

Site (n° précédents, mémento, liens) : <https://www.saintoisetmoi.fr/>

**Assemblée Générale de « Saintois et moi » le 03/02/2024, 10h, salle de l'Auditoire, aux Halles à Vézelize**

Vous pouvez venir y apporter vos idées sur le journal, vos avis, propositions, remarques utiles. Un écrit préalable sera bienvenu et leur donnera plus de poids.

Pour recevoir gratuitement et sans engagement le journal en version « pdf » (couleurs, liens activables directement) et en copie cachée, suspension sur simple demande, merci de fournir une adresse mail à [jeanclaude.bresson54230@gmail.com](mailto:jeanclaude.bresson54230@gmail.com)

### Sommaire

Page 1, Zoom / Pages 1-2, Citoyenneté / Page 2-3, Solidarité / Pages 3-4, Santé & Bien-être / Page 4, Activités culturelles / Pages 4-5, Activités sportives / Page 5, Alimentation & circuits courts / Page 6, Autres animations / Page 6, Contacts

## Santé en Saintois : d'autres approches

### Le QiGong (1/2)

Pratique ancestrale chinoise, il consiste en des mouvements exécutés lentement auxquels on associe la respiration et la concentration sur des points précis du corps. Il nous apprend à respirer et contrôler notre souffle. Il fortifie les organes, les muscles et les tendons, assouplit le corps. Il conduit à une meilleure connaissance de soi et une prise en compte des énergies qui circulent dans notre corps. Il nous libère de nos tensions, apaise le mental et contribue ainsi à améliorer notre santé

Cécile Barotte est enseignante 2eme Dan qi gong, Diplômée 4ème degré de l'Ecole Tao et diplômée à l'Institut Traditionnel d'enseignement du QIGong. Elle propose des ateliers hebdomadaires d'1h15 dans 4 sites du Saintois et proximité et, au cours de l'année, des stages et marches dans la nature. lieux horaires

Contact : [cecile.barotte@orange.fr](mailto:cecile.barotte@orange.fr)

### Conscience du corps, respiration, méditation

Forte d'une formation riche, Virginie Fagnant Tries a plusieurs cordes à son arc pour vous apporter détente, prise de conscience du corps, recul par rapport à la vie, amélioration du sommeil ... Elle propose des séances d'1h15 en groupes de 5 à 7 personnes (3 créneaux hebdomadaires au choix, les jeudis), des séances individuelles, avec des exercices toujours applicables au quotidien, au cours desquels vous pratiquerez : conscience du corps et automassages, respiration, méditation guidée et relaxation, acupression ...

Après fréquentation de la Faculté libre de médecines naturelles à Paris et 10 ans de pratique de réflexologie plantaire elle a suivi 4 ans de formation en médecine chinoise à l'Institut Min Meng de Nancy, des cours de médecine naturelle, de yoga du son à l'Institut des arts de la voix à Paris ... ce qui lui permet une approche riche et multiple.

Elle exerce à domicile ou à l'Ecurie 45 Avenue Jacques Leclerc à Vézelize pour les groupes.

Contact : [virginie.tries@gmail.com](mailto:virginie.tries@gmail.com). Tel : 06 75 72 41 20

### Sonothérapie

La sonothérapie, massage vibratoire, est une approche thérapeutique qui utilise les ondes sonores et les vibrations pour améliorer la santé physique, mentale et émotionnelle. Les instruments utilisés doivent être particulièrement riches en harmoniques. Le passage des vibrations à travers le corps va apporter détente et relaxation très profondes en débloquent des zones de tension : progressivement, les tensions psychocorporelles diminuent, les blocages énergétiques se dissolvent, favorisant l'auto guérison.

Nathalie Mauvais pratique à l'Ecurie à Vézelize. Elle propose des séances de groupe mensuelles (7-8 personnes, mercredi ou vendredi) ou individuelles, d'une durée d'une heure. Elle utilise principalement, pour ses immersions sonores, 8 bols de cristal, mais parfois la voix ou d'autres instruments.

Contacts : [nathm@ik.me](mailto:nathm@ik.me) ou 06 83 19 44 64

### Sophrologie

La sophrologie permet de retrouver un équilibre entre le corps, l'esprit et les émotions pour être bien avec soi-même et avec les autres. Cette méthode naturelle vise un bien-être, de la détente. Elle permet des prises de conscience conduisant à porter un regard différent sur ce qui nous entoure.

Christelle Vagner, vézelisienne, est sophrologue. Elle est éducatrice spécialisée de formation, elle pratique depuis 10 ans la sophrologie ce qui l'a amenée à suivre une formation avec une certification RNCP (Répertoire National des Certifications Professionnelles). Mme Vagner anime un atelier hebdomadaire à l'Espace Santé à Pulligny et des ateliers découverte pour adultes et enfants. Prochainement, elle mettra en place des séances destinées aux étudiants (avant les examens). Elle exerce aussi à la maison de retraite de Bayon pour les résidents et les salariés.

Elle est en lien avec plusieurs structures périscolaires.

Contact : 06 21 90 29 90, [vagnerchristelle@orange.fr](mailto:vagnerchristelle@orange.fr)

### Yoga

Le sens du mot est très large. Sa racine vient du sanskrit «jug» qui signifie mettre ensemble, notamment le corps, le cœur et l'esprit. C'est une discipline philosophique et spirituelle qui n'est pas pour autant une religion. Cette discipline est née en Inde il y a environ 3000 ans.

Le yoga s'adapte à chaque pratiquant, il n'y a pas de compétition. Son but est l'apaisement du mental avec la découverte de notre nature profonde. Il aide les êtres humains à traverser la souffrance et à trouver l'unité et la joie dans leur corps et leur âme. Le yoga n'est pas que postural. Les pratiques de postures sont bénéfiques pour la santé et sont un support à la méditation.

Céline, qui enseigne à Voinémont, est sage-femme de formation. Elle a rencontré le yoga il y a 7 ans. Elle a voulu en apprendre davantage et elle a suivi une formation de 200 h certifiée par Yoga Alliance. Elle est actuellement élève à l'école du yoga de Metz. Ses cours ont lieu à Voinémont le jeudi 18h30-20 h (contact : comité des fêtes 07 68 36 83 38) et à Flavigny, dojo de la salle des sports, 20h15-21h30.

(contact : asso FlavYoga [flavyoga.assoc@gmail.com](mailto:flavyoga.assoc@gmail.com), 07 70 70 88 55)

## Citoyenneté

**CTJEP** : seconde édition de « partage ton café, ou ta tisane » sur le thème : les missions du bureau associatif, ouvert aux bénévoles et/ou salariés des associations de la CCPS. 17/02, 9h30-12h à la Maison des animations de Vaudigny, sur nscription (CCPS).

### Carte scolaire :

Déclinaison académique sur Nancy-Metz : 120 postes en moins en premier degré (54 en Meurthe-et-Moselle plus 38 en Vosges) et 54 en moins dans le secondaire, pour les localités, attendre encore un

peu : CSASD le 24/01, CDEN le 03/02, inquiétudes pour une classe à Vézelize et une autre sur Ceintrey.

**Programme d'action régional** pour la protection des eaux contre la pollution par les nitrates d'origine agricole.

Participation du public par voie électronique sur les sites internet : <https://draaf.grand-est.agriculture.gouv.fr> et <https://www.grand-est.developpement-durable.gouv.fr/grand-est-avis-de-participation-du-public-a22308.html>

#### **Don du sang :**

05/02, Vincey, 15h30-19h30, Rue du 8 Mai 1945

#### **Permanences de la Gendarmerie dans des mairies**

**Tantonville**, les Lundis, 14h-16h ;  
**Ceintrey**, les Vendredis, 14h-16h ;  
**Goviller**, 05/02, 04/03, 14h30-17h30, 1ers lundis ;  
**Saint-Remimont**, Mardi 13/02, 10h-12h ;  
**Grippport**, Jeudi 29/02, 16h-18h ;  
**Frolois**, 05/02, 04/03, 8h30-12h, (1ers lundis) ;  
**Flavigny**, 07/02, 06/03, 15h-17h (1ers mercredis) ;  
**Thélod**, 03/02, 02/03, 10h-12h, (1ers samedis) ;  
**Pulligny**, 09/02, 14h-17h (2èmes vendredis) ;  
**Pierreville**, 19/02, 15h-18h (3èmes lundis) ;  
**Xeuilley**, 24/02, 9h30-11h30 (4èmes samedis).

#### **Collectes :**

> Les bouchons plastique de bouteilles à Omelmont, 1, rue de Lorraine (à côté de l'Église, affiche).

> Les anciennes radios à la pharmacie de Vézelize.

#### **Activités du Relais Familles du Saintois (RFS) ; Vézelize**

2, rue J-Baptiste Salle, [relaisfamilles.saintois@famillesrurales.org](mailto:relaisfamilles.saintois@famillesrurales.org)

**Jeunesse** : Informations et renseignements :

[emmanuelle.donot@famillesrurales.org](mailto:emmanuelle.donot@famillesrurales.org) ou 07.77.04.95.76

- Zone ados les mercredi après-midi à partir de 11ans
- Du 26 février au 8 mars deux semaines de chantier loisirs programme à définir a partir de 11 ans sur inscription
- Pendant les vacances scolaire deux soirées seront organisées une soirée lycée et une soirée collège date à définir sur inscription

**Numérique** : Informations et renseignements :

[daniel.mercy@famillesrurales.org](mailto:daniel.mercy@famillesrurales.org) ou 06.41.09.28.76

- Atelier collectifs Haroué
- Club informatique 1 jeudi /2 sem. impaire (01-15-29/02) 18h-21h
- Atelier individuel numérique sur rdv

**Solidarité** : Informations et renseignements 03.83.53.39.08 ou 06.63.94.86.19

- Permanence juridique 10/02 sur RDV
- Atelier d'échange et de savoir "confection de sac à tarte"

**Parentalité** : Information et renseignements :

[aurore.andre@famillesrurales.org](mailto:aurore.andre@famillesrurales.org) ou 06.41.40.76.50

Lieu d'Accueil Parents Enfants tous les lundi et mercredi matin de 9h à 12h gratuit sans inscription

- Ludothèque drive
- Dressing enfants (0-8ans) gratuit.
- Aide aux devoirs et ouverture culturelle pour les CM1 et CM2 scolarisés à Vézelize

#### **Culture**

- Une bibliothèque en libre accès, sans contrainte de temps d'emprunts et une adhésion gratuite (une bibliothèque ados est présente au dernier étage de la structure)

- Ateliers socio culturels pour parents et petits enfants (ex : pop up)

**Permanences partenaires** : dans les locaux de Familles Rurales :

Système d'Echanges Locaux (SEL) 10/02, 2èmes samedis), 9h30-12h

- **Retravailler Lorraine** : lundis, sur rdv 03.83.31.29.37.

**Mission Locale** mercredis (et les derniers mardis du mois matinée)

sur rdv 03.83.64.57.57. Aussi présente à la MDS de Vézelize (mardis matin, sauf le dernier mardi du mois), à la CCPS à Tantonville (vendredis, journée) et en mairie de Neuveville-sur-Moselle (premiers jeudis du mois -01/02- en matinée).

- **CPAM** les vendredis après midi, locaux du RFS, rdv sur [ameli.fr](http://ameli.fr)

- **Impôts** : prendre rdv sur [impots.gouv.fr](http://impots.gouv.fr)

- **Service social Caisse d'Allocations Familiales** : prendre rdv auprès de la CAF ou 03.83.53.39.08.

- **Point conseil budget UDAF** : prendre rdv 03.83.53.39.08.

**France Services** : les agents France Services vous accueillent et vous accompagnent pour toutes vos démarches administratives du quotidien au sein d'un guichet unique.

NB : À Bayon (Poste, 18 avenue de la Gare 03 83 42 86 88)  
Permanence aussi à **Diarville** (ancien presbytère, rue du Docteur Midon) les vendredis 13h30-16h30, et à Mirecourt, Charmes...

- **Juridiques** : 10/02, 10h-12h, sur rdv 03.83.53.39.08, local du RFS

#### **Autres permanences**

**Du conciliateur de justice sur rendez-vous** en mairies de **Vézelize** le 1er mardi (06/02) 9h30-12h, **Haroué** 2ème jeudi (08/02), 14h-17h, **Bayon** 3ème jeudi (15/02) 13h30-16h30, **Charmes** (mercredi 9h15-11h30), **Poussay** (mardi 10h-12h)

**fiscales** : La Direction Départementale des Finances Publiques de Meurthe-et-Moselle propose des permanences, 5 rue de Choiseul, Haroué, les 1ers et 3èmes mardis (**06 & 20/02**, 9h- 12h).

#### **Relais Petite Enfance (RPE)**

72, rue des Frères Tourtel, 54116 Tantonville  
Permanences téléphoniques (03 83 28 08 77) et accueil : Lundi & Vendredi, 13h-17h, Mardi 13h-18h, Mercredi 8h-12h,

#### **Mobilités**

Covoiturage local et soildaire dans l'entreprise, existe sur le secteur de Mirecourt, voir [www.atchoum.eu](http://www.atchoum.eu)

Rapport du Sénateur du 54 Olivier Jacquin sur les mobilités en campagne : <https://www.senat.fr/rap/r20-313/r20-313.html>

**Ligne Cars Ter L06c** : Ses horaires, lien vers leur site :

<https://ter-fiches-horaires.sncf.fr/publish/L06C%20du%2010%20%C3%83%C2%A9c%20au%205%20juil%20v3.pdf>

**Ligne de trains Nancy-Epinal**, via Bayon et Charmes

<https://ter-fiches-horaires.sncf.fr/publish/L04%20du%2010%20%C3%83%C2%A9cembre%20au%205%20juillet.pdf>

## **Solidarité**

**Centres communaux d'action sociale (CCAS)** : Facultatif dans les communes de moins de 1500 habitants. Aides possibles sur dossier.

#### **Maisons des Solidarités**

**Vézelize (CD54)** : Le Conseil Départemental 54 et la Maison Départementale des Solidarités de Vézelize (3, place du Château, Vézelize - 03.83.26.90.12) vous accueillent du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-17h. **Fermé le mardi après midi**

**Autres points d'accueil** sur RV au 03 83 26 90 12

**Favières** : mairie, 18, rue de l'Abbé Lenfant

**Virecourt**, maison des services, 3, rue de la Gare

**Charmes (CD88)**, 11 rue Goulette, 03 29 38 13 08

Accompagnement de démarches sociales, familiales, les mardis et jeudis 9h-12h + 14h-17h, autres jours sur RV (L, Me, V)

#### **Portage de repas à domicile**

> **Vézelize** : contact : ADMR Vézelize 15 place de l'Hôtel de Ville.  
Lundi et mardi matin : 9h-12h ; Jeudi après midi : 14h-16h ;

Vendredi : 9h-12h ; 14h-16h

Par téléphone tous les jours de semaine : 9h-12h ; 14h-16h ; au **03 83 47 05 52**. Par mail à : [admr.saintois@fedes4.admr.org](mailto:admr.saintois@fedes4.admr.org)

> Mirecourt : <https://www.mairie.com/admr-mirecourt-88500-mattaincourt-4c2dabbc474af-fd.html?q=7>

Aussi le restaurant « L'Abondance » (rens. : 03 29 37 29 29)

> Charmes : <https://www.mairie.com/admr-charmes-88130-charmes-4c2dab9d69d56-fd.html?q=7>

### **Restos du cœur**

**Haroué** : 14 rue des Écoles 03 83 47 28 95.  
Campagne d'hiver 2023-2024 : Distributions les vendredis, 14h-16h, inscription possible toute l'année sur critères (on peut s'informer au local lors des distributions). Vestiaire gratuit, bibliothèque, vaisselle et jouets, accessoires de dépannage pour familles (exemple : poussettes), épicerie.

NB : collecte à Ceintrey, 10/02, 9h-12h, solle associative multi accueil petite enfance. (Face à la mairie de Ceintrey) : collecte de denrées alimentaires sèches, non périssables {pas de produits frais} en deçà de la date limite de consommation, Produits de toilette et d'hygiène, produits pour bébés. (Animation rurale)

**Battigny** : Rue des Vignottes, Aide alimentaire, Vendredi, 14h-16h

**Bayon** : Ruelle des Hauts Fossés, 06 68 92 01 57

Aide alimentaire, vestiaire, bibliothèque, vaisselle, (02 & 16/02 sous réserves), 13h30-16h, inscription toute l'année sur critères.

**Charmes** : 16, rue des Capucins, Jeudi, 9h-17h

**Mirecourt**: Espace Flambeau (sous-sol)

Inscriptions et distributions : vendredis 14h-16h

### **Secours catholique**

**Vézelize** : 6, rue Notre-Dame, 06 79 49 48 76

Permanences les 1ers et 3èmes lundis du mois (05 & 19/02 sous réserves). Activités manuelles et créatives, recyclage, 14h-16h30 suivies du goûter partagé, tous les lundis, 14h-17h.

Groupe de partage de vie, le jour peut changer, téléphoner.

**Bayon** : Ruelle des Hauts Fossés ; 06 07 62 13 84. Permanence les mardis 14h-17h ou sur RDV. Activités ludiques les mardis 14h-17h avec goûter et café. Aides possibles après étude du dossier

**Charmes** : 2, rue de Rozelieures, 07 57 46 72 21

[secourscatholiquecharmes@orange.fr](mailto:secourscatholiquecharmes@orange.fr)

Accueil, aides aux personnes en difficulté.

Café sourire le 4ème vendredi de chaque mois de 9h à 11h (23/02).

**Mirecourt** : 1, rue Pré-Perron, près de la poste, 03 29 37 17 13

Boutique ouverte à tous, vêtements, linge de maison, vaisselle, bibelots : Jedis 8h30-11h30 + 13h30-18h

### **Secours Populaire**

**Vézelize** : 06 28 66 88 60 : Distribution alimentaire au local sur critères et dossier, **06/02 – 05/03**, 10h-12h, également vestiaire pour tous, mardi, jeudi (10h-16h), vendredi (10h-12h). **Solidaribus**

**le 15/02 (3ème jeudi)**.

**Pulligny** :

Solidaribus 19/02, 14h-17h, place du Foyer Socio-culturel, conseil numérique (3ème lundi). Aussi aide solidaire, alimentaire, vestiaire.

**Charmes** : 10, rue du Président Kennedy, toute l'année, 2ème Jeudi (08/02), 9h-17h : distribution alimentaire sur inscription par dossier.

**Mirecourt** : 4, rue Pasteur : Vestiaire mercredis 14h-16h, distribution de colis alimentaires sur inscription une fois par mois

### **Collecte pour sans-abris**

Houdelmont (9, rue de l'Église), 06 61 74 04 35.

Vêtements masculins (pantalons de survêtement, jeans, tee-shirt, chaussettes et sous-vêtements) et les produits d'hygiène.

**Le Cabas 54** : 06 66 15 03 41, [lecabas54@gmail.com](mailto:lecabas54@gmail.com)

Épicerie solidaire itinérante en lien avec la Banque Alimentaire.

Distributions alimentaires dans le Saintois, à domicile ou sur lieu de rendez-vous, 2 fois par mois. Sur conditions de ressources, inscriptions à la maison des solidarités ou par une assistante sociale.

### **Croix Rouge Charmes** :

16, rue des Capucins, 03 29 38 83 73, Lundi 14h-16h, Jeudi, 9h-11h

### **Permanences du CIDFF (Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles)**

**Bayon** : en mairie 1er mardi après midi du mois (06/02), 13h30-16h30, sur rendez-vous.

**Mirecourt** : à la maison de la Famille - 9 bis, rue des Pampres : Les jeudis après-midi en semaines paires (08 & 22/02), Sur RDV au 03.29.35.49.15 ou au 03.29.37.10.35

### **Conseil numérique**

**Pulligny**

13 & 27/02 (mardis, semaines impaires), 9h30-11h, salle du conseil en mairie, initiation informatique par un animateur agréé, reste peu de places à ce jour, Familles Rurales, 06 88 06 81 39.

**Flavigny**

Conseiller numérique, 12/02 (2èmes lundis), 16h30-17h30, Médiathèque, 06 07 99 82 57 / 09 74 36 04 59

## **Santé & Bien-être**

**Le collectif Nous vieillirons ensemble dans le Saintois** organise une action de prévention sur le numérique à travers des ateliers numériques sur tablette. Ci-dessous des indications pour les inscriptions :

- Le partenaire et animateur de ce projet : SOS futur
- Public : personnes âgées de plus de 60 ans
- Nombre de séances : 10 (avec chacune une thématique concrète)
- Date : tous les jeudis à partir du 01/02/2024 jusqu'au 04/04/2024
- Lieu : Roville-devant-Bayon
- Coût : gratuit

Les inscriptions sont à prendre auprès de : Maxim LEDOUX, chargé de mission, 07.86.45.55.75, [collectifsaintois@gmail.com](mailto:collectifsaintois@gmail.com)

**Services de soins infirmiers à domicile (SSIAD)** : Ils interviennent à domicile pour dispenser des soins aux personnes âgées et à celles en situation de handicap. Ils contribuent à accompagner les personnes à leur domicile. Leurs interventions sont prises en charge par l'Assurance maladie. Elles se font sur prescription médicale.

> **Haroué** :

Association de Services et d'Aides aux Personnes Agées : 54740 HAROUÉ, Tél : 03 83 52 49 29

> **Vézelize** :

EHPAD Saint-Charles, 03 83 15 20 88, 03 83 15 20 80.

### **Sophrologie**

> **Pulligny** : Ateliers de sophrologie à l'Espace Santé de Pulligny 64A route de Ceintrey de 9h45 à 10h45 au tarif de 15€.

- samedi 10 février 2024 : S'apaiser
  - 17/02/2024 : Bonjour Mme Tristesse (pour les 6-10 ans).
- Renseignements et inscriptions : Christelle Vagner, 06 21 90 29 90.

> **Tantonville** :

Relaxation de 17h30 à 18h30 et Sophrologie de 19h à 20h.

Première séance gratuite. Contact 06 86 75 50 81. La salle se situe à côté de la mairie de Tantonville au 2ème étage sans ascenseur.

### **Benney** :

> **Naturopathie** (Aurélie Beuvelot) et **sophrologie** (Caroline Caudron), 06 76 62 02 98.

> Cabinet de **sophrologie** et de **développement personnel**

Khémisa LOUAHEM, sophrologue et coach en développement personnel, 27 rue de l'Echo 54740 Benney

Consultations sur rdv de 08h30 à 20h30 du lundi au vendredi et le samedi de 09h00 à 13h00 au 07.56.83.24.86

Tous les mercredis, sont organisés des ateliers pour enfants de 4 ans

à 12 ans : l'atelier ludique des émotions.

**QiGong** : Mercredi, 10h15-11h30, Haroué, Salle Polyvalente, Praye  
Jeudi, 10h15, Houdelmont, Jeudi, 18h30, Virecourt, lundi, 17h30-18h45 + 19h-20h15, cours hebdomadaires de Cécile Barotte.  
Renseignements 06 01 77 88 67.

## Activités culturelles

> **Vaudémont** : **Ferme Duval**, agencement et mobilier typiques  
Visite possible, mardi au dimanche, clef à retirer à l'auberge (8h30-15h, possibilité de la remettre ensuite dans la boîte)

> **Praye** : **Ma bonne étoile MBé** (6, rue des Nids), a cessé ses activités régulières de spectacles et d'expositions depuis janvier 2024.

> **Laneuveville-devant-Bayon**

11/02, 15h30, concert à l'église, ensemble « Lo Couarail » de Tonnoy, chansons populaires lorraines, entrée libre, participation libre,

**Thorey-Lyautey**

27/01, 17h, salle Polyvalente, lecture théâtralisée : « Héroïnes du quotidien » (Projet Cultur'elles)

> **Lecture**

**Bibliothèques**

**Vézelize** : Lundi 9h30-18h ; Mardi 9h-17h ; Mercredi 9h30-18h ; Jeudi 9h30-17h ; Vendredi 9h30-16h (Gratuite). Au Relais RFS

**Ceintrey** : Mardis & vendredis, 16h45-18h

**Diarville** : Mercredis 10h-12h, vendredis 16h-18h (Foyer Rural)  
Heure du conte aux veilles de vacances (23/02)

**Bainville-Aux-Miroirs** : modification

Lundis, 16h-18h (tous publics). Jeudis, 9h-10h, scolaires uniquement

**Thorey-Lyautey**

Bibliothèque municipale, installée dans la salle "Le local" et animée par Edith et Françoise - Les mercredis matin - Un vendredi après-midi sur deux - Un samedi matin par mois

**Haroué**

Mercredis 15h15-17h15 & Samedis 10h-11h30

**Tantonville** : Médiathèque

Mardi 17h30-19h, Mercredi 14h-17h, samedi 10h-12h + 14h-17h  
21/02, 10h-11h, atelier lecture parents-enfants

**Bayon** : Rue de Straelen

Mercredis : 10h – 12h + 14h - 17h30 ; Vendredis : 15h30 – 18h30 ;  
Samedis : 10h – 12h. Rens : [mediathequebayonnais@gmail.com](mailto:mediathequebayonnais@gmail.com)

**Instants lectures** : bébé lecteurs (0h30), heure des histoires (0h45),  
coup de cœur café ; sur réservation, Filoche (03 83 50 56 60)

**Pulligny**

14/02, 15h,

**Flavigny**

21/02, 10h30

**Médiabus** : [https://mediatheque.meurthe-et-moselle.fr/images/stories/PDF/2023-178-TOURNEE\\_MEDIABUS-DEP-A4-BD.pdf](https://mediatheque.meurthe-et-moselle.fr/images/stories/PDF/2023-178-TOURNEE_MEDIABUS-DEP-A4-BD.pdf)

> **Benney** :

10/02, salle des fêtes A. Moitrier, 20h30, concert-spectacle « Au coin de la rue », 5€, 0€ pour les moins de 12 ans, réservation conseillée au 03 83 25 06 08 (Comité des fêtes, Michèle Humbert)

> **Haroué** :

> **Château** : **Jusqu'au 31/03** : uniquement sur réservation groupes + individuels ; 9,50 €, Groupe adulte : 7,50 €, gratuit < 26 ans, parc 4€.

> **Théâtre d'improvisation**, Salle Polyvalente, Mardis 20h30-22h30, ados-adultes, 210€ (Foyer Rural)

09/02, 20h30, salle polyvalente, spectacle d'improvisation par la troupe des Improstillons, entrée libre, contact 06 48 06 10 15.

> **Peinture**, samedis (tous les quinze jours), 10h-12h, Foyer Rural,

> **Art des icônes** : cours gratuits les vendredis 9h-12h, salle Léon-Harmand, rue Pouget, on ne paye que le prix du matériel, infos complémentaires et contact 06 85 89 00 55 (Asso Ludo'Art)

**Flavigny**

03/02, 20h30, salle du foyer socioculturel, pièce de théâtre « Love, love, love », par la Cie « Les oiseaux de Mavra », parcours caustique tantôt drôle, léger et parfois dramatique qui pousse le spectateur à se questionner, 8€, réservations au 06 98 13 13 26, Association Loisirs et Culture.

> **Favières**

Théâtre : Salle des Petits Nez Rouges, 10€ ; étudiants ou demandeurs d'emploi 8€ ; <12 ans 6€ ; réservations : Sabine Blaettler 06-46-49-10-50 ou 03-83-53-44-83 :

10/02, 16h, « Tant bien que mal », Compagnie Mmm..., 1h25, dès 12 ans . Un hymne à la vie, qui fait rejaillir la beauté au milieu du drame, en restant toujours drôle.

> **Charmes**

02/02, 20h30-22h30, salle de l'Espée, théâtre « Vive les mariées », 8€ adultes, 5€ enfant, 06 72 94 62 30,

> **Mirecourt**

10/02 au 31/12, exposition « La fabrique de la musique », infos musée de Mirecourt, où le 10/02, 18h30 (1h15) aura lieu le lancement avec un concert, réservation 03 29 37 81 59 (5,50 €)

**Selaincourt**

Félicitations à Isabelle Greiber, pour son premier prix au concours photos de Flore 54

## Activités sportives

**Football** : **Régional 3**, trêve hivernale. **District**, trêve hivernale.

**Basket** :

**Mirecourt** (Nationale 3, poule H)

27/01, 20h, reçoit Schirrhein, 03/02, 20h va à Ozoir, 10/02, 20h, reçoit Sélestat, 24/02, 20h, se rend à Longwy, 02/03, 20h, reçoit Vitry-le-François.

**Bayon** (D2, 54) : 2ème phase ; 28/01, 9h, reçoit Villers, 03/02, 20h, se rend à Nomeny, 11/02, 9h, reçoit Houdemont, 18/02, 9h, reçoit la Porte Verte, calendrier : lien activable :

<https://resultats.ffbb.com/organisation/81f.html>

**Charmes** (Départementale, division 2) : 27/01, 18h, va à Corcieux.

**Handball** :

Tous les vendredis, hors vacances scolaires au gymnase du collège de **Vézelize** : De 17h à 18h30 pour les enfants nés en 2013-2014-2015. De 18h30 à 20h pour les enfants nés en 2011 et 2012.

Pratique ouverte aux garçons et aux filles pour tenter de les accompagner au mieux vers la compétition. Bayon Handball Club

**Mirecourt** (Excellence, poule 2) : 27/01, 20h, va à Neuves-Maisons, 03/02, 19h, reçoit Thionville 2, 10/02, 20h30, va à Bouzonville, 17-18/02, reçoit Saint-Dié, 24-25/02, reçoit Rambervillers.

**Tennis de table** – salle de Bainville trop petite pour accueillir du public, Bayon joue salle polyvalente de Bayon, rue de Straeten  
**2ème phase.**

Grand Est 4, Poule 15

**Charmes-Vincey**, 04/02, 9h30, va à Ballons des Hautes-Vosges, 18/02, 9h, va à Domfaing-Bruyères.

**Mirecourt**, 03/02, 15h, reçoit Thaon, 18/02, 9h30, va à Ballons des Hautes-Vosges.

Grand Est 5, Poule 12, **Mirecourt**

Grand Est 6

Entente **Bainville-Bayon**, (Poule 24), 02/02, 20h, reçoit Neuves-Maisons, 16/02, 20h, serend à Lay-Saint-Christophe.

**Charmes-Vincey**, (Poule 22), **Charmes-Vincey**, (Poule 23),

**Mirecourt**, (Poule 20)

Grand Est 7. Poule 7

**Bainville-aux-Miroirs** 2, 03/02, 20h30, se rend à Saint-Nicolas-de-Port, 16/02, 20h, se rend à Dombasle.

**Bayon**, 03/02, 20h, se rend à Essey, 16/02, 20h, reçoit Nancy-Jarville.

Poule 11, **Charmes-Vincey**, **Mirecourt**.

**Calendriers** : <https://www.lgett.fr/competitions/par-equipes/championnat-par-equipes>

**Badminton**

**Compétitions départementales**

**Flavigny** : D2 : 02/02, 20h30, reçoit Toul, 23/02, reçoit Nancy-Villers.

D3, 88 :

**Charmes** : exempt le 11/02

**Mirecourt** : 11/02, va à Saint-Dié, 10h contre Saint-Dié, puis à 13h30 contre Plombières.

**Badminton loisirs**

**Vézelize**, Pascal, 06 38 72 59 56, lundis 20h30-22h, 45€ l'an.

**Randonnées et promenades** : **Randonneurs du Saintois** :

<http://www.lesrandonneursdusaintois.fr/medias/files/randos-janvier-et-fevrier-2024--1.pdf>

> **Goviller** (Foyer Rural) : 3ème dimanche du mois (27/01, 18/02), 9h30, RV devant la salle des fêtes, 07 83 71 81 53

> **Autrey** Loisirs, 3ème dimanche (18/02), RV 10h, mairie.

## Alimentation et circuits courts

### Annonce maraichage de Parey-Saint-Césaire

Aurélien et Thomas, futurs maraîchers et transformateurs Bio en formation recherchent un terrain d'une superficie de 2 ha disposant d'un accès à l'eau et à l'électricité et d'une terre de qualité maraîchère (meuble, drainée, riche en matière organique). Ils cherchent une location, achat, ou reprise dans le pays du Saintois et le secteur sud-Nancy / Lunévillois.

### Socourt

« A la belle époque », épicerie-bar, 9, rue de Grelot, ouverte du lundi au samedi, 8h-20h

### Haroué :

Boulangerie « Le Fournil du Château » (fermeture les lundis), 6h-12h30 + 16h-19h, 6h-13h les samedis, 7h-13h les dimanches, tournées reprises de la boulangerie de Bralleville du mardi au samedi sur Vaudeville, Vaudigny, Xirocourt, Bralleville, Jevoncourt, Germonville, Affracourt. Tournée sur Battexey, Hergugney et Marainville les mardis, jeudis et samedis. Les personnes intéressées par ces deux tournées peuvent se signaler au 06 81 08 15 65. Deux employés ont été embauchés.

### Praye :

Boutique de producteurs locaux « Ma Bonne étoile » fermée le dimanche. Lundi 16h-19h, Samedi 9h-18h et marché légumes bios ou raisonnés Samedi : 9h-14h.

### Vroncourt

« Bergerie du Ouchy », vente directe de viande d'agneau, plats préparés, buffets fermiers, samedi 9h-12h, sur commande (06 81 96 95 50) et marchés de Haroué et Vézelize

### Thorey-Lyautey :

« La ferme de Germain », viandes bovines bio (pièces fraîches et steak hachés surgelés) et miel. Samedis, 10h-12h30, 2, rue de la Boudière, rens : 06 31 93 55 26 et [germain.deprugney@gmail.com](mailto:germain.deprugney@gmail.com)

**Benney** : Ferme des Salines : distributeur de viande, en extérieur devant chez Mougenot/ Crévéchamps.

**Ceintrey** : Vendredis, 16h-21h, place de l'Eglise, en direct d'Espa-

gne, agrumes, huile d'olive, miel d'orangers, turons, 06 07 39 93 85  
Aussi à **Thélod** le jeudi de 17h à 20h

**Housséville** : Ferme de la Croisette, foie gras, conserves traditionnelles, magrets, 03 83 25 31 55

**Mirecourt** : Bioziq : les vendredis, square Bonn-Beuel, lieu de distribution de produits bio et locaux et d'information sur les initiatives citoyennes pour la culture et l'environnement.

### Marchés

> **Haroué, Vézelize, Germonville / Bainville-aux-Miroirs, ALPA, Bouxurulles / Mattaincourt** : reprise en mars.

> **Bayon**, place du Château, Mercredis, 8h-12h.

> **Charmes**, Place Henri Breton, Vendredis, 8h-13h.

> **Vincey**, Place Mairie, 9h-12h, 1er + 3ème dimanche (04 & 18/02)

> **Mirecourt**, Place Jeanne d'Arc, Samedis, 8h-13h.

### AMAP

> **Flavigny**, garage du Chaubourot, jeudis 17h30-19h, pain, légumes bio, poulets, œufs, fromage de chèvre, ventes exceptionnelles (bière, épicerie vrac, agrumes, miel...)

> **Bayon**, maraîchage, œufs, poulet, bœuf, mouton, chèvre, fromage de chèvre. Maison de retraite, accès 3, rue F. Bassot, les mercredis 17h30-19h – groupe d'achats épicerie le 1er mercredi du mois (07/02), plus d'infos sur place et : [paniersdeleuron@free.fr](mailto:paniersdeleuron@free.fr)

**Pizzas et autres camions itinérants** : Merci de nous les signaler

\* Pizza le Vénus : Mercredi soir Vézelize, Jeudi sem impaire Bayon (01-08-15/02), Vendredi Ceintrey

\* Lemainville **Pizza Nostra** les lundis de 17 h 30 à 19 h 30 (06 70 75 29 37), jeudis à Pierreville (sem paires : 08-22/02) et Xeuilley (sem impaires : 01-15-29/02)

\* Benney au **bar épicerie** les vendredis, samedis et dimanches de 19h à 21h (03 83 24 69 60)

\* Socourt (Mardi sem paires : 06-20/02), Griport (Mardi sem impaires : 13-27/02), Praye (Mercredi sem impaires : 14-28/02), Xirocourt + Thorey-Lyautey (Jeudi sem impaires : 01-15-29/02), Vroncourt (Jeudi sem paires : 08-22/02), Diarville + Goviller (Vendredi), Haroué (Samedi), St Firmin + Favières (Dimanche), 17h30-21h, camions **Pizza Volcano**, commandes en ligne jusqu'à 16h30 / téléphoner dès le matin au 06.22.27.95.64

\* Saint Remimont : mercredis 07 & 21/02, 18h30-21h, devant la mairie, 06 66 29 99 03 (Pizza Jérôme)

\* Roville-devant-Bayon les mardis et Haroué les mercredis, Food'bois 18h-21h

\* Mazirot, 17h30-21h30, 1er jeudi (01/02), 06 49 19 55 79, La Roulotte.

\* Laneuveville-devant-Bayon : Distributeur d'œufs frais Grande rue 24 h/24 "Les œufs du Bassigny" élevage de plein air.

Pizza ambulante mercredi soir mensuel (14/02) dès 18h sur la place du village Gigipizza, commande dès 16h, 06 19 35 54 99.

> **Café mobile** : 06 11 71 28 62 [lulu.bistrotitinerant@hotmail.com](mailto:lulu.bistrotitinerant@hotmail.com), pause hivernale, retour en mars.

> **Ferme d'Etrevail** : food-truck au G20 les 3 premiers samedis matins du mois

> **Xirocourt** : 03.65.67.02.23 - [www.lafermedeschanottes.fr](http://www.lafermedeschanottes.fr)

Restaurant-bar à vins « Le Gaigne », 8 rue de Nancy, 54740 Xirocourt, des plats bons et beaux, cuisine de saison, réalisée à partir de produits frais et locaux, privatisation possible du restaurant pour des événements. Ouvert lundi, mardi midi, jeudi, vendredi midi et soir, samedi soir.

**Sion** : Le relais de la colline « Chez la Fanette » à côté de la basilique. Pour plus d'information 03.83.52.39.98

**Vaudémont** : Auberge rouverte depuis le 16/01

## Autres animations

### Carnaval

18/02, 15h, Gripport, défilé, départ de l'ancienne école puis goûter (Familles Rurales)  
24/02, Goviller, (Foyer Rural)

Sion : Magasin solidaire fermé en février

### Lotos

04/02, 14h-18h, Loto, salle socio-culturelle de Pulligny, sur inscription, accueil dès 13h30, Familles Rurales, 07 50 43 46 94  
10/02, 19h, salle des fêtes de Tantonville, Loto des pompiers d'Haroué sur réservation au 07 56 47 84 12, restauration sur place  
17/02, salle du réfectoire du collège, Loto des Amis de Vézelize

Ormes-et-Ville :

15/02, 15h, rencontre inter-générationnelle, Association du Bas de la Grange, 06 55 61 90 98.

Bainville-aux-Miroirs : Foyer Rural : 24/02, 19h, repas couscous

Haroué :

salle polyvalente, lundis, 14h, jeux de société, tricot, goûter.

Goviller :

03/02, 08/03, Jeux, Foyer Rural, 07 83 71 81 53

Autrey : (Autrey Loisirs)

Soirées jeux de cartes, 2èmes vendredis (09/02), 20h30, en mairie

Roville-Devant-Bayon : 03.83.72.92.38, [mjc.roville@gmail.com](mailto:mjc.roville@gmail.com)

<https://www.saintoisetmoi.fr/programme-mjc-roville-2022-2023>

Diarville : Foyer Rural :

Couture 1er mardi (06/02, 19h30), périscolaire école maternelle, 40€ (dont 10€ d'adhésion au foyer), possibilité de séance d'essai.  
Gymnastique (Salle Polyvalente) : lundis 10h30-11h30 et mardis 18h30-19h30, 70€ (dont 10€ d'adhésion au foyer).

Ateliers enfants : dates et activités ponctuelles

Xirocourt : > éco-lié, Tiers-lieu, 22 rue du cdt Dussaulx et Le Verger de Vincent : 22 rue Frédéric Chopin [etre.eco.lie@gmail.com](mailto:etre.eco.lie@gmail.com)

Ouvert à toutes et tous, sur adhésion à prix libre !

27 & 28/01, 24 & 25/02, dès 9h, labo sauvage dont fauchage, dés-herbage, entretien de haies, perchoirs, comptage d'oiseaux.

**27/01, 24/02, 10h-17h, Atelier menuiserie participatif, initiation à la menuiserie.** Matin animé par Pierre-Antoine, on apprend ensemble une technique ou à utiliser un outil. Do it yourself aussi en « couture », « mécanique vélo », « fermentation » plus sciences participatives (au verger)

27/01, 24/02, Soirée jeux 19h-23h, dès 18h : karaoké

02/02, 01/03, 18h-19h, cercle programmation

06 & 20/02, 13h-14h « Devis à vis »

17/02, 18h-22h, Karaoké

23/02, 18h-19h, Agora, temps d'accueil, de rencontre des nouveaux adhérents. Temps aussi pour exprimer besoin, envie, projet.

Housséville : Sport et culture (adhésion 5€, 06 45 64 46 13)

Danse en ligne, salle polyvalente, jeudis 20h-21h30, 60€ l'année

Thorey-Lyautey / Dommarie-Eulmont :

23/02, 18h30-20h30, Local, moment d'échange, de partage d'informations et de convivialité autour d'un verre de l'amitié (Commune de Thorey)

09 & 23/02, 14h30, Local à côté de la mairie de Thorey-Lyautey, Rendez-vous du vendredi, jeux, convivialité, gratuit, contacts : 06 24 39 75 56 ou 03 83 25 18 12 (MJC de Thorey et Dommarie-Eulmont en fête)

Courcelles : Foyer Rural, 03 83 52 33 76

27 & 28/01, Week-end ski à Saint-Maurice-sur-Moselle.

29/01, 20h30, salle communale, réunion avec les habitants pour connaître leurs besoins (Centre social Jolibois)

Gripport : Familles Rurales, adhésion 25€/an pour toute la famille Mercredis, 14h, salle des Charmilles, club « Part'âges »  
27/01, 17/02, 11h-12h, « Baraque à jeux », pkg salle des Charmilles.  
18/02, carnaval, voir encadré.

02/02, 19h-21h30, ancienne école, soirée ados (dès 11 ans) pour les jeunes de Gripport, Bainville et Lebeuville : « pizza-projets », pizza et boissons offertes, inscriptions avant le 31/01 au 06 26 05 91 05, (Familles rurales, Foyer rural, Liebodis Vill'Anim et CTJEP)

Frolois :

Foyer Rural, Salle Socio-Culturelle, rens. : 06 31 14 24 32

> Yoga sur chaise, jeudis 9h30-10h45 (lieu : mairie)

> Yoga sur tapis, jeudis 20h-21h15

> Théâtre, jeudis, 17h30- 18h45, primaire (dès 6 ans) et collège

Saint-Remimont

Jeudis après-midis récréatifs, 14h, jeux de cartes, salle Polyvalente

Flavigny :

> L'association "Les Traits Vivants" propose des cours de danses de salon (valse, rock, tango etc...) les mardis au gymnase de l'IME, parking rue du Prieuré à Flavigny-sur-Moselle de 17H30 à 22H00.  
Renseignements : Tel: 06 40 19 34 21 ou 06 21 88 42 26, mail : [lestraitsvivants.danse@orange.fr](mailto:lestraitsvivants.danse@orange.fr)

> 11/02, 14h, salle du foyer socio-culturel, concours de belote de l'ARPA, inscriptions sur place dès 13h30, 12€, buvette

Xeuilley : Maison Pour Tous

Mardis : Jeux de société, dès 20h, salle polyvalente Fisson, sauf 1er mardi du mois (06/02, Brasserie La Chop'in), 07 61 86 41 91

Bayon et Bayonnais :

Activités associatives et Jeunesse (suivre les onglets) :

<https://www.jeunesseeterritoireuron3m.com/>

Charmes :

11/02, 12h-19h, Hôtel de Ville, repas dansant Saint-Vincent du Pays de Charmes, 27€ adultes, 12€ enfant, 06 74 86 23 50

17/02, 19h30, salle des fêtes, repas dansant, 22€ (Association Trait d'union, écoles Breton et Folies), inscriptions : 06 99 60 69 50

Sites <https://roadbook.tourisme-epinal.com/r/leaflet/les-animations-du-mois/>, <https://ville-charmes.fr/fr/>.

Vincey

28/01, 25/02, 7h30-15h, brocante, vide-grenier, bourse multi-collecion en salle, 11 rue d'Alsace, entrée 1€, buvette, petite restauration

Mirecourt :

> Agenda : <https://www.tourisme-mirecourt.fr/>

> Musée : <http://www.musee-mirecourt.fr>

> Cinéma le Rio. Horaires : <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=cin%C3%A9ma+rio+mirecourt>

> Mardis 17h30-18h30, 4, rue Clémenceau, permanence de l'UL-CGT, RV individuels : contact : 06 25 46 00 24

## Pour nous contacter

Courrier : 1, rue de la Carrière, 54330 Vézelize, tél : 06 15 43 61 39.  
mail en vue annonce : [jeanclaud.bresson54230@gmail.com](mailto:jeanclaud.bresson54230@gmail.com),

N°36, en mars 2024, sortie prévue fin février 2024

SSN 2781-3592, impression par nos soins, dépôt légal à parution,  
rédaction : Marie-Thérèse Crépin-Nicolas, Antonio Cavallaro,  
Bernard Jabiol ; directeur de publication : J-C Bresson.

Merci de ne pas jeter sur la voie publique.

« L'honneur d'un pays ne réside pas dans la beauté de ses monuments mais bien dans le fait que tous ses habitants ont un toit »  
(Abbé Pierre)

Merci à tous ceux qui mettent le journal à disposition, par site, panneau pocket, intra muros, version papier, affichage, ou autre.