

L'atelier
de menuiserie

Fenêtre PVC Alu | Porte d'Entrée/Intérieure
Porte de garage | Escalier | Parquet

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

www.latelier2menuiserie.com

N° 33

du 25/02/2026

Suivez LE GUID

DE PROFESSIONNELS À PARTICULIERS

www.suivezleguid.com

REV
OPTIC

Votre opticien
indépendant

Tél. 03 82 39 39 39
Email : revoptic@yahoo.fr

9 Place de l'hôtel de ville - LONGUYON

VOTRE MAGAZINE
BI-MENSUEL GRATUIT

IMMO

AUTO

DÉCO

TRAVAUX

CONSO

OFFRE SPÉCIALE LIQUIDATION SUR NOS STOCKS*

-10% -20% -30% -40%



**JUSQU'À -50% DE REMISES*
EXCEPTIONNELLES**

MEUBLE FACTORY

L'ART DU BIEN-ÊTRE AU BON PRIX !

0032 63 23 33 05 - www.meublefactory.com

100 rue de la Vallée B-6780 Messancy

ouvert tous les jours du lundi au vendredi de 10h00 à 19h00
le samedi de 09h00 à 19h00 et le dimanche de 14h00 à 18h00

*voir conditions en magasin - exclusivement sur les stocks disponibles

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



suivezleguid.com

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 ?

FAITES DU BRUIT !



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

Réservez votre encart

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

SOMMAIRE

ÉVÈNEMENTS & INTERVIEWS

L'APAV de Villerupt, deux
cœurs en attente d'un foyer
..... PAGE 04

La Gamme Pouce de
Auchan Mont-Saint-Martin
..... PAGE 06

L'alliance entre exotisme
& gourmandise avec
Bergamote & Citronnelle
..... PAGE 08

L'ES Villerupt Thil, le cœur
battant du sport local
..... PAGE 09

Une aventure tendre pour
approivoiser l'absence
..... PAGE 14

Little Dino, une passion
cousue main
..... PAGE 18

La santé mentale : une santé
qui nous concerne tous avec la
CPTS du Pays-Haut
..... PAGE 22

Thierry Aubertot & la Maison
Aubertot, une histoire de
famille & de passion
..... PAGE 26

28 FÉV.

CONCERT AUDUN-LE-TICHE

Venez profiter d'une **soirée
musicale énergique** avec **Les
Dediz et Withhearts**.

Découvrez **deux univers musicaux**
sur scène dans la **salle de
spectacle** située au **31 Rue du
Général Leclerc** à Audun-le-Tiche.

Participez à un **concert gratuit**
organisé par la **MJC** et partagez un
moment live **intense et convivial**.

📍 31 Rue du Général Leclerc
- Audun-le-Tiche

🕒 28 Février 2026
à partir de 20h00

28 FÉV.

CONCERT LONGWY

Découvrez l'univers **pop rock blues**
de **Musical Trip** et laissez-vous
porter par leurs **compositions
originales**.

Venez écouter ce **duo** fondé en
2015 par **Stephi** et **David** au
bar **The Long Way** à Longwy et
soutenez la **scène locale** dans
une ambiance chaleureuse.

Participation libre pour une soirée
musicale **authentique et actuelle**.

📍 The Long Way - Longwy

🕒 28 Février 2026
à partir de 20h30

28 FÉV.

REPAIR'CAFÉ HAUCOURT-MOULAIN

Donnez une **seconde vie**
à vos **objets** lors du prochain
Repair'Café, le **28 Février**.

Venez avec vos **équipements
défectueux** ou **abîmés** et
bénéficiez de l'**aide de bénévoles**
pour **les réparer**, avec également
un **atelier couture** sur place.

Organisé par l'**Agglomération
du Grand Longwy**.

📍 Salle Jean Vilar -
Haucourt-Moulaine

🕒 28 Février 2026
de 9h30 à 12h30

1^{er}/08 MARS

RANDONNÉE HUSSIGNY-GODBRANGE

Participez à une **randonnée**
à **allure modérée** organisée
par l'**OMS Hussigny Club de
Marche**, les **1^{er} et 08 Mars 2026**
à partir de **08h45**.

Une belle occasion de prendre
l'air pendant environ **2h30**,
gratuitement et dans la bonne
humeur. **Départ** depuis le parking
de l'**Église de Hussigny-Godbrange**.

Plus d'infos au **03 82 25 43 75**.

📍 Parking de l'Église -
Hussigny-Godbrange

🕒 1^{er} & 08 Mars 2026
à partir de 08h45

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 !**

f AZ Communication
@ azcommunicationlexy
in 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.

Plus de 50 crèches partout
au Luxembourg, pour des
enfants **résidents** et
frontaliers, à des tarifs
préférentiels.

(20 heures gratuites + tarif spécial pour
les enfants d'un an + Chèques-service
accueil).

Découvrez nos engagements sur :
kidscare.lu



**ACCUEIL TOUTE
L'ANNÉE**

des enfants
âgés de 2 mois
à 12 ans



**APPROCHES
PÉDAGOGIQUES**

Montessori et Pikler,
intégrant le modèle de
Sustainable Education®
dans l'apprentissage.



**ALIMENTATION
SAINE ET LOCALE**

avec des produits
frais, de saison et à
orientation bio.



**ACCUEIL
SUR MESURE**

toutes formules
adaptées
aux parents,
100% flexibles



**SORTIES
QUOTIDIENNES**

en plein air et
expériences riches
pour connecter les
enfants avec la nature.

SATURDAY SCHOOL
VOTRE ENFANT PARLERA L'ANGLAIS
TOUT NATURELLEMENT

**LE PROCHAIN TRIMESTRE
DÉMARRE LE 17 AVRIL**



3 heures d'immersion
en anglais chaque samedi

Activités en anglais au choix:
Capoeira, musique, art, ...

3 centres pleins de ressources:
Findel, Cloche d'Or, Belval

saturday-school.lu

**STAGES DE VACANCES
PÂQUES**
(RÉSIDENTS ET FRONTALIERS)

DU 30 MARS AU 10 AVRIL
POUR LES ENFANTS
DE 3 - 12 ANS

19 Holiday Clubs by KidsCare,
partout au Luxembourg

Horaires d'accueil:
7h00 - 19h00

Tarifs imbattables
Chèques-service

holiday-club.lu



INSCRIPTIONS/INFORMATIONS: (+352) 2899 2899 400 OU KIDSCARE.LU

LES ÉVÈNEMENTS

1^{er} MARS

BOURSE À VÉLOS VILLERS-LA-MONTAGNE

Achetez ou vendez vos vélos lors de la **bourse aux vélos de Villers-la-Montagne**, le **1^{er} Mars 2026**, de **11h00 à 17h00**, dédiée aux **vélos de course, de ville, VTT, enfants, adultes et accessoires**.

Profitez aussi d'une **restauration** sur place avec **grillades** et la présence de **Sorrente Pizza**.

📍 Salle des Sports - Villers-la-Montagne

🕒 1^{er} Mars 2026 de 11h00 à 17h00

JUSQU'AU 03 MARS

EXPOSITION MONT-SAINT-MARTIN

Découvrez l'**exposition « Anim 'Art »** et plongez dans l'univers artistique de **Sofia Fahem**. Venez parcourir **librement** cette exposition à la **Médiathèque Louis Aragon de Mont-Saint-Martin** et prenez le temps d'explorer des **œuvres originales** dans un cadre culturel **accessible à tous**.

Horaires : mardi, jeudi, vendredi de 13h30 à 17h30 ; mercredi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30 ; samedi de 9h00 à 17h00.

📍 Médiathèque Louis Aragon - Mont-Saint-Martin

🕒 Jusqu'au 03 Mars 2026

04 MARS

PROJECTION VILLERUPT

Participez à la **projection du film « Les Enfants de la Résistance »** et plongez dans une **aventure captivante** de **1h41** à l'**Arche** à **Villerupt**.

Venez partager un moment de cinéma **accessible à tous**, organisé par le **CCAS**, avec un tarif de **6€** et **3€** pour les **adhérents**. Une séance conviviale ouverte aux **seniors** comme à **toute personne** extérieure à la commune.

📍 L'Arche - Villerupt

🕒 04 Mars 2026 à 14h00

04 MARS

ATELIER CRÉATIF TRIEUX

Découvrez l'**art du crochet** et laissez parler votre créativité lors de la soirée **« Au Bout du Fil »**. Venez apprendre les **bases** ou **perfectionner** votre technique au **Centre Louise Michel** à **Trieux** dans une **ambiance détendue** et **accessible à tous**.

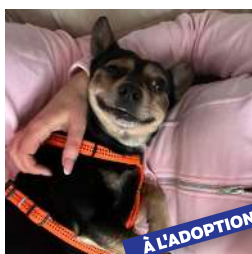
Inscriptions auprès de **Nicole** au **06 20 15 74 59** ou **Emeline** au **07 89 89 84 91**.

📍 Centre Louise Michel - Trieux

🕒 04 Mars 2026 à partir de 20h00

L'APAV de Villerupt

DEUX CŒURS EN ATTENTE D'UN FOYER



Tokyo, 8 ans - Croisé Pinscher/Jack Russel

Il est arrivé dans nos vies sorti de nulle part, comme ça... **Percuté par une voiture**. Trouvé **accidenté**, seul, sans personne pour le secourir mais par chance une de nos bénévoles est là et sans hésitation s'arrête, le récupère et fonce chez le vétérinaire. Grosse **fracture du bassin**, état de choc... Intervention chirurgicale... Cageothérapie... Et une **famille d'accueil en or**. Aujourd'hui, **Tokyo va mieux**. C'est un **chien résilient, doux, attachant**, qui mérite enfin une vraie chance. Il a encore plein d'amour à donner et rêve simplement d'un **foyer calme** où poser **ses pattes** et **son cœur**.

Tokyo est **OK chien**. La présence d'un autre congénère serait un plus. Mais **pas OK chat** par contre. Adoption responsable uniquement. **OK pour une famille** prête à lui offrir du **temps**, de la **patience** et beaucoup de **tendresse**.



René, 5 ans environ

L'APAV a récemment pris en charge **René**, un chat d'environ **5 ans**, trouvé dans un état **très fragile**, gravement touché par le **coryza**. Après quelques soins, les bénévoles ont découvert une **vraie surprise**. René, que les bénévoles pensaient **sauvage**, est **adorable, doux et très calme**. Il se laisse soigner sans problème et montre un caractère **vraiment affectueux**. Ils reçoivent des soins **matin** et **soir**. Doux, calme, sociable avec les humains. En soins pour le coryza, **FIV positif**, il devra vivre en **environnement sécurisé**, soit comme **chat unique**, soit avec d'autres chats **FIV positifs**. Il mérite enfin une **famille aimante** qui lui offrira la **sécurité**, la **douceur** et l'**amour** qu'il mérite, afin d'**oublier ses années de galère**...

Grâce au **groupe Teaming – Association de Protection Animale de Villerupt 54 (APAV)**, chacun peut soutenir nos **actions** à hauteur de **1 € par mois**. Cela nous permet de continuer à **sauver, soigner** et **protéger** !
Scannez les QR Code afin de nous rejoindre et faire un don.



Intéressé(e) par cette belle rencontre ? Contactez-nous en message privé ou par mail !

apav54190@laposte.net



Jusqu'au Dimanche 1^{er} mars 2026



ENCORE MOINS CHER.

NOS PREMIERS PRIX POUR FAIRE DES ÉCONOMIES AU QUOTIDIEN QUAND VOUS EN AVEZ BESOIN.



Transformée en
France
LA PÂTE
0€53 PÂTE FEUILLETÉE POUCE
230 g
Soit le kg : 2€30



Élevé en
Norvège
4€67 SAUMON FUMÉ POUCE
200 g
Transformé en Pologne
Soit le kg : 23€35



Transformé en
France
0€79 CRÈME ENTIÈRE FLUIDE POUCE
30 % MG
Brique 20 cl
Soit le l : 3€95



2€47 PÂTE À TARTINER POUCE
750 g
Soit le kg : 3€29



1€65 CORNICHONS AIGRE DOUX POUCE
360 g
Soit le kg : 4€58



ORIGINE
U.E
4€49 EMMENTAL POUCE
30% MG
500 g
Soit le kg : 8€98



0€95 DOUBLE CONCENTRÉ DE TOMATES POUCE
150 g
Soit le kg : 6€33



0€82 GÂTEAUX Ronds FOURRÉS AU CHOCOLAT POUCE
300 g
Soit le kg : 2€73



1€25 GLACE VANILLE POUCE
500 g
Soit le kg : 2€50

*Hormis les offres en quantités limitées mentionnées dans cette publicité, et les produits soldés, les articles ont été commandés en quantité suffisante. S'ils venaient à manquer dans votre magasin, nous sommes à votre disposition pendant la durée de l'opération pour enregistrer toute commande du même produit ou d'un produit de qualité équivalente au prix annoncé et vous servir dans les meilleurs délais. Merci de vous adresser à l'accueil du magasin.

Auchan
le choix, le bon.

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 gamme Pouce de Auchan Mont-Saint-Martin

LE CHOIX MALIN POUR VOTRE BUDGET



Scannez ce QR Code
et découvrez tous les
produits de la Gamme Pouce



Auchan Hypermarché
Mont-Saint-Martin

www.auchan.fr

Suivez LE GUID*

À Auchan Mont-Saint-Martin, la question du pouvoir d'achat est centrale. Les clients veulent des prix justes, mais aussi de la clarté et de la qualité. La gamme Pouce répond précisément à cette attente : une offre large, accessible, pensée pour les besoins quotidiens, sans superflu et sans compromis sur la transparence.

Une gamme pensée pour le quotidien

Pouce, c'est plus de 500 produits couvrant l'essentiel des courses. L'objectif est simple : proposer des références fiables à petit prix, pour permettre à chacun de mieux gérer son budget. Dans un contexte où chaque euro compte, cette gamme devient une vraie alternative. Elle permet de faire des économies concrètes sur des produits consommés tous les jours.

Des prix bas, mais pas au détriment de la transparence

La force de la gamme repose sur trois piliers : le prix, la transparence et l'accompagnement nutritionnel. Les origines des produits sont clairement indiquées. Vous savez d'où ils viennent. De plus, les références alimentaires affichent un Nutri-Score, ce qui permet de comparer rapidement et de faire des choix plus équilibrés. Cela facilite une consommation plus responsable, même avec un budget maîtrisé.

Une présence dans tous les rayons essentiels

L'offre Pouce est présente dans pratiquement tous les rayons du magasin.

En épicerie salée et sucrée, on retrouve les indispensables : pâtes, riz, conserves, sauces, biscuits, farines, céréales, produits pour le petit-déjeuner.



Ces produits constituent la base de nombreux repas familiaux. En optant pour Pouce, il est possible de réduire significativement le coût global du panier.

Côté produits frais, la gamme s'étend à la charcuterie-traiteur, à la boucherie et à la poissonnerie. Elle comprend également des produits laitiers et des œufs, essentiels à l'équilibre alimentaire. Les surgelés permettent de gagner du temps tout en maîtrisant son budget. Les fruits et légumes complètent l'offre pour composer des repas variés et accessibles.

Bien plus que de l'alimentaire

Mais Pouce ne s'arrête pas à l'alimentaire. La gamme comprend aussi des boissons, des produits d'entretien pour la maison, des accessoires du quotidien, des produits d'hygiène et de beauté,



ainsi que des références pour les bébés, les enfants et les animaux. Cela signifie qu'une grande partie des dépenses mensuelles peut être optimisée !

Auchan Mont-Saint-Martin : un engagement local pour le pouvoir d'achat

À Auchan Mont-Saint-Martin, cette gamme s'inscrit dans

une démarche claire : proposer des solutions concrètes pour soutenir le budget des familles locales. Les équipes en magasin veillent à rendre les produits facilement identifiables en rayon afin de simplifier le parcours d'achat. Le message est direct : vous pouvez consommer intelligemment sans sacrifier la qualité.

Choisir la gamme Pouce chez Auchan Mont-Saint-Martin, ce n'est pas seulement chercher le prix le plus bas. C'est adopter une stratégie d'achat cohérente. Vous sélectionnez des produits du quotidien, bien identifiés, au rapport qualité-prix optimisé. Sur l'ensemble d'un mois, l'impact sur le budget est réel.

En résumé, la gamme Pouce est une solution pragmatique pour faire face aux dépenses courantes. Large choix, prix accessibles, informations claires, présence dans tous les rayons essentiels : elle répond aux besoins concrets des consommateurs.

Et à Auchan Mont-Saint-Martin, elle s'inscrit pleinement dans l'engagement du magasin à accompagner ses clients vers des courses plus maîtrisées, plus transparentes et plus responsables.

Votre opticien indépendant



PRENEZ SOIN DE VOS LUNETTES ET DE VOTRE VISION.

LES CONSEILS DE VOTRE OPTICIEN !

- ✓ Utilisez des **produits d'entretien adaptés** à vos lunettes
- ✓ Faites **vérifier et ajuster** régulièrement votre équipement
- ✓ Évitez l'exposition à la **chaleur**
- ✓ Réalisez un **bilan visuel chaque année**
- ✓ Consultez votre **ophtalmologue** pour votre santé oculaire

REV OPTIC - VOTRE OPTICIEN
INDÉPENDANT DE CONFIANCE.

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

9 PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE - LONGUYON

LES ÉVÈNEMENTS

06 MARS

BELOTE LONGLAVILLE

Participez au **concours de belote individuel** organisée par l'ARPA et testez votre stratégie dans une **ambiance conviviale**. Venez dès **13h30** pour l'ouverture des portes à la **Salle 1 du Complexe sportif de Longlaville** et profitez du **café** et des **brioches offertes** avant le début des parties.

Inscription à **10€** pour un après-midi placée sous le signe du jeu.

📍 Salle 1 du Complexe sportif - Longlaville

🕒 06 Mars 2026
à 14h30

07 MARS

STAGE INITIATION HERSERANGE

Découvrez l'**Aïkido** lors d'un **stage d'initiation** encadré par **Stéphane Hlavacek**, 4^{ème} dan et diplômé d'État. Venez pratiquer cet art martial sans compétition au **Dojo Jules Devani à Herserange** et explorez une discipline basée sur le **respect** et la **maîtrise de soi**.

Une initiation proposée dans le cadre de la **journée internationale des droits des femmes**.
Infos au **06 86 63 09 19**.

📍 Dojo Jules Devani - Herserange

🕒 07 Mars 2026
de 9h00 à 12h00

07 MARS

SOIRÉE IRLANDAISE BOULANGE

Venez célébrer l'**Irlande** lors d'une **soirée festive et musicale**. Retrouvez le groupe **The Green Duck**, accompagné en première partie par **The Celt Kilt Trumpett's**, avec petite **restauration** sur place.

Tarif : **20€**. Organisé par le **Centre socioculturel Le Sillon**. Réservation jusqu'au **07/03** au **06 33 03 48 33** ou **03 82 91 07 34**.

📍 Espace Riom - Boulange

🕒 07 Mars 2026
à partir de 19h00

07 MARS

SPECTACLE BOULANGE

Venez **rire** et vous **laisser** surprendre par le spectacle musical « **Le futur est génial** » au **Café des Sports de Boulange**.

Découvrez l'**univers déjanté** de **Jules & Jo, duo belge** à la poésie absurde, pour une soirée **gratuite** mêlant **humour, musique** et **énergie communicative**.

📍 Café des Sports - Boulange

🕒 07 Mars 2026
à 20h30

LES ÉVÈNEMENTS

07 MARS

SPECTACLE LONGUYON

Découvrez le **spectacle** « **Les Parents Thèses** », drôle et engagé, le **07 Mars 2026**, de **10h00 à 12h00** au **Forum de Longuyon**.

Les **enfants** sont les bienvenus et pourront être **pris en charge** par un **animateur**.

Accueil du public dès **9h30**.
Organisé par l'**U2AF 54**.
Réservations jusqu'au **06/03** au **07 63 71 95 94**.

📍 Forum de Longuyon

🕒 07 Mars 2026
de 10h00 à 12h00

07/08 MARS

BROCANTE LONGWY

Participez à une grande **brocante** et donnez une **seconde vie** à vos **objets**. Venez **exposer** ou **chiner** à la **Salle des fêtes de Gouraincourt** à **Longwy** et profitez d'un week-end animé, idéal pour faire de bonnes affaires en famille. Avec **restauration** et **buvette** sur place. **Tables à 5€** pour une **journée** ou **8€** pour les **deux jours**.

Renseignements
et **inscriptions** au **06 76 94 47 27**.

📍 Salle des fêtes de
Gouraincourt - Longwy

🕒 07 & 08 Mars 2026
de 9h00 à 17h00

08 MARS

LOTO VILLERS-LA-CHÈVRE

Passez un **après-midi** convivial et tenter votre chance avec **1 000 € de lots à gagner** lors du **Loto de l'Amicale des Anciens de Villers-la-Chèvre**, dont des **paniers garnis**, des **bons d'achat** et **deux appareils électroménagers**. Une **tombola** est également proposée, avec **restauration** sur place. **Ouverture** des portes à **12h00**, début des parties à **14h00**. Réservations au **06 01 78 35 97**, **06 04 43 15 04** ou **07 88 52 08 11**.

📍 Salle socioculturelle Les
Gaillots - Villers-la-Chèvre

🕒 08 Mars 2026
à partir de 12h00

12 MARS

CONFÉRENCE LONGWY

Découvrez un **moment d'histoire locale** avec la conférence « **Le siège de Longwy en 1870** » animée par l'**historien Patrick Serre**. Venez approfondir vos connaissances à l'**Amphithéâtre de l'IUT de Longwy** à l'occasion du **155^e anniversaire de la guerre de 1870** et échangez autour d'un épisode marquant du territoire.

Gratuit pour les **adhérents UCP**.
Infos au **03 83 40 68 92**.

📍 Amphithéâtre de l'IUT -
Longwy

🕒 12 Mars 2026
à 14h30

L'alliance entre exotisme et gourmandise

VOTRE RECETTE IMAGINÉE PAR BERGAMOTE & CITRONNELLE



One Pot Orzo crevettes & curry

Un orzo crémeux au curry, relevé juste ce qu'il faut, avec des crevettes dorées et des champignons frais fondants. La douceur de la crème de coco équilibre les épices, l'huile d'olive apporte une note ronde et les poireaux ajoutent une touche végétale subtile.

C'est le type de plat qui parfume toute la cuisine pendant la cuisson et qui impressionne sans complexité inutile. Rapide, généreux, réconfortant. Si tu cherches une recette simple mais avec du caractère, celle-ci coche toutes les cases.

Ingrédients

- 300g d'orzo
- 200g de champignons frais
- 200g de crevettes
- 1 gros poireau ou 2 petits
- huile d'olive
- 2 c. à soupe de curry
- 500 ml de bouillon de légumes
- 100 ml de crème de coco
- sel & poivre

Préparation

Émincez les légumes et les faire revenir quelques minutes à peine dans l'huile d'olive.

Ensuite, ajoutez tous les ingrédients et laissez mijoter à couvert 10 minutes en remuant de temps en temps.

Finissez en ajoutant la crème de coco.

Bonne dégustation !



L'ES Villerupt Thil, le coeur battant du sport local

UN CLUB PORTÉ PAR LA PASSION & LA SOLIDARITÉ



Suivez l'actualité du club
ES Villerupt Thil
sur leur page Facebook



Fondé en 2012, l'**ES VILLERUPT THIL** est devenu au fil des années un acteur incontournable du paysage sportif local. Basé à Villerupt, le club rassemble aujourd'hui plus de 300 licenciés, des plus jeunes catégories aux équipes seniors.

Une école de formation avant tout

L'ESVT place la **formation** au cœur de son projet. Encadrés par des **éducateurs diplômés**, les jeunes joueurs apprennent non seulement les **fondamentaux techniques et tactiques** du football, mais aussi des **valeurs essentielles** telles que le **respect**, l'**esprit d'équipe** et le **dépassement de soi**. Chaque **saison**, le club s'illustre dans les **compétitions régionales**, confirmant la **qualité** de son **encadrement** et la **progression** constante de ses équipes.

Un parcours sportif valorisant

Au fil des saisons, l'**ES Villerupt-Thil** a su s'imposer comme une **référence** sur la **scène régionale**. Le club a notamment décroché le titre de **Champion Régional 1** la saison **2024-2025**, récompensant la **régularité**, le **travail** et la **détermination** de tout un **groupe**. Autre **moment fort** de son histoire récente : un magnifique parcours en **Coupe de France**, marqué par une **qualification historique** en **32^{ème} de finale** en **2023** face au **FC ANNECY** pensionnaire de **ligue 2**. Une performance qui a permis au club de **rayonner au-delà de la région** et d'offrir à tout le club une **aventure inoubliable**.

Un club, une famille

Au-delà des performances sportives, l'**ESVT** est avant tout une **grande famille**.



Bénévoles, dirigeants, joueurs et supporters contribuent ensemble à créer une ambiance **conviviale** et **dynamique**. **Tournois, stages, événements solidaires** et **rencontres festives** rythment la vie du club tout au long de l'année. Porté par un **projet structuré** et des **infrastructures modernes**, le club ambitionne de poursuivre son développement, **d'accompagner ses jeunes talents** vers le plus haut niveau et de **renforcer son ancrage local**.

L'ESVT incarne ainsi bien plus qu'un simple club sportif : un lieu d'apprentissage, de partage et de passion.

CENTRALE JANTES

- Dévoilage
- Personnalisation
- Réparation
- Peinture
- Soudure

TOUTES MARQUES

59, rue du Béarn
54400 Cosnes et Romain

centraledeljantes@outlook.fr

www.centralejantes.fr

(+33) 7 71 60 50 74

ECOTONTE

ENTRETIEN DE JARDINS

Entretien et Création de Jardins

VILLERS-LA-MONTAGNE

- Tonte & Débroussaillage
- Engazonnement
- Scarification
- Élagage
- Aménagement & Création de jardin

De la conception à l'entretien de votre jardin

VOS ESPACES VERTS SONT ENTRE DE BONNES MAINS

Engagés pour la préservation de la planète : matériel dépollué et catalysé - essences sans pétrole, huile bio et papier recyclé

Service à la personne - Remboursement - Crédit d'impôt de 50%

infos@ecotonte.fr - www.ecotonte.fr

21 B Route d'Hussigny 54920 Villers-la-Montagne

06 45 75 48 79

Auchan



PRODUITS LAITIERS

Du mardi 17 février
au Dimanche
1^{er} mars 2026

Des PROMO'S
RICHES
en calcium !



Transformé en
France



LE 1^{er} PRODUIT

2[€]

LE 2^{ème} PRODUIT

1[€] 15

YAOS STRACCIATELLA NESTLÉ

4 x 125 g

Soit le kg : 3€44

Vendu seul : 2€29

Par 2 : 3€44 au lieu de 4€58

Existe d'autres variétés

50%
SUR LE 2^{ème}
AU CHOIX

2+1 OFFERT AU CHOIX
SUR LA GAMME DES MOUSSES LAITIÈRE



Transformé en
France



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

50% DE REMISE IMMÉDIATE
SUR LE 2^{ème} AU CHOIX SUR LA GAMME

CandyUp

Transformé en
France



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

Transformé en
France



LE 1^{er} PRODUIT

1[€] 80

LE 2^{ème} PRODUIT

0[€] 72

YOP

850 g

Offre Découverte

Soit le kg : 1€48

Vendu seul : 1€80

Par 2 : 2€52 au lieu de 3€60

Existe d'autres variétés

60%
SUR LE 2^{ème}
AU CHOIX

2+1 OFFERT AU CHOIX
SUR LA GAMME **riants**
AU RAYON CRÈMERIE ET FROMAGE LIBRE-SERVICE

Transformé en
France



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

Transformé en
France



LE 1^{er} PRODUIT

1[€] 80

LE 2^{ème} PRODUIT

0[€] 80

CRÈME FRAÎCHE LÉGÈRE

ÉPAISSE BRIDELLE

15% MG

Pot 50 cl

Soit le l : 2€80

Vendu seul : 1€99

Par 2 : 2€79

au lieu de 3€98

Existe d'autres variétés

Offre valable sur le moins cher

60%
SUR LE 2^{ème}
AU CHOIX

Transformé en
France



LE 1^{er} PRODUIT

3[€] 26

LE 2^{ème} PRODUIT

1[€] 30

CRÈME ENTIÈRE DE

NORMANDIE ELLE & VIRE

30% MG

Lot : 3 x 20 cl

Soit le l : 3€80

Vendu seul : 3€26

Par 2 : 4€56

au lieu de 6€52

Existe d'autres variétés

Offre valable sur le moins cher

60%
SUR LE 2^{ème}
AU CHOIX

50%
WAAOHI!

CAGNOTTÉS
SUR VOTRE COMPTE WAAOHI!*

SUR LES GAMMES DANONE
À LA GRECQUE, SKYR DANONE
ET LES CRÈMES DESSERTS DANETTE
DÈS 6€ D'ACHAT SUR CES GAMMES ET DANS LA LIMITE DE 15€*

60% DE REMISE IMMÉDIATE
SUR LE 2^{ème} AU CHOIX
SUR LA GAMME



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

Transformé en
France



Transformé en
France



LE 1^{ER} PRODUIT

1 € 79

LE 2^{ÈME} PRODUIT

0 € 72

YAOURT CRÉMEUX SUR LIT DE FRAISES BONNE MAMAN
2 x 125 g
Soit le kg : 5€01
Vendu seul : 1€79
Par 2 : 2€51 au lieu de 3€58
Existe d'autres variétés ①

60%
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX

60% DE REMISE IMMÉDIATE
SUR LE 2^{ÈME} AU CHOIX SUR LA GAMME
ULTRA FRAIS alpro
AU RAYON CRÈMERIE LIBRE-SERVICE

Transformé en

U.E



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

Transformé en
France



3 € 19

CHAUSSEE AUX MOINES
25% MG
340 g + 30% offert
442 g
Soit le kg : 7€22

30%
OFFERT

LES PRODUITS Auchan

Transformé en
Italie



LES 6

2 € 87

PROFITEROLES AUCHAN
4 x 90 g
+ 2 offerts
Soit le kg : 5€31

2
OFFERTS

LE 1^{ER} PRODUIT

1 € 99

LE 2^{ÈME} PRODUIT

0 € 80

SKYR YOPLAIT
4 x 100 g
Offre Découverte
Soit le kg : 3€48
Vendu seul : 1€99
Par 2 : 2€79 au lieu de 3€98
Existe d'autres variétés ①

60%
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX

Transformé en
France



Transformé en
Belgique



LE 1^{ER} PRODUIT

2 € 50

LE 2^{ÈME} PRODUIT

1 €

CRÈME FOUETTÉE ISIGNY SAINT MÈRE
à la Vanille de Madagascar
250 g
Soit le kg : 7€
Vendu seul : 2€50
Par 2 : 3€50 au lieu de 5€

60%
SUR LE 2^{ÈME}

60% D'ÉCONOMIE
SUR VOTRE COMPTE W!
SUR LE 2^{ÈME} AU CHOIX
SUR LA GAMME



au rayon fromage
libre-service

Hors promotions en cours et formats promo
Offre valable sur le moins cher.

ORIGINE FRANCE



Transformé en
France



LE 1^{ER} PRODUIT

6 € 20

LE 2^{ÈME} PRODUIT

2 € 48

BEURRE GASTRONOMIQUE DOUX PRÉSIDENT
82% MG
Format Spécial
Lot : 2 x 250 g
Soit le kg : 8€68
Vendu seul : 6€20
Par 2 : 8€68 au lieu de 12€40
Existe d'autres variétés ①

60%
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX

Offre valable sur le moins cher

60% DE REMISE IMMÉDIATE
SUR LE 2^{ÈME} AU CHOIX SUR LA GAMME
AU RAYON FROMAGE LIBRE-SERVICE

Transformé en
France



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

LES PRODUITS Auchan

LE 1^{ER} PRODUIT

PRIX PAYÉ EN CAISSE

1 € 5

SOIT LE 2^{ÈME} PRODUIT

0 € 72

BOISSON VÉGÉTALE AMANDE SANS SUCRES AUCHAN
Brique 1 l
Soit le l : 1€43
Les 2 : 2€15 cognotte déduite
au lieu de 2€86
Existe d'autres variétés ①

50%
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX
SUR VOTRE COMPTE

Offre valable sur le moins cher

Transformé en
France



60% DE REMISE IMMÉDIATE
SUR LE 2^{ÈME} AU CHOIX SUR LA GAMME
TARTARE

AU RAYON FROMAGE LIBRE-SERVICE

Transformé en

France



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

*Offre réservée aux porteurs de la carte Waaah, non cumulable avec toutes autres offres promotionnelles en cours.
Voir modalités des cognottes et des cartes auprès de l'accueil ou sur notre site internet Auchan.fr
Pour les autres parfums, variétés ou formats, voir produits, promotions, prix et prix au litre ou au kg en magasin

Auchan
le choix, le bon.

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 PROGRAMMATION DE VOTRE CINÉMA KINEPOLIS LONGWY



Horreur, Thriller | Durée : 1h54
Interdit aux - de 12 ans

Lorsqu'un nouveau Ghostface surgit dans la paisible ville où Sidney Prescott a reconstruit sa vie, ses pires cauchemars refont surface. Quand sa fille devient la prochaine cible, Sidney n'a d'autre choix que de reprendre le combat. Déterminée à protéger les siens, elle devra affronter les démons de son passé pour tenter de mettre fin une bonne fois pour toutes au bain de sang.

Horror Night
27 Février 2026



Animation, Aventure | Durée : 1h45

Mabel, une adolescente passionnée par les animaux, saute sur l'occasion d'essayer une nouvelle technologie révolutionnaire permettant de communiquer avec eux d'une manière totalement inédite... en se glissant dans la peau d'une adorable femelle castor. Conçu par des scientifiques visionnaires, ce dispositif permet de transférer la conscience humaine dans le corps de robots-animaux plus vrais que nature.

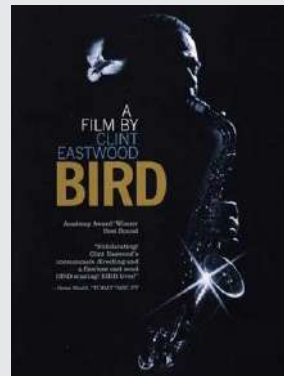
Matinée magique
1^{er} Mars 2026



Animation, Historique | Durée : 1h49

David est un jeune berger drôle et pétillant, dont la voix envoûtante émerveille sa famille et le roi Saül. Lorsque le géant Goliath vient terroriser son peuple, David, armé uniquement d'une fronde, de quelques pierres et d'une foi inébranlable, s'avance. S'ouvre alors le destin extraordinaire d'un simple berger devenu roi, qui par sa loyauté et son courage, sauva l'âme d'un Royaume.

Matinée magique
15 Mars 2026



Biopic, Drame | Durée : 2h40

Bird est une interprétation cinématographique de la vie de Charlie "Yardbird" Parker, jazzman visionnaire et musicien accompli qui éleva le saxophone à un niveau d'expression inédit. Le film dépeint alternativement la jeunesse et la maturité de cet homme et de ce créateur de génie, sa carrière et ses drames personnels.

Les Classics
02 Mars 2026

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

LES ÉVÈNEMENTS

13/14/15 MARS

EXPOSITION LONGUYON

Vous êtes passionnés de **dinosaures** ?

Venez découvrir tous leurs secrets lors de l'**Expo Jurassic - À la découverte des dinosaures**, les **13, 14 et 15 Mars 2026** sur le parking du **Complexe Léo Lagrange** de Longuyon.

Au programme : **stands** et **animations**.

📍 Parking Léo Lagrange - Longuyon

🕒 13, 14 et 15 Mars 2026

13 MARS

CAFÉ DES PARENTS AUDUN-LE-TICHE

Participez au **Café des Parents** et prenez le temps d'échanger sur la **parentalité** et l'**éducation**.

Venez partager vos **expériences**, poser vos **questions** et **rencontrer d'autres parents** dans un cadre bienveillant au **43 Avenue Roef** à Audun-le-Tiche. Organisé par la **MJC**

Entrée **libre** pour tous.

📍 43 Avenue Roef - Audun-le-Tiche

🕒 13 Mars 2026 à 17h00

14 MARS

LOTO NOUILLONPONT

Participez au **loto** de l'**USEB** et tentez votre chance pour remporter de **nombreux lots** : **bons d'achats, montre connectée, Air Fryer, électroménager** ou **paniers garnis**.

Venez passer une soirée animée à la **Salle des fêtes** de **Nouillonpont** avec **buvette** et **restauration** sur place. **Réservations** jusqu'au **10 Mars 2026** au **06 76 28 38 59** ou **06 36 56 68 18**.

📍 Salle des Fêtes - Nouillonpont

🕒 14 Mars 2026 à 20h00

15 MARS

LOTO MORFONTAINE

Participez au **loto** de **Morfontaine** et tentez de remporter **bons d'achats** et **paniers garnis**.

Venez partager une **soirée conviviale** à la **Salle polyvalente** avec **restauration, buvette** et **tombola** pour prolonger le plaisir.

Réservations **jusqu'au 14 Mars 2026** à **maryse.franconnet@gmail.com**.

📍 Salle polyvalente - Morfontaine

🕒 15 Mars 2026 à 18h00

L'ORIENTATION DARCHE

UNE FORMULE COMPLÈTE POUR PRÉPARER TON AVENIR !

LA SEMAINE DU
02 au 06 Mars 2026

Nous recevons les personnes
intéressées de **manière individuelle**
au **lycée DARCHE** par demi-journée.

MHR OU ASSP : 30 MINUTES D'ACCUEIL

ACTIVITÉS : IMMERSION EN ACTIVITÉS PROFESSIONNELLES (3H)

PORTES-OUVERTES
le 20 Mars 2026

DE 8H À 15H (POUR LES COLLÈGES)

DE 15H À 20H (POUR LES FAMILLES)

UNE FORMATION
SOLIDE POUR
UN **AVENIR** QUI
SE CONSTRUIT
DÈS AUJOURD'HUI.

BIEN PLUS
QU'UN LYCÉE
UN
AVENIR !

 **darche**
lycée professionnel régional




MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE
ET DE LA JEUNESSE
*Liberté
Égalité
Fraternité*

La Région
Grand Est

LES ÉVÈNEMENTS

15 MARS

BROCANTE LONGUYON

Venez **chiner, vendre et soutenir** une **belle initiative locale** lors de la **brocante** organisée par l'**APEL de l'ensemble scolaire Sainte-Chrétienne**. Participez à une journée animée au **gymnase de Sainte-Chrétienne à Longuyon** et profitez d'une **restauration sur place**.

Exposez vos objets pour **5€ la table** (maximum 2 par exposant) et partagez un moment **ouvert à tous**.

📍 Gymnase St-Chrétienne - Longuyon

🕒 15 Mars 2026 à 18h00

18 MARS

PROJECTION VILLERUPT

Découvrez la **comédie « Chers Parents »** et profitez d'un moment de détente à l'**Arche à Villerupt**.

Venez partager un moment de cinéma **accessible à tous**, organisé par le **CCAS**, avec un tarif de **6€** et **3€** pour les **adhérents**. Une séance conviviale ouverte aux **seniors** comme à **toute personne** extérieure à la commune.

📍 L'Arche - Villerupt

🕒 18 Mars 2026 à 14h00

22 MARS

EXPOSITION LONGWY

Venez plonger dans l'**univers geek et pop-culture** lors de la **4^e édition de la Brocante Geek Wonder Otaku** à Longwy.

Découvrez des **stands variés**, participez aux **quiz et blind-tests**, tentez de **gagner de nombreux lots** et **profitez d'animations** ainsi que de **spécialités japonaises et thaï**.

Une journée immersive pour passionnés et curieux.

📍 Salle du Coséc Pierre Mousset - Longwy

🕒 22 Mars 2026 de 10h00 à 18h00

28 MARS

REPAS DANSANT LONGUYON

Venez vibrer sur la **piste** et partager un **repas festif** lors du repas dansant organisé par **Danse Attitude Longuyon**. Découvrez une soirée rythmée par **DJ Fred** à la **Salle Brassens**, avec au **menu bouchées apéritives, couscous, dessert glacé et café**. Profitez d'une **formule conviviale** sur place à **25€** (10€ pour les moins de 12 ans) ou à **emporter à 17€**. **Réservations au 07 72 33 99 42** ou à **danse.attitude@yahoo.fr**.

📍 Salle Brassens - Longuyon

🕒 28 Mars 2026 à 20h00

Une aventure tendre pour apprivoiser l'absence

L'ATLAS DES CROQUE-MORTS À DÉCOUVRIR À L'ARCHE

L'Arche
- VILLERUPT -

1 Esplanade Nino Rota
54190 VILLERUPT

Découvrez le reste
de la programmation sur :

www.l-arche.art



**14 Mars 2026
16h00**

À Villerupt, L'Arche accueille un spectacle jeune public qui ose aborder un sujet délicat avec finesse et intelligence. « L'Atlas des croque-morts », de la Compagnie Firmin et Hector, s'adresse aux enfants dès 6 ans, mais touche bien au-delà. Pendant 45 minutes, le public est entraîné dans une enquête tendre et musicale, entre souvenirs, transmission et imaginaire.

Hector est inconsolable depuis la **disparition de son papi**. Firmin, son frère, affirme pourtant détenir une **révélation capitale** : leur grand-père lui aurait confié, juste avant de mourir, où il se trouvait désormais. **Problème** : Firmin a **tout oublié... ou presque**.



Tarif - 14 ans : 6€ // Adulte : 10€

Une piste subsiste. Le secret serait consigné dans un mystérieux « **Atlas des croque-morts** ». Commence alors, dans le grenier rempli de souvenirs, un **jeu de piste** rythmé par la **musique** et les **récits de voyages**.

Un spectacle qui parle de la mort sans détour, mais avec douceur

Ce qui frappe, c'est la **justesse du ton**. La mort n'est ni **dramatisée** ni **édulcorée**. Elle est abordée comme une **étape**, intégrée au **cycle de la vie**. L'**humour**, la **complicité fraternelle** et la **musique** créent une distance rassurante, sans jamais nier

l'émotion. Les enfants **rient, s'interrogent, participent**. Les adultes, eux, y trouvent une **profondeur supplémentaire**. La mise en scène joue sur l'**imaginaire du grenier** : malles, cartes, objets insolites deviennent autant de portes ouvertes sur le monde.

Le spectacle transforme un sujet sensible en **aventure initiatique**. Il rappelle que parler de la **mort**, c'est aussi parler **d'amour**, de **mémoire** et de **transmission**.

« L'Atlas des croque-morts » est un rendez-vous à ne pas manquer pour les familles qui veulent partager un moment intelligent, poétique et vivant.



ixina oui à vos rêves
Longwy

Jusqu'à **6**
électros
offerts*

beko **BOSCH** **Whirlpool**
LE SENS DE L'ESSENTIEL

*Voir conditions complètes en magasin et sur le site ixina.fr.
IXINA France SASU - RCS BOBIGNY N°488 051 756.
ZONE ROISSYPOLE AÉROPORT PARIS CDG,
10-14 RUE DE ROME - BÂTIMENT 6015
93290 TREMBLAY-EN-FRANCE.

ixina.fr **LONGWY**
RN18 les Maragolles 54400 Cosnes-Et-Romain

MEILLEURE CHAÎNE DE MAGASINS DE L'ANNÉE 2026

QUE FAIRE ? QUE VOIR ? OÙ ALLER ?

LES ÉVÈNEMENTS DE VAL DE BRIEY



08 MARS	19 MARS	27 MARS	12 AVRIL
PISTE DE NAPATANT BRIEY Rendez-vous le 08 mars 2026 pour la 33^{ème} édition de la Piste de Napatant organisée par Briey Marathon ! Course pédestre et marche sportive. Inscription jusqu'au 05 mars. Plus d'info sur : https://briey-marathon.jimdofree.com	ATELIER CRÉATIF VAL DE BRIEY La Maison des Mille Marches vous propose un atelier de création collective « <i>Cadavre exquis imprimé</i> » qui sera l'occasion de découvrir la technique de la risographie. Atelier réservé aux adultes. Gratuit, sur inscription (nombre de places limité).	GRANDE COLLECTE VAL DE BRIEY L'Établissement Français du Sang organise une grande collecte « <i>Tout Val de Briey donne</i> » dans les Grands Salons de l'Hôtel de ville. Prenez 1h pour donner votre sang et sauver des vies ! Avant de vous déplacer, faites le test en ligne « <i>Qui peut donner ?</i> » sur le site de l'EFS.	MARCHÉ DU TERROIR BRIEY-BAS Le Marché du terroir et de l'artisanat aura lieu le dimanche 12 avril à Briey-bas, du quartier de la Poterne au Plan d'eau. Créateurs, artisans, producteurs du territoire, si vous souhaitez y participer, les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 20 mars. (Formulaire disponible sur le site valdebriey.fr)
📍 Briey 🕒 08 Mars 2026	📍 Maison des Mille Marches - Val de Briey 🕒 19 Mars 2026 de 18h00 à 20h00	📍 Hôtel de Ville Val de Briey 🕒 27 Mars 2026 de 10h00 à 13h30 & de 15h30 à 19h30	📍 La Poterne Plan d'eau Briey-bas 🕒 12 Avril 2026

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



1 an déjà...

Pour vous remercier
de votre fidélité,
votre primeur organise
un JEU CONCOURS
anniversaire.

*en moment
dans votre*

Épicerie Fine

Épices et poivres régionaux
Jus de fruit (Jean d'Audignac)
Épicerie fine et vrac (Produits Manola)
Chocolats (20NORD20SUD)
Pesto sec régional (Aröm)
Soupes (M. de Turenne & Jean d'Audignac)
Miels (4 producteurs régionaux)
Spécialités basques (Oteza)
et bien d'autres nouveautés...

Votre marché réinventé!

Bergamote



et Citronnelle

NOS SERVICES

FRUITS
& LÉGUMES



CORBEILLES
DE FRUITS
sur commande

PIÈCES MONTÉES
en fruits frais pour vos plus
beaux évènements

POISSONNERIE
TOUS LES JOURS

poissons ultra-frais livrés en direct
24h après la pêche

*Livraison à domicile
sur demande*

Restons connectés

LA BOUTIQUE EN LIGNE
DE VOTRE PRIMEUR
EST BIENTÔT EN LIGNE

Du mardi au samedi
8h00 - 12h00 & 14h00 - 18h30



37 rue Aristide Briand
54400 LONGWY-HAUT



Épicerie Fine

en images



Votre primeur

Marc
et son équipe
vous accueillent
en boutique



à partir
du 03 mars

JEU-CONCOURS

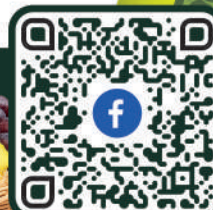
pour les 1 an de reprise
Tentez de gagner*
une corbeille
de fruits d'une
valeur de

100€



Tirage au sort

le 15 mars



*Retrouvez les bons d'inscriptions en magasin.
Corbeille de fruits d'une valeur de 100€.
Pour plus d'informations, contactez votre primeur.
Photo de la corbeille de fruits non-contractuelle.

✉ bergamoteetcitronnelle@sfr.fr ☎ 06 08 66 67 12 | ☎ 03 55 05 36 75

Little Dino, une passion cousue main

LE PARCOURS INSPIRANT D'UNE MAMAN CRÉATRICE



À Tellancourt, derrière le joli dinosaure de Little Dino, se cache Inès, une jeune femme d'une trentaine d'années, maman de deux petits garçons et passionnée de couture depuis l'enfance.

Une passion née très tôt

Depuis toujours, Inès sait ce qu'elle veut.

À 6 ans déjà, elle rêvait de **nouvelles tenues** pour ses **Barbies**. Face au refus de sa maman d'en acheter d'autres, elle a **pris les choses en main** : elle **décousait** des **boutons de chemises** et coupait dans des **vêtements** pour créer **ses propres modèles**. L'esprit créatif était déjà là.

Très tôt, elle se dirige vers les **arts** pour se **perfectionner**. Son objectif est clair : **suivre les traces de sa cousine Séverine**, qui a fait des **études de mode** et qu'elle **admirait**.

À 11 ans, lorsqu'on lui dit qu'elle est **trop jeune** pour savoir ce qu'elle veut faire plus tard, Inès répond simplement non. **Elle sait**. Et elle **avance**.

Un parcours construit avec détermination

À 16-17 ans, elle suit des **cours du soir** sur **Photoshop** (niveaux 1 et 2).

À 18 ans, elle enchaîne avec des **cours de gestion**, trois fois trois heures par semaine, avec une idée bien précise en tête : **travailler à son compte**.

À 19 ans, elle entre en **école de mode**.

À 24 ans, elle est **diplômée** en **stylistique-modélisme**.

Le 1^{er} avril 2017, elle s'installe comme **indépendante** en **Belgique**.

Une famille, un nouveau départ

Entre-temps, elle rencontre son **conjoint** et devient **maman de deux merveilleux garçons**.

Lorsqu'ils s'installent en **France**, à **Tellancourt**, Inès crée sa **micro-entreprise** en tant que **couturière** et **retoucheuse**.

Le nom "**Little Dino**" vient d'ailleurs de son **grand garçon**, qui lui a soufflé l'idée.

Une marque qui grandit

Depuis maintenant **quatre ans**, elle coud avec plaisir tous les projets qu'on lui confie. Elle s'est spécialisée dans la **création de vêtements** et **accessoires** pour **bébés** et **enfants**, tout en proposant également des **accessoires pour femmes**.

Le doudou lapin, la création coup de cœur

Parmi ses **créations phares**, son **doudou lapin** fait fondre **petits et grands**. Elle l'a imaginé pour son **second fils**, aujourd'hui âgé de **3 ans**, qui ne quitte jamais le sien. Ce doudou a été pensé dans les moindres détails : **différentes matières** pour **stimuler le toucher** de bébé,

un **lien** pour attacher la **sucette** (ou pas), de **petits bras** faciles à attraper, une **tête en tissu** tout doux et des **oreilles à nouer** et **mâchouiller**. Un compagnon **rassurant** et **sensoriel**, conçu avec amour.

Une belle évolution

Little Dino grandit d'année en année grâce à une **clientèle fidèle** qu'Inès **remercie sincèrement**.

Sans elle, l'aventure ne serait pas possible. Depuis peu, la marque dispose aussi d'un **site internet** où elle raconte son **histoire** et propose à la **vente** tous ses articles de puériculture :

littledino.fr/boutique/

Et l'aventure continue : cette année, Inès a l'honneur d'être **membre du jury** dans l'**école** où elle a elle-même étudié. Une **belle reconnaissance** de **ses pairs** et de **son parcours**.

Et la suite ?

Pour suivre les **nouveautés** et les **projets à venir** — notamment une **surprise** prévue pour célébrer les **5 ans** de **Little Dino** — il suffit de la rejoindre sur **Facebook** et **Instagram**. L'histoire ne fait que commencer.



Retrouvez l'histoire et la boutique en ligne de Little Dino sur son site Internet

www.littledino.fr

little dino



COUTURIÈRE

petite enfance
retouche vêtements
créations femmes
mercerie / tissus



little dino grandit !
Découvrez notre toute
nouvelle boutique en ligne !

littledino.fr/boutique



lundi, mercredi, jeudi & vendredi 9h-11h & 13h-16h
le samedi sur rendez-vous uniquement le matin

06 75 85 62 36 - ines.besseling@gmail.com
3 chemin de la goulette - Tellancourt 54260

ENEZ PROFITER D'UN **GRAND DESTOCKAGE** **DANS VOTRE CONCESSION DE LONGWY**



VW Polo IQ Drive
BVM5 1.0L TSI
 Essence 95 ch
 93 330 kms

14 900€



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

16 300€



VW Polo
MPi 1.0L BVM5
 Essence 80ch
 22 831 kms

16 990€



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

18 500€



VW Polo Style
1.0L TSI BVM5
 95ch Essence
 21 182 kms

18 900€



VW T-Cross Life Tech
BVM6 1.0L TSI
 Essence 110ch
 11 942 kms

18 900€



Skoda Kamiq Monte Carlo
110ch BVM6
 1.0L TSI Essence
 53 472 kms

19 490€



VW T-Cross Life Tech
1.0L TSI DSG7
 Essence 110ch
 36 755 kms

19 900€



VW Polo Edition
DSG7 1.0L TSI
 Essence 95 ch
 17 228 kms

20 800€



VW Taigo R-Line
DSG 1.0L TSI
 Essence 150 ch
 72 933 kms

20 900€



VW Polo Style
DSG7 1.0L TSI
 Essence 95 ch
 54 392 kms

20 900€



VW Polo R-Line
BVM5 1.0L TSI
 Essence 95ch
 37 383 kms

21 800€



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

21 900€



VW Polo Style
DSG7 1.0L TSI
 Essence 110 ch
 55 974 kms

22 490€



VW Polo R-Line
BVM5 1.0L TSI
 Essence 95 ch
 50 780 kms

22 500€



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

23 500€



Peugeot 3008
Crossway BVA8
 Diesel 130 ch
 44 255 kms

23 500€



VW T-Cross Style
DSG7 1.0L TSI
 Essence 110ch
 23 177 kms

23 900€



VW T-Cross Edition
DSG7 1.0L TSI
 116ch Diesel
 18 574 kms

23 990€



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

24 900€



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

25 900€



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

26 900€



VW Taigo Style
1.0L TSI Essence
 26 348 kms

28 900€



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

32 900€



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

31 900€

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



DÉCOUVREZ NOTRE
SÉLECTION DE VÉHICULES

À PRIX CASSÉS

Retrouvez toute notre actualité
 sur www.michelrolland.fr

michelrolland



Rejoignez nous
 sur nos réseaux

ET SI VOTRE PROCHAINE VOITURE ÉTAIT DÉJÀ LÀ ?

Volkswagen, des véhicules de direction et occasions sélectionnés pour vous et prêts à prendre la route.

LE BON CHOIX DEVIENT ÉVIDENT !

 Polo VW Edition BVM5 1.0L TSI 95ch Essence 21 900€	 Taigo Edition BVM5 1.0L TSI 95ch Essence 23 900€	 Taigo Style DSG7 1.0L TSI 110ch Essence 26 500€	 T-Cross Edition DSG7 1.0L TSI 116ch Essence 28 400€	 T-Roc Style Edition 1.5L TSI DSG7 150ch Diesel 33 500€	 Golf VIII (8) Ed. 50 DSG6 1.5L Hybride 204ch 33 800€
 T-Roc R-Line Edition DSG7 1.5L TSI 150ch Essence 35 900€	 T-Roc R-Line Edition DSG7 1.5L TSI 150ch Essence 35 900€	 ID3 Pro S Life Max BVE Électrique 204ch 35 900€	 ID3 Pro S Life Max BVE 59Kw 204ch 37 500€	 T-Roc Cabriolet 1.5 TSI 150ch DSG7 Style 38 700€	 New T-Roc R-Line DSG7 1.5 eTSI 150ch 39 500€
 Touran Edition 7 Places DSG7 1.5L TSI 150ch Essence 41 500€	 Transporteur T7 Fourgon L2 BVA8 Diesel 2.0L TDI 150ch 44 900€	 Tiguan R-Line DSG7 2.0L TDI 150ch Diesel 49 900€	 Tiguan R-Line Pack Back 2.0L TDI DSG7 150ch Diesel 52 500€	 VW Passat Elegance Hybrid 1.5L eHyb DSG6 53 900€	



DÉCOUVREZ NOS VÉHICULES DE DIRECTION

ESSENCE - DIESEL - HYBRIDE
RECHARGEABLE - 100% ÉLECTRIQUE

POUR TOUS LES GOÛTS, À PETITS PRIX !

3 route de Briey 54150 LANTEFONTAINE
03 82 46 07 67

Avenue de Saintignon 54400 LONGWY
03 82 23 03 03

La santé mentale : une santé qui nous concerne tous

LA CPTS DU PAYS-HAUT S'ENGAGE



CPTS • DU PAYS-HAUT

Quand on parle de santé, on pense souvent au corps : bien manger, bouger, dormir, consulter un médecin quand quelque chose ne va pas. Pourtant, une autre dimension tout aussi essentielle mérite notre attention : la santé mentale.

Tout le monde a une santé mentale

Comme la santé physique, la **santé mentale** évolue au fil du temps. Elle concerne chacun d'entre nous, quel que soit notre **âge**, notre **situation** ou notre **mode de vie**. La santé mentale, c'est ce qui nous permet de **ressentir** des **émotions**, de faire **face aux difficultés**, de nous **adapter aux changements**, de **créer du lien** et de **donner du sens** à ce que nous vivons. Une **santé mentale fragile** ou **affectée** peut se traduire par des **émotions intenses**, des **difficultés à gérer le quotidien** ou, dans certains cas, par des **troubles psychiques**. Ces troubles touchent de nombreuses personnes, à différents moments de leur vie, et méritent **autant d'attention et de soins** que n'importe quelle maladie physique.

Une santé invisible, mais essentielle

La santé mentale **ne se voit pas toujours**. On peut sourire, travailler, s'occuper des autres... tout en se sentant **fatigué, stressé, inquiet** ou **dépassé** à l'intérieur. Des événements de la vie comme une **maladie**, un **deuil**, une **séparation**, des **difficultés professionnelles**, l'**isolement** ou une **surcharge mentale** peuvent fragiliser cet équilibre de façon **temporaire** ou **durable**.

Prendre soin de sa santé mentale est donc **aussi important** que prendre soin de son corps. Et parler des **troubles psychiques** permet de les **dé-stigmatiser**, de favoriser la **compréhension** et l'**entraide**, et de rappeler que demander de l'aide est **normal** et **nécessaire**.

Briser les tabous autour de la santé mentale

La santé mentale reste encore entourée d'**idées reçues**. On entend parfois qu'il faut "tenir le coup", "positiver", ou "ne pas se plaindre". Ces injonctions peuvent **empêcher de parler**, de **demande de l'aide** ou simplement de **reconnaître** que **quelque chose ne va pas**. Parler de santé mentale, c'est :

- **normaliser** les émotions et les difficultés,
- **reconnaître** que chacun peut traverser des **moments difficiles** ou vivre un **trouble psychique**,
- **encourager** l'entraide et la solidarité,
- **favoriser** une meilleure prévention et l'accès aux soins.

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)

Chaque année, les **SISM**, organisées **partout en France**, ont pour objectif de **sensibiliser le grand public**, d'ouvrir le **dialogue** et de rappeler que la santé mentale fait pleinement **partie de la santé globale**. Elles permettent aussi de mieux connaître **les ressources locales** et de **lutter contre la stigmatisation**. Cette année, les **SISM** auront lieu du **5 au 16 octobre**, sur le thème : « **Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts** ».

L'art, un allié pour la santé mentale

L'art peut prendre de nombreuses **formes** : *musique, dessin, peinture, écriture, danse, théâtre, photographie...* Il permet d'**exprimer** ce que l'on **ressent**, parfois **sans mots**. Il aide à **relâcher la pression**, à **créer**, à **partager**, à se **sentir vivant**. L'art peut :

- **apaiser**,
- donner **confiance**,
- **favoriser** l'expression des émotions,
- **créer du lien** entre les personnes,
- **offrir un autre regard sur soi et sur les autres**.



Accessible à tous, l'art est un très bon levier pour **prendre soin de sa santé mentale**, individuellement et collectivement, et contribuer à la **prévention** et à la **déstigmatisation** des **troubles psychiques**.

La CPTS mobilisée pour la santé mentale

Sur notre territoire, la **CPTS** s'engage pleinement pour la **promotion de la santé mentale**. Parce que cette question concerne **chacun d'entre nous**, la **CPTS** participera aux **Semaines d'Information sur la Santé Mentale**, en lien avec le **thème de l'art**.

Plusieurs actions sont en préparation pour :

- **sensibiliser** le public,
- **rendre l'art accessible** sous différentes **formes**,
- **favoriser** le lien social,
- **valoriser** les associations locales,
- **proposer** des temps ouverts à toutes et tous.

Plus d'informations seront communiquées très prochainement sur les actions proposées et les modalités de participation. Les municipalités qui souhaitent participer aux Semaines d'Information sur la Santé Mentale sont invitées à nous contacter.



Retrouvez toutes les informations & actualités de la CPTS sur leur site Internet

www.cptsdupayshaut.fr

03 82 39 08 09
cptsdupayshaut@gmail.com

EXCLUSIF

La machine BARDAHL

POUR L'ENTRETIEN
DE VOS BOITES
À VITESSE
AUTOMATIQUES

**FORFAIT
ENTRETIEN**

à partir de

299€



**Nos offres
du moment**



-30% sur
les disques et les
plaquettes de
frein

**AUTO
PRIMO**

-30% sur
les rotules

**VOTRE KIT
DISTRIBUTION**

Pompe à eau
+ Liquide de
refroidissement

à partir de
459€

Voir conditions en magasin.

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



Du mardi 24 février au Dimanche 8 mars 2026

Auchan

Le choix, le bon.
**MAIS PLUS GRAND
& MOINS CHER !**



50%
**DE REMISE
IMMÉDIATE**
SUR LE 2^{ÈME} AU CHOIX
SUR LA GAMME



Auchan baby

LE 1^{ER} PRODUIT
PRIX PAYÉ EN CAISSE
1€99
SOIT LE 2^{ÈME} PRODUIT
1€49

CAGNETTE DÉDUITE*
**COMPOTES POMME
ABRICOT AUCHAN BABY
BIO**
4x100g
Soit le kg : 4€98
Les 2 : 3€48 cagnette déduite
au lieu de 3€98
Existe d'autres variétés ⓘ

25%
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX
SUR VOTRE COMPTE

Offre valable sur le moins cher



2+1 OFFERT AU CHOIX
SUR LA GAMME DES **SAVONS MAINS**

Auchan cosmia

Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo



2+1 OFFERT AU CHOIX
SUR LA GAMME DES **GELS DOUCHE**

Auchan cosmia

Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

LES PRODUITS Auchan



50%
DE REMISE IMMÉDIATE
SUR LE 2^{ÈME} AU CHOIX SUR LA GAMME
DES **EMBALLAGES ALIMENTAIRES**



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

40%
**DE REMISE
IMMÉDIATE**
SUR LE 2^{ÈME} AU CHOIX
SUR LA GAMME
DES **EFFERVESCENTS
FRANÇAIS**



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

**2+1
OFFERT
AU CHOIX
SUR LA GAMME
DES TABLETTES**



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

LE LOT DE 4

6€49

**PIZZA CROUSTI MOELLEUSE
ORIGINALE 4 FROMAGES
MARIE**
1,56 kg
3 pizzas
+ 1 offerte
Soit le kg : 4€16
Existe d'autres variétés ⓘ



**1
OFFRTE**



LE 1^{ER} PRODUIT
4€99

LE 2^{ÈME} PRODUIT
2€50

Offre valable sur le moins cher

**PIZZA CALZONE JAMBON & MOZZARELLA
MANIFATTURA**
380 g
Soit le kg : 9€85
Vendu seul : 4€99
Par 2 : 7€49 au lieu de 9€98
Existe d'autres variétés ⓘ

50%
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX

Auchan Bio

LE 1^{ER} PRODUIT
PRIX PAYÉ EN CAISSE
9€99

SOIT LE 2^{ÈME} PRODUIT

5€99

CAGNOTTE DÉDUITE*
HUILE D'OLIVE BIO VIERGE
EXTRA AUCHAN

75 cl

Soit le 1 : 14€69

Les 2 : 15€98 cagnotte déduite
au lieu de 19€98

40%
SUR LE 2^{ÈME}
SUR VOTRE COMPTE

68%
**DE REMISE
IMMÉDIATE**
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX SUR
LA GAMME

Cidou
DEPUIS 1981



Offre valable sur le moins cher.
Hors promotions en cours et formats promo

ORIGINE **FRANCE**



LES 6

1€79

**CRÈME DESSERT AU CHOCOLAT BIO
LES 2 VACHES**

4 x 95 g

+ 2 offerts

Soit le kg : 3€14

Existe d'autres variétés

2
OFFERTS

ORIGINE **FRANCE**



12€79
8€95

**GRANDLAIT BIO
DEMI-ÉCRÉMÉ
CANDIA**
Format Familial
Bouteilles 8 x 1 l
Soit le l : 1€12

30%
DE REMISE
IMMÉDIATE



LE 1^{ER} PRODUIT

2€45

LE 2^{ÈME} PRODUIT

0€98

**PAIN COMPLET BIO 3
CÉRÉALES BJORG**

500 g

Soit le kg : 3€43

Vendu seul : 2€45

Par 2 : 3€43

au lieu de 4€90

Existe d'autres variétés

Offre valable sur le moins cher

60%
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX



2x

2x100g

LE 1^{ER} PRODUIT

2€99

LE 2^{ÈME} PRODUIT

1€20

TOFU FUMÉ BIO BJORG

2 x 100 g

Soit le kg : 10€48

Vendu seul : 2€99

Par 2 : 4€19

au lieu de 5€98

Existe d'autres variétés

60%
SUR LE 2^{ÈME}
AU CHOIX

Offre valable sur le moins cher



2€99

**PUR JUS
DE POMME BIO
THOMAS
LE PRINCE**
1 l
Soit le l : 2€99
Existe d'autres variétés



4€60

3€22

soit 0€32

l'oeuf

30%
DE REMISE
IMMÉDIATE

**OEUF BIO PLEIN AIR
COCORETTE**
x 10

*Offre valable sur le produit le moins cher - Hors promotions en cours et formats promo.

Voir modalités des cagnottes et des cartes auprès de l'accueil ou sur notre site internet Auchan.fr

Pour les autres parfums, variétés ou formats, voir produits, promotions, prix et prix au litre ou au kg en magasin

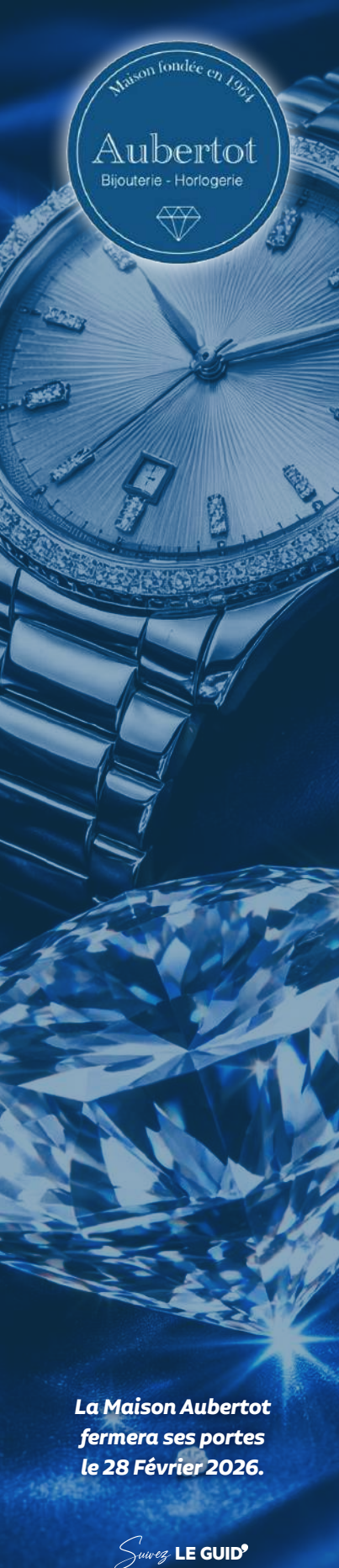
Auchan
le choix, le bon.

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

Thierry Aubertot & la Maison Aubertot

UNE HISTOIRE DE FAMILLE & DE PASSION



**La Maison Aubertot
fermera ses portes
le 28 Février 2026.**

Suivez LE GUID*



Une Maison née d'une vocation familiale

En 1964, les parents de **Thierry Aubertot** fondent la *Maison Aubertot* avec une conviction simple : exercer un **métier d'art**, avec **exigence** et **droiture**. L'horlogerie n'est pas seulement une profession, c'est une **tradition familiale**. Le **père** est horloger. Le **frère** l'est aussi. Le geste précis, l'**œil attentif**, la **patience** devant un mécanisme complexe font partie du quotidien. En 1973, la boutique s'installe à **Longwy-Haut**. Elle devient rapidement un **repère**. Une adresse que l'on se transmet. Un lieu où l'on entre pour un **bijou**, une **montre**, un **conseil** — et d'où l'on ressort avec bien plus qu'un achat : une **relation**.

S'adapter sans jamais se renier

Traverser les décennies impose une **qualité rare** : savoir **évoluer** sans perdre son âme. La *Maison Aubertot* a vu passer les **modes**, les **tendances**, les **styles**. Les montres mécaniques, le quartz, le retour du vintage. Les alliances classiques, les créations contemporaines. À chaque époque, **Thierry** a su **ajuster** son offre, **sélectionner** avec **discernement**, anticiper les **attentes**.

Mais jamais au prix de l'authenticité

Ici, **pas d'approche impersonnelle**, pas de logique de **grande surface**. Chaque pièce est **choisie**. Chaque client est **écouté**. Chaque conseil est donné **avec sincérité**. Thierry le dit souvent : « *Je préfère rater une vente plutôt que de vendre quelque chose qui ne plaira pas vraiment.* »

Cette phrase résume une carrière. **Vendre** n'a jamais été l'objectif premier.

Conseiller, accompagner, oui.

Une adresse incontournable du Pays Haut

Au fil des années, la bijouterie s'est imposée comme une **référence** dans le **Pays Haut**. Une maison **connue** et **reconnue**. Un commerce indépendant qui a su conserver la **confiance** de **plusieurs générations**.

Malgré les **épreuves** — *cambriolages, braquages* — Thierry est resté **fidèle à lui-même**. Pas d'amertume affichée. Pas de **changement de cap** dicté par la peur. Juste la volonté de continuer à faire son métier avec **sérieux** et **dignité**.

L'homme derrière l'horloger

Derrière le comptoir, il y a aussi un homme de **culture** et de **curiosité**.

Thierry Aubertot est un **lecteur passionné**. Plus de **3 500 livres** composent sa **bibliothèque personnelle**, avec une prédilection pour la **littérature fantastique**. Mondes imaginaires, récits d'évasion, grandes sagas : la précision de l'horloger contraste avec l'infini des univers qu'il explore. Il est également **philatéliste**.

Là encore, on retrouve le goût du **détail**, la **patience**, l'amour des objets chargés d'histoire. Ce mélange de **rigueur artisanale** et d'**imaginaire** nourrit sa **personnalité**. Une personnalité **discrète**, mais profondément **attachée** aux **choses bien faites**.

Le rideau qui se baisse

Le **28 février 2026**, le **rideau se baissera** définitivement sur la *Maison Aubertot*.

Ce ne sera pas simplement la **fermeture** d'une **boutique**. Ce sera la fin d'un **chapitre** de plus de **soixante ans** d'histoire familiale, dont plus de **cinquante ans** à **Longwy-Haut**.

Une page qui se tourne.

Mais ce qui demeure, ce sont les **souvenirs** : une montre offerte pour une naissance, une bague choisie pour une demande en mariage, une réparation salvatrice d'un objet chargé d'émotion.

Des moments de vie accompagnés avec discrétion.

Pour **cette dernière ligne droite**, Thierry souhaite simplement dire **merci**. Merci pour la **confiance**. Merci pour la **fidélité**. Merci pour ces **échanges sincères**.

Et comme il le dit si souvent, avec **simplicité** :

"À bientôt. Prenez soin de vous."

Deux phrases **qui lui ressemblent**. Sans emphase inutile. **Juste l'essentiel**.

La Maison Aubertot ferme ses portes, mais l'empreinte qu'elle laisse dans le Pays Haut, elle, restera durable.



12 MARS

JOURNÉE NATIONALE DE L'AUDITION

29^{ème} édition

Et s'il n'entendait plus vos je t'aime ?

À tout âge, **bien entendre** change la vie.

Audition

St Louis



Dépistage auditif



GRATUIT!

CAMPAGNE NATIONALE

Bien entendre c'est rester connecté à ceux qu'on aime

Pour la Journée de l'Audition, Faites un dépistage auditif gratuit

Rendez-vous chez Audition St Louis

RESTEZ À

l'écoute!

☎ 03 82 25 55 20

☎ 06 59 78 39 08

6 rue Aristide Briand **LONGWY-HAUT** (Porte de France)
contact@auditionsaintlouis.fr

www.auditionsaintlouis.fr

Vos résultats sportifs locaux & régionaux

HANDBALL / BASKETBALL / FOOTBALL / VOLLEYBALL



PAYS-HAUT HANDBALL

P2H (U15G)	65-26	Guénange
Strasbourg	17-27	P2H (SG2)
Hoenheim	22-40	P2H (SF1)
P2H (U18G)	36-40	Soissons



BCLR LONGWY RÉHON

21/02/2026	BCLR	87 - 78	Vitry-le-François
07/02/2026	BCLR	88 - 79	Ent.Nilvange
07/02/2026	BCLR	86 - 65	Metz BC
31/01/2026	Saint Maur	64 - 63	BCLR



AS NANCY LORRAINE

20/02/2026	Nancy	0-0	Grenoble
13/02/2026	Nancy	1-2	Red Star
07/02/2026	Nancy	2-1	Troyes



US THIONVILLE LUSITANOS

21/02/2026	Biesheim	2-1	Thionville
07/02/2026	Haguenau	3-1	Thionville
31/01/2026	Feignies-Aulnoye	1-1	Thionville



TFOC VOLLEY-BALL

21/02/2026	TFOC	0-3	Saint-Dié F
14/02/2026	TFOC	1-3	RC Cannes F
07/02/2026	TFOC	2-3	Evreux F



METZ TENNIS DE TABLE

15/02/2026	Metz TT	2-1	Saint-Denis F
12/02/2026	Metz TT	3-1	Saint-Denis F
14/01/2026	Metz TT	3-0	Cagliari F

VOTRE HOROSCOPE

BÉLIER

(21.03 - 19.04)



Vous entrez dans une période d'élan personnel et de prise d'initiative.

L'énergie ambiante stimule votre confiance et votre capacité à agir, mais vous demandez aussi de clarifier vos objectifs avant de foncer. Canaliserez votre impulsivité pour éviter les décisions hâtives.

Avancez avec audace, mais gardez une stratégie claire en tête.

CANCER

(21.06 - 22.07)



Votre sensibilité est accrue et vous captez facilement l'ambiance autour de vous.

C'est un moment favorable pour renforcer vos liens ou clarifier une situation émotionnelle.

Écoutez votre intuition, elle vous guide avec justesse.

BALANCE

(23.09 - 22.10)



Les relations occupent le premier plan.

Vous cherchez un équilibre plus juste entre vos besoins et ceux des autres.

Certains ajustements seront nécessaires.

L'harmonie passe par des choix clairs et assumés.

CAPRICORNE

(22.12 - 19.01)



Le travail et les responsabilités sont au centre de vos préoccupations.

Vous avez l'opportunité de concrétiser une idée importante si vous restez constant.

La persévérance fera toute la différence durant cette période.

TAUREAU

(20.04 - 20.05)



Cette période vous pousse à revoir vos priorités, notamment sur le plan financier et affectif.

Vous cherchez plus de stabilité et de cohérence dans vos choix. Prenez le temps d'analyser avant d'investir votre énergie.

La solidité naît de décisions réfléchies et assumées.

LION

(23.07 - 22.08)



Votre créativité et votre charisme sont mis en avant.

Vous avez l'opportunité de vous affirmer dans un projet ou une relation.

Restez ouvert aux retours constructifs.

Brillez, mais avec intelligence et maîtrise.

GÉMEAUX

(21.05 - 20.06)



Les échanges s'intensifient et votre esprit bouillonne d'idées.

Vous pourriez multiplier les projets ou les discussions stimulantes.

Attention cependant à la dispersion.

Concentrez-vous sur l'essentiel pour transformer vos idées en résultats concrets.

VIERGE

(23.08 - 22.09)



Vous ressentez le besoin d'organiser, de structurer et de sécuriser votre environnement.

Cette rigueur vous permet d'avancer efficacement. N'oubliez pas de lever le pied quand c'est nécessaire.

Votre discipline est votre force, à condition de préserver votre équilibre.

SAGITTAIRE

(22.11 - 21.12)



Vous avez soif de nouveauté et d'expansion.

Voyages, apprentissages ou projets ambitieux sont favorisés.

Gardez cependant un cadre réaliste.

Osez explorer, mais construisez sur des bases solides.

POISSON

(19.02 - 20.03)



Votre intuition est particulièrement forte et votre créativité inspirée.

Prenez le temps de vous recentrer pour éviter la confusion.

En restant ancré, vous transformerez vos rêves en réalité.



Lux Design

// SERVICE COVERING //

AVANT



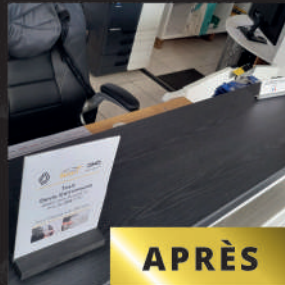
APRÈS



AVANT



APRÈS



Envie de changement ?
**OFFREZ UN RELOOKING
À VOTRE INTÉRIEUR !**

avec notre gamme d'adhésif COVERING

Cover Styl

AVANT



APRÈS



AVANT



APRÈS



+352 621 681 407

✉ vallera.stefano@svluxdesign.lu

4, route de Longwy L-4830 Rodange,
Luxembourg



Lexy Ambulances

vous accompagne depuis 2008

Votre Sécurité, Notre Priorité.

Équipe de professionnels

Diplômés d'État Ambulanciers

Auxiliaires ambulanciers

Parc automobile varié

Taxis conventionnés - Véhicule T.P.M.R.

Ambulances - V.S.L.

Interventions Rapides



03 82 23 20 84

info@sas-velscher.com | www.lexy-ambulances.com

Jeux

ZIP, 7 DIFFÉRENCES & SUDOKUS

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

	8	9	7		
					3
5	4	6			2
					1

	2	1	8	10	9
	3				11
	7				12
	6				15
	4	5	13	14	16

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

Bonne chance !



Trouvez les sept différences dissimulées dans cette illustration du Printemps !

Bonne chance !



Facile

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

Difficile

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

trameco

Spécialiste en fermetures du bâtiment



**Confiez vos projets neufs
ou de rénovation à des experts !**

Depuis 20 ans, la société Trameco, basée à Niederkorn ne cesse de se développer dans le but de satisfaire sa clientèle.

www.trameco.lu

5, Z.A.C. Haneboesch II ■ L-4563 NIEDERKORN

+352 26 17 921 | trameco@pt.lu

HALTE

AUX DÉPÔTS SAUVAGES ! AU PIED DES CONTENEURS



**JE DÉPOSE
EN DÉCHETTERIE :**

**AMENDE
POUVANT ALLER
JUSQU'À
1 500 €**



Déchets verts



Bois



Métaux



Cartons



Terre



Gravats



Mobilier



Pneus



Ampoules, néons



Tout venant



Huiles de moteur



Huiles de friture



Batteries



Piles



Produits toxiques



DEEE*



Les déchets refusés :
amiante, ordures
ménagères, bouteilles
de gaz, médicaments...