

## Au menu des cantines

### Restauration publique

**Lundi** : Salade verte aux croûtons, sauté de bœuf sauce poivrée, chou-fleur, yaourt nature, crêpe au sucre.

**Mardi** : salade de betteraves, sauté de dinde façon mafé, haricots verts à la tomate, camembert, fruit annuel.

**Jeudi** : potage poireaux, navets et carottes, garniture vol-au-vent et son fleuron, riz, gouda, fruit annuel.

**Vendredi** : râpé de chou rouge vinaigrette au cumin, dès de poisson sauce citron, ratatouille et coquillettes, petit moule, flan à la vanille.

### Notre-Dame

**Lundi** : crudités, galantine de volaille aux olives, choux rouge et blanc, pomme et noix, betterave ciboulette, papillote de poisson à l'aneth, julienne de légumes, blé, mimolette, fromage frais fondu croc lait, fromage blanc crème de marron, soupe d'orange aux épices, fruit annuel, mousse saveur crème brûlée, desserts.

**Mardi** : crudités, mâche aux noix et raisins, radis roses et beurre doux, salade parisienne pomme de terre jambon champignon, blanquette de veau, jambon braisé, ratatouille, penne, tomate grise, fromage ovale, yaourt aromatisé, fruit annuel, rouelle d'ananas rôti, entremets pistache compote de griottes, desserts.

**Jeudi** : crudités, cervelas vinaigrette, salade de pâte vinaigrette à l'orange, concombre vinaigrette ciboulette, pilons de poulet façon tandoori, rôti de bœuf sauce forestière, petits pois, pommes noisette, petit moule ail et fines herbes, camembert, rouy, quatre quart marbré au chocolat, entremet vanille, pomme au four, desserts.

**Vendredi** : crudités, salade coleslaw, salade mêlée, crêpes au fromage, colin sauce crustacé, nuggets de volaille, poêlée de légumes au cumin, riz, gouda, fromage fondu samos, yaourt nature et sucré, gaufre liégeoise,

yaourt, fruits d'automne, desserts.

### Crêches

#### Les Babrés (de 6 à 10 mois)

**Lundi** : poisson mixé, purée d'épinards, compote pommes.

**Mardi** : volaille mixée, purée de carottes, compote pomme mirabelle.

**Mercredi** : bœuf mixé, purée de courgettes, compote pomme-cannelle.

**Jeudi** : poisson mixé, purée de haricots verts, compote pomme-poire.

**Vendredi** : viande mixée, purée de brocolis, compote pomme-banane.

**Les Petios (de 10 à 18 mois)**

**Lundi** : poisson haché, pépinettes, purée d'épinards, tomate blanche, compote pomme.

**Mardi** : volaille hachée, purée de patate douce, purée de carottes, fromage frais, compote pomme-mirabelle.

**Mercredi** : bœuf haché, semoule, purée de courgettes, brie, compote pomme-cannelle.

**Jeudi** : poisson haché, purée de haricots verts, laitage nature, compote pomme-poire.

**Vendredi** : viande hachée, r'brocolis, fromage, compote pomme-banane.

**Les Ofants (de 18 mois à 6 ans)**

**Lundi** : salade de pépinettes, merlu sauce tomate, épinards béchamel, tomate blanche, compote pomme-rhubarbe.

**Mercredi** : chou-fleur sauce fromage blanc, poulet rôti au jus, purée de patate douce, carottes rondelles, steak de pois cassés, tomate de la Vezouze, fruit de saison.

**Mardi** : endives émincées vinaigrette, rôti de bœuf persillé, semoule, navets jaune à la crème, poisson persillé, brie, fruit au sirop.

**Jeudi** : quiche au potiron, colin à l'huile d'olive, haricots vert vapeur, laitage, fruit de saison.

**Vendredi** : salades de radis roses, tranche de porc BBC sauce fromagère, riz créole, purée de brocolis, steak de pois cassés, fromage, compote pomme banane.

## Karaté Réunion d'information à Pont-à-Mousson pour des éducateurs qui veulent obtenir le DEJEPS grâce à la VAE L'expérience à faire diplômé

ENTRAÎNER, former, c'est du boulot. Au karaté, comme dans n'importe quel sport. C'est un métier à condition de disposer du bon diplôme. Le DEJEPS (Diplôme d'État de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport) a depuis un petit moment déjà remplacé le brevet d'État 1<sup>er</sup> degré, s'inscrivant dans une logique de prise de compétences.

Si son obtention se trouve logiquement soumise à examen, il existe une autre voie pour le décrocher : la VAE, ou validations des acquis de l'expérience. « Afin de permettre à des éducateurs qui le sont depuis plusieurs années, de pouvoir en tirer bénéfice », explique Claude Mazzoleni, directeur technique régional. Pour les titulaires du DIF (Diplôme d'Instructeur fédéral) ou d'un certificat de qualification professionnelle (CQP). « La procédure se révèle compliquée, avec un dossier très lourd à présenter. »

C'est justement afin d'aider les potentiels candidats que la ligue avait programmé, hier

matin, alors que se déroulaient les championnats de kata au centre des sports, une réunion d'information pour une quinzaine d'entre eux, sous la direction d'Aurélien Targa, responsable de l'école de formation. « Cet accompagnement, il s'agit d'une première », confirme Claude Mazzoleni.

Pas superflu, avant que le ministère des Sports se prononce, c'est un peu le parcours du combattant. Et déjà il faut s'assurer que la demande peut être recevable, qu'elle corresponde au cahier des charges. Chaque postulant va devoir mettre en valeur les nombreuses heures passées sur les tapis à enseigner. Puis devoir défendre son cas devant un jury.

Lenjeu n'est pas mince pour un sport comme le karaté, c'est le besoin de professionnaliser l'encadrement technique, et que ce soit reconnu. Surtout dans l'optique de l'aménagement des rythmes scolaires et de la mise en place d'activités périscolaires plus nombreuses à partir de sep-



■ Championnats de kata hier au centre des sports : pour former des jeunes prometteurs, le karaté a besoin d'éducateurs qui se professionnalisent.

Photo ER

tembre prochain, voilà véritablement un plus. « Il nous faut exploiter le créneau des scolaires », appuie Claude Mazzoleni. « Et profiter de

l'intérêt que des enfants peuvent trouver à pratiquer le karaté. Avec notre code moral qui est très important, et qui plaît beaucoup aux ensei-

gnants, aux éducateurs, aux parents. » Un fait... acquis.

R.-X.G.

Lire en Sports, le compte rendu des championnats de kata.

## Permanences

### Associations - services

- Pont des savoirs : réseau d'échanges réciproques de savoirs de Pont-à-Mousson, tél. 06.31.72.16.97, de 14 h à 16 h, espace Montrichard salle d'activités n°2, chemin de Montrichard.

- UFC que choisir : de 18 h à 19 h, local SNI, 3, rue des Carmes.

### Petite enfance

- ItinéRAM, Relais assistantes maternelles intercommunautaires : 4, place Colombé.

- Les Chérubins, halte-garderie : de 7 h 30 à 18 h 30, place Saint-Antoine.

### Social - santé

- ADMR : 03.83.82.81.81. - Centre de planification et d'éducation familiale : de 9 h à 17 h, centre hospitalier, place Colombé.

- Mission locale : à la Maison de la formation, 03.83.81.47.32.

- 8, rue de la Poterne. - Pôle emploi : tél. 39.49.112 allée espace Saint-Martin. - Sésame : 19, rue Gambetta.



■ Les Moustiques (5-7 ans) réunis autour de la galette.

## Blénod-lès-Pont-à-Mousson Ça marche et ça roule

Lors de la réunion de comité lundi dernier, les membres de la section ont défini les derniers préparatifs (installation salle, fléchage, approvisionnement, accompagnement) de sa manifestation « Ça marche et ça roule » du dimanche 9 février.

Le lieu de départ et d'arrivée se fera à la salle des Banquets du centre Michel-Bertelle. Cette manifestation est une randonnée dans la forêt de Puvénelle et dans le Bois le Prêtre.

Les départs sont libres, de 8 h à 10 h avec possibilité de départs groupés avec accompagnateurs à 8 h pour

les 20 km randonnée pédestre et les 65 km route ; 8 h 30 pour les 40 km VTT et les 50 km route ; 9 h pour les 36 km route et les 20 km VTT ; 9 h 30 pour les 10 et 15 km randonnée pédestre et VTT.

Les parcours seront fléchés et un itinéraire détaillé avec une carte sera remis à chaque participant. Un ravitaillement est prévu sur tous les parcours.

Possibilité de repas sur réservation (nombre limité à 100) au prix de 10 € pour les adultes et 6 € pour les jeunes (boissons non comprises).

Récompenses et pot de l'amitié vers 12 h 15. Les clubs ou groupes constitués seront récompensés suivant le nombre de participants.

Une tombola gratuite sera organisée et récompensera les participants par tirage au sort des bulletins d'inscriptions.

Inscriptions : 3 € pour les licenciés FFCT, FFC, UFOLEP, FFR, 5 € pour les non licenciés, gratuit pour les moins de 18 ans. Pour tous renseignements complémentaires, contacter le COB Cyclotourisme, 220 ter, avenue Victor-Claude au 03.83.82.26.58 ou cob.cyclotourisme@wanadoo.fr.



■ Venez nombreux dimanche prochain.

## Lesménils Le BIL 2013 est arrivé



■ Le BIL 2013 est distribué dans tous les foyers.

Le BIL 2013 a vu le jour. Toujours plus documenté avec 132 pages d'information sur la vie du village, allant des renseignements administratifs aux diverses manifestations qui ont agrémenté le quotidien des habitants.

Ce travail de longue haleine,

mené par Daniel Barboza et Henri Théobald sous la direction du maire, est un document très utile.

Henri, passionné d'histoire, termine toujours en évoquant le passé du village, cette année plus particulièrement le 100<sup>e</sup> anniversaire de la Grande Guerre.

## Maidières Les souverains du banquet des anciens

L'ambiance était joyeuse, dimanche dernier, à la salle polyvalente. La municipalité, en présence du maire Christian Portelance et des membres du conseil, a reçu les amées du village, de 65 ans et plus.

« C'est une belle journée de

rencontre en cette période où l'on ne voit pas grand monde dans les rues », confient certains.

Le repas, digne de cette réunion et les musiques de leur amourette, reste toujours un bon souvenir.

En cette fin janvier, la tradition de fêter les rois et reines a été respectée, autour des galettes servies pour le dessert.

Le maire Christian Portelance n'a pas manqué au nom de la municipalité de féliciter les souverains de l'année 2014.



■ Le banquet des anciens, un moment très attendu des seniors.