de jardin.

Je pars en vacances, mais je ne peux pas emmener mes animaux de compagnie, que faire ?

Chaque année, de nombreux animaux (surtout des chats et des chiens) sont abandonnés par des maîtres peu scrupuleux qui jugent trop contraignant de s'en occuper pendant la période estivale. Quelle tristesse... Abandonner un animal est un acte de cruauté et de maltraitance, aujourd'hui passible de 3 ans d'emprisonnement et de 45000€ d'amende.

Si votre compagnon à poils ne peut pas faire partie du voyage, faites-le garder par un proche, par une famille d'accueil, ou dans une pension adaptée. Il est important que des personnes expérimentées et bienveillantes veillent sur son confort et son moral jusqu'à votre retour !



La passion du carrelage au service
de vos projets de construction et de rénovation !



Devis Gratuit

Anthony Baumert • 3 rue Jean-François Champollion • **SÉLESTAT**
06 72 20 44 47 • www.carreleur-selestat.fr

Siret n° 511 411 191 00014 • ©JDM Editeur/Édit

Une entreprise familiale à votre service
depuis plus de 40 ans

Roby carrelage

Alsace ceramic



VENEZ VISITER

De la chape à la pose de carrelage,
on s'occupe de tout !

Vente de carrelage, stratifié, vinyle, sanitaire...

Travaux en neuf et rénovation

Chape et Pose

Nous vous accueillons du lundi au vendredi de 8^h à 12^h
et de 14^h à 18^h30 ainsi que le samedi de 8^h à 12^h

41 rue du G^{al} de Gaulle • 67230 • **HUTTENHEIM**
03 88 74 23 39 • www.robby-carrelage.fr • Retrouvez-nous sur



CARRELAGE MOCK-MATHIA

- CHAPE • RÉSINES
- BETON CIRÉ
- CARRELAGE • MOSAÏQUE
- TAPIS DE PIERRE
- PIERRE NATURELLE
- ENDUIT MURAL DÉCORATIF
- DALLES PVC



06 80 57 25 41 - 47 Bas Village - 67140 **STOTZHEIM**
contact@carrelagemock-mathia.fr • www.carrelagemock-mathia.fr

Siret n° 4387717680027



MJM

Fermetures

Menuiserie Aluminium-PVC

<https://mjm-fermetures.fr>

+ de 25 ans
d'expérience

Fabrication et pose

- Fenêtres - Portes
Baies coulissantes
- Garde corps - Portails
Clôtures - Grillages rigides
- Vérandas - Pergolas
Moustiquaires
- Volets battants et roulants
- Remplacement de vitrage
- Portes de garage



Nous assurons
le service clients !



1, rue du Noyer - 67230 **KERTZFELD**

Port. **06 25 39 70 01** • mjm.fermetures@orange.fr



EBS FERMETURE

Revendeur **Internorm**

- Fournitures & Pose
- Fenêtres - Portes
- Volets battants
- Volets roulants
- Portes de garages
- Fenêtres de toits
- Menuiserie intérieure
- Pergola Bioclimatique



Siret n° 493 955 777 00039

SHOWROOM
22 rue des Tulipes
MUTTERSCHOLZ
www.ebsfermetures.com

Sébastien ENTZ - 7 rue de la Dordogne
SUNDHOUSE • 03 88 85 14 01 • 06 37 16 32 40
sebastien.entz@orange.fr





CRÉDIT VÉLO
0%*/48 mois

* Voir conditions en magasin



Laverie du Ried

WASH'N DRY

Une laverie *Écologique*



- Des machines de 9 à 18 kg
- Des séchoirs performants
- Lessive et adoucissant injectés directement



Pôle médical · 6d route de Krafft · **ERSTEIN** · 06 01 825 677 · www.electric-cars-france.com

Siret n° 505 069 146 00023 - ©JDM Editions

les Bons à savoir de marseille

J'ai le mal des transports ! Comment faire pour y remédier ?



L'heure du départ en vacances a sonné ! Vous avez tout prévu pour rendre le voyage le plus agréable possible : étudié l'itinéraire, vérifié l'état du trafic, préparé les en-cas... Et pourtant, il y a encore une chose qui peut vous gâcher le voyage : le mal des transports. Pourquoi certaines personnes sont malades en voiture, et comment faire pour y remédier ?

Pourquoi j'ai mal des transports ?

Le mal des transports peut être ressenti lors d'un voyage en bateau, en avion, mais le plus souvent, c'est en voiture qu'on le subit. Il est dû à un petit dysfonctionnement dans notre organisme.

Que se passe-t-il exactement ? Les yeux perçoivent un mouvement (comme par exemple un virage) mais le vestibule (l'organe de l'équilibre situé dans l'oreille interne) enregistre une impression contraire à celle communiquée par la vue : il estime que le corps ne bouge pas. Le vestibule ne peut donc pas donner au cerveau d'informations exactes sur la position du corps, ce qui empêche l'organisme de s'adapter au mouvement, comme il le fait habituellement quand on se déplace.

Comment faire pour ne pas avoir le mal des transports ?

La veille du départ, mangez léger et évitez de consommer de l'alcool. Essayez d'avoir une bonne nuit de sommeil.

Pendant le voyage, l'idéal est que vous preniez le volant, car en conduisant vous serez moins sujet(te) au mal des transports.

Si vous êtes passager(-ère), l'arrière de la voiture est à proscrire.



Voici quelques conseils pour rendre le voyage supportable :

- Faites le moins de mouvements possibles. Vous pouvez caler votre tête à l'aide d'un oreiller ou d'un appui-tête.
- Fixez un objet stable, comme l'horizon, ou bien fermez les yeux. Si vous parvenez à vous endormir, c'est encore mieux !

- Ne lisez pas, ne faites pas de mots croisés, et ne jouez pas à des jeux sur écran, cela aggraverait la sensation de nausée.

- Ouvrez la fenêtre pour respirer un maximum d'air frais.

- Concentrez-vous sur la musique ou exercez une activité mentale.

- Faites des pauses régulièrement, sortez du véhicule et marchez un peu.

Le gingembre peut également vous donner un coup de pouce ; à consommer dans une boisson, en bonbon, ou en mâchonnant une tranche fraîche. C'est encore plus efficace si vous le faites environ une heure avant le départ.



Il existe également des médicaments et solutions homéopathiques qui calment les nausées (antihistaminique, dimenhydrinate, Cocculine®, etc.). Attention toutefois, leur utilisation ne doit pas être systématique, et pas sans avis médical, surtout si vous êtes enceinte, si vous allaitez ou prenez un traitement. Le mieux est de demander conseil en pharmacie ou à votre médecin avant votre départ.

Et si mon mal des transports est vraiment coriace ?

Pour les cas les plus sévères, le traitement le plus efficace est la rééducation vestibulaire.

Cela consiste à rééduquer l'oreille interne à travers des exercices de simulation. Si les premières séances peuvent être pénibles, et augmenter les nausées, c'est le seul traitement qui peut apporter une guérison complète du mal des transports. Le spécialiste des problèmes d'équilibre est l'ORL. Parlez-en à votre médecin !

SCHAAL AUTO Service & Location

Diagnostic - Mécanique - Carrosserie
Entretien & Réparation toutes marques

Révision Constructeur
Garantie préservée

Dépannage - Pneus - Pare-brise



Du lundi au vendredi : 7h45-12h et 13h30-18h

LOCATION VOITURES ET UTILITAIRES

Louer votre voiture à deux pas de chez vous

SERVICE LOCATION DE VÉHICULES
Voiture et Utilitaires



56 rue Principale • SCHAEFFERSHEIM • 03 88 98 07 25 • www.garage-schaal.fr



- Fenêtres
- Portes
- Volets
- Portes de garage
- Portails

HIGH QUALITY
MADE IN GERMANY

S.A.R.L. **FERMETURES FOX**

3 rue des Fleurs - 67530 OTTROT

07 60 44 43 88 - foxfermetures@gmail.com

Intérieur

M.S.R.
MULTI SERVICES DU RIED

Pavage

- Travaux paysagers - création et entretien
- Travaux de rénovation et de terrassement
- Pavage, Dallage (ancien et moderne)
- Travaux d'intérieur
- notre site : www.multiservices-du-ried.fr

Escalier / garde-corps

Dallage

Terrasse en bois

67600 HILSENHEIM - 06 85 33 56 51 • 03 88 85 77 46

HARTER & FILS

- une réalisation artisanale (4^{ème} génération)
- la fabrication
- l'installation matériaux bois (hêtre, chêne, frêne) sur mesure
- Habillage en bois sur escalier en béton



Nous vous proposons des services complémentaires :

- Devis gratuit
- Conseil personnalisé
- Pose gratuite d'escaliers provisoires



6, rue du Couvent - 67860 RHINAU

Port. 06 08 07 85 87 - Tél. Atelier : 03 88 74 64 39

Mail : escaliersharter@wanadoo.fr

Site : www.escalier-harter.fr

DIEBOLD TOITURE

COUVERTURE / ZINGUERIE / FENÊTRE DE TOIT

Travaux et entretien de votre toiture

NOS ÉQUIPES INTERVIENNENT TRÈS RAPIDEMENT SUR TOUS VOS CHANTIERS DANS TOUT LE BAS-RHIN ET LA RÉGION DE COLMAR

- Nettoyage de toiture avec traitement anti-mousse et hydrofuge
- Pose, réparation et nettoyage de gouttière
- Faîtage à sec ou maçonné
- Création et changement de fenêtre de toit (velux)
- Habillage de cheminée et planches de rives
- Isolation des combles
- Traitement de charpente

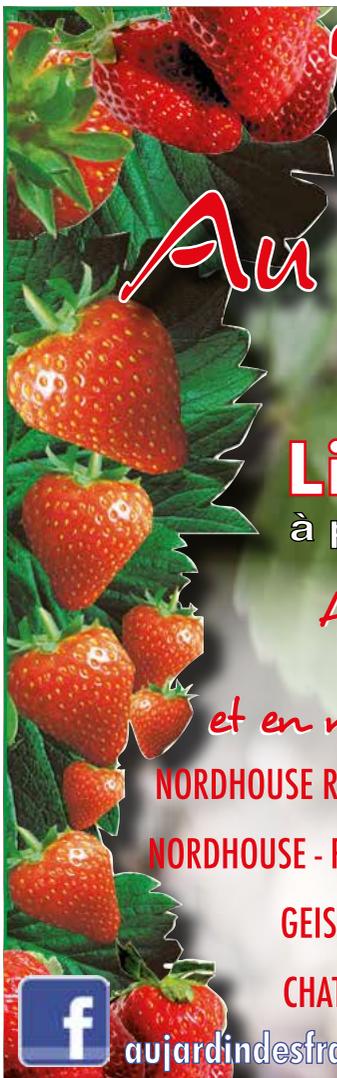
DEVIS GRATUIT !



22 rue Lichtenberg • 67100 STRASBOURG

03 88 40 39 50 • 06 41 38 44 28

www.diebold-toiture.fr



Nordhouse Au Jardin des Fraises

7 jours/7
de 8h à 20h

Libre cueillette ou déjà cueillies
à partir du 1^{er} JUIN

Approvisionnez vous en Fraises
DEJA CUEILLIES

et en nectar de fraises à nos stands de

NORDHOUSE RN83 ouvert de 8h - 20 h : (site de la libre-cueillette)

NORDHOUSE - RIED de 10h30 - 18h : (Rond-Point Krafft/Plobsheim)

GEISPOLSHEIM 10h30 - 18h30 : (Rue du Fort)

CHATENOIS 10h30 - 18h30 : (Route de Sélestat)



aujardindesfraises - www.aujardindesfraises.fr



Tél. 06 14 65 98 27

les artistes de marseille

Il était surnommé le **Maestro de l'amour. Barry White, 20 ans déjà !**

Biographie

Barry White, de son vrai nom Barence Eugene Carter, né le 12 septembre 1944 à Galveston, Texas et mort le 4 juillet 2003 à Los Angeles, Californie, est un chanteur, compositeur et producteur américain de rhythm and blues et de soul des années 1970 jusqu'au début des années 2000, connu pour sa voix grave et suave, et ses chansons : « Never Never



Gonna Give Ya Up » (1973)

« Can't Get Enough of Your Love, Babe » (1974) ou

« You're the First, the Last, My Everything » (1974).

Bien que né au Texas, c'est à Los Angeles que grandit Barry White. Comme la plupart des enfants du quartier pauvre de Watts, il apprend d'abord les règles de la rue. Le jeune Barry décide d'échapper à la violence et s'investit dans la musique. Il apprend le piano avec sa mère et sort un premier album à seize ans. Après avoir enregistré pour plusieurs labels indépendants, il fonde le groupe de soul « Love Unlimited » où il réalise surtout les claviers et l'orchestration. C'est le début d'un immense succès. Si le morceau instrumental « Love's theme » se vend à plusieurs millions d'exemplaires, c'est lorsqu'il chante que la sensualité de ses morceaux atteint son paroxysme. Les tubes comme « I'm gonna love you just a little more », « Let the music play » ou « Playing your game, Baby » sont joués partout. La voix de basse du colosse, ses textes osés et à la fois élégants, ne rendent grâce qu'à l'amour, charnel et sans retenue. Après

un passage à vide pendant les années 80, le crooner noir fait un retour mitigé en 1995. Il meurt le vendredi 4 juillet 2003 à l'âge de 58 ans d'une insuffisance rénale, diabète et hypertension à Los Angeles (USA, Californie).

Ses meilleures citations :

« Maman a essayé de nous sauver de la rue, mais la rue était trop forte. »

« J'essaie de raconter une histoire musicalement dans une chanson. »

« Je n'ai jamais appris à lire ou à écrire de la musique. Je n'ai jamais voulu tromper avec des échelles. C'était ennuyeux, forcé. La musique que j'ai entendue était libre... »

Qui était Barry White

Plus qu'une grande figure de la musique noire américaine, Barry White demeure associé au disco et à la soul musique. En trente ans de carrière, ce compositeur et parolier, à la voix de baryton, est passé à la postérité.

C'est dans la production que Barry White effectue ses premiers pas. Il veille aux destinées de Love Unlimited, un trio vocal, exclusivement composé de femmes : Glodean James, qui deviendra sa femme, Linda James et Diane Taylor. Il compose pour le groupe le titre « Walkin' in the rain ».

Leur album « From a girl's point of view we give to you », qui sort en 1972, se vend à un million d'exemplaires. Fort de son expérience de producteur et poussé par l'agent artistique, Larry Nunes, celui qui se fait alors appelé White Head enregistre « I've got so much to give » en 1973, suivi par « I'm gonna love you just a little more baby ». Sa voix grave et susurrante résonne en haut des classements.

Il enchaîne avec « Never, never gonna give ya up » et « Love's theme », un titre instrumental enregistré un an plus

tard avec les quarante musiciens du Love Unlimited Orchestra, qui accompagne désormais le trio du même nom.

1974 est décidément une année particulièrement prolifique pour le chanteur qui sort « You're the first, the last, my everthing » et « Let the music play », deux ans plus tard. Deux énormes succès. En 1978, Barry White reprend le grand standard de Billy Joel « Just the way you are ». Parmi les musiciens qui l'accompagnent désormais, Ray Parker Jr, Nathan East, ou encore Dean Parks.

À la fin de la décennie et au début des années 80, le chanteur, qui doit faire face à la vague disco, est en perte de vitesse. Il décide alors d'enregistrer avec son épouse, Glodean White et c'est avec « Sho'You right » qu'il renoue avec les succès.

Si bien qu'en 1989, il chante avec Quincy Jones, James Ingram et El De Barge « The secret garden ». C'est également cet album au titre évocateur, « The man is back ». Dix ans plus tard, son disque « Staying power » réunit plusieurs duos, dont ceux avec Chaka Khan et Lisa Stansfield.

Début 2000, ses problèmes cardiaques l'obligent à réduire son activité. Fin 2002, victime de problèmes sanguins et malade des reins, il est placé sous dialyse. Barry White s'éteint le 4 juillet 2003.

La municipalité de Los Angeles donne son nom à un parc de South Park, là où il a grandi.

En 2004, il est introduit, à titre posthume, au Dance Music Hall of Fame, durant une cérémonie à New York. Et, le 15 septembre 2013, il devient la 2.506^e étoile sur le Hollywood Walk of Fame de Los Angeles.

Quatre ans après sa disparition, un premier live, enregistré en 1999 en Californie, « An evening with Barry White », sort.

Mairies, Clubs sportifs,
Campings, Particuliers...
Vous organisez un mariage,
un anniversaire, une fête,
une manifestation...?
Le groupe Pop Rock 4U FOR YOU
vous propose ses concerts
(Durée: entre 1H30 et 4H).
Possibilité DJ pour
agrémenter l'événement.

4U/FOR YOU
Groupe de Pop Rock
Interprète les
60", 70" et 80"

Contact: Mario Muller

✉ : 4ugroup@orange.fr

☎ : 06 07 79 12 60

f : 4U for you

➔ EXTRAIT MUSICAL:

<https://on.soundcloud.com/YB58Y>

Reprises de:
QUEEN - TOTO - ERIC CLAPTON
DEEP PURPLE - SANTANA - STEPPENWOLF
AEROSMITH - URIAH HEPP - POLICE - ZZ TOP
LED ZEPPELIN - EAGLES - JOAN JETT
STATUS QUO - PINK FLOYD - et bien d'autres ...



Lingerie Betty Elegance
ERSTEIN

35 ans

LES HEUREUX GAGNANTS
DU 35^{ÈME} ANNIVERSAIRE SONT :

Un téléviseur Grand Ecran :

Mme Birgel - rue du Languedoc - Erstein



Bons de réduction 15€

Janet Marie - Westhouse

Ulm Muriel - Benfeld

Kopff Leïla - Erstein

Ensemble
soutien-gorge et slip :

Knirbiehler Jacqueline - Erstein

Spraul Laurence - Illkirch

Fuchs Simone - Rossfeld

Bons de réduction 10€

Legrand Hélène - Kertzfeld

Kohler Christine - Fegersheim

Utter Christiane - Rhinau

Hirtz Myriam - Benfeld

Andrés Geneviève - Schaeffersheim

Bons de réduction 5€

Reibel Annick - Sand

Charpiot Christian - Obernai

Messerschmitt Martine - Erstein

Bronnert Monique - Bernardswiller

Meyer Josée - Hindisheim

Feltz Maurice - Sermersheim

Boxer Homme

Hertrich Angèle - Gerstheim

Mannhart Carole - Boofzheim

BETTY

remercie tous ses clients
pour leur participation et
leur fidélité !

Tél. 03 88 98 28 98 18 rue Mercière - ERSTEIN

35^{ème} FÊTE du TILLEUL
à WITTERNHEIM

Samedi 1^{er} juillet

BAL GRATUIT à 20h
et tartes flambées
animé par «Santa-Rosa»



SANTA-ROSA



Dimanche 2 juillet

DÉJEUNER MUSICAL
à partir de 11h30
ENTRÉE GRATUITE

Au menu :
Jambon à l'os, gratin dauphinois
et salade verte, café

Réservation au 03 88 85 44 52
Prix prévente 16€ - sur place 18€



A partir de 17h BAL GRATUIT et tartes flambées
animé par «Santa-Rosa»



Amicale des Sapeurs Pompiers Witternheim
Tartes flambées, brasserie*

Commune
de Witternheim

Crédit Mutuel

marsel



3 route d'Ehl, 67230 BENFELD
03 88 74 53 30 - contact@spiess.fr - spiess.fr

Ouverture de la plateforme du lundi au vendredi
7h - 12h / 13h - 17h
Professionnels et particuliers

PLATEFORME DE
RECYCLAGE
(Gravats, bois, déchets
verts, DIB)*



*terre végétale, terre criblée, compost, recyclé tout venant, concassé recyclé, groise, mélange terre pierre recyclé tout venant disponibles à la vente

TRAVAUX PUBLICS ET PRIVÉS
DÉMOLITIONS
TRAVAUX SPÉCIAUX
VOIRIE ET RÉSEAUX DIVERS



LOCATION DE BENNES
AMOVIBLES*



30m³ 20m³ 7m³

*bois, déchets verts, DIB, gravats propres (béton, briques, tuiles), déblais terreux

TRANSPORT - LOCATION
D'ENGINS ET DE CAMIONS
AVEC CONDUCTEUR*



*possibilité de louer des camions grues

Le Bien-être marseille

3 types de chaussures à éviter pour prendre soin de ses pieds en été

L'été arrive, synonyme de soleil, de chaleur et de renouvellement de garde-robe. C'est le moment de changer ses habitudes vestimentaires et notamment ses chaussures. Quelles sont les meilleures options pour vos pieds en ces mois d'été ? Certaines chaussures appréciées pendant la belle saison sont en réalité déconseillées.



Alors que l'été pointe le bout de son nez, notre garde-robe s'adapte. Les bottes et autres chaussures d'hiver laissent place à des paires plus légères, plus ouvertes, souvent synonymes de liberté ! Toutefois, toutes ne sont pas bénéfiques pour la santé de nos pieds, voire de notre dos. Explications.

Quelles chaussures éviter de mettre en été ?

Les tongs : attention aux apparences trompeuses

Les tongs sont sans doute la chaussure emblématique de l'été. Elles sont cependant loin d'être idéales pour la santé de vos pieds. Leur structure minimaliste ne fournit pas le support nécessaire au pied, ce qui peut entraîner une mauvaise posture, des douleurs au niveau de la voûte plantaire, des talons, voire même des douleurs dorsales. De plus, l'absence de protection favorise les blessures et les infections.

Les sandales plates : un soutien insuffisant

Bien qu'elles soient plus protectrices que les tongs, les sandales plates ne sont pas non plus exemptes de problèmes. Elles n'offrent pas le soutien adéquat pour la voûte plantaire, ce qui peut conduire à la fasciite plantaire – une inflammation du tissu épais qui relie le talon aux orteils. Il est donc conseillé de limiter leur usage à de courtes périodes.

Les espadrilles : attrayantes, mais risquées

Ces chaussures légères et aérées peuvent sembler idéales pour l'été, mais elles présentent des inconvénients. Les espadrilles n'offrent pas beaucoup de soutien au pied, ce qui peut causer des douleurs lorsqu'elles sont portées pendant de longues périodes. Leur semelle souvent en jute, qui n'est pas très résistante, peut facilement se déformer, entraînant alors une mauvaise répartition du poids du corps.

Publié avec l'aimable autorisation de www.consoglobe.com

Quelles sont les meilleures chaussures pour ne pas avoir mal aux pieds en été ?

Les sandales à soutien de la voûte plantaire : l'équilibre parfait

Les sandales dotées d'un soutien de la voûte plantaire sont un excellent choix pour l'été. Elles combinent les avantages d'une chaussure ouverte, permettant à vos pieds de respirer, tout en offrant un bon soutien. Choisissez-en une avec des sangles réglables pour un ajustement parfait et un confort optimal.

Les chaussures de marche légères : pour les longues balades

Si vos activités estivales impliquent beaucoup de marche, optez pour des chaussures de marche légères et aérées. Elles offrent un excellent soutien, protègent vos pieds et sont souvent dotées de semelles absorbant les chocs, ce qui réduit la pression sur vos articulations et votre dos.

Les sneakers en toile : le choix décontracté

Pour un choix décontracté et polyvalent, les sneakers en toile peuvent être une option judicieuse. Elles offrent un meilleur soutien que les tongs ou les sandales plates et sont généralement assez légères pour être confortables par temps chaud. Assurez-vous simplement de choisir une paire qui respire bien pour éviter les problèmes de transpiration excessive. Le plus : une semelle orthopédique adaptée à votre voûte plantaire, qui prendra soin de vos pieds tout l'été.

Quelques conseils supplémentaires pour la santé des pieds en été

Outre le choix des chaussures, d'autres précautions permettent de garder vos pieds en bonne santé pendant l'été.

Faites attention aux tailles

Assurez-vous d'acheter la bonne taille. Des chaussures trop petites ou trop grandes peuvent causer des douleurs et des blessures. N'oubliez pas que la taille de vos pieds peut légèrement changer en fin de journée, surtout lorsqu'il fait chaud, il est donc recommandé d'essayer de nouvelles chaussures à ce moment-là.

Prenez le temps de vous adapter à vos nouvelles chaussures

Ne faites pas de longues promenades avec des chaussures neuves avant de les avoir portées quelques fois. Cela peut aider à éviter les ampoules et autres irritations.

N'oubliez pas la crème solaire !

N'oubliez pas d'appliquer de la crème solaire sur vos pieds lorsqu'ils sont exposés, notamment entre les orteils. Bien qu'on ait tendance à les oublier, les coups de soleil sur les pieds sont douloureux et peuvent gâcher votre plaisir estival.

Nous recherchons des personnes qui évalueront la qualité de nos cuisines !

Chez nous, le LUXE EN CUISINE est abordable !!!

Venez visiter la plus grande exposition de granit du Sud de l'Allemagne...

...avec des plans de travail massifs de 4 cm. Par notre qualité de produit unique, du personnel spécialement formé et une grande surface d'exposition, nous sommes le n°1 dans le Sud de l'Allemagne !

Plus de 30 variétés de granit sont exposées !

GRATUIT !

Mesuré sur place

Livraison

Contrôle après 1 an

Chez nous, vos souhaits sont une « affaire de direction » !

Du prix jusqu'au service clients, je suis personnellement là pour vous ! Contactez-moi directement au chefsache@hugelmann.de

Gérant
Rainer Hugelmann



Votre contact :
Mme Daniela Oppermann
Tél. 0049 7821 965739
Prenez RdV dès à présent



inter living **KÜCHEN** besser kochen!
HUGELMANN

Lun.-ven.
9h30-19h00

Sam.
10h00-18h00

Tél.:
00 49 7821 9657 0

Möbel Hugelmann GmbH | Rainer-Haungs-Str. 1 | 77933 Lahr

www.cuisineequipee-hugelmann.fr

Le N° 1 des cuisines en granit du Rhin supérieur

L'OR du Rhin

Et si le fabuleux trésor ressurgissait ?

GRAND SPECTACLE SON ET LUMIÈRE Cet été à Osthouse dans le Grand Ried

Venez vivre, l'instant d'une soirée, une aventure mystérieuse à la recherche d'un trésor disparu... Un récit, à travers flots, qui vous fera remonter le temps en 1850 pour revivre le quotidien des villageois et pêcheurs au bord du Rhin !

<< En 1852, les travaux d'aménagement du Rhin, destinés à canaliser le cours capricieux du fleuve, battent leur plein en Alsace. Un jour, les ouvriers du chantier remontent à la surface des monceaux d'or. À Paris, Frédéric Baumann, jeune et brillant officier, est convoqué par l'état-major impérial : alors que le gouvernement français est en pleine négociation avec les Allemands pour le partage de ce trésor, il se voit confier la mission d'organiser le rapatriement de l'or jusqu'à la capitale. Frédéric quitte alors Paris pour le Centre-Alsace, sa région natale. Mais à peine arrivé sur le lieu du chantier, la nouvelle tombe : le trésor a été volé ! Pourtant sévèrement gardé, l'or semble s'être purement et simplement volatilisé. Une affaire mystérieuse que Frédéric doit résoudre s'il veut éviter un grave incident diplomatique...>>

Serait-ce un acte de vengeance commis par les riverains, révoltés par les travaux qui mettent en péril leur mode de vie et leurs plus anciennes traditions ? Ou serait-ce l'œuvre de forces fantastiques jusqu'à présent endormies ? Commence alors pour Frédéric une aventure à la fois périlleuse et mystique, où la légende du fleuve va refaire surface. Un récit entre mythe et réalité qui mènera, à travers flots, à la quête ultime vers l'Or du Rhin... >>



Le spectacle aura lieu à la sortie d'Osthouse **en plein air, dans un magnifique décor naturel...** Chaque soir, **700 spectateurs** pourront prendre place en tribunes pour vivre une aventure d'exception et plonger dans la féerie scénographique de Project'ill !

Au total, plus de **20 Comédiens en direct, 80 Figurants et 40 Techniciens** vous emmèneront à la découverte des légendes du Rhin à travers une **mise en scène exceptionnelle imaginée sur l'eau**, retraçant les chantiers sur le Rhin de 1850, mais aussi le quotidien d'autrefois sur les bords du fleuve. Des **effets techniques surprenants** et des **musiques originales** composées pour l'occasion vous émerveilleront pendant **1h45** !

Retrouvez-nous pour 10 représentations sur
OSTHOUSE à 21H15 les :
19, 20, 21, 22, 23 et 25, 26, 27, 28, 29 Juillet 2023



Plongez à votre tour dans cette aventure unique en Alsace et laissez vous emporter par la légende !



INFOS ET BILLETS

16€ Adulte / 10€ Enfant (- 12 ans)
Places numérotées et réservées



Achetez votre billet :

- En ligne sur : **WWW.PROJECTILL.FR**
- À l'**Office de Tourisme d'Erstein** - 03 88 98 14 33
- Au guichet du soir (dans la limite des places disponibles)

f facebook.com/projectill **ig** projectill67

RESTAURATION À PARTIR DE 18H
Buvette - Tartes flambées – Grillades

**GRANDE TOMBOLA POUR GAGNER UN VOYAGE CROISI EUROPE
DE 1 SEMAINE POUR 2 PERSONNES SUR LE RHIN !**

**FERMETURES
BERGER**

A VOS CÔTÉS DEPUIS
25
ANS



LES MENUISERIES EXTÉRIEURES SONT AU CŒUR DES ENJEUX MAJEURS DE VOTRE MAISON

La sécurité, le design, le confort thermique,
et la performance énergétique.

03 90 57 85 36

Nos produits sont éligibles à



MaPrimeRénov'
Mieux chez moi, mieux pour la planète

PORTES D'ENTRÉE | PORTAILS | CLÔTURES
GARDE-CORPS | AUTOMATISMES | FENÊTRES | PERGOLAS
PORTES DE GARAGE | VOLETS ROULANTS & BATTANTS

fermetures-berger.fr



UNE DOUCHE SÉCURISANTE À LA PLACE DE VOTRE BAIGNOIRE



**POUR VOTRE SÉCURITÉ
ET VOTRE BIEN-ÊTRE**
Des douches françaises sécurisées

- Une douche extra plate et sécurisante
- Visite technique à votre domicile
- Nos propres équipes de pose
- Installation sans maçonnerie ni carrelage



AVANT



APRÈS

25%
CREDIT D'IMPÔTS

RDV avec un technicien : **06 71 74 92 48**

1a Rue des lilas à **STOTZHEIM** • Site internet : www.douche-serenite.com

**Devis rapide
et gratuit**

** Selon la loi en vigueur - Siret n° 827 640 723 00017 - © JDM Editions

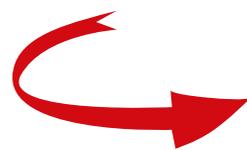
Le Journal de marseille

70.500 exemplaires

distribués dans toutes les boîtes aux lettres sauf avec STOP-PUB

JUILLET 2023 n°181

...pour celles et ceux
qui feuilletent le journal
de l'arrière vers l'avant !



Du professionnel au particulier en Alsace Centrale

Retrouvez les marseil sur www.lejournaldemarsel.fr

Project'ill, ses **20 comédiens** et
80 figurants vous présentent
et vous interprètent **en direct**
la fabuleuse légende de :

JUILLET 2023

19, 20, 21, 22, 23
25, 26, 27, 28, 29

16€ Adulte

10€ Enfant (-12 ans)

Places numérotées
et réservées

INFOS ET BILLETS

Vente en ligne

www.projectill.fr

PROJECT'ILL



À l'Office de Tourisme d'Erstein
03 88 98 14 33

Vente au guichet du soir
dans la limite des places disponibles

f [facebook.com/projectill](https://www.facebook.com/projectill)

Instagram [projectill67](https://www.instagram.com/projectill67)

BUVETTE ET RESTAURATION

TARTES FLAMBÉES
GRILLADES DÉS 18H



L'OR du Rhin

Et si le fabuleux trésor ressurgissait ?

GRAND SPECTACLE
SON ET LUMIÈRE

OSTHOUSE
À 21H15

GRANDE TOMBOLA POUR GAGNER UN VOYAGE CROISI EUROPE DE 1 SEMAINE POUR 2 PERSONNES SUR LE RHIN !

