

Porte de garage | Escalier | Parquet

03 82 24 40 27 l-atelier-menuiserie@orange.fr

www.latelier2menuiserie.com

VOTRE MAGAZINE **BI-MENSUEL GRATUIT**





9 Place de l'hôtel de ville - LONGUYON



www.suivezleguid.com

CONSO

IMMO

AUTO

DÉCO

TRAVAUX

Nouveau Citroën C5 Aircross



CAR AVENUE

87 ROUTE DE LONGWY 54720 LEXY 03 82 26 26 26



VOTRE MAGAZINE
BI-MENSUEL GRATUIT
EN IMMO • AUTO • DÉCO
TRAVAUX • CONSO



Conception et Impression :

AZ Communication info@azcommunication.com +33(0)3 82 25 74 40 30 rue de la Carrière 54720 LEXY

QUE FAIRE? QUE VOIR? Où ALLER?



Diffusez vos offres d'emploi, ventes et petites annonces dans notre magazine!

Réservez votre encart

Pour plus d'informations, contactez-nous dès maintenant!

* * * * *

23 NOV.

CONCERT

LONGWY-BAS

Assistez au concert du Kaléidophone le 23 Novembre 2025, à la Mairie – Salle Legras à Longwy-Bas. Venez célébrer les 40 ans du Kaléidophone lors d'un moment musical unique et chaleureux.

Le billet, à 15€ pour les adultes et 10€ pour les enfants et demandeurs d'emploi, inclut également une participation à une tombola

- Salle Legras -Longwy-Bas
 - 3 23 Novembre 2025 à 15h00

27.....

23 NOV.

BOURSE AUX JOUETS AUDUN-LE-ROMAN

Venez profiter d'une grande bourse organisée par le Foyer Socio-éducatif du Collège Gaston Ramon, le 23 Novembre 2025 au Collège Gaston Ramon de Audun-le-Roman.

Journée idéale pour trouver jeux, jouets et livres à petits prix.

Une **buvette** ainsi qu'une **restauration** seront proposées.

- Collège Gaston Ramon -Audun-le-Roman
- © 23 Novembre 2025 de 10h00 à 18h00

SOMMAIRE

ÉVÈNEMENTS & INTERVIEWS

La recette réconfortante de l'automne par Bergamote & Citronnelle

..... PAGE 09

Sorbey, village d'étoiles et de nature

..... PAGE 13

Les concerts immanquables de la Rockhal

..... PAGE 14

L'Arche de Villerupt met en lumière "Temps Nouveaux"

..... PAGE 15

Will's Share face à l'Arctique, le défi de glace du Polar Bear Challenge

..... PAGE 18

Retour sur l'inauguration de Burger King Cosneset-Romain

..... PAGE 20

La CPTS du Pays-Haut renforce l'accès aux soins

..... PAGE 22

Dans les coulisses du Basket Club Longwy Réhon

..... PAGE 25



28 **DÉC.**

VISITE GUIDÉE VILLERS-LA-MONTAGNE

Vivez une expérience immersive et exclusive de la Ligne Maginot avec quatre guides en tenue d'époque. Pendant 4 heures, vous visiterez des zones inédites, descendrez jusqu'à –32 mètres et monterez dans la Tourelle à Éclipse. Une visite unique, limitée à 20 personnes, réservée aux adultes et adolescents dès 12 ans.

Réservation obligatoire sur www.a5ouvragemaginot.org.

- A5 Bois du Four -Villers-la-Montagne
- ② 28 Décembre 2025 à partir de 13h30



29 nov.

BLIND-TEST MERCY-LE-BAS

Participez à une soirée **Blind-test** animée par **AC Sonorisation**, organisée par **l'A.S Mercy-le-Bas**.

Vous pourrez jouer en **équipe** (maximum 8 joueurs), profiter d'une **buvette** et d'une **petite** restauration, et tenter de gagner des cadeaux.

Paiement à l'inscription. Inscription auprès de Damien au 06 25 67 31 02.

- Foyer municipal de Mercy-le-Bas
- 29 Novembre 2025à partir de 19h00

Directrice de la publication : Fanny DARGENTON

Rédaction :

AZ Communication

Conception graphique : AZ Communication

Photographie:AZ Communication

Freepik **Tirage:**

15 000 exemplaires



Rendez-vous sur nos réseaux et sur notre site!

Ø

AZ Communication

0

azcommunicationlexy

n AZ Communication

www.suivezleguid.com

SCANNEZ ce QR-Code



Toute reproduction des annonces publicitaires, de textes et d'illustrations est interdite sans accord écrit de la société AZ Communication. Les visuels publicitaires et textes sont sous la responsabilité des annonceurs. Ne pas jeter sur la voie publique. Merci.







LES ÉVÈNEMENTS



www.laiterie-gilbert.fr

29/30 nov.

MARCHÉ DE NOËL

Découvrez le marché de Noël de Aumetz, le 29 et 30 Novembre 2025, à la Salle des Spectacles de Aumetz

Avec **restauration** sur place. animations et visite du Père Noël

Entrée libre. Organisé par la Municipalité.

- Salle des Spectacle -
- () 29 Novembre de 14h à 19h 30 Novembre de 10h à 18h

29/30 NOV.

MARCHÉ REVÉMONT

Venez vivre la magie du Marché de Saint-Nicolas de Revémont, les **29** et **30 Novembre 2025**, dans la **Grange de Revémont**, ouverte de **13h00** à **18h30**. Découvrez une ambiance festive où artisans, créateurs et décorations vous attendent, accompagnés d'une **buvette** et **restauration** gourmandes : crêpes, vin chaud, chocolat chaud. bière de Noël. Avec la présence du Saint-Nicolas le dimanche pour une séance photo.

- Grange de Revémont
- 29 & 30 Novembre 2025 de 13h00 à 18h30

30 NOV.

MARCHE

VIVIERS-SUR-CHIERS

Participez à une marche pour le Téléthon à Viviers-sur-Chiers, organisée par Les Marcheurs de Saint-Martin! Vous parcourrez 6 ou 8 km au départ de la Salle du Gai Coteau (parking de la mairie). entre 9h et 9h30. Avec une **inscription** sur place comprenant un **café** pour **3€**. À votre retour, profitez d'un vin chaud ou d'un mini-sandwich dans une salle chauffée, le tout pour la bonne

- Départ de la Salle du Gai Coteau - Viviers-sur-Chiers
- 30 Novembre 2025 à partir de 9h00

O3 DÉC.

SPECTACLE DE NOËL

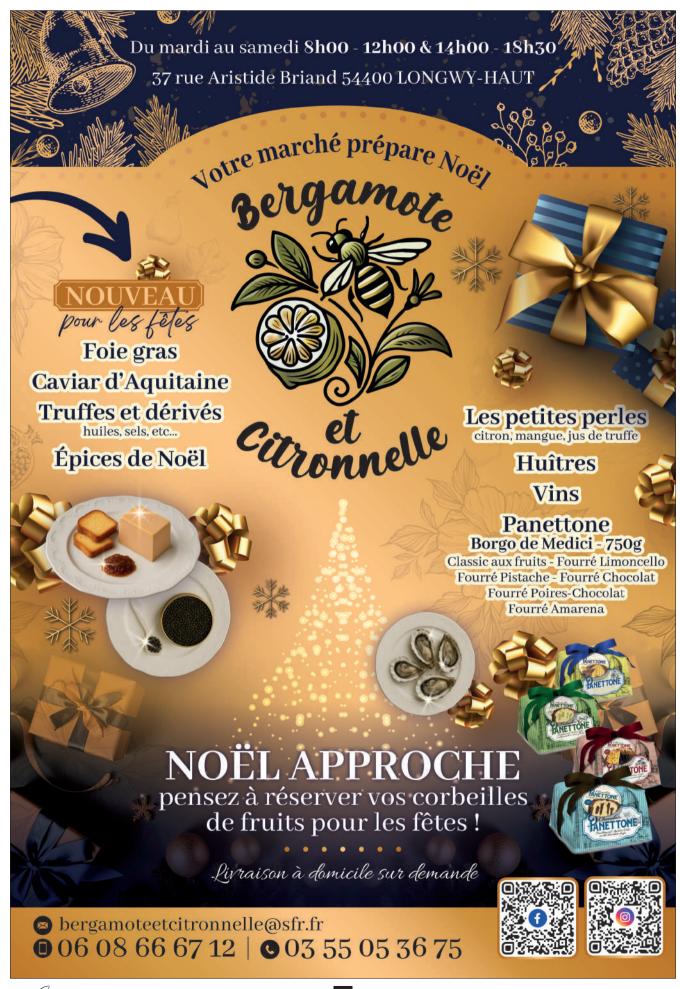
Venez assister au **spectacle** de Noël organisé par le Comité des Fêtes de Réhon, avec Joriane dans "Sa mission de Noël".

Vous profiterez également d'une **séance photo** avec **Olaf** et de la présence du Saint-Nicolas pour une distribution de chocolats.

Ouvert à tous et entièrement gratuit, cet après-midi festif saura ravir petits et grands. L'ouverture des portes se fera à **15h30**.

- Salle de la jeunesse -
- 03 Décembre 2025 à partir de 15h30







LA PROGRAMMATION DE VOTRE CINÉMA KINEPOLIS LONGWY



Animation, Comédie I Durée : 1h47

Les agents de police Judy Hopps et Nick Wilde doivent suivre la piste sinueuse d'un mystérieux reptile qui arrive à Zootopie et met la métropole des mammifères sens dessus dessous.

Pour résoudre l'affaire, Judy et Nick doivent se rendre sous couverture dans des quartiers inconnus de la ville. Cette mission va mettre à l'épreuve leur relation personnelle et professionnelle comme jamais auparavant.

Sortie nationale le 26 Novembre



Action, Animation I Durée: 1h30

Dans La Traque meurtrière, Yûta Okkotsu, le protagoniste principal du film JUJUTSU KAISEN O, entre enfin en scène.

Nommé par les plus hautes autorités du monde des exorcistes comme bourreau de Yûji Itadori, Yûta doit retourner sa lame contre lui. C'est sur grand écran que se déroule le combat tant attendu entre les deux élèves de Satoru



Concert évènement | Durée : 1h30

Découvrez le concert évènement de Tayc avec le Red Bull Symphonic dans "Tayc - Dernier

Avec l'orchestre Lamoureux conduit par Ouentin Mindley



Fantasy, Aventure

Les Légendaires, intrépides aventuriers, étaient les plus grands héros de leur temps.

Mais suite à une terrible Mais suite a une terrible malédiction, les voilà redevenus.. des enfants de 10 ans! Danaël, Jadina, Gryf, Shimy et Razzia vont unir leurs pouvoirs pour vaincre le sorcier Darkhell et libérer leur planète de l'enfance éternelle.

Matinée magique le 04 Janvier à 10h45

06/07 Décembre à 17h45

Sous réserve de modifications. Retrouvez la programmation complète de votre cinéma sur www.kinepolis.fr

09 Décembre à 20h00

ÉVÈNEMENTS LES

06 DÉC.

MARCHÉ DE L'AVENT PIENNES

Flânez lors du Marché de l'Avent de **Piennes** pour prendre un avant-goût des **fêtes de** fin d'année, le 06 Décembre 2025.

Entre artisans locaux, créations, bijoux, gourmandises, animations, mais aussi la présence de Saint-Nicolas et concert.

Marché intérieur et extérieur.

- De la Place du Marché à la Maison des Transitions
- 06 Décembre 2025 de 11h00 à 18h00

06/07 déc.

MARCHÉ DE NOËL RÉHON

Pendant deux jours, venez profiter d'un Marché de Noël féerique organisé par le Comité des Fêtes de Réhon. De nombreux exposants, des **spécialités de** Noël, une buvette, un château gonflable et des animations pour tous vous attendent. Le **samedi** soir, ne manquez pas le feu d'artifice à 21h sur la place de la Mairie. Le dimanche, assistez au tirage de la tombola à 18h30. L'entrée est gratuite.

- Réhon
- 06 Décembre de 14h à 21h 07 Décembre de 10h30 à 19h

07 déc.

MARCHÉ DE NOËL PIERREPONT

Découvrez un marché de Noël chaleureux organisé par Nature & Patrimoine 54620 : de nombreux exposants, animations, maquillage enfants, restauration variée, pizzaiolo, vin chaud et tombola vous attendent, afin de préparer les fêtes de fin d'année comme il se doit!

Renseignements au 07 45 28 54 55

- Salle Le Sorgue -Pierrepont
- 07 Décembre 2025 de 11h00 à 18h30

07 DÉC.

DÉFILÉ LONGWY

Venez célébrer la magie de Saint-Nicolas aux côtés de la Ville de Longwy! Rendez-vous sur la Place Darche pour un grand défilé festif. Le cortège démarrera à 16h00 depuis le Monument aux Morts de Longwy-Haut, pour finir par un show mêlant feu et lumière.

Des navettes gratuites partiront de Gouraincourt à 15h00 et de Longwy-Bas à 15h30 pour vous conduire sur place.

- Place Darche -Longwy
- 07 Décembre 2025 à partir de 16h00





IBERIA AUTO 3 rue du Pré Talange / Zone de BERLANGE WOIPPY / 03 87 32 86 86

17 impasse du Viaduc THIONVILLE / 03 82 34 12 00

LES ÉVÈNEMENTS

4 4 4 4

29 NOV.

THÉÂTRE LONGUYON

Venez découvrir "Vive Bouchon!", une comédie satirique et pétillante signée Jean Dell et Gérald Sibleyras, brillamment interprétée par les Troubadours de Chenois. Laissez-vous emporter par un moment de théâtre joyeux et plein d'esprit, idéal à partager en famille ou entre amis. Le spectacle aura lieu le samedi 29 Novembre à 20h00 au Forum de Longuyon.

L'entrée est à **10€** et **gratuite** pour les **moins de 12 ans**.

Forum de Longuyon

② 29 Novembre 2025 à 20h00 de longulyor

06 DÉC.

DÉFILÉLONGUYON

Saint-Nicolas arrivera à Longuyon le O6 Décembre à 17h30 et donnera le départ d'un défilé festif depuis la gare SNCF. Il prendra la tête d'un cortège de chars décorés par les associations locales, dans une ambiance chaleureuse et illuminée. Les enfants pourront profiter de cette belle tradition et recevront des bonbons distribués tout au long du parcours. Un évènement gratuit et convivial, parfait pour partager un moment magique en famille!

Gare SNCF - Longuyon

O6 Décembre 2025 à partir de 17h30



06 12 65 37 81 | andreedwige79@gmail.com







NE SOLUTION 2 EN 1

• **● •** nuan<u>ce audio</u>

POUR VOIR ET ENTENDRE

Découvrez Nuance Audio, et profitez de montures discrètes qui améliorent l'audition en milieu bruyant, disponibles aussi avec verres correcteurs*.

deux designs et coloris élégants disponibles

EXAMEN DE VOTRE VUE GRATUIT

TÉL. 03 82 39 39 - email: revoptic@yahoo.fr

9 PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE - LONGUYON

voir conditions en magasin



La recette réconfortante de l'automne

UNE CRÉATION GOURMANDE PAR BERGAMOTE & CITRONNELLE



Dave butternut, Brie & Miel

À la fin de l'automne, quand l'air se rafraîchit, rien ne vaut une bouchée réconfortante : une rondelle de butternut rôtie, du brie fondant, un filet de miel et quelques noix croquantes.

Des saveurs simples, chaleureuses, parfaites pour profiter des derniers parfums de la saison.



- · 1 butternut
- 1 Brie
- Du miel
- · De l'huile d'olive
- · Du sel et du poivre
- Du thym
- Des noix



Bergamor

La recette est très simple.

Coupez des rondelles de butternut assez fines d'environ 1 cm puis badigeonnez-les d'huile d'olive des deux côtés. Salez et poivrez, puis couvrezles ensuite de brie, de noix et de thym. Terminez par un filet de miel.

Enfournez pour 15/20 minutes dans un four préchauffé à 180°. Il ne vous reste plus qu'à déguster ces délicieux pavés.

Bonne dégustation!









PACCI AUTOMOBILES

TOUTES NOS OFFRES SUR WWW.PACCLFR



CITROËN C3 III (2) 1.2 PURETECH

S&S C-SERIES BV6 BOÎTE MANUELLE - ESSENCE - 2021 - GRISE 110CV - 28 400 KMS - GARANTIE 6 MOIS

13 850 €



CITROËN C4 SPACETOURER 1.5 BLUE HDI S&S LIVE EAT8 BOÎTE AUTO - DIESEL - 2019 - GRISE 130CV - 68 000 KMS - GARANTIE 6 MOIS

15 700 €



OPEL CROSSLAND X 1.2 TURBO OPEL 2020

BOÎTE AUTO- ESSENCE - 2020 - GRISE 130CV - 45 200 KMS - GARANTIE 6 MOIS

15 890 €



PEUGEOT 208 (2) 1.2 PURETECH

S&S ALLURE BUSINESS
BOÎTE MANUELLE - ESSENCE - 2018 - NOIRE
1^{ENE} MAIN - CLIM. - BLUETOOTH - 110CV
35 300 KMS - GARANTIE 6 MOIS

10 490 €



RENAULT KANGOO EXPRESS II MAXI GRAND VOLUME CONFORT BOÎTE MANUELLE - DIESEL - 2019 - BLANC BLUETOOTH - AIDE PARK. - ROUE DE SECOURS 90CV - 90 627 KMS - GARANTIE 3 MOIS

12 250 €



NISSAN NV300 FOURGON 1.6 DCI

DC1 OPTIMA L2H1
BOÎTE MANUELLE - DIESEL - 2020 - BLANC
CLIM. - RÉG. DE VITESSE - RADAR AR.
120CV - 121 869 KMS - GARANTIE 3 MOIS

15 990 €



SKODA KAMIQ TDI SCOUTLINE BOÎTE AUTO - DIESEL - 2021 - GRIS FONCÉ RADAR - RÉGULATEUR

116CV - 132 500 KMS - GARANTIE 6 MOIS

15 490 €



MAZDA CX-30

BOÎTE MANUELLE - ESSENCE - 2021 - ROUGE MÉTAL - RADAR AR - REG/LIM. DE VITESSE 122CV - 39 500 KMS - GARANTIE 6 MOIS

20 990€



CITROËN C1 II 1.0 VTI 68 FEEL 5P BOÎTE MANUELLE - ESSENCE - 2016 - GRIS 68CV - 56 050 KMS - GARANTIE 6 MOIS

7 490 €



RENAULT KANGOO EXPRESS II

CONFORT DCI 90 BOÎTE MANUELLE - DIESEL - 2019 - BLANC GPS - CLIM. - AIDE PARK. 91CV - 92 242 KMS - GARANTIE 3 MOIS

11 890 €



DACIA SANDERO SCE 1.0 BOTTE MANUELLE - ESSENCE - 2019 GRIS MÉTAL - CLIM. - RÉGULATEUR DE VITESSE - GPS - 75CV - 70 500 KMS GARANTIE 3 MOIS

8 900 €



SUZUKI S-CROSS

BOÎTE MANUELLE - DIESEL - 2017 - GRISE CAMERA DE RECULE - 110CV - 144 800 KMS GARANTIE 6 MOIS

11 200 €



SUZUKI VITARA IV(2) BOOSTERJET HYBRID PRIVILEGE
BOITE AUTOMATIQUE - HYBRIDE - 2022
GRIS TOIT NOIR - 129CV - 39 500 KMS
GARANTIE 6 MOIS

19 690 €



MITSUBISHI OUTLANDER 2.2

150 INTENSE NAVI 4WD BOÎTE MANUELLE - DIESEL - 2016 - BLANCHE 150CV - 68 500 KMS - GARANTIE 6 MOIS

17 990 €



SUZUKI

RANGE ROVER EVOQUE 2.2 ED4 PURE PACK TECH 4X2 BOÎTE MANUELLE - DIESEL - 2014 - BLANCHE 150CV -74 500 KMS - GARANTIE 6 MOIS

17 490 €



FIAT 500 1.2 8V ECO PACK BOÎTE MANUELLE - ESSENCE - 2019 - GRIS 69CV -102 000 KMS - GARANTIE 6 MOIS

9 790 €

MONT-SAINT-MARTIN

22, rue Jean-Baptiste Blondeau MONT-SAINT-MARTIN Tél: 03.82.23.35.05

YUTZ | THIONVILLE 2, rue de Lorraine YUTZ | THIONVILLE Tél: 03.82.56.11.74



* * * * * *

13 DÉC.

BOURSE AUX JOUETS

BEUVEILLE

Vendez ou achetez jouets et articles dédiés aux enfants lors de cette bourse organisée par Bepihando, au profit des RPI de Piennes et Beuveille.

Chaque exposant peut réserver **jusqu'à 2 tables** (3€ *la table*).

Infos et réservations : bepihando@yahoo.com ou 06 17 68 45 95. Les places sont limitées.

- Salle des Fêtes -Beuveille
- 13 Décembre 2025 de 8h30 à 17h00

0 0 0

13 DÉC.

THÉÂTRE

VILLERS-LA-CHÈVRE

Assistez à la pièce de théâtre "Tous nos vœux de bonheur", organisée par la FEP de Villers-la-Chèvre. Vous serez accueillis à la Salle Les Gaillots dès 20h00, Interprétée par les Am'Acteurs, En plus, vous soutenez une belle cause: l'intégralité des bénéfices sera reversée à "Enzo, ta belle leçon de vie".

Entrée à 8€ pour les adultes, et gratuit pour les - de 12 ans.

- Salle Les Gaillots -Villers-la-Chèvre
- (1) 13 Décembre 2025 à partir de 20h00

13/14 DÉC.

VILLAGE DE NOËL

MONT-SAINT-MARTIN

Vivez la magie de Noël au Village organisé par la Ville de Mont-Saint-Martin : décor féerique, stands gastronomiques et artisanaux (confiseries, compositions florales, dégustation d'huîtres...), animations enfants, restauration et concerts. Le samedi : Echo Lali à 18h et Les Clefs du Bar à 19h30. Le dimanche : concert de Noël de l'Harmonie Municipale à 16h, à l'Église Saint-Barthélemy.

- Espace Aimé Césaire Mont-Saint-Martin
- (1) 13 Décembre de 15h à 21h 14 Décembre de 10h à 17h

13/14 DÉC.

MARCHÉ DE NOËL HAYANGE

Découvrez le traditionnel marché de Noël de Hayange, installé à la Salle Le Molitor et sur le parvis de l'Hôtel de Ville.

Faites le plein d'idées cadeaux et profitez d'une ambiance chaleureuse, musicale, avec restauration et buvette.

Entrée gratuite.

- Salle Le Molitor Parvis de l'Hôtel de Ville - Hayange
- (1) 13 Décembre de 11h à 20h 14 Décembre de 10h à 19h







Que faire ? Que voir ? Où aller ?

LES ÉVÈNEMENTS DE VAL DE BRIEY



22/23 nov.

SALON DU LIVRE MANCIEULLES

Pour sa 11ème édition, le salon « Des livres et vous» accueille une quarantaine d'auteur.rice.s de tous horizons : du roman à la BD, de la littérature jeunesse à la fantasy...

Au programme : dédicaces, échanges, exposition, ateliers.

Entrée gratuite 08 82 46 65 55 salondulivre.valdebriey.fr

- Espace Saint-Pierremont
 Mancieulles
- () 22 Novembre de 14h à 19h 23 Novembre de 10h à 17h

06 DÉC.

SAINT-NICOLAS BRIEY

Rendez-vous au stade Augustin Clément à Briey le samedi O6 décembre 2025 pour le grand défilé de la Saint-Nicolas!

Départ à **16h00** du cortège avec **fanfare**.

À **18h00**, **spectacle son, lumière** et **pyrotechnie** « Le Noël de Petit Pierre » (*durée 20 min.*)

Stade Augustin Clément Briev

06 Décembre 2025
 à partir de 16h00

07 déc.

MARCHÉ DE NOËL

MANCE

L'association « Les Miches Mançoises » organise, en partenariat avec la ville de Val de Briey, son marché de Noël le dimanche 07 décembre 2025 avec la participation de créateurs, producteurs et artisans locaux.

Tournée du Saint Nicolas et distribution de bonbons à 15h00.

Buvette et restauration.

14 DÉC.

MARCHÉ DE NOËL

BRIEY

À Briey-Bas, le marché de Noël aura lieu le dimanche 14 décembre 2025 de 10h00 à 18h00, de la Poterne jusqu'au Plan d'eau.

Au programme : artisans et créateurs locaux, animation, buvette et restauration, ouverture des commerces.

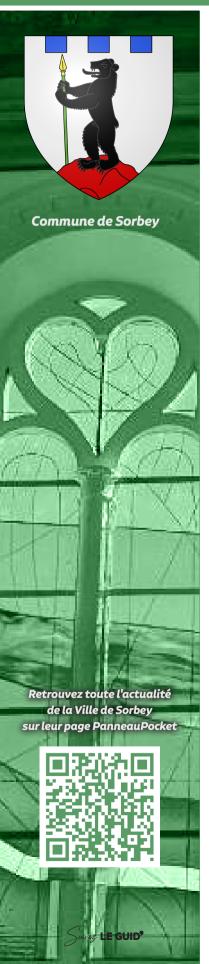
- Cour de l'école Robert Delhinger - Mance
- ① 07 Décembre 2025 de 10h00 à 17h00
- De la Poterne jusqu'au Plan d'eau - Briey
- (14 Décembre 2025) de 10h00 à 18h00

+ d'infos sur ces manifestations sur www.valdebriey.fr



La commune de Sorbey

VILLAGE D'ÉTOILES <u>ET DE NATURE</u>





Entre patrimoine, lumière et légendes, ce petit village du nord meusien rayonne bien au-delà de ses 250 habitants.

Un château chargé d'histoire

Le visiteur est d'abord frappé par la présence majestueuse du château de Sorbey, dont les origines remontent à plus de **cina siècles**. Derrière ses murs empreints d'histoire, on murmure qu'il fut, le temps d'une nuit, lieu de villégiature de l'empereur Guillaume II. Adjacent à la place du village, il offre un cadre harmonieux où passé et quiétude s'entrelacent. C'est d'ailleurs sur cette **place du château** que se dresse désormais un nouveau monument aux morts, sobre et émouvant hommage aux générations qui ont faconné l'histoire locale.

Leur création a donné lieu à une souscription populaire. Aujourd'hui, ce sont plus de **800 étoiles** qui brillent au sein de l'église, symbole de l'unité et de la générosité des bienfaiteurs.



Nature et légendes : du Caillou à l'Othain

Sorbey, c'est aussi la légende du Caillou Saint-Martin, un bloc de silex niché dans les bois, marqué — dit-on — par l'empreinte du bâton du saint et celle du sabot de son cheval. On raconte qu'au creux

Un village qui rayonne

La vie culturelle de Sorbey est tout aussi vivante. L'église Saint-Martin accueille régulièrement des concerts caritatifs, où les harmonies résonnent sous le plafond à caissons, offrant des moments de partage et d'émotion uniques. Lauréat 2025 du concours « Mon Beau Village de Meuse » et labellisé « Commune Nature – trois libellules », Sorbey brille bien au-delà de ses frontières.



Entre pierre et lumière, nature et mémoire, ce village continue d'écrire son histoire avec élégance, sincérité et un éclat qui ne faiblit pas.



L'église aux 800 étoiles

Non loin de là, l'église
Saint-Martin, bâtie au
XIX° siècle, attire le regard
par son plafond remarquable
et ses nouveaux vitraux,
réalisés par le maître-verrier
Yves Mendes, qui laissent
entrer une lumière à la fois
douce et mystique. Ces
vitraux, véritables œuvres
d'art, sont incrustés de pierres
phosphorescentes formant de
scintillantes constellations.

de ces cavités repose une eau miraculeuse, capable de rendre la vue aux aveugles. Ce site mystérieux est l'un des points forts du chemin de randonnée "Du Caillou à l'Othain", un itinéraire bucolique reliant nature, patrimoine et croyances populaires.

En chemin, le **petit pont sur l'Othain** offre un cadre pittoresque où se mêlent murmure de l'eau et chant des oiseaux.



Les concerts immanquables de la Rockhal

VIBRATIONS DE FIN D'ANNÉE AU LUXEMBOURG



La Rockhal.

située à Esch-sur-Alzette au Luxembourg, est une salle de concert incontournable de la Grande Région.

Avec sa grande salle de 6 500 places, son Club plus intimiste et ses studios, elle accueille des artistes internationaux et émergents.

Au cœur du quartier de Belval, elle est un haut lieu de la scène musicale et culturelle.

Découvrez la programmation pour le mois à venir!

• LEPROUS

22 novembre 2025 - 19h00 *Rockhal Club*

SIMON SUPERLAPIN

23 novembre - 13h00 23 novembre - 15h30 Rockhal Club

CASSE-NOISETTE

23 novembre 2025 - 14h30 Rockhal Main Hall

KIKO LOUREIRO

25 novembre 2025 - 20h00

SABATON

26 novembre 2025 - 18h00Rockhal Main Hall

• CREEDANCE CLEARWATER REVIEW

27 novembre 2025 - 19h30

BETWEEN SHELVES

29 novembre 2025 - 20h00 *Rockhal Floor*

TOM ODELL

03 décembre 2025 - 19h00 Rockhal Main Hall

· IL VOLO

04 décembre 2025 - 19h00 Rockhal Main Hall

MARCO MENGONI

05 décembre 2025 - 19h00

• ROYEL OTIS

05 décembre 2025 - 20h00 Rockhal Club

SOFIANE PAMART

06 décembre 2025 - 19h00 **07 décembre 2025** - 16h30 Rockhal Main Hall

• LORIE

07 décembre 2025 - 19h00 Rockhal Club

• AUTHENTICA + JUST ABOUT

10 décembre 2025 - 20h00 *Rockhal Floor*

• KATATONIA + EVERGREY

11 décembre 2025 - 19h00

• PIERRE GARNIER

11 décembre 2025 - 19h00 Rockhal Main Hall

KRICK

13 décembre 2025 - 20h00 Rockhal Club

• FOREVER

14 décembre 2025 - 17h30

• SKY FULL OF STARS

17 décembre 2025 - 20h00 Rockhal Club

CHELSEA GRIN + SIGNS OF THE SWARM + MUGSHOT + CROWN MAGNETAR

18 décembre 2025 - 18h00 Rockhal Club

• FACE 2 FACE

20 décembre 2025 - 23h00 Rockhal Club

YOU CAN SING

10 janvier 2026 - 17h00 Rockhal Club

Retrouvez le

reste de la programmation ainsi que la billetterie sur

(https://rockhal.lu)

Vos résultats sportifs AVEC LE BASKET CLUB









L'Arche de Villerupt met en lumière "TEMPS NOUVEAUX"

PROJECTION EXCEPTIONNELLE LE 06 DÉCEMBRE 2025



À L'Arche de Villerupt. **TEMPS NOUVEAUX se** dévoile en avant-première comme un voyage sensible à travers l'histoire d'un territoire façonné par le travail, les frontières et les mémoires familiales. Réalisé par François Caillat, fils de l'ancien directeur de la mine. ce film inédit de 80 minutes tisse un lien vivant entre les récits d'hier et les voix d'auiourd'hui. Sur cette terre marquée par l'extraction minière et les migrations italiennes, les expériences se répondent, s'éclairent et se prolongent.

Conçu comme un opéra-documentaire. le film mêle images. musique et chants interprétés par des habitants de la région, en collaboration avec l'école de musique Diapason. Les mélodies italiennes d'autrefois résonnent dans

les voix de leurs héritiers. travailleurs d'un présent devenu transfrontalier. partagé entre la **France** et le **Luxembourg**.

À travers cette polyphonie humaine, TEMPS NOUVEAUX interroge ce qui demeure et ce qui se transforme : l'attachement au territoire, la transmission entre générations. la mutation profonde des liens sociaux. En quelques décennies, tout a changé - les métiers, les frontières, les horizons - mais la **mémoire collective** continue de vibrer, ancrée dans les paysages et dans les gestes.

Cette projection exceptionnelle, proposée le samedi 06 Décembre 2025 à 20h00 dans la Grande Salle de L'Arche et ouverte à tous. se tiendra en présence du **réalisateur**. de **l'équipe** du film et des producteurs.

Elle prolongera l'élan de la 48° édition du Festival du Film Italien de Villerupt, célébrant une fois encore la puissance des récits intimes et la **modernité** d'un **projet** franco-luxembourgeois qui parle, avec émotion, du travail, des générations et de l'avenir.

















AUChan prépare les fêtes!

Du Mercredi 12 Novembre au Mercredi 15 Décembre

BONNES AFFAIRES

Célébrez les **fêtes avec style** & transformez votre intérieur grâce à notre **sélection de décorations**.



















CRÉEZ LE CHEZ VOUS: QUI VOUS RESSEMBLE

Chez Auchan, pas de règles imposées : juste une multitude d'idées déco pour créer un intérieur qui vous ressemble... Nous avons sélectionné pour vous des styles variés — du classique au plus audacieux — pour transformer chaque pièce selon vos envies.

Explorez, **mélangez**, **osez** : Créez un intérieur unique, où chaque pièce affirme votre style.

*So British: Tellement Britannique



























VENEZ VIVRE LA MAGIE DE NOËL! L'INSPIRATION DONT VOUS RÊVEZ EST CHEZ AUCHAN



1 boulevard de l'Europe, 54350 Mont Saint Martin Tél. (+33) 03 82 25 90 00 Ouvert du lundi au samedi de 08h30 à 21h00 et dim. de 9h à 12h30

Will's Share face à l'Arctique

LE DÉFI DE GLACE DU POLAR BEAR CHALLENGE





Nous vous en parlions dans notre Suivez le Guid n°22 : l'aventure qui attendait William – connu sous le nom de Will's Share – s'annonçait exceptionnelle. Il se préparait à relever un défi hors-norme, celui de participer au Polar Bear Challenge, un marathon en plein coeur du Groenland.

Lorsque son avion survole la calotte glaciaire, il comprit immédiatement qu'il s'apprêtait à vivre quelque chose d'unique. Un désert blanc infini, presque irréel.

À l'atterrissage à Kangerlussuaq, le décor sec et dépourvu de neige contraste avec l'image que l'on se fait du Grand Nord. Un froid sec, une sensation d'isolement total: le ton est donné.



William s'est rendu au Groenland pour affronter le Polar Bear Challenge, un double défi extrême combinant un marathon le samedi et un semimarathon le dimanche.

Plus de **63 kilomètres** sur un terrain fait de **roche**, de **glace** et de **neige**, loin de tout bitume. Dès le repérage, la calotte glaciaire l'impressionne par sa magnificence : une **glace bleue** perçant sous la neige, comme une respiration profonde de la nature.



Mais le jour du marathon, la beauté laisse place à la rudesse. La **pluie verglaçante** tombée la nuit transforme **le sol** en **véritable piège**.

Très vite, William se retrouve à courir les pieds trempés, glacés. Après dix kilomètres corrects, le 14° marque un tournant : les crampes s'abattent sur lui, envahissant cuisses, mollets et psoas. Il lui reste 28 kilomètres à parcourir. Abandonner n'est toutefois pas envisageable.

Il avance pas à pas, alternant marche et course, porté uniquement par sa détermination. Il franchit finalement la ligne d'arrivée du marathon en 6h05'43", après 42 kilomètres dont 28 en pleine souffrance.

Le lendemain, la **toundra** se réveille **sous 25 cm de neige** : un décor féerique, mais un nouveau défi. Dès le 3º kilomètre du semi, les crampes reviennent, plus vives encore. À cela s'ajoute la menace de la barrière horaire des 4 heures. William progresse ravitaillement après ravitaillement, dans un désert blanc ponctué de lacs gelés. La dernière montée, longue et abrupte, devient un combat mental autant que physique. Il franchit la ligne en 3h44'46", dans les temps, victorieux une seconde fois.

Au total: 63 kilomètres parcourus, dont 46 sous crampes. Une épreuve qui lui laisse une profonde leçon d'humilité et de résilience, sublimée par la beauté brute du Groenland. Il remercie chaleureusement la "Team Francophonie" pour leur soutien indéfectible.

Son prochain défi : un marathon solidaire

En Avril 2026, William s'élancera sur le Marathon de Paris avec un dossard solidaire au profit de l'association Les Emplaqués, engagée dans la sensibilisation au don de sang, plasma, plaquettes et moelle osseuse.

Objectif: 420 € minimum à collecter pour soutenir leurs actions, et surtout créer un élan solidaire autour du don de vie.

Parce que, pour lui, le plus grand des marathons reste celui de la vie.

L'OCCASION PARFAITE POUR SE FAIRE PLAISIR



BoutiqueTOTEM

03.82.26.51.77 Mail: boutique.totem@orange.fr

44 rue de Deauville LONGUYON





Retour sur l'inauguration de Burger King Cosnes-et-Romain

LANCEMENT RÉUSSI AVANT L'OUVERTURE



La faim se fait ressentir?

Rendez-vous dès maintenant

dans votre tout nouveau

Burger King Cosnes-et-Romain

Burger King Cosnes-et-Romain 1 Chemin de la Naue 54400 COSNES-ET-ROMAIN



Le O4 Novembre dernier, Burger King a organisé une soirée d'inauguration exclusive pour présenter son tout nouveau restaurant de Cosnes-et-Romain à ses partenaires et aux entreprises de la région. Un avant-goût privilégié avant l'ouverture au grand public, prévue le O6 Novembre.

À la tête de l'établissement, Christophe Vincent, également gérant du Burger King de Mont-Saint-Martin, a accueilli les invités dans un cadre moderne et fraîchement aménagé.

Cette soirée avait pour objectif de mettre en lumière le travail réalisé, de remercier les équipes impliquées et de renforcer les liens avec les acteurs économiques locaux.

Les participants ont pu découvrir les **espaces du restaurant**, les **équipements de dernière génération** et les **nouvelles zones** pensées pour offrir une **expérience confortable** et **efficace** aux futurs clients.

L'équipe, enthousiaste et motivée, a partagé son plaisir de **débuter cette nouvelle aventure.**

Christophe Vincent a affirmé sa volonté de faire de cette nouvelle implantation « un modèle pour la région en matière de qualité, tant dans l'accueil que dans le service ».

Une ambition saluée par les entreprises présentes, qui voient dans cette ouverture une **dynamique positive** pour le territoire.

Avec cette inauguration, Burger King marque officiellement son implantation à Cosnes-et-Romain et accueille les gourmands depuis le O6 Novembre!





La CPTS du Pays-Haut renforce l'accès aux soins

AVEC L'ESPACE DE CONSULTATIONS MÉDICALES



CPTS • DU PAYS-HAUT

Face aux difficultés croissantes d'accès à un médecin traitant ou aux indisponibilités ponctuelles des professionnels de santé, la CPTS du Pays-Haut poursuit son engagement en faveur d'un accès aux soins facilité pour tous les habitants du territoire. Pour répondre aux besoins urgents du quotidien, elle a mis en place plusieurs dispositifs innovants, dont une salle de téléconsultation, à Herserange, Longuyon & Villerupt ainsi que des créneaux de consultations en présentiel dédiées aux "petites urgences" sur Herserange.

Une salle de téléconsultation, un outil moderne pour consulter rapidement

La salle de téléconsultation permet à toute personne, notamment celles sans médecin traitant. d'accéder à un médecin généraliste grâce à la **visio-consultation**, tout en étant accompagnée par un **IDEL** sur place, qui sera les « mains » du docteur à distance. L'infirmier.e prend les paramètres du patient (tension, température, saturomètre) et le chariot de téléconsultation dispose d'outils connectés : otoscope, stéthoscope et caméra que l'infirmier e utilisera à la demande du docteur et en suivant ses indications. Ce dispositif, de plus en plus utilisé dans les zones où l'offre médicale est réduite, offre de nombreux avantages:

- Un accès plus rapide à un médecin, même en période de forte demande.
- Un accompagnement sur place pour utiliser le matériel (stéthoscope connecté, tensiomètre, caméra HD...).
- Une consultation qualitative, grâce aux outils médicaux qui permettent au médecin distant d'obtenir des données fiables.

· Une **alternative aux urgences hospitalières**, souvent engorgées.

Ce service est idéal pour les patients ayant besoin d'un avis médical sans pouvoir consulter leur médecin habituel, ou quand il est indisponible.

Des consultations en présentiel pour les petites urgences

La CPTS du Pays-Haut a également prévu un dispositif **complémentaire** : des horaires spécifiques pour recevoir les patients en consultation physique afin de traiter les « petites urgences ». Il s'agit de situations qui nécessitent un examen rapide mais ne relèvent pas d'un passage aux urgences. comme une infection légère. une **blessure superficielle**, une poussée de fièvre ou encore un renouvellement urgent d'ordonnance.

Les lieux et horaires des consultations

Salle de téléconsultation

Maison de Santé de Herserange - 100 rue de Paris, 54440 Herserange > Lundis : 9h - 12h Maison de Santé de Longuyon - 7 bis rue Albert Lebrun, 54260 Longuyon > Mercredis : 9h - 12h

Mairie de Villerupt – 5 avenue Albert Lebrun, 54190 Villerupt > Vendredis : 9h – 12h

Consultations "petites urgences"

MSP de Herserange > Du lundi au vendredi

Une réponse concrète aux besoins de santé du territoire

Avec la mise en place de cette salle de téléconsultation et des créneaux en présentiel, la CPTS du Pays-Haut offre une solution pratique et immédiate aux habitants confrontés à un manque de disponibilité médicale.

Cela permet également de **réduire la pression** sur les services d'urgences tout en garantissant un **suivi médical de qualité.**

Ce dispositif s'inscrit pleinement dans les missions de la CPTS: améliorer la coordination entre les acteurs de santé, faciliter l'accès aux soins et renforcer la proximité médicale sur l'ensemble du territoire du Pays-Haut.

UNIQUEMENT SUR RDV

09 78 27 11 04

Retrouvez toutes les informations & actualités sur le site de la CPTS :

www.cptsdupayshaut.fr





Une question sur l'assurance vie ?

Un projet retraite complémentaire?

Nos agents de Longwy sont à votre disposition pour vous apporter toutes les réponses et vous aider à mieux appréhender les différentes solutions qui s'offrent à vous.

Pour plus d'informations, questions ou demandes Contactez-les!

#YourLife

Jérémy BLONDELLE & Jérémy COTEL vos agents Généraux d'Assurances N° ORIAS 22006960 - 22007326 | www.orias.fr

41 rue Aristide Briand - 54 400 LONGWY Tél. 03 82 25 10 53 www.swisslife.fr

NOUVELLE ADRESSE



DÉCOUVREZ ÉGALEMENT NOTRE NOUVEAU SITE INTERNET

www.kobriscar.com





RETROUVEZ-NOUS À NOTRE NOUVELLE ADRESSE RUE DES PETITES QUÉMÈNES 54720 LEXY

+33 6 69 59 70 44

(n) (f) (5) (9)

Dans les coulisses du Basket Club Longwy-Réhon

ENTRETIEN AVEC ÉTIENNE DESSARD



Le Guid : Étienne, cela fait maintenant trois ans que vous êtes président du

BCLR. Comment résumeriezvous cette aventure ?

Étienne Dessard : C'est une aventure humaine incroyable. Quand nous avons repris le club, une partie de l'ancien comité venait de partir et nous avons dû tout reconstruire.

C'était un **défi immense**, mais aussi une formidable occasion de remettre de l'énergie, de la cohésion et une nouvelle dynamique. Certains membres historiques sont restés à nos côtés, d'autres sont revenus après une pause, et de nouveaux bénévoles ont rejoint le projet. Aujourd'hui, nous sommes dix au comité, épaulés par une quarantaine **de bénévoles** qui s'impliquent dans l'évènementiel, l'arbitrage, la communication, la table de marque... Et cette force collective, c'est vraiment la colonne vertébrale du BCLR.

À cela s'ajoutent une dizaine de coachs, deux employés et deux services civiques. Sans cette équipe, impossible de faire tourner un club qui compte **près de 300 licenciés**.

Le Guid: Sportivement, votre équipe fanion évolue en NM3. Comment voyez-vous son évolution?

Étienne Dessard : Nous sommes très fiers de ce groupe. L'année dernière. l'équipe a terminé à la quatrième place de sa poule, en **championnat de France** Nationale 3, ce qui était une belle performance. Cette année, on vise clairement le podium. Les joueurs travaillent dur, le staff est impliqué et l'ambiance au sein de l'équipe est excellente. On veut continuer de progresser tout en gardant l'ADN du club : du sérieux, de l'engagement et du **plaisir.**

Le Guid: On dit souvent que les matchs à domicile du BCLR sont de vraies soirées à part entière...

Étienne Dessard: C'est exactement ce qu'on veut proposer. Le samedi soir à 20h, nos matchs deviennent de véritables rendez-vous. Il y a évidemment du basket de qualité, mais aussi une buvette, de la restauration, un speaker pour ambiancer la salle, des pom-pom girls, des shows de danse et des jeuxconcours à la mi-temps.

On veut que les familles, les jeunes et les passionnés **repartent avec le sourire**, que ce soit un moment festif et convivial.

Le Guid : Une soirée encore plus spéciale approche...

Étienne Dessard : Oui, le samedi 29 novembre, on accueille Sainte-Marieaux-Chênes pour un derby qui s'annonce très chaud. On prépare une vraie fête du basket à la salle Bassompierre, avec en plus deux invités bien connus localement : Abdenaur et Antoine Lahcène, des figures TikTok de Longwy.

Ils seront là pour mettre encore plus d'ambiance, et nous prévoyons même de filmer la soirée pour en garder une belle trace. J'invite vraiment tout le monde à nous rejoindre : rendez-vous dès 19h, le 29 Novembre.

Vous ne serez pas déçus.

Suivez l'actualité du Basket Club Longwy Réhon!









VENEZ PROFITER D'UN GRAND DESTOCKAGE

DANS VOTRE CONCESSION DE LONGWY





Opel Corsa Ed. Business Électrique BVE 50Kw 136ch 23 544 kms

12 990€



Renault Clio Limited BVM6 1.0L inject 90cv Essence 23 224 kms

14 990€



VWT-Cross Active BVM6 1.0L TSI Essence 110ch 97 232 kms

16 900€



VW Polo 95ch BVM5 1.0L TSI Essence 55 589 kms

16 900€



VW Taigo Life 1.0L TSI BVM5 110ch Essence 68 206 kms

17 500€



VW Polo 80ch BVM5 1.0L MPI Essence 29 902 kms

17 500€



VW Polo Style 1.0L TSI 95ch BVM5 Essence 37 640 kms

18 000€



VW Taigo Life 1.0L 95ch BVM5 Essence 27 523 kms

19 000€



Renault Arkana e-Tech Hybride 145ch 66 938 kms

19 990€



VW Polo Style 1.0L TSI 95ch DSG Essence 45 634 kms

20 500€



VW T-Roc BVM6 BVM6 2.0L TDI Diesel 116ch 71 138 kms

21 990€



VW Polo Style 95ch DSG7 1.0L TSI Essence 28 283 kms

22 500€



T-Roc Lounge 4 Motions DSG7 Diesel 150ch 2.0L TDI 74 283 kms

23 500€



Toyota C-HR Design BVE 1.8L Hyb 98ch Électrique Hyb. 18 210 kms

24 990€



DSG7 110ch 1.0L TSI Essence 23 177 kms

24 990€



VW Taigo BVM6 1.0L TSI Essence 110 ch 18 154 kms

24 990€



Peugeot 3008 Crossway BVA8 Diesel 130 ch 44 255 kms

24 990€



VW T-Roc Life Plus DSG7 150ch 1.5L TSI Essence 15 947 kms

27 990€



T-Roc Style 1.5 TSI EVO DSG7 Essence 150ch 51 937 kms

27 990€



VW Taigo Style 1.0L TSI Essence 26 348 kms

28 000€



Mercedes Classe A AMG Line BVA6 Diesel 116ch 50 085 kms

33 990€



VW T-Roc R-Line 1.5 TSI 150ch DSG7 Essence 23 206 kms

33 990€

DÉCOUVREZ NOTRE SÉLECTION DE VÉHICULE À PRIX CASSÉS

> RENDEZ-VOUS EN CONCESSION OU SUR NOTRE SITE INTERNET <

Retrouvez toute notre actualité sur www.michelrolland.fr







ESSENCE, DIESEL, HYBRIDE, ÉLECTRIQUE... RETROUVEZ NOS VÉHICULES D'OCCASION ET NOS VÉHICULES DE DIRECTION

POUR TOUS LES GOÛTS, À PETITS PRIX!



Polo VW Edition **BVM5 1.0L TSI** 95ch Essence

24 200€



Polo R-Line **BVM5 1.0L TSI** 95ch Essence

24 500€



Polo Style DSG7 1.0L TSI 95ch Essence

24 800€



Taigo Edition BVM5 1.0L TSI 95ch Essence

25 000€



Taigo Style DSG7 1.0L TSI 110ch Essence

27 900€



T-Cross Style DSG7 Essence 1.0L TSI 115ch

29 800€



T-Roc R-Line Edition DSG7 1.5L TSI 150ch Essence

36 800€



T-Roc R-Line Edition DSG7 1.5L TSI 150ch Essence

37 500€



T-Roc Cabriolet 1.5 TSI 150ch **DSG7 Style**

38 700€



Golf VIII (8) Ed. 50 DSG6 1.5L Hybride 204ch

38 900€



ID3 Pro S Life Max **BVE Électrique** 204ch

38 980€



Touran Edition 7 Places DSG7 1.5L TSI 150ch Essence

41 500€



Transporteur T7 Fourgon L2 **BVA8 Diesel** 2.0L TDI 150ch

45 500€



Tayron R-Line 7 Places DSG7 eTSI 150ch Hybride

49 900€



Tayron R-Line 7 Places DSG7 eTSI 150ch Hybride

49 900€



Passat R-Line E Hybrid DSG6 1.5L eTSI 272cv Électrique Hyb.

56 500€



DÉCOUVREZ NOS VÉHICULES

DE DIRECTION

ESSENCE - DIESEL - HYBRIDE RECHARGEABLE - 100% ÉLÉCTRIQUE

3 route de Briey 54150 LANTEFONTAINE

03 82 46 07 67

Avenue de Saintignon 54400 LONGWY

03 82 23 03 03





1 boulevard de l'Europe, 54350 Mont Saint Martin Tél. (+33) 03 82 25 90 00 Ouvert du lundi au samedi de 08h30 à 21h00 et dim. de 9h à 12h30

La tendance déco de Noël avec Auchan

ENTRE TRADITION & MODERNITÉ



Retrouvez le reste de la séléction déco de Noël de votre hypermarché Auchan Mont-Saint-Martin sur son site Internet!

www.auchan.fr



Depuis des siècles, les lutins farceurs occupent une place bien particulière dans l'imaginaire des fêtes de fin d'année. Nés des légendes scandinaves et celtiques, ces petits esprits malicieux vivaient autrefois dans les forêts enneigées, veillant sur les foyers et jouant des tours à ceux qui oubliaient de leur témoigner un peu d'attention.

Appelés nisse ou tomte, ils symbolisaient à la fois la protection, la malice et la magie hivernale. Au fil du temps, ces créatures se sont rapprochées de la figure du Père Noël, devenant ses assistants dévoués dans l'atelier du Nord, puis des personnages incontournables de nos décors festifs.

Aujourd'hui, leur popularité connaît un véritable renouveau : les lutins farceurs sont devenus une tendance incontournable des décorations de Noël.

Leur aspect amusant, leurs couleurs variées et leur personnalité espiègle en font un excellent choix déco pour apporter de la chaleur et un brin de fantaisie à son intérieur. Cette mode s'installe dans de nombreuses familles, chacun adoptant "son" lutin pour créer des mises en scène ludiques tout au long du mois de décembre.

C'est dans cet esprit que votre hypermarché Auchan Mont-Saint-Martin a sélectionné une gamme de lutins farceurs de la gamme Actuel de qualité, pensés pour s'intégrer parfaitement à vos décorations de fête. Disponibles dans différents coloris et soigneusement choisis pour leur charme et leur finition, ils sont proposés au prix attractif de 2,99 € l'unité.

Une occasion idéale d'ajouter une touche de magie tendance à votre Noël!



VOTRE HOROSCOPE



Une nouvelle dynamique s'installe: vous pourriez ressentir une envie de remettre du fun dans votre quotidien, de tester quelque chose de totalement inhabituel ou de casser une routine qui vous étouffe.

C'est une période idéale pour surprendre... même vous-même.

Changez les règles du jeu.



Vous ressentez un regain de motivation pour faire quelque chose juste pour vous, sans justification.

Un plaisir simple, une petite folie, un moment de répit qui recharge en profondeur. La douceur devient un moteur plutôt qu'un refuge.

Offrez-vous ce que vous refusez d'habitude.

BALANCE (23.09 - 22.10)

L'envie de bouger, de changer d'air, d'aérer vos pensées se fait

Même un petit déplacement peut vous inspirer et relancer votre énergie.

Un décor différent pourrait provoquer un déclic inattendu.

Changez d'horizon pour changer d'humeur.

CAPRICORNE (22.12 - 19.01)

Vous pourriez être surpris par votre propre souplesse: une situation qui aurait pu vous agacer glisse sur vous.

Votre manière de réagir change, et cela modifie toute la dynamique autour de vous.

Changez la réaction pour changer le résultat.

TAUREAU (20.04 - 20.05)



Vous retrouvez un rythme chaleureux: invitations, échanges simples, ambiance cosy. Votre entourage devient votre principale source d'énergie.

Une rencontre ou une discussion anodine pourrait vous laisser une impression durable.

Cherchez la chaleur, pas la perfection.

LION (23.07 - 22.08)

L'ambiance est à la spontanéité : un contretemps peut se transformer en opportunité, un imprévu peut vous redonner de l'enthousiasme.

Laissez une part d'improvisation entrer dans vos plans.

L'imprévu vous va bien.

SCORPION (23.10 - 21.11)

Vous retrouvez votre capacité à trancher : un choix qui traînait se clarifie d'un coup, sans hésitation.

Vous êtes plus direct, plus centré, moins dans l'attente.

Cette assurance attire les bonnes personnes.

Décidez, le reste suivra.

GÉMEAUX (21.05 - 20.06)

Un petit tournant mental vous attend : une idée que vous considériez comme "pas pour vous" devient soudain envisageable.

Vous explorez une nouvelle façon de penser, plus souple, plus créative, presque ludique.

Ouvrez la porte à l'inhabituel.

VIERGE (23.08 - 22.09)



Vous entrez dans une période de clarté surprenante : quelque chose que vous cherchiez à comprendre depuis longtemps devient évident.

Pas besoin d'analyser : vous "savez".

Une décision pourrait s'imposer naturellement.

Faites confiance à l'évidence.

SAGITTAIRE (22.11 - 21.12)



Vous ressentez un souffle frais sur vos envies d'avenir.

L'élan revient quand on ne l'attend plus.

VERSEAU (20.01 - 18.02) **POIS** (19.02

Une idée folle, une envie inhabituelle, un petit projet "hors format" pourrait émerger.

Pas besoin de l'expliquer : faites-le juste pour le plaisir.

Cette liberté nourrit votre créativité.

Donnez-vous la permission d'être différent.e.

POISSON (19.02 - 20.03)

Votre imagination s'éveille avec une clarté rare : ce n'est pas flou, c'est intuitif et précis.

Vous pourriez avoir un flash, un rêve, une vision nette de ce que vous devez faire ensuite.

Écoutez ce qui apparaît en une seconde.

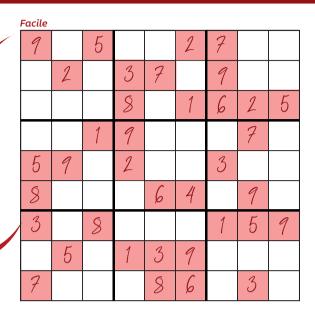






SUDOKUS, MOTS CACHÉS & ZIP

Scannez le QR Code en page 02 ou rendez-vous sur suivezleguid.com pour découvrir la solution!



Difficile										
3	6			2						
								5		
	4		7		3					
		9				4		7		
		3								
6				7				3		
		2					1			
					2		8			
4			1		5					

D:66 -:1-

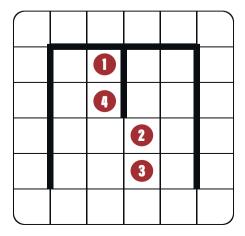


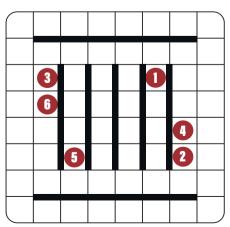
Retrouvez les mots cachés dans cette grille, sur le thème du Black Friday!

Bonne chance!

PROMO RABAIS SOLDE REMISE AFFAIRE PRIX ACHAT VENTE RUSH FOULE

D	Е	Р	S	F	0	U	L	Ε	Е	Н
E	S	I	М	Е	R	В	Р	R	I	X
X	U	V	Н	R	F	Α	М	G	S	V
R	Е	Α	N	Т	0	С	В	L	D	Α
U	R	0	ı	М	F	Н	N	Α	Р	R
S	Е	М	Q	В	Ε	Α	R	Е	I	М
Н	S	0	L	D	Е	Т	0	Р	X	S
F	Т	R	I	N	В	U	N	S	Α	N
Q	Е	Р	М	Α	R	Н	Α	Е	С	Р
С	М	Α	S	Q	Т	G	М	F	V	Α
R	E	R		Α	F	F	Α	U	Т	0





Reliez chaque point en suivant l'odre des chiffres. Vous devez remplir toute la grille, ne laisser aucune case vide et finir sur le chiffre le plus grand.

Bonne chance!



Besoin d'un rendez-vous ? N'hésitez pas à nous contacter!

Votre garage est ouvert du Lundi au Vendredi de 08h à 12h et de 14h à 18h

PNEUS • VIDANGE • FREINAGE • ECHAPPEMENT ...



6, rue Turenne LONGWY-BAS (Réhon) 03 82 39 03 03





Auchan casse les prix

les 22 et 29/11 de 09h à 19h

Profitez

sur une large sélection de produits* non alimentaires

Attrapez les bonnes affaires avant qu'elles ne disparaissent!

Prêts? Flash... Partez!

Retrouvez nos offres dans les rayons Textile, Jouets, Électroménager et Décoration Maison!

> *Offre valable sur les produits marqués d'un macaron Vente Flash - Offre non cumulable avec d'autres promotions en cours. Pour plus d'informations, veuillez vous renseigner directement en magasin.



1 boulevard de l'Europe, 54350 Mont Saint Martin Tél. (+33) 03 82 25 90 00 Ouvert du lundi au samedi de 08h30 à 21h00 et dim. de 9h à 12h30