

Joyeuses fêtes 2022



Le Républicain
DE L'ESSONNE

Ne peut être vendu séparément. Supplément gratuit au n°4055 du 01/12/2022



Marché de Noël

SAM. 10

10H - 20H

&

DIM. 11 DÉCEMBRE 2022

10H - 19H



AU GYMNASSE RENÉ JOUANNY
À ÉTAMPES





Noël à la maison : 5 idées à faire soi-même

Cette année, on recycle et on booste sa créativité pour réaliser une déco de Noël originale et personnalisée ! Avec un peu d'huile de coude, l'aide des enfants et les végétaux glanés dans la nature, vous allez bluffer vos invités.

Idee n°1 : des sapins à piquer

Pour animer un centre de table, le manteau de la cheminée ou un rebord de fenêtre, amusez-vous à créer de petits sapins à piquer sur des rondins de bois en alternant avec des bougies. Pour réaliser les socles, sciez des tronçons de différentes hauteurs sur une branche de 10 cm de diamètre environ. Découpez des morceaux de feutres en forme de sapin sans tronc, pliez-les en deux à l'aide d'un fer à repasser et collez-les sur des branches fines. Vous pouvez également les réaliser avec du papier un peu épais et varier couleurs et motifs.



©Sostrene Grene

Idee n°2 : des étoiles façon origami

Vous avez des chutes de papiers peints ? Profitez-en pour fabriquer des étoiles façon origami de différentes tailles. Il suffit ensuite de les suspendre sur une étagère, une branche, un encadrement de fenêtre ou lancez-vous carrément dans une déco murale.

Idee n°3 : des boules de Noël customisées

Recyclez vos boules de Noël unies et customisez-les avec de la peinture spéciale ou de la colle et des paillettes en créant de jolis motifs. Pour un résultat chic et précieux, formez des étoiles, des ronds, des carrés ou des triangles avec du fil de fer ou de nylon sur lequel vous enfilerez des perles rondes ou baguettes. Avec des chutes de tissus, découpez par exemple des cœurs de différentes grosseurs et cousez-les bord à bord avec le lien qui permettra de les accrocher, sans oublier l'espace pour les rembourrer.

Idee n°4 : un calendrier de l'Avent DIY

Pour changer des traditionnels calendriers de l'Avent, procurez-vous de petits sachets en papier à remplir de pe-

tites surprises. Imprimez ou inscrivez les chiffres au feutre doré dessus et suspendez-les sur une jolie cordelette comme une guirlande à l'aide de mini pinces. Vous pouvez également les accrocher avec un lien sur une branche de sapin. Celle-ci peut aussi vous servir d'animation au-dessus d'une table avec des boules nouées à du ruban que vous alternerez avec des photophores.

Idee n°5 : des emballages cadeaux personnalisés

Aussi utile qu'éphémère, encombrant, cher et pas toujours élégant, le papier cadeau pose problème tous les ans. A la fois sobre et raffiné, le papier kraft est une alternative économique. Tous unis dans la couleur, les cadeaux se distingueront par leur personnalisation. Il existe des ficelles originales sur lesquelles vous pourrez enfiler des perles alphabétiques avec le nom du destinataire, utiliser des fleurs séchées ou créer un motif de petits pois à la peinture.



©Jardiland

Saviez-vous que l'on pouvait coudre du papier à la machine ? Pour un emballage surprenant, n'hésitez pas à découper des formes d'étoiles ou de chaussettes et de les réunir bord à bord. Enfin pour un Noël zéro déchet, ressortez vos chutes de tissus et lancez-vous dans l'apprentissage du furoshiki. Cet art japonais consiste à envelopper les présents dans un jeu de pliage stupéfiant !

APEI-Actualités. Valérie Monnier

Le Républicain
 Rédigé par les Rédacteurs de Médias
 1, rue Jules Chavée
 91190 EYS-CHAVÉE
 Téléphone : 01.69.36.87.40
 Président et directeur de la publication, Robert Ménéghetti
 01.69.36.87.82
 www.les-republicains.fr
 Services Publicité / Ambroise Gras
 01.69.36.87.83
 info@le-republicain.fr
 Services Annonceurs Régularité / Claire Ménéghetti - 01.69.36.87.19
 al@le-republicain.fr
 Services diffusion et abonnements / Caroline Durand
 01.69.36.87.48
 diffusion@le-republicain.fr
 Mémoire page / Rédaction et prépresse
 Abonnements / L'Impression, 71, rue de Roussy, 91298 Tremblay-en-France.

Sommaire

Noël à la maison : 5 idées à faire soi-même	P. 3
Pour les fêtes, choisissez la tenue qui vous inspire.....	P. 4
Beauté : le calendrier de l'avant-fêtes	P. 5
Bijoux de fêtes : multiples et spectaculaires	P. 6
Noël 2022 : vive le Made in France	P. 8 et 9
En 2022, place à un Noël responsable	P. 10
Une table conviviale et joyeuse pour les fêtes	P. 12
Les escargots, une exception française ?	P. 14
Repas de fêtes : place au cocktail dînatoire	P. 15
Les marchés de Noël en Essonne	P. 16 et 17
Les menus éco, gastro et végétarien	P. 18, 19 et 20
Horoscope 2023	P. 22 à 25



Noël à la maison : 5 idées à faire soi-même

Cette année, on recycle et on booste sa créativité pour réaliser une déco de Noël originale et personnalisée ! Avec un peu d'huile de coude, l'aide des enfants et les végétaux glanés dans la nature, vous allez bluffer vos invités.

Idee n°1 : des sapins à piquer

Pour animer un centre de table, le manteau de la cheminée ou un rebord de fenêtre, amusez-vous à créer de petits sapins à piquer sur des rondins de bois en alternant avec des bougies. Pour réaliser les socles, sciez des tronçons de différentes hauteurs sur une branche de 10 cm de diamètre environ. Découpez des morceaux de feutrine en forme de sapin sans tronc, pliez-les en deux à l'aide d'un fer à repasser et collez-les sur des branches fines. Vous pouvez également les réaliser avec du papier un peu épais et varier couleurs et motifs.



©Sostrene Grene

Idee n°2 : des étoiles façon origami

Vous avez des chutes de papiers peints ? Profitez-en pour fabriquer des étoiles façon origami de différentes tailles. Il suffit ensuite de les suspendre sur une étagère, une branche, un encadrement de fenêtre ou lancez-vous carrément dans une déco murale.

Idee n°3 : des boules de Noël customisées

Recyclez vos boules de Noël unies et customisez-les avec de la peinture spéciale ou de la colle et des paillettes en créant de jolis motifs. Pour un résultat chic et précieux, formez des étoiles, des ronds, des carrés ou des triangles avec du fil de fer ou de nylon sur lequel vous enfilerez des perles rondes ou baguettes. Avec des chutes de tissus, découpez par exemple des cœurs de différentes grosseurs et cousez-les bord à bord avec le lien qui permettra de les accrocher, sans oublier l'espace pour les rembourrer.

Idee n°4 : un calendrier de l'Avent DIY

Pour changer des traditionnels calendriers de l'Avent, procurez-vous de petits sachets en papier à remplir de pe-

tites surprises. Imprimez ou inscrivez les chiffres au feutre doré dessus et suspendez-les sur une jolie cordelette comme une guirlande à l'aide de mini pinces. Vous pouvez également les accrocher avec un lien sur une branche de sapin. Celle-ci peut aussi vous servir d'animation au-dessus d'une table avec des boules nouées à du ruban que vous alternerez avec des photophores.

Idee n°5 : des emballages cadeaux personnalisés

Aussi utile qu'éphémère, encombrant, cher et pas toujours élégant, le papier cadeau pose problème tous les ans. A la fois sobre et raffiné, le papier kraft est une alternative économique. Tous unis dans la couleur, les cadeaux se distingueront par leur personnalisation. Il existe des ficelles originales sur lesquelles vous pourrez enfilez des perles alphabétiques avec le nom du destinataire, utiliser des fleurs séchées ou créer un motif de petits pois à la peinture.



©Jardiland

Saviez-vous que l'on pouvait coudre du papier à la machine ? Pour un emballage surprenant, n'hésitez pas à découper des formes d'étoiles ou de chaussettes et de les réunir bord à bord. Enfin pour un Noël zéro déchet, ressortez vos chutes de tissus et lancez-vous dans l'apprentissage du furoshiki. Cet art japonais consiste à envelopper les présents dans un jeu de pliage stupéfiant !

APEI-Actualités. Valérie Monnier

<p>Le Républicain DE L'ESSONNE</p> <p>Édité par les Editions de Médias d'Informations Régionales</p> <p>1, rue Jules Guesde 91130 RIS-ORANGIS</p> <p>Standard : 01.69.36.57.91</p> <p>Président et directeur de la publication, : Robert Mendibure 01.69.36.57.02</p> <p>r.mendibure@le-republicain.fr</p> <p>• Service Publicité : Isabelle Gros</p>	<p>01.69.36.57.69</p> <p>i.gros@le-republicain.fr</p>
	<p>• Service Annonces légales : Claire Mollicone - 01.69.36.57.10</p> <p>al@le-republicain.fr</p>
	<p>• Service diffusion et abonnements : Caroline Dionizio</p> <p>01.69.36.57.40</p> <p>diffusion@le-republicain.fr</p>
	<p>• Mise en page : Rédaction et prépresse.</p>
	<p>• Imprimerie : L'Imprimerie, 79, rte de Roissy, 93290 Tremblay-en-France.</p>

Sommaire

Noël à la maison : 5 idées à faire soi-même	P. 3
Pour les fêtes, choisissez la tenue qui vous inspire.....	P. 4
Beauté : le calendrier de l'avant-fêtes	P. 5
Bijoux de fêtes : multiples et spectaculaires	P. 6
Noël 2022 : vive le Made in France	P. 8 et 9
En 2022, place à un Noël responsable	P. 10
Une table conviviale et joyeuse pour les fêtes	P. 12
Les escargots, une exception française ?	P. 14
Repas de fêtes : place au cocktail dînatoire	P. 15
Les marchés de Noël en Essonne	P. 16 et 17
Les menus éco, gastro et végétarien	P. 18, 19 et 20
Horoscope 2023	P. 22 à 25



Pour les fêtes, choisissez la tenue qui vous inspire

Après deux hivers touchés par la pandémie, voilà des fêtes qui s'annoncent sous de meilleurs auspices. Pour y répondre, deux options : la tenue naturelle gage d'une belle sérénité, ou sophistiquée, exigeant préparation et recherche d'un clinquant assumé.

Tradition

Notez qu'il ne sera pas forcément obligé de choisir entre le naturel et la sophistication. Vous aurez, de toute façon, toujours deux possibilités : Noël et le Jour de l'An, la réunion de famille et la fête entre amis,



©boohooMan



©Aelis Couture

ou encore, la convivialité campagnarde et le débridé citadin.

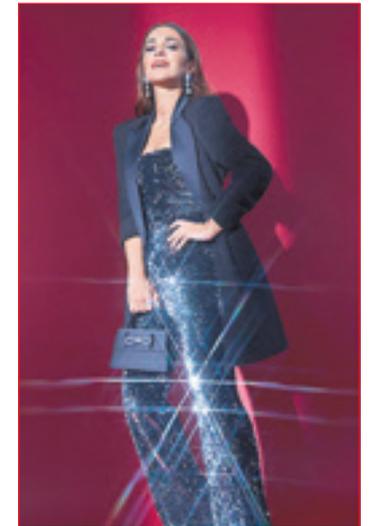
En dehors du fameux pull qui s'imposera les 24 et 25 décembre, aussi traditionnel que réconfortant, bien d'autres tenues douces et tranquilles vous conviendront selon votre moral et votre personnalité.

Ainsi, optez pour des coloris classiques tels que noir et/ou blanc pur ou cassé sur un pantalon à pinces et chemisier, un tailleur pantalon et tee-shirt, une jupe ample et blouse, le tout accessoirisé de babies, de sandales à petits talons ou de boots fines, avec un joli bandeau ou un foulard noué dans les cheveux. Et pour lui, ce sera plutôt un costume dépareillé avec chemise (sans cravate) ou tee-shirt.

Délire explosif

Si, pour finir l'année, vous préférez vous tourner vers la fantaisie, l'exubérance et les apparitions extraverties, alors à vous les drapés, les immenses collerettes de dentelle, les manches gigot extrêmes, les unis soyeux ou imprimés exubérants dans des tons excentriques, les décolletés vertigineux, les épaules dénudées, les découpes asymétriques, les fentes indiscretes à porter avec des bottes à mi-cuisse ou des sandales à talons XXL. Un vrai feu d'artifice !

Et pour lui, choisissez les mêmes matières intenses et coloris chatoyants pour laisser place à la bonne humeur et au lâcher-prise.



©primark-x-paula-echevarria

APEI-Actualités. Laurence Delsaut

VOS PRÉVISIONS ASTROLOGIQUES PERSONNALISÉES SUR UNE ANNÉE ! OFFRE SPÉCIALE RÉSERVÉE AUX LECTEURS DU RÉPUBLICAIN

Angélique PRIVAT, **Astrologue Diplômée depuis 27 ans et auteur de votre HOROSCOPE SPECIAL 2023** dans votre quotidien, vous propose une prévision détaillée sur 1 année, dans tous les secteurs de votre vie (12 à 15 pages). Cette étude étonnante vous permettra de mieux gérer votre vie car vous découvrirez à l'avance les événements à venir, votre état d'esprit, les bonnes opportunités à saisir, les périodes durant lesquelles vous protéger le plus et surtout, vous éviterez les embûches possibles !

Pour connaître mes références, **consultez mon site internet : www.astrologue-conseils.fr**
Alors, n'hésitez plus et prenez votre destin en main !

Cette étude vous est proposée à 49,99 € au lieu de 54,99 €



Pour la commander : remplissez le bon, retournez-le avec votre règlement de 49,99 € à : Madame Privat
12, rue d'Assas - 63400 Chamalières
Vous recevrez vos prévisions sur une Année, sous 5 à 7 jours !

Coupon pour vos prévisions personnalisées sur une année complète

Nom Prénom
Adresse
Ville Code postal
Adresse mail
Date de naissance Heure N° du dpt ...
Ci-joint règlement de 49,99 € au lieu de 54,99 € Signature



Beauté : le calendrier de l'avant-fêtes

Le compte à rebours est lancé ! On se prépare mentalement et physiquement aux fêtes de fin d'année. Objectif : se sentir bien et se faire plaisir.

Avant toute chose, pensez à soigner votre teint. Il s'agit de l'unifier au maximum afin d'éviter les zones brillantes et de lui donner un aspect « peau de pêche ». Démaquillez-vous pour enlever les impuretés, sans agresser votre peau. L'hiver, celle-ci est souvent plus sèche, il faut donc agir en douceur.

La bonne idée est de préparer sa peau en amont, une dizaine de jours avant les fêtes, avec un sérum peeling qui va traiter vos imperfections, toujours en douceur. Offrez-vous un lifting naturel en utilisant un roller ou un gua sha en pierre de jade.

Appliquez ensuite votre crème hydratante préférée. Vous aurez ainsi fait la chasse aux zones brillantes. Choisissez un fond de teint légèrement plus clair que votre peau, unifiez avec une poudre-soin et bio. N'oubliez pas le décolleté, à sublimer avec une huile pailletée.

Yeux et bouche jouent les stars

Pour un effet très naturel, choisissez une BB crème correctrice, vous pouvez l'utiliser pour gommer les cernes.

Offre-vous aussi un nouveau regard avec le yoga des yeux, en tonifiant les muscles qui les entourent. Utilisez une eau florale décongestionnante au bleuets, en compresses ou des patchs pour défroisser cette zone si fragile.

Ne surchargez pas les paupières, mettez en valeur votre ombre préférée avec une touche argentée ou dorée au-dessus de l'œil.

Enfin, soignez vos lèvres en effectuant un léger gommage au miel et au sucre, ou rafraîchissant au citron ou à la menthe. Hydratez avec un baume naturel et appliquez un baume repulpant pour les lèvres.

Effet waouh garanti pour vivre ces fêtes intensément !

APEI-Actualités. Dorisse Pradal



CHÈQUES-CADEAUX LOCAUX
Grattez & Gagnez
jusqu'à 50€ à dépenser dans
les commerces du Val d'Essonne

Retrouvez la liste des commerçants locaux participants
sur le site et l'application mobile : Les Vitrines du Val d'Essonne

Chèques valables du 01/12/2022 au 31/03/2023 offerts par la CCVE.
Modalités et commerces participants sur valessonne-vitrines.fr ou en flashant ce code

Logo Val d'Essonne (Communauté de Communes du Val d'Essonne) and logo Les Vitrines du Val d'Essonne.

Bijoux de fêtes : multiples et spectaculaires

Depuis la rentrée, les bijoux nous charment. Ils nous font de l'œil, entre brillance et délicatesse, métaux et strass, pierres de couleur et perles. Une belle diversité qui les rend très présents en offrant d'infinies variations.

Triptyque

Pour les fêtes, encore plus qu'au quotidien, on joue le tiercé gagnant : collier ou pendentif, boucles d'oreille, bracelets.... Veillez au volume ou à la multiplication, selon les modèles choisis.

Chaînes à gros anneaux ou multi-liens en nombre autour du cou et aux poignets, enrichis de motifs ou de pendeloques dans l'esprit gri-gri, mini boucles à raison de trois par oreille ou une seule, mais plus ample, toutes agrémentées de petites pierres aux tons vifs ou de strass... Strass que l'on retrouve d'ail-



©Etsy

leurs sur d'autres pièces comme les bustiers, chaussures et sacs, les transformant en d'étonnants bijoux !

Toujours plus

Une fois choisies les trois valeurs de base, n'hésitez pas à « en rajouter ». Les bagues volumineuses à motifs fleuris ou émaillés, avec écusson ou blason, dans la pure tradition masculine sont très en vogue cet hiver. On note également deux grands retours : celui des perles dont les rangs se portent par trois ou cinq, ou pendent largement aux oreilles ; et celui des broches, au revers des vestes, au col des robes mais aussi au bord des sacs ou au pli des châles.

Enfin, les cheveux ne sont pas en reste. Les coiffures légèrement gonflées s'animent, maintenues de grosses pinces toutes décorées ou de serre-têtes épais et brodés...

APEI-Actualités. Laurence Delsaut

GoldUnion

LA RÉFÉRENCE DU RACHAT D'OR

100€ Offerts

*Pour toute transaction supérieure ou égale à 50 gr d'or

**EXPERTISE
GRATUITE**

**Le meilleur moyen
de VENDRE
DE L'OR**

**Nous rachetons
Pièces de monnaies,
♦BIJOUX CASSÉS♦
neufs, argenterie, lingots
au meilleur prix du marché...**

goldunion.fr

156, rue de Paris
91120 Palaiseau
01 77 06 49 79



.....
**DISTRIBUTEUR
AGRÉÉ**
.....





futuroscope

TOUTES LES FORCES D'ATTRACTION

19 NOV. - 02 JAN.

GRATUIT
POUR LES ENFANTS*



* Offre valable sur les séjours en réservation uniquement, modalités et informations sur futuroscope.com.
SAS Futuroscope Destination - RCS Poitiers 8 400 857 090 - GloryParis, Geniusandco, G. Laming, Architects, J. Audy, Futuroscope.



Noël 2022 : vive le Made in France

La tendance du Made in France (MIF) s'installe véritablement dans les foyers français. Un cadeau, c'est bien. Un cadeau pensé, voire fabriqué dans l'Hexagone, c'est encore mieux !

Ce n'est pas un hasard si le salon MIF cartonne, chaque automne, au Parc des exposition à Paris. Le Made in France y est uniquement présenté et unanimement apprécié. Et cela vaut dans tous les domaines !

Alors, évidemment, le jouet français n'échappe pas à la tendance et se porte plutôt bien. Qu'il soit créé ou fabriqué dans l'Hexagone, il pèse autour de 15 % du chiffre d'affaires total de la catégorie. On peut donc, sans trop se tromper, imaginer que, dans chaque foyer, au moins un cadeau sera estampillé MIF cet hiver. Et on ne vous parle pas uniquement des jouets car toutes les catégories sont concernées.

Les Cocoricos du jouet

Noël étant avant tout la fête des enfants, on commencera par eux. Si vous souhaitez opter pour du MIF, sachez que les enseignes spécialistes du jouet ont créé, en 2022, Les Cocoricos du jouet.



Marchande délices : ©Ecoiffier

Lors de cette première édition, ils ont élu 13 jouets français (un jouet par catégorie). Le prix Coup de cœur revient à L'arbre magique des Klorofil de la marque Vulli (41,99 €) mais on peut également citer les marques Bioviva, Smoby, Jeujura, Ecoiffier, Doudou et Compagnie et autres Corolle qui portent haut le savoir-faire français.

Jeux et jouets MIF



Avion pompier : ©Ecoiffier

De MIF, il est encore question avec ce nouveau jeu ludique et gourmand pour les enfants, dès 8 ans, créé par la jeune maison d'édition Victoire. BabaOrum est un jeu stratégique et culturel sur la pâtisserie française, éco conçu à Aix et fabriqué à Troyes, pour sensibiliser le jeune public au savoir-faire culinaire de la pâtisserie, connaître la culture sucrée, développer la curiosité et cuisiner en s'amusant (30 €).

Avec Le Couise, un quiz entièrement fabriqué en France, testez vos connaissances en histoire, géographie, économie, littérature,



Le Couise boîte 3d : ©Atalia

loisirs, médias, sports et améliorez votre culture générale 100 % France (dès 12 ans, 27 €).

Autre produit français qui nous avait déjà séduit l'an passé, la marque Amulette. La nouveauté 2022 : le coffret Si je parlais en vacances invite les 6-10 ans à préparer, imaginer et raconter leurs voyages en Australie, Bretagne ou à New York (32,90 €).

Et que dire des adorables peluches Pioupiou & Merveilles (à partir de 39,90 €), ultra douces au toucher et dont le processus industriel a été revisité pour qu'elles puissent être fabriquées en France.



Peluches Pioupiou & Merveilles : ©Pioupiou & Merveilles

Pour tous les âges

Cette quête du Made in France ne touche évidemment pas que les cadeaux destinés aux enfants. Les adultes aussi ont droit à leur MIF. Pour eux, l'éventail est large. Textile, déco, produits de beauté sont autant de possibilités de faire plaisir tout en préservant



Bijoux : ©Saunier

le savoir-faire français. En bijoux aussi, les marques françaises, à l'image de Saunier par exemple, rivalisent de choix pour séduire le plus grand nombre.



Bijoux : ©Saunier

Des sites, comme Lesitedumadeinfrance.fr, recensent d'ailleurs les produits estampillés France pour vous permettre de ne pas vous tromper.

Rappelons que les marquages « Fabriqué en France », « Produit en France », « Made in France »



ou « Origine France Garantie » sont des mentions que les fabricants ou les distributeurs peuvent faire figurer, sous certaines conditions, sur leur produit pour attester de leur origine française. Attention donc aux marquages ambigus ou



Voilà Surprise : ©Voilà



Poupée Priscille : ©Corolle

trompeurs. Si vous achetez en boutique, le commerçant sera à même de vous

renseigner.

Si vous avez plutôt envie de laisser faire le hasard, optez pour la pochette surprise Voilà. Chacune



Tableau multifonctions : ©Jeujura



Voilà Surprise : ©Voilà

d'elle contient 4 à 8 produits fabriqués en France et écoresponsables, allant des cosmétiques aux bijoux en passant par des accessoires de mode ou de cuisine (à partir de 49 €).

*Les prix indiqués sont des prix de vente conseillés

APEI-Actualités

Un mobile reconditionné et un forfait à ce prix-là, ce n'est pas de la magie, c'est Orange.

orange™



iPhone SE
64 Go
reconditionné
1€*
avec une offre de reprise

Bonus reconditionné
20€
en chèques cadeaux⁽¹⁾

et avec le forfait Série Limitée 40Go à 16,99 €/mois pour les nouveaux clients⁽²⁾ pendant 12 mois puis 21,99 €/mois⁽³⁾ pour clients Pack Open

DAS tête : 0,98 W/kg
DAS tronc : 0,99 W/kg
DAS membres : 3,29 W/kg

* Soit 51 € avec le forfait Série Limitée 40Go avec engagement 24 mois – 50 € de bonus reprise pour le rachat d'un mobile⁽⁴⁾.

⁽¹⁾ Kit mains-libres recommandé. Offre soumise à conditions, valable en France métropolitaine du 17/11/2022 au 01/02/2023, réservée aux particuliers propriétaires de mobiles éligibles, pour toute nouvelle souscription de la Série Limitée forfait mobile 40Go. Non valable pour les clients détenteurs d'une offre Orange ou Sosh changeant d'offre. Conditions sur orange.fr

⁽²⁾ Offre cumulée avec le Bonus reprise et/ou remise immédiate et/ou le Bonus réparation. Détails et conditions des offres en boutique ou sur orange.fr. ⁽³⁾ Offre de remboursement différé de 5 €/mois pendant 12 mois sur facture pour les nouvelles ouvertures de ligne sous réserve de n'avoir pas résilié d'offre Orange au cours des trois derniers mois à compter du 17/08/2022. Offre de remboursement non cumulable. Détails et formulaire sur orange.fr. ⁽⁴⁾ Tarif réservé aux particuliers, dans la limite de 4 forfaits mobile par Pack Open, incluant une remise sur le tarif du forfait 40Go avec mobile à 28,99 €/mois du 17/11/2022 au 01/02/2023. Perte de remise en cas de : changement d'offre, résiliation du Pack Open, demande de suppression de la remise par le client Pack Open. ⁽⁵⁾ Pour l'achat d'un iPhone SE 2020 64Go noir parfait état reconditionné par CADAQZ. Orange rachète votre ancien iPhone 50 € de plus que sa valeur estimée (sans valeur minimum de reprise). Remise et conditions en boutique Orange.



En 2022, place à un Noël responsable

Pour ce Noël 2022, plus que jamais, les Français optent pour une démarche éco-responsable. Ils font la chasse au gaspillage en favorisant les cadeaux d'occasion et respectent l'environnement en sélectionnant des matériaux recyclés et recyclables.

Les consommateurs sont de plus en plus sensibles aux valeurs sociétales, à l'environnement et au monde qu'ils souhaitent transmettre aux générations futures. Qu'on parle d'économie circulaire, d'emballages ou produits recyclables, de seconde main, les comportements évoluent et s'affichent telle une tendance qui dure, perdure et s'intensifie au fil des ans.

Alors si vous optez pour un cadeau écoresponsable ou d'occasion, il y a fort à parier que votre démarche sera approuvée à 200 % par celui ou celle à qui vous le destinez.

Du côté des enfants

L'écoresponsabilité n'a pas d'âge ! Nous avons craqué pour les coussins Econimals rondouilllets de Gipsy Toys. Ces superbes oreillers en peluche, en forme de tête de chat, de koala, de souris ou de renard, extrêmement moelleux et confortables, sont conçus et fabriqués à partir de bouteilles en plastique post consommation 100 % recyclées. De quoi donner une seconde vie aux déchets plastiques ! (dès la naissance, 22,90 €).



Ecoanimals : ©Gipsy Toys



Maelle l'abeille : ©Vtech

(20 €) ou Nino Eléphantéau Emploi 3 en 1 (20 €).

La marque Smartivity mise sur un flipper et un baby-foot, en bois durable ou recyclé, inédits et faciles à construire (40 € l'unité).

Du côté des plus grands

Depuis quelques années déjà, les cadeaux green s'imposent au pied du sapin. Les adultes apprécient les cadeaux responsables pour remplacer les produits jetables et limi-



Green Now : ©Onatera

ter les déchets. De même, les cosmétiques passent du liquide au solide. Ils nécessitent ainsi moins d'emballages et une consommation durable. Autre possibilité, les coffrets DIY à réaliser soi-même.

Même les bijoux s'affichent aujourd'hui en plastiques recyclés et en verre

pour allier valeurs sociales et environnementales tout en conservant une belle part d'esthétisme.

Les textiles aussi tendent vers une démarche vertueuse. Le coton bio ou les matières recyclées séduisent et poussent même à acheter un peu plus cher pourvu que la planète soit un peu épargnée.

Seconde main

D'ailleurs, pour prendre soin de notre environnement, beaucoup opteront cette année pour la seconde main. Moins produire, c'est automatique moins consommer !



Cadeau green 2 : ©Pixel-Shot/AdobeStock

En effet, plus d'un Français sur deux se dit prêt à offrir un cadeau de seconde main. Une belle manière de préserver la planète et de limiter les dépenses alors que l'inflation fait grimper tous les prix, quels que soient les produits.

Les pratiques et les regards ont changé. C'est une démarche raisonnée et assumée. La plupart des enseignes, y compris de jouets, consacrent désormais un rayon aux objets d'occasion. D'autres se lancent dans la location (vêtements, jouets) pour profiter sans se lasser, pour changer sans surconsommer.

Dans le monde de la joaillerie, la tendance est également présente. Cette fois, les bijoux anciens de famille, un peu trop connotés, sont retravaillés et modernisés. Il n'est plus question de les laisser dormir dans un coffret à bijoux mais bien de leur offrir une seconde vie.

*Les prix indiqués sont des prix de vente conseillés



Noël green : ©Floydine/AdobeStock



nouvelle audition



SATCHLIAN Kévork

Audioprothésiste DE

Audiologie de l'Enfant DU

Le Spécialiste de l'ADULTE & de l'ENFANT

ESSAI GRATUIT

APPAREILLAGE AUDITIF

ACCESSOIRES MALENTENDANTS

ECOUTE TELEVISION SANS FIL

TELEPHONE AMPLIFIE

REVEILS

IDEES CADEAUX



Casque
sans fil



Téléphone
amplifié



Téléphone
amplifié
sans fil



Portables
amplifiés



Réveil
vibrant

39, route de Corbeil, 91390 MORSANG-SUR-ORGE, (à 50 m de DARTY)



01 69 04 12 58 - www.nouvelleaudition.fr

du lundi au samedi de 9h à 19h sur rendez-vous





Une table conviviale et joyeuse pour les fêtes

Les fêtes approchent, les invitations sont lancées... En ligne de mire : de jolies réunions amicales et familiales avec, comme mots d'ordre, bien-être et naturel.

La nappe, un classique élégant



©Linvosges

Si la nappe, en coton ou en lin, reste un fleuron des occasions exceptionnelles, elle n'est pas la seule à mettre la table en beauté. Bien sûr, elle affectionne, pour les fêtes de fin d'année, les imprimés de saison déclinant gui, houx et sapin ou, plus ludiques, boules, guirlandes et santons.

Elle sait également se faire discrète, toute de blanc ou d'uni pastel, parfois agrémentée de quelques broderies, dentelles ou fins motifs ton sur ton, pour mettre en valeur vaisselle, verrerie et décorations telles que branches de sapin, bou-

geoirs, bougies, crackers et fleurs. Avec elle, la table sera toujours élégante mais classique.

Les détails qui comptent

Cet hiver, la nappe se trouve concurrencée par d'autres présentations, marginales bien qu'en développement ces dernières années, qui se parent de motifs et détails autorisant moult variations.

Voyez donc les chemins et les sets de table. Ils ont l'avantage de laisser paraître la table elle-même, d'alléger la présentation en créant une ambiance festive tout en simplici-



©Habitat

té. Le mélange des matières, des couleurs et des imprimés est rendu possible, le rappel au salon (coussins, plateau...) comme en cuisine s'impose... Notez par ailleurs, deux grandes tendances : les rubans, noués autour des couverts, verres, serviettes, bougies ou sapin, et l'harmonie d'ambiance des éléments de décoration dans toute la maison !



©Cherith Harrison

APEI-Actualités.
Laurence Delsaut

2, place Saint-Gilles
91150 Etampes

LE KASHMIR
RESTAURANT

Spécialités Indiennes
et Pakistanaises

Ouvert tous les jours 7 j/7

Service de livraison via Uber Eats

www.lekashmir.fr

Tél. : 01 69 78 08 81 - 01 64 94 04 52



©Sophie Allport

PETIT TRAIN DE NOËL

3 et 4 décembre 2022



L'Association des Commerçants

aura le plaisir de vous offrir une promenade dans un **Petit Train de Noël** afin de pouvoir admirer les vitrines des commerçants décorées à l'occasion des fêtes.

L'ACA invite à nouveau le **Père Noël** cette année ! Il vous accompagnera, à l'intérieur du train, et distribuera des clémentines, accompagné de deux lutines.

Les départs se feront à partir du Parc Pablo Neruda

Samedi - 11h / 12h30 / 15h / 16h30 / 18h - Dimanche - 10h / 11h30

Nous vous attendons nombreux !

Le 3 décembre, chez notre Commerçant **CAFE MONBIJOU**, venez rencontrer **Francine Fritel**, de l'Association **Roger Riou**, qui vous proposera de nombreux produits artisanaux et culinaires de Madagascar et de Haïti.

Les recettes seront intégralement destinées à aider les populations particulièrement déshéritées.

Vous aurez également le plaisir de découvrir de nombreuses animations organisées par la **Municipalité**.

Le 3 décembre marquera le début des **Féeries Génovéfaines** jusqu'au 2 janvier 2023

Les membres de l'**ACA** vous souhaitent,
à toutes et à tous,
de merveilleuses fêtes de fin d'année !



Les escargots, une exception française ?

Ces bêtes à cornes sont synonymes de repas de fêtes. Accompagnés d'une persillade, ils mettent nos sens en émoi...

Plutôt que d'exception française, on devrait parler de passion. Les Français consomment 16 mille tonnes d'escargots par an en moyenne. Seul problème, il n'existe en France que 400 héliculteurs ou fermes hélicoles et la production n'est pas suffisante pour combler nos envies d'escargots en période de fêtes.

Soutenir la filière française

« 90 % des escargots sont importés, explique Steve Trolley de Chapeau l'escargot*, éleveur d'escargots biologiques à Tonquédec dans les Côtes-d'Armor. Lorsque vous choisissez, il faut absolument vérifier la provenance des escargots. Acheter ses escargots à un éleveur permet de connaître sa traçabilité. Il faut que l'escargot soit né,



©Deniskarpenkov/AdobeStock

élevé et cuisiné en France ». C'est aussi un moyen de soutenir la filière française.

Les escargots sont souvent importés d'Europe de l'Est. Ils sont moins savoureux et moins charnus que nos « petits gris » et « escargots de Bourgogne ».

Sachez que nous ne sommes pas les seuls à raffoler des escargots. En Crète, ils sont préparés avec du miel, de l'huile d'olive, du citron. On les aime également en Turquie et bien évidemment en Pologne, grand pays exportateur d'escargots. L'Ukraine était également un fournisseur important d'escargots pour l'Europe occidentale.

*<http://www.chapeaulescargot.com>

APEI-Actualités. D.P.

BRICO MARCHÉ

Décoration - Peinture
Bâti - Bricolage
Jardin - Animalerie



ZA du Chênet - 4, rue des Ormes
91490 MILLY-LA-FORET

Tél. : 01.64.98.90.04

Du lundi au vendredi : 9h - 12h et 14h - 19h

Samedi : 9h - 19h - Dimanche : 9h - 12h

La Ville du Bois
Escale, 14 chemin des Berges

Dimanche à 15h30
Spectacle pour enfants
A partir de 3 ans

Vend. 9 décembre 18h-21h30
Sam. 10 décembre 10h30-19h30
Dim. 11 décembre 10h30-18h

Marché de Noël

Entrée gratuite
Visite du Père Noël, ateliers créatifs,
stands alimentaires et artisanaux de Noël,
restauration sur place...

GRAND TOMBOLA

Service Culturel
01 64 49 55 40
culture.sport@lavilledubois.fr
www.lavilledubois.fr

EVASION

La Ville du BOIS



Repas de fêtes : place au cocktail dînatoire

Votre repas de Noël 2022, vous le voyez comment ? En version classique, soit tous à table ou plutôt en mode cocktail dînatoire... La 2^e version tient la corde cette année.

Du toast à l'aumônière...

Pratique mais souvent trop sucré, troquez le pain de mie pour la traditionnelle french baguette coupée en fines tranches. On peut aussi faire griller des pains aux graines, aux fruits secs... Oubliez les tartinades toutes prêtes et mariez le foie gras et la mangue, le saumon avec une mousse de citron, les combinaisons sont nombreuses.

Vous pouvez aussi proposer un chutney d'oignons sur des tranches de radis noir, ou encore garnir des feuilles d'endives de surimi, de sauce au thon...

Les mini-bouchées se préparent en tartelettes, mini-gaufres, mini-burgers, bagels ou en aumônières joliment entourées d'un brin de ciboulette.

La verrine est parfaite pour ceux qui sont un peu réticents à l'ambiance finger food. Chèvre frais, rillettes de saumon,

mousse de jambon et tomates confites, betteraves cuites et guacamole, crevettes à la mangue, à l'avocat... Là encore, seule votre imagination est au pouvoir.

Variez les contenants, choisissez des petits plats, des terrines, des cuillères en porcelaine.... L'élégance et la présentation sont les éléments clés d'un cocktail dînatoire réussi.

De l'entrée au dessert

Ne faites pas l'impasse sur l'équilibre entre légumes, viande, poisson et entre plats chauds et froids.

Terminez sur une note légère à base de fruits frais, de mousse, de tiramisu revisité... Autre option, vous pouvez terminer sur une note glacée, une traditionnelle bûche ou une jolie ronde des desserts, comme en Provence, avec des mendiants et des fruits confits ou fourrés à la pâte d'amande.

APEI-Actualités. D.P.



Poissonnier Traiteur de la mer



Du mardi au samedi

de 8h30 à 19h30 sans interruption

Ouvert les dimanches 4, 11 et 18 décembre de 8h30 à 12h30

Homard français vivant Plateau de fruits de mer



Arrivage d'huîtres en direct de l'ostréiculteur de Marennes d'Oléron



27, rue Camille Desmoulin - Juvisy-sur-Orge
Centre commercial de l'Intermarché



01 69 45 18 80 - www.juvisy-maree.fr

Marchés de Noël de décembre

Angerville

Samedi 10 et dimanche 11 de 10h à 19h
à la salle polyvalente.

Arpajon

Vendredi 9 de 10h à 20h, samedi 10 de
10h à 19h et dimanche 11 de 10h à 18h.
Parvis de la Mairie.

Athis-Mons

Vendredi 2 de 19h à 22h,
samedi 3 et dimanche 4 de 10h à 19h.
place Jean-Jaurès.

Ballancourt-sur-Essonne

Samedi 10 de 10h à 20h et
dimanche 11 de 10h à 18h
à l'Espace Daniel Salvi

Boissy-le-Sec

Dimanche 4 de 9h à 18h.
Rue des Chicards.

Boissy-sous-Saint-Yon

Samedi 10 de 11h à 21h et
dimanche 11 de 10h à 17h
au complexe sportif du Jeu de Paume.

Bouray-sur-Juine

Samedi 3 de 15h à 20h et
dimanche 4 de 10h à 17h à la salle
polyvalente du Noyer Courteau.

Boussy-Saint-Antoine

Samedi 17 et dimanche 18 de 10h à 18h
dans la cour de la Ferme.

Boutigny-sur-Essonne

Samedi 3 de 8h à 14h.
Parking de la gare

Bures-sur-Yvette

Samedi 10 de 10h à 21h et dimanche 11
de 10h à 18h à la Grande Maison,
rue Charles de Gaulle.

Cerny

Samedi 10 de 10h à 19h et
dimanche 11 de 10h à 18h
au complexe sportif Jean Ségalar.

Champcueil

Samedi 3 et dimanche 4 de 10h à 19h
au foyer Rural, 4 rue Royale.

Chilly-Mazarin

Samedi 3 de 14h à 19h et dimanche 4 de
11h à 18h au domaine de Bel Abord,
place du 8 Mai 1945.

Corbell-Essonnes

Du samedi 17 au samedi 24
sur le parking Grété.

Corbreuse

Dimanche 11 de 10h à 18h.
Place Etienne de Garlande.

Crosne

Samedi 10 et dimanche 11
au parc Anatole France.

Dourdan

Samedi 10 et dimanche 11 de 9h à 18h
au centre culturel René Cassin.

Draveil

Vendredi 2 de 16h à 22h et samedi 3
de 11h à 22h. Place du Marché.

Epinay-sur-Orge

Dimanche 11 de 10h à 19h
à l'hôtel de Ville, rue de l'Eglise.

Etampes

Samedi 10 de 10h à 20h et
dimanche 11 de 10h à 19h
au gymnase René Jouanny

Etiolles

Samedi 10 de 10h à 19h au lycée hôtelier

Étréchy

Samedi 3 et dimanche 4 de 10h à 19h
à l'Espace Jean Monnet

Evry-Courcouronnes

Samedi 3 de 10h à 18h au centre
commercial du Parc de Petit Bourg.
Samedi 3 et dimanche 4 de 9h à 19h
au gymnase Plat

Neury-Mérogis

Samedi 10 et dimanche 11 sur le parking
du gymnase Jacques Anquetil.

Forges-les-Bains

Samedi 10 de 11h à 20h30 et dimanche
11 de 10h à 18h au parc des thermes.

Gif-sur-Yvette

Du vendredi 9 au dimanche 11
dans le parc de la Mairie.

Grigny

Samedi 17 à la halle sportive et
culturelle Jean-Louis Henry.

Guilbeville

Samedi 17 de 10h à 19h et
dimanche 18 de 10h à 18h
à l'Espace culturel Joséphine Baker.

Guillerval

Samedi 3 de 10h à 22h
dans la cour de la Mairie.
Passage du Père Noël à 15h.

Igny

Samedi 10 de 10h à 19h et
dimanche 11 de 10h à 18h30.
Place de la Mairie.

Janville-sur-Juine

Dimanche 4 de 10h à 18h
à la salle communale, 40 Grande Rue.

Janvry

Vendredi 2 de 12h à 20h, samedi 3 et
dimanche 4 de 10h à 19h
à la petite ferme, rue des Genévriers.

Juvisy-sur-Orge

Du vendredi 9 au dimanche 11
dans la rue piétonne.

La Ferté-Alais

Samedi 10 et dimanche 11
sur la place du marché.

La Ville-du-Bois

Vendredi 9 de 16h à 21h30,
samedi 10 de 10h30 à 19h30 et
dimanche 11 de 10h30 à 18h
à l'Escal, 14 chemin des Berges.

Lardy

Samedi 10 de 13h à 21h30 et
dimanche 11 de 10h à 18h
au gymnase Cornuel

Le Coudray-Montceaux

Samedi 17 et dimanche 18 à partir
de 10h au gymnase David Douillet.



Le Plessis-Pâté

Vendredi 2 de 16h à 20h et samedi 3 de 10h à 17h à l'Espace Michel Berger.

Les Ulis

Du vendredi 16 au dimanche 18 au parc urbain.

Leudeville

Samedi 3 de 11h à 19h et dimanche 4 de 10h à 17h à la salle des loisirs.

Linas

Samedi 3 et dimanche 4 de 11h à 19h au parc de la Source (face à la Mairie).

Longpont-sur-Orge

Samedi 10 et dimanche 11 sur la place de la mairie.

Morsang-sur-orge

Samedi 10 et dimanche 11 au château.

Morsang-sur-Seine

Samedi 3 et dimanche 4 sur la place de la Mairie.

Ollainville

Samedi 3 de 10h à 21h. Espace Aragon.

Ormoy-la-Rivière

Samedi 3 et dimanche 4 à la salle polyvalente.

Orsay

Jeu 1 et vendredi 2 de 11h à 15h au conservatoire, rue Jean Teillac.

Palaiseau

Vendredi 2 de 17h à 21h, samedi 3 de 10h à 19h et dimanche 4 de 9h à 18h, place de la Victoire.

Paray-Vieille-Poste

Samedi 10 de 14h à 21h et dimanche 11 de 12h à 19h dans les jardins de la Mairie et place Henri Barbusse.

Quincy-sous-Sénart

Samedi 3 de 10h à 18h et dimanche 4 de 10h à 17h au marché, rue de Boissy-Saint-Léger.

Roinville

Samedi 17 de 9h à 18h à la Grange de Malassis.

Saint-Michel-sur-Orge

Samedi 3 de 14h à 21h et dimanche 4 de 10h à 18h à la Mairie, 16 rue de l'Eglise.

Sainte-Genève-des-Bois

Samedi 3 et dimanche 4 au dojon.

Saintry

Vendredi 16 à partir de 16h30, samedi 17 de 10h à 20h, dimanche 18 de 10h à 15h à la Mairie

Saultx-les-Chartreux

Samedi 3 et dimanche 4 de 10h à 18h dans les locaux d'Animakt, rue du lieutenant Emile Fontaine.

Savigny-sur-Orge

Samedi 10 de 10h à 19h et dimanche 11 de 10h à 18h, place du 19 mars 1962.

Sermaise

Samedi 3 de 14h à 20h et dimanche 4 de 10h à 17h à la salle des fêtes 'la Grange'.

Solsy-sur-Seine

Samedi 3 de 11h à 19h et dimanche 4 de 10h à 18h. Av. Chevalier, allée Chevalier.

Tigery

Vendredi 9 de 14h à 20h, samedi 10 de 10h à 20h et dimanche 11 de 10h à 18h à la ferme du Plessis-Saucourt, route de Lieusaint.

Varenes-Jarcy

Samedi 3 de 14h à 19h et dimanche 4 de 10h à 18h30 au gymnase Sandrine Martinet.

Verrières-le-Buisson

Samedi 3 et dimanche 4 de 10h à 18h au centre-ville.

Vert-le-Petit

Dimanche 11 de 10h à 18h dans la cour de la médiathèque Jean-Louis Barrault.

Videlles

Samedi 10 à la Mairie.

Vigneux-sur-Seine

Vendredi 9 de 19h à 22h, samedi 10 de 11h à 20h et dimanche 11 de 11h à 19h au parc du Gros Buisson.

Villabé

Du vendredi 2 à 16h30 au dimanche 4 au centre de loisirs.

Villeneuve-sur-Auvers

Samedi 10 de 15h à 19h et dimanche 11 de 10h à 18h à la salle polyvalente.

Villiers-le-Bâcle

Samedi 10 de 11h à 18h. Allée de l'école et place Foujita.

Villiers-sur-Orge

Samedi 10 de 10h à 22h à l'Espace Colette.

Viry-Châtillon

Vendredi 2 de 17h à 21h, samedi 3 de 10h à 19h et dimanche 4 de 10h à 18h. Place des martyrs de chateaubriand.

Wissous

Samedi 10 et dimanche 11 de 10h à 12h30 et de 14h à 19h au centre omnisports du Cucheron.

Yerres

Samedi 10, dimanche 11 et mercredi 14 de 10h à 13h et de 14h à 19h, du samedi 17 au vendredi 23 de 10h à 19h et samedi 24 de 10h à 16h. Place de l'Eglise.





Menu Gastro

Œufs à la royale

Pour 4 personnes : 4 gros œufs, 30 g de caviar, 10 cl de crème liquide entière froide, 4 tranches de pain de mie, du cerfeuil, sel et poivre blanc.

Mettez un saladier et les fouets d'un batteur électrique au congélateur. Faites bouillir de l'eau dans un cuit-vapeur. Rincez, séchez et ciselez le cerfeuil.

Découpez une calotte à 1/3 de la hauteur des œufs avec de petits ciseaux pointus. Faites couler le blanc pour l'éliminer et conservez les jaunes dans les coquilles.

Parsemez de cerfeuil ciselé, salez et poivrez.

Sortez le saladier, versez-y la crème froide et montez-la en chantilly. Réservez-la dans une poche à douille au réfrigérateur.

Otez la croûte du pain de mie. Toastez légèrement les tranches puis détaillez les en mouillettes.

Posez les œufs dans des coquetiers résistant à la chaleur, installez-les dans le panier-vapeur et faites-les cuire 3 min.

Servir les œufs dans les coquetiers ou sur un lit de gros sel. Garnissez-les de caviar et décorez de chantilly.

Servez avec les mouillettes.



Ossobuco de lotte aux champignons

Pour 6 personnes : 6 médaillons de lotte, 200 g de champignons de Paris, 150 g de petites girolles, 100 g de trompettes-de-la-mort, 50 g de jambon cru, 1 tomate, 1 oignon, 2 cuil. à soupe de marsala, 70 g de beurre, 1 cube de bouillon de poule, 5 cl d'huile, sel et poivre

Pour la gremolata : zeste d'1 citron et d'1 orange bio, 2 gousses d'ail, 2 filets d'anchois à l'huile, 1 poignée de jeune roquette

Ficelez chaque médaillon de lotte en gardant l'arête centrale, salez et poivrez. Nettoyez les champignons. Ebouillantez la tomate 10 sec, pelez et concassez-la. Emincez l'oignon.

Préparation de la gremolata : hachez au couteau l'ail les anchois et la roquette. Dans une sauteuse, faites cuire l'oignon à l'huile. Ajoutez la tomate et le jambon en lanières, cuire 5 min en remuant. Ajoutez le marsala, 10 cl d'eau et émiettez le cube de bouillon. Laissez frémir 10 min.

Faites poêler les champignons avec 20 g de beurre, salez et poivrez-les. Réservez au chaud. Posez les médaillons dans la sauteuse et faites cuire 5 min en les retournant une fois. Egouttez-les et disposez-les dans un plat avec les champignons.

Faites réduire la sauce sur feu vif 2-3 min. Ajoutez le reste de beurre en parcelles en fouettant. Incorporez la gremolata. Nappez les médaillons de cette sauce.

Servez avec un risotto au safran ou des frites de polenta.

Bûche chocolat marrons glacés

Pour 8 personnes : 250g de crème de marrons, 100g de brisures de marrons glacés, 4 marrons glacés, 250g de mascarpone, 4 œufs, 125g de sucre, 125g de beurre, 125g de farine, 40g de cacao en poudre non sucré, 200g de chocolat noir

Préchauffez le four à 190°C. Faites fondre 25g de beurre et réservez. Battez les œufs avec le sucre, mettez au bain-marie et fouettez jusqu'à ce que le mélange double de volume. Retirez du bain-marie et continuez à fouetter pour refroidir. Incorporez la farine tamisée, le cacao puis ajoutez le beurre fondu. Étalez sur une plaque recouverte de papier cuisson et enfournez 10 min.

Retournez sur un linge humide, enrroulez puis laissez refroidir. Battez le mascarpone avec la crème de marrons puis ajoutez les brisures de marrons. Déroulez la génoise et étalez la crème dessus. Roulez à nouveau et coupez les extrémités.

Cassez le chocolat et faites le fondre au bain-marie. Hors du feu, ajoutez le beurre restant.

Laissez refroidir. Recouvrir la bûche de ce glaçage et décorez avec les marrons glacés. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.





Menu éco

Terrine de foie de volaille façon foie gras

Pour 8 personnes : 500 g de foies de volaille, 250 g de beurre à la fleur de sel (à température ambiante), ½ l de lait demi-écrémé, 2 c. à soupe de Porto blanc, 2 c. à soupe de Cognac, 3 pincées de poivre

Déveinez les foies de volaille et sortez le beurre du frigo. Versez le lait dans un saladier et laissez y tremper les foies déveinés pendant 2 h au frigo. Bien les égoutter et faire revenir à la poêle 5 min (avec une noisette de beurre pris dans les 250 g) à feu moyen jusqu'à ce qu'ils soient encore à peine rosés à cœur.

Au mixeur, mixez les foies cuits, avec le beurre, le Porto, le Cognac et le poivre. Versez et tassez le mélange dans une terrine de 10 cm x 15 cm environ et 6 cm de haut (tapissez de film alimentaire si vous désirez démouler). Couvrir d'un film alimentaire bien en contact avec la préparation pour ne pas laisser passer d'air.

Laissez prendre une nuit au réfrigérateur et servir dans la terrine ou sur une assiette après démoulage.

Dégustez sur des toasts chauds de pain brioché ou de pain d'épices avec un peu de fleur de sel.



Filet de saumon feuilleté aux épices de Noël

Pour 6 personnes : 6 pavés de saumon de 150 g (sans peau ni arête), 1 jaune d'œuf, 500 g de pâte feuilletée, 1 sachet de court-bouillon, 2 clous de girofle, 1 pincée de cannelle, 1 pincée de gingembre, sel et poivre

Préchauffez le four à 210 °C. Délayez le sachet de court-bouillon dans 1 l d'eau salée et portez à ébullition. Faites-y pocher les pavés 10 min et égouttez-les. Concassez les clous de girofle.

Étalez la pâte feuilletée et formez deux rectangles de 25 x 12 cm. Sur l'un d'entre eux, disposez les pavés de saumon l'un à la suite de l'autre, saupoudrez des épices, salez et poivrez. Humidifiez légèrement au pinceau le pourtour de la pâte, puis recouvrez de l'autre rectangle de pâte et soudez les bords en pressant.

Badigeonnez de jaune d'œuf battu dans 1 c. à soupe d'eau. Sur la plaque tapissée de papier sulfurisé, posez le feuilleté et dessinez des écailles avec un couteau.

Enfournez 30 min.

Servez aussitôt, accompagné de crème fraîche et de ciboulette ciselée.



Bûche de Noël au chocolat et au speculoos

Pour 8 personnes

Génoise : 4 œufs, 60 g de maïzena, 60 g de speculoos, 80 g de sucre en poudre, ½ sachet de levure chimique, ½ c. à café de cannelle en poudre

Ganache : 200 g de chocolat noir à dessert, 200 g de crème fraîche liquide, 50 g de beurre

Faites bouillir la crème fraîche. Faites fondre au bain-marie le beurre coupé en morceaux et le chocolat noir cassé en carrés. Lorsqu'ils sont bien fondus, incorporez-les hors du feu à la crème fraîche. Mélangez pour obtenir une préparation homogène. Laissez refroidir la ganache.

Préchauffez le four à 200°C. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Montez-les en neige bien ferme. Fouettez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez la maïzena tamisée avec la levure chimique et la cannelle.

Mixez les speculoos pour les réduire en poudre puis ajoutez-les à la pâte à génoise. Sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé étalez la génoise en une couche uniforme.

Enfournez 10 mn. Démoulez sur un torchon humide. Roulez-la immédiatement puis laissez-la refroidir.

Déroulez alors la génoise. Tartinez-la de la ganache puis roulez-la à nouveau. Réservez-la au réfrigérateur pendant 1 h avant de la servir

Menu Végétarien

Faux-gras de Noël

Pour 6 personnes : 200 g de pois chiches, 100 g de champignons de Paris, 80 g d'huile de coco, 1 oignon rouge, 10 cl de crème végétale, 15 cl d'eau, 1 c. à café d'agar-agar, 1/2 c. à café de cannelle en poudre, 1/2 c. à café de curcuma, 1/2 c. à café de poivre, 1/2 c. à café de sel, 1 c. à soupe d'huile d'olive

Faites cuire les pois chiches. Égouttez et réservez. Émincez les champignons et faites-les cuire. Épluchez et émincez finement l'oignon rouge. Faites revenir dans une poêle avec l'huile d'olive. Versez l'oignon cuit, les pois chiches et les champignons dans le bol d'un mixeur. Ajoutez l'huile de coco, la crème végétale, le sel, le poivre et les épices. Mixez le tout afin d'obtenir une préparation lisse et homogène.

Versez l'eau dans une casserole. Ajoutez l'agar-agar et faites bouillir pendant 2 min. Versez dans le bol de votre mixeur et mixez à nouveau.

Versez la préparation dans des bocaux.



Marmite crémeuse de Noël aux champignons et pommes de terre

Pour 4 personnes : 200 g tofu ferme, 15 ml d'huile d'olive, 3 gousses d'ail hachées, 10 oignons grelot épluchés, 1 c. à soupe de romarin frais finement haché, 350 g champignons de Paris, 10 cl vin rouge, 20 cl crème liquide, ou soja cuisine, 10 cl crème fraîche, 30 ml sauce soja, 5 c. à soupe de ciboulette, 400 g de pommes de terre, 30 ml d'huile d'olive

Préchauffez le four à 225°C. Pressez le tofu. Lavez les pommes de terre, mettez-les dans un saladier et arrosez d'huile d'olive. Salez et bien mélangez. Déposez-les sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier cuisson et faites-les griller au four pendant 30 min ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres avec une croûte croustillante.

Mettez de l'huile d'olive à chauffer dans une cocotte. Faites revenir l'ail et les oignons pendant 10 min à feu moyen en mélangeant sans arrêt. Ajoutez le romarin, les champignons, les dés de tofu, et assaisonnez. Faites frire environ 5 min, ajoutez le vin et laissez cuire 5 min. Ajoutez la crème liquide, la crème fraîche, la sauce soja et laissez mijoter environ 5 min. Ajoutez les pommes de terre dans la cocotte, mélangez. Saupoudrez de romarin frais, de ciboulette et servir.

Bûche de Noël vegan

Pour 8 personnes

Génoise : 170 g farine, 30 g cacao poudre non sucré, 120 g sucre, 1 c. à café levure chimique, 1 pincée de sel, 200 ml lait de soja, 65 g huile végétale neutre

Mousse au chocolat : 120 g lait végétal, 150 g chocolat noir, 200 g de crème végétale

Préparation de la génoise : Mélangez tous les ingrédients secs. Ajoutez l'huile et le lait progressivement, ne pas trop mélanger. Étalez sur une plaque puis faire cuire à 175°C pendant 15 min. Laissez refroidir.

Préparation de la mousse au chocolat : Faites chauffer le lait. Dans un saladier faites monter votre crème. Réalisez une ganache en incorporant le chocolat à votre lait chaud, jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse. Incorporez la ganache à la crème montée en remuant au fouet ou à la spatule.

Montage de la bûche : Découpez votre génoise en 3 bandes identiques. Sur votre plat de présentation, alterner génoise, mousse au chocolat. Pour finir, recouvrez l'ensemble de votre bûche de mousse au chocolat. Avec une fourchette faites des stries irrégulières pour donner un effet bûche.



Horoscope 2023

par Angélique Privat, astrologue

Important : Cet horoscope prévisionnel est uniquement basé sur la position de votre Soleil natal, c'est à dire de votre signe, en relation avec les positions actuelles des planètes ! Il ne prend donc pas en compte d'autres éléments tout aussi importants, que sont :

- la position de l'Ascendant (votre personnalité profonde) en signe ;
- la position des 9 autres Planètes (vos potentiels) en signes et en maisons ;
- la position des 12 Maisons en signes, (les secteurs de votre vie)

Ces dernières étant calculées d'après votre date, heure précise et lieu de naissance !

Cet horoscope ne peut donc être que général et tendanciel, la précision des prévisions ne pouvant être obtenue que par une date de naissance complète !

Lorsque j'évoque un signe en particulier dans les textes qui suivent, l'interprétation reste la même pour un ascendant identique.

En 2023, Jupiter (planète d'évolution, d'expansion et de bien-être), qui reste environ 1 an dans chaque signe, traversera 2 signes cette année :

Le signe du Bélier, qu'elle traversera jusqu'au 16 mai 2023.

Le signe du Taureau, qu'elle occupera du 17 Mai au 31 Décembre 2023.

Ces 2 signes seront plus favorisés que les autres, dans leurs projets comme dans leur vie en général, durant ces 2 périodes respectives. L'optimisme, l'assurance et la volonté seront leurs principales qualités pour s'imposer.

Jupiter sera également favorable aux Lions et aux Sagittaires jusqu'au 16 mai 2023.

Puis aux Vierges et aux Capricornes, du 17 Mai jusqu'au 31 Décembre.

Saturne (planète de concrétisation et de sagesse), planète assez lente qui reste dans le même signe durant 2 ans et demi, voire 3 ans environ, restera encore dans le Verseau, mais jusqu'au 7 Mars 2023 seulement !

Les Verseaux pourront effectuer d'importantes concrétisations ou bénéficier d'une plus grande stabilisation, dans certains secteurs de leur vie, même s'ils se sentiront moins motivés, moins optimistes qu'ils ne le souhaiteraient...

Saturne sera très bénéfique aux Gémeaux, aux Balances, aux Cancres et aux Scorpions qui verront leur vie se construire ou se stabiliser, dans certains secteurs importants de leur vie, mais sans subir, eux, une baisse de motivation ou d'enthousiasme !

Ensuite, elle avancera dans le signe des Poissons jusqu'au 31 Décembre 2023.

Les Poissons entameront donc à leur tour une longue période (2 ans et demi environs) de stabilisation, de concrétisation, de sagesse mais aussi de rigueur, dans de nombreux domaines de leur vie, malgré le fait qu'ils seront moins optimistes, moins joviales et moins idéalistes qu'ils ne le sont de nature.

Uranus (planète de changement et de transformation), planète très lente puisqu'elle séjourne environ 7 ans dans un signe, va rester toute l'année en Taureau !

Les Taureaux vivront donc une longue phase de bouleversements et autres transformations importantes dans leur mode de vie : couple, résidence, famille, etc.

Ces changements seront également vécus, mais en plus positif, pour les Vierges et les Capricornes, avec des revirements positifs de situation, voire des transformations bénéfiques dans leur vie !

Neptune (planète des rêves, des idéaux et de l'inspiration artistique, entre autres), planète très lente, qui séjourne plus de 13 ans dans le même signe, restera en Poissons jusqu'à la fin de l'année.

Les Poissons auront toujours, et pendant plusieurs années encore, surtout pour le 2nd décan, la possibilité de vivre enfin en harmonie avec eux-mêmes et de réaliser certains de leurs rêves... Plus intuitifs et réceptifs encore, leurs qualités extrasensorielles pourraient leur servir de 6^{ème} sens ! Cette planète sera aussi très prometteuse pour le Cancer et le Scorpion qui verront également certains de leurs rêves ou espoirs se concrétiser.

Enfin, **Pluton** (planète de la « destruction » pour une « reconstruction », c'est à dire planète de la « régénération ») restera encore en Capricorne toute l'année (pour la dernière année !). C'est la planète la plus lointaine, mais surtout la plus lente de zodiaque : 248 ans pour traverser les 12 signes, c'est-à-dire plus ou moins 20 ans dans chaque signe (en fonction de ses périodes de rétrogradations). Elle influencera donc nos comportements en profondeur et de façon radicale, mais le temps nécessaire pour opérer une telle transformation peut s'avérer assez long et même s'étaler sur plusieurs années.

Le Capricorne poursuivra encore sa longue quête de vérité sur lui-même et sur le sens profond de sa vie : il préparera sa prochaine « renaissance »... Mais cette quête le confrontera parfois à vivre des expériences délicates, voire « décapantes » avant d'y parvenir... La Vierge et le Taureau seront également concernés par cette introspection longue et constructive, pour retrouver, à terme, leur véritable personnalité !

Commençons maintenant à analyser ces influences planétaires selon votre signe, mais aussi selon votre ascendant car il est tout aussi important, sinon plus !

GRATUIT : Si vous souhaitez connaître avec précision votre Ascendant, ainsi que les positions des 10 planètes au moment de votre naissance, faites-moi parvenir votre date, heure précise et lieu de naissance, ainsi que 2 timbres à 1,16€ pour frais d'envoi, afin de recevoir votre réponse à :

Angélique Privat, Les Méradoux, 63160 EGLISENEUVE-Près-BILLOM

Horoscope 2023



Bélier

21 mars au 20 avril

Carte d'identité du signe : Planète Mars et Pluton. Signe de feu, masculin, cardinal.

Phrase-clé du signe : « Je suis »

S'accorde bien avec : Lion, Sagittaire, Bélier, Scorpion et se complète surtout avec la Balance.

Principales qualités : Énergique, combatif, spontané, courageux, volontaire.

Principaux défauts : Impulsif, agressif, coléreux, pas diplomate, brutal.

Ambiance générale de l'année :

Encore boosté par les astres, mais jusqu'au 16 mai seulement, vous allez encore vous sentir pousser des ailes et rien ni personne ne vous freinera dans votre besoin de vous imposer, de concrétiser vos projets ou de partir pour de nouvelles aventures ! Jusqu'au 7 mars, votre impulsivité légendaire sera encore tempérée, pour mieux réfléchir avant de vous lancer un défi majeur ou de prendre une décision capitale ! Comme vous aurez encore le vent en poupe, saisissez bien les opportunités, coups de chance et autres satisfactions qui se présenteront à vous ! Votre enthousiasme, comme votre assurance, en seront décuplés : profitez-en pleinement pour vous lancer des défis jamais envisagés auparavant ! Après le 16 mai, vous retrouverez une vie plus routinière, avec peu d'évènements transcendants, si bien que vous pourriez même la trouver ennuyeuse. Ne savez-vous vraiment pas apprécier le calme ?



Taureau

21 avril au 21 mai

Carte d'identité du signe : Planète Vénus, signe de terre, féminin, fixe.

Phrase clé du signe : « Je possède »

S'accorde bien avec : Capricorne, Vierge, Taureau et se complète surtout avec le Scorpion.

Principales qualités : Charmeur, habile, déterminé, jouisseur, manuel, artiste.

Principaux défauts : Possessif, matérialiste, obstiné, épicurien, avide, excessif.

Ambiance générale de l'année :

Bénéficiant encore d'une incroyable force intérieure, alliée à une capacité de résistance et une détermination sans faille, vous aurez vraiment tous les moyens de remporter des succès. Votre détermination à atteindre vos buts n'aura d'égale que votre patience et votre assurance en vous : de quoi atteindre des sommets car vous êtes de ceux qui ne lâchent rien ! Vous chercherez le meilleur équilibre entre sécurité et prise de risque, mais en passant par quelques moments de doutes cependant. Ne laissez pas votre peur de l'échec ou votre crainte de l'avenir prendre le dessus sur votre volonté à améliorer votre vie à différents niveaux ! Évitez cependant les changements trop brusques de situation, car vous le savez, vous n'êtes pas vraiment doué en matière d'adaptabilité et de transformations de vos habitudes, si chères à vos yeux ! A partir du 17 Mai, la chance, la facilité et l'abondance seront plus souvent à vos côtés ! Avec une bonne dose d'intuition, tout au long de l'année, toutes les portes vous seront alors ouvertes.



Gémeaux

22 mai au 21 juin

Carte d'identité du signe : Planète Mercure, signe d'air, masculin, mutable.

Phrase-clé du signe : « Je pense »

S'accorde bien avec : Verseau, Balance, Gémeaux et se complète surtout avec le Sagittaire.

Principales qualités : Intelligent, sociable, habile, adaptable, rusé, curieux.

Principaux défauts : Changeant, superficiel, double personnalité, indiscipliné, menteur.

Ambiance générale de l'année :

Jusqu'au 7 Mars seulement, toujours une plus grande rigueur, pas vraiment habituelle chez vous, qui vous poussera encore à voir toujours plus loin, à anticiper l'avenir, à assurer vos arrières et à asseoir votre stabilité, tant familiale que professionnelle ou financière. Plus fiable et moins dispersé, donc, vous y gagnerez en crédibilité et vous provoquerez même la surprise de votre entourage, habitué à voir en vous un feu follet, toujours par monts et par vaux, qui a plutôt pour habitude de vivre au jour le jour. Vous continuerez également à rester assez influençable, par manque d'objectivité et de clairvoyance, alors attention aux éventuels pièges que l'on pourrait vous tendre... A partir du 8 Mars, votre sagesse laissera la place à vos doutes, voire à votre pessimisme ! Mais jusqu'au 16 Mai, vous bénéficierez encore de quelques coups de chance, d'opportunités inespérées et d'une certaine protection contre les aléas de la vie.

Horoscope 2023



Cancer

22 juin au 22 juillet

Carte d'identité du signe : Planète Lune, signe d'eau, féminin, cardinal.

Phrase-clé du signe : « Je sens »

S'accorde bien avec : Poissons, Scorpion, Cancer et se complète surtout avec le Capricorne.

Principales qualités : Sensible, affectueux, responsable, serviable, déterminé.

Principaux défauts : Lunatique, susceptible, émotif, puéril, nostalgique.

Ambiance générale de l'année :

Toujours et encore soumis à des remises en question personnelles et autres, votre long travail d'introspection continuera de s'opérer, même s'il va en s'atténuant de mois en mois. D'autre part, à cause de Jupiter, vous manquerez de modération et d'objectivité pour pouvoir faire les meilleurs choix. Votre excès de confiance, en vous comme en les autres, pourrait être à l'origine de plusieurs désillusions... Ne vous surestimez pas dans vos prétentions comme dans vos projets et ne cherchez pas à décrocher la Lune : personne n'y est jamais arrivé : à méditer ! Heureusement, vous aurez encore la possibilité de bénéficier d'une adaptabilité qui vous sera salutaire pour opérer au mieux les changements qui se profileront dans votre vie, notamment au niveau relationnel, social ou amical ! Heureusement, à partir du 17 Mai, Jupiter le bénéfique vous soutiendra en vous proposant des aides, des solutions ou des coups de pouce du destin.



Lion

23 juillet au 23 août

Carte d'identité du signe : Planète Soleil, signe de feu, masculin, fixe.

Phrase-clé du signe : « Je veux »

S'accorde bien avec : Sagittaire, Bélier, Lion et se complète surtout avec le Verseau.

Principales qualités : Généreux, noble, serviable, loyal, responsable, ambitieux.

Principaux défauts : Fier, arrogant, susceptible, dominateur, égocentrique, exigeant.

Ambiance générale de l'année :

Jusqu'au 7 Mars, climat encore fait de réserve et de prudence ! Vous devrez encore vous battre comme un lion, sans garantie d'obtenir ce que vous désirez, car des obstacles se dresseront encore sur votre route, malgré toute votre volonté. Il faut dire qu'une certaine fatalité, provoquée par Saturne, retardera bon nombre de vos projets, à cause de freins de toute sorte, de lourdeur administrative ou d'incapacité à agir librement. Vous devrez donc prendre votre mal en patience, plutôt que de vous épuiser à vous battre contre des montagnes ! Mais, jusqu'au 17 Mai, de belles opportunités et de nombreux coups de chance s'offriront quand même à vous, et qu'il vous faudra vite saisir ! A cause d'Uranus, attention encore à vos changements trop brusques d'humeur, d'envies ou de projets : votre stabilité toute entière en dépendra. Retrouvez plutôt votre assurance légendaire !



Vierge

24 août au 23 septembre

Carte d'identité du signe : Planète Mercure, signe de terre, féminin, mutable.

Phrase-clé du signe : « J'analyse »

S'accorde bien avec : Capricorne, Taureau, Vierge et se complète surtout avec les Poissons.

Principales qualités : Serviable, perfectionniste, méticuleux, ordonné, efficace.

Principaux défauts : Critique, négatif, maniaque, matérialiste, hypocondriaque.

Ambiance générale de l'année :

Jusqu'au 24 Mars et à partir du 12 Juin, vous serez doté d'une capacité à vous investir à fond et d'une force morale à toute épreuve ! De plus, vous serez armé pour remporter de belles victoires. Déterminé dans vos démarches, vous bénéficierez, en plus, d'une belle ingéniosité dans vos projets comme dans vos idées, ainsi que d'une grande adaptabilité face aux aléas de la vie. Votre intuition quant à elle, laissera fortement à désirer, puisque la planète Neptune (l'intuition et votre petite voix intérieure) sera opposée à votre signe, ce qui laisse présager des déceptions, désillusions et autres contrariétés... Cependant, à cause de Saturne, un certain manque d'entrain, de volonté et d'optimisme se fera sentir tout au long de l'année, comme si vous perdiez votre confiance en vous et en la vie : il faudra lutter contre cette tendance en vous battant deux fois plus !

Horoscope 2023



Balance

24 septembre au 23 octobre

Carte d'identité du signe : Planète Vénus, signe d'air, masculin, cardinal.

Phrase-clé du signe : « J'équilibre »

S'accorde bien avec : Verseau, Gémeaux, Balance et se complète le plus avec un Bélier.

Principales qualités : Sociable, diplomate, charmeur, artiste, communicatif, juste, droit.

Principaux défauts : Indécis, dépendant, influençable, boudeur, changeant, indolent.

Ambiance générale de l'année :

Du 24 Mars au 11 Juin, vous serez doté d'une capacité à vous investir à fond, d'une force morale et d'une résistance à toute épreuve dans votre attitude, comme dans vos démarches, mais vous resterez, plus particulièrement jusqu'au 17 Mai, sujet à des vagues à l'âme inexplicables. Et si votre anxiété excessive en était à l'origine ? Il est vrai que vous avez souvent tendance à dramatiser des situations qui pourraient être mieux gérées si vous les relativisiez et si vous preniez le recul nécessaire, non ? A méditer... Ne faites pas non plus preuve d'une confiance exacerbée en vous comme en les autres, car vous pourriez subir d'amères déceptions... Certes, vous vous sentirez toujours prêt moralement à en assumer toujours plus, mais votre corps, lui, aura ses limites. Vous risquez, en effet, de vous montrer bien trop excessif en toutes choses, notamment jusqu'au 17 Mai, alors n'ayez pas les yeux plus gros que le ventre ! Du 24 Mars au 11 Juin, Pluton vous donnera la force nécessaire et toutes les ressources personnelles qui sommeillent en vous, pour vous battre et surmonter tous les obstacles rencontrés.



Scorpion

24 octobre au 22 novembre

Carte d'identité du signe : Planète Pluton et Mars, signe d'eau, féminin, fixe.

Phrase-clé du signe : « Je désire »

S'accorde bien avec : Poissons, Cancer, Scorpion et se complète le plus avec un Taureau.

Principales qualités : Intègre, profond, tenace, passionné, volontaire, réceptif, intuitif, curieux.

Principaux défauts : Rancunier, jaloux, arrogant, destructeur, extrémiste, exclusif.

Ambiance générale de l'année :

Tout au long de l'année, vous manquerez d'ingéniosité et d'adaptabilité pour faire face aux différents aléas de la vie. Votre signe n'appréciant pas les changements, vous devrez pourtant les gérer et les accepter. Du 24 Mars au 11 Juin, Pluton vous mettra face à des remises en question, autant personnelles que familiales, et vous obligera à vous poser les bonnes questions quant à vos besoins et votre devenir. Le domaine familial représentera parfois un frein à votre évolution personnelle, tout comme votre vie conjugale connaîtra de nombreux changements imprévisibles. De quoi vous déstabiliser, vous qui n'aimez guère les changements de directions soudains ou la perte de vos habitudes, de vos repères. Le plus dur sera de vous y adapter, si vous voulez maintenir votre vie telle qu'elle est... A partir du 7 Mars, votre volonté extrême de prendre le Taureau par les cornes et votre imagination toujours des plus fertiles, vous aideront à franchir ce cap d'instabilité récurrente. Votre intuition extrême et vos ressources personnelles (jusqu'au 23 Mars et à partir du 12 Juin), vous procureront tous les atouts nécessaires pour vous sortir des pires impasses.



Sagittaire

23 novembre au 21 décembre

Carte d'identité du signe : Planète Jupiter, signe de feu, masculin, mutable.

Phrase-clé du signe : « Je vois »

S'accorde bien avec : Lion, Bélier, Sagittaire et se complète surtout avec les Gémeaux.

Principales qualités : Enthousiaste, jovial, généreux, boute-en-train, philosophe, sportif, expansif.

Principaux défauts : Excessif, gourmand, inquiet, rebelle, imprudent, joueur, aventurier.

Ambiance générale de l'année :

Jusqu'au 17 Mai, de belles opportunités de vous éclater à tous niveaux, vous seront offertes pour vivre de belles aventures et vous évader comme vous l'appréciez tant ! Enthousiasme, joie de vivre, projets à foison ponctueront votre vie : profitez-en pleinement car de nombreuses opportunités et autres coups de chance vous seront offerts ! Par contre, tout au long de l'année, vous vous poserez beaucoup de questions sur vous, votre avenir, mais vous aurez bien du mal à vous projeter. Du coup, vous préférerez plutôt vivre au jour le jour et profiter de l'instant présent : « Carpe Diem » ! Enfin, à cause de Neptune, évitez de vous fier à votre intuition car elle risque de vous faire faire fausse route... Fiez-vous aux faits !

Horoscope 2023



Capricorne

22 décembre au 20 janvier

Carte d'identité du signe : Planète Saturne, signe de terre, féminin, cardinal.

Phrase-clé du signe : « J'utilise »

S'accorde bien avec : Taureau, Vierge, Capricorne et se complète surtout avec le Cancer.

Principales qualités : Persévérant, patient, ambitieux, fidèle, sérieux, sage, responsable.

Principaux défauts : Pessimiste, froid, solitaire, introverti, égoïste, avare.

Ambiance générale de l'année :

Tirailé entre des besoins de stabilité, de sécurité et des envies de découvrir le monde, la vie, de tout changer pour voir ailleurs, vous aurez du mal à trouver une sérénité durable. Conscient de vos besoins, de vos forces comme de vos faiblesses, vous devriez écouter votre petite voix intérieure, pour vous guider dans la meilleure direction. A partir du 17 Mai, la chance vous sourira, votre enthousiasme reviendra et vos projets iront bon train : en somme, vous aurez retrouvé une bonne partie de votre joie de vivre et de votre assurance en vous-même... Et grâce à Uranus, toujours en Taureau, l'ambitieux que vous êtes de nature et porté par vos espoirs de réussite, vous saurez trouver des solutions inédites, originales et avant-gardistes pour les concrétiser. Toujours aussi pragmatique et prudent, vous anticiperez tous les éventuels obstacles afin de mieux les gérer et les surmonter. N'hésitez pas non plus, dans vos décisions, vos choix ou vos rencontres à vous fier à votre intuition : vous ne serez pas déçu !



Verseau

21 janvier au 18 février

Carte d'identité du signe : Planète Uranus, signe d'air, masculin, fixe.

Phrase-clé du signe : « Je sais »

S'accorde bien avec : Balance, Gémeaux, Verseau et se complète surtout avec le Lion.

Principales qualités : Ingénieux, original, fraternel, volontaire, sincère, altruiste.

Principaux défauts : Anticonformiste, insoumis, excentrique, imprévisible, nerveux.

Ambiance générale de l'année :

Du 24 Mars au 11 Juin, le passage de Pluton dans votre signe vous préparera, lentement mais sûrement, à opérer de nombreuses et profondes remises en question, tant au niveau de votre vie intime, personnelle, que de votre vie en général. L'heure du bilan sur les nombreuses années passées va sonner pendant à peine 3 mois, mais ce ne sera qu'un aperçu car ce sera surtout en 2024 que vous entamerez vraiment un gros travail d'introspection, long et profond, sur vous et votre vie passée. Et avec Uranus, vous qui aimez plutôt les imprévus, les changements et les nouvelles expériences, et bien vous allez être servi, mais pas forcément toujours de façon positive ! Par contre, jusqu'au 17 Mai, un petit vent de folie bousculera vos habitudes et votre quotidien, ce qui devrait stimuler votre quête de découvertes, d'activités inédites ou de nouvelles rencontres. Profitez donc encore de cette année pour faire une introspection dans votre passé, afin de mieux comprendre ce qui peut encore vous freiner dans votre évolution personnelle.



Poissons

19 février au 20 mars

Carte d'identité du signe : Planète Neptune, signe d'eau, féminin, mutable.

Phrase-clé du signe : « Je crois »

S'accorde bien avec : Cancer, Scorpion, Poissons et se complète surtout avec la Vierge.

Principales qualités : Romantique, serviable, sensible, généreux, compatissant.

Principaux défauts : Influençable, indécis, anxieux, vulnérable, secret, idéaliste.

Ambiance générale de l'année :

Toujours en phase avec vous-même, grâce à Neptune dans votre signe, vous devriez absolument écouter votre intuition et laisser parler votre imagination. Encore en quête de renouveau et d'aventures, vous saisissez toutes les opportunités qui se présenteront à vous pour vous dépayser, changer vos habitudes, découvrir de nouveaux horizons, etc. Encore porté par vos rêves, vos espoirs, votre créativité et votre imagination toujours aussi fertile, vous continuerez de vivre dans votre bulle, comme si vous ne vous sentiez pas trop concerné par ce qu'il se passe à l'extérieur, en attendant l'opportunité de pouvoir provoquer les changements attendus, car il y en aura beaucoup. Inspiré et déterminé à aller jusqu'au bout de vos rêves, vous vous sentirez pousser des ailes, à partir du 17 Mai, car une bonne dose de chance, d'opportunités, d'aides vous faciliteront la vie et les démarches, à différents niveaux. Pour cela, fiez-vous, comme toujours, à votre intuition et à votre petite voie intérieure. Enfin, belle capacité d'adaptation aux aléas de la vie et bon pouvoir de régénération.

OUVERT TOUS LES DIMANCHES
JUSQU'AU 24 DÉCEMBRE



DES PRIX SI
PETITS QU'ILS
PASSENT PAR
LA CHEMINÉE.

2 RUE JEAN COCTEAU - 91100 CORBEIL-ESSONNES

DES DIZAINES DE SPECTACLES PRÈS DE CHEZ VOUS !

THÉÂTRE • HUMOUR • CHANSON
JAZZ • OPÉRA • MUSIQUE
DANSE • EN FAMILLE...



PENSEZ AUSSI À LA
CARTE CADEAU

UN SPECTACLE SOUS LE SAPIN



OPÉRA DE
MASSY

01 60 13 13 13
OPERA-MASSY.COM

SAISON CULTURELLE
VAL D'YERRES
VAL DE SEINE

01 69 02 34 35
AGGLOCULTURE.FR

THÉÂTRE DE
LONGJUMEAU

01 69 09 09 09
THEATRE-LONGJUMEAU.COM