Saintois & moi

Novembre 2026, n°68

Page 1, Zoom / Pages 2-3, Citoyenneté / Pages 3-4, Santé, bien-être / Pages 4-5, Économie, emploi / Page 5, Alimentation, circuits courts / Pages 5-6, Activités sportives / Pages 6-7, Activités culturelles Pages 7- 8, Autres animations - infos / Page 8, Contacts

Merci aux lieux et collectivités qui mettent le journal à disposition, par divers moyens. NB :*semaines impaires, ** semaines paires
Merci de ne pas jeter sur la voie publique., https://www.saintoisetmoi.fr

Saintois & moi...

Annonce nouvelle ? Dans le mensuel
Régulièrement ? Au supplément
Sur la durée ? Dans celui de l'année

« Saintois et moi » a eu les honneurs de « Déclic midi » sur Radio Déclic, le 30/09/2026, merci à eux, lien avec l'émission : https://hearthis.at/radio-declic/260930declicmidipad01saintoisetmoi/

MERCI

À toutes et tous pour la votation citoyenne des Trophées Grand Est Associations 2026 qui nous a placés deuxièmes avec 362 votes, après une compétition serrée, dans la catégorie projet en milieu rural. Merci aussi à tous les acteurs locaux qui ont relayé l'information (mairies, associations, lecteurs, lieux de dépôts...). Marie ira nous représenter samedi 14 novembre à Metz pour recueillir notre prix de 1500 €.

l'Atelier du Relais Familles de Vézelise

L'Atelier du Relais Familles de Vézelise s'est installé depuis plus d'un an dans l'ancien Palais de Justice (ancienne mairie de Vézelise), rue des Loges à l'angle de la rue Léonard Bourcier.

Après un espace accueil et café, il y a une salle de réunion, de travail puis l'atelier (Fab-Lab) en photo ci-dessous.



Le Fab-Lab est bien équipé : une graveuse découpeuse laser, 2 imprimantes 3 D (une 3ème est en cours de montage) et des ordinateurs ; une brodeuse numérique est commandée.

L'Atelier offre énormément d'activités au public de tout âge.

D'une part, les activités régulières :

-les Échappées du Numérique, mercredi 14h-17h , pour l'impression numérique, le codage, les podcasts, les vidéos, la découpe laser, accessible à partir de la 6ème, 25 €/trimestre.

- le Tremplin à Projet, jeudi 14 h-17h, au service des projets des habitants pour tout public adulte, gratuit ou participation selon le projet, pour apprendre à faire soi même. Dans ce cadre, création d'objets pour personnes âgées ou personnes ayant des difficultés de préhension ; récemment, création d'une pince pour ouvrir les bocaux, d'un jeton de supermarché facilement maniable ou d'une réglette pour poser les cartes à jouer.

- le Répar & Connect, sur RdV pour prendre soin de votre ordinateur (trop lent, infesté de virus, mise en place de sauvegarde...), gratuit, tout public.

- le Club Numérique, 1 jeudi s/ 2, 18h-20h, moment d'échange autour des outils du numérique, avec ou sans matériel. Gratuit, tout public.

- Les Vendredis de l'Emploi de 13h à 15h, pour CV, lettre de motivation, accès aux plate-formes (pôle emploi,...) et réseaux sociaux, simulation entretien. Gratuit.

Les autres activités :

- Pendant les vacances scolaires, des projets pour les jeunes.

- Reconditionnement de PC, ce qui permet le point ci-dessous,

- Mise à disposition d'ordinateurs pour les personnes à faible revenus. Ceux-ci sont sous Linux (libre de droits) et les logiciels sont aussi libres de droits.

- Possibilité d'installer du matériel pour enregistrer une émission de radio (¼ h d'installation) et aussi pour une émission de télé (1/2h d'installation), sur demande,

- Plusieurs fois dans l'année, mise en place de cycles de 8 à 10 séances pour initiation au numérique pour débutants et, ensuite, approfondissement des connaissances, sur inscription,

- Des actions ponctuelles avec les familles pour échanger entre enfants, parents et animateur sur le numérique.

L'atelier, c'est un lieu d'accueil autour du numérique pour répondre à tous les besoins du public.

Chaque mois, les infos sur les activités du mois ou à venir sont sur le mensuel Saintois et moi.

Pour prendre RdV 03 83 53 39 08 ou relaisfamilles.saintois, @famillesrurales.org

Merci au médiateur numérique et Fab Manager, Daniel Mercy pour son accueil.

Activités citoyennes

11 novembre, nombreuses commémorations de l'armistice de 1918

Cycle d'information et de formation Lundi 5/10, Cité des Paysages de Saxon-Sion, la 1ère soirée, « L'Automne de l'Urba », organisée par le pôle Aménagement de la CCPS et Terres de Lorraine Urbanisme (TdLU) a réuni près de 80 élus et secrétaires de mairie. Cette rencontre avait pour objectif de mieux faire connaître les outils, les services et les acteurs de l'urbanisme du territoire et de répondre aux questions concrètes rencontrées au quotidien par les communes dans un esprit à la fois pédagogique et convivial.
Programme : présentation du service TdLU, instruction des autorisations d'urbanisme, accompagnement des communes, découverte des cartographies dynamiques du territoire, Droit de Préemption Urbain, Taxe d'Aménagement, Plan Local d'Urbanisme Intercommunal.

Collecte de jouets (Covalom), jusqu'au 30/11, Ces jouets, en bon état, seront confiés aux associations locales de nos territoires, et redistribués aux familles bénéficiaires de ces structures : Les Restos du Cœur de Battigny, Familles rurales de Tantonville ,·CIAS Partego Vézelise. Points de collecte : déchetterie de Tantonville, et pour les utilisateurs habituels le Péris'cool de Benney et le SIS de Diarville

Maisons fissurées, réunions d'information publiques,sur la rétractation des argiles, 18h, dispositif expérimental en Meurthe-et-Moselle
03/11, Ceintrey, salle polyvalente,
05/11, Vézelise, Grenier des Halles
10/11, Housséville, salle polyvalente,
12/11, Bainville-aux-Miroirs, salle communale

Ciné-rencontres :
→ Cité des paysages, le mois du film documentaire
21/11, 16h-18h30, **Ciné-rencontre**, sur insc., avec Médiathèque 54
L'esprit des lieux, de Stéphane Manchematin et Serge Steyer
→ Ceintrey : Au jardin d'la Zabelle, présence de l'ancien maire d'Ungersheim, à l'origine du projet évoqué.
27/11, 18h, salle polyvalente, « **De la résistance a la résilience »**
Film documentaire de Marie-Monique Robin sur la résilience
Ce film montre le chemin parcouru par la commune d'Ungersheim (68), de l'opposition initiale au projet de centre de vacances « Pierre & Vacances » jusqu'à l'atteinte de l'autonomie énergétique (électricité, chauffage) et alimentaire (régie agricole municipale, épicerie solidaire), sans augmentation des impôts communaux depuis 2003.
Une vraie bouffée d'oxygène, à consommer sans modération
Organisée par Animation Rurale Ceintrey Voinémont (ARCV)
→ Tantonville Foyer Rural
13/11 - 20h à la salle des fêtes, « Au boulot ! » entrée gratuite. C'est un documentaire français de 84 min, réalisé en 2024 par Gilles Perret et François Ruffin, sorti en salles le 6/11/2024. Il suit l'avocate médiatique Sarah Saldmann confrontée au quotidien de travailleurs précaires.

Bayon : Une quarantaine d'habitants au petit-déjeuner de rencontre entre municipalité et habitants, une expérience qui sera renouvelée et qui pourrait inspirer d'autres localités.

Conseil Municipal de Jeunes en formation
Le CCAS de Voinémont et la municipalité souhaitent donner la parole aux jeunes du village, recueillir leurs idées, leurs envies et également leur faire découvrir la vie communale. Ainsi, ils vont proposer aux jeunes habitants de Voinémont de former un « conseil municipal des jeunes » et leur donner la possibilité de rencontrer les élus du conseil municipal pour échanger et espèrent construire avec eux leurs projets pour le village. Les jeunes concernés recevront prochainement un courrier pour participer à une réunion d'échanges sur le but et le contenu de ce nouveau conseil des jeunes. Si le projet leur plaît, ils pourront s'investir dans la limite de leurs possibilités dans la vie communale.

→ **Conseil des anciens**, Charmes, réservé aux membres,
→ Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de la Ville de Mirecourt lance une enquête jusqu'au 08/11 auprès des habitants afin de mieux connaître les besoins et d'identifier les actions à développer pour améliorer le quotidien de chacun. Lien : ctrl-clic

Charmes, cérémonie au monument Maurice Barrès, le 02/11, 11h

Don du sang :
09/11, 16h-19h30, Charmes, rue Grignon
17/11, 16h-19h30, Ceintrey, salle Victorin Michel
20/11, 15h30-19h30, Mirecourt, espace Flambeau
02/12, 16h-19h30, Bayon, Centre Culturel Henri Gaudel
Don de lait maternel : Le CHRU de Nancy cherche de nouvelles donneuses. Rens. 06 22 52 60 60 ; lactarium@chru-nancy.fr

Permanences de la Gendarmerie dans des mairies
Tantonville, lundi, 14h-16h ; Ceintrey, vendredi, 14h-16h ;
Goviller, 1er lundi 02/11, 07/12, 14h30-17h30.
Pierreville, (+ Pulligny + Frolois) 3ème lundi (19/11) 15h-18h ;
Thélod, (+ Xeuilley), 4ème samedi (28/11) 9h30-11h30 ;
Flavigny-sur-Moselle, 4ème vendredi (27/11), 10h30-11h30
Site : https://www.masecurite.interieur.gouv.fr ;

Activités du Relais Familles du Saintois (RFS) ; Vézelise
2 rue J-B. Salle, relaisfamilles.saintois@famillesrurales.org
Adhésion 25€ / an / famille / inscription 03 83 53 39 08 (uniquement pour club échecs et mobilité solidaire). **Atelier : ancienne mairie**
→ **Club d'échecs** : les jeudis, 17h20-18h30, 25€
→ **Bibliothèque** : Gratuit - entrée libre. Lundi au vendredi. Tout document, large choix en albums jeunesse récents et de qualité (pas de limite de nombre ni de temps d'emprunt).
→ **Parentalité** : 20/11, coin des familles à 18h groupe de parole thématique « la fratrie »
→ **Permanences partenaires** :
France Services de Vézelise au Relais Familles**.** Accompagnement des démarches administratives, envoi d'éléments, aide à la compréhension d'un courrier, simulation de droits et mise en relation avec les opérateurs publics. Un ordinateur avec internet (+ imprimante) peut être mis à disposition. Lundi au vendredi
Permanences juridiques, 2ème lundi (09/11)

Charmes et + : Système d'Échanges Locaux (Carpisel)
Rencontre mensuelle, 18h30, association quartier des Folies, 10 rue Kennedy, contact : carpisel88@gmail.com, 18/11,

Enfance, Relais Petite Enfance (RPE), Lieu d'Accueil Petite Enfance (LAPE), école

→ relaispetiteenfance@ccpaysdusaintois.fr, 72 rue des Frères Tourtel, **Tantonville**. Tél 03 83 28 08 77. Permanences et accueil : lundi, vendredi 13h-17h, mardi 13h-18h, mercredi 8h-12h.
→ **RFS** : Vézelise, **Lieu d'accueil Parents enfants (0-6 ans accompagnés d'un adulte)** lundi + vendredi, 9h-12h, accès libre (échanges, rencontres, jeux, informations...) gratuit.
→ **Bayon**, LAPE, mercredi, 5 rue des Hauts-Fossés
→ **Favières**, LAPE, jeudi, 8h30-11h, salle des petits nez rouges
→ **Charmes**, L'association du quartier Les Folies propose de l'**accompagnement à la scolarité** pour les enfants du primaire et du collège. Lundi, mardi, jeudi et vendredi, période scolaire, 16h10-17h30, enfants du Primaire, 17h45-19h, collégiens. **Tarifs,** 0€, après adhésion à l'association des Folies (12€ ou 15€ selon communes)

→ **Semaine de la parentalité**
Mirecourt, 27/11, 10h-11h30, ateliers autour de la petite enfance (0-6 ans), Centre Social l'Arboré-Sens, salle jeunes, 06 41 43 47 73, 0€

Justice et Droits
Permanences du **Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles** (CDIFF), Des questions sur le divorce, le logement,

le harcèlement, les violences ? Des interrogations sur le droit au séjour ou le droit de la famille ? Prise de rendez-vous obligatoire 03 29 35 49 15, gratuit, confidentiel
Charmes : mairie, 4ème vendredi, 27/11, 8h30-12h.
Mirecourt, 9bis rue des Pampres, 1 jeudi / 2 *, 13h30-16h30

Permanences dont téléphoniques et sites :
Violences faites aux femmes : 39 19
Maison des femmes : L au S, 9h-17h, 03 39 72 39 19
UFC Que choisir : L au V, 10h-17h, 09 52 19 48 23
CAF (Caisse d'Allocations Familiales) : www.caf.fr, avec beaucoup d'infos, Tél. 3230, accueil physique aux Maisons France Services de Vézelise, Bayon, Charmes, Mirecourt, Vincey
UDAF (Union Départementale des Associations Familiales) : site ctrl-clic : Bienvenue àl'Udaf 54 - Udaf 54 Meurthe-et-Moselle

Activités numériques

Relais Familles du Saintois, Vézelise (RFS) : Numérique et insertion. **Ateliers numériques, à** l'Atelier Du Relais Familles, ancienne mairie de Vézelise, mercredi après-midi hors vacances scolaire Les Echappées du numérique, conception 3D dès 11 ans sur inscription, 03.83.53.39.08, relaisfamilles.saintoisefamillesrurales.org

Atelier d'initiation au numérique – Gripport (NVES)
Destiné aux personnes de 60 ans et plus, cet atelier gratuit permettra de découvrir les usages du numérique dans un cadre convivial et de gagner en autonomie. Au programme : apprendre à communiquer avec ses proches, découvrir comment utiliser Internet,développer son autonomie dans les usages numériques, rencontrer de nouvelles personnes et partager un moment convivial. Une tablette pourra être prêtée aux participants qui en ont besoin.
Du 26 janvier au 30 mars 2027, les mardis de 14h à 16h. Ancienne école de Gripport.10 séances gratuites*-

Socourt, Foyer Rural, jeudi, 14h-16h

Mirecourt : Atelier micro-folies au Tiers-lieu éducatif Astérie, gratuit sur inscription (Espace Services Jeunesse)

Environnement & transports

Transports

→Lignes « fluo » 495 (ex-R570), lien pour horaires ctul-clic : , 496 (ex- R580), (Gerbécourt-et-Haplemont est maintenant desservi, depuis Nancy, pas encore dans l'autre sens compte tenu du danger au carrefour avec la grand route D 413, où les cars mordent sur l'autre voie) lien : ctrl-clic 4495 (ex-S590), lien pour horaires : 4495.pdf , 480 (ex-R670), lien pour horaires : ctrl-clic .
→ Cars Ter L06c (Nancy-Ceintrey-Vézelise-Mirecourt), Ter L106c (Charmes-Mirecourt) et train Ter L04 (Nancy-Bayon-Épinal, horaires renforcés depuis la rentrée). Tél 0 805 415 415 gratuit (L à V 6h30-19h30, S 9h-14h, D, Fériés 15h-20h), Site :, https://www.ter.sncf.com/grand-est/se-deplacer/fiches-horaires
→ Lunétad, déplacements de proximité (Bayonnais : ctrl-clic)
→ NB : en CCMM, horaires de rentrée du T'MM gratuit : ici
→ **Mobilité Solidaire** : *RFS. Aide à déplacements, critères de ressources. Cogéré par le Centre Social Colombey, 09 77 76 23 40 Permanence le 13/11*

Ceintrey : Animation Rurale Ceintrey Voinémont (ARCV)
27/11 : Projection de 2 films : Thème transition énergétique.

Réserve naturelle : insc.**:** https://moselle-sauvage.cen-lorraine.fr/

Activités Santé & Bien-être

Journée nationale de la trisomie 21 :
15/11,commandes < le 04/11, opération « Petits-déjeuners » et dons, Frolois, Ormes-et-Ville, Voinémont, 7€ (adultes) et 6€ (enfant)

Nouvelle Orthophoniste à Mirecourt !
La Ville de Mirecourt souhaite la bienvenue à Manon Heim, qui vient d'ouvrir son cabinet d'orthophonie à l'Espace Pluriel, situé 1 quater rue Georges Clemenceau.

Nouveau Réflexologie : Audrey Fernandes, praticienne certifiée en réflexologies plantaire, palmaire, cranio-faciale et dorsale et en relaxologie). Accompagnement à la santé globale et au mieux-être, gestion et prévention du stress. Exerce à Ma Bonne Étoile, 6 rue des Nids à Praye. Tarif séance complète 1h15 : 60 euros. 06 52 45 29 14. Audrey Fernandes - Réflexologue | Facebook

Collectif Nous Vieillirons Ensemble en Saintois (NVES)

*** = Sur inscription :** Élodie Rigaud – Collectif NVES - 07 86 45 55 75 - contact@collectif-nves.fr

→ **Programme « Bienvenue à la retraite »** – Vézelise
Ce programme gratuit, organisé en partenariat avec l'association Brain Up, s'adresse aux futurs et jeunes retraités (deux ans avant et deux ans après le départ à la retraite).

Il propose un temps d'échange et de réflexion autour des changements liés à cette nouvelle étape de vie : rythme quotidien, santé, relations avec les proches, activités et projets. Les mardis 3, 10, 17 et 24 novembre et 1er décembre 2026, de 9h30 à 12h, salle de l'Auditoire, rue des Halles à Vézelise, 5 séances gratuites

→ **Activité Physique Adaptée (APA)**
Cycles d'**Activités Physiques Adaptées (APA)** destinés aux **+ 60 ans.** Encadrées par un enseignant en APA, ces séances permettent d'entretenir sa condition physique, de préserver son autonomie, d'améliorer son équilibre, sa mobilité et sa confiance, dans une ambiance conviviale, adaptée aux capacités de chacun.
Trois créneaux sont proposés tout au long de la saison **2026-2027** : **à Vézelise**, le **jeudi 11h15-12h15** (complet pour autres horaires) * **à Haroué**, le **vendredi de 9 h à 10 h** ou de **10 h 15 à 11 h 15**.
Le cycle comprend **30 séances** pour un tarif de **135 €**.*

→ Cycle gratuit de **6 ateliers à destination des proches aidants, « Main dans la Main »** – St Firmin
Destinés aux personnes qui accompagnent un proche âgé, malade ou en situation de handicap, ces ateliers permettront de mieux comprendre son rôle d'aidant, de prévenir l'épuisement, de découvrir les aides existantes, d'acquérir des conseils pratiques et d'échanger avec d'autres personnes vivant des situations similaires.
Les vendredis après-midi de 14 h à 17 h, du **13 novembre au 18 décembre 2026**, **à St Firmin**, EHPAD La Compassion. Séances animées par une équipe pluridisciplinaire (psychologue, art-thérapeute, sophrologue, ergothérapeute, diététicienne et directrice de CCAS). **Participation gratuite, ***

→ « La Bulle créative » – **Un temps pour les aidants – Autrey**
Un cycle de dix séances gratuites* destiné aux aidants.
L'objectif est de leur offrir un temps pour souffler, prendre soin d'eux et se ressourcer dans un cadre bienveillant et en petit groupe. Aucune compétence artistique n'est nécessaire : chacun pourra participer à son rythme, selon ses envies et ses possibilités. Autrey, les vendredis, de 14h à 16h, à partir du 15 janvier 2027.

→ **Bien vieillir chez soi :** 3 ateliers gratuits pour adapter son logement. Cycle gratuit destiné aux personnes de **55 ans et plus** souhaitant préserver leur autonomie à domicile. Animés par une **ergothérapeute**, ces ateliers permettront de découvrir des solutions concrètes pour adapter son logement, prévenir les risques de chute, connaître les aides techniques et les aménagements favorisant un maintien à domicile sécurisé et confortable.
Les jeudis après-midi, à partir du 12 novembre 2026, à **Lalœuf**. **Participation gratuite,***

Haroué La Plate forme de Répit Accueil Accompagnement Aidants (OHS de Lorraine) propose un atelier gratuit de **bols chantants**

tibétains à Haroué, **tous les mercredis jusqu'au 4 novembre 2026** EHPAD Beau Site **à Haroué, d**e 10h30 à 12h. Un temps de détente, de relaxation et de ressourcement spécialement pensé pour les proches aidants. Gratuit sur inscription (possibilité d'organiser une garde à domicile du proche aidé). Rens. et insc. : 03 83 18 01 14, emilie.henry@ohs.asso.fr ou sylvie.coin@ohs.asso.fr

Thérapies du bien-être : Nous reprenons ici, pour 3 mois, les reprises d'activités annuelles dont on nous a fait part. Pour les autres animations ou les inscriptions nouvelles voir notre site, onglet « Les adresses du Saintois et Moi » pour toute précision.

Divers à Voinémont
Les activités **Yoga, Cardio-Renfo, Qi Gong, Tai Chi**, ont repris **les mardis, mercredis et jeudis**. **07 68 36 83 38**

Divers à Xeuilley : Familles Rurales, salle Fisson
Adhésion 24€, 07 85 86 61 24,
Tarifs 40€ / trimestre sauf yoga (1h1/2) et cardio-training 32€
Lundi, **fitness**, **step** + **renforcement musculaire**, 19h30-20h30
Mardi, **pilates**, 17h-18h ; **yoga**, 18h30-20h
Jeudi (2 sur 3), **cardio-training**, 19h40-20h30 (Nouveau!)

Divers : Pré-inscription obligatoire au 06 87 61 99 02.
Gaëlle Giunta – FB GaelleZumba Dance
→ Omelmont Les activités **Step** (lundi 19h, apporter son step perso), **Zumba** (lundi et jeudi 20h15), **renforcement musculaire** (jeudi 19 h), salle d'activité, rue de la Plaine (derrière l'église).
→ Bayon **: Zumba,** mercredi 20h15, Hall des sports, rue des Écoles

Sophrologie
→ Ateliers de sophrologie proposés par Christelle Vagner de 19h à 20h à l'Espace Santé de Pulligny, 64A route de Ceintrey Insc. : 06 21 90 29 90. www.christellevagner-sophrologue.fr,
Ateliers des samedis en groupe, 11h-12h, **nouvelle formule** suite à plusieurs demandes : **carte de 10 séances** valable jusqu'à juin, 100 euros. **Sophro-balade** : **Sion le 08/11** de 10h à 11h, 15€. Atelier du **13 novembre** « stimuler votre énergie », 19-20h, 15 euros,
→ Socourt, Foyer Rural, lundi, 18h30-19h30

Tantonville ***Une nouvelle saison pour prendre soin de vous***.
Reprise des activités de bien-être ***Tous les lundis (hors vacances scolaires).*** *Du 28 septembre 2026 au 28 juin 2027 inclus* ***1er étage de la salle de danse*** *à proximité de la mairie* **.**
Relaxation : 17 h 45 à 18 h 45 Tarif de la saison : 150 €
Sophrologie : 19 h 00 à 20 h 00 Tarif de la saison : 198 €
☎ 06 86 75 50 81 ✉ mauricettehosmann547@gmail.com

Yoga
→ Frolois : Foyer Rural, salle socio-culturelle, places limitées
Yoga sur chaise, jeudi, 9h-10h15, **yoga** sur tapis, jeudi, 20h-21h15, 150€/an + adhésion Foyer (12€), possibilité des tester gratuitement pendant deux séances, rens./insc. Agathe Pillot, 06 31 14 24 32
→ Socourt, Foyer Rural, mercredi, 18h-19h15

Qi-Gong : cours de Cécile Barotte de QiGong ou Tai Chi à Voinémont, Praye, Virecourt et Houdelmont, rens. au 06 01 77 88 67

Divers à Diarville (Foyer Rural) :
Renforcement musculaire le lundi de 10h30 à 11h30 et le mardi de 18h30 à 19h30. Nouveau : Activité Physique Adaptée le vendredi de 10h30 à 11h30. Rens.à foyerrural.diarville54930@gmail.com

Divers à Essegney : Fit'Ess, salle des Fêtes, 06 21 62 92 50
Gym douce, lundi, 10h15-11h15 ; Cardio-renfo, lundi, 20h15-21h15
Pilates, jeudi, 19h-20h ; Yoga, jeudi, 20h15-21h15

Atelier bien-être :
Un atelier Mon moment magique Junior, un atelier Mon moment magique au féminin et nouveauté un atelier Duo (un adulte, un enfant) sont proposés une fois par mois à Xeuilley. Pour plus d'informations (dates) suivre la page Facebook de S'épanouir, Grandir, Réussir.

Les **Cafés des Aidants** proposés par la Fédération ADMR des Vosges, arrivent à **Charmes** ! (transport et garde relais possibles) Ouverts à **tous les aidants**, quel que soit votre âge ou la situation de votre proche, ces rencontres permettent de : partager vos expériences, poser vos questions, trouver des conseils, rompre l'isolement Animés par **une psychologue et un travailleur social**, les Cafés des Aidants® sont des temps conviviaux, bienveillants et sans jugement. 1er jeudi du mois (04/11, 03/12), 14h30-16h30, Maison du Livre et de la Culture, **Gratuit et sans engagement** (03 29 81 22 36)

Santé mentale :
Charmes, 26/11, salle des mariages, 9h-12h30 + 13h30-17h, sur insc. 03 29 38 21 53. La Ville, en collaboration avec la Communauté d'Agglomération d'Épinal, organise une nouvelle session de formation « Sentinelle », dédiée à la prévention du risque suicidaire.

Activités économie et emploi

Entreprises nouvelles, services

Haroué :
→ « Le boudoir du château », espace Guy Bouvier, 11 square de Lorraine, institut de beauté, RdV : 03 92 01 96 14 ou instagram
→ ALPA, 12/11, 14h-17h, découverte des métiers de l'agriculture, rencontres, animations, inscr., rens. : 06 09 76 48 64, 06 08 86 07 49

Roville-devant-Bayon :
Adrien Gillotin a son atelier « cycles » 9 rue de la Navette, 06 21 98 49 68, cyclesgillotin@gmail.com

Bainville-aux-Miroirs : Julien Cordier a créé une entreprise (site : www.the-narrative-studio.com) qui met au service d'auteurs et d'éditeurs ses compétences de vidéaste et une chaîne Youtube

Pierreville :
Chez Corinne Fleurs, 1 route de Xeuilley. Nouveau, démarche de circuit court valorisant des producteurs locaux, créations personnalisées selon demandes, ateliers créatifs sur inscription.

Pulligny : Salon de coiffure « Bulle poudrée », 2 rue de Lorraine Nouveau, climatisé, possibilité de stationnement à proximité

Flavigny : Garage toutes marques depuis octobre,
ZAC du Plateau, lundi au vendredi, 7h30-12h30 + 13h30-18h30, 07 67 32 60 78 ou 06 59 69 85 87

Salon de coiffure mobile
« Cheveux au van », salon mixte et climatisé mobile, dès 8h30, sur rendez-vous, 07 89 71 29 76, itinérant, près des mairies, sauf mention, Bralleville, merc.** 25/11), Mangonville, jeu.** (12, 26/10), Bainville-aux-Miroirs, vend.** (13 & 27/11 ; Germonville, lun.* (02 & 16/11), Xirocourt, mar.* (03 & 17/11), Chamagne, parking du Lavoir, merc.* (04 & 19/11), Gripport, ancienne école, jeu.* (05 & 19/11), Villacourt, Foyer Rural, vend.* (06 & 20/11) .

Emplois

> L'association Familles Rurales « les étoiles du Saintois » recrute un-e directeur-trice d'accueil collectif de mineurs, poste basé à Vézelise, 27h/semaine annualisé, 1663,51€ brut / mois, lettre de motivation à l'asso Lucas Gharrois, 06 30 22 75 15

88- Secteur Charmes, Florémont, exploitation agricole polyculture élevage bovin lait et viande recherche dès que possible, un agent agricole polyvalent H/F. Missions liées à l'élevage des animaux (alimentation, traite, soins, surveillance) et aux travaux des champs (cultures, conduite d'engins agricoles...). Pour postuler, inscrivez-vous sur www.lagriculture-recrute.org. Contact ANEFA 03.29.33.16.11 (OFR-066946-88).

88- Secteur Charmes, Florémont, exploitation agricole polyculture élevage bovin lait et viande recherche dès que possible un agent agricole polyvalent H/F en contrat d'apprentissage. Missions liées à l'élevage des animaux (alimentation, traite, soins, surveillance) et aux travaux des champs (cultures, conduite d'engins agricoles...).. Pour postuler, inscrivez-vous sur www.lagriculture-recrute.org. Contact ANEFA 03.29.33.16.11 (OFR-066945-88).

88- Secteur Mirecourt, exploitation agricole en bovin viande recherche un agent agricole polyvalent H/F pour s'occuper de l'atelier viande, de l'alimentation, des soins aux animaux et des travaux dans les champs. Possibilité d'une mission ponctuelle pour du transport d'animaux. CDI temps plein. Pour postuler, inscrivez-vous sur www.lagriculture-recrute.org. Contact ANEFA 03.29.33.16.11 (OFR-066004-88).

> Mecavista recherche pour son site de **Virecourt** :
✓**Préparateur(trice) Matériel Occasion (H/F)**
Maintenance, diagnostic, mise en conformité machines d'occasion.
✓**Technicien(ne) en Maintenance Mécanique (H/F)**
Maintenance et diagnostic sur notre gamme d'agroéquipements.
✓**Technicien(ne) Espaces Verts Professionnels (H/F)**
Maintenance préventive et corrective matériels d'espaces verts.
Vos atouts : Passion pour la mécanique et le service client. Rigueur, autonomie et excellent relationnel. Permis B **indispensable**.
Nos engagements : Poste à pourvoir en CDI. Rémunération selon profil et expérience. **13e mois**, mutuelle familiale, tickets restaurant, avantages CSE. **Candidature :** CV à candidature@cal-lorraine.fr
Plus d'infos sur le site : https://www.mecavista.fr/nous-rejoindre/

> **Mirecourt**, AGRIHOMME, cherche agents de remplacement H/F CDD / CDI. Envoyez votre CV à contact@agrihomme.fr ou contactez Agrihomme : 03.29.82.59.40, Référence OFR-057275-88

> Pour postuler aux offres ci-dessous, inscrivez-vous sur www.lagriculture-recrute.org Contact ANEFA : 03 54 51 20 28
→ Secteur Haroué, **Crantenoy**, **exploitation porcine** naisseur-engraisseur (offre n° OFR-063422-54).

Alimentation & circuits courts

→ **Vézelise** Restaurant "Le Saintois" 3 rue Louis et Félix Moreau 03 83 53 18 75 Restauration rapide. Formule à volonté. Plats végétariens. Tarifs 10/20 €. Petits déjeuners sauf dimanche. Ouvert de 08h à 23h sauf le dimanche ouv. à 11h. Restauration du lun au sam. de 11h-14h et 17h-22h. Le dimanche 17h-22 h.

Marchés : voir trimestriel pour les marchés permanents.
→ le marché d'Haroué, qui n'a pu se tenir pour cause d'intempéries en octobre aura bien lieu le 29 novembre
→ le marché de décembre à Vézelise sera déplacé au dimanche 6/12 de 9 h à 18 h. Les marchés réguliers de Haroué et Vézelise sont interrompus pour reprendre en mars.
→ Les p'tits marchés du Saintois : le 11/11 à Pulney (halle), 17h, animation musicale : 3stones (reggae).

AMAP (principe des AMAP, voir notre n°9, décembre 2021)
Flavigny, AMAP les Libellules, au Chaubourot, jeudi 17h30-19h
Bayon, Les paniers de l'Euron, 3 rue F. Bassot, mercredi 17h30-19h, paniersdeleuron@free.fr
Saint-Germain, AMAP des Berlottes, 2 rue Jean Lamour, lundi & jeudi, 18h-19h, 06 98 40 38 90

Camions itinérants : (nouveau ou récent, voir aussi le trimestriel)

Vin, je t'emmène (Anne-So) lieux et dates de permanences à consulter sur https://www.vinjetemmenechezanneso.fr/cave-a-vins-bar/

Haroué : Vendredi soir, place des Landres, « L'Escale Gourmande », mets variés, restauration rapide

Activités sportives

Football :
Régional 2, Haroué-Benney groupe C, calendrier : ctrl-clic
01/11, 14h30, reçoit Heillecourt, 08/11, 14h30, va à Laneuveville, 15/11, 14h30, reçoit Vandœuvre, 22/11, 14h30, va à Eloyes, 06/12, 14h30, reçoit Champigneulles.
District : https://meurtheetmoselle.fff.fr/competitions/
D2 : groupe A Roville-Bayon, Haroué 2 et Vézelise
D3 : groupe A Haroué 3 ; groupe C Vézelise 2
D4 : groupe C (matin) Vézelise 3, Xeuilley, Vallée du Madon (Ceintrey) : groupe E (après-midi) Roville-Bayon 2

Handball :
Excellence ; groupe 2, calendrier ctrl-clic : Mirecourt : 07-08/11, va à Lunéville, 14/11, 19h, va à Neuves-Maisons, 28-29/11, reçoit Metz, 05-06/12, va à Bousse-Luttange-Rurange.
Honneur ; groupe 2, calendrier : *ctrl-clic* , Mirecourt 2, Flavigny
District : 1ère division territoriale : Mirecourt 3
Nationale 3 Territoriale, féminines, Flavigny-sur-Moselle

Basket-ball : Nationale 3
Mirecourt poule G : 07/11, 20h, va à Ozoir. 14/11, 20h, reçoit Sélestat, 28/11, 20h, va à Kaysersberg, 05/12, 20h, reçoit Paris Panthers

Aviron : World Rowing Shanghai Sprints (29 septembre 2026). Emma Cornélis, originaire de Xirocourt, a décroché la **médaille d'argent en huit mixte**, tandis que l'équipe s'est adjugé le **trophée général** de cette première édition.

Badminton :
Mirecourt, Volants mirecurtiens, 06 15 57 06 75, licence 100€/an, Adultes : mardi, 19h30-22h, jeudi, 18h-22h, samedi 10h-12h
Charmes, Les fous du volant, complexe Simonin, lundi, jeudi, 20h
> Loisirs, Vézelise, lundi, 20h30-22h, gymnase du collège de Vézelise, (Les badistes du Saintois),

> Flavigny-sur-Moselle (ASF Bad) :
Compétiteurs (licence : 110€, 150€ encadrés), lundi, 20h30-23h30, vendredi 20h-22h (encadrés, sf vacs), jeunes, mardi, 18h-19h30, jeu libre mardi, 19h30-23h30 & dimanche, 18h-21h, licence loisirs 90€

Tennis de table : calendriers 2026-2027 : ctrl-clic
→ Grand Est 4 : Mirecourt 1 poule 10
→ Grand Est 5 : Charmes-Vincey 1, Mirecourt 2 poule 12
→ Grand Est 6 : Entente Bainville-Bayon 1, Ludres-Flavigny 1, poule 10 ;.Ludres-Flavigny 2, poule 11 ; Ludres-Flavigny 3, poule 12 ;Charmes-Vincey 2 poule 13
Entente Bainville-Bayon 1, 06/11, 20h, reçoit Blainville, 20/11, 20h30, va à Foug, 04/12, 20h, va à Nancy SLUC.
→ Grand Est 7 : Ludres-Flavigny, poule 19, 20, Bainville-aux-Miroirs-Bayon, poule 21, Charmes, poule 22, 23, Mirecourt poule 23

Trails, running, randonnées et promenades :
Randonneurs du Saintois : Programme novembre-décembre (ctrl-clic), https://www.lesrandonneursdusaintois.fr

Goviller : les foulées d'Anon, mardi, arrêt de bus, 18h (avancé)

Mirecourt :
L'Astragale (club fédération française de randonnée) : Mail : lastragale88.contact@gmail.com Site ctrl-clic (calendrier ctrl-clic)

Équitation :
Praye, écuries du Saintois
08/11, concours de saut d'obstacles, engagements le 02/11
Ormes-et-Ville, ferme du Poncet
Médaille de bronze cet été aux championnats de France, hunter et CSO, pour ine jeune de Ceintrey.

Fléchettes :06 23 75 40 92, Fb, laflechettedusaintois@gmail.com

→ Vézelise, ancienne MJC, 21 rue Maréchal Foch, mercredi, 17h-19h, vendredi dès 19h30, aussi anniversaire dès 8 ans
→ Haroué, mercredi, 18h-20h, 30€/an, Foyer Rural, 06 13 10 42 91

Culture, spectacles, expositions...

Mediabus : Calendrier 2026/2027 sur notre site : ctrl-clic

Cité des Paysages : https://citedespaysages.meurthe-et-moselle.fr/
Les rencontres internationales du Grand-Duc : 14-15/11, sur insc.
14/11, 11h-12h30, **conférence** avec le groupe tétras Vosges et Loana
14h-16h, **Atelier** Dans l'assiette des rapaces (dès 8 ans), avec Loana
15/11, 15h-16h30, **Atelier** Les super-pouvoirs des rapaces nocturnes, (dès 6 ans), avec Loana. Et toujours : Exposition sauvage, jusqu'au 08/11, 03 83 25 17 53

Ceintrey : **Sion** : **Lorraine Histoire & Talents,** Relais de la Colline 06/11, « Les esprits de la colline » avec Myriam Jirotka

Benney :
→ Ménil-Saint-Michel, route Flavigny-Roville, rens. 06.82.99.89.20
13, 14 (20h) & 15/11 (15h30), **spectacle** « Femmes ». C'est une évocation équestre et poétique des combats menés par les femmes à travers une galerie de portraits incarnant la femme à l'origine des origines, la femme artiste et créatrice, la femme guerrière et combattante, la femme militante et combattante, la femme bafouée, la femme exploratrice des nouveaux mondes, etc. avec la participation exceptionnelle de la comédienne Véronique Jannot !
→ 06/11, 20h30, salle des fêtes, **théâtre**, « Arrêtez vos salades », pièce en deux actes par « Les gens du coin », 8€ (0€ pour les < 12 ans)

Vézelise : Grenier des Halles
Concert exceptionnel 28/11, 20h, salle du Grenier avec un ténor venant de Boston et un pianiste du conservatoire de Metz sur les œuvres de Stéfan Shema (classique contemporain), compositeur actuel meurthe-et-mosellan. 10€ (8€ adhérents. Résé. à grenierdeshalles@gmail.com

Haroué :
→ Bibliothèque, Merc., 10h-11h + 15h-16h30, samedi, 10h-11h30
→ École de musique, elle œuvre pour un enseignement musical de qualité, dispensé par une équipe de 18 professeurs aidée par de nombreux bénévoles, Y sont enseignés l'accordéon, le violon, le violoncelle, la guitare classique, la guitare électrique, la basse, la batterie, la flûte traversière, le chant lyrique, le piano, la trompette, le saxophone... site : https://ecole-musique.fr/

Tantonville : Foyer rural
27/11 - 20h30, salle des fêtes, Concours annuel (belote), 10€/pers

Pulney (halle), dans le cadre des **p'tits marchés du Saintois**
11/11 **animation musicale** : 3stones (reggae).

Favières :
→ Base nautique le 07/11
Né au sein de la dynamique Nooba, soutien du Théâtre de Cristal, et de la Communauté de Communes, **"Territoire en lumière"** sera un événement collectif, co-construit avec les habitants du territoire.
Au menu : un géant de bois, des chants, des danses, des créations, artistiques qui racontent une histoire complètement folle, mettant en lumière tous les passionnés du territoire.
→ **Théâtre** salle des nez rouges, 20/11, Improstillons d'Haroué

Pierreville, théâtre
14/11, 20h & 15/11, 14h, salle des fêtes, entrée gratuite, « À la liberté … ou pas », troupe de Pierreville, Réservation par mail lesfarfelusdepierreville@outlook.fr

Pulligny :
Lundi, 17h-19h30, **cours d'aquarelle** intergénérationnel par Bernadette Deblay-Ruth, 06 31 70 16 49
21/11 20h30, foyer culturel, **spectacle** « La MIF », Josselin Dailly, trio comique (Familles Rurales), 07 50 43 46 94, sortie au chapeau
Heure des histoires, 02/12, 15h, médiathèque (thème : St-Nicolas)
Restauration et Valorisation du Patrimoine de Pulligny, reporté d'octobre :Vendredi 27/11 à 18h30 au foyer culturel : Soulosse-sous-saint-Élophe, village gallo-romain sur la grande voie Lyon-Trèves, par Nicolas Koch, ingénieur de recherches à l'INRAP.

Flavigny-sur-Moselle :
→ Foyer Socioculturel : 14/11 (14h-18h) et 15/11 (10h-17h30), **Exposition de peinture** de l'Atelier
→ Médiathèque, rue de Mirecourt. **Inauguration**, 21/11,
10h-12h, **jeu**, 0-4 ans, La motricité dans les albums
10h30 et 14h, **Atelier parents – enfants,** dès 8 ans, De la feuille à la fleur, sur réservation - durée 1h
16h-17h, **spectacle**, dès 7 ans, Love, liebe, amoR Compagnie Le théâtre du sursaut, L'amour c'est quoi ? Un cri ? Une tentative ? Une romance ? Une angoisse ? Un désir ? Une chimère ? Un désespoir ? Une échauffourée ? 4 clowns vous parlent d'amour. sur réservation - - 05/12, 14h15-15h45, Au fil' du confisage (**lectures**)
→ **Église** Concert caritatif : « Duo d'ombres et de lumière », **8/11, 16h, Entrée libre – Participation libre au profit des enfants de l'OHS et de l'IRR.**

Velle, Crévéchamps : « Eaux invisibles » avec « Melocoton »
Itinérance artistique, écologique, participative du 09 au 13/11, apéro-rencontre-auberge espagnole sur Crévéchamps le 13/11 à 18h

Bayon,
Copil de Jeunesse et Territoire
20/11, dès 18h30, lieu à définir, ciné-concert avec l'école de musique
Lien : L'école de musique - Ecole de Musique du Bayonnais

21/11, 18h, **spectacle** salle polyvalente, théâtre de la Manufacture (itinérant) : « Nos assemblées » (Compagnie Babel, Île de France)
Le spectacle nous propose avec humour de faire l'expérience du choix collectif. Comment constituer un groupe capable de prendre une décision et faire assemblée aujourd'hui ? Qu'est-ce qui nous rassemble ? Ce spectacle est né du sentiment d'impuissance politique qui traverse la société ces dernières années, de la défiance et du désintérêt pour la chose politique alors que les modes de vie et de pensée individualistes gagnent du terrain.
5€, 8€ (formule rencontre + 1 part de pizza + 1 boisson), entrée libre pour les 12/14 ans

Charmes :
→ **Heure du conte**, vendredi (hors vacances scolaires), 16h-17h, 0€, Maison du Livre et de la Culture, sur insc. 09 64 43 05 78
→ **Ateliers théâtre**, Maison du Livre et de la Culture, mercredis * (04/11, 18/11, 02/12) hors vacances scolaires, 10h-11h30, gratuit, places limitées, inscription obligatoire au 09 64 43 05 78

Socourt, Foyer Rural,
Musique : mardi, 17h-19h30, vendredi, 17h30-19h30
Danses : vendredi, 20h30-22h30

Bouxurulles : Foyer Rural
15/11, 15h, église, concert de Gospel traditionnel et pop-rock, par Gospel's Family, participation libre, collecte

Mirecourt :
→ **Festival AlimenTerre**
12/11, 20h, « être(s) vivant(s), interroger nos liens », cinéma Rio, « Femmes des terres », lycée agricole+forestier, (séances réservées aux scolaires) - mardi 17/11, 8h-11h, jeudi 19/11, 13h45-16h45.
→ **Musée de Mirecourt**, site www.musee-mirecourt.fr
Rens. Résé. : 03 29 37 81 59 / info@musee-mirecourt.fr
04/11, 10h30, Les tout-petits au musée: conte,et musique Tzigane
02/12, 10h30, 6 mois-6 ans, **Conte musical découverte charango**
→ **Médiathèque**, * = sur inscription, 03 29 37 47 40,

https://mediatheque-mirecourt.c3rb.org (faire ctrl-clic)
14/11, 10h30, Contes bricolés « Choupissons », dès 5 ans
04, 18 et 25/11, 9h-12h : Initiation à la dentelle (gratuit, ouvert à tous, sur inscription)
07/11, toute la journée : Découverte des nouveaux jeux de société
14/11, 10h-12h : Dédicace de Jack Chollet pour son nouveau livre « Crimes abominables dans les Vosges »
21/11 novembre, 13h30 – 14h45 ou 16h : Escape Game « La van life, c'est pas d'la tarte ? », gratuit, sur inscription, à partir de 8 ans.
→ **Université de la culture permanente** (UCP), conférences certains mardis à 14h30, cinéma Rio, sur inscription annuelle 58€ https://www.ucp-nancy.org/conferences/
03/11, « La réforme en cours de l'OCP (ancien Office chérifien des phosphates) », par Jean-François Clément - Professeur honoraire agrégé de philosophie, anthropologue
10/11, « La république Messine (Metz) », par Jean-Luc Langlois - Ingénieur télécoms
17/11, « (Re) découvrir Erckmann-Chatrian », par Gabrielle Hirchwald - Maître de conférences, université de lorraine
24/11, « Une histoire de la Lorraine », Dominique Perrin – Retraité
01/12, « Une histoire de l'enluminure européenne du Vème au XVIème siècle », par François Bourdon – Conférencier
→ Concert – ''Road Trip'', avec Marianne Piketty, violoniste, 6/11, espace Flambeau, 19h :
→ **Concert**, 19/11, 19h, cinéma Rio, orchestre à cordes (école de musique, airs de Respighi, Torelli, Lascia,Veuve Joyeuse, tangos)
→ **Cinéma Rio** : « Ducobu et le fantôme de Saint-Potache » : 01/11, 14h30 ; « Les Misérables » : 01/11, 16h30, 02/11, 14h30, 03/11, 20h

Et aussi par ici, activités diverses

Beaujolais nouveau :
19/11, 19h, Lalœuf, mairie, association des Trois Hameaux, sur résé. <13/11, 06 13 23 27 20, 17€ (15€ adh. ; Socourt,
21/11, Parey-saint-Césaire, 19h, salle polyvalente (Foyer des Jeunes), Saint-Remimont, 19h, salle polyvalente, 18€, 06 70 45 37 37, EP Compétition, résé. < 14/11, Diarville, 20h, salle des Fêtes, 70 ans du comité des Fêtes, feu d'artifice à 19h30, résé. < 18/11, 06 73 59 81 99, Chamagne, repas, 19h30, 20€ (adh. 18€), (Lavoir), résé. < 13/11, Comité des fêtes ; Florémont, 19h, salle polyvalente, Asso sports & loisirs, 13€, insc. < 13/11, 06 38 42 52 46 ; l'Amicale du Lac (Essegney) à la salle des fêtes de Langley, 19h, 15€, 8€ (<12 ans), places limitées à 90, rens. 06 35 30 21 43, insc. < 14/11
29/11, Vitrey (Baladins de Vitrey), repas, 12h30, salle des fêtes, lesbaladinsdevitrey@gmail.com

Marchés de Noël :
08/11, Bainville, 10h-17h, salle communale, Foyer Rural
22/11, Florémont, 10h-17h (exposants dès 8h), salle polyvalente, exposants : 5€ la table, insc. auprès de Sports & Loisirs aux 06 26 70 93 81 / 06 15 95 35 26 jusqu'au 13/11
05/12, SIVS Terre de Légendes recherche des talents locaux qui souhaitent se faire connaître et vendre leurs créations à l'occasion du Marché de Noël, 14h-18h, salle des fêtes de Bouxurulles.
05/12, 13h-18h, Socourt, Foyer Rural, vin chaud, crêpes...
sam. 05/12, Vézelise 14h-18h (Grenier des Halles et Auditoire) et dim. 06/12, 9h30-18h, Grenier, Auditoire et sous les Halles.
06/12, 10h-18h, Virecourt, ferme de la Folie, 7 route de St Germain, Comité des Fêtes, (nombreux exposants, huîtres, marrons, crêpes, vin chaud...)

Office de Tourisme : Permanences au siège, CCPS, Tantonville, lundi au vendredi, 9h-12h & 13h-17h

Diarville : Foyer Rural, couture
1er mardi du mois à la salle périscolaire, 19h30-22h.
Tarif : 40€ (comprenant l'adhésion aux Foyers Ruraux + assurances)

Houdelmont : MJC
Jusqu'au 17/11, vente solidaire de chocolats, commandes et livraisons par le périscolaire

Ceintrey,
→ Foyer Rural, 06 46 46 78 52
04/11, 19h, soirée paëlla, salle polyvalente, réservations closes
→ CCAS, 15/11, repas des seniors

Voinémont :
→ Comité des fêtes
- 6 au 8 novembre : Exposition "Pigeon Vaillant", pour tout public y compris les enfants, sur la guerre de 14-18 par le biais de l'histoire du pigeon voyageur "Vaillant". Entrée gratuite. Salle polyvalente Catherine Robaine de 10h00 à 18h00. Buvette sur place.
- 8 novembre : 1er festival ludique de Voinémont, 10h-18h : jeux de société originaux, 5 animations du loup-garou de Thiercelieux, 10h30, 12h00, 13h30, 15h00, 16h30. Entrée gratuite, salle polyvalente Catherine Robaine. Buvette sur place.
- 28 novembre à 20h00 : Théâtre "La F.I.V. du samedi soir". Pièce humoristique suivie d'un débat, proposée par le collectif « BAMP! » qui œuvre à la sensibilisation sur l'infertilité. Entrée 10€.
??? 29 Novembre : Repas des aînés de Voinémont à la salle polyvalente Catherine Robaine

Haroué : Foyer Rural
Programme 2026-2027 ; **lundi**, judo, 17h-18h, 6-8 ans, 18h-19h, 9-11 ans, Pilates, 17h-18h + 18h-19h, **mardi,** 20h45-22h15, théâtre d'im-pro (adultes), **mercredi,** judo, 9h30-10h30, 6-11 ans, 10h30-11h30, 3-5 an, gym, 15h-16h, 6-7 ans, 16h05-16h50, 3-5 ans (baby-gym), 16h55-17h55, 8-11 ans, Pilates, 18h-19h, 19h-20h et 19h05-20h05, fléchettes, 18h-20h, **jeudi**, 19h-20h, Pilates débutants, **vendredi**, judo, 3-5 ans, 17h-18h, Pilates confirmés, 19h-20h, **samedi**, 10h30-11h30, renforcement musculaire ; rens. 06 75 74 03 24

Tantonville : Foyer Rural, lien vers le planning 2026/2027 par ctrl-clic : https://www.saintoisetmoi.fr/foyer-rural-de-tantonville.

Cours de l'école de danse (rens. Isabelle, 06 20 45 09 43)
Cours d'initiation et d'éveil corporel : Débutant et préparatoire (4-7 ans), mercredi, 16h30-17h30 ; Cours de danse classique : préparatoire et élémentaire (8-11 ans), mercredi, 14h30-15h30, supérieur (dès 12 ans), vendredi, 18h30-20h ; Cours de modern'jazz : Jazz enfant (6-8 ans), mercredi,13h30-14h30, Jazz junior et pré-ado (9-12 ans), mercredi, 15h30-16h30, Jazz ado (13-16 ans), mercredi, 17h30-18h30, Jazz ado et adulte (> 17 ans), vendredi, 20h-21h
Gym-renforcement musculaire : jeudi, 20h-21h & mercredi, 19h-20h, STEP : Jeudi, 19h-20h

Vézelise : Les Petites Abeilles est un club féminin pour échanger et travailler ensemble en couture, crochet, tricot. Le club se réunit les mardis salle de l'Auditoire, 14h-17h, sf vacances (Noël, été). Si vous êtes intéressée, vous pouvez passer un mardi, demander Johanne

Forcelles St Gorgon : danses folk ateliers de danses traditionnelles 20h30 : prochaines dates les mercredis 04 et 18/11, 02/12, délocalisés à la salle des fêtes de Tantonville Rens 06 02 25 41 86.

Fraisnes-en-Saintois
Fête patronale, 01/11, avec participation du nouveau Foyer Rural

Roville : MJC, lien vers le planning 2026/2027 (mais si) par ctrl-clic https://www.saintoisetmoi.fr/programme-mjc-roville-2022-2023
La MJC a déménagé au 46 rue des Acacias dans l'ancienne école

Agences postales : Nouveaux horaires
Xeuilley : nvx. horaires 14h30-18h30, lundi, mardi, jeudi, vendredi
Frolois : ferme le lundi matin

Accueil jeunes, jeunes de CCMM: inscription à l'année, 2€, CIAS Moselle & Madon : **Flavigny-sur-Moselle** (Salle Poirson au 1e étage, 4 place Michel Gardeux) mercredi, 14h30-16h30 ; **Frolois** (Salle

d'accueil jeunes, impasse de la Ferme) : mardi, 17h30-19h30 ; **Pierreville** (Salle communale, 14 Pte rue) : mercredi, 17h30-19h30 **Pulligny** (Salle d'accueil jeunes sous le porche de la Mai-rie, 2ème étage, 2 Grande rue) : mercredi, 17h30-19h30 ; **Thélod** (Sal-le ados au-dessus de la Mairie, 88 Grande rue) / **Marthemont** : jeudi, 18h-20h ; **Xeuilley** (Ancienne école Fisson, rue de la Croix Burnée) : mercredi, 17h30-19h30

Pulligny : Familles Rurales, lien vers planning 2026/2027 (ctrl-clic). https://www.saintoisetmoi.fr/planning-familles-rurales
14/11 soirée huîtres (bar à huîtres) charcuterie fromage

Flavigny : * = foyer socioculturel
→ Loisirs et culture, jeux de société, 1er jeudi, 14h30, *
→ Flav'danse, 175€ 1 activité ou membre de la même famille, 280€ pour 2, 360€ pour 3
Adultes : cardio et step en alternance, lundi 18h30-19h30 (salle Part'âge), Pilates, mercredi, 18h-19h ou 19h-20h (Dojo), zumba, vendredi, 19h-20h (Part'âge)
Enfants, danse moderne (Part'âge), 5-7 ans, lundi, 16h30-17h30, 8-11 ans, 17h30-18h30
→ Danse « Les traits vivants », mardi sauf vacances, danses en ligne (Madison, Jérusalema, Kuduro...), 17h30-18h30, salon (Tango, Valse, Rock...), 18h30-19h45 Débutants, 19h45-21h Intermédiaires, 21h-22h15 Confirmés. Renseignements : Maryse Petit : 06 40 19 34 21, Annie Martin : 06 21 88 42 26

Bayon : site : https://www.bayon.mairie54.fr/fr/accueil.html
05/12, La bande défilée, comité des fêtes

Socourt : Foyer Rural,
Rencontre des aînés, jeudi, 14h-17h, leur repas le 22/11
04/12, spectacle de Saint-Nicolas

Charmes : site : https://ville-charmes.fr/fr/
→ Banquet des seniors, 15/11, 11h30, salle des fêtes, Hôtel de Ville
→ Association « La taverne de Zacharian » de jeux de rôles, de sociétés et de jeux en tous genres pour tous les publics. Chaque vendredi soir, de 20h30 à minuit, Maison des Loisirs (ancien Centre Social "L'entre 2 rives") et aussi week-end des 10, 11/10, 13h-23h59
→ 21/11, 20h30, 22/11, 14h30, salle de l'Espée, **théâtre** « On va vous aider », par la troupe « La Loriguette » de Vincey, 8€, sur rés., au profit des œuvres sociales du Kiwanis de Charmes, 07 67 79 09 02 et des Roses de Noël de Vincey, 06 70 24 74 61
→ Vi'la dance (**danse moderne**), viladance54@gmail.com / 06 72 10 41 30. Maison des loisirs (près du canal) . Mardi : 20h-21h, danse fitness (nouveau), mercredi : 17h-18h (6-8 ans) ; 18h-19h (9-13 ans) : 19h-20h (nouveau, ados) ; 20h-21h30 (adultes), vendredi : 10h-11h, danse fitness pour adultes (nouveau), 11h-12h danse seniors (nouveau). Aussi à Froville et Villacourt

Essegney : Asso Nouvel élan, 06 30 84 64 40
Jeux les mercredis, ancienne école, 14h-17h, 08/11, 13h-18h
05/12, venue de Saint-Nicolas, défilé, goûter salle des fêtes

SIVS « Terre de Légendes » : 06 37 38 67 03, école de Savigny
Projet de création d'une **maison d'assistantes maternelles** (MAM)
Baby gym, 07/11, 10h-11h30,
Soirée jeux, 10/11, dès 19h,
Répit parental, 27/11, 13h45-16h15, café bla-bla
Découverte de l''agnelage, 28/11, 10h-11h30, GAEC JHC, 14 rue Nicolas Chopin, Marainville-sur-Madon

Mirecourt :
→ danses folk ateliers de danses traditionnelles par 1-2 Trad à l'espace Flambeau 20h30 : prochaines dates du 2ème semestre 2026 , les mercredis 14/10, 04 et 18/11, 02 et 16/12 (atelier ouvert à tous spécial Noël). Rens 06 15 69 77 28
→ Office du tourisme. Lundi, mardi, jeudi, 8h30-12h+13h30-17h Mercredi, vendredi, 8h30-12h. Agenda : cliquer ici,
→ Médiathèque 03 29 37 47 40
https://mediatheque-mirecourt.c3rb.org (Faire ctrl-clic)
→ Lotos de Passion show, 21/11, ouverture 17h15, parties dès 19h, 22/11, ouverture 12h15, parties dès 14h, espace Flambeau.

Centre de ressources territorial, Mattaincourt et environs :
Pour > 60 ans, résidant dans le territoire de la CC Mirecourt-Dompaire, gratuit, insc. obligatoire 03 29 37 87 15
04/11, 14h30, Mattaincourt, hôpital, salle polyvalente, activité physique adaptée :
25/11, 14h, Maison des associations, Halle Parpignan, Mattaincourt, Prévention de la cybermalveillance et risque numérique
27/11, 14h30, salle d'animation, centre social l'Arboré-sens, Mirecourt, « Chantons ensemble »

Brocantes, vide-greniers, bourses :
08/11, Parey-saint-Césaire, 10h-16h, salle des Fêtes, 1er grand bazar d'automne, jouets, livres & vêtements d'enfants, puériculture (Asso Treymontrey, parents d'élèves) ; Charmes, Maison du Temps Libre, 8h-18h, baby bourse (Asso des Folies)
29/11, Diarville, bourse aux jouets pour plus de solidarité et de partage, 10h-17h, salle des fêtes, Handicréa

Saurez vous les reconnaître ? Feuille n°14
Nous faisons appel à vos connaissances en botanique, en vue de reconnaître différentes feuilles d'arbres de notre région.
C'est à un lecteur de Forcelles-saint-Gorgon que nous devons cette énigme, merci à lui.
Solution de la feuille n°13 (du n°67) : érable champêtre (comparer avec n° 11 et 6).



Nous découvrir, nous contacter

→ Notre site : https://www.saintoisetmoi.fr/, numéros précédents, statuts, comptes, AG 2026, dépositaires, etc.
→ Pour recevoir le journal, gratuitement, en version « PDF », en copie cachée, merci de fournir une adresse mail par SMS au 06 15 43 61 39 ou à jeanclaude.bresson54230@gmail.com, résiliation sur simple demande, mêmes moyens de contact en vue d'une annonce.
→ Adhésion : 10€/an. Pour participer aux Assemblées Générales annuelles, recevoir les compte-rendus de CA mensuels en fournissant une adresse mail et nous aide à financer l'impression du journal. Les associations peuvent adhérer. Courrier trésorière : 1, rue de la Carrière, 54330 Vézelise

À venir N°69, décembre 2026, sortie prévue fin novembre 2026

ISSN **2781-3592**, imprimé par nos soins sur du papier des Vosges, financement département 54 et 21 communes et apport de l'association, dépôt légal à parution.
Rédaction et/ou impression : Marie Crépin-Nicolas, Sophie Abraham, Antonio Cavallaro, Bernard Jabiol, Francis Moreau, dir. de publication : Jean-Claude Bresson. 12 personnes apportent les journaux aux lieux de dépôt

« Le rire est le meilleur cadeau que nous puissions faire aux autres »
(Dulce Maria Cardoso)

Clin d'œil à « Si on chantait », et à Julien Clerc

La grande ville Mange la ville La grande vie Mange la vie Saintois si beau Saintois cadeau ...	… Saintois fidèle Plume d'hirondelle Fleur de colline Riche en cuisine Saintois sans fard Si débrouillard