

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° 42

du 01/07/2026

Suivez
LE GUID

DE PROFESSIONNELS À PARTICULIERS

www.suivezleguid.com



FRESNOIS la Mtgne 423.000€
Plain-pied individuel de 2006,
114m² habitables + 140m²
de sous-sol, 3 chambres, pièce
de vie 51m². + de 15 ares de ter-
rain avec terrasse, exposés plein
Ouest ! DPE : B et GES : A
3G Immo LAMBERMONT
tél. 06.42.85.79.02

VOTRE MAGAZINE
BI-MENSUEL GRATUIT

IMMO

AUTO

DÉCO

TRAVAUX

CONSO



NOS SERVICES

FRUITS
& LÉGUMES

CORBEILLES
DE FRUITS
sur commande

PIÈCES MONTÉES
en fruits frais pour vos plus
beaux évènements

ÉPICERIE FINE
Des nouveautés
arrivent très prochainement !

*Livraison à domicile
sur demande*

Votre marché réinventé !

Bergamote



et
Citronnelle



NOUVEAUTÉ

Venez vous
rafraîchir
avec nos
glâces
artisanales !

Stracciatella, vanille bleue,
pistache de Sicile, chocolat,
noisettes du Piémont, vanille,
Smarties, café, cerises Amarena,
sorbet melon, pêche, fleur de lait,
yaourt & fruits de bois...



Du mardi au samedi
8h00 - 12h00 & 14h00 - 18h30
37 rue Aristide Briand
54400 LONGWY-HAUT

bergamoteetcitronnelle@sfr.fr

06 08 66 67 12 | 03 55 05 36 75

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

Deux ans de style
chez Catherine Chaussures
..... PAGE 03

1 400 km d'espoir
contre le cancer avec
l'association Valérie 54
..... PAGE 06

Le Monde de Wiwige :
Le cœur du local
bat à Longuyon
..... PAGE 08

Yarol Poupaud rallume
le rock à Longuyon
..... PAGE 10

ABBA FOR EVER, la fièvre du
disco à Herserange PAGE 12

Les Nuits de Longwy 2026 :
Dansez jusqu'au boût
de la nuit
..... PAGE 15

Immersion exclusive au
Domaine des Grottes de Han
..... PAGE 18

Médicaments, les
bons réflexes pour
l'environnement
..... PAGE 21

ICOME 2026, un congrès né
d'une dynamique locale
..... PAGE 24

3 JUILLET

SOIRÉE KARAOKÉ
THONVILLE

Venez partager une soirée
conviviale et musicale chez All
Pizza & Pasta Buffet à Thionville,
le 03 Juillet 2026 de 19h à 1h.
Animée par DJ ARTHUR, cette
soirée karaoké promet une
ambiance festive autour d'un
buffet à volonté.

Tarifs : 21,90€ pour les adultes et
10,90€ pour les enfants de 3 à 8 ans.

Réservation au 03 72 39 57 59.

All Pizza & Pasta Buffet -
Thionville

3 Juillet 2026
à partir de 19h

3/8 JUILLET

RANDONNÉE PÉDESTRE
HUSSIGNY-GODBRANGE

Découvrez les sentiers autour
d'Hussigny-Godbrange avec l'OMS
Hussigny Club de Marche, les 03 et
08 Juillet 2026 à partir de 13h45.

Le départ se fera depuis le parking
de l'église pour une randonnée
d'environ 2h30, idéale pour profiter
d'un moment actif et agréable en
plein air.

Parking de l'église -
Hussigny-Godbrange

3 et 8 Juillet 2026
à partir de 13h45

4 JUILLET

ATELIER CUISINE
MESSANCY

Participez à un atelier gourmand
autour des desserts et collations,
organisé par Elise Michel le 04
Juillet 2026 à Messancy. Deux
crâneaux sont proposés, de 10h30
à 12h30 et de 14h à 16h, pour
apprendre, échanger et repartir
avec de belles idées sucrées.

Tarif : 40€ par personne.

Renseignements et inscriptions
au 04 71 68 40 47.

21 Rue des Chasseurs
Ardenais - Messancy

4 Juillet 2026, de 10h30
à 12h30 et de 14h à 16h

4 JUILLET

INITIATION À L'AIKIDO
HERSERANGE

Venez découvrir l'Aikido lors
d'un stage adulte ouvert à
tous, organisé par l'Aikido 3F à
Herserange.

Rendez-vous le 04 Juillet 2026,
puis le 29 Août 2026, de 9h à
11h30 à la Salle Jules Devani.

Cette initiation s'inscrit dans
le cadre des portes ouvertes
nationales de la Fédération
d'Aikido. Entrée libre.

Salle Jules Devani -
Herserange

4 Juillet 2026,
à partir de 9h

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.



Chaussures Hommes - Femmes - Enfants

Catherine Chaussures

Venez profiter des soldes d'été de

à **-20%**
-50%

HORAIRES D'OUVERTURE

du mardi au vendredi
de 09h à 12h et de 14h à 18h30
et le samedi de 10h à 17h

Tél. 03 65 67 02 45

catherine.chaussures@gmail.com

30 rue de Deauville 54260 LONGUYON

Deux ans de style chez Catherine Chaussures

UNE RÉFÉRENCE LOCALE À LONGUYON

Catherine Chaussures

30 Rue de Deauville,
54260 Longuyon

Du mardi au vendredi
9h00 - 12h00
14h00 - 18h30

Samedi
10h00 - 17h00

Dimanche & lundi
Fermé

 @Catherine Chaussures

Depuis maintenant deux ans, Catherine Chaussures accueille ses clients avec une sélection pensée pour allier confort, élégance et tendance. En boutique, chaque paire est choisie avec soin afin de répondre aux envies du quotidien comme aux occasions plus habillées.

La boutique propose un large choix de chaussures pour femmes et hommes, avec des collections adaptées aux saisons, aux styles et aux besoins de chacun.

Baskets, mocassins, sandales, bottines, escarpins ou modèles plus classiques : Catherine Chaussures mise sur la diversité pour permettre à chacun de trouver chaussure à son pied.

Au-delà des chaussures, la boutique propose également une sélection d'accessoires pour finaliser

une tenue avec goût. Sacs à main, foulards et autres pièces viennent compléter les collections et apporter cette petite touche en plus qui fait la différence.

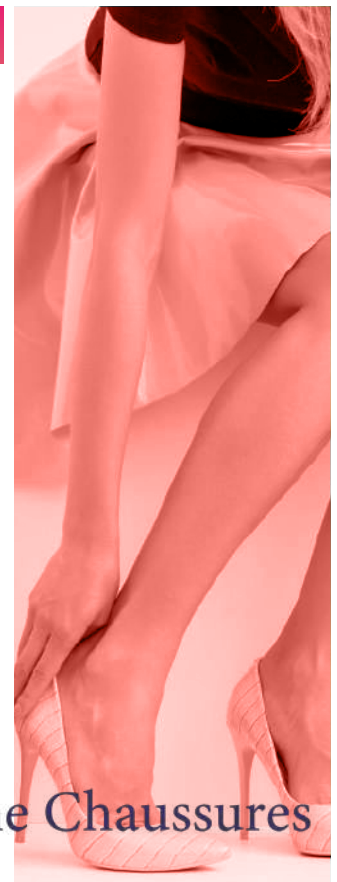
Un commerce de proximité à découvrir

Avec son accueil chaleureux, ses conseils personnalisés et son choix de produits, Catherine Chaussures s'est imposée en deux ans comme une adresse incontournable pour celles et ceux qui recherchent à la fois style, qualité et accompagnement.

Une boutique à découvrir ou redécouvrir pour se faire plaisir, renouveler son dressing ou trouver l'accessoire idéal.



Catherine Chaussures



LES ÉVÈNEMENTS

4 JUILLET

THE GROSSE BOUM LONGWY

Amusez-vous sous la boule disco du bar **The Long Way** à Longwy, le **04 Juillet 2026** à partir de **22h**.

Au programme : playlists 80's, 90's, New Wave, Rock, Disco et Funk concoctées par JM, avec un **cocktail de bienvenue offert**, avec ou sans alcool.

Entrée : 10€. Admission jusqu'à **minuit**, boom jusqu'à 1h30 et fermeture à 2h. **Sécurité assurée.**

📍 Bar The Long Way - Longwy

🕒 04 Juillet 2026, à partir de 22h

6/13 JUILLET

RANDONNÉE PÉDESTRE MEXY

Participez à une **sortie nature** avec le **Mexy Randonnée Club de Marche**, les **06 et 13 Juillet 2026** à partir de **13h45**.

Le départ se fera depuis le **parking de la salle des fêtes de Mexy**.

Deux parcours sont proposés : une randonnée de **2h30** à allure modérée ou une marche plus courte de **1h45**.

📍 Parking de la salle des fêtes - Mexy

🕒 06 et 13 Juillet 2026, à partir de 13h45

6 au 10 JUILLET

ATELIERS D'ART PLASTIQUE "TROPICAL" LONGWY

Découvrez les **ateliers d'art plastique "Tropical"** à la **Fondation Solange Bertrand** à Longwy, du **06 au 10 Juillet 2026**, de **10h à 12h**.

Une belle occasion de laisser parler votre **créativité** autour d'un thème estival et coloré.

Tarif : 17€ l'atelier, 55€ la semaine en tarif réduit ou 77€ la semaine. **Réservation jusqu'au 10 juillet** à fondationsolangebertrand@gmail.com.

📍 Fondation Solange Bertrand - Longwy

🕒 Du 06 au 10 Juillet 2026, de 10h à 12h

7 au 9 JUILLET

STAGE MULTISPORTS MONT-SAINT-MARTIN

Participez à **trois jours d'activités sportives et ludiques** du **07 au 09 Juillet 2026**, de **9h à 16h**.

Au programme : badminton, tennis de table, squash, hockey, frisbee et de nombreuses animations amusantes.

Tarif : 55€ les 3 jours ou 20€ la journée.

Contact : Mickaël Marchesi au 07 86 91 32 37.

📍 Mont-Saint-Martin

🕒 Du 07 au 09 Juillet 2026, de 9h à 16h

SWIFT HYBRID

SUZUKI

PRIX MEILLEURS DISTRIBUTEURS AUTO-MOBILES 2026

PLACE À L'EXALTATION

10 ANS GARANTIE SUZUKI

À PARTIR DE **17 590 €⁽¹⁾**

19 690 €

A 99gCO₂/km

Consommation norme gérée Suzuki Swift (WLTP) : 44 à 47 g/100 km.

(1) Prix TTC clés en main conseillé de la Swift 1.2 Hybrid Aerostar, sans peinture métallique après réduction d'impôt remise de 1 800 € sur le tarif TTC conseillé du modèle concerné de 19 390 € pour tout achat par un particulier jusqu'au 31/12/2026, en France métropolitaine chez les concessionnaires participants, dans la limite des stocks disponibles. Voir détails sur www.suzuki.com ou auprès de votre concessionnaire. Le prix TTC clés en main comprend les frais de transport jusqu'à la concession, et de préparation à la route du véhicule, à savoir le déballage et lavage, le contrôle des niveaux y compris 5 litres de carburant, et la fourniture et la pose d'un jeu de plaques d'immatriculation officielles.

Modèle présenté : Suzuki Swift 1.2 Hybrid Park. , remise de 1 800 € déduite + peinture métallique So'Color : 850 €. Tarif TTC clés en main conseillé au 01/04/2026. Garantie Suzuki : valable dans la double limite de 10 ans et 200 000 km, conditions sur www.suzuki.com.

Pensez à covoiturer. #SeDéplacerMoinsPolluer



Pacci Automobiles
Tous nos offres sur www.pacci.fr

22, rue J.B. Blondeau
MONT-SAINT-MARTIN
Tél. 03 82 23 35 05

2, rue de Lorraine
YUTZ-THONVILLE
Tél. 03 82 56 11 74



Franck Bienaime CLIMATISATIONS

**VIVEZ L'ÉTÉ
EN TOUTE FRAÎCHEUR**
avec nos climatisations réversibles

Installation rapide et professionnelle

- Des équipements économiques et silencieux
- Des conseils personnalisés pour un confort optimal toute l'année

*Une seule installation
double performance*



**N'HÉSITEZ PLUS
CONTACTEZ-NOUS**
03 82 89 45 15
54 400 LONGWY
& 88 200 DOMMARTIN
LES-REMIREMONT

franck.bienaime@free.fr

<https://franckbienaime.site-solocal.com/>



LA PROGRAMMATION DE VOTRE CINÉMA KINEPOLIS LONGWY



Épouvante-horreur | Durée : 1h50
Interdit aux -16 ans

Après l'enterrement de son mari, Alice se rend dans la maison isolée de sa belle-famille pour partager un dernier repas à sa mémoire. Mais la réunion familiale bascule dans l'horreur lorsque ses proches se transforment, l'un après l'autre, en créatures démoniaques. Confrontée à cet enfer, Alice découvre que les vœux prononcés autrefois continuent de la lier à son mari... bien au-delà de la mort.

**Sortie nationale
8 Juillet 2026**



Comédie, Famille | Durée : 1h55

Répondant à l'appel de l'océan, Vaiana s'aventure pour la première fois par-delà le récif de son île de Motunui. Accompagnée du célèbre demi-dieu Maui, elle embarque pour un voyage inoubliable destiné à permettre à son peuple de retrouver sa prospérité...

**Sortie nationale
8 Juillet 2026**



Action, Aventure |

C'est un tout nouveau jour pour Peter Parker Dans un monde qui ne se souvient plus de lui, il poursuit sans relâche sa lutte contre la criminalité. Mais le sentiment d'avoir été oublié par ses amis qui avancent désormais sans lui provoque un changement chez Peter qu'il n'est peut-être pas en mesure de contrôler.

**Sortie nationale
29 Juillet 2026**



Drame | Durée : 2h26

Palme d'Or du Festival de Cannes 2026

Les Gheorghiu, un couple roumano-norvégien très pieux, s'installent dans un village au bout d'un fjord où ils se lient rapidement d'amitié avec leurs voisins, les Halberg. Les enfants des deux familles deviennent très proches, malgré des éducations différentes. Lorsque le corps enseignant découvre des ecchymoses sur le corps d'Elia, l'aînée des enfants Gheorghiu.

**Sortie nationale
19 Août 2026**

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

1 400 kilomètres d'espoir contre le cancer

AVEC L'ASSOCIATION VALÉRIE 54



Après le décès de son épouse Valérie, emportée par un cancer du sein le 7 juillet 2022, Bernard Leroy a choisi de transformer sa douleur en un message d'espoir. Ancien sapeur-pompier, il a créé l'association Valérie 54 avec un objectif clair : récolter des dons pour soutenir la recherche, intégralement reversés à l'Institut Gustave-Roussy et à l'Oncopole de Toulouse.

Un défi né d'un souvenir

L'idée de cette marche est née lors d'une promenade en solitaire. Bernard imagine alors un itinéraire reliant les communes et les lieux de vacances qu'il partageait avec Valérie, là où ils avaient l'habitude d'aller et où ils rêvaient de retourner ensemble. Pour être à la hauteur de celle qu'il décrit comme une grande dame, il se fixe d'abord un objectif de 1 000 kilomètres.

Très vite, le projet prend une dimension plus grande. Épaulé par Brigitte et Cynthia, cousines de Valérie, ainsi que par plusieurs proches, Bernard structure son aventure, développe la communication autour de l'association et prépare le départ. La marche devient alors un véritable engagement solidaire, porté par l'envie de faire connaître

l'association et d'aider celles et ceux qui luttent contre la maladie.

Une traversée portée par la solidarité

Le 3 mai 2026, Bernard s'élance de Marseillan-Plage pour un périple de 1 400 kilomètres. Tout au long de son parcours, il peut compter sur la solidarité des sapeurs-pompiers, qui l'accueillent principalement dans les casernes.

socials à travers des vidéos. Ces images permettent de faire découvrir de magnifiques paysages, mais aussi de montrer les nombreuses rencontres vécues sur les chemins de France.

Des échanges simples, sincères et souvent très forts, qui resteront gravés dans sa mémoire.

Une arrivée chargée d'émotion



Mais la route n'est pas simple : longues étapes, pluie, fatigue, dénivellés importants et cols encore fermés viennent compliquer son avancée. Certains passages, comme le Galibier recouvert de neige, l'obligent à adapter son itinéraire avec l'aide précieuse des collègues présents sur place.

Chaque jour, Bernard partage son aventure sur les réseaux

Malgré la fatigue, Bernard ne renonce jamais. Le 13 juin 2026, il rejoint finalement Lexy après une dernière étape passant notamment par Montigny-sur-Chiers, son village, où habitants et proches l'attendent avec émotion. Au départ de Landres, il reçoit également la médaille de la commune, symbole de reconnaissance pour son engagement.

Retrouvez toute l'actualité de l'association Valérie 54 ainsi que la cagnotte toujours disponible sur sa Page Facebook



Suivez LE GUID

En Maud Beauté

SALON D'ESTHÉTIQUE

PRÉPAREZ-VOUS POUR L'ÉTÉ

Retrouvez la marque **GUINOT**
dans votre institut En Maud Beauté

SOIN INFUSION À L'ACIDE HYALURONIQUE

LISSANT & HYDRATANT

ÉPIDERME REPULPÉ

VITAMINES ESSENTIELLES

GUINOT
INSTITUT • PARIS

UNIQUEMENT
SUR RENDEZ-VOUS

SUR LE SITE PLANITY
OU PAR TÉLÉPHONE



03 82 44 29 22

14 Avenue de la Paix, 54400 LONGWY-HAUT

LES ÉVÈNEMENTS

9 JUILLET

KARAOKÉ AU LONG WAY LONGWY

Venez chanter sur scène au bar **The Long Way à Longwy**, le **09 Juillet 2026** à partir de **21h**.

L'entrée est **libre**, sans majoration sur les consommations, et les **inscriptions** se font **directement sur place**.

Vous profiterez d'un **équipement son professionnel**, d'un système autonome de choix des chansons et d'un catalogue de plus de **60 000 morceaux**.

📍 Bar The Long Way - Longwy

🕒 09 Juillet 2026, à partir de 21h

11 JUILLET

CONCERT ABBA FOREVER TRIBUTE BAND HERSERANGE

Découvrez **ABBA Forever Tribute Band** au **Stade Municipal de Herserange**, le **11 Juillet 2026** à **21h**, dans le cadre des **Nuits de Longwy 2026**.

Revivez les **plus grands tubes du groupe mythique** dans une ambiance festive, avant un **spectacle pyrotechnique** prévu à **23h30**. **Buvette et restauration** seront disponibles **sur place**.

📍 Stade Municipal - Herserange

🕒 11 Juillet 2026, à partir de 21h

11 JUILLET

LOTO BEUVEILLE

Participez au **loto** organisé par l'**association Bepihando**, le **11 Juillet 2026** à la salle des fêtes de **Beuveille**.

Les portes ouvriront à **18h30** et le début des jeux est prévu à **20h**.

Une **tombola** viendra compléter cette soirée placée sous le signe du jeu, de la convivialité et de la bonne humeur.

📍 Salle des fêtes - Beuveille

🕒 11 Juillet 2026, à partir de 18h30

13 JUILLET

FÊTE NATIONALE LONGUYON

Venez célébrer la **Fête nationale** à **Longuyon** le **13 Juillet 2026**, à partir de **21h**.

Le **défilé** partira de la **Place de l'Hôtel de Ville**, suivi à 21h15 d'un **dépôt de gerbe** au Monument aux Morts et d'une **distribution de lampions**. Le retour du défilé est prévu à 22h, avant **une animation et un bal** avec DJ Fred à **22h15**.

Un **feu d'artifice** sera tiré à la tombée de la nuit, avec **buvette et restauration sur place**.

📍 Place de l'Hôtel de Ville - Longuyon

🕒 13 Juillet 2026, à partir de 21h

Le Monde de Wiwige

LE COEUR DU LOCAL BAT À LONGUYON

Le monde de Wiwige

27 rue de Deauville
54260 LONGUYON

Horaires
Lundi - fermé

Mardi, jeudi & vendredi
8h30/12h - 13h30/18h30

Samedi
9h/19h (non-stop)

Dimanche
9h/12h



Élu **Meilleur Commerce Indépendant du Grand Est** dans le cadre du **concours national** organisé par **Petits commerces**, **Le Monde de Wiwige** est bien plus qu'un simple boutique : c'est un véritable lieu de vie, de rencontres et de passion.

Sélectionnée parmi plus de **1 300 commerces indépendants** en France, la boutique a su séduire par **son histoire, son engagement en faveur du commerce local et la qualité de son offre**.

Grâce à une formidable **mobilisation** de ses **clients, partenaires, créateurs et producteurs**, **Le Monde de Wiwige** a remporté le titre de **Meilleur Commerce Indépendant du Grand Est** et représentera désormais la **région** lors de la **finale nationale** du **concours Petitscommerces**.

Créée avec l'enjeu de **mettre en lumière les talents de notre région**, la boutique rassemble aujourd'hui plus de **70 producteurs, artisans et créateurs locaux**. Chaque produit raconte une histoire, celle d'un **savoir-faire**, d'une **passion** et d'un **territoire**.

Une boutique conviviale et pleine de découvertes

Chez **Wiwige**, on vient dénicher un **cadeau unique**, un **panier gourmand**, une **création artisanale** ou des **spécialités locales**, mais aussi partager un **moment convivial** autour d'un **café**, d'un **granita** ou d'une **glace locale** en terrasse.

Un nouveau service de proximité

À partir du **2 juillet**, la boutique proposera également un nouveau service de **relais colis GLS**, pour offrir encore plus de proximité et de praticité à ses clients.

Tout au long de l'année, la boutique fait vivre le centre-ville grâce à de nombreuses animations : rencontres avec les créateurs, ateliers, événements solidaires, journées à thème et partenariats avec les associations locales.

🏆 Élu Meilleur commerce indépendant du Grand-Est

Le monde de Wiwige (Longuyon)



Le meilleur commerce indépendant de France





Votre
**SPÉCIALISTE
EN TOITURES**
à Esch-sur-Alzette

Pour votre plus grand plaisir Dubois Toiture
s'est installé au Luxembourg.
Pour toutes demandes ou renseignements,
n'hésitez pas à nous contacter.

CHARPENTE ▲
COUVERTURE ▲
FERBLANTERIE ▲
**DÉPANNAGE
& NETTOYAGE** ▲
**INSTALLATEUR
CONSEIL VELUX** ▲

INSTALLATEUR AGRÉÉ

VELUX ▲

📍 20, rue de Neiduerf - L4261 Esch-sur-Alzette

✉️ duboistoiture.lu@gmail.com ☎️ +352 **621 740 442**

LES ÉVÈNEMENTS

18 JUILLET

CONCOURS DE PÉTANQUE MANGIENNES

Participez au **concours de pétanque** organisé par l'ASL Mangiennes, le **18 Juillet 2026** à partir de **14h** au **stade de foot de Mangiennes**.

Ouvert à tous et à tous niveaux, l'événement se déroulera sur **5 terrains fraîchement créés**.

Les inscriptions sont à effectuer par mail **avant le 11 juillet** à saintlaurentmangiennes.as@meuse.lgef.fr.

📍 Stade de foot - Mangiennes

🕒 18 Juillet 2026, à partir de 14h

3 au 7 AOÛT

STAGE THÉÂTRE ET CINÉMA HAUCOURT-MOULAINE

Découvrez une **semaine créative** avec le stage de théâtre et de cinéma organisé par **Swee*T**, du **03 au 07 Août 2026** à la **Salle des Fêtes de Moulaïne à Haucourt-Moulaïne**. Destiné aux enfants de **7 à 12 ans**, ce stage **en anglais** propose d'écrire, répéter et tourner un court-métrage, avec une projection des rushes et du making-of en fin de semaine. **Tarif : 100€**. **Réservation avant le 30 juillet** au 07 69 37 33 00.

📍 Salle des Fêtes de Moulaïne - Haucourt-Moulaïne

🕒 Du 03 au 07 Août 2026

CONCERT ROCK
YAROL **LE FORUM DE LONGUYON**
Première Partie
The Fifty-Seven
BLUES ALLNIGHTERS
20hr
25€
12€
12 SEPTEMBRE 2026
Billetterie HelloAsso.fr
Asso Les Potes du Vieux Pré

Yarol Poupaud rallume le rock à Longuyon

UNE SOIRÉE EXCLUSIVE AU FORUM

Le **Forum de Longuyon** s'apprête à **vibrer au rythme du rock** lors d'une **soirée musicale placée sous le signe de l'énergie et du partage**.

Le **Forum de Longuyon** accueillera une soirée placée sous le signe du **rock**, avec un **concert** qui promet de faire vibrer la salle, le **12 septembre 2026**. Entre **sonorités authentiques**, **guitares puissantes** et **énergie scénique**, le public pourra profiter d'un **rendez-vous musical** généreux, pensé pour les **amateurs de live**.

La soirée débutera avec **The Fifty-Seven Blues Allnighters**, un groupe de **Chicago blues** from **Moselle**. Avec leur univers **chaud et rythmé**, ils auront pour mission de mettre le public en jambe dès les premières notes. Une **première partie idéale** pour installer l'ambiance et ouvrir la voie à une suite résolument rock. En deuxième partie, **Yarol**

Poupaud fera son **grand retour à Longuyon**. Guitariste, chanteur, compositeur et producteur, il fait partie des **figures marquantes** de la **scène rock française**. Connus notamment pour son rôle au sein du groupe **FFF**, formation emblématique du **rock fusion français**, il s'est également illustré aux côtés de **nombreux artistes**.

Sa musique mêle **énergie brute**, **riffs accrocheurs** et une **vraie culture du live**. Son passage au **Forum** s'annonce comme un **moment fort de la soirée**, entre **puissance musicale** et **proximité** avec le public.

L'événement se déroulera à la salle de spectacle Le Forum, située au 27 rue de l'Hôtel de Ville à Longuyon. Les places étant limitées, il est conseillé de ne pas tarder pour profiter de cette soirée rock.

YAROL



LE FORUM DE LONGUYON

Réservez vos places dès maintenant !



16 AOÛT

**FOIRE À TOUT
TRIEUX**

Venez flâner à la grande
Foire à tout de **Trieux**,
le **16 Août 2026** de **8h à 17h**.

Au programme : grand marché
de l'été, brocante, vide-grenier,
commerces et produits régionaux,
avec plus de **200 exposants** à
découvrir. L'entrée est **gratuite**,
avec **buvette** et **restauration** sur
place.

Renseignements au **06 76 11 36 50**
ou au **07 89 89 84 91**.

📍 Stade municipal - Cours
de l'école - Trieux

🕒 16 Août 2026
de 8h à 17h

30 AOÛT

**SALON
MOYEUVRE-PETITE**

Découvrez le **2° Salon de la
voyance et des arts divinatoires**
à **Moyeuve-Petite**.

Le **30 Août 2026** de **10h à 19h**,
la **Source du Pérotin** accueillera
ce rendez-vous **unique**, présenté
comme le **seul salon de la région**
entièrement dédié à la **voyance**
et aux **arts divinatoires**.

Entrée **gratuite** et **restauration**
sur place.

📍 Source du Pérotin -
Moyeuve-Petite

🕒 30 Août,
de 10h à 19h

4 au 6 SEPT.

**STAND-UP
HUMORISTIQUE
LONGUYON**

Découvrez **trois soirées de
stand-up** au **Forum de Longuyon**,
du **04 au 06 Septembre 2026**.

Pour l'occasion, la salle accueillera
Mathieu Madenian, Tristan
Lucas, Cyrielle Knopfel, Jay, David
Voinson, Emy, Ryad Graham, Kyl
Mourat et Bodie. **Tarifs** : vendredi
27€, samedi 27€, dimanche 15€,
pack vendredi + samedi à 45€
et pack 3 jours à 55€. BILLETS
disponibles sur **billetweb.fr**.

📍 Le Forum -
Longuyon

🕒 Du 04 au
06 Septembre 2026

JUSQU'AU 12 SEPT.

**EXPOSITION
LONGWY**

Plongez dans une **exposition**
qui met en lumière le **patrimoine**
à travers la danse.

Découvrez des **clichés inspirants**
à la **Galerie Carré Vauban**,
en partenariat avec l'**Office
de Tourisme du Grand Longwy**.

Réservation possible **jusqu'au 12
septembre** inclus.

Tarif : **5€** (*gratuit pour les enfants
de moins de 12 ans*)

📍 Galerie Carré Vauban -
Longwy

🕒 Jusqu'au 12
Septembre 2026

YVON MENUISERIE

Portes de garage

Cette année, ouvrez la porte au
changement avec les portes de
garage **YVON MENUISERIE**

SOBRIÉTÉ, SÉCURITÉ
& ÉLÉGANCE



La qualité d'une **Fabrication Française**
La robustesse d'une **Motorisation Allemande**

YVON MENUISERIE

62 rue du Béarn 54 400 COSNES & ROMAIN
06 14 67 45 76 - jon.54.yvon@gmail.com

Yvon Menuiserie

ABBA FOREVER : la fièvre disco s'invite à Herserange

UNE SOIRÉE MUSICALE À VIVRE LE 11 JUILLET 2026

ABBA FOR EVER TRIBUTE BAND



ABBA FOR EVER
Tribute Band

le 11 Juillet 2026
à partir de 21h

Stade Municipal
de Herserange

Programme

19h : DBK

21h : ABBA FOR EVER

23h30 : spectacle
pyrotechnique

Après le succès rencontré en 2025 avec Experience Balavoine, la Ville de Herserange et le FLACH poursuivent leur volonté de proposer au public des spectacles musicaux populaires, accessibles et fédérateurs. Cette nouvelle édition s'annonce placée sous le signe de la fête, de la nostalgie et des tubes intemporels avec le concert ABBA FOR EVER, tribute exceptionnel dédié au légendaire groupe suédois.

Le public est invité à se retrouver samedi 11 juillet au stade municipal de Herserange, pour une soirée conviviale à partager en famille ou entre amis.

Un hommage fidèle à ABBA

Créé en 2009 par des professionnels de la scène réunis par une même passion pour ABBA, ABBA FOR EVER s'est imposé au fil des années comme l'un des meilleurs tributes français consacrés au groupe.

Fort de nombreuses références en France et à l'international, le spectacle séduit par sa fidélité musicale, son énergie et son univers résolument disco.

Pendant près d'1h45, le groupe embarque le public dans l'histoire d'ABBA à travers un show interactif, millimétré et généreux. Voix, costumes, mise en scène, ambiance : tout est pensé pour faire revivre l'âge d'or du disco et replonger les spectateurs dans une époque où chaque chanson est devenue culte.

Des tubes pour toutes les générations

De Dancing Queen à Mamma Mia, en passant par Gimme! Gimme! Super Troupier ou encore Waterloo, ABBA FOR EVER promet une soirée rythmée par les plus grands succès du groupe. Un véritable voyage musical, à la fois festif et nostalgique, qui

devrait faire chanter et danser toutes les générations. Reconnu pour la qualité de ses prestations, le tribute a notamment été mis en lumière au journal de 20h de TF1 ainsi que dans le reportage ABBA Mania – 50 ans de tubes cultes diffusé sur TMC. En 2025, ABBA FOR EVER comptait déjà plus de 60 concerts à travers l'Europe.

Pour ouvrir la soirée, le public pourra également découvrir Didier Boutteville-Kraemer, plus connu sous le nom de DBK.



Auteur, compositeur, interprète et producteur, cet artiste passionné de musique depuis son plus jeune âge compose ses premières œuvres dès l'âge de quinze ans.

Après de nombreuses années consacrées à la scène, à la composition et à la production musicale, DBK poursuit aujourd'hui son parcours artistique avec de nouveaux projets et l'envie intacte de partager ses chansons avec le public.

Une soirée à ne pas manquer !

Avec ces concerts et le spectacle pyrotechnique, la Ville de Herserange et le FLACH confirment leur engagement en faveur d'une programmation culturelle et festive de qualité, ouverte à tous

Entre hommage musical, ambiance disco et moment de partage, cette soirée s'annonce comme l'un des rendez-vous incontournables du début d'été à Herserange.

ABBA
FOR EVER
TRIBUTE BAND

SAMEDI 11 JUILLET

AU STADE MUNICIPAL DE
HERSERANGE

21H - CONCERT
23H30 - SPECTACLE PYROTECHNIQUE
BUVETTE & RESTAURATION À PARTIR DE 19H

Logo of the City of Herserange, Haut de Lorraine, and other partners.

LES ÉVÈNEMENTS

13 SEPTEMBRE

FANFARE PIERREPONT

Venez fêter les **150 ans** de la fanfare de **Pierrepont** lors d'une journée **festive** et **familiale**.

Le **13 Septembre 2026**, rendez-vous à la **Salle du Sorgue** avec la **présence** exceptionnelle de **Remy Bricka**.

Au programme : brocante, animations pour enfants, fanfare et restauration sur place.
Entrée et emplacement gratuits.

📍 Salle du Sorgue - Pierrepont

🕒 13 Septembre 2026

11 OCTOBRE

VIDE GRENIER VILLERUPT

Participez à la **2e édition** du **vide-grenier** organisé par l'APAV au profit des animaux, le **11 Octobre 2026** à l'**Hôtel de Ville de Villersrupt**.

Buvette, petite restauration, tombola et animations pour enfants seront au programme.

Tous les bénéfices seront reversés aux actions de **l'association en faveur des animaux**.

📍 Hôtel de Ville - Villersrupt

🕒 11 Octobre 2026

VOTRE ARTISAN **Sani Lenny**



**CHAUFFAGE -
SANITAIRE
SALLE DE BAIN
CLÉ EN MAIN
TRAITEMENT
DE L'EAU**

UN PROJET ?

Contactez-moi !
+33 (0)6 71 54 27 88
contact.sanilenny@gmail.com

**24h/24
7j/7** → **DÉPANNAGE**

Une salade fraîche, colorée & ultra simple

PRÉPARÉE PAR BERGAMOTE & CITRONNELLE



La salade fraîcheur express

Une salade fraîche, colorée et pleine de saveurs, idéale pour un repas léger, un déjeuner rapide ou un accompagnement d'été.

Avec ses légumes frais et sa fêta, elle apporte un joli mélange de textures et de goûts. Un filet d'huile d'olive, un peu de citron, de l'ail et quelques herbes viennent relever le tout avec simplicité.

Ingrédients

- 200g de pois-chiches
- 250g de tomates cerises
- 1 concombre
- 1 poivron
- 1/2 oignon rouge
- 100g d'olives noires
- 100g de fêta
- 3 c.à.s d'huile d'olive
- 2 c.à.s de jus de citron
- 1 gousse d'ail hachée
- persil, origan, basilic
- sel & poivre

Préparation

Dans un grand saladier, verser les pois chiches égouttés, les tomates cerises coupées en deux, le concombre en morceaux, le poivron émincé, l'oignon rouge finement coupé, les olives noires et la fêta en dés. Ajouter ensuite l'huile d'olive, le jus de citron, l'ail haché, le persil, l'origan et le basilic. Saler, poivrer, puis mélanger délicatement le tout.

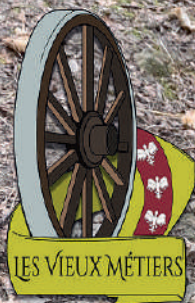
Et voilà, la salade est prête ! Une recette fraîche, simple et rapide, parfaite à préparer à l'avance. Il ne reste plus qu'à la placer au frigo jusqu'au moment de servir.

Bonne dégustation !



Les Vieux Métiers d'Azannes en Meuse

• 400 bénévoles •
10^H à 18^H
-16 ANS
GRATUIT
• 80 métiers •



☎ 03 29 85 60 62
www.vieuxmetiers.com

12, 19, 26 juillet 2026



Les Nuits de Longwy du 04 Juillet au 22 Août

DANSEZ JUSQU'AU BOUT DE LA NUIT

Les Nuits de Longwy

Depuis plus de trente ans, les Nuits de Longwy accompagnent la saison estivale et font vibrer la ville au rythme de la musique, de la culture et des rencontres. Festival emblématique du territoire, l'évènement revient en 2026 avec une programmation riche, variée et accessible à tous, pensée pour rassembler toutes les générations autour de moments festifs et conviviaux.

Cette nouvelle édition proposera une belle diversité musicale, avec des univers allant du flamenco à la rumba, du rock au folk, du reggae au rap, sans oublier la musique gitane, la chanson, le punk-rock ou encore des instants plus doux autour de la harpe et de la musique baroque.

Tout au long de l'été, les spectateurs pourront profiter de nombreux rendez-vous dans différents lieux de Longwy, chacun apportant une ambiance particulière à la soirée.

Parmi les temps forts, le public retrouvera notamment les Gipsy Kings by Diego Baliardo le samedi 4 juillet à Longwy-Bas, Les Sheriff le samedi 25 juillet, Joey Starr Live Soldierz le samedi 1er août, ou encore Guiz de Tryo le samedi 8 août à la Porte de France. Autant de concerts qui promettent de faire bouger Longwy et de créer de beaux souvenirs d'été.

La scène locale mise en lumière

Les Nuits de Longwy, c'est aussi l'occasion de donner une place importante aux artistes du territoire.

Plusieurs groupes et musiciens locaux seront présents pour faire découvrir leur univers au public, dans une atmosphère chaleureuse et proche des spectateurs. Rock, reggae, pop, folk, blues ou jazz : la scène locale s'exprimera pleinement à travers des rendez-vous

conviviaux, parfaits pour commencer la soirée ou prolonger l'ambiance estivale.

Des lieux emblématiques à redécouvrir

La programmation investira plusieurs espaces de la ville, comme la Porte de France, la Cour du Musée, l'Esplanade Nagold, la Brûlerie du Puits, The Long Way, l'Eden Bar ou encore le Gamin de Paris. Ces lieux, déjà bien connus des Longoviciens, deviennent le temps d'un concert de véritables scènes à ciel ouvert. Une façon agréable de profiter du patrimoine local tout en vivant des moments musicaux variés.

Des Nuits de Longwy décentralisées

L'édition 2026 s'étendra également au-delà de Longwy avec des rendez-vous décentralisés. À Herserange, le samedi 11 juillet, le stade municipal accueillera

ABBA Forever Tribute Band pour une grande soirée festive, avec concert à 21h suivi d'un spectacle pyrotechnique à 23h30. À Mont-Saint-Martin, le vendredi 7 août, le parc Brigidi vibrera au son de Kwyjibo, pour une soirée rock'n'roll placée sous le signe de l'énergie.

Avec les Nuits de Longwy 2026, la Ville de Longwy confirme son engagement en faveur d'une culture accessible, vivante et ouverte à tous. Entre grands concerts, découvertes musicales, artistes locaux et rendez-vous en plein air, cette édition invite chacun à profiter pleinement de l'été, en famille ou entre amis.

Infos pratiques

Service Culture
culture@mairie-longwy.fr
03 82 44 54 00
www.mairie-longwy.fr

Découvrez tous les détails de la programmation en scannant ce QR code !



VENEZ PROFITER D'UN GRAND DESTOCKAGE

DANS VOTRE CONCESSION DE LONGWY



VW Caddy Maxi
Business Line
2.0L TDI 102ch
82 526 kms

16 990€



VW Polo Life
1.0L TSI BVM5
Essence 95ch
77 684 kms

15 900€



VW Polo Style
1.0L TSI BVM5
Essence 95ch
36 091 kms

17 200€



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

18 990€



VW Polo Style
1.0L TSI BMV5
Essence 95ch
17 669 kms

19 190€



VW Polo Edition
1.0L TSI BMV5
Essence 95 ch
18 800 kms

20 200€



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

21 500€



Peugeot 3008
Crossway BVA8
Diesel 130 ch
44 255 kms

21 900€



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

22 490€



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

22 900€



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

22 900€



VW T-Cross Edition
BMV6 1.0L TSI
Essence 116 ch
12 956 kms

24 200€



T-Roc VW Edition
1.0L TSI BMV6
Essence 116ch
18 887 kms

24 300€



T-Roc VW Edition
1.0L TSI BMV6
Essence 116ch
23 445 kms

24 300€



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

24 990€



T-Roc Style 1.5 TSI
EVO DSG7 Essence
150ch
61 370 kms

25 900€



Taigo Style
1.0L TSI DSG7
Essence 110ch
26 348 kms

25 900€



T-Roc R-line 1.5 TSI
Essence 150ch
23 206 kms

29 990€

> **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

Michel Rolland



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 !

 <p>Taigo Edition BVM5 1.0L TSI 95ch Essence</p> <p>23 900€</p>	 <p>POLO Edition BVM5 1.0L TSI 95ch Essence</p> <p>24 048€</p>	 <p>Taigo Style DSG7 1.0L TSI 110ch Essence</p> <p>25 900€</p>	 <p>T-Cross Edition DSG7 1.0L TSI 116ch Essence</p> <p>26 900€</p>	 <p>T-Roc R-Line Edition DSG7 1.5L TSI 150ch Essence</p> <p>34 900€</p>	 <p>T-Roc R-Line Edition DSG7 1.5L TSI 150ch Essence</p> <p>34 900€</p>
 <p>T-Roc Cabriolet 1.5 TSI 150ch DSG7 Style</p> <p>36 500€</p>	 <p>Golf VIII (8) R-Line Edition DSG7 1,5 ETSI 150ch Essence</p> <p>38 400€</p>	 <p>Touran Edition 7 places 2L TDI 150ch DGS7 Diesel</p> <p>39 990€</p>	 <p>Transporteur T7 Fourgon L2 BVA8 Diesel 2.0L TDI 150ch</p> <p>41 900€</p>	 <p>Tiguan R-Line DSG7 2.0L TDI 150ch Diesel</p> <p>47 900€</p>	 <p>VW Passat Elegance Hybrid 1.5L eHyb DSG6</p> <p>49 900€</p>
 <p>Tiguan R-Line Edition DSG6 2.0L TDI 150ch Diesel</p> <p>52 954€</p>					

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

Immersions exclusives au Domaine des Grottes de Han

UN ÉTÉ HORS DU COMMUN VOUS ATTEND

DOMAINE DES
GROTTES
DE HAN



Cet été, le Domaine des Grottes de Han dévoile ses expériences les plus exclusives, des immersions privilégiées au cœur de la nature sauvage...

Le 25 juillet, la Balade du terroir estivale invite les visiteurs à parcourir les sentiers du Parc Animalier dans une atmosphère intime et conviviale. Au fil de la promenade, plusieurs haltes gourmandes permettent de savourer des spécialités du terroir.

Entre deux dégustations, le Parc Animalier et ses habitants se dévoilent dans la douce lumière du soir. Une parenthèse où nature et gastronomie se rencontrent harmonieusement.



Pour ceux qui rêvent de grands espaces et de rencontres fascinantes, les soirées des 18 juillet, 1^{er}, 15 et 29 août sont consacrées aux grands prédateurs d'Europe.

Une fois le Parc fermé au public, un guide emmène les participants sur les traces du loup, de l'ours brun, du lynx et du glouton. À travers anecdotes, observations et explications, ces espèces emblématiques livrent peu à peu leurs secrets.

Les visites guidées Au Clair de Lune offrent un voyage nocturne sur les hauteurs du Parc Animalier, les 11 juillet, 8 août et 5 septembre.

Sous les étoiles, guidés par la lueur des lampes frontales, les visiteurs avancent pas à pas dans cette obscurité vivante.

Une ambiance feutrée et mystérieuse où la nature et ses habitants se révèlent en toute intimité.

Les 27 juin et 4 juillet, place aux jeunes aventuriers et aux familles avec une visite conçue pour les plus jeunes : Histoires de Loups expliquées aux enfants. Un face à face inédit avec l'un des animaux les plus fascinants de nos régions.

À travers récits, légendes et découvertes, les familles apprennent à connaître le loup autrement, loin des mythes et des peurs d'autrefois.



Pour plus d'informations, scannez ce QR Code.



grotte-de-han.be

Suivez LE GUID'

DOMAINE DES
GROTTES
DE HAN

OSMOSE

Centre aquatique du Grand Longwy

OSMO'FUN

UN ÉTÉ À VIVRE LES PIEDS DANS L'EAU !

DU 6 JUILLET AU 5 SEPTEMBRE 2026

Lundi | Fermé
Mardi - Jeudi - Vendredi
de 12h00 à 19h00

Mercredi
de 10h00 à 19h00
Samedi & Dimanche
de 10h30 à 17h00

PÉRIODE
VACANCES
SCOLAIRES

OUVERTURES EXCEPTIONNELLES

Mardi 14 juillet & Samedi 15 août

RENDEZ-VOUS



Rue de Boismont - 54 400 LONGWY



Osrose - Centre aquatique du Grand Longwy



Bonnet de bain
NON OBLIGATOIRE



Bermudas &
Short de bain
INTERDITS

03 55 05 80 81

*Fermeture de l'établissement 30min après la sortie de l'eau
& plus d'entrées possibles 30min avant l'évacuation du bassin



Série spéciale

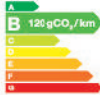
Xplore VITARA HYBRID



L'évasion commence dès qu'on s'y installe



GAMME VITARA À PARTIR DE
199 €/mois⁽¹⁾
1^{er} loyer 4 390 €



10 ANS GARANTIE
ANS SUZUKI

Consommation norme norme Suzuki Vitara (M17F) 5.2 à 5.9 l/100 km. 123 km/litres (cycle) pour 27 litres et 20 300 kilomètres pour un Suzuki Vitara 1.4 Boostonic Hybrid Average. 1^{er} loyer de 4 390 €, puis 199 €/mois de 199 € (offre réservée aux particuliers, valable du 01/01/2026 au 31/12/2026 inclus, dans les limites de participation. Sous réserve d'acceptation de votre dossier par Suzuki France, établissement de Crédit Bâti, S.A. au capital de 14 465 184 €, 201 011 926 RCS Paris, siège social : 1 boulevard Haussmann 75 009 Paris, CEDEX 07 17 102 102. Modèle présenté : Suzuki Vitara 1.4 Boostonic Hybrid Xplore édition spéciale 1000 km/mois, avec toutes les options pour 24 480 € (hors taxes). Les options comprennent les services associés suivants (en option et dans les limites et conditions prévues aux articles de 103 et 104 du règlement) : Garantie Parts Frais, assistance 24h/24 et Centre Assistance Repas Swift, S.A. au capital de 21 002 240 €, S.I.R. société : 1, boulevard Haussmann, 75 009 Paris - 208 810 047 RCS Paris - Entreprise agréée par le Comité des assurances et sociétés d'assurance de Crédit Immobilier et de Biens, à Paris de l'assurance - CC 12623 - 75 119 Paris Cedex 19, pour les garanties de crédit. Demandez conseil et renseignement auprès de Pacci Automobiles, S.A. au capital de 2 288 000 € (S.I.R. société - 83 277 062 238 RCS Nanterre - Siège social : 10 rue de la République 92100 Boulogne-Billancourt). Entreprise agréée par le Comité des assurances et de crédit à l'habitat de Crédit Immobilier et de Biens, à Paris de l'assurance - CC 12623 - 75 119 Paris Cedex 19, pour la garantie d'assurance Véhicule de remplacement et est distribuée par Citroën Bâti au capital de 100 millions. Conditions et brèves de garantie disponibles sur simple demande. TVA TTC, offre en mode sous-jointe au 06/06/2026. Garantie Suzuki 10 ans : voir détails sur Suzuki.fr ou auprès de votre concessionnaire. Véhicule exposé par P.

Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo. #SeDéplacerMoinsPolluer



Pacci Automobiles
Tous nos offres sur www.pacci.fr

22, rue J.B. Blondeau
MONT-SAINT-MARTIN
Tél. 03 82 23 35 05

2, rue de Lorraine
YUTZ-THONVILLE
Tél. 03 82 56 11 74

YVON MENUISERIE

Cette année,
ouvrez la porte au
changement avec
les portes d'entrée
YVON MENUISERIE

**SOBRIÉTÉ, SÉCURITÉ
& ÉLÉGANCE**

Portes d'entrée

PORTES CONTEMPORAINES

Toutes nos portes sont sécurisées,
isolantes et durables dans le temps.

DESIGN & PERFORMANCE

62 rue du Béarn 54 400 COSNES & ROMAIN
06 14 67 45 76 - jon.54.yvon@gmail.com



Médicaments : les bons réflexes pour l'environnement

LA CPTS DU PAYS-HAUT ENGAGÉE POUR UNE SANTÉ RESPONSABLE



CPTS • DU PAYS-HAUT



À travers ses actions de sensibilisation, la CPTS du Pays-Haut accompagne les habitants du territoire vers de meilleurs réflexes de santé. Bien utiliser ses médicaments, c'est éviter les erreurs de traitement, protéger sa santé, mais aussi limiter leur impact sur l'environnement. Car un médicament mal utilisé, mal conservé ou mal jeté peut avoir des conséquences sur chacun de nous, mais aussi sur la qualité de l'eau, des sols et des milieux naturels.

Bien utiliser ses médicaments au quotidien

Nous avons tous des médicaments à la maison. Pourtant, quelques mauvaises habitudes peuvent entraîner des risques. Il est donc important d'adopter les bons gestes :

- **Respecter la prescription** : dose, durée et fréquence du traitement.
- **Limiter l'automédication** : un symptôme peut avoir plusieurs causes.
- **Ne jamais partager ses médicaments** : un traitement adapté à une personne peut être dangereux pour une autre.
- **Bien les conserver** : chaleur, humidité et lumière peuvent réduire leur efficacité.

Par exemple, **arrêter un antibiotique avant la fin du traitement** peut diminuer son **efficacité** et favoriser l'apparition de **résistances**. En cas de doute, le bon réflexe reste de **demande conseil** à un professionnel de santé.

Un impact réel sur l'environnement

Lorsqu'ils sont jetés dans la **poubelle**, les **toilettes** ou **l'évier**, les médicaments peuvent **libérer des substances actives** qui polluent l'eau, les rivières et les sols. Ces résidus peuvent ensuite se retrouver dans les **milieux naturels** et avoir un **impact** sur la **qualité de l'eau** que nous utilisons au quotidien.

Un geste qui semble anodin peut donc avoir de véritables **conséquences**. Par exemple, vider un **flacon de sirop** dans l'évier peut contribuer à **contaminer de grandes quantités d'eau**.

Les bons gestes à adopter

Pour limiter les risques et agir simplement, la **CPTS du Pays-Haut** rappelle quelques réflexes essentiels :

- **Rapporter les médicaments** non utilisés ou **périmés** en pharmacie.
- **Ne jamais les jeter** dans les toilettes, l'évier ou la poubelle.
- **Trier sa pharmacie** deux fois par an.
- **Demander conseil à un médecin, pharmacien ou infirmier** en cas de doute.
- **Ne pas commencer, modifier ou arrêter un traitement** sans avis médical ou pharmaceutique.

Un **tri régulier** permet aussi d'éviter l'**accumulation** de médicaments inutiles à la maison et de **réduire les risques d'erreur**.

Que rapporter en pharmacie ?

Lors du tri de votre pharmacie, il est important de savoir quoi rapporter et quoi recycler.

Les médicaments **non utilisés** ou **périmés** doivent être rapportés en **pharmacie**, qu'ils soient sous forme de **plaquettes, flacons, tubes, pommades** ou **sirops**.

En revanche, les **boîtes en carton, notices** et **emballages vides** doivent être jetés dans le **tri sélectif**, comme les autres emballages recyclables.

Les médicaments collectés sont ensuite pris en charge par **Cyclamed**, qui les élimine en toute sécurité afin **d'éviter la pollution des eaux** et **des sols**.

Une démarche collective pour le Pays-Haut

Professionnels de santé, collectivités et citoyens ont tous un rôle à jouer. En encourageant les bons réflexes, la CPTS du Pays-Haut participe à une démarche collective en faveur d'une santé plus sûre, plus responsable et plus durable.

Bien utiliser ses médicaments, ce n'est pas seulement se soigner correctement. C'est aussi agir concrètement pour protéger son entourage, son territoire et l'environnement.

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

www.cptsdupayshaut.fr



Une seconde chance pour ces chats adultes

EUX AUSSI MÉRITENT UNE FAMILLE



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

apav54190@laposte.net



Pendant que les chatons attirent tous les regards, de **nombreux chats adultes** attendent encore leur famille, parfois depuis **des mois**, voire **des années**. Pourtant, derrière leur âge, leur passé difficile ou leurs besoins particuliers, se cachent de **véritables trésors d'amour**.

Adopter un chat adulte, c'est **offrir une seconde chance** à un animal qui a parfois connu **l'abandon, la rue ou la solitude**. C'est aussi accueillir un **compagnon** dont le caractère est déjà connu, prêt à **partager une nouvelle vie**.

Léon, Pam, Gaston, Biscotte, Moon et Raven, Norbert, Rouky, Ginger ou encore **Duchesse** font partie de ces loulous qui espèrent enfin trouver un foyer. Certains sont **âgés**, d'autres porteurs du **FIV**, d'autres encore ont besoin d'un **cadre particulier**, mais tous ont le même rêve : **être aimés**.

L'association manque aujourd'hui cruellement de place. Chaque adoption permet non seulement de **changer la vie** d'un chat, mais aussi de **libérer une place** pour un autre animal en détresse.

Ils ne sont plus des chatons. Ils ne sont pas toujours parfaits. Mais eux aussi méritent une famille. Nous avons besoin de vous. N'hésitez pas à nous contacter.

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.



OUVERT

VENDREDI / SAMEDI / DIMANCHE & LUNDI

Buvette sur place

Parking

Salle



- Pêche à la truite (Dans le petit étang)
- Pêche à la carpe en no KILL (Dans le grand étang)
- Location 1 étang + Salle avec frigos et barbecue
- Location salle uniquement
- Privatisation du site 2 jours



Merci de soutenir l'association contre l'implantation d'un parc agriphotovoltaïque près des Étangs

Association
Les Potes du Vieux pré
1 étangs du vieux Pré
54260 LONGUYON

Catherine RODRIGUES BIANCO
06 10 97 74 96 / 03 82 26 21 42
catherine.bianco@aliceads.fr

 **Les potes du Vieux Pré**

EXCLUSIF

OFFRE MICHELIN DE L'ÉTÉ

Du 1^{er} juin au 26 juillet 2026

Jusqu'à
120€
remboursés
pour l'achat et le montage
de pneus MICHELIN

Tourisme • 4x4 • Camionnette

**FORFAIT
ENTRETIEN**

à partir de

299€



**VOTRE KIT
DISTRIBUTION**

Pompe à eau
+ Liquide de
refroidissement

à partir de

459€



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 ...

**HM PNEUS
DES 3F**

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



ICOME 2026 : le Pays-Haut au coeur de la recherche

UN CONGRÉ NÉ D'UNE DYNAMIQUE LOCALE



Mohammed El Ganaoui & Laurent Caramelle
enseignants-chercheurs à l'IUT Longwy/Université de Lorraine

Créée conjointement par l'Université Paris-Saclay et l'Université de Lorraine, la série de conférences ICOME trouve ses origines dans le Pays-Haut, à travers l'IUT Henri Poincaré de Longwy. Portée par les travaux de recherche en énergétique, cette dynamique a pris de l'ampleur avec l'arrivée du Professeur El Ganaoui et la création de l'antenne LERMAB de Longwy.

Président fondateur de cette série de conférences, le **Professeur El Ganaoui** a contribué à faire d'ICOME un rendez-vous international reconnu, dédié aux enjeux de transition énergétique, d'efficacité énergétique et de solutions durables face aux défis climatiques.

Une édition 2026 tournée vers la Corse

En juin 2026, ICOME fera escale à Corte, au sein de l'Université de Corse Pasquale Paoli. Cette nouvelle édition s'intéressera notamment aux milieux insulaires et aux solutions permettant une exploitation plus intelligente, durable et résiliente de ces territoires.

L'intelligence artificielle, la science des matériaux et les innovations technologiques seront au cœur des échanges. L'objectif sera aussi de réfléchir au retour concret de ces avancées pour les citoyens, les collectivités et l'environnement. En réunissant chercheurs,

universitaires et industriels dans un cadre méditerranéen unique, ICOME confirme sa volonté de favoriser un dialogue scientifique international tourné vers la protection de notre planète.

Laurent Caramelle, un expert associé engagé

Laurent Caramelle, maire de Hussigny-Godbrange et 1^{er} Vice-Président de Grand Longwy Agglomération, a été désigné expert associé de cette organisation. Cette reconnaissance souligne son engagement en faveur de l'innovation, du développement durable et de la transition énergétique des territoires.

Aux côtés du Professeur El Ganaoui et de plusieurs chercheurs, il a récemment participé à des travaux approfondis portant sur l'évaluation comparative des performances thermiques d'enduits isolants biosourcés et issus de matériaux recyclés.

Ces recherches s'inscrivent dans une démarche concrète : améliorer les performances des bâtiments à faible émission de carbone et réduire leur impact environnemental.

Les travaux menés concernent également le potentiel de l'hydrogène naturel dans la transition énergétique des territoires insulaires, notamment en Corse.

Actuellement soumis à publication, ils seront présentés et discutés devant une communauté scientifique internationale lors du congrès.

Une reconnaissance pour Longwy et son territoire

Cette participation constitue une belle mise en lumière pour l'IUT Henri Poincaré de Longwy, mais aussi pour l'ensemble du territoire longovicien. Elle valorise les compétences locales, la qualité des équipes de recherche et la capacité du Pays-Haut à prendre part à des réflexions scientifiques de haut niveau.

En confrontant ces travaux à l'expertise de chercheurs internationaux spécialisés dans le domaine de l'énergie, ICOME permettra d'enrichir les solutions existantes et de contribuer à la réduction de la consommation énergétique ainsi qu'à la diminution de l'empreinte carbone des citoyens.

Avec ICOME 2026, le Pays-Haut confirme son rôle dans les grands enjeux liés à l'énergie et à l'environnement. La présence de Laurent Caramelle, maire de Hussigny-Godbrange, en tant qu'expert associé, illustre le lien essentiel entre recherche, innovation et action territoriale. Une reconnaissance forte pour Longwy, Hussigny-Godbrange et tout un territoire engagé dans la transition énergétique.

UN ÉTÉ D'EXCEPTION POUR VOTRE ENFANT

HOLIDAY CLUB

STAGES VACANCES ÉTÉ • 3 À 12 ANS

RÉSERVATION À LA SEMAINE • CHÈQUES-SERVICE ACCEPTÉS

DU 29 JUIN AU 11 SEPTEMBRE*

7H00 - 19H00

PLACES LIMITÉES

EXCURSIONS

ATELIERS CRÉATIFS

DÉCOUVERTES

*DATES VARIABLES SELON LES
HOLIDAY CLUBS PARTICIPANTS.
SOUS RÉSERVE DE DISPONIBILITÉ.



KidsCare
Holiday Club

SCAN
ME



INFORMATIONS | INSCRIPTIONS: (+352) 2899 2899 400 • KIDSCARE.LU

BRICOMARCHÉ



PRIX COÛTANT

15,99 €
L'UNITÉ

PANNEAU SOUDÉ Dim. L 2 x 1 m. En acier galvanisé plastifié. Coloris gris anthracite. (843010323452).
Les dimensions et les coloris peuvent varier selon les magasins participants. Renseignez-vous en magasin.



~~39,90 €~~
34,90 €
L'ENSEMBLE

AGRAFEUSE CLOUEUSE 5 FONCTIONS

Kit prêt à l'emploi avec 3000 projectiles : 1 agrafeuse cloueuse 5 fonctions, 600 agrafes Type A 8mm, 600 agrafes Type E 10 mm, 600 cavaliers 12 mm, 600 pointes avec tête de 15mm et 600 pointes sans tête de 15 mm. (3254040052995).

FISCHER DAREX



~~39,80 €~~
À partir de **35,90 €**
LA COURONNE

CÂBLE ÉLECTRIQUE U-1000 R2V

Multi-usage : peut être installé pour raccordement des circuits d'éclairage, prises électriques, chauffages, chauffe-eau, portails ou prises étanches extérieures. Usage intérieur ou extérieur. Dim. L 50m. Coloris noir.

Section câble	Prix €	Prix promo €	Soit le mètre linéaire €	Référence
3 G 1,5 mm ²	35,90 €	30,90 €	0,92 €	3427500436961
3 G 2,5 mm ²	52,90 €	49,90 €	1,06 €	3427500439992

MADE IN FRANCE



Payez en 3x ou 4x sans frais SOFINCO
Pour un achat de 90€ à 3000€
Modèles en magasin

2.1 AN GARANTIE

PRIX COÛTANT

148,81 €
L'ENSEMBLE

PERCEUSE-VISSEUSE GSR 18V-50

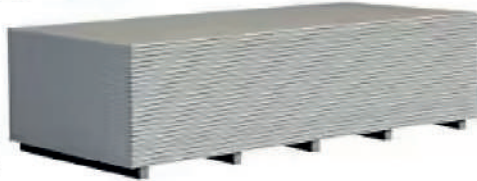
Couple max 50 Nm. Couple tendre/dur/maxi 28/50/50 Nm. Régime à vide (1^{re} vitesse / 2^{ème} vitesse) 0-460 / 0-1800 tr/min. Diamètre de perçage dans le bois : 35 mm. Batterie Lithium-ion. Fournie avec 2 batteries 2.0Ah et une mallette de rangement. (3165140000161)

~~2,70 €~~
2,63 €
LE M

NF MADE IN FRANCE

PLAQUE DE PLÂTRE BA13 STANDARD DRYPLAC

Pour l'isolation des cloisons, plafonds et autres doublages sur ossature métallique. Grâce à ses bords amincis, le jointement se fera plus facilement. Dim. L 250 x l 120 cm soit 3m². Ep. 13 mm. Vendu en plaque de 3m² : **7,90€** au lieu de **8,10€**. (3496250323148)
Ce prix inclut l'éco-contribution relative à la collecte et au recyclage des produits et matériaux de construction de 0,36€.



PRIX COÛTANT
43,92 €
2L

PEINTURE BOIS CLIMATS EXTRÊMES

Peinture haute performance pour bois neufs, anciens ou humides. Résistance aux UV et aux écarts de température de -40°C à +60°C. Effet déperlant, tenue longue durée. Soit le litre : **21,96€** (3153895030267)



12 ANS GARANTIE

PRIX COÛTANT
79,01 €



MADE IN FRANCE

BARBECUE OURANOS

Barbecue à charbon de bois avec cuve en fonte 52 x 37 cm. Grille de cuisson en acier chromé 50,5 x 33 cm. Paravent en acier laqué avec hauteur de grille réglable 4 positions, le tout sur chariot avec 2 tablettes. (3505391021303)

Route d'Arrancy 54260 LONGUYON
03 82 23 50 50
SAS Malima - Entreprise indépendante



bricomarche.com

PROMOTIONS DU 1^{ER} AU 11 JUILLET

~~36,90 €~~
26,90 €
0,75L



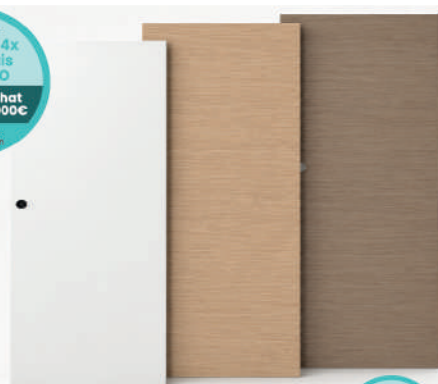
PEINTURE FER DIRECT SUR ROUILLE
Peinture anti-rouille, idéale pour protéger et décorer les métaux ferreux extérieurs comme les grilles, portails ou mobiliers de jardin. Elle s'applique directement sur la rouille. Soit le litre : **35,87 €** au lieu de **49,20 €** (3256610707427)

8 ANS
GARANTIE

~~109 €~~
95 €
L'UNITÉ

PORTE COULISSANTE MÉLAMINÉE
S'adapte à toutes les pièces et styles de l'habitat. Vendue sans poignée. Rail vendu séparément. Dim. 204 x 73 cm. En mélaminé. Coloris blanc, chêne clair ou chêne foncé. (3660568357014/38/21)

Payez en 3x ou 4x sans frais SOFINCO
Pour un achat de 90€ à 3000€
Modalités en magasin



~~49,90 €~~
39,90 €
2,5L

PEINTURE CRÈME DE COULEUR
Avec sa texture crème unique, cette peinture s'applique facilement. Elle sublime vos projets de décoration intérieure. Convient aux murs, portes, plinthes et meubles. Soit le litre : **15,95 €** au lieu de **19,96 €** (3031520253611)

PENSEZ-Y

~~109,90 €~~
69 €
L'ENSEMBLE

KIT VMC FACILIO AUTO DH
Kit VMC simple flux autoreglable à détection d'humidité, pour logement de 2 à 7 pièces principales, équipé d'une cuisine et jusqu'à 4 sanitaires. Déclenchement automatique grande vitesse en fonction de l'humidité. Faible consommation électrique : 17,1 W-ThC. Caisson en plastique recyclé. Livré avec 3 bouches (2xØ 80,1 x Ø 125) (3127609133858)



5 ANS
GARANTIE

~~399 €~~
279 €
2 600 W

CLIMATISEUR MOBILE P726 Qlima
Climatisation, chauffage, déshumidification. Télécommande 3 puissances de ventilation. Fonction timer. Pour une surface jusqu'à 35m². Effet cooldown. Dim. L.46,3 x P.38 x H.86 cm. Coloris noir. (8713508793870)



Payez en 3x ou 4x sans frais SOFINCO
Pour un achat de 90€ à 3000€
Modalités en magasin

WiFi

~~7,59 €~~
6,59 €
PAYÉ EN CAISSE

MASTIC SIKAFLEX 11FC
Mastic polyuréthane multi-usages, pour le collage et l'étanchéité. S'applique facilement, adhère, calfeutre sur la plupart des matériaux de construction. Coloris blanc. Soit le litre : 21,97 € au lieu de 25,30 €. (7612895678917)
Cet avantage vous est accordé par la société SIKA.



~~14,90 €~~
9,90 €
LE LOT

LOT DE 2 RUBANS MULTI-SURFACES
Ruban de masquage multi-surfaces : murs peints, bois, verre métal. Protection peinture : enlevable sans traces après 14 jours et ne se déchire pas au retrait. Dim. 41 m x 48 mm Coloris bleu. (3100349140287)



Payez en 3x ou 4x sans frais SOFINCO
Pour un achat de 90€ à 3000€
Modalités en magasin

PRIX COÛTANT
23,46 €

MITIGEUR LAVABO
Cartouche à disque céramique 35 mm. Poignée en métal. Corps en laiton finition chromée. Bec fixe avec aérateur. Vidage : bonde clic-clac en plastique. (4897039554705)



PRIX COÛTANT
9,88 €
L'UNITÉ

APPLIQUE MURALE SOLAIRE
S'allume grâce à l'interrupteur et se déclenche grâce au détecteur de mouvement ou au détecteur de crépuscule. Lumière ajustable. Dim. H 9,5 x L 8,8 cm. En plastique. Coloris noir ou blanc. (4017807691610/58)



PRIX COÛTANT
178,92 €
L'ENSEMBLE

CABINE DE DOUCHE PARDI
Panneau fixe et porte coulissante en verre trempé 4 mm. Panneau fonctionnel en PVC argenté 25 cm. Accessoires inclus : support de douche, douchette à main 3 jets, mitigeur, flexible PVC de 1,5 cm, siphon de 60 mm, 2 poignées rondes. Dim H 85 x L 85 x P 198 cm. En aluminium. Coloris noir.



~~14,99 €~~
13,99 €
L'UNITÉ

FAUTEUIL BAS DOLOMITI
Fauteuil empilable. Dim L 75 x P 86 x H 86 cm. En polypropylène. Plusieurs coloris disponibles. (800927192133/6677990/978164)



Du lundi au vendredi
9h/12h - 14h/19h
Le samedi NON-STOP 9h/19h

BRICOMARCHÉ
BRICO+
CARTE GRATUITE disponible immédiatement à l'accueil

SCANNEZ-MOI



Retrouvez notre actualité sur notre site internet **BRICOMARCHÉ.COM**

Trouvez les sept différences dissimulées dans cette illustration.

Bonne chance !



Trouvez le bon code pour ouvrir le cadenas.

Bonne chance !

2864

Un chiffre est bon mais mal placé.

0371

Deux chiffres sont bons mais mal placés.

2596

Un chiffre est bon et bien placé.

1260

Un chiffre est bon et bien placé.

9134

Aucun chiffre n'est bon.



--	--	--	--

Facile

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

Difficile

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

SOLDÉS

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



*voir conditions en magasin - exclusivement sur les stocks disponibles

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

BÉLIER

(21.03 - 19.04)



Tu pourrais ressentir le besoin de ralentir un peu le rythme, même si ce n'est pas toujours naturel pour toi. Cette période t'invite à mieux doser ton énergie et à ne pas foncer dans toutes les directions. Côté relations, une attitude plus calme peut éviter des tensions inutiles.

Prends le temps de réfléchir avant d'agir.

CANCER

(21.06 - 22.07)



Tu pourrais entrer dans une période plus lumineuse, avec l'envie de reprendre confiance et de te faire davantage plaisir. Tu as besoin de douceur, mais aussi de nouveauté. Une belle surprise peut venir d'un échange ou d'une initiative spontanée.

Ouvre-toi aux bonnes choses sans trop te méfier.

BALANCE

(23.09 - 22.10)



Cette période peut te donner envie de prendre les choses plus au sérieux, surtout dans tes objectifs personnels ou professionnels. Tu pourrais devoir faire preuve de constance pour obtenir ce que tu veux. Côté relations, reste clair dans tes attentes.

Garde le cap, tes efforts peuvent payer.

CAPRICORNE

(22.12 - 19.01)



Les échanges prennent une place importante dans cette quinzaine. Tu pourrais devoir faire un effort d'écoute ou de compromis pour améliorer une situation. Un lien peut se renforcer si tu acceptes de montrer un peu plus ce que tu ressens.

Avance avec sincérité, même si cela demande de baisser ta garde.

TAUREAU

(20.04 - 20.05)



Tu pourrais avoir envie de te rapprocher des personnes qui te font du bien. Les échanges simples, les moments partagés et les petites attentions auront beaucoup d'importance. Avance sans te comparer aux autres : ton rythme reste le bon.

Mise sur la confiance et entoure-toi de personnes positives.

LION

(23.07 - 22.08)



Tu pourrais ressentir un besoin de recul avant de te lancer dans quelque chose de plus grand. Cette période est idéale pour préparer, observer et affiner tes envies. Côté cœur ou amitié, évite de tout interpréter trop vite.

Avance discrètement pour mieux préparer la suite.

SCORPION

(23.10 - 21.11)



Tu pourrais ressentir un besoin de changement d'air, même léger. Une nouvelle idée, une découverte ou une conversation différente peut te redonner de l'élan. Ne reste pas bloqué sur une seule façon de voir les choses : une autre option existe peut-être.

Accepte d'élargir ton regard, cela peut débloquer une situation.

VERSEAU

(20.01 - 18.02)



Tu pourrais avoir envie de reprendre de bonnes habitudes et de remettre de l'ordre dans ton quotidien. Une meilleure organisation peut t'aider à retrouver du temps pour toi. Côté moral, évite de trop te disperser dans les demandes des autres.

Simplifie ton rythme et garde de l'espace pour respirer.

GÉMEAUX

(21.05 - 20.06)



Cette quinzaine peut te pousser à te concentrer davantage sur tes priorités. Tu as beaucoup d'idées, mais toutes ne méritent pas la même attention. Côté personnel, une décision pratique peut t'aider à te sentir plus organisé et plus léger.

Choisis ce qui compte vraiment et laisse le reste de côté.

VIERGE

(23.08 - 22.09)



Tu pourrais retrouver une dynamique plus sociale. Une sortie, une discussion ou un projet collectif peut te redonner de l'énergie. Attention toutefois à ne pas vouloir tout organiser pour tout le monde. Laisse aussi une place à l'imprévu.

Fais confiance aux autres et accepte de lâcher un peu prise.

SAGITTAIRE

(22.11 - 21.12)



Tu pourrais avoir envie de faire du tri, que ce soit dans tes pensées, tes habitudes ou certaines relations. Cette période t'aide à comprendre ce que tu ne veux plus porter. Même si ce n'est pas spectaculaire, tu avances intérieurement.

Libère-toi de ce qui t'alourdit et garde ce qui te fait avancer.

POISSON

(19.02 - 20.03)



Cette période peut t'apporter une énergie plus légère et plus créative. Tu pourrais avoir envie de t'exprimer, de partager ou de retrouver une activité qui te plaît. Côté relations, une ambiance douce peut favoriser les rapprochements.

Laisse parler ton imagination et profite des moments simples.

La nouvelle saison de l'Arche est en ligne !

DÉCOUVREZ LA PROGRAMMATION

Opéra, musique classique, théâtre, danse, concerts, humour, spectacles en famille et belles découvertes : cette nouvelle programmation promet une saison riche, ouverte et pleine de surprises.

De nombreux rendez-vous sont déjà annoncés, avec notamment **Grôs Tour, GiedRé, Guillaume Meurice, Casse-Noisette, Requiem de Mozart, Boléro, Le Lorax, Du charbon dans les veines** et bien d'autres spectacles à découvrir.

Les amateurs de **métal** peuvent déjà noter un rendez-vous **fin août** pour une **grande annonce**. **Expositions, cinéma, workshops et ateliers** viendront également compléter la saison.

Billetterie disponible en ligne et sur place.

REV OPTIC

JUSQU'À
-50%
sur les montures
optiques & solaires

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

9 PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE - LONGUYON

Vos résultats sportifs locaux & régionaux

HANDBALL / BASKETBALL / FOOTBALL / VOLLEYBALL



PAYS-HAUT HANDBALL

P2H (U15F)	36-26	Val St Pierre
Sierck	17-26	P2H (U13F)
Koenigsmacker	24-36	P2H (U11F)
P2H (U13G)	37-44	Bouzonville



BCLR LONGWY RÉHON

18/05/2026	BCLR	82-87	Reims-Champagne
18/05/2026	BCLR	33-52	Ludres
18/05/2026	BCLR	63-97	Folking



AS NANCY LORRAINE

09/05/2026	Nancy	3-2	Dunkerque
02/05/2026	Nancy	3-1	Pau FC
25/04/2026	Nancy	1-1	Reims



US THIONVILLE LUSITANOS

16/05/2026	Chambly	4-0	Thionville
09/05/2026	Borgo	3-0	Thionville
02/05/2026	Bourges Foot 18	4-1	Thionville



TFOC VOLLEY-BALL

12/04/2026	TFOC	1-3	Terville Florange F
10/04/2026	TFOC	1-3	Terville Florange F
04/04/2026	TFOC	1-3	Terville Florange F



METZ TENNIS DE TABLE

24/05/2026	Metz TT	0-3	Tarnobzeg F
23/05/2026	Metz TT	3-1	Cartagena F

là IL ÉTAIT TEMPS DE CHANGER LA CUISINE



**NOUVELLE
COLLECTION**

JUSQU'À

1500€
DE REMISE*

*Voir condition d'applications auprès de votre concepteur-vendeur.

cuisinellà