



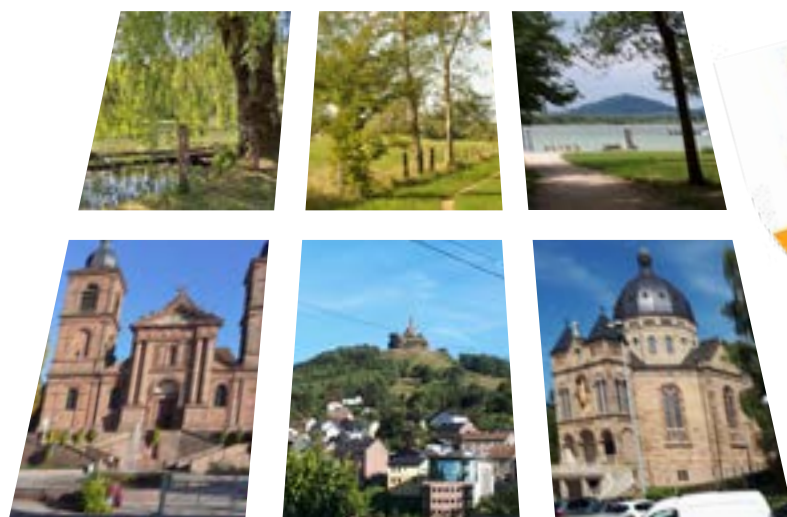
N° 23 - juin 2026

## Édito

Chers lectrices et lecteurs de *Chouette Balade*

Juin s'installe avec sa lumière généreuse et ses journées qui s'étirent, invitant chacun à ralentir et à savourer l'instant. Chez Chouette Balade, ce mois rime avec découvertes, nature et petits bonheurs partagés. C'est le moment idéal pour explorer de nouveaux sentiers, respirer à pleins poumons et se reconnecter à l'essentiel. Entre balades ombragées, escapades ensoleillées et rencontres inattendues, chaque sortie devient une aventure. Nous vous encourageons à sortir, à observer, à écouter et à vous laisser surprendre. Juin nous rappelle que la beauté se cache souvent dans les détails les plus simples. Alors, chaussez vos baskets, enfourchez vos vélos et laissez-vous guider par l'envie d'explorer. Profitez aussi des longues soirées pour partager rires, pique-niques et souvenirs inoubliables ensemble.





## Revue n°23

Édition : Chouette Balade  
Siret : 343 402 137 00024  
Code NAF/APE : 7990Z

Directeur de la publication :  
Claude SPITZNAGEL  
Adresse :  
28 rue des Loges 57000 METZ

Dépot légal : à parution

Contact :  
chouettebalade@gmail.com  
Site : www.chouettebalade.fr  
Tél : 07 71 94 09 58

## Sommaire

Sommaire	02		
Informations			
- Anecdotes	03		
Une légende de Meuse			
- Le Nachtkalb de Colmar (68)	04		
Le Charme d'autrefois			
- Les écoles	07		
Les lectures de la Chouette			
- Des livres pour le plaisir	08		
		Les communes	
		- Angomont (54)	9
		- Avioth ( 55)	10
		- Amelécourt (57)	11
		- Barr (67)	12
		- Baltzenheim (68)	13
		- Aulnois (88)	14
		Architecture : militaire - monastique	15
		Les plantes d'ici : Arnica	16
		Nos infos - <b>101</b> promenades	17
		Jouons un peu	18
		Nos partenaires	19
		Devenez partenaires	20

## UN PEINTRE DU XVIII<sup>e</sup> SIÈCLE À METZ

Joseph-Jean-Bernard Hilledebrandt, originaire de Prague, se fixa à Metz en 1737.

Artiste de talent, il excellait dans l'art de peindre des trompe-l'œil. Il exécuta notamment la fresque et les tableaux qui décoraient l'abbaye de Saint-Arnould. Il peignit également pour l'église Saint-Georges quatre tableaux de six pieds de hauteur sur quatre de largeur. Ils représentaient la Visitation, l'Annonciation, l'Assomption et la Présentation.

Hilledebrandt mourut en septembre 1770 dans sa maison de la rue des Trinitaires.



## LE "STADIVARIUS" DE MONSIEUR

En 1760, Louis-Joseph de Montmorency-Laval quitta l'évêché de Condom pour venir occuper celui de Metz. Il arriva dans notre ville accompagné de son maître de chapelle Jean-Nicolas Loiseau de Persuis (né à Cormicy, en Champagne, mort en 1784) et lui confia les fonctions de maître de musique. A ce titre, Loiseau enseigna la musique aux enfants de chœur. L'un d'entre eux, dans un fragment de ses Mémoires, écrit :

« C'était un homme bien singulier que ce Monsieur de Persuis, possédant la science du contre-point, mieux peut-être qu'aucun des maîtres de chapelle de France. Il composait des motets spirituels (composition musicale apparue au XIII<sup>e</sup> siècle, à une ou plusieurs voix), des messes et des oratorios avec une force d'imagination prodigieuse. M. de Montmorency passait avec lui toutes les heures de liberté qu'il dérobaient au détriment de l'épiscopat.

J'ai souvent accompagné mon maître au château de Frescaty, séjour vaste et délicieux où l'opulence des Montmorency le mettait cependant mal à son aise ; j'y ai entendu plusieurs fois le « stradivarius » de Monseigneur et la voix de Madame de Choiseul, chanoinesse de Saint-Louis, privilège dont M. de Persuis jouissait avec moi, car l'évêque et l'abbesse, sans déroger à leur dignité, faisaient de la musique profane et publique. M. de Montmorency, d'ailleurs excellent musicien, avait peut-être la voix la plus fautive qui fut dans son diocèse. »



## IL Y A DU MESSIN À NANCY

Philippe Guisse père, serrurier messin du XVIII<sup>e</sup> siècle, travailla sous la direction de Jean Lamour aux splendides grilles de la place Stanislas à Nancy. Son frère, batteur d'or, œuvra à la dorure de ces grilles.

Philippe Guisse, fils du précédent, réalisa la rampe d'escalier du palais de justice de Metz. Les grilles de l'hôtel de ville résultent de sa collaboration avec son père.

Articles extraits de :  
Petits faits curieux de l'histoire messine  
d'André Jeanmaire - J.-S. Zalc Éditeur - 1979  
Dessin de Jean Morette

Nombre  
de Chouettes Balades **101**

DES PROJETS POUR **2026**

NOUS SOMMES LÀ  
POUR **CRÉER OU RAJENIR**  
VOTRE **SITE WEB**



**+33 6 14 44 54 53**



# Le Nachtkalb de Colmar

(Légende du Haut-Rhin)

Dans les ruelles pavées de Colmar, lorsque la nuit tombe et que les lanternes projettent leurs lueurs vacillantes sur les façades à colombages, une ancienne légende ressurgit dans les murmures des habitants : celle du Nachtkalb, littéralement « le veau de la nuit ». Peu de visiteurs en ont entendu parler, mais pour ceux qui connaissent les récits anciens, cette créature incarne une peur sourde, enracinée dans les ombres et le silence. Selon la tradition orale, le Nachtkalb apparaissait autrefois aux abords de la ville, particulièrement dans les zones rurales et les chemins bordés de vignes.

Il prenait la forme d'un petit veau noir, à l'allure étrange, dont les yeux semblaient refléter une intelligence inquiétante. Mais ce qui frappait le plus ceux qui prétendaient l'avoir aperçu, c'était son comportement : immobile, silencieux, il fixait les passants avant de disparaître soudainement, comme avalé par la nuit elle-même.

La légende raconte que le Nachtkalb n'était pas un simple animal, mais une manifestation d'un esprit tourmenté. Certains disent qu'il s'agirait de l'âme d'un enfant mort sans baptême, condamné à errer entre les mondes. D'autres affirment qu'il est le fruit d'une malédiction jetée par une sorcière, punissant un villageois coupable d'avoir trahi sa communauté. Quelle que soit son origine, tous s'accordent sur un point : croiser le Nachtkalb n'annonçait jamais rien de bon.

Les récits les plus anciens évoquent des voyageurs égarés, attirés par la présence de l'animal. Intrigués ou attendris, ils s'approchaient de lui, pensant trouver un veau perdu. Mais dès qu'ils tentaient de le toucher, le



Nachtkalb reculait, les incitant à le suivre. Ainsi commençait une étrange poursuite à travers les champs et les bois, jusqu'à ce que le voyageur réalise qu'il ne reconnaissait plus le chemin du retour. Certains racontent qu'ils ont erré pendant des heures, voire des jours, avant de retrouver leur route, profondément marqués par l'expérience.

Dans les versions les plus sombres de la légende, ceux qui suivaient le Nachtkalb ne revenaient jamais. On disait alors qu'ils avaient été « pris par la nuit », happés dans un autre monde ou condamnés à errer eux-mêmes sous une forme différente. Ces disparitions inexplicables ont longtemps alimenté la peur et renforcé la méfiance envers les apparitions nocturnes.

Au fil du temps, la figure du Nachtkalb est devenue un symbole des dangers de la nuit et de l'inconnu. Les parents racontaient cette histoire à leurs enfants pour les dissuader de sortir après le coucher du soleil. « Si tu t'éloignes, le Nachtkalb te trouvera », disaient-ils, mêlant ainsi éducation et superstition.



Cette transmission orale a permis à la légende de survivre, même si sa présence s'estompe peu à peu dans le monde moderne.

Certains folkloristes voient dans le Nachtkalb une métaphore des peurs humaines face à l'invisible. Le veau, animal normalement associé à l'innocence et à la douceur, devient ici une créature ambiguë, à la frontière entre le familier et le menaçant. Cette inversion des symboles renforce le malaise et souligne l'idée que le danger peut se cacher sous des apparences trompeuses.

Aujourd'hui, bien que rares soient ceux qui prétendent encore avoir vu le Nachtkalb, son souvenir demeure dans l'imaginaire local. Il apparaît parfois dans des récits, des illustrations ou des événements

liés au patrimoine alsacien. Il rappelle que derrière les façades pittoresques et l'atmosphère paisible de Colmar se cache un passé riche en mystères et en croyances.



Chouette  
Palate



Ainsi, la légende du Nachtkalb continue de fasciner, oscillant entre conte moral et récit fantastique. Elle invite à réfléchir sur notre rapport à la peur, à la nuit et à l'inconnu. Et peut-être, lors d'une promenade tardive dans les rues silencieuses, certains se surprennent encore à scruter les ombres, se demandant si une petite silhouette noire ne les observe pas, immobile, depuis l'obscurité.

# Fin



# Le charme d'autrefois : Les écoles

Les écoles en Alsace-Moselle présentent une particularité unique en France, héritée de l'histoire complexe de cette région frontalière. Contrairement



au reste du territoire, le système éducatif y conserve certaines spécificités issues de la période allemande, notamment après l'annexion de 1871. Aujourd'hui encore, ces différences se manifestent dans l'organisation scolaire et dans certains contenus d'enseignement.

L'une des caractéristiques les plus marquantes est l'enseignement religieux à l'école publique. En effet, en Alsace-Moselle, le concordat napoléonien n'a jamais été abrogé, contrairement au reste de la France où la loi de séparation des Églises et de l'État de 1905 s'applique. Ainsi, les élèves des écoles publiques reçoivent un enseignement religieux intégré dans l'emploi du temps, sauf si les parents demandent une dispense. Cet enseignement concerne principalement les religions catholique, protestante et juive.

Par ailleurs, l'apprentissage de la langue allemande occupe une place importante dans les écoles de la région. En raison de la proximité culturelle et géographique avec l'Allemagne, de nombreux établissements proposent un enseignement bilingue dès le plus

jeune âge. Cette compétence linguistique constitue un véritable atout pour les élèves, notamment dans un contexte européen où la mobilité et les échanges transfrontaliers sont encouragés.

Le système scolaire en Alsace-Moselle suit globalement les programmes nationaux, mais il s'adapte aussi aux réalités locales. Les écoles mettent souvent en avant l'histoire régionale, marquée par les allers-retours entre la France et l'Allemagne. Cela permet aux élèves de mieux comprendre leur identité culturelle et les spécificités de leur territoire.

Enfin, les établissements scolaires de la région bénéficient d'un cadre souvent dynamique, avec des projets pédagogiques tournés vers l'Europe et la coopération internationale. Cette ouverture favorise une éducation enrichissante, ancrée à la fois dans les traditions locales et dans une perspective moderne.



Ainsi, les écoles en Alsace-Moselle illustrent un équilibre singulier entre héritage historique, diversité culturelle et adaptation aux enjeux contemporains.



# Les lectures de Chouette Balade



Allez sur le site  
des éditions des "Paraiges"



Alain Thon

## La macchabée du bois

188 p. broché – **15 €**

En marge du Mondial Air Ballons organisé à Chambley, la découverte d'un cadavre dans la forêt de Pont-à-Mousson annonce une enquête compliquée. Un corps de femme, décharné, sans lésions, perforé d'une balle au niveau du sternum. C'est plutôt maigre comme indices. La mort elle-même remontant entre deux à cinq ans, comment le commissaire Filippi parviendra-t-il à identifier la victime et à trouver son assassin ? De Metz à Gênes en passant par la Transnistrie, cette nouvelle enquête sur fond de réseaux mafieux et d'argent sale le mènera à une vaste escroquerie à l'échelle européenne.



Christian Hermann

## Nicolas et la malédiction du sorcier

136 p. broché – illustré – **15 €**

1624. Henri II, duc de Lorraine et seigneur de Sierck, trouvant son neveu Nicolas trop faible de caractère, pense qu'un long voyage pourrait l'affermir. À peine l'enfant se met-il en route, avec Gaidiris son protecteur, que Yacobus le sorcier commence une traque impitoyable pour se venger... Quel est le motif de ces représailles ? Dans sa rage destructrice, le sorcier sera capable du pire, tu ne t'imagines même pas ! Comment Nicolas, si fragile, va-t-il réagir ? Supportera-t-il ces terribles épreuves ? Une histoire palpitante toute en surprises et en rebondissements.



Sophie Terrade

## Entre l'envol et l'ancrage

100 p. broché – **14 €**

*Entre l'envol et l'ancrage*, trente-sept poèmes en vers, en prose ou en paroles nues. Ils célèbrent l'amour, les liens qui nous portent, mais aussi les blessures et les révoltes qui nous traversent. Ombre et clarté s'y répondent, révélant la beauté du monde et l'énigme de nos vies. Un chemin de mots, ardent et fragile, entre le vertige du ciel et la force de la terre. Sophie Terrade réside en Moselle. Romancière, elle a obtenu le prix Victor Hugo 2023. Poétesse, la Société des poètes et artistes de France lui a attribué en 2025 le Grand Prix du jury et le Grand Prix des poètes lorrains.



# Un petit tour dans une commune du 54

## HISTOIRE

La commune d'Angomont, située dans le département de la Meurthe-et-Moselle en région Grand Est, possède une histoire ancienne liée à l'occupation humaine du piémont vosgien. Des traces d'une présence gallo-romaine témoignent d'une implantation précoce sur ce territoire forestier.

Au Moyen Âge, Angomont dépend du duché de Lorraine et joue un rôle rural important, notamment grâce à la présence d'une jumenterie appartenant aux ducs. Le territoire comprend également le village d'Allencombe, détruit au XVII<sup>e</sup> siècle lors des guerres qui ravagent la région, notamment par les troupes suédoises.

Au XIX<sup>e</sup> siècle, la commune connaît une période de relative prospérité, avec une population dépassant les 400 habitants. Cependant, comme beaucoup de villages ruraux, elle subit ensuite un déclin démographique progressif.

La Première Guerre mondiale marque profondément Angomont : des combats violents ont lieu à proximité, notamment au col de la Chapelotte, lieu stratégique du front vosgien.

Aujourd'hui, Angomont reste un petit village rural, dont le patrimoine et la mémoire sont étroitement liés à son passé historique et militaire.



**GENTILÉ** (nom des habitants)

Les habitants et les habitantes d'Angomont s'appellent les Angomontois et les Angomontoises.



*Rue Principale.*



*Chapelle du Col de la Chapelotte.*

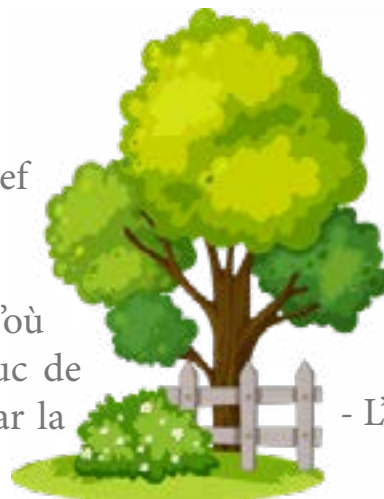
## BLASON



De gueules au cheval passant d'or, au chef d'argent chargé de trois alérions de gueules.

Il y avait une jumenterie à Angomont, d'où le cheval. Les alérions précisent que le duc de

Lorraine possédait cette jumenterie. Ce blason est utilisé par la commune depuis mars 2007.



## A VOIR

- Église Saint-Clément, reconstruite après 1918
- Chapelle XIX<sup>e</sup> siècle de la Chapelotte
- L'ancienne chapelle de l'hôpital allemand



# Un petit tour dans une commune du 55

## HISTOIRE

Avioth, petite commune située dans le département de la Meuse, possède une histoire étroitement liée à son célèbre sanctuaire. Dès le Moyen Âge, le village devient un important lieu de pèlerinage grâce à la découverte d'une statue de la Vierge, dite « Notre-Dame d'Avioth », attirant de nombreux fidèles venus de toute la région.

Aux XIII<sup>e</sup> et XIV<sup>e</sup> siècles, la construction de la basilique gothique témoigne de cette prospérité spirituelle et économique. L'édifice, remarquable par son architecture, s'accompagne d'une « Recevresse », petite construction destinée à recueillir les offrandes des pèlerins.

Durant les périodes de troubles, notamment les guerres du XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles, Avioth subit destructions et déclin. Toutefois, le pèlerinage perdure et assure la survie du village.

À l'époque contemporaine, Avioth conserve son identité religieuse et patrimoniale. Classée parmi les sites remarquables, la commune reste aujourd'hui un témoin vivant de la ferveur médiévale et de l'histoire rurale de la Meuse.



**GENTILÉ** (nom des habitants)

Les habitants d'Avioth s'appellent les Aviothois et les Aviothoises.



*La basilique d'Avioth.*



*La basilique d'Avioth et la Vierge Recevresse.*

## BLASON

La commune ne possède pas de blason.



## A VOIR

- La basilique Notre-Dame d'Avioth
- La Vierge Recevresse



# Un petit tour dans une commune du 57

## HISTOIRE

Amelécourt, commune du Saulnois en Moselle, s'inscrit dans une histoire profondément liée à cette région riche en ressources salifères. Dès l'Antiquité, le secteur est occupé par les Gallo-Romains, attirés par la proximité des sites d'extraction du sel, notamment autour de Vic-sur-Seille. Ces activités favorisent le développement d'axes de circulation et d'habitats dispersés, dont Amelécourt pourrait être issu.

Au Moyen Âge, le village apparaît dans les textes sous différentes formes toponymiques, révélant son ancienneté. Il dépend alors de seigneuries locales intégrées au duché de Lorraine. La société y est organisée autour de l'agriculture, avec des terres exploitées en openfield et une population soumise aux redevances féodales. L'Église joue également un rôle central dans la vie quotidienne.

Aux XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles, la région est durement touchée par les guerres, notamment la guerre de Trente Ans, qui provoque destructions, famines et recul démographique. Amelécourt, comme de nombreux villages lorrains, met du temps à se relever.

Le XX<sup>e</sup> siècle est marqué par les deux conflits mondiaux, qui laissent une empreinte durable. Aujourd'hui, Amelécourt conserve l'héritage de ce passé rural et mouvementé.



## GENTILÉ (nom des habitants)

Les habitants et les habitantes d'Amelécourt n'ont pas de gentilé.



Café Tharotte.



Rue Principale.

## BLASON



D'argent à l'écusson de gueules, au chapé d'azur.

Armes de la prévôté d'Amance, dont dépendait le village, avec le chapé de saint Martin, patron de la paroisse.



## A VOIR

- Église Saint-Martin XVIII<sup>e</sup> siècle
- Substructions romaines
- Passage d'une voie romaine près du village





## Un petit tour dans une commune du 67

### HISTOIRE

La commune de Barr, située dans le Bas-Rhin, possède une histoire riche remontant à l'Antiquité, période durant laquelle la région est occupée par les Romains, attirés par la fertilité des terres et les premières cultures de la vigne. Au Moyen Âge, Barr se développe sous l'autorité des seigneurs locaux et devient un centre viticole important en Alsace, activité qui structure durablement son économie et son paysage.

La ville connaît des périodes de prospérité mais aussi de destructions, notamment lors des conflits qui traversent la région, comme la guerre de Trente Ans au XVII<sup>e</sup> siècle, qui entraîne déclin démographique et difficultés économiques. Toutefois, Barr se relève progressivement grâce à la relance de la viticulture.

Au XIX<sup>e</sup> siècle, avec l'essor économique et les améliorations des infrastructures, la commune se modernise. L'annexion à l'Empire allemand en 1871 marque une nouvelle phase, suivie du retour à la France en 1918.

Aujourd'hui, Barr est reconnue pour son patrimoine architectural et viticole, symbole de son histoire et de son identité alsacienne.

### BLASON



(XVII<sup>e</sup> s.) D'argent à la herse sarrasine au pied fiché de sable.

D'Hozier avait attribué: D'or à la bande de sable; à l'écusson d'azur, brochant en coeur sur le tout, chargé d'une face alésée d'argent, surchargée de cinq vergettes de gueule.

La herse du blason de Barr symbolise le rôle ancestral de cette cité comme ultime barrière sur le chemin vers le mont Sainte-Odile, jadis lieu sacré occupé par des druides.



### A VOIR

- L'église protestante
- Auberge le brochet
- Fontaine et Greffe seigneurial
- De nombreuses maisons typiques

Village remarquable

[à voir sur chouettebalade.fr](http://chouettebalade.fr)



### GENTILÉ (nom des habitants)

Les habitants et les habitantes de Barr s'appellent les Barrois et les Barroises.



*Maison Burckel.*



*Mairie.*



# Un petit tour dans une commune du 68

## HISTOIRE

Baltzenheim, commune du Haut-Rhin située dans la plaine d'Alsace, possède une histoire ancienne liée à sa position proche du Rhin. Le site est probablement occupé dès l'époque gallo-romaine, grâce à la fertilité des terres et à la proximité des voies de circulation fluviales.

Au Moyen Âge, Baltzenheim apparaît dans les textes sous différentes formes et dépend de seigneuries locales intégrées au Saint-Empire romain germanique. La vie du village est alors rythmée par l'agriculture et l'exploitation des ressources naturelles. L'église paroissiale joue un rôle central dans l'organisation sociale et religieuse.

Comme l'ensemble de la région, la commune subit les conséquences des conflits, notamment la guerre de Trente Ans, qui entraîne destructions et dépeuplement. Elle se reconstruit progressivement aux XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècles.

Au XIX<sup>e</sup> siècle, l'annexion à l'Empire allemand en 1871 marque un tournant administratif et culturel, avant le retour à la France en 1918. Aujourd'hui, Baltzenheim conserve un caractère rural marqué, héritier de son histoire et de ses traditions alsaciennes.



## GENTILÉ (nom des habitants)

Les habitants et les habitantes de Balschwiller s'appellent les Balschwillerois et les Balschwilleroises



Multi-Vues.



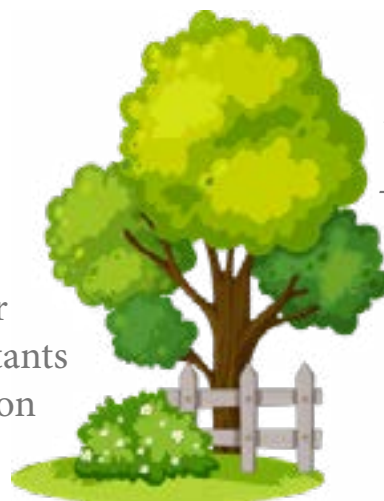
Grand Rue.



## BLASON

(1977) De gueules à la bande d'argent côtoyée de deux poissons d'or.

Elles rappellent que jusqu'au siècle dernier la pêche était la principale activité des habitants de Baltzenheim; «de gueules à la bande d'argent» était le blason des évêques de Strasbourg qui possédèrent le village du XIV<sup>e</sup> siècle à la Révolution. (Site de la commune)



## A VOIR

- Église Saint-Michel
- Le Giessen est une rivière qui côtoie le village





# Un petit tour dans une commune du 88

## HISTOIRE

Aulnois, commune du département des Vosges, s'inscrit dans une histoire ancienne propre à la Lorraine rurale. Le toponyme, issu du latin *alnus* (aulne), évoque un paysage humide et boisé, propice aux premières installations humaines. Si aucun vestige majeur n'est attesté avec certitude sur le ban communal, la région est fréquentée dès l'époque gallo-romaine, en lien avec les voies secondaires reliant les centres antiques.

Au Moyen Âge, Aulnois relève du duché de Lorraine et dépend de seigneuries locales. Le village s'organise autour d'une économie agricole fondée sur les cultures céréalières et l'élevage, dans un système d'openfield typique. La paroisse structure la vie collective, rythmée par les fêtes religieuses et les obligations seigneuriales.

Les XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles constituent une période de crise majeure. La guerre de Trente Ans entraîne destructions, famines et forte dépopulation. Comme beaucoup de localités vosgiennes, Aulnois est partiellement abandonné avant une lente reconstruction au XVIII<sup>e</sup> siècle.

À la Révolution française, la commune est intégrée dans le nouveau découpage administratif. Le XIX<sup>e</sup> siècle apporte une certaine stabilité, malgré l'exode rural progressif. Le XX<sup>e</sup> siècle, marqué par les deux guerres mondiales, laisse des traces durables. Aujourd'hui, Aulnois demeure un village rural attaché à son héritage historique.



**GENTILÉ** (nom des habitants)

Les habitants et les habitantes d'Aulnois n'ont pas de gentilé.



*Entrée du village.*



*Rue du Han.*

## BLASON

Parti de gueules à trois quintefeuilles d'or mis en orle sur le flanc dextre ; et coupé d'azur à l'épée renversée d'argent et d'argent à la branche d'aulne de sinople, feuillée fleurie et fruitée au naturel.

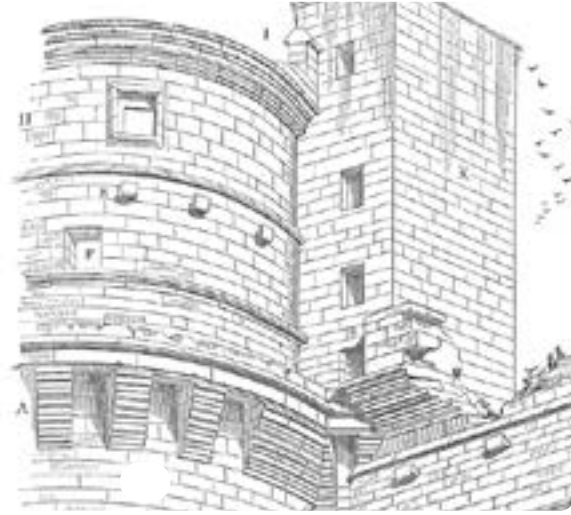


## A VOIR

- Église de la Conversion-de-Saint-Paul
- Croix de carrefour avec statue de saint Paul XVI<sup>e</sup> siècle
- Vestiges préhistoriques et antiques

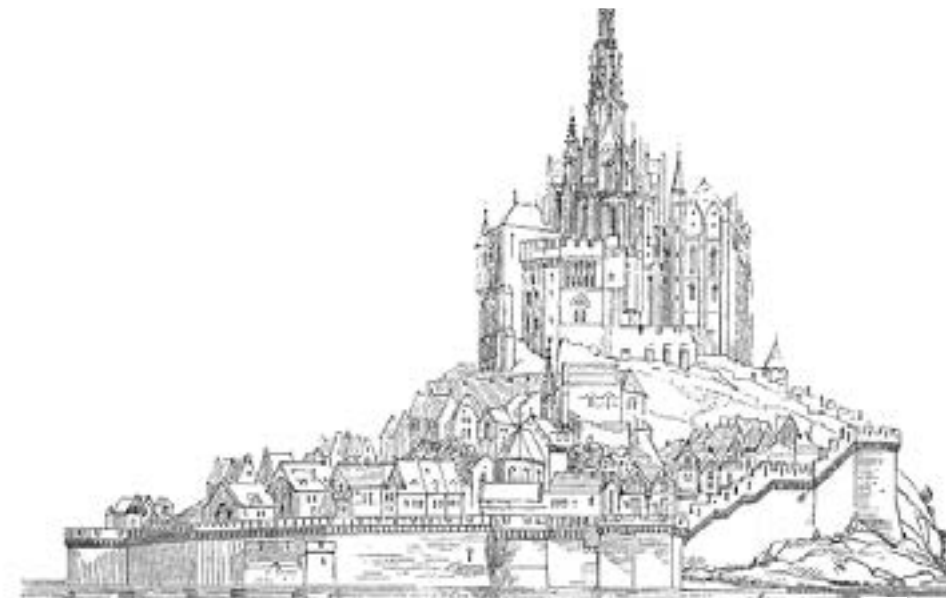
Les trois quintefeuilles rappellent la famille De Vergy qui était seigneur du lieu. L'épée est celle de saint Paul, patron de l'église. La branche d'aulne évoque le nom de la localité : Aulnois. Armoiries composées par la municipalité d'Aulnois en 2014.

# Architecture d'autrefois



## Architecture militaire

Le texte retrace l'évolution des fortifications et des techniques de siège de l'Antiquité romaine au XVII<sup>e</sup> siècle. Les Romains développent camps, murailles et dispositifs défensifs tandis que les techniques d'attaque s'améliorent avec béliers, tours, mines et circonvallations. Au Moyen Âge, les villes héritent souvent des remparts antiques, adaptés par les Wisigoths et les Francs, puis renforcés par des constructions en pierre ou en bois. Jusqu'au XII<sup>e</sup> siècle, la défense repose sur la masse des murailles, avant de devenir plus active sous l'influence des croisades et des progrès de l'assiégeant. Les sièges médiévaux, comme celui de Carcassonne, mobilisent engins de jet, mines et contre-mines. Aux XIV<sup>e</sup>-XVI<sup>e</sup> siècles, hourds, mâchicoulis et fortifications se développent, avant d'être bouleversés par l'artillerie. Enfin, aux XVI<sup>e</sup>-XVII<sup>e</sup> siècles, bastions, ouvrages avancés et systèmes de Vauban rationalisent la défense, malgré la supériorité persistante de l'attaque.



## Architecture monastique

Aux début du christianisme, des fidèles se retirent pour une vie contemplative, avant l'apparition de règles communes comme celle de saint Benoît. Dans un Occident troublé, les moines développent l'agriculture et diffusent les savoirs. Les monastères deviennent des centres majeurs qui centralisent et réforment la vie monastique. Les abbayes s'insèrent dans des logiques féodales, suscitant des réformes comme celle de Cîteaux, prônant austérité, travail et autonomie. Les établissements cisterciens, fonctionnels et ruraux, favorisent le développement local. L'exemple du Mont-Saint-Michel illustre la dimension défensive et monumentale de certaines abbayes. Malgré leur rôle essentiel, les ordres déclinent progressivement face aux pouvoirs urbains et royaux, tandis que de nouveaux ordres, comme les mendiants, transforment les pratiques religieuses et annoncent la fin de l'unité monastique médiévale dans l'ensemble du continent européen.

LIBRAIRIE-GALERIE  
LA PENSÉE SAUVAGE

23 avenue de Nancy - 57000 METZ

Tél : 09 73 20 37 25

lapenseesauvage@librairie@gmail.com

www.librairielapenseesauvage.com



Votre place est ici !

Faites-vous voir

pour être vu

SOYEZ

ANNONCEUR



Éditions des Paraiges

Maison d'édition à Metz  
HISTOIRE LITTÉRAIRE PATRIMOINE



# Les plantes de chez nous



## Arnica

Arnica montana

Famille des Astéracées

**Synonymes : Herbe aux chutes, Arnique des montagnes, Plantain des Alpes, Tabac des Vosges**

Cette plante vivace, haute de 40 à 60 cm, pousse dans les prairies subalpines acides des massifs montagneux comme les Vosges, les Alpes et le Jura, entre 800 et 2400 mètres d'altitude. Elle présente une tige unique issue d'une rosette de feuilles vert pâle, portant au centre deux petites feuilles opposées. Sa floraison

donne des capitules jaune d'or composés de fleurons tubulés et de ligules, dégageant une odeur aromatique et un goût légèrement piquant. Traditionnellement, elle a été utilisée en phytothérapie pour diverses affections : troubles digestifs, règles douloureuses, et surtout troubles nerveux comme l'hystérie, l'épilepsie ou les vomissements d'origine nerveuse. Elle est également liée à des pratiques de médecine traditionnelle japonaise, notamment le moxa, où des cônes de feuilles séchées sont brûlés sur des points d'acupuncture, ou utilisés sous forme de bâtonnets incandescents.

En usage interne, elle se consomme en infusion (20 à 30 g par litre, trois tasses par jour) ou en poudre dans du vin chaud, du miel ou du sucre. Elle possède toutefois une toxicité potentielle et est déconseillée pendant la grossesse. Sur le plan alimentaire, ses jeunes pousses sont comestibles et appréciées pour leur goût rappelant l'artichaut, notamment en beignets. Au Japon, elles sont utilisées en cuisine pour aromatiser des plats comme les mochis, après blanchiment et séchage. Les inflorescences servent aussi à parfumer desserts et crèmes.

**Ne jamais utiliser cette plante sans consulter votre médecin ou votre pharmacien.**

feuilles  
DE MENTHE  
EDITIONS

www.boutique-feuillesdementhe.com



On lit... et on grandit !

Votre place est ici !

Faites-vous voir

pour être vu

SOYEZ

ANNONCEUR



Souvenir Français  
Comité de Montigny-lès-Metz

Tel : 07 89 95 79 39

Permanence le mercredi matin 10 h - midi

10 allée Marguerite  
57950 Montigny-lès-Metz



## Les rendez-vous de Chouette balade

Les beaux jours reviennent et l'envie de se balader se fait sentir ! Nous vous proposons pour ce mois de juin le calendrier de nos sorties.

### Promenades à vélo

Promenade commentée à vélo gratuite par la piste cyclable : **Metz - Pont-à-Mousson - Metz**

Vous visiterez : Arnaville  
Pont-à-Mousson  
Pagny-sur-Moselle

**Lieu de départ** : CULTURE VELO

12 allée des Tilleuls  
Parc des Aravis Zac d'Augny  
57130 Jouy-aux-Arches

### Le samedi 13 juin

**Départ** : 9 h précises  
Parking piscine de Montigny  
Réservé au + de 14 ans

### Réservation

#### Quelques conseils :

Faites vérifier vos vélos (pneumatiques, freins, éclairage, casque conseillé ...)

### Promenades à pied

C'est une promenade de 1h 30 dans les rues de Metz. La visite vous fera découvrir :

### le vendredi 19 juin

Départ 19h précises  
au Forum St-Jacques devant le Novotel  
Place Saint-Louis  
Place du Quarteau  
Rue du Grand Cerf  
Rue de la Chèvre

A l'issue de la promenade, pour ceux et celles qui le veulent, la soirée se terminera autour d'une pizza.

Réservez en précisant la date de la promenade et le nombre de personnes.

Il sera demandé aux participants et aux participantes une cotisation unique de **20€** pour les frais d'assurances et d'adhésion 2026.

<https://chouettebalade.fr/contactez-nous/>

Pour s'inscrire gratuitement à la revue : [revue Chouette Balade](#)

# Chouette Balade

le site  
qui vous envoie  
balader ...  
pour votre plaisir !



# Jouons : Le saviez-vous ?



## Aller droit dans le mur

Courir à sa perte, aller vers l'échec. Le pilote automobile qui roulerait sur un circuit entouré de murs et qui perdrait le contrôle de son véhicule foncerait effectivement vers le mur. Il risquerait d'en mourir ou d'en ressortir blessé. Mais l'origine exacte de cette expression n'est pas claire. Par exemple « Si tu continues à ne pas écouter en classe, tu vas aller droit dans le mur ! »



## Aller en riboul

Si on allait en riboul ce soir? Force est de constater que le Breton est bon vivant, l'expression d'origine Quimpéroise invite à partir en virée, à faire la fête, la bringue avec sa bande, à s'amuser gaiement dans les bars des ports, dans les festivals estivaux et à boire avec la modération de rigueur dans les fest-noz ! Musique, danse, chants, on termine la riboul la tête en friche, mais heureux.



Services informatiques  
pour particuliers,  
professionnels et collectivités

L'objectif principal d'ACAS est d'offrir  
à une clientèle de professionnels (artisans, PME, ETI ...)  
et aux collectivités  
une large palette de services informatiques  
et de conseils en informatique en privilégiant  
la proximité.

Vous souhaitez un renseignement,  
une demande spécifique,  
contactez-nous au (+33) (0)3 87 51 21 22

<https://www.acas-informatique.fr/>

5, rue de Metz - 57140 SAULNY



# LES PARTENAIRES DE CHOUETTE BALADE : Les sociétés d'histoire



Les Amis du Patrimoine de Marly et environs



La sixtine de la Seille Sillegny



Au fil du temps Lorry-lès-Metz



Montigny-Autrefois Montigny-lès-Metz



Société d'histoire de Woippy



Renaissance du vieux Metz et des pays lorrains



Villages Lorrains

NOUVEAU



Cercle généalogique d'Alsace



Souvenir Français Comité de Montigny-lès-Metz  
Tél : 07 89 95 79 39  
Permanence le mercredi matin 10 h - midi  
10 allée Marguerite  
57950 Montigny-lès-Metz



Éditions des Paraiges  
Maison d'édition à Metz  
HISTOIRE LITTÉRATURE PATRIMOINE



feuilles DE MENTHE ÉDITIONS  
www.boutique-feuillesdementhe.com  
On lit... et on grandit!



LIBRAIRIE-GALERIE LA PENSÉE SAUVAGE  
23 avenue de Nancy - 57000 METZ  
Tél : 09 73 20 37 25  
lapensee Sauvage@braille@gmail.com  
www.librairielapensee Sauvage.com



## DEVENEZ PARTENAIRES DE **CHOUETTE BALADE**

### Vous êtes en charge d'une communauté de commune

Vous êtes en charge du développement touristique de votre communauté. La tâche n'est pas évidente ainsi que la somme des compétences et de plus le coût de la création numérique est élevé. Nous vous proposons des solutions simples et efficaces pour valoriser votre secteur.



Téléchargez  
notre plaquette

### Vous êtes en charge d'une activité commerciale

Nous amenons les visiteurs au pied de votre structure commerciale. Que vous soyez hébergeurs, restaurateurs, artisans d'art ou encore producteurs de produits locaux ou BIO nous vous proposons une mise en valeur de votre activité pour un prix défiant toute concurrence.



Contactez-nous

### Vous êtes une entreprise ou un comité d'entreprise

Nous vous proposons des promenades vélos accompagnées. Ces circuits peuvent être culturels ou ludiques selon votre attente. Nous vous proposons plus de 100 itinéraires sur l'Alsace et la Lorraine. Nous sommes ouverts à tous projets.



Inscrivez-vous  
à la newsletter

Notre revue, diffusée auprès d'une communauté active d'amoureux(ses) du patrimoine et de la nature, est le support idéal pour promouvoir vos services ou produits. Bénéficiez d'une audience ciblée et engagée, passionnée par les balades, la culture et les loisirs. Ensemble, valorisons votre marque et connectons-la à un public captivé par des contenus de qualité.

**[Contactez-nous dès maintenant ! ou au Tél : 07 71 94 09 58](#)**

