



#5

FÊTE
DE L'

automne

DIM. 6 OCTOBRE

PARC THERMAL // 10H

**TOUT
PUBLIC**

BUVETTE ET
RESTAURATION
SUR PLACE

**NATURE/ENVIRONNEMENT,
FORÊT/BOIS, BIEN-ÊTRE**
Marché Terroir/BIO, expositions,
spectacles, jeux, balades
découverte et concours de pâtisserie

ENTRÉE LIBRE

Préambule

PARCOURS DÉCOUVERTE

Mercredi 2 octobre

Forêt de Contrexéville

Départ à 14h30 devant le chalet du site des Lacs. Durée 2h00-2h30.



Venez sillonner les sentiers forestiers en compagnie de l'ONF. Diverses thématiques seront abordées au travers d'exemples, discussions, jeux pour les enfants : savoir reconnaître quelques espèces, découvrir le monde de la forêt et sa gestion durable, comprendre le rôle du forestier.

OPÉRATION ÉCO-CITOYENNE SOLIVERT

Samedi 5 octobre

Casino et parc thermal

● **9h00** : accueil et distribution du matériel nécessaire pour le nettoyage du parking et du parc thermal.

● **10h30** : petit déjeuner offert dans le hall du Casino.

Dimanche 6 octobre

Alimentation et circuits courts

MARCHÉ BIO ET VOSGES TERROIR

La valorisation et la célébration des produits de notre terroir autour de moments de partage avec des exposants Bio, Vosges Terroir ou Bienvenue à la Ferme, pour promouvoir les circuits courts, lutter contre le gaspillage alimentaire mais aussi engager une consommation responsable, respectueuse des hommes et de l'environnement.

● **Dès 10h** : Agriculteurs, éleveurs, maraichers, apiculteurs, boulangers, viticulteurs, exposants bien-être... vous attendent.

POINT INFO BIO

Information sur le cahier des charges en agriculture biologique, les différents labels et organismes certifiant des produits biologiques. Présentation des opportunités pour se former et travailler en agriculture biologique.

Animé par Denis MOULENES, Conseiller Agriculture Biologique, Chambre d'Agriculture des Vosges.

JARDIN PARTAGÉ

● **Dégustation de soupes** gratuite et produits confectionnés à partir des récoltes du jardin partagé.

● **Exposition de photos** sur les différents états de la nature.

Animé par le Centre Social La Toupie.

JEU « FAIS TA POPOTE »

Réduction du gaspillage alimentaire. Ass. des Jardins de Cocagne.

LES VOSGES DANS VOTRE ASSIETTE

Informations sur les actions menées par le Conseil départemental des Vosges en matière d'alimentation et de circuits courts.

Présentation de la plateforme Agrilocal et du site internet monpanierlocal.vosges.fr.

Animé par Madeline DIDIER Chargée de mission - Service Agriculture et Forêt.

Conseil départemental des Vosges

CONCOURS DE PÂTISSERIE

Parrainé par Jonathan MOUGEL, MOF pâtissier-confiseur.

2 membres de jury prestigieux : Jonathan MOUGEL, MOF et Jean-Philippe WALSER, enseignant en pâtisserie. Vice-champion de France Croquebouches en 2000 et 2001. 1^{er} Prix international de Croquebouches en 2002.



Les candidats sélectionnés réaliseront leur pâtisserie phare le matin. La récompense à la clé ? Voir son gâteau à la carte des restaurants et des boulangeries-pâtisseries de Contrexéville ! Au Lycée des Métiers Pierre Mendès-France, 100 rue du Shah de Perse. **Concours retransmis par diffusion vidéo dans la salle du restaurant du lycée dès 8h.** Résultats à 16h.

Economie circulaire

Des biens et des services de manière durable, en limitant la consommation de ressources.

REPAIR CAFÉ / SEL

Sensibilisation au Repair Café et au S.E.L (Système d'Echange Local).

Objets en bois, réalisés avec de la récupération de bois de palettes. Ass. A.S.T.U.C.E.

RECYCLERIE

Sensibilisation à la récupération et au tri des déchets. Objets de seconde main, mobilier en bois recyclé (cabanes enfants...). Ass. MINOS

Ressources naturelles

EXPOSITIONS

Expositions produites par le Conseil Départemental des Vosges.

Des Bois dont on fait Les Vosges Du 1^{er} au 31 octobre.

Pavillon des Sources

Hier comme aujourd'hui, la forêt vosgienne est diverse. Les essences y sont nombreuses : c'est d'abord le hêtre, puis le sapin, l'épicéa et le chêne. La forêt vosgienne est aussi dense et couvre une superficie de 280 000 hectares. Enfin, la forêt vosgienne revêt un caractère historique notoire. Qui méconnaît la faim de forêts qui anime Romaric, Hydulpe ou Gondelebert ? Les

premiers monastères vosgiens non seulement s'inscrivent dans la forêt, mais encore en vivent et en tirent leur richesse. Cette exposition nous rappelle que cette ressource a enrichi les Vosges depuis l'Antiquité jusqu'à nos jours.

Abeilles et insectes pollinisateurs
Ruche et hôtel à insectes pédagogiques, livres, jeu, informations et échanges avec les apiculteurs...



MONTRE-MOI TON ÉCORCE JE TE DIRAIS QUI TU ES...

● **10h départ Pavillon des Sources**
Venez découvrir les arbres grâce à leur tronc. L'écorce est comme une carte d'identité pour ce dernier. Les différentes caractéristiques du tronc vous permettront de donner un nom à son propriétaire.
Avec l'AAPPMA de Neufchâteau «La Gaule Mouzon Meuse et Vair».

LES FORÊTS ET PAYSAGES DE DEMAIN

Le CFPPAF, Lycée Agricole et Forestier de Mirecourt abordera les **maladies des arbres, l'agroforesterie, le développement des haies et leurs plantations.**

LE PERMIS DE TRONÇONNEUSE

Animation du Lycée Agricole et Forestier de Mirecourt, CFPPAF.
Pour qui ? Professionnels, particuliers, affouagistes, salariés des communes...
Pour quoi ? Utiliser la tronçonneuse en toute sécurité, affûter et assurer la maintenance.

LIBRAIRIE « NATURE ET PROGRÈS LORRAINE ALSACE ».

Des livres sur l'agriculture biologique et le jardinage, des livres sur la société (agriculture, alimentation, cuisine...)

S'INSPIRER DE LA FORÊT POUR UN JARDINAGE PLUS NATUREL

Discussion et inspiration autour de la permaculture, fonctionnement d'un lombricomposteur. Avec l'Association des Jardins de Cocagne.

CROQUEURS DE POMMES DES 3 PROVINCES

Association de bénévoles pour la sauvegarde du patrimoine fruitier.
Information, formation autour des variétés locales, greffage, plantation, taille, ravageurs, soins...

HÔTELS À INSECTES, NICHOURS

Courges décoratives et exposition de champignons.
AVSEA Dispositif Cèdre.



CONCOURS PHOTO « LA NATURE DANS TOUS SES ÉTATS »

Restitution du concours organisé avec les élèves du Collège Lyautey. Espace Stanislas



Bien-être

Prendre soin de soi, en limitant son impact sur l'environnement, en faisant appel à des pratiques naturelles.

Porte ouverte des Thermes et atelier modelage de mains proposé avec le laboratoire Phytodia.
De 10h à 12h et de 14h à 18h.

Offre spéciale « Escalade d'automne en duo » 1 bain bouillonnant 15' en duo, 1 modelage aux huiles 30' en duo, accès 1/2 journée au spa (piscine, sauna, hammam et Wood). 119€ pour tout achat jusqu'au 31/10/2019. Rés. 03 29 08 03 24.

FORÊT l'effet Vosges, laboratoire Phytodia. Les gammes FORÊ ont une seule et même exigence : la qualité. Les produits répondent à une charte respectueuse de l'environnement : à toutes les étapes, cette éthique est omniprésente pour préserver la nature, les cultures et fournir des produits d'une excellente qualité. FORÊ c'est aussi le choix d'une démarche locale à toutes les étapes : favoriser les producteurs locaux et leur expérience, et les circuits courts grâce à un approvisionnement de proximité.

Mary-France Grobotek, relaxation, sophrologie, psychogénéalogie. Séances de sophrologie de 30m, salle de relaxation des Thermes 14h et 14h45 (30min) **sur inscription à l'Off. de Tourisme 03 29 08 08 68.**

À L'ESPACE STANISLAS :

Naturopathie Être capable d'utiliser un ensemble de pratiques visant à maintenir ou optimiser la santé par des moyens naturels. Avec le Lycée Agricole et Forestier de Mirecourt qui propose depuis 2018 une formation de conseiller en naturopathie, et Aurélie Prévot, naturopathe, iridologue.

Ashtanga Yoga par Benoît Bordin (OMS). **11h et 15h30.** Cette pratique dynamique et exigeante synchronise la respiration et le mouvement de façon à générer une chaleur intérieure destinée à purifier le corps. Composé de nombreux vinyasa (enchaînement chien tête en bas, chaturanga, chien tête en haut), ce style est excellent pour renforcer la sangle abdominale et tonifier le corps. Soyez prêt à transpirer en enchaînant cette série fixe de postures à un rythme soutenu.



Alchimie intérieure, reiki, access bars, bioénergie.

Aline Cher, diététicienne Destination Vittel-Contrexéville, « Le nutri-score c'est + facile de manger mieux » **de 10h à 13h.**

Christelle Faxel, réflexologie plantaire et bijoux aimantés.

DouxDoux, hygiène.

Christelle Lamblin, réflexologie palmaire, massage amma-assis et Qi Gong.

Pause Nature Institut, bio esthétique ...

AU PARC THERMAL :

Concours de beauté 13h30

Les élèves des sections Bac Pro Esthétique et CAP Coiffure du Lycée des Métiers de Contrexéville, encadrés par Julie Naudin Da Costa et Aurélie Harburger, professeurs, vont relever, en duo, un challenge de coiffure et esthétique. Concours devant le public et devant un jury professionnel.

Animations

• Toute la journée dès 10h

- **Circuit en tracteur et exposition** de modèles anciens. avec l'association « À la croisée des chemins ».

- **Exposition d'outils** de la veille époque et de tronçonneuses des années 60 jusqu'aux années 80.

- **Ferme pédagogique** : C'est autour d'une bétailière aménagée que vous pourrez observer et prendre soin des animaux de la ferme: poules, coq, lapins, brebis, agneaux, veaux, ânes... Vous pourrez également expérimenter, la fabrication de savons au lait de vache !



- **Balade en poney** avec l'Association du Bignovre.

- **Balade en calèche, chevaux ardennais et comtois.**

Habituellement ces races sont utilisées pour le travail de débardage de bois de grume en forêt ou pour des travaux agricoles. Le public pourra les approcher ce dimanche, pour embarquer, cette fois, en calèche dans le parc thermal !

- **Atelier de forge** de la classe Palefrenier-Soigneur du Lycée d'Enseignement Agricole Privé La Providence de Harol.

- **Ateliers d'improvisation** sur la thématique de l'environnement. **11h, 14h et 15h.** Improvisation avec l'Ass. théâtrale Didascalies.



• **À 16h30 : Méli Mélodie Spectacle « Les Chants des Possibles ».** Troupe musicale composée d'une quarantaine de passionnés qui chantent et dansent et de 8 musiciens.

Eve vit une vie tranquille jusqu'au jour où, comme dans les jeux vidéo, on lui donne la possibilité d'avoir plusieurs vies.

Mais que va-t-elle choisir ?
Faire la fête, être insouciante ?
Revenir en enfance ou dans l'adolescence, refuser de grandir ?
Avoir toujours plus pour consommer, avoir plutôt qu'être ?
Etre seule ou vivre avec les autres ?
Le mieux, c'est de tout tester, pour voir les plus, les moins...

Alors, partons avec Eve découvrir ce champ des possibles ou plutôt ces chants des possibles.

Répertoire : Zazie, Alain Souchon, Emmanuel Moire, Louise Attaque, Jean Louis Aubert, Yannick Noah, Christophe Willem, Renan Luce, Mika, Calogero, Boulevard des Airs, Goldmann, Balavoine et bien d'autres encore...

Méli-Mélodie, c'est aussi des participations au festival international de chant choral de Nancy, aux 500 choristes sur TF1, aux 2000 choristes au Galaxie d'Amnéville ainsi qu'à d'autres projets régionaux.

La troupe est dirigée par Lisa Brachet et par Valérie Rault. Les chorégraphies sont menées par Patricia Forzy-Rémy.



Restauration

• **Menu Bio/Vosges Terroir : 12€** hors boisson, Terrine Forestière sur lit de salade verte, Boeuf sauce forestière, Frites ou jardinière de légumes, Fromage blanc avec son coulis de myrtilles



• **Menu végétal : 10€** hors boisson salade composée, steak de blé, jardinière de légumes bio, salade de fruits, glace Vegan.

• **Menu enfant : 5€** hors boisson steak haché bio, frites, fromage blanc et son coulis de myrtilles.

• **Autres prestations** : buvette, Américains, frites, crêpes.

Réservation pour les menus vivement conseillée avant le 30/09 ! Tél 06 22 90 13 81 Infos : associationduretrovosges@gmail.com www.associationduretrovosges.fr



Les boutiques de la galerie thermale vous accueillent lors des manifestations !



Service Manifestations Vie Associative
 Mairie de Contrexéville
 Tél : 03 29 08 81 91
 Contrexéville la Ville

conception : calmebento.com // illustrations : Ville de Contrexéville - freepik.com

MERCI À TOUS NOS PARTENAIRES :

