

MAG

WALLONIE



JUILLET - AOUT - SEPTEMBRE 2022

LIÈGE N°12

- > RECETTE :
MOUSSE EXOTIQUE
- > 3 ACTIVITÉS AUX LACS
DE L'EAU D'HEURE
- > ALLAITEMENT/BIBERON
AVANT. ET INCONV.
- > LES ANIMAUX ET
LA CHALEUR...
- > VISITER PARME I
- > CIRCUS HERSTAL P.51
- > CIRCUS VERVIERS P.79
- > CIRCUS JEMEPPE P.93
- > FLYIN/SKYDIVE P.15
- > JASEZ-VOUS P.26



- > SORTIES CINÉ ET CONCERTS
- > HOROSCOPE
- > JEUX



MÉTRO
EN EXCLUSIF : VOIR P.4-5

Bienvenue

Ce magazine de votre région met en avant les indépendants tous secteurs confondus. Avec des articles intéressants en lien avec la publicité, des agendas mois par mois, les sorties concerts, actu ciné, des potins, des jeux, un peu d'humour,... et bien d'autres à venir.

Vous êtes indépendant et souhaitez aussi avoir votre pub dans ce magazine ?

Pas de panique il y en aura d'autres !

Bonne lecture,

Retrouvez notre site internet :

www.magwallonie.be



MAG Wallonie

Éditeur responsable : Mag Wallonie SCS - magwallonie@gmail.com

Réalisé par : Bernard Rikir 0470/42 09 09

Responsable commercial : Guy Gérard 0492/47 56 87 - guy.gerard@magwallonie.be

Graphiste : Graphi Bird - Mélanie Gillis - 0489/86 88 44 - graphibird@gmail.com

Tarifs annonceurs

Le prix par **trimestre** est de :

1/4 page : 99 euros htva

1/2 page : 179 euros htva

1 page : 299 euros htva

Double page et page arrière : 399 euros htva

Vous avez la possibilité de :

1. espacer les parutions
2. modifier la grandeur de l'encart.
3. changer de région (Mag Liège ou Mag Huy/Waremme)
4. arrêter le contrat
5. demander les trimestres que vous souhaitez

Pour se faire, il vous suffit simplement d'envoyer un mail un mois avant la parution à

magwallonie@gmail.com

Sommaire par région :

Multi zones

Pages 1 à 15

Liège

Pages 16 à 31

Tilff - Esneux - Nandrin

Pages 32 à 39

Aywaille/Sprimont

Pages 40 à 43

Herstal

Pages 44 à 53

Ans

Pages 56 à 69

Fléron

Pages 70 à 71

Visé

Pages 72 à 77

Verviers/Spa

Pages 78 à 83

Flémalle

Pages 84 à 87

Seraing

Pages 88 à 96



PROFITEZ JUSQU'AU 31/12/22 DE **50%** DE RÉDUCTION
SUR VOTRE **1er ENTRETIEN ***

CHAUFFAGE OU CLIMATISATION

“VAUT MIEUX ENTRETENIR QUE GUÉRIR”



INSTALLATION & MAINTENANCE

CHAUFFAGE - SANITAIRE - **CLIMATISATION** - **VENTILATION**

Le service et plus encore!!!

04/338 38 03 - info@mdconfort.be

www.mdconfort.be

* À LA CONCLUSION DE TOUT CONTRAT D'ENTRETIEN DE 3 ANS
VOIR CONDITIONS GÉNÉRALES

Après 45 ans de bons et loyaux services, Serge Filipovic a décidé de passer la main pour son magazine « **MéTRO Liège** ».

C'est pour cela que j'ai le plaisir de vous annoncer que le Mag Wallonie a repris le Magazine MéTRO Liège.

A partir du mois d'août 2022, il portera dorénavant le nom de « **New MéTRO Liège** ».

Nous allons amplifier la visibilité, la distribution, le rédactionnel ainsi que le type d'annonceurs.

Mais nous garderons la philosophie du Magazine MéTRO, qui lui a valu d'être connu **depuis 45 ans !!!**

Il n'aurait pas été cohérent de changer la ligne de conduite après tant d'années.

MÉTRO



L'aventure continue

« Un magazine qui a une renommée depuis 45 ans et couvre la région de Liège, c'était fabuleux !

Merci aux fidèles annonceurs durant toutes ces années.

L'aventure continue avec Bernard Rikir, sous le nouveau nom dès août 2022 ! »



En tant que gérant du MagWallonie, mon choix de reprendre le magazine Métro est principalement fondé sur deux éléments :

1. offrir une forte visibilité dans le centre de Liège et ses alentours
2. travailler un magazine connu et reconnu depuis 45 ans

J'espère que les lecteurs seront heureux de la reprise et nous feront un bon accueil !

Bernard Rikir



www.radio-plus.be
Amay 107.2 - Huy 107.2 - Liège 106.1

Pack pub radio + magazine

Un contrat publicitaire de 3 mois à 299 euros htva / mois,

Il se composerait de :

3 mois à 5 passages par jour sur **radio plus** avec la **réalisation du spot une voix offerte.**

¼ page quadri dans le **Mag Wallonie** au choix (Liège ou Huy/Waremme ou Spa/Verviers/Aywaille)

D'une **durée de 3 mois** avec la réalisation de l'encart publicitaire offerte.

Parme



Parme mérite que l'on s'y arrête au moins deux jours car il y a pas mal de choses à faire et à voir ! En effet, si Parme est connue pour ses spécialités culinaires, on y trouve également de nombreux musées d'art et de sites historiques. Parme a d'ailleurs été élue Capitale de la Culture italienne en 2020. Une ville très agréable et vivante, et vous remarquerez vite que les habitants se déplacent beaucoup en vélo !

La gastronomie à Parme

Quand on parle de Parme, la première chose qui vient en tête est souvent le jambon de Parme, ou Prosciutto di Parma, une des appellations d'origine protégées ita-

liennes (DOP). Les spécialités de la région de Parme : le bien connu Parmigiano Reggiano et le moins connu Culatello di Zibello, une des charcuteries italiennes les plus haut de gamme.

Plusieurs endroits où est produit le parmigiano reggiano sont ouverts au public en visite guidée. Vous pourrez assister aux différentes étapes de la production du parmesan et voir les caves où le fromage est vieilli avant de déguster du parmigiano reggiano de différents âges. Il est également possible d'en acheter dans le petit magasin de la fromagerie sans pour autant faire la visite. Attention, il faut réserver les visites chez les producteurs de Parmigiano reggiano: renseignez-vous auprès de l'office de tourisme à Parme.

Pour la charcuterie je vous conseille un lieu unique : l'Antica Corte Pallavicina et le culatello Accessible en voiture, l'Antica Corte Pallavicina à Polesine Parmense est un lieu qui mérite de faire le déplacement depuis le centre-ville de

Parme ! Située en pleine campagne, vous arrivez au pays de la charcuterie, chez le chef Massimo Spigaroli, une étoile Michelin, mais qui est surtout réputé comme le meilleur producteur de culatello di Zibello, cette charcuterie haut de gamme très convoitée par les chefs du monde entier. Sur place, il y a deux restaurants (l'étoilé Michelin, l'Antica Corte, ainsi qu'un restaurant de terroir, l'Hosteria del Maiale), un hôtel et un musée du culatello !

Le petit musée raconte l'histoire du culatello, la charcuterie faite à partir du cul du cochon, tout simplement salé et poivré puis mariné dans un mélange de vin local, épices et ail. En visitant le musée, on a accès à la cave de culatello du chef. Des petites pancartes indiquent les culatello réservés à ses clients notamment le Prince Charles ou encore Albert de Monaco !

A la fin de visite, vous pouvez déguster une planche apéritive de ses produits, avec un bon petit verre de Lambrusco (le vin typique de Parme : un vin rouge pétillant, très rafraîchissant !).

Source: <https://www.augoutdemma.be/>



L'UNIVERSELLE
ASSURE VOTRE MOBILITE DEPUIS 1970 !

NOUVEAU DANS VOS CONCESSIONS L'UNIVERSELLE

Venez y découvrir notre large gamme de scooters, motos toutes cylindrées ; ainsi qu'un grand choix d'accessoires.

Nous vous accueillons dans nos concessions du **lundi au vendredi de 9h30 à 18h30** et le **samedi de 9h30 à 18h00**.



AWANS
Rue de l'Estampage, 13
4340 Awans
Tél. : 04 246 36 66

CHENEÉ
Rue Sauheid, 78
4032 Chênée
Tél. : 04 358 39 39

HERSTAL
Bld Zénobe Gramme, 25
4040 Herstal
Tél. : 04 227 90 90

SERAING
Rue Biefnot, 7
4100 Seraing
Tél. : 04 285 69 68

VERVIERS
Rue Haute Crotte, 46
4801 Stembert
Tél. : 087 74 05

AMB Pergolas, soleil ou pluie, profitez de votre terrasse !

A lors que nous pouvons enfin nous retrouver à l'extérieur, la météo semble vouloir gâcher la fête ! Et pourtant, certains d'entre-nous, plus ingénieux, profitent déjà de leur terrasse ... Impossible en Belgique ?

Et bien non, une solution existe, et elle est esthétique, confortable et pratique. Nous avons rencontré Michel Bourdouxhe de chez AMB Pergolas pour découvrir comment ses solutions vont changer votre façon de voir la vie à l'extérieur !

**VOTRE TERRASSE
DEVIENT UN
ENDROIT OÙ IL
FAIT BON VIVRE
EN TOUTE SAISON**

« On a souvent une image un peu désuète des pergolas. Et pourtant c'est aujourd'hui l'un des produits les plus convoités tant il a évolué ces dernières années. À l'origine, une pergola consistait en une petite construction sur laquelle grimpaient des plantes pour offrir un coin d'ombrage. Si le nom est resté, le concept est à présent totalement différent et les nouvelles technologies permettent de réaliser des installations polyvalentes

au design contemporain, offrant l'ombre en été et la protection lorsque les nuages décident de s'inviter », explique Michel Bourdouxhe, Directeur. Spécialiste de la pergola bioclimatique, la société AMB conçoit et installe des pergolas depuis plus de dix ans. Depuis toutes ces années, le secteur s'est non seulement modernisé, mais il s'est aussi démocratisé.





Chaussée de Namur, 90 b
1315 Incourt
010/24.44.23
Avenue de Beaufort, 9a
4500 Ben Ahin (Huy)
085/25.25.13

info@ambpergolas.be
www.ambpergolas.be

« Il est possible de s'offrir un peu de luxe à domicile à partir de 6000€. Notre objectif est de permettre à chacun de profiter de sa terrasse plus de six mois par an. Avant de se lancer, il est donc important de bien réfléchir à l'utilisation que vous désirez faire de votre investissement. Les pergolas bioclimatiques sont le must dans le domaine. Elles permettent non seulement de gérer la lumière et l'éblouissement, mais assurent également une protection contre la pluie et le vent. Constituées d'une structure autoportante ou posées contre une façade, elles possèdent une toiture faite de lames orientables en aluminium que vous pouvez piloter à votre guise depuis une télécommande ou de manière automatique grâce au système breveté « Solar Tracking ». Et pour ne rien gâcher, l'élégance de l'ensemble apporte un cachet inégalable et s'accorde parfaitement à tous les types de maisons ».

AMB vous propose une gamme complète de structures variées qui intègrent des équipements simples, faciles d'entretien, pratiques et efficaces. Modulables à l'infini, les pergolas s'intègrent parfaitement à tous les types d'architecture et s'installent très rapidement. « Concevoir et poser une pergola est toutefois un travail complexe qui demande d'être bien réfléchi en amont. C'est pourquoi il est important de faire appel à une société spécialisée qui maîtrise les techniques et le savoir-faire. Bien pensée, votre installation peut même vous permettre de réaliser des économies d'énergie en laissant entrer la lumière tout en protégeant votre habitation de la chaleur ».

UNE PERGOLA BIOCLIMATIQUE, LA SOLUTION ÉLÉGANTE ET CONFORTABLE

Souvent associées au sud de la France et à ses paysages de vacances ou aux villas luxueuses, les pergolas s'invitent chez nous pour le plus grand bonheur des propriétaires de terrasses et trouvent ainsi toute leur raison d'être dans nos contrées au soleil parfois capricieux. Arrêtez de scruter votre application météo avant d'inviter vos amis pour partager un bon moment, appuyer juste sur la télécommande et profiter d'une belle après-midi ensoleillée... Ou pas!



Potter's Place



Vous êtes fan de la saga Harry Potter™ ?

Envie d'un séjour insolite ?

Non loin de Spa se trouve le logement à thème Harry Potter™ ! Enfilez votre cap, prenez votre balai c'est parti ! Cet endroit est magique, vous y découvrirez tous les détails de cette saga !

Une maison entièrement louée, composée de 3 chambres double, une salle de bain (le shampoing Kevin Murphy est compris), un bureau, un salon, une salle à manger, une buanderie... tout est full équipé !

Attention les escaliers bougent... ça ne vous rappelle rien ? Poudlard est dans la place !

Vous retrouvez aussi mimi geignarde au toilette ! Quand je vous dit que tous les éléments y sont ! De la parure de lit, au papier peint officiel, les statues, les tableaux... l'ambiance y est vraiment !

Vous avez le choix entre la chambre Serpentard, Dumley, ou les 4 maisons. 3 thèmes, 3 ambiances... je ne vous dévoilerez pas tous les secrets sur ces chambres (sans mauvais jeu de mot), mais n'hésitez pas à ouvrir un placard dans celle des 4 maisons... Le bureau du professeur Dumbledore, rédigeant une lettre à la plume... si vous voulez vous posez pour télétravailler ou écrire votre lettre pour Poudlard

c'est l'endroit idéal !

Hedwige sera présente aussi ;-)

Un salon ouvert sur la salle à manger, où règne une atmosphère magique, vous pourrez jouer aux échecs comme Harry et Ron.

J'oubliais, on se sent dans un monde imaginaire mais la maison est équipée de 5 télévisions avec la saga Harry Potter si vous voulez vous faire un marathon (il y a 20h de visionnage, sans pause...). La cuisine est full équipée, la théière Le Creuset, le service complet aux images des personnages, le sucre pour le café... tout y est pour votre confort !

Le petit déjeuner est sur réservation, disponible et déposé sur le pas de la porte 111, pour un réveil au top !

Les produits sont locaux, le choix est grand et c'est délicieux !



électriques ou non de différentes tailles pour aller explorer les alentours (un endroit calme et paisible avec de belles balades), un jacuzzi (oui oui vous avez bien lu ;-), un espace barbecue... tout y est !

Dans la buanderie, retrouvez aussi un choix d'activités à faire à proximité car il y a pas de belles choses à voir et faire dans la région ! Bref vous l'aurez compris c'est le confort absolu plein de magie à découvrir sans attendre !



Plus d'infos et réservation : <https://ardenneplaces.be/>

Article de Mélanie Gillis

L'extérieur est composé d'une cour arrière sécurisée, un garage pour vos balais, il y a des vélos

PARISSE

SA



EUROPEAN WATER TREATMENT

Vente - Dépannage - Entretien
Sel - Adoucisseurs - Osmoseurs - Filtres - Piscines

Toutes Marques



+32 (0) 4 263 11 94

info@parisse-sa.be

www.parisse-sa.be



Pilote

Art&Sign

La signalétique dans tous ses états...

- Lettrage vitrine
- Décoration par stickers
- Sablé (vitrophanie)
- Autocollants
- Impression bâche

Rapide et efficace et professionnalisme assuré

A petit prix!

www.pilote.lu . contact@pilote.lu

Depuis quatre générations, la société Colona fabrique **une gamme complète de mayonnaises et sauces émulsionnées froides.**

Société ancrée dans le **paysage Waremmin** depuis **1963**, Colona a été fondée initialement dans la cave de la maison familiale. 57 ans plus tard, Colona exporte 80% de sa production aux quatre coins du globe.



À côté de cela et ce depuis quelques années, la marque est de plus en plus visible sur le marché wallon !

Toute la production a lieu dans une infrastructure moderne et conforme aux normes européennes, permettant à la société de fabriquer une qualité constante

accompagnée d'un service personnalisé irréprochable.

Colona, c'est aujourd'hui 150 personnes qui travaillent qu-

otidiennement à l'élaboration de dizaines de recettes de sauces différentes **dans le respect de la tradition !**

Plus d'informations sur www.colona.be ! Et sur notre [facebook/colona.be](https://www.facebook.com/colona.be) !

Votre spécialiste en Sauces depuis 1963

Colona®

www.colona.be

Les Poêlées gourmandes / Le cochon braisé



Pour vos soirées privées ou non, mariages, communions, anniversaires, baptêmes, repas d'entreprises, etc...

On a **LA solution** : nos poêlées gourmandes : Paëlla, tartiflette, chili con carne, nouilles chinoises, choucroute garnie, potée Ardennaise/Liégeoise, poêlée de champignons plusieurs sortes de pâtes...
Et plat à la demande

Pour votre prochain repas de fête, n'hésitez plus,
demandez un devis gratuit au **0496/88.80.69**



MERCREDI 20/07

JEUDI 21/07

VENDREDI 22/07

SAMEDI 23/07

TARIF DES TICKETS EN PRÉVENTE

SCÈNE PIERRE RAPSAT

16:45
19:38
22:45Doria D [B]
Brossero - Pierre Rapsat 20 ans [B]
Cologero [F]

SCÈNE PROXIMUS

15:30
17:45
21:15
00:45Neolys [B]
Claire Lefruit [B]
Mustij [B]
Henri PFR [B]

SCÈNE SABAM FOR CULTURE

14:45
16:45
19:45
23:00Franc'Off
Gaïtan Street [B]
Charles [B]
Roscoe [B]

SCÈNE DU PARC

15:30
18:15
21:15Lo Bailly [B]
Saskia [B]
Terrenoire [F]Marka [B]
Vianney [F]
Mc SOLAR *New Big Band Project* [F]Aprile [B]
Glaouque [B]
Black M [F]
Glass Museum [B]Franc'Off
Catastrophe [F]
Lubiana [B]
Peet [B]Jakbrot [B]
The Terminal [B]
Tim Dup [F]Juicy [B]
Vitae & Slimane [F]
Tijph Barrow [B]Antoine Armedan [B]
Feul Chatterton [F]
Ykons [B]
Kid Noize [B]Franc'Off
Antoine Wjelemons [B]
Noé Preszow [B]
Soule [B]Turquoise [B]
Olive [B]
Les Scuff* [B]Delta [B]
Grand Corps Malade [F]
Clara Luciani [F]

Koneksion Internationale

Fally Ipupa [RDC]
Coeur de Pirate [Q]
Mosimann [CH]

Vainqueur du Franc'Off 2022

Jali [Rwanda/Belgique]
Pierre de Maere [B]
Plastic Bertrand Elektroset [B]Mélanie Isaac [B]
KT Gorique [Côte d'Ivoire]
Québecafolies

ABONNEMENT

4 jours
Toutes les scènesJusqu'au 19/07
133,50 €*

TICKETS JOURNALIERS

1 jour
Toutes les scènesPRIX PAR JOUR :
58,50 €** Prix frais de réservation
et compensation carbone inclusTarif réduit pour les moins
de 18 ans et plus de 70 ans
 FESTIVAL
Feel Good

AYWAILLE | 1 > 4.09

PATRICK BRUEL
JAMES BLUNT
DADJU
KYO - AMIR - MUSTII
EVA - SUAREZ
MOSIMANN
 STEPHANE - DORIA D - CALUMNY
 NAYA ALI - RORI
 GUIZZI - FUNKY FOOL
 OLI SOQUETTE
 MADEMOISELLE LUNA

 INFOS & TICKETS www.feelgood-festival.be




Vous n'avez pas encore
trouvé «le» cadeau original
pour la fête des pères ?

INDOOR SKYDIVE
FLY IN LIÈGE
The place to fly

+32 4 222 99 22

rue de l'Aéroport 8 • Grâce-Hollogne
customer@flyinliege.be

FLYINLIEGE.BE @ f

Nous avons
de quoi
le décoiffer !



CENTRE PARACHUTISME
SKYDIVE SPA
Take off 2 freedom

+32 87 26 99 06

Aérodrome de Spa la Sauvenière 122
4900 Spa • info@skydivespa.be

SKYDIVESPA.BE



Ville de Liège

Hôtel de Ville
Place du Marché, 2
4000 Liège
+32 (0) 4 221 81 11

Trouvez ci-dessous un aperçu des événements de l'Agenda initiés par la Ville de Liège et ses partenaires.

Retrouvez aussi toute l'actualité événementielle se déroulant sur le territoire de la Maison du Tourisme Pays de Liège (Ans, Awans, Crisnée, Flémalle, Grâce-Hollogne, Liège, Saint-Nicolas, Seraing) dans l'Agenda liégeois

La Ville de Liège se réserve le droit d'annuler tout événement pour des raisons de sécurité et/ou de non respect des règlements communaux.



24/03
27/10

FOIRE - BROCANTE - MARCHÉ

Court-circuit : marché des producteurs locaux

Tous les jeudis du mois, de 12h à 17h, venez découvrir les produits locaux liégeois.

03/06
07/08

LA DONATION
ALPA
ASSOCIATION LIÉGEOISE POUR LA PROMOTION DE L'ART

La donation ALPAC
03/06 - 07/08



26/08
04/09

EXPOSITION

En Piste ! et Prix de la création

ROUGE
RESTAURANT **du**
POIVRE

Restaurant ouvert
Le midi :
Lundi, jeudi et vendredi
Le soir :
Lundi, jeudi, vendredi
et samedi



Tél : 04/257 67 00 - info@rougedupoivre.be - www.rougedupoivre.be



Brico
Burenville

Rue Saint-Nicolas 266
4000 Liège
04/226.62.34
www.brico-burenville.com

BricoCity

 en face de *Supermarket* 

Galeries St-Lambert
4000 Liège
04/250.76.60
www.brico-saint-lambert.com

Tous les articles de la gamme Brico peuvent être commandés !

🕒 **HEURES D'OUVERTURE :**
Lundi de 13h à 18h30
Du mardi au samedi
de 08h30 à 18h30

**OUVERT CHAQUE DIMANCHE
ET JOURS FÉRIÉS DE 9H À 13H**



🕒 **HEURES D'OUVERTURE :**
Du lundi au samedi
de 9h30 à 18h30

2 hébergements insolites en Wallonie

La roulotte de Tournay à Neufchâteau

La roulotte de Tournay vous accueille, le temps d'une escale ardennaise, dans le jardin d'un petit village situé entre Neufchâteau et Libramont.

Elle vous ouvre ses portes de Pâques à fin septembre dans un esprit de simplicité et d'authenticité.

Vous souhaitez poser vos bagages, le temps d'une escale ardennaise ? Vous êtes à la recherche d'un logement insolite ?

Dans l'esprit de la simplicité volontaire et le respect du voisinage ?

La roulotte de Tournay vous accueille dans un jardin partagé au charme bucolique. Avec un peu de chance, le soleil sera au rendez-vous et illuminera de ses rayons le jardin fleuri.

La roulotte offre un confort rustique et authentique : coin séjour avec table, fauteuils et kitchenette équipée ; chambre à coucher en alcôve ; placards et espaces de rangement ; WC extérieur ; douche séparée : dans la maison ; coin jardin réservé. Pas de TV, mais wifi accessible. Idéal pour une personne seule ou un couple.

Les animaux domestiques ne sont pas acceptés. Il est demandé de ne pas fumer à l'intérieur de la roulotte.

www.laroulottedetournay.be/

Les Sphairs à Erezée

Surprenez votre partenaire en lui offrant un week-end en amoureux en Ardenne dans cette bulle transparente.

Quoi de plus romantique qu'une nuit à la belle étoile entouré par la nature mais avec le confort d'une chambre d'hôtel ?

Les Sphairs sont installées face au lac vous offrant une vue splendide. Elle sont entouré de haies

et de palissades en bois pour préserver votre intimité. Au réveil vous pourrez prendre le petit déjeuner sur la terrasse et profiter du paysage en tête à tête.

À l'intérieur vous disposerez d'une chambre à ciel ouvert, les « fenêtres » latérales de la chambre sont bien-sûr équipées de rideaux. Le grand lit double est très confortable et vous disposerez aussi d'une penderie pour y défaire vos valises ainsi que d'éclairage d'ambiance.

Un grand canapé est installé dans le salon ainsi que deux chaises et une petite table.

Les Sphairs ne disposent pas de sanitaire mais vous êtes très proche des blocs sanitaires.

<https://levaldelaisne.be>



Que faire à Lisbonne?



Traverser Lisbonne dans le Tram 28

Pour traverser la ville, il faut prendre le fameux Tram 28, il traverse les différents quartiers populaires de la ville. Vous pouvez parcourir la ligne dans son entièreté.

à votre arrivée à l'aéroport de Lisbonne, rechargez une carte « Viva Viagem » (option « zapping »), ça vous permettra d'utiliser les transports en commun de la région de Lisbonne et de payer en fonction de ce que vous utilisez (vous ferez des économies).

Admirer la vue depuis les belvédères de Lisbonne

Lisbonne est gorgée de point de vue c'est la ville aux 7 collines. Il est possible d'atteindre pas mal de « miradouros » en funiculaire.

Découvrir les sites classés à l'UNESCO de Belem (et manger des pasteis)

À environs 20 du centre-ville de Lisbonne se trouve Belem, l'autre grand attrait touristique de Lisbonne. Belem est connue pour ses différents sites classés à l'UNESCO (le Monastère des Hiéronymites et la tour de Belem), mais aussi pour ses pasteis de Belem.

Se perdre dans les ruelles de l'Alfama

C'est le quartier le plus ancien de Lisbonne et aussi le plus pittoresque. C'est vraiment agréable de se perdre dans les petites ruelles, en partant du château et en descendant jusqu'au Tage par exemple... c'est aussi le quartier

pour écouter des concerts de fado, (même dans les restaurants) c'est la musique traditionnelle du Portugal.

Visiter le Monastère de São Vicente de Fora

La beauté architecturale de ce monastère, la visite est également intéressante pour les faïences portugaises, et le monastère abrite une exposition d'azulejos représentant les Fables de La Fontaine ! La vue depuis d'en haut est également magique. Prévoyez une heure.

Perdez-vous dans les rues

Il y a des quartiers qui regorgent de street art ! Vous pouvez en découvrir en contrebas du château...

Prendre le train et explorer les alentours de Lisbonne

La région de Cascais et Sintra, à 30 minutes de train de Lisbonne à découvrir aussi !

Source:

<https://www.augoutdemma.be/>

CARUSO

RESTAURANT

Cynthia & Bruno Caruso
Rue Ernest Marneffe, 29
4020 Liège



04 342 92 92

restaurantcaruso.be
restaurantcaruso@skynet.be



Titres services

N° D'AGRÈMENT : 02203

Nettoyage - Repassage - Préparation de repas - Courses ménagères
Centrale de repassage : Rue Saint-Lambert, 84 - 4040 Herstal

- Nos talents à votre service
- Agréé Région wallonne
- 7 ans d'expérience
- Personnel sélectionné
- Suivi individualisé
- Visites client
- Aucun frais d'ouverture et de fermeture de dossier
- Garantie d'un service continu (grèves, intempéries, fêtes) ...

- Des travailleurs expérimentés
- Un travail soigné
- Repassage réalisé dans les 72 heures ouvrables
- Possibilité de prise et de retour de linge à domicile
- Aucun frais d'ouverture et de fermeture de dossier



Votre satisfaction... Notre priorité

0800/94 210



www.metoservices.be



24h/24 en toute sécurité !

Biotélévigilance, un système pour vous et sur-mesure !

Qu'est-ce que le système de biotélévigilance ?

Grâce à lui, vous pouvez profiter de votre autonomie tout en sachant que votre sécurité est assurée. A n'importe quel moment, il vous suffit d'appuyer sur le bouton d'un petit émetteur pour demander de l'aide.

Pour qui ?

Pour toute personne en perte d'autonomie qui pourrait éprouver des difficultés à appeler à l'aide.

Plus d'infos ? Dominique DELFOSSE au 04 / 227 55 97



un restaurant, un bar et un bar à shisha, chacun présentant des éléments emblématiques de Tomorrowland».

Terra Solis ouvrira en septembre et restera ouvert jusqu'en juin 2023.

Rappelons-le le festival aura lieu du 15 juillet au 1 août 2022 à Boom.

Tomorrowland va encore nous faire rêver ! Le festival électro ouvrira une «oasis» à Dubai, en septembre prochain.

Au programme : une atmosphère relaxante au bord de la piscine, des saveurs et des arômes paradisiaques ainsi qu'une expérience unique de «glamping» (camping glamour) parmi les dunes du désert d'Arabie.

L'oasis, baptisée «Terra Solis», offre différentes options d'hébergement : 48 tentes, 20 pavillons et

6 pool lodges. Les clients auront accès à une piscine,

Après ces 2 années, les festivaliers vont pouvoir bénéficier de leurs tickets « non utilisés », ce qui ne laisse pas beaucoup de place pour les nouveaux...

Mais il reste les live à écouter/visionner pour vos soirées à siroter des cocktails chez vous !

Sinon il y a la tomorrowland winter à retrouver en Mars 2023 au Alpe d'Huez (France).

Revivez les moments les plus magiques de Tomorrowland Winter 2022 avec l'Aftermovie offi-

ciel Tomorrowland Winter 2022 et préparez-vous à une nouvelle aventure en 2023... L'histoire de Tomorrowland Winter continue ! Tomorrowland reviendra dans la magnifique station de ski de l'Alpe d'Huez pour la troisième édition de Tomorrowland Winter en 2023, qui aura lieu du 18 au 25 mars 2023. Dans les Alpes françaises, les festivaliers du monde entier se réuniront à nouveau pour vivre une expérience unique de festival d'hiver, avec de la neige, de la musique et des vues spectaculaires sur les pistes mythiques de l'Alpe d'Huez et les montagnes environnantes.

Source : [contact news Tomorrowland](#)

NATURE



CONTEMPORAIN



COTTAGE



INDUSTRIEL



MODERNE



RAISON HOME
CUISINE & AGENCEMENT

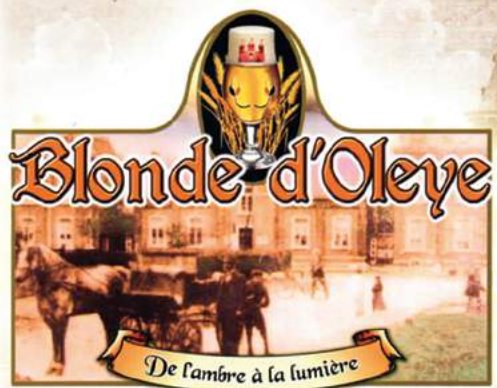
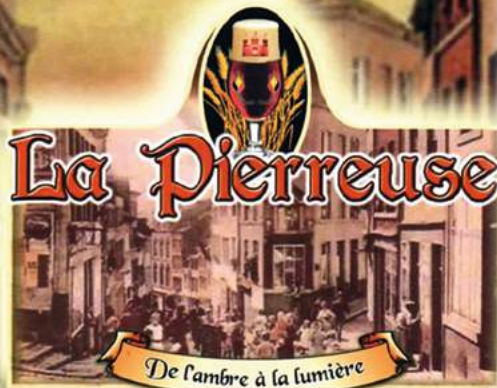
Chez vous et avec vous

CHEZ VOUS et **AVEC VOUS**...
concevons le projet qui
VOUS ressemble !



Valérie GERARD
Home Designer

+32 495 916 999
valerie.gerard@raisonhome.com
www.raisonhome.be



*Découvrez les bières d'Oleye,
brassées dans le respect de la tradition selon une recette originale.*

*Renseignement & commande : 0800 / 94 210
Facebook : Labieredoleye*

SORTIES CINÉ



Entre la Vie et la Mort

Drame

13 juillet 2022

Leo Castaneda est espagnol, il vit à Bruxelles, où il conduit les mé-tros de la ligne 6. Un soir, il croise le regard d'un jeune homme au bord du quai.

Des yeux fiévreux de détresse, un visage familier... Leo reconnaît son fils Hugo, lorsque celui-ci disparaît tragiquement sur les rails ! Leo qui ne l'avait pas revu depuis plus de deux ans, va découvrir qu'Hugo était impliqué dans un braquage sanglant. Il va devoir affronter de violents criminels pour tenter de comprendre les raisons de la mort de son fils.



The Gray Man

Action, Thriller

13 juillet 2022

«Gray Man» est le nom de code de l'agent de la CIA Court Gentry, alias

Sierra Six. Recruté dans une prison fédérale par son officier traitant, Donald Fitzroy, Gentry était autrefois un redoutable tueur à gages à la solde de la CIA. Mais la situation a radicalement changé : Gentry est désormais la cible de Lloyd Hansen, ancien comparse de la CIA, totalement déterminé à le traquer à travers le monde pour l'éliminer. L'agent Dani Miranda le couvre - et il en aura besoin.



Krypto et les Super-Animaux

Animation

27 juillet 2022

Dans KRYPTO SUPER-CHIEN, Krypto

le superchien et Superman sont deux amis inséparables : ils possèdent les mêmes superpouvoirs pour combattre, côte à côte, la criminalité qui sévit à Metropolis. Lorsque Superman et les autres membres de la Justice League sont kidnappés, Krypto doit convaincre sa bande de joyeux lurons - Ace le chien, PB, le cochon bedonnant, Merton la tortue et Chip l'écureuil - de bien contrôler leurs tout nouveaux pouvoirs pour sauver les super-héros...

Céline Dion reporte ses concerts en Belgique à septembre 2023.

Céline Dion devait se produire au Sportpaleis d'Anvers en mai 2020. Le covid est passé par là. Le show a donc été reporté à septembre 2022. Mais une fois encore, les concerts sont reportés! Céline Dion a postposé toute sa tournée européenne à cause de soucis de santé. La chanteuse québécoise souffre en effet de spasmes musculaires.

« Je suis désolée de devoir changer une nouvelle fois nos plans de tournée européenne. La première fois, c'était à cause de la pandémie, maintenant ce sont mes problèmes de santé qui nous poussent à reporter les concerts. Ça va lentement et c'est toujours un peu frustrant. J'ai des traitements de la part de mon médecin. Je vais un peu mieux mais j'ai toujours quelques spasmes.

Honnêtement, j'ai hâte mais ce n'est pas encore bon », explique Céline Dion dans une vidéo publiée sur les réseaux sociaux.

Les concerts prévus les 3, 4 et 6 septembre 2022 au Sportpaleis d'Anvers sont donc reportés d'un an. Les fans de la chanteuse devront attendre les 17, 18 et 20 septembre 2023 (toujours au Sportpaleis) pour la revoir en concert en Belgique. À noter que les deux premières dates sont sold-out.

Cancer, maladie neurologique, dépression... les internautes s'imaginent le pire quant aux soucis de santé de Céline Dion. Ce dimanche 8 mai, celle qui s'est livrée sur la chirurgie esthétique a pris la pose aux côtés de ses enfants pour une belle occasion. Néanmoins, alors qu'elle pose au naturel, les fans ont été désemparés face à sa petite mine.

Le 8 mai dernier elle a posté : «En cette Fête des mères, je me sens très privilégiée de pouvoir être avec mes enfants, et j'ai une pensée toute particulière pour ces mères en Ukraine et partout dans le monde qui ont perdu leurs enfants», a-t-elle dit. Néanmoins, alors qu'elle a pris la pose sans maquillage et les cheveux attachés, les abonnés ont été nombreux à lui apporter leur soutien. Une photo au naturel en famille.





L'ESCADRILLE

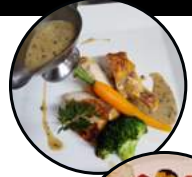
RESTAURANT



Chaussée de Liège 1 - 4460 Bierset

0483 89 01 28

lescadrille.no1@gmail.com



Ouvert du lundi au vendredi de 12 à 17h

ANTIQUAIRE

Achète

**BON OU MAUVAIS ÉTAT
DÉPLACEMENT GRATUIT
PAIEMENT IMMÉDIAT**

DÉBARRAS MAISONS,
APPARTEMENTS ET CAVES

TOUTES FOURRURES
Astrakan, vison, etc
ANTIQUITÉ Tableaux, machines à coudre,
cuivre, pendules ...
MOBILIER ANCIEN
INSTRUMENTS DE MUSIQUE
Pianos, violons, accordéons
BAGAGERIES DE LUXE
Toutes marques
BIJOUX Montres, goussets, bracelets, colliers,
or, dentaire, bijoux à la casse
PIÈCES DE MONNAIE Française et étrangères,
or et argent
VIEUX VINS Bordeaux, Bourgogne...
ART ASIATIQUES Estampes japonaises, vases

M. Julien Landrain - Tél. 0489/77 23 03
julienlandrain92@gmail.com

**RACHAT D'OR
au meilleur prix**

Chez Alexis

★★★

Artisan Boucher,
Charcutier, Traiteur

★ **Fine charcuterie artisanale** ★ **Service Traiteur** ★

BOUCHERIE
SAINT-NICOLAS



04 226 16 92



Rue Saint Nicolas 423
4420 Saint-Nicolas

BOUCHERIE
LIÈGE



04 343 04 63



Rue Raes de Heers 4
4020 Liège
(Rue Puit-en-Sock)



Chez Alexis (boucherie)

SUDOKU

Règle du Jeu : La règle est simple, en partant des chiffres déjà inscrits, vous devez remplir la grille de manière à ce que : chaque ligne, chaque colonne, chaque carré de 3*3 contiennent une seule fois les chiffres de 1 à 9. Solutions page 28

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

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

LA CAPANNINA

RISTORANTE

Route du Condroz 21
4100 BONCELLES

04.338.10.10



R.G.PNEU

PNEUS NEUFS & D'OCCASIONS



0497/41.26.76

04/227.36.66



Rue du Petit Chêne, 25 - 27
4000 Liège (à 200 m de la place Coronmeuse)



rgpneu@gmail.com



du lundi au vendredi de 10h à 17h

PIRELLI

TOYO TIRES
driven to perform

MICHELIN

Continental

DUNLOP

BRIDGESTONE

HANKOOK

GOOD YEAR

YOKOHAMA

FALKEN
TIRE

IL N'EST JAMAIS
TROP TARD POUR

devenir

CE QUE TU AURAS PU

être

(George Eliot)

magalituffier.fr

25



STAGE CHANT ET ARTS SCENIQUES AVEC JASEZ-VOUS !?

**Du 4/7 au 8/7 au Centre Culturel
de Flémalle. Pour les? 7-12 ans.**

Viens découvrir la musique de Jasez-Vous et l'univers Swing murette. Travaille le texte, la voix et l'expression scénique. Participe à la mise en place du spectacle pour le concert de fin de stage!

Infos et Inscriptions:

Marie Céline Legros-Centre Culturel de Flémalle
04/275.52.15- marieceline@ccfle-malle.be
www.ccflemalle.be

Concert de fin de stage le 8 Juillet à 20h15 en première partie du CONCERT-APERÔ

Concert-à-péro avec Jasez-vous !

Jasez-Vous!? sera sur scène, au Centre culturel de Flémalle, pour un concert particulièrement convivial, puisque vous pourrez l'agrémenter d'une délicieuse assiette apéro... Pour cette soirée, Frank et Melina seront accompagnés de Sibylle Hor au violon et

Angelo à la batterie. Mais pas que !!! Jasez-Vous!? fera la fête avec ses petits stagiaires de la semaine ! L'occasion pour ces apprentis-chanteurs de participer à un vrai grand spectacle en première partie de concert!

Alors prévenez déjà les taties, les mamies et compagnies... Assiettes apéro disponibles dès 19h – Concert à 20h15

Entrée au concert : 5€ |

2 Chèques culture | 1,25€ Art. 27

Supplément Assiette apéro : 7,50€ (sur réservation uniquement)

<https://ccfle-malle.be/evenements/concert-aperô-avec-jasez-vous/>

www.facebook.com/Jasez-Vous



Retrouvez-nous
sur YouTube





STAR OF INDIA

RESTAURANT INDIEN - LIEGE

Place des Franchises, 24 - 4000 Liège



Saveurs d'ailleurs aux épices hautes en couleurs, le Star of India vous accueille pour vous faire vivre un voyage inoubliable sur la route des Indes.



04 375 53 38

Place des Franchises 24
4000 Liège



www.facebook.com/starofindialiege

starofindia.liege@gmail.com



Rue Henri de Dinant 17 | 4020 Liège

Ouvert

du Mardi au Vendredi
de 11h30 à 14h

Mercredi et Jeudi
de 18h à 22h

Vendredi et Samedi
de 18h à 22h30

Fermé le lundi et dimanche

04 343 10 38



Coeur d'Outremeuse
BISTRO & RESTAURANT
de la Gastronomie
aux Plats tradis liégeois...

lacene.be

Pilote

Art&Sign

La signalétique dans tous ses états...

- Lettrage vitrine
- Décoration par stickers
- Sablé (vitrophanie)
- Autocollants
- Impression bâche

Rapide et efficace et professionnalisme assuré
A petit prix!

www.pilote.lu . contact@pilote.lu



Fondation Justine Henin

Une nouvelle fondation pour soutenir le programme Gym and Joy en hôpital.

Elle soutient la clinique CHC Mont-Légia.

Justine a décidé d'utiliser sa notoriété pour faire bouger les choses ! Depuis la création de son association Justine for Kids en 2008, l'ex-numéro 1 mondiale a enchaîné et concrétisé des projets en faveur des enfants malades. Et ce, qu'il s'agisse de journées ou voyages d'évasion en compagnie des enfants (un baptême de l'air, un voyage en Laponie à la rencontre du Père Noël, un week-end à Disney, etc.) ou du financement de matériel, de jeux ou de décorations pour les centres pédiatriques.

«La mission de la Fondation Justine Henin, c'est de pouvoir encourager la pratique sportive adaptée auprès d'enfants malades ou porteurs d'un handicap en Belgique, expliquait la principale intéressée. Pour mener à bien cette mission, il nous fallait un premier projet. Nous avons découvert 'Gym and Joy' au CHC MontLégia de Liège. Un projet en lien avec nos valeurs.»

Des valeurs de partage mais aussi d'utilité pour des enfants touchés par la maladie.

«J'ai toujours eu besoin de donner du sens à ma notoriété, poursuivait Justine Henin. J'ai créé 'Justine for kids', qui fut une

avec la motivation d'apporter des moments de répit à des enfants malades. J'avais ensuite le rêve d'ouvrir une maison de répit pour ces familles qui sortaient de longues hospitalisations. On a été très loin dans le projet puis presque au moment de poser la première pierre, je me suis rendu compte que ce serait un projet très lourd à porter. J'ai eu peur de me lancer dans cette initiative. Pour moi qui aime aller au bout des choses, cela a été un moment compliqué à gérer. Avec un groupe de travail, de réflexion, on est reparti d'une page blanche. Au final, on a décidé que le sport devait servir d'outil pour aider les enfants. On a ensuite rencontré un partenaire idéal avec 'Gym and Joy' qui existait déjà. Je pense que nous sommes partis pour une très belle aventure.»

L'objectif ? encourager l'activité physique des enfants malades

Ce programme lancé dans un premier temps par la Fondation contre le cancer encourage les activités physiques des enfants atteints d'un cancer à l'hôpital et à la maison. Un professeur d'éducation physique, intégré à l'équipe soignante, encadre l'enfant malade dès le début de la prise en charge médicale avec des activités adaptées. La fondation interviendra financièrement pour soutenir ce projet qui a touché en plein cœur l'ancienne star de la petite balle jaune.

«C'est important pour moi car j'ai toujours aimé les enfants. J'ai été touchée par la maladie de ma maman quand j'étais très jeune. Pouvoir aider les enfants malades ou porteurs d'un handicap, cela a toujours fait sens pour moi. Je suis persuadée que le sport est un atout puissant et que sa pratique ne peut être que bénéfique sur le long terme. L'objectif est de pouvoir soutenir 750 enfants d'ici 2025. L'idée est aussi de pouvoir développer d'autres 'Gym and Joy' dans d'autres centres pédiatriques en Belgique. Ce qui est génial dans le milieu médical, c'est que tout le monde est convaincu de l'utilité de la pratique sportive.»

L'une des prochaines étapes avec l'aide de la Province de Liège sera la construction sur le site du CHC MontLégia de Liège d'un terrain multisport extérieur pour sortir les enfants de l'hôpital quand c'est possible et leur faire oublier un quotidien par toujours très rose.

Un autre nom, une nouvelle structure mais l'objectif demeure le même : faire du bien autour de soi et offrir des moments de bonheur à des enfants malades.

Source : www.dhnet.be



Al Piccola Mondo

- Ristorante italiano dal 1980 -

Seconda generazione - Famiglia Di salvo

rue Gretry, 24 à 4020 Liège - Réservations: +32 4 341 30 42 - info@al-piccolomondo.be



Nous sommes ouverts du mercredi au dimanche,
de 12h00 à 14h00 et de 18h00 à 22h00.

> SORTIES CONCERTS

Concert

HAPPY SUNDAYS

Du dimanche 03 au dimanche
24 juillet 2022
Ecole de Limbourg

Concert au profit de l'Unicef

Charly Rwubaka

09/07/2022
Les Mains Ardentes -
Salle des Fêtes
Rue Waleffe 2
4020 Liège

Festival Tous Ans'Emble

Du 15/07/2022 au 17/07/2022
Château de Waroux
Rue de Waroux 301, 4432
Alleur

Francofoufti

Du 22/07/2022 au 23/07/2022
La Glacière Spa
Rue Deleau, 14
4900 Spa

Le Micro Festival 2022

Du 05/08/2022 au
07/08/2022
Espace 251 Nord
Rue de Vivegnis, 251
4000 Liège

Concert » Soul / Funk

Steam Machines

17/08/2022
Place des Carmes
4000 Liège

Concert » Festival

Golden Age Rock Festival 2022

du 19/08/2022 au 21/08/2022
Palais des Congrès de Liège
Esplanade de l'Europe, 2
4020 Liège

Concert » Jazz

Le rallye JazzO4 au fil de l'eau

Le 28/08/2022
Centre Culturel de Liège
Les Chiroux
Pl. des Carmes 8
4000 Liège

Concert - Festival

FEEL GOOD FESTIVAL

Du jeudi 01 au dimanche 04
septembre 2022
Rue Marsale à
Remouchamps

NANDRIN

La belle en Condroz



Zumba Fitness

Pierco, 4 (Espace des Templiers)
4550 Villers-Le-Temple

0476/94.37.01

Type d'association : Sport

Président :

Secrétaire :

COMMUNE DE NANDRIN

Place O. Musin, 1

4550 NANDRIN

Tél : 085/51.94.90

Fax : 085/51.32.86

TOUS les Lundis de 19h15 à 20h15 à Villers le Temple



LUNDI DE 19H15 À 20H15

V
I
L
L
E
R
S
-
T
E
M
P
L
E



NOUVEAU

MERENGUE, SAMBA, SALSA, REGGAETON.
TÉL: 0476/943701 / 0472/534008

Nouveau à Villers Le Dragon Team et ses 3 instructeurs, lance les cours de Zumba Fitness à l'Espace des Templiers dès le 29 septembre 2014. Venez nous rejoindre: bouger, vous défouler, vous amuser, sur des musiques de Beto PEREZ, Merengue, Samba, Reggaeton, Salsa, dans une super ambiance et dans la bonne humeur. Une équipe de professionnelles s'occupe de vous.

(Gratuit aux enfants moins de 10 ans accompagnés des parents inscrits)

Renseignements : 0476/943701

Patro 4 Horizons de Nandrin

Rue du Presbytère, 7
4550 Nandrin

0493 06 80 89

Type d'association : Jeunesse

s.brialmont@gmail.com

Président :

Prévot Antoine

0494/25.95.19
antoine.prevot@outlook.be

Secrétaire :

Co Présidente : Valentine Derauw - 0493/62.38.53 - valentinederauw97@gmail.com

Commune



d'Esneux

COMMUNE D'ESNEUX

Place Jean d'Ardenne, 1

4130 Esneux

info@esneux.be

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://www.esneux.be/>



BRASSERIE LE 320

Un espace convivial
pour tous vos repas,
afterworks, ou apéros.

LE BAR À COCKTAILS



POUR Y BOIRE

📍 route du Condroz
320 à 4550 Nandrin

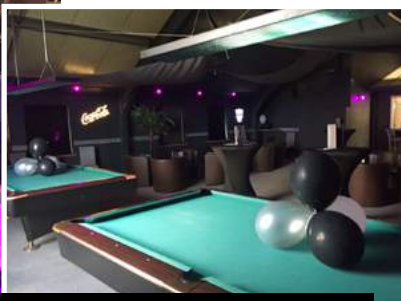
☎ 04/272.64.59



POUR Y MANGER



POUR Y JOUER



AUSSI... DES SOIRÉES À THÈME



La lotion Clinique Mineral suncream SPF 30 ne respecte pas non plus la protection promise contre les rayons UVA, responsables du vieillissement de la peau et également du cancer de la peau, pointe l'organisation. Elle souligne en outre la protection insuffisante contre les rayons UVA offerte par la crème SPF50+ avec parfum de la marque Zwitsal, destinée aux enfants.

"Pour la deuxième année consécutive, la marque Zwitsal, qui propose des produits spécialement destinés aux bébés et enfants, ne respecte pas la protection promise sur l'emballage. L'année dernière déjà, deux produits de cette marque, le spray SPF50+ et la crème SPF50+ sans parfum ne respectaient respectivement pas la protection promise contre les UVB ou contre les UVA. Ces deux produits semblent pourtant toujours présents sur le marché. C'est non seulement illégal, mais c'est aussi inacceptable lorsque l'on sait que les jeunes enfants sont

particulièrement vulnérables aux effets du soleil", réagit la porte-parole de Test Achats, Julie Frère. Au total, ce sont donc trois produits de la marque Zwitsal, vendus en Belgique, qui ne respectent pas la protection promise.

En plus de la plainte déposée au SPF Santé publique, l'organisation demande que ces produits soient retirés du marché ou, à tout le moins, que l'indice de protection soit adapté sur l'emballage.

Source : www.7sur7.be

Test Achats a rendu son verdict sur ces produits solaires

On le sait, les cancers de la peau existent et sont malheureusement de plus en plus présents. Il faut toujours bien protéger votre peau avant une exposition à celui-ci.

Parmi l'ensemble des lotions et sprays passés au crible, deux ne respectent pas la protection promise contre les rayons UVB, responsables des coups de soleil et du cancer de la peau. Il s'agit du Isdin gel cream SPF 30, qui n'a en réalité qu'un SPF 15, et de la lotion Clinique Mineral suncream SPF 30, qui n'offre qu'un SPF 10.

CHAUFFAGE SANTAIRE

Traitements des eaux
Adoucisseur
Installation salle de bain

Installation | Entretien | Dépannage

STEPHANE NICOLAS



0476 595 093

Rue des Ecoles, 97
4171 POULSEUR



LICAVET

Vétérinaires agréés

CABINET :

25 av des Ardennes
4130 Tilff
Tél. : 04 388 27 70
Mobile : 0475 91 98 48

Consultations :

Lu - Me - Ve : 9h à 10h et 17h à 19h
Ma - Je : 9h à 10h et 16h à 18h
Sam : 9h à 10h
et sur rendez-vous de 9h à 19h

URGENCES 24h/24 7j/J

Restaurant Hellénique

SALADE BAR
SPÉCIALITÉ GRECQUE, PITA,
SOUVLAKI, MEZZES

Tel: 0495/60 04 51

Route du condroz 145 c - 4121 Neupré

Fermé dimanche et lundi
Ouvert de 12h00 à 14h00
et de 18h00 à 20h00



www.helleniquesaladebar.com

K

KEVIN LEPAILY
-PARCS & JARDINS-

**SPÉCIALISTE EN AMÉNAGEMENT DE JARDINS
ENTRETIEN DE JARDINS
ABATTAGE ET ÉLAGAGE**

- Plantations • Pose de clôtures
- Déboisement • Pavage • Taille et tonte
- Création de pelouse • Pose de klinkers

Place de la Gare 1A - 4130 Esneux
Gsm 0479/22.97.05

www.kevin-lepaily.be



Idée recette : Penne aux boulettes

INGRÉDIENTS pour 4 personnes

pennes 500 g
chipolata 500 g
tomate cerise 400 g
épinards en branches 450 g
oignon 1
ail 2 gousses
roquette
mascarpone 100 g
parmesan râpé 2 c à s
huile d'olive
sel et poivre



Préparation

1 Epluchez et hachez l'oignon. Coupez les tomates cerises en deux. Nettoyez les épinards.

2 Ôtez la peau des chipolatas, coupez la chair en tronçons, faites cuire à la poêle, dans 1 c à s d'huile et égouttez.

3 Faites cuire les pâtes selon les indications sur l'emballage, égouttez-les en récupérant 1/2 louche d'eau de cuisson, mélangez-les avec 1 c à s d'huile et réservez au chaud.

4 Faites fondre l'oignon dans le reste de l'huile, ajoutez les épinards et laissez cuire, 3 à 4 mn. Ajoutez les tomates cerises et faites-les cuire, 1 mn.

Saliez et poivrez.

5 Réchauffez l'eau des pâtes avec le mascarpone, le parmesan et du poivre. Mélangez cette sauce avec les pâtes, les épinards, les chipolatas et les tomates cerises, décorez de basilic et servez aussitôt.

www.femmesdaujourd'hui.be

Dinner On The Lake jusqu'à fin septembre



Dinner On The Lake est un havre de paix flottant où l'on peut profiter d'un repas délicieux dans un cadre unique.

Envie d'un dîner original en couple ou entre amis, familles. Ce concept de restaurant flottant donne un aperçu de vacances! Un moment de pure évasion!



Quatre nouveaux sites en Flandre. Les 2 Floating Tables (traduisez tables flottantes) de 24 personnes s'installeront sur les eaux du port de plaisance moderne de Kinrooi (province de Limbourg) de mi-avril à fin mai et du Domaine Breeven de Bornem (province d'Anvers) de mi-avril à fin juin. Direction ensuite le parc Maria Hendrika à Ostende de juin à fin septembre et le domaine du château Nieuwermolen à Dilbeek (Brabant flamand) de juillet à fin septembre.

Pour coller au décor majestueux, un menu gastronomique réalisé par des partenaires locaux sera servi. Mais ce n'est pas tout. Cette année, Dinner On The Lake a prévu d'organiser une série d'événements comme des dégustations de vins, des ateliers cocktails ou encore des soirées films. Envie de partager un repas inoubliable? Comptez 159 euros par personne pour l'expérience complète.



dinneronthelake.com
www.flair.be

A la bonne franquette

CHEZ PHIL

Profitez aussi de notre terrasse pour passer un agréable moment



Avenue des Ardennes 8
4130 Esneux - 04/367 63 14

Nouveau magasin

Chez Maya

Avenue Laboulle 125 B
4130 Tilff

« Le macramé est un
nœud de passion
et de créativité,
libérons-les
et laissons-les
s'entrelacer »



A l'occasion

VENTE - ACHAT - ÉCHANGE
VIDE MAISON - BIJOUX - COLLECTIONS
TV - ORDINATEUR ÉLECTROMÉNAGER
OUTILLAGE - MEUBLES

Vide Maison

Achat vieilles montres, même cassées
au meilleur prix !
Patron sur place

Boutique de 9^m main
Tapisier - Carrelleur
Cosmétique - Bijoux...

0499/29 79 52 - 0492/ 78 28 07

Avenue des Ardennes 8 4130 Tilff
Ouvert du Mardi au Dimanche de 10h à 18h



MV-STORE

PROTECTION SOLAIRE 100% SUR-MESURE

POUR VOTRE CONFORT ET PLAISIR

Produits intérieurs: stores enrouleurs, américains, japonais, vénitiens, duo-roll, lamelles verticales

Produits extérieurs: stores de terrasse, véranda, screens thermiques, BSO, pergolas bioclimatiques.

Afin de vous servir au mieux, nous travaillons sur rendez-vous uniquement.

www.mv-store.be

Tel : 04 375 40 86

Gsm : 0487 73 84 22

E-mail : info@mv-store.be

31, Allée du Bois, 4120 Rotheux-Rimière (Neupré)



www.mv-store.be

37

Avoir des poules

Vivre à la campagne, avoir son potager, et pourquoi pas des poules ?

Élever des poules est à la portée de tout le monde. Il est très facile de vivre en parfaite harmonie avec ces petites gallinacées sous réserve de bien les connaître.

Combien de poules élever ?

La poule est un animal très sociable et a besoin de compagnie. Pour qu'elle se sente bien, il est indispensable que la poule ne soit pas seule. Si vous souhaitez vous lancer dans l'élevage, prévoyez donc au minimum 2 poules.

Selon leur race, une poule peut fournir entre 150 et 300 œufs par an. 2 poules sont donc amplement suffisantes pour fournir en œufs une famille de 4 personnes.

Les œufs sont l'un des principaux avantages à l'élevage de poules pondeuses dans son jardin.

La garantie d'avoir des œufs frais toute l'année.



Néanmoins, il faut savoir que de nombreuses poules pondent peu voire plus du tout durant l'hiver.

Pour être certains d'avoir des œufs même en hiver, choisissez une poule dite bonne pondeuse l'hiver comme la gâtinaise ou la géline de Touraine.

Sachez que les poules sont d'excellentes pondeuses jusqu'à leur 3 ans. Au-delà, elles donneront de moins en moins d'œufs pour finalement ne plus rien pondre passé 8 ans.

Comment nourrir ses poules ?

Une bonne alimentation est la clé pour obtenir des œufs de bonne qualité.

Si vous élevez vos poules en liberté, elles trouveront une grande partie de leur nourriture dans la terre : racines, vers, graines, insectes, fruits, graviers, etc.

Il vous suffira de compléter leur alimentation par un mélange de grains (blé, avoine, orge, etc.).

En revanche, si vous élevez vos poules en enclos fermé, vous devrez subvenir à leurs besoins en leur apportant plus de céréales et de graviers.

Pour gagner du temps, il existe des mélanges d'aliments tout prêts garantissant une alimentation saine, complète et équilibrée pour vos poules.

Les poules étant des animaux très routiniers, pensez à les nourrir chaque jour à heure fixe.

www.chemin-des-poulaillers.com

Andy Warhol



Le tableau peint en 1964 par Andy Warhol, du portrait de Marilyn Monroe a été vendu.

Un célèbre portrait de Marilyn Monroe par le maître américain du pop art Andy Warhol, vendu 195 millions de dollars lundi soir à New York, est devenu l'œuvre d'art du XXe siècle la plus chère jamais vendue lors d'enchères publiques.

Des dizaines d'intermédiaires de Christie's étaient présents, pendus à leurs téléphones pour prendre les ordres d'acheteurs. Mais c'est de la salle, où trônait l'œuvre, qu'est partie la dernière offre, victorieuse. Selon plusieurs spécialistes des enchères présents sur

place, elle est venue du mar-

-chand d'art américain Larry Gagosian, propriétaire des galeries du même nom, mais on ignorait s'il agissait pour son compte ou celui d'un client.

Christie's, propriété de la très grande fortune française François Pinault, n'a pas souhaité faire de commentaire sur l'acheteur.

"Shot Sage Blue Marilyn" n'a pas atteint, de peu, l'estimation de 200 millions de dollars avancée par Christie's avant la vente, ce qui ne l'empêche pas de battre le précédent record pour une œuvre du XXe siècle aux enchères, "Les Femmes d'Alger (version O)" de Pablo Picasso (179,4 millions de dollars en mai 2015).

Couleurs saturées

Le record absolu -- toutes périodes confondues -- reste détenu par le "Salvator Mundi" attribué à Léonard de Vinci, adjudgé en novembre 2017 pour 450,3 millions de dollars.

Le portrait d'Andy Warhol faisait partie d'une collection mise en vente lundi soir par la fondation zurichoise Thomas et Doris Ammann,

du nom du marchand d'art et collectionneur suisse Thomas Ammann, un ami de Warhol décédé du sida en 1993, et de sa sœur Doris. Tous les produits de la vente, soit 317 millions de dollars réalisés sur 34 des 36 lots vendus, iront à cette fondation, qui se consacre "à l'amélioration de la vie des enfants" via la santé et l'éducation, selon Christie's.

Peint à l'encre sérigraphie et à l'acrylique, "Shot Sage Blue Marilyn" est l'un des cinq portraits d'un mètre sur un mètre aux couleurs vives, saturées et contrastées que l'artiste new-yorkais avait réalisé en 1964 à partir d'une photo pour la promotion du film Niagara en 1953. Visage rose, cheveux blonds et rouge à lèvres prononcé, l'actrice laisse apparaître un sourire énigmatique, sur un fond bleu turquoise.

Source : www.7sur7.be



Centre Vétérinaire des 4 bras

12 rue de Dinant, 4550 Nandrin
Tél : +32 85 51 36 80

Consultations sur RDV :

Du lundi au vendredi :
de 9h à 13h et de 14h à 19h

Samedi :
de 9h à 11h

www.centreveterinairedes4bras.be

Ets Dechamps et Fils

ELECTRO - TV - HI-FI - VIDEO
MATERIEL ELECTRIQUE

Plus de 10.000 appareils en stock ! Liste de mariage
Dépannage assuré par la maison

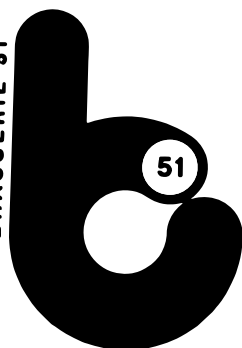
Rue de Dinant, 22 - 4550 NANDRIN
Tél. : 085 51 11 79

www.dechampssetfils.be



Ouvert tous les jours de 9 à 12h et de 13h30 à 18h
Fermé le mardi et dimanche

BRASSERIE 51



Zone 51

Jeudi : **afterwork + apéro**

Vendredi et samedi : **soirées à thèmes**

Dimanche : **dîners thé dansant**

 brasserie 51

Route du Condroz, 245 à 4550 Nandrin

04/344.40.86





COMMUNE D'AYWAILLE

8, Rue de la Heid
4920 Aywaille
04 384 40 17
04 384 77 92
info@aywaille.be



24ème édition
Samedi 16 juillet 2022
Zaterdag 16 juli 2022
Aywaille - Bastogne - Aywaille

Sport

**Aywaille - Bastogne -
Aywaille Course
cycliste**

le 16/07/2022



Brocantes & Marchés

**Marché de Pleine
Lune à Aywaille**

le 16/07/2022 de 16:00 à 21:00



Exposition

**Rendez-vous culturels
au Château de Harzé -
Exposition**

du 12/08/2022 au 15/08/2022



Brocantes & Marchés

**Marché de Pleine
Lune à Aywaille**

le 13/08/2022 de 16:00 à 21:00



Fêtes & Folklore

**Fête du fromage à
Harzé**

du 13/08/2022 au 14/08/2022



Musique

**Feel Good Festival à
Remouchamps**

du 01/09/2022 au 04/09/2022



Brocantes & Marchés

**Marché de Pleine
Lune à Aywaille**

le 10/09/2022 de 16:00 à 21:00



Balades & Visites guidées

**Visite guidée - La
bouche de Martinrive**

le 24/09/2022 de 14:00 à 17:00

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://www.aywaille.be/>

Royal
Hôtel Restaurant
Bonhomme

Hôtel authentique aux portes de l'Ardenne



Rue de la Reffe n° 26 4920 Remouchamps - Tél.: 00 32 (0) 4 384.40.06
info@hotelbonhomme.be



Esca Lindt

Restaurant

Ouvert 7 jours sur 7
Cuisine Française

Place Joseph thiry, 27
4920 Aywaille

04/367.77.64
www.escalindt.be

Ferronnerie (inox, acier, ...)
Escalier, garde-corps, barrière, ...)
Vente, réparation et entretien de matériel horticole

Jérôme Bougelet

Rue de la Baronerie 9A
4920 Harzé
0494/930.887
TVA: BE 0544 519 792
bougelet.jerome@gmail.com

DOLMAR



*rue du Rivage 2
4920 Aywaille*



Wonderland tattoos

SORTIES CINÉ



Bullet Train Action, Thriller

3 août 2022
Bullet Train est un thriller d'action original, amusant et déjanté du réalisateur de Deadpool 2, David Leitch. Brad Pitt fait partie d'un

ensemble éclectique de divers assassins, avec pour toile de fond un voyage dans le «bullet train», le train japonais à vitesse extrême.



Vaillante Animation

3 août 2022
Depuis qu'elle est enfant, Georgia Nolan n'a qu'un seul rêve : devenir pompier, comme son père autrefois. Hélas, à

New York en 1932, les femmes n'ont pas le droit d'exercer cette profession. Quand les pompiers de la ville disparaissent un-à-un dans de mystérieux feux réduisant les théâtres de Broadway en cendres, Georgia y voit une occasion en or ; elle se déguise en «Joe», un jeune-homme maladroit, et intègre l'équipe de pompiers improvisés en charge d'arrêter le pyromane. Georgia devra à tout prix préserver sa fausse identité, d'autant que son père sera en charge de cette enquête à haut risque.



Compe-tencia oficial Comédie

17 août 2022
Un homme d'affaires milliardaire

décide de faire un film pour laisser une empreinte dans l'Histoire. Il engage alors les meilleurs : la célèbre cinéaste Lola Cuevas, la star hollywoodienne Félix Rivero et le comédien de théâtre radical Iván Torres. Mais si leur talent est grand... leur ego l'est encore plus !

Comment avoir un rapport sain avec l'alcool ?

Ça nous concerne (quasi) tous. « L'alcool est un outil formidable. Vous vous sentez peu sûr de vous ? Un verre de vin vous mettra en confiance. Vous êtes stressée ? Un verre calme vos nerfs. Ce qui est agréable le devient encore plus avec une bière en main et cette bière mène facilement à la suivante.

Les recherches démontrent même que les tendances dépressives diminuent et que les sentiments négatifs s'estompent lorsque les gens font une pause sans alcool. Votre vie change à bien des égards lorsque vous buvez moins. La bonne nouvelle, c'est que si le problème n'est pas trop important, vous pouvez y remédier par vous-même. Tout ce que vous devez faire, c'est de vous assurer de ne pas être trop souvent confronté à l'alcool.

pendant un moment ou si vous ne buvez plus que le week-end, il vous sera plus facile d'abandonner l'alcool. En outre, ces dernières années, nous avons davantage pris conscience de l'impact de l'alcool sur nos vies et sur la société.

Faites une pause sans alcool de temps en temps
Essayez d'arrêter de boire pendant 66 jours. C'est à peu près le temps qu'il faut pour prendre une nouvelle habitude. Observez ce que l'arrêt de l'alcool fait à votre esprit et à votre corps. Utilisez ce temps pour faire quelque chose d'amusant.

Après cette période, vous aurez plus de contrôle sur vos actions et vous pourrez à nouveau boire un verre avec vos amis. Ne buvez plus parce que vous vous ennuyez, parce que vous êtes triste ou que la journée était pénible. C'est ce qui fera toute la différence. »

Tout le monde commet des erreurs. Ne soyez pas trop dure envers vous-même. Tirez des leçons

de vos expériences. Récompensez-vous lorsque vous avez résisté à la tentation. Vous le méritez.

Source : flair.be





Awan centre 22
4920 Awan -Aywaille

tél/fax 04 362 00 52
portable 0475 84 08 73

Eclairage
Intérieur & extérieur
Parlophonie
Vidéophonie



Restaurant



Place Joseph Thiry 4
4920 Aywaille

Tél 04 383 52 16

Réservation souhaitée



VENTE - RÉPARATION - ENTRETIEN TOUTES MARQUES

SPÉCIALISTE

AUDI - VOLKSWAGEN - SKODA - PEUGEOT - TOYOTA

rue de la Légende, 1 à 4141 Sprimont

Tél. 04/365 57 06

garage.lenges@gmail.com

T.V.A.: BE0506 822 624

COMMUNE DE HERSTAL

place Jean Jaurès 45

4040 Herstal

ville@herstal.be

04 256 80 00

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://www.herstal.be/>**Brocante de Milmort**

Dimanche 31 juillet - Milmort

4 KM

**Œuvres pour orgue de César Franck 1**

Dimanche 24 juillet - Liège

ENFANTS 12+ 6 KM

**Tournée d'été - 7e halte**

Samedi 10 septembre - Jupille-sur-Meuse

GRATUIT 6 KM

SUDOKU

Règle du Jeu : La règle est simple, en partant des chiffres déjà inscrits, vous devez remplir la grille de manière à ce que : chaque ligne, chaque colonne, chaque carré de 3*3 contiennent une seule fois les chiffres de 1 à 9. Solutions page 46

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

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



La Menuiserie
place du XII de ligne, 14 à 4040 Herstal



Jacques Houbart

Géomètre-Expert

Ingénieur en construction

- Mesurages ■ Bornages ■ Lotissements ■
- Etats des Lieux ■ Expertises ■ Implantations ■
- Permis de location ■ Régléments de litiges ■
- Bureau d'études pour travaux publics et privés ■

▶ Rue verte, 330
▶ B-4040 Herstal
▶ Courriel: geometre@houbart.be

Tel : +32(0)4/264.48.09 ◀
GSM : +32(0)476/21.39.72 ◀
Site: <http://www.houbart.be> ◀



PIECES AUTO

TOUT POUR L'AUTOMOBILE

LUNDI - VENDREDI 8H30 - 18H00
SAMEDI 9H00 - 14H00

RUE ERNEST SOLVAY 9
HERSTAL

TEL 04 240 17 62
FAX 04 240 03 81
INFO@RMPIECESAUTO.BE



(Marcel Proust)

SUDOKU

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

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

Brasserie
Salvi



04 248 38 94

brasseriesalvi@gmail.com

Rue Large Voie, 74, 4040 Herstal

 Brasserie Salvi



HEURES D'OUVERTURE :

En semaine : 8.00 - 18.00

Le samedi : 9.00 - 15.00

Sans rendez-vous

Rue de Expositions 1 - Liège

Tél. 04 248 11 92 - Fax 04 240 34 58

www.midas.be

- L'ENTRETIEN SANS SOUCIS -

LE GARAGE DES PASSIONNÉS !



AB CARS C'EST ...

- DE BELLES VOITURES : CITADINE BRANCHÉE, BERLINE CONFORTABLE, SUV LUXUEUX OU SPORTIVE MUSCLÉE
- PAS UNIQUEMENT DES VENDEURS DE VOITURES, MAIS DES VRAIS PASSIONNÉS !
- LA LIVRAISON DE VOTRE VÉHICULE EN MOINS DE 48 HEURES
- DES VOITURES QUI ONT TRÈS PEU DE KILOMÈTRES
- LA REPRISE DE VOTRE ANCIENNE VOITURE
- DES CONSEILS SUR-MESURE

ADRIEN BRUNO ☎ +32 497 705 649

GRÉGORY BRUNO ☎ +32 497 705 649

✉ ABCARS@OUTLOOK.BE

RUE LARGE VOIE 212

B-4040 HERSTAL

OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 10 À 18H

WWW.ABCARS.BE



ACHAT - VENTE - DÉPÔT ⁴⁹

Pearle
opticiens







DU LUNDI AU SAMEDI
9h30 - 18h

CARREFOUR | Rue Basse Campagne | Herstal

04 264 84 44



Cabinet
Vétérinaire

-  Médecine générale
-  Chirurgie
-  Radiologie
-  Echographie

Drs Scalais-Ladner

Consultations :

du lundi au vendredi :

de 14h à 16h et de 17h à 19h

Le samedi : de 11h à 17h

Tous les jours sur rendez-vous
et à domicile



Rue Joseph Wauters 70, B-4683 Vivegnis

04 240 24 40

www.veterinaire-oupeye.be

Bloquer les pubs sur internet...

Vous aussi vous rêvez de bloquer les pubs de régime, grossesse, dating sur Google ?

À noter, comme l'explique Google, certaines catégories de publicité ne sont pas évidentes à restreindre. Comme l'explique Karin Hennessy, cheffe de produit chez Google, une personne qui bloque les publicités sur l'alcool peut tout de même voir une pub pour une compagnie aérienne où une hôtesse sert une coupe de champagne. Comme le note Madmoizelle, vous tomberez peut-être encore sur une pub de chewing-gum présentant des couples amoureux mais plus sur une pub pour une application de rencontre.

Comment désactiver les publicités ?

Il suffit de se rendre dans les « paramètres annonces » de Google et de scroller la page pour accéder aux « catégories d'annonces sensibles ». Ensuite, vous devez tout simplement cliquer sur « moins d'annonces ». L'opération est réversible, au cas où...

À l'avenir, il sera peut-être possible de prendre le contrôle sur d'autres catégories. « Nous continuerons à écouter les commentaires des utilisateurs et à étudier les catégories auxquelles nous pourrions étendre cette fonctionnalité à l'avenir », a expliqué Karin Hennessy, cheffe de produit chez Google.



Sinon, il y a aussi « Adblock » un plugin à ajouter à votre moteur de recherche qui permet de bloquer toutes publicités et pop-up. Néanmoins certaines pages, blogs obligent les publicités pour visionner le contenu. Vous pouvez alors choisir d'activer ou désactiver pour certaines pages.

Source : flair.be

CIRCUS CASINO HERSTAL

BOULEVARD ERNEST SOLVAY 90 - 4040 HERSTAL

1000 coins
= 10€ de bonus à jouer

Lors de votre première visite
dans un Circus Casino*

Circus
CASINO

TOUT PEUT ARRIVER.

PLAY
SAFE.BE

21+

JOUEZ RESPONSABLE

* CONDITIONS DANS VOTRE CIRCUS CASINO

WWW.CIRCUS.BE

POES
CARROSSERIE

Accueil - Conseils - Compétences

POES SPRL
Carrosserie

HERSTAL
04 362 63 01

www.carrosseriepoes.be
Rue Marexhe 64 - 4040 Herstal

51

DANIEL PERROTTI

■ CHAUFFAGE ■ SANITAIRE
■ ENTRETIEN ■ DEPANNAGE

TEL 04 240 05 61 | www.danielperrotti.be

160 C, rue Grande Foxhalle 4040 **HERSTAL**

Le porto-tonic vous connaissez ?

Le gin tonic a fait son temps. Il est temps d'opter pour une autre douceur amère. Cet été, troquez le gin pour du porto grâce à notre recette de porto-tonic. C'est la marque Porto Cruz qui a proposé cette recette sur sa carte et elle donne soif!



Ingrédients

7 cl (ou 1/3) de Porto CRUZ
Pink
15 cl (ou 2/3) de tonic
Glaçons

Pour la garniture:
un piment rouge

Recette

Remplir un verre de glaçons et ajouter le porto.
Ajouter le tonic et décorer avec un piment rouge.
Servir et trinquer!
Simple, rapide, efficace et rafraîchissant !

Source : flair.be



Restaurant Spécialités Orientales et Françaises

Venez découvrir notre nouveau restaurant !
Depuis 24 ans, El Menara est situé en plein
cœur de Herstal

- Couscous, tajines
- Grillades

Ouvert
de 11h45 à 14h30 et de 17h45 à 00h
Fermé le mercredi et samedi midi

Rue Large Voie 40 - 4040 Herstal

Tél. : 04 240 48 84

0497 53 77 48

ESSENTIEL

Rue du Roi Albert 46 Oupeye

ARS

• *Financement possible*

• *Occasions garanties*



Atelier Mécanique

- Pneus
- Umattsalton
- Entretien
- Réglage phase

Sponsor Officiel des Bulldogs de Liège

René : 0475/ 74 70 81

Mail : essentiel_cars@hotmail.com

Véhicules révisés

Occasions garanties

Vendeur officiel de véhicules sans permis Casalini

Allaitement: avantages et inconvénients



L'allaitement maternel est vivement recommandé par L'O.M.S, pour les indéniables qualités nutritionnelles du lait maternel. Voici une liste non-exhaustive à savoir si vous voulez vous diriger vers cette pratique:

Les avantages

Le lait maternel est le lait le plus adapté aux besoins de votre bébé: sa composition unique apporte tous les nutriments nécessaires à sa croissance. Riche en anticorps, le lait maternel offre une protection naturelle contre les maladies et les infections.

- **On peut allaiter partout:** lorsque bébé a faim, une seule chose à faire: lui donner le sein... Ce que l'on peut faire de partout: chez soi, au parc, au restaurant, dans le train. De plus, nul besoin de matériel, parfois encombrant. Allaiter, c'est choisir la simplicité.

- **Prévient bébé de la constipation:** contenant des composants impossibles à recréer artificiellement, le lait maternel contient des bactéries intestines qui diminuent les risques de constipation.

- **Allaiter ne coûte pas d'argent:** le lait artificiel est assez cher à l'achat, alors que le lait maternel est totalement gratuit. Un avantage économique mais aussi écologique, quand on sait que le lait en poudre est vendu dans des contenants jetables.

- **Prévient du cancer du sein:** les scientifiques ont démontré qu'allaiter diminuait le risque de développer un cancer du sein. Notamment parce que pendant l'allaitement, la structure du sein se modifie et

que les cellules endommagées sont éliminées.

- **La succion nécessaire à l'enfant pour téter le sein est stimulante:** pour le développement de ses muscles de la bouche et de la mâchoire.

- **Permet à l'utérus de retrouver sa taille initiale plus rapidement:** lorsque bébé boit au sein, l'utérus de la mère se rétracte par l'impulsion de petits spasmes permettant à l'organe de trouver sa taille initiale plus rapidement.

- **L'allaitement prévient de l'obésité:** selon plusieurs études, il semblerait que les bébés allaités aient moins de risques d'être obèses plus tard.

Les inconvénients

Cela demande de faire attention à son alimentation: certains aliments peuvent provoquer chez bébé des problèmes intestinaux. Il n'est pas rare que des mamans doivent mettre en place un régime alimentaire spécifique pour continuer à allaiter leur bébé.

- **Ce n'est pas simple pour tout le monde:** si la société dépeint une image parfaite de l'allaitement, sa pratique peut être douloureuse voire extrêmement compliquée pour certaines mamans: difficulté de mise au sein, frein de langue, montée de lait douloureuse, engorgements, mastites, crevasses... Allaiter devient un vrai parcours du combattant.

- **Il peut se révéler très fatigant:** être la seule personne sur qui repose l'alimentation de bébé peut être épuisant, tant sur le plan psychologique que physique. Il aiderait aussi la jeune maman à perdre plus facilement ses kilos pris pendant la grossesse.

Biberon: les avantages et les inconvénients

Vous pensez choisir le biberon pour nourrir votre bébé? Voici les avantages et les inconvénients de ce choix.

Les avantages

Les laits infantiles sont adaptés aux besoins des nourrissons: en effet, si la plupart sont à base de lait de vache, ils sont enrichis en vitamines et minéraux afin d'assurer l'apport

des bons nutriments pour bébé.

- **Tout le monde peut donner le biberon:** vous pouvez équitablement partager les tétées avec votre partenaire, qui pourra créer un contact visuel et charnel avec bébé, mais aussi facilement confier bébé à d'autres personnes, qui pourront le nourrir sans avoir besoin de vous.

- **Vous savez exactement quelle quantité boit votre bébé:** ce qui évite de s'inquiéter que bébé mange suffisamment, en particulier s'il est né avec un petit poids.

- **On peut créer un lien aussi fort avec bébé que si on l'allait:** on dit que le lien que crée une maman avec son tout-petit quand elle l'allait est unique. Mais croyez-nous, cette complicité est tout à fait possible quand on donne un biberon, dès lors que cet acte est fait avec amour et attention.

- **Les bébés nourris au biberon dorment souvent plus:** le lait artificiel étant plus lourd, il faudra plus de temps à bébé pour le digérer. Il dormira donc plus longtemps avant de ressentir la faim. À vous les nuits plus longues!

Les inconvénients

Donner un biberon, ça s'organise: si allaiter ne nécessite que de le mettre au sein, donner un biberon demande davantage d'organisation. Il faut s'assurer d'avoir toujours assez de lait en poudre, bien le doser, le mélanger à l'eau, faire chauffer le biberon...Un programme parfois lourd, en particulier au milieu de la nuit.

- **Donner le biberon coûte cher:** biberons, tétines, eau en bouteille, lait infantile... Nourrir bébé au biberon coûte cher, autant vous prévenir!

- **Les biberons en plastique contiennent pour la plupart du bisphénol :** initialement utilisé pour remplacer le bisphénol A considéré comme dangereux, ce perturbateur endocrinien s'avère tout aussi nocif, voire plus. Pour éviter cette substance, il est conseillé de privilégier les biberons en verre, plus coûteux mais plus clean que ceux en plastique.

Source:

www.femmesdaujourdhui.be



Au restaurant, Monsieur Dupont s'écrit :
– Garçon, il y a une mouche qui nage dans mon assiette.

– Mais enfin, proteste-t-il, vous exagérez, je ne suis pas le seul à faire ça !

Mon fils m'a demandé :
– «C'est quoi les taxes ?»

– Oh, c'est encore le chef qui a mis trop de potage. D'habitude, elles ont pieds !

J'ai mangé 21% de son biscuit, et il a parfaitement compris...

Ayant remarqué la bragette ouverte de son patron, la secrétaire embarrassée lui dit :

Deux gars discutent :
– Tu ferais quoi si aujourd'hui, C'était la fin du monde ?
– je tirerais sur tout ce qui bouge et toi ?
– Je ne bougerais pas

C'est un pain au chocolat qui rencontre un croissant et qui lui dit :

« La porte du garage est restée ouverte. »
Le directeur perplexe ne comprend pas jusqu'à ce qu'elle lui montre. Il remonte rapidement la fermeture et lui dit :

– Tu veux que je te raconte une blague à l'envers ?

– Eh, pourquoi t'es en forme de lune toi ?

« J'espère que vous n'avez pas aperçu ma superbe Cadillac de luxe.

– Oui

– Oh, j't'en pose des questions, moi? Est-ce que j'te demande pourquoi t'as une merde au cul ?

– Non, dit elle, juste une vieille Volkswagen rose avec deux pneus crevés. »

– Alors ça commence par rire

Dans quel pays ne bronze-t-on pas du nez ?

A la piscine, un nageur se fait enguirlander parce qu'il a fait pipi dans l'eau.

Au Népal

Idée recette : Courgettes farcies

INGRÉDIENTS pour 4 personnes

- haché 400 g
- sel et poivre
- yaourt 340 g
- huile d'olive
- ail 2 gousse
- oignons (en tranches) 4
- courgettes (rondes, ou 2 longues) 8
- passata de tomates (1 bouteille)1360 g



éventuellement un peu de pain.

Préparation

1 Coupez le sommet des courgettes et creusez-les soigneusement. Mélangez la chair des courgettes avec la viande et remplissez-en les légumes. Laissez cuire 25 min. dans un four préchauffé à 200°C.

2 Entre-temps, préparez la sauce tomate. Faites revenir l'oignon dans l'huile d'olive et ajoutez la passata de tomates. Laissez mijoter à petit feu puis salez et poivrez.

3 Retirez les courgettes du four. Mélangez le yaourt avec l'huile d'olive, le sel, le poivre et l'ail écrasé. Versez sur les courgettes. Servez avec la sauce tomate et

Source:
www.femmesdaujourd'hui.be

Ans



COMMUNE D'ANS

Esplanade de l'Hôtel
communal, 1
4430 ANS
04/ 247 72 11
secretariat@ans-commune.be

TOUS ans Festival 2022
15, 16 & 17 Juillet
AU CHÂTEAU DE WAROUX

ARTISTES : CALLMAY, ROMEO BLANCO, ACHTUNG BABIES A.C. CALO, AKA VINCENT ARENA, OUI SIQUETTE, NICK BÉBÉ, BICHE DE VILLI, ZEMBA

PROVENÇES ANS DE BONNE

VILLAGE KIDS
JOURS D'ÉTÉ ET JEUX ESTIVANCAUX
JARDIN ET DÉCOR, DINANES ET HÂTERIES POUR LA FAMILLE

MARCHÉ ARTISANAL & GOURMAND
DE NOMBREUX ET ASSOCIATIONS LOCALES
SERVICES RESTAURANT

CHÂTEAU DE WAROUX
TOUR DE LA BIÈRE, UN RESTAURANT

MAQUETTES 72€ PRÉVUES DURANT TOUT LE WEEK-END

13^e rallye
Ou Jazz
au fil de l'eau
dimanche 28/8 2022
Liège

Colmecca Duo
Nathalie Lohiers/Tinaka
Postma/Mic Thys
Julien Tassin solo

SOMALIKO
Ramon van Merkenstein duo
& Gaspard Sixx trio
Baj Kamara Jr trio
Martin Salemi trio

Info/préventes : www.jazz04.be

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://www.ans-commune.be/>
et <http://centreculturelans.be/agenda/>

HORT'ANS
jardinerie · pépinière

Hort'ans

SPRIL Hort'Ans
Rue Jean Jaurès 182 - 4430 Ans

info@hortans.be
Gsm : +32 470 460 557



INSTITUT CANIN

Du lundi au jeudi et le samedi
Uniquement sur rendez-vous
Rue de l'étang 18 - 4432 Ans (Xhendremael)

0492/80.85.06

poils-ô-pattes

O' Mezzo

sandwicherie fine

sandwiches - panini - piadine - burgers
salades - spécialités - cafés gourmands

Tél: 04 336 93 47

OUVERT

Du Lundi au vendredi
de 8h30 à 16h00

Rue de Jemeppe 215/2
4431 Loncin



Plafonds - Cloisons - Aménagement intérieur

Franco Pecoraro

pecoraro.franco@gmail.com

0496 50 25 12

SUDOKU

Règle du Jeu : La règle est simple, en partant des chiffres déjà inscrits, vous devez remplir la grille de manière à ce que : chaque ligne, chaque colonne, chaque carré de 3*3 contiennent une seule fois les chiffres de 1 à 9. Solutions page 62

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

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

Le chat peut-il souffrir de la chaleur ?

Le chat ne transpire pas et ne peut réguler sa température corporelle par ce moyen ; il ne peut le faire qu'en produisant un peu de sueur au niveau de ses coussinets ou de ses parties génitales, par la salivation ou encore par le halètement, en cas extrême. Toutefois, le chat est un animal qui sait également se ménager pour mieux supporter la chaleur. Il se repose et se tient inactif pour résister à la canicule (contrairement à l'être humain qui devrait...).

Sa température corporelle normale se situe entre 38 et 39,5°C et il essaye de la réguler dès qu'elle dépasse cette limite.

blèmes de santé peut grandement souffrir d'une chaleur forte, voire en mourir. Il est donc important de se montrer attentif.

Quand faut-il s'inquiéter ?

Si le thermomètre rectal affiche plus de 42°C, consultez le vétérinaire en urgence. Entre 39,5 et 42°C, vérifiez qu'il ne souffre pas des symptômes suivants :

- faiblesse générale
- tremblements musculaires
- vacillements ou léthargie
- salivation excessive
- fréquence cardiaque très élevée
- difficultés respiratoires et halètements répétés
- langue bleutée et gencives rouge foncé
- signes d'anxiété
- perte d'appétit

Au moindre signe, nous vous conseillons de consulter rapidement le vétérinaire. Ne laissez pas votre animal se déshydrater, au risque qu'il développe des troubles plus ou moins importants, voire graves et mortels.

Comment protéger votre chat de la chaleur ?

Dès l'apparition des premiers symptômes d'un coup de chaleur, il est important de consulter rapidement votre vétérinaire.





MADISON CASINO.be

Chance your life™

Juprelle Verviers St Georges
Baelen Arlon Athus



SANDWICHERIE - TRAITEUR PLATS À EMPORTER

- Grâce-Hollogne** Tél : 04 247 00 03
rue de l'Avenir 7 - 4460 Grâce-Hollogne
Lundi au vendredi de 6h30 à 18h
Samedi de 9h à 16h
- Herstal** Tél : 04 264 24 64
ZI des Hauts Sarts - 1^{ère} avenue 277 - 4040 Herstal
Lundi au vendredi de 6h30 à 17h
Samedi de 9h à 16h
- Awans** Tél : 04 264 11 04
rue de Bruxelles 40 - 4340 Awans
Lundi au vendredi de 6h30 à 18h30
Samedi de 9h à 18h - Dimanche 10h à 17h



Retrouvez-nous
sur Facebook
 Traiteur Sand'7



Vente en gros
de pasticcio
pour collectivité
clubs...



0494 945 805



5 rue du Puisatier
4340 Awans

Téléchargez notre app!

Et découvrez tous les avantages.



Télécharger maintenant

Powered by easyorder

Évitez que vos plantes ne brûlent avec la chaleur !



Les plantes en étant de sécheresse manifesteront divers symptômes, certains étant plus visibles que d'autres :

- feuillage jaune ;
- fleurs qui fanent ;
- craquèlement de la terre ;
- écorce qui se fend...

Canicule et chaleur : comment réparer les dégâts ?

Si votre plante a brûlé, ne perdez pas une minute de plus : arrosez-la abondamment et vaporisez le feuillage une fois chaque jour. Aussi, don-

nez-lui plus de temps d'ombre afin qu'elle ne continue pas à souffrir des rayons du soleil. Prenez soin d'elle durant deux à trois semaines avant de constater une possible apparition de bourgeons et de nouvelles feuilles. Notez également qu'une plante peut guérir d'une sécheresse mais qu'elle sera bien plus fragile les années qui suivront.

Canicule et chaleur : quelques astuces simple pour protéger ses plantes

Pour protéger ses plantes pendant la canicule, rien de plus simple. Vous pouvez déjà commencer à leur faire de l'ombre, en installant des voiles d'ombrage, des cagettes renversées sur le potager ou encore des pergolas fleuries qui vous protégeront vous et votre jardin ! Ensuite, vous pouvez mettre en place

un système d'arrosage automatique qui comblera les besoins en eau de vos végétaux. On aime l'irrigation au goutte-à-goutte qui apporte la quantité d'eau adaptée aux plantes. Pratique lorsque l'on s'absente ! Pensez aussi à demander à vos voisins ou amis de venir arroser vos plantes à certains moments de la journée, si vous n'êtes pas disponibles ! Enfin, pour plus de facilité, optez pour des plantes et arbustes qui résistent à la chaleur et qui n'ont pas besoin d'eau !

Source : <https://monjardinmamaison.maison-travaux.fr/>



Nouvelles constructions · Transformations · Aménagements extérieurs

+32(0)476 220 396 - www.jme-construct.be

RESTAURANT WOK À ROCOURT PEKIN-PARIS



BUFFET WOK À VOLONTÉ

Lunch

Du lundi midi
au samedi midi

17,50€ (sans boissons)

22,50€ (boissons soft)

26,50€ (soft, 1/2L vin, thé ou café)

Du lundi soir
au vendredi soir
et dimanche
midi/soir

FERMÉ le mercredi

Samedi soir

Adulte : **21€** (sans boissons)

Adulte : **26,50€** (boissons soft)

30,50€ (soft, 1/2L vin, thé ou café)

Adulte : **22€** (sans boissons)

Adulte : **27€** (boissons soft)

35€ (soft, 1/2L vin, thé ou café)

Vous avez également la possibilité de commander à la carte
ou de prendre à emporter - **10%** (livraison Take Away - rayon 10km)

Ouvert tous les soirs de 17h30 à 22h30

Enfant de 4 à 11 ans : moitié prix

Enfant jusqu'à 3 ans : gratuit

Tél. : 04 233 73 30

facebook.com/pekinparis

resto.be/restaurant/liège/4000-rocourt/194-pekin-paris

SUDOKU

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

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

Les sportives belges à suivre sur Instagram

Les suivre sur les réseaux, c'est découvrir le sport belge autrement et en apprendre davantage sur le quotidien d'une athlète pro. Ces sportives n'hésitent pas à livrer quelques "behind the scenes" de leurs entraînements et de leurs compétitions.



Nafissatou Thiam (athlétisme) a 27 ans, mais faut-il encore la présenter? C'est notre spécialiste des épreuves combinées, une catégorie qui réunit plusieurs disciplines d'athlétisme. Elle est deux fois championne olympique en heptathlon (JO de Rio en 2016 et JO de Tokyo en 2021).

Mais aussi championne du monde, d'Europe, d'Europe en salle, et championne de Belgique en épreuves combinées.

Elise Mertens (tennis) a 26 ans et se hisse à la 28e place en simple (première Belge au classement féminin) et à la 3e place en double au classement WTA. Le 3 avril 2022, elle arrive jusqu'en finale du tournoi de Miami en double avec sa partenaire Veronika Kudermetova. On attend avec impatience de la voir performer à Roland-Garros à la fin du mois de mai (du 22 mai au 5 juin).

Emma Meesseman (basket-ball) Star de notre équipe féminine de basket, la Belgian Cats Emma Meesseman fait ses preuves dans les plus grands championnats. Partiellement sourde, Emma joue avec des appareils auditifs. Ce handicap ne l'a pas empêchée d'emmener les Belgian Cats en 1/4 de finale aux JO de Tokyo, alors qu'en 2016, la Belgique ne

figurait même pas au classement mondial. Elle vient de débiter sa saison en WNBA (championnat féminin aux USA) avec les Chicago Sky, l'équipe tenante du titre.

Hanne Desmet (patinage de vitesse) concourt en patinage de vitesse (dites aussi short-track). Aux Jeux Olympiques d'hiver de Pékin, en 2022, elle remporte la médaille de bronze aux 1000 mètres. Aux mondiaux 2021, elle décroche une médaille d'argent. Une jeune athlète à suivre au vu de ses résultats prometteurs.

Source: www.femmesdaujourd'hui.be

Brasserie - Restaurant MAGASIN

Centre commercial «Roua»
rue de Bruxelles 10/17
4340 Hognoul



Grande terrasse
Salle de réunions - Séminaires



04 265 87 90



O Magasin



Demandez notre **NOUVEAU** catalogue !



Offert!



BigMat
Bien plus que des matériaux



BASSENGE 04.228.31.01

ROCOURT 04.228.31.02

LIEGE 04.340.45.90

Recette: Mousse exotique



Un dessert original et gourmand qui épatera vos invités. Attention, si cette recette ne nécessite que 15 min de préparation, il vous faudra prévoir 2h de repos.

INGRÉDIENTS pour 6 personnes

- mangues (mûres) : 2
- feuilles de gelatine alimentaire : 6 g
- jus de citron 4 c à s
- crème fraîche (min 40% M.G.) : 30 cl
- sucre vanillé : 20 g
- blancs d'œufs : 4
- sucre : 2 c à s
- fruits de la passion : 4
- pistaches (hachées) : 1 c à s

Préparation

1. Épluchez les mangues, réservez quelques lamelles pour la finition, épépinez-les. Au robot, mixez la pulpe. Faites tremper la gélatine, 5 min, dans de l'eau froide. Faites chauffer le jus de citron et dissolvez-y la gélatine pressée, versez dans le robot et mixez.

2. Fouettez la crème avec le sucre vanillé jusqu'à consistance ferme, réservez-en ¼ pour la finition. Montez les blancs d'œufs en neige avec le sucre.

3. Incorporez la crème fouettée à la purée de mangue, ensuite les blancs d'œufs. Répartissez la mousse dans des verres, réservez 2 h au frigo.

4. Sortez les mousses du frigo, à l'aide d'une cuillère, évidez-y les fruits de la passion. Déposez un peu de crème fouettée, terminez par les pistaches et une lamelle de mangue.

Conseil

Préparez ce dessert le matin et mettez-le au frigo, jusqu'au soir. Conservez la crème fouettée dans un bocal hermétique au frigo. Avant de servir, il suffit d'ajouter la crème fouettée, les fruits de la passion et les pistaches.

Source:
www.femmesdaujourdhui.be

DEDE'S BAR

HORAIRE

BAR ET RESTAURANT :

MARDI ET MERCREDI FERMÉ

LUNDI, JEUDI, VENDREDI ET DIMANCHE : 11H30 À 22H

SAMEDI : 16H À 22H

ATTENTION : HORAIRE EN FONCTION
DES ÉVÈNEMENTS SPORTIFS,
LES HORAIRES PEUVENT ÊTRE MODIFIÉS.



CUISINE TRADITIONNELLE

AMÉRICAIN MINUTE, BROCHETTE ET SON INCONTOURNABLE

BOULET LIÉGEOIS,

PLATS DE SAISON

RÉSERVATION SOUHAITÉE AU **0493 67 27 59**

MOULES EN SAISON

★ HALL OMNISPORT DE LONCIN ★



NOUVEAU TERRAIN DE PÉTANQUE



SUIVEZ-NOUS
FACEBOOK & INSTAGRAM

INFOS & RÉSERVATIONS
0493 67 27 59

HALL DES SPORTS
HENRI GERMIS
RUE DES CHARRONS 17 4431 LONCIN

65

3 activités pour rendre son séjour aux Lacs de l'Eau d'Heure inoubliable

Ans

Situé à cheval sur les provinces du Hainaut et de Namur, le domaine des Lacs de l'Eau d'Heure s'étend sur près de 1800 hectares. Il se compose de cinq lacs artificiels entourés d'espaces naturels.

1. Une balade à vélo

Près de 35km de RAVeL, trois itinéraires sont disponibles: le tour complet ou deux boucles plus courtes (18,5km et 16,5km). Il est même possible de louer des VTT, vélos de ville ou vélos électriques au Natura Bike – point de départ idéal de chacun de ces parcours. Nous avons opté pour celui de 16,5km, très bien balisé et qui ne comprend presque pas de tronçons de route. Malgré de légères montées (qu'on attaque facilement grâce aux vélos électriques), l'itinéraire reste principalement plat et facile d'accès. C'est donc une balade sécurisée et kids friendly! Le sentier nous emmène jusqu'au Parc du Crocodile Rouge, puis le long du Golden Lakes Village et de l'Aquacentre. On traverse ensuite les bois et le Golf des Lacs, avant d'atteindre le Club de voile. Enfin, on rejoint le barrage de l'Eau d'Heure, puis on revient au Natura Bike. Tout au long de la promenade, on peut profiter de splendides vues sur le plan d'eau.



2. Un moment détente

Le Golden Lakes Hotel abrite un spa Cinq Mondes accessible sur réservation (35 euros par personne pour deux heures). Il se compose d'un sauna finlandais, d'un hammam, d'un sauna au sel, de lampes infrarouges, d'une piscine à jets et d'un bain à bulles. En outre, il est possible de réserver des soins à la carte (visage et corps, rituels de bien-être et massages).

Ouvert depuis peu, l'espace est moderne, lumineux et ultra-cosy. Le spacieux sauna au sel, réputé pour ses effets bénéfiques pour la peau mais aussi pour les voies respiratoires. Le côté intimiste de ce wellness: seules 14 personnes peuvent y accéder par créneau horaire. On a donc eu l'impression d'être pratiquement seules pour profiter des divers équipements. Une véritable bulle de relaxation...

3. Un parcours dans les arbres

Emmenez les kids au Natura Parc, un parc d'aventure qui mêle parcours accrobranche et tyroliennes. Il abrite au total huit parcours adaptés à tous les niveaux. Les plus jeunes s'éclatent donc sur le "pitchoun" tandis que les plus grands tenteront le "gorille", qui comprend le saut de Tarzan, de 20 mètres de hauteur ou le "panthère": le parcours le plus difficile. Il est également possible de réaliser un parcours spécial enfants et parents ensemble. Pour ceux qui n'ont pas froid aux yeux, une tyrolienne de près de 200 mètres de long permet de traverser le lac.

Source : www.femmesdaujourdhui.be

Source:
www.femmesdaujourdhui.be



Le petit Tasso
Cuisine Grecque

rue Waltherè Jamar, 155
à 4430 Ans

Tél : 04/233.59.04

Ouvert tous les jours sauf
le lundi et samedi midi



SUDOKU

Règle du Jeu : La règle est simple, en partant des chiffres déjà inscrits, vous devez remplir la grille de manière à ce que : chaque ligne, chaque colonne, chaque carré de 3*3 contiennent une seule fois les chiffres de 1 à 9. Solutions page 69

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

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

Où nous trouver ?

Chaussée de Tongres 35
4000 Liège

Pour réserver :

+32 (0)4 253 31 35

indian.royal@hotmail.com



Heures d'ouverture

Lundi, mercredi, jeudi
et dimanche

12h - 14h

18h - 22h

Mardi

18h - 22h

Indian Royal

Vendredi à samedi

12h - 14h

18h - 23h

Restaurant indien à base de recettes traditionnelles

Nous continuons de vous proposer un service emporter. Alors n'hésitez pas !
Tous les soirs à partir de 17h30, vous pouvez passer votre commande,
même avant si vous souhaitez.



Astuces bien-être pour ne pas se laisser dévorer par les technologies



La déconnexion ne doit pas forcément être radicale : allez-y à votre rythme et prenez le temps de tester ce qui fonctionne (ou pas) pour vous.

Sélectionnez des moments précis dans la journée pour répondre à vos mails, consulter vos messages ou rattraper votre fil d'actualité, en particulier quand vous êtes à la maison. Par exemple : n'utilisez pas vos écrans lors des repas ou avant d'aller vous coucher (on vous rappelle ici pourquoi il est préférable de ne pas

prendre son téléphone au lit). Munissez-vous de votre téléphone uniquement lorsque c'est nécessaire, désactivez certaines notifications. En bref : prenez le temps de souffler et de vous consacrer des moments rien qu'à vous.

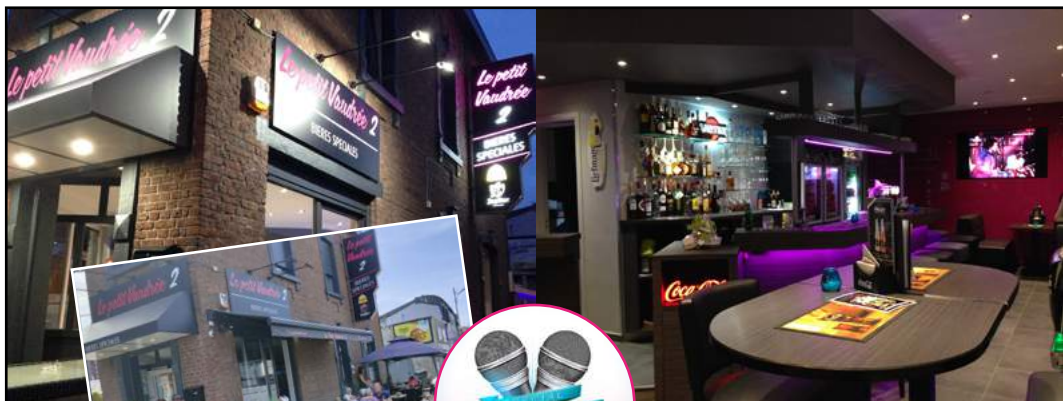
Choisissez attentivement les contenus auxquels vous vous abonnez et supprimez tout ce qui est inutile. Ne gardez que l'essentiel et surtout : conservez uniquement les applications, contenus et réseaux qui vous font réellement du bien.

Pour éviter d'être dérangée ou distraite pendant une activité, activez votre mode avion et éteignez-le quand vous le désirez. Cette démarche très simple vous permettra de ne plus recevoir aucune notification pendant un moment et de vous concentrer au maximum. Profitez de ces moments de déconnexion, dans ce monde ultra-connecté, ils sont de plus en plus précieux.

Petite astuce : si vous craignez les réactions de votre entourage devant votre absence de réactivité, il vous suffit d'utiliser l'application MyTime qui s'en chargera pour vous !

La nomophobie (ou la peur de "rater quelque chose" et de se séparer de son téléphone) représente une vraie source d'anxiété pour certains et prend du temps à être surmontée. Il est parfaitement normal que vous la ressentiez car la plupart des applications que nous utilisons ont été conçues pour que les utilisateurs y passent le plus de temps possible sans oser les quitter. Essayez de comprendre d'où vient cette peur de "manquer quelque chose".

Source:
www.gael.be



Le petit Vaudrée 2

Karaoqué le vendredi à partir de 19h

Rue de l'Yser 243 - 4430 Ans

SUDOKU

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

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

FLÉRON

La ville à la campagne



COMMUNE DE FLÉRON
Rue François Lapierre 19
4620 Fléron

+32 (0)4 355 91 00

+32 (0)4 355 91 34

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://www.fleron.be/>

STAGES D'ÉTÉ

FLÉRON

4 ou 8 juillet 2022

artisanat-informatique-videos

de 9h à 16h.
60€ Jp.
Ateliers créatifs
rue F. Chéroux 10 - Boffene

1 ou 5 août 2022

artisanat-rap-beatbox

de 9h à 16h.
60€ Jp.
Ateliers créatifs
rue F. Chéroux 10 - Boffene

8 ou 12 août 2022

artisanat-graffiti

de 9h à 16h.
90€ Jp.
Ateliers créatifs & MJ Boffene
rue de la Cité 30 - Boffene

22 ou 26 août 2022

artisanat-peinture-mixed média

de 9h à 16h.
90€ Jp.
Ateliers créatifs
rue F. Chéroux 10 - Boffene

Inscris-toi!

19-26 ANS

8-14 ANS

2022

www.fleron.be

Le

destin

n'est pas
une question de

CHANCE

C'est une question

de

choix

(William Jennings Bryan)

www.magalutuffier.fr

Gesticonstruct sprl

LES SUJETS SUIVANTS SONT L'OBJET DE VOS PRÉOCCUPATIONS

- › Entreprise générale de construction/Rénovation
- › Certification PEB (vente et/ou location biens immobiliers)
- › Audit logement
- › Gestion et coordination chantier
- › Aide à la construction ou à la rénovation
- › Projet de lotissement ou de plan de masse
- › Création d'une nouvelle voirie
- › Projet immobilier
- › Expertise par contrôle caméra

Pensez Gesticonstruct, une société sérieuse à votre service

GSM : 0479 29 16 01
info@gesticonstruct.be
www.gesticonstruct.be

CERTIFICATIONS

- Certification PEB certif-p1-0502
- Auxiliaire énergétique PEB2-ajustement PNB2-P1-05157
- Enregistrement comme entrepreneur
- Certification CSTC 297-553-0873
- Collaborateur construction

si le
PLAN A
 ne marche pas
 il reste encore
25
 lettres
 DANS L ALPHABET

magalituffier.fr

VOTRE SÉCURITÉ,
NOTRE MÉTIER

VM
SECURITE

Alarme intrusion & incendie Domotique
 Vidéo surveillance Contrôle d'accès

0496/ 128 478 • 04/377 88 00
vanwers.hugues@vmsecurite.be
 Agréé : MI-BZ 20153603 et INCERT A-0055b

NC

No Comment

Avenue de la résistance 94
4630 soumagne

www.nocommentstore.com
Facebook : Nocomment boutique





Stages d'été à la Culture

Tous les stages proposés par le service Culture au cours de cet été 2022.

Du 04 au 08 juillet

Arts plastiques - « En avant la musique » 4/6 ans

Arts plastiques - « Le Brésil » 7/9 ans

Du 11 au 15 juillet

Arts plastiques - « Les mini explorateurs » 4/6 ans

Arts plastiques - « Je découvre et réalise mes jeux de société » 7/9 ans

Arts plastiques - « Les Artistes fous, fous, fous ! » 9/12 ans

Du 25 au 29 juillet

A la découverte de l'Art par les Artistes de la Basse-Meuse 8/15 ans

Du 08 au 12 août

Arts plastiques - « Voyage, voyage ! » 4/6 ans

Arts plastiques - « Nos jeux olympiques d'été » 7/9 ans

Art de la Parole - Impro 9/12 ans

Renseignements et inscriptions : Echevinat de la Culture de Visé - 04/374.85.50

COMMUNE DE VISE

Rue des Récollets 1
4600 Visé
04/374.84.10

Plus d'infos : www.visé.be

Protéger son bébé du soleil



La majorité de ces recommandations sont d'usage tant à la plage qu'à la montagne, mais aussi à la plaine de jeux, à la ville ou derrière la vitre de la voiture :

- Utiliser une crème solaire affichant l'indice maximal SPF50+. À appliquer 30 minutes avant l'exposition, ensuite répéter l'opération toutes les 2 heures, voire toutes les 30 minutes en cas de fort ensoleillement ;
- Rincer et sécher l'enfant quand il sort de l'eau ou qu'il a transpiré, puis lui remettre de la crème;

- Lors de toute exposition – donc y compris lors des petites promenades ou de jeux en plein air – préférer les heures où le soleil tape le moins (avant 11h et après 16h);
- Mettre son bébé à l'ombre, idéalement sous un parasol ou derrière un pare-soleil;
- Lui faire porter des lunettes et un chapeau de soleil;
- L'habiller de vêtements couvrants, voire anti-UV;
- Protéger son bébé de la déshydratation en le faisant boire de l'eau régulièrement et en petite quantité;
- Asseoir son bébé sur une serviette plutôt qu'à même le sable, car 20% des UV sont réverbérés par le sable.

Cette liste est non exhaustive et valable aussi pour... les « grands enfants ». D'autant que la protection à 100% n'existe pas.

Selon une enquête réalisée par Newpharma*, la majorité des parents ont encore des habitudes

dangereuses lorsqu'ils exposent leur enfant au soleil. Résultat ? Plus de 33 % des enfants de moins de trois ans ont déjà eu des coups de soleil... Quels sont les règles à respecter pour éviter les brûlures à votre bébé ?

Les résultats de l'enquête montrent que la plupart des parents pensent bien faire. Et si les « bonnes pratiques » élémentaires en matière de protection solaire (comme appliquer régulièrement de la crème solaire, donner à boire à bébé, le mettre sous un parasol) semblent assimilées. La majorité prend encore – sans le savoir – des risques inconsidérés en raison de leur méconnaissance des effets du soleil et des règles de base à respecter !

Source:
<https://www.elle.be>

RESTAURANT ET BRASSERIE DE LA GARE



Avenue Maréchal Foch 20
4600 Visé

04 227 87 56
0455 13 66 89



NEW CONCEPT : 3 salles - Salon de dégustation et discothèque

TOUT LE MATERIEL INFORMATIQUE DE QUALITE

LACROIX

SERGE

NOTRE EXPERIENCE
MERITE
VOTRE CONFIANCE

Ingénieur Industriel
I.G. Lg



**VENTE - INSTALLATION - ENTRETIEN
RÉPARATION - ATELIER
SPÉCIALISÉ TOUTES MARQUES**

ORDINATEUR - IMPRIMANTE - PHOTOCOPIEUR - FAX
PROJECTEUR - SCANNER - TABLE TRACANTE
CONSOMMABLES - ENCRE - TONER - PAPIER - ETC



ASUS - OKI
BROTHER - ACER - HP
TRIUMPH ADLER - LENOVO - G-DATA

9, avenue des Courtils
4684 Haccourt - Oupeye
TÉL : 04.379.22.01
lacroix.s@skynet.be



Schyns

Visé

Allée Verte, 62 - 4600 Visé
Tél : 04 379 22 31
peugeot-schyns.be

#peugeot-schyns-visé

VENTE EN GROS ET DÉTAIL

GASOIL CHAUFFAGE & DIESEL

Visé



212, Grand-Route
4690 WONCK
Tél.: 04 286 22 92
Fax: 04 286 42 30

www.dannypousset.be

Danny Pousset

Les variantes du Spritz



Spritz Italiano

Proche de l'américano, c'est le cocktail idéal pour accompagner un burger !

1. Dans un shaker, mélanger 3cl de Spritz Meyer'S, 3cl de Vermouth, 3cl de sirop de fruits rouges (on vous laisse choisir lequel) et 2cl de jus de citron vert.
2. Shaker puis servir, de préférence dans un verre highball.

3. Compléter avec de l'eau gazeuse (selon votre goût), puis décorer avec un zeste de citron. Santé !

Spritz Pamplemousse

1. Dans un shaker, mélanger 4,5 cl de Spritz Meyer'S, 1,5 cl de jus de citron vert frais, 1,5 cl de jus de pamplemousse frais, 1 blanc d'oeuf. Secouer vigoureusement une première fois sans glaçon (dry shake).
2. Ajouter les glaçons puis secouer une seconde fois. Filtrer dans un verre rempli de glaçons à l'aide de la passoire, puis décorer avec un zeste de pamplemousse. C'est prêt !

Spritz « Le Frais »

« Le Frais », c'est LE cocktail de l'été parfait pour vous rafraichir aussi bien lors d'un pique-nique que sur votre balcon. C'est simple, bon et frais.

1. Vous aurez besoin de 4,5 cl de Spritz Meyer'S, 1,5 cl Gin Artisanal Meyer'S, 3 c. à soupe de salsa de fraises et rhubarbe, de Limonade Artisanale pétillante et d'un bouquet de menthe en garniture.
2. Remplir le verre de glaçons, puis ajouter la « salsa » de fraises et de rhubarbes. Verser le Gin Meyer'S Allonger avec la Limonade Artisanale pétillante, puis mélanger à l'aide d'une cuillère. Garnir avec le bouquet de menthe.

Source:
<https://www.elle.be>



Rue de Tongres 8 - 4600 Visé

raffaygarage@gmail.com

04 379 34 78



Du mardi au vendredi de 9h à 12h / de 13h à 18h.

Le samedi de 8h à 12h / de 13h à 15h.

Fermé le lundi.



Spécialiste
Ancêtre auto/moto

Rue J. Muller, 53
WARSAGE

Tél. 04 376 69 15
Gsm : 0476 25 77 65

www.carrosserie-delbrouck.be
info@carrosserie-delbrouck.be

HEURES D'OUVERTURE

- Du lundi au vendredi
De 8h30 à 12h00
et de 13h00 à 17h30

- Fermé samedi
et dimanche



BECK'S

BRASSERIE

Du lundi au samedi de 12h à 21h

Fermé le mercredi et le dimanche

Rue des Ponts 1,
4684 Haccourt

Alain GABRIEL
04 262 77 75
0455 10 49 10



Seriez-vous prêt à gagner moins pour travailler 4 jours par semaine ?

Semaine de 4 jours

Condenser son temps plein sur 4 jours plutôt que de l'étaler sur 5 sans perte de salaire. L'idée pourrait séduire une partie des travailleurs mais semble tout à fait irréalisable pour certains métiers à entendre Felipe Keirsblick. «Travailler 38 ou 40 heures sur quatre jours, c'est cochonner une belle idée. La semaine de 4 jours j'y crois, mais pas comme ça. Essayer le nettoyage ou le métier de puéricultrice 10 heures par jour. La semaine de 4 jours sans réduction du temps de travail, c'est de l'arnaque».

Du côté patronal, on estime que la semaine de 4 jours est avant tout une mesure de flexibilité pour le travailleur. «Ce n'est pas une mesure qui donne plus de flexibilité aux employeurs. Que du contraire. C'est quelque chose qui sera difficile à organiser et ce sera à l'employeur de décider s'il offre cette flexibilité au travailleur. Rien n'est imposé»

Améliorer le taux d'emploi

L'objectif du gouvernement est de parvenir à améliorer le taux d'emploi en Belgique. Il est actuellement de 71%. La volonté est de parvenir à un taux d'emploi de 80% à l'horizon 2030. Mais pour la CNE, l'idée de 4 jours de travail ne va pas y contribuer. «Beaucoup de gens aspirent à travailler moins et à vivre mieux. Et pour cela, une semaine de 4 jours avec 32 heures, c'est une bonne idée. Nous avons besoin également de renforcer le crédit temps ou d'aménager les fins de carrière. Et c'est cela qui permettrait de créer de l'emploi». Felipe Keirsblick ajoute que le taux d'emploi à 80% ne doit pas se faire n'importe comment : «Ce qui est essentiel, c'est un taux d'emploi de qualité. Je préfère un taux d'emploi à 70% avec de vrais emplois qui contribuent par les impôts à la fonction collec-



tive que d'avoir 80 ou 100% de petits jobs précaires».

Monica De Jonghe ne partage pas du tout cette vision syndicale et répète que cette idée peut être un plus pour les travailleurs. En ce qui concerne l'amélioration du taux d'emploi, la directrice générale de la FEB explique qu'il y a d'autres mesures pour y parvenir. «Nous n'allons pas créer de l'emploi avec de vieilles recettes. Mettre des travailleurs à la prépension pour mettre les jeunes au travail, ça ne marche pas comme ça, pas plus que l'idée de faire travailler moins pour le même salaire. Ça augmenterait les coûts de l'entreprise de près de 20%. Ça revient à une augmentation salariale de 20% et cette idée ne passera pas de notre côté».

Des incitants plutôt que de la flexibilité

Accorder plus d'incitants financiers aux travailleurs. Là encore l'idée fait bondir du côté de la FEB : «Nous avons un marché du travail en feu. Il y a une pénurie de travailleurs.

La balance penche donc en leurs faveurs. D'ailleurs, ils peuvent plus facilement négocier avec leurs employeurs pour avoir des incitants».

Pour la CNE, il est clair que de nombreux travailleurs ont besoin d'un meilleur salaire notamment à cause des prix de l'énergie et la hausse des prix en général. «Là où il y a de vraies pénuries de travailleurs, il faut pouvoir accorder des incitants aux travailleurs et les payer correctement. Il y a une hypocrisie du gouvernement de la Vivaldi : d'un côté, ils disent vouloir régler les problèmes de pénurie, et de l'autre, ils défendent une loi d'interdiction de négociation collective salariale».

Source:
www.rtfb.be

PARKING AISÉ - ACCUEIL DE GROUPE
Suggestions variées chaque week-end

*Egalement
à emporter*

LA MAMMA
RISTORANTE



CUCINA ITALIANA



*Valérie Licata
(La Mamma)*



Avenue des Courtils, 6 - 4684 Haccourt - 04 379 59 34

Lundi, mercredi, jeudi, vendredi
de 17h30 à 22h
samedi et dimanche
de 12h à 14h30
et de 17h30 à 22h
fermé le mardi



Spa

AUTHENTICITY

CENTRE CULTUREL SPA-JALHAY-STOUMONT

rue Servais 8 | 4900 Spa | Tél. 087 77 30 00 | info@ccspa.be

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://www.villedespa.be/>

COMMUNE DE SPA

Rue de l'Hôtel de Ville, 44
4900 Spa
087 79 53 60
info@villedespa.be



VERVIERS

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://www.verviers.be>

COMMUNE DE VERVIERS

Place du Marché 55
4800 Verviers
info@verviers.be
087 325 325

Les seuls
beaux yeux



sont ceux qui vous
regardent avec

tendresse

(Coco Chanel)

SIMEONIDIS Petros

CORDONNERIE - CLEFS MINUTE

Dépannage serrure, reproduction clefs voiture



Avenue Reine Astrid 11 , 4900 Spa
04 77 67 24 54 - simeonidis65@gmail.com

TOUT PEUT ARRIVER.

Venez jouer dans votre Circus Casino

de 9h à 4h du matin

CIRCUS CASINO VERVIERS

Rue de la Station 2 - 4800 Verviers

Circus
CASINO

PLAY
SAFE.be

21+

JOUEZ AVEC MODÉRATION

WWW.CIRCUS.BE - Tenue correcte exigée

Circus Casino Herstal, Longdoz, Jemeppe et Rocourt

**Vous cherchez un emplacement pour
entreposer vos affaires ?**

STOCKEZ EN TOUTE SÉCURITÉ
AU MEILLEUR PRIX.

Service de stockage et garde-meubles personnalisé.

Nous nous adaptons à tous vos besoins de durée et de volume.

La solution pour le stockage et l'hivernage de vos voitures,
motos, de vos vélos.

La solution pour le stockage le contenu d'une habitation.



SHERPA

MINI-LOADERS



#Compact #Ployalent #Puissant #Simplification du travail #Durable

**PAS PLUS GROS, PAS PLUS FORT,
MAIS SURTOUT PLUS INTELLIGENT.**

LARRYART

Rue de Limbourg 45 - 4800 Verviers - 0475 650 783 - larry@larryart.be
www.larryart.be

*Taverne
Le Centre
A Verviers*

rue Crapaurue, 69
à 4800 Verviers



Les animaux et les fortes chaleurs, c'est un peu comme pour nous...



Tout comme vous, il a besoin d'adapter sa routine par ces températures d'enfer et d'être rafraîchi. Mais pas n'importe comment ! Évitez de faire pire que bien grâce aux conseils d'Audrey Decock, docteur vétérinaire.

OUI MAIS NON ...

1. La promenade

Même si l'animal est demandeur et très joueur de nature, évitez les promenades aux heures les plus chaudes entre 12h et 16h surtout si elles ont lieu en ville. La chaleur corporelle de l'animal + la chaleur extérieure + la chaleur au sol (s'il fait 35 degrés, la température du bitume peut monter jusqu'à 50 degrés !) risquent de faire beaucoup et d'entraîner un malaise ou des brûlures aux coussinets.

Le test est simple : si le sol (qu'il soit en bitume, pierre, béton ou sable) est trop chaud pour que vous y restiez pieds nus,

c'est que c'est trop chaud pour votre animal aussi ! Privilégiez les sorties le matin ou le soir lorsque les températures sont plus fraîches.

2. Les trajets la fenêtre ouverte

Roulez les cheveux au vent avec l'air frais qui nous baliait le visage c'est super agréable mais attention, si vous devez effectuer un trajet en voiture avec votre chien ne le laissez pas passer ses pattes ou sa tête part la fenêtre. Outre la chute, il risque d'être percuté par un objet extérieur ou un insecte ou encore de prendre froid à cause du courant d'air et d'attraper une otite ou une conjonctivite.

Assurez-vous que le chien est attaché, laissez le chat dans sa boîte de transport et entrouvrez plusieurs fenêtres pour créer une circulation d'air à l'intérieur du véhicule ou utilisez la climatisation mais, à nouveau, ne baissez pas trop brutalement la température pour éviter le choc thermique.

3. La baignade

Si vous possédez une piscine ou que vous allez promener votre chien dans un lieu où se trouve un point d'eau, la baignade est une bonne idée pour le rafraîchir. Cependant, laissez l'animal y plonger de son propre chef ! Ne jetez jamais un chien dans un point d'eau surtout s'il fait chaud et qu'il n'est pas habitué à nager. Certains chiens, en raison de leur morphologie gros corps et petites pattes, sont de mauvais

nageurs et éprouvent des difficultés à remonter sur le bord. Dans tous les cas, ne laissez pas votre chien se baigner sans surveillance !

4. La douche

Vous pouvez sans risque offrir une douche fraîche à votre chien plusieurs fois par jour mais inutile de le shampooiner. Les chiens et les chats ne transpirent pas comme nous et ne sont pas victimes de mauvaises odeurs corporelles dues à la transpiration.

A nouveau, mouillez votre animal mais soyez attentif à la température de l'eau, pas d'eau glacée ! Il faut le rafraîchir et pas lui provoquer un choc thermique.

5. Les glaçons

Pour maintenir la gamelle d'eau de votre animal la plus fraîche le plus longtemps possible vous pouvez y ajouter un ou deux glaçons mais prudence avec les grands chiens qui risquent d'avaler le glaçon et de s'étouffer. Faites le test en votre présence pour vous assurer qu'il ne risque rien.

Quant au bain ou piscine remplie de glaçons : c'est une très mauvaise idée !!! Plonger un animal dans des glaçons peut lui provoquer un violent choc thermique et engendrer une urgence vétérinaire. Il peut également être victime de brûlures par le froid sur sa peau et ses coussinets.

Source:

<https://www.elle.be>



Produits pétroliers - Gaz - Pellets - Charbons - Bois



Bar La Corderie Dison
 rue Pisseroule, 122 à 4820 Dison
 087 22 22 15





MUSÉE DU CHOCOLAT



*„Un voyage unique
 au cœur du chocolat“*

VERVIERS
 Esplanade de la Grâce, 1
www.darcis.com
 087/71 09 84
musee@darcis.com
 OUVERT TOUS LES JOURS

-2€*

* valable sur une entrée individuelle. Offre non cumulable. Non valable lors des événements thématiques. Valable jusqu'au 31/10/22
 MAG WALLONIE

L'ADAMRÉ

Restaurant



Place Albert 1^{er} 38 - 4960 Malmedy

080 40 43 58

La domotique



Qu'est-ce que c'est que la domotique ?

Le concept de la Domotique nous renvoie à un système qui vise à rendre autonome et intelligente votre maison. Il s'agit d'une nouvelle technologie dont les objectifs sont de maîtriser la consommation des énergies, assurer la sécurité de la demeure et la rendre plus confortable. Beaucoup plus qu'une maison connectée, la maison Domotique vous fait profiter d'un système bien programmé, sachant anticiper vos gestes, besoins et de les exécuter à votre place. De ce fait, les volets peuvent se fermer ou s'ouvrir de manière dynamique sans que vous appuyez sur une commande quelconque. Aussi, la lumière de la pièce dans

laquelle vous entrez s'allume automatiquement et s'éteint lorsque vous sortez. Vous n'avez plus à vous servir des interrupteurs pour déclencher ces actions. Toutes les commandes sont centralisées et s'exécutent de manière autonome et harmonieuse.

Comment fonctionne la domotique ?

Pour que la solution domotique puisse fonctionner correctement et efficacement, elle doit en premier lieu disposer d'un serveur, à l'instar du Zwave, ou d'une box domotique. Cela fournit par la suite un réseau qui peut être avec ou sans fil. Les différents objets domotiques dont vous avez besoin pour faire exécuter les scénarios possibles viennent ensuite pour compléter vos équipements. En interconnectant ces différents équipements pour donner un tout, votre maison devient un smart home et vous pouvez programmer puis lancer les différents scénarios que vous souhaitez exécuter avec votre système domotique.

En utilisant votre Wifi, Bluetooth ou des ondes radio, votre réseau assure la communication entre vos équi-

pements électriques. Vous travaillez ensuite de connecter et centraliser le tout sur un ordinateur qui, en revanche, va piloter à l'aide d'une programmation bien établie l'ensemble des séries de situations à réaliser.

Le coût de la domotique

Les tarifs d'installation de cette technologie constituent un autre point déterminant à évaluer. Certes, vous pouvez trouver sur le marché des appareils utiles à bas prix et avec des options assez limitées. Ils peuvent déjà contribuer à la surveillance à distance de votre maison. Mais en réalité, le coût pour vous offrir une maison domotique plus satisfaisante reste relativement onéreux. Trouver des offres plus intéressantes en termes de qualité-prix s'avère alors indispensable. Pour cela, l'empreinte carbone des objets domotiques à utiliser constitue une réelle solution.

Source:
<https://www.elle.be>

LIÈGE

Tél.: 04 342 42 42

SAMOB
SA/NLY

VERVIERS

Tél.: 087 33 23 63

Le déménageur différent !

**DÉMÉNAGEMENT BELGIQUE
 EUROPE - OUTRE-MER**

www.samob.be

rue de Herve 242 à B-4030 Grivegnée
 info@samob.be

DEVIS GRATUIT

DÉMÉNAGEMENTS
 PARTICULIERS ET ENTREPRISES
 BELGIQUE - TOUS PAYS

EXPÉDITIONS D'OBJETS D'ART - TABLEAUX ...

SPÉCIALISTE COFFRE-FORT ET PIANO

GARDE-MEUBLES

VENTE MATÉRIEL D'EMBALLAGES

CONSERVATIONS ET DESTRUCTIONS D'ARCHIVES

SERVICE LIFT
 DU 1^{ER} AU 14^{ÈME} ÉTAGE
 PARTOUT EN BELGIQUE

SERVICE DE RÉSERVATION DE STATIONNEMENT
 POUR PARTICULIERS ET SOCIÉTÉS



A L'ARTOIS
Place de l'Abattoir, 13
à 4800 Verviers

Ouvert 7J/7
à partir de 9h

Bières au fût



Diffusions
des matchs de football

...



Le jardinage estival, comment s'organiser ?



Généralement, en été on aime un peu plus le jardinage que les autres saisons car le principe est simple : il suffit d'arroser. Les plantes évoluent en fonction de l'orientation du soleil, elles sont à leur apogée et vivent pleinement. Certaines peuvent vivre seules et s'épanouir seules, tandis que d'autres, plus fragiles, demandent un entretien plus poussé. Pour faire le bon choix des plantes, il est préférable de penser à nos talents de jardinier, à nos activités du quotidien (dans l'idée de savoir si l'on aura le temps pour

nos plantes), et à nos vacances futures. Tout cela est déterminant. Si vous avez une vie hyperactive et partez en vacances ou en weekend tous les quatre matins, misez sur les cactus et les plantes grasses. Si vous travaillez à domicile, ou avez une vie structurée et parfaitement rythmée, vous êtes libre de choisir toutes les plantes qui vous plaisent. Vous aurez ainsi le temps de vous en occuper et d'anticiper sur un départ en vacances.

Jardinage estival : fleurir les espaces extérieurs sans se tromper. Qui dit été, dit terrasse, patio, véranda, balcon et bien sûr jardin. Autant d'espaces extérieurs qu'on aime personnaliser à sa façon en fonction des besoins et des habitudes. La terrasse, qu'elle soit petite ou grande, peut être fleurie de différentes manières, avec de simples jardinières et des pots suspendus comme avec de larges pots volumineux qui rythmeront, voire délimiteront l'espace. De même pour le balcon.

Le patio et le jardin se meublent avec style, laissant place à la couleur et laissant s'exprimer la nature environnante. Cette dernière vous servira pour se protéger du vis à vis ou pour se protéger du soleil avec style ! Enfin si vous avez une véranda, le jardinage estival doit être bien pensé : les plantes qui verdurent la véranda doivent résister à la chaleur.

Source:
www.marieclaire.fr/



COMMUNE DE FLEMALLE

Chaussée de Chokier 29
4400 Flémalle
0499/53.13.72

STAGES DE PSYCHOMOTRICITE ET DE CREATIVITE
A.S.B.L. "Les petits canailous" De 3 à 6,5 ans

Horaires:
De 9h à 16h

Garderies:
De 8h à 9h et de 16h à 17h

ETE 2022

Semaine du 04 au 08 juillet 22
Semaine du 25 au 29 juillet 22
Semaine du 08 au 12 août 22
Semaine du 22 au 26 août 22

Toussaint 2022

Semaine du 24 au 28 octobre 22

Lieu: école communale de Ramioul
Rue des Masuirs, 17 à 4400 Flémalle

Prix: 70€ / Semaine

Info et réservation:
Valérie BRUSCHI - 04/235.11.09.
valerie.bruschi@flemalle.be
Nathalie Alba - 0491/21.12.83.

Places limitées ! Inscriptions obligatoires !

Org: Echevinat de l'Enseignement - Service de l'accueil Extracollinaire
Marc D'JOOS - Grand'Rue, 306 à 4400 Flémalle
Rédigé: Nathalie BRONIS - Grand'Rue, 287 à 4400 Flémalle

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://tourisme.flemalle.be>

La jeunesse d Virginie Efra



En plus d'être à l'affiche deux films en compétition (dont Don Juan, l'adaptation de la mythique pièce de théâtre par Serge Bozon), Virginie Efra assurera le rôle de maîtresse de cérémonie du 75ème Festival de Cannes qui se tiendra du 17 au 28 mai. Elle présentera donc la cérémonie d'ouverture, qui sera diffusée en direct sur

18h55. À cette occasion, celle qui refuse de tourner à l'étranger a répondu aux question du JDD, dimanche 15 mai. Une interview sans filtre, où elle va même jusqu'à critiquer les gens qui «adorent» le tapis rouge.

«J'ai [...] du mal avec les gens qui en parlent comme d'un moment de vie incroyable: 'J'ai bien profité de mon tapis rouge...' On monte juste des marches sous l'œil des photographes. Peut-être que c'est parce que je fais toujours un pas de côté quand il y a quelque chose de sacralisé», a-t-elle confié avec l'authenticité qui la caractérise.

Virginie Efra considère qu'elle est devenue «très sérieuse avec l'âge» Celle qui partage la vie de Niels Schneider est revenue, pour l'hebdomadaire, sur son pire souvenir à Cannes. Et il trahit une certaine amertume. «Peut-être l'année dernière, s'est-elle souvenue. Après la présentation de Benedetta, j'étais dans ma chambre d'hôtel, avec mon room service sur le balcon et je lisais tranquillement pour être en forme le lendemain matin à

des interviews en anglais». Et là, une prise de conscience la frappe : «Je me suis dit : 'Tiens, t'es devenue vraiment très sérieuse avec l'âge!', a confié l'actrice de 45 ans, qui semble regretter ses heures téméraires : «Avant je profitais de chaque moment, je sortais beaucoup».

La première fois qu'elle s'est rendue au festival de Cannes, par exemple, elle était «très jeune». C'était «avec des camarades de Molenbeek». Et de poursuivre : «On s'était mis en tête d'aller à Cannes pour trouver le financement du film de combat qu'on essayait de monter...» Revenue plus tard en tant qu'animatrice, Virginie Efra a profité, mais en étant frustrée. «Je rêvais toujours de cinéma mais j'en étais assez loin. Je présentais des soirées de charité... C'était bizarre de ne venir là que pour les contours du cinéma.» Aujourd'hui, elle est en haut de l'affiche.

Source:
www.voici.fr



*Lyra
Line*
Boutique

Boutique de prêt-à-
porter féminin

ADRESSE : RUE BEAUGNÉE 35, 4400 FLÉMALLE
OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI
DE 10H À 18H

PARKING AISÉ

SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX !



linaline



boutiquelinaline

AINSI QUE SUR NOTRE LIVE
2 FOIS PAR SEMAINE

BIMA STOCK

PIÈCES DÉTACHÉES
ET ACCESSOIRES
POUR ÉLECTROMÉNAGERS
TOUTES MARQUES

*Faites le vous-même
c'est facile et pas cher !!!*

FLÉMALLE - GRAND-ROUTE 111
04 233 34 34

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 18h, samedi jusqu'à 17h

info@bimastock.be - www.bimastock.be

Le plus grand choix du pays,
60 ans d'expérience, sérieux et compétent

C. ROUFOSSE
Affaires Immobilières

04/234.21.10
www.roufosse.be

Perfect Image

*Vous désirez
vendre un bien ?*

Contactez nous !

Résidence Les Fougères S.A.

MAISON DE REPOS ET DE SOINS | COURTS SÉJOURS



- Tous les services sont assurés
- Située dans un grand parc arboré
- Accompagnement dynamique assuré

- Ambiance Familiale
- Accepte tous les handicaps
- Chambres individuelles et doubles



CÔTÉ JARDINS: 04 228 98 60

CÔTÉ VILLA: 04 275 32 88

Chaussée de Ramet, 204 - FLÉMALLE (Ivoz - Ramet)

www.grouperesena.com

Kailia Posey : la star d'internet s'est suicidée à l'âge de 16 ans



Triste nouvelle pour les fans de la culture internet : la jeune Kailia Posey est décédée à l'âge de 16 ans. Son nom ne vous dit rien ? Son visage lui oui, forcément : depuis sa participation à une émission de télévision américaine, elle était devenue l'une des stars du web avec sa grimace devenu un «mème» très utilisé sur les réseaux sociaux.

Si vous n'avez jamais entendu le nom de Kailia Posey, vous n'avez sans doute sûrement pas pu passer à côté de son visage : la jeune fille de 16 ans était l'une des stars d'Internet avec sa grimace

très connue, devenue un GIF (une image animée) puis un «mème» (une image utilisée dans différents contextes) sur les réseaux sociaux. Cette tête si connue aujourd'hui date de 2009, lorsque sa mère l'avait inscrite dans l'émission de télé-réalité *Toddlers & Tiaras* (littéralement «bambins et couronnes»), qui montre des enfants en plein concours de beauté. La petite fille avait à l'époque tout donné pour devenir une «mini-miss», expliquant qu'elle adorait gagner de l'argent dans une expression toute aussi célèbre que sa grimace, «I like to win money!».

Star d'internet, elle n'avait que 16 ans lors de sa mort, annoncée par sa mère ce mardi 3 mai 2022 sur Facebook. Une triste nouvelle en un message absolument poignant. «Je n'ai pas les mots. Une magnifique fille est partie. Merci de respecter notre intimité dans la perte de Kailia. Mon bébé pour toujours», a-t-elle écrit, touchée, sans préciser la cause du décès de la jeune fille, qui devait s'inscrire à Miss Teen USA en février dernier, comme elle

l'avait annoncé. Selon les dernières informations, il semblerait que la jeune fille se soit suicidée, un mal qui touche beaucoup de jeunes sur Internet. D'ailleurs, les morts d'adolescents stars d'Internet se multiplient ces derniers mois. En février, Luca Itvai, jeune tiktokeur belge avait été poignardé par son beau-père en tentant de défendre sa mère, victime de violences conjugales. Une affaire glaçante pour toute sa communauté.

La britannique Lauren Smith-Fields, elle aussi idole de TikTok était également décédée au début de l'année dans des conditions très suspectes, manifestement à cause d'une overdose. Plus tôt, c'était l'américaine Katelyn Bateman qui avait été retrouvée morte à seulement 27 ans, sans que l'on sache les circonstances du décès, deux exemples parmi d'autres d'un véritable fléau.

Source: www.purepeople.com



FIL PRODUCTS SERVICES

LA FRAICHEUR A VOTRE PORTE

COLIS **BBQ PARTY**

6KG / 49,99 €

1kg de lard mariné - 1kg côtes d'agneau

1kg merguez - 1kg de spiraling mariné

1kg de saucisse porc et boeuf

1kg de pilon mariné

COLIS **FPS**

10KG / 74,99 €

1kg steak irlandais - 1kg steack BBB

1kg spiringue - 1kg rôti de porc

1kg carbonnades de boeuf

2kg cuisses de poulet - 2kg haché PB

1kg de steack haché - ou 1kg de saucisse

FIL-PRODUCTS-SERVICES.COM

04/362.18.44

Rue profondval 5 à 4400 Flémalle


COMMUNE DE SERAING

Place communale 8,
4100 Seraing
ville.seraing@seraing.be
04/330.83.11

► SEPTEMBRE 2022



HUMOUR : MANON
LEPOMME

30/09 à 20.00

« Je vais beaucoup mieux, merci ! »
Nouveau spectacle...

• d'inj

Plus d'infos rendez-vous sur : <https://www.seraing.be/>

HOROSCOPE

Bélier

Le tempérament sanguin et fonceur du Bélier risque de se voir renforcé par la proximité d'Uranus avec votre signe. Vous n'aurez peur de rien et vous vous sentirez capable de déplacer des montagnes. Veillez à ne pas être trop présomptueux sous peine d'être déçu. En effet, les auras bénéfiques des astres sont contrariées par la maison III qui arrive dans votre ciel astral. Une certaine retenue est donc fortement conseillée, en dépit du fait que vous aurez tendance à vouloir griller les étapes.

Taureau

Préparez-vous à passer un été caliente... Si vous êtes célibataire, vous vous apprêtez à faire une rencontre qui risque de changer votre avis. Attention, car l'entêtement dont vous faites souvent preuve

pourrait vous faire passer à côté d'une belle histoire. La proximité de Mercure avec la maison III a également une incidence sur votre forme : vous vous sentirez prêt à déplacer des montagnes. Une occasion rêvée de reprendre le sport !

Gémeaux

Mercure, astre qui favorise la communication, fait son apparition dans votre ciel astral. L'été s'annonce donc sous les meilleurs auspices. Les échanges amicaux et familiaux seront apaisés et vous vous sentirez régénéré à l'approche de la rentrée. Si vous êtes né au début du signe, entre le 21 et le 24 mai, vous pourriez voir cette période de stabilité retrouvée troublée par un évènement impromptu. Pluton s'approchant de la Maison II, c'est sur le plan professionnel ou financier qu'une déconvenue est à prévoir.

Cancer

Attention aux excès ! Poussé par les auras favorables de Neptune qui se positionne dans l'axe de l'astre sélène, vous pourriez être tenté de repousser certaines limites que vous vous êtes fixées. Vous vous sentez pousser des ailes, mais vous pourriez être rattrapé plus vite que prévu par les conséquences de vos actes. Ayez raison gardée et ne préjugez pas de vos capacités. En cas de doute, faites confiance à votre entourage proche qui a toujours su vous remettre les pieds sur terre. (suite P.90)



LEO



VIRGO



SAGITARIUS



CAPRICORNUS



LIBRA



SCORPIO



AQUARIUS



PISCES

Pontos

Because we Care!



Distributeur d'emballages en verre tels que bocaux de confitures, bocaux de miel



Bocaux à stériliser, bouteilles pour la bière, pour le vin, bouteilles pour l'alcool, bouteilles de jus,



Tant pour le professionnel que le particulier !



PHARMACIE

CHIMIE

ALIMENTAIRE

BOISSONS



Egalement distributeur d'emballages pharmaceutiques, matériel de laboratoire et de soins à domicile.



-10% sur présentation de ce bon au magasin comptoir.

Offre valable uniquement pour les particuliers
Hors commandes en cours.

Pontos

Rue du Térés 21 A
4100 Seraing
Tel : 04/336.94.40.
www.pontos.be



Ouvert le Lundi
et Mercredi : 8 à 17h
Le vendredi : 8 à 12h
Mardi et Jeudi : sur rdv

Pour plus d'infos :
info@pontos.be

Pontos.

Ce nom ne vous dit certainement pas grand-chose.

Et pourtant...c'est en février 2020 que PONTOS a racheté Vd Pack (Anc. Verreries Dumont).

UN PEU D'HISTOIRE...

Cette dernière, célèbre enseigne auparavant basée à Flémalle (Ivoz-Ramet) distribuait des emballages pharmaceutiques et emballages en verre alimentaires avant de déménager dans le Zoning Industriel d'Ivoz Ramet.

En septembre 2019, Vd pack a été victime d'un incendie et a repris ses activités dans la foulée à Seraing.

ET MAINTENANT ?

Aujourd'hui, PONTOS, dont le siège social est établi à

Diepenbeek poursuit cette activité avec sa filiale Sérésienne située dans le Parc Industriel de la Boverie (non loin du terrain de Football) et plus précisément Rue du Térés au numéro 21A.

Dans la continuité, nous distribuons des bouteilles pour toutes vos boissons (jus, vins, alcools) des bocaux pour vos différentes préparations culinaires mais également pour vos créations diverses telles que bougies parfumées, mélange huiles essentielles, savons.

Professionnel ou cuisinier amateur ?

Alors PONTOS est votre partenaire pour la conservation de vos préparations.

Tous nos emballages sont réutilisables... ce qui en fait un beau geste pour l'environnement.

Nos catalogues (alimentaires et pharmaceutiques) sont disponibles sur simple demande en version papier ou électronique.

Pour nous, une approche personnelle est essentielle. Notre équipe enthousiaste est toujours prête à vous aider pour trouver l'emballage qui vous convient. Alors, n'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples informations. Nous vous établirons avec plaisir une offre sur mesure.

PONTOS est synonyme d'un service rapide, d'une approche personnelle, d'un stock important et... de prix compétitifs.

Achat en grande ou petites quantités, pas de problèmes pour nous.

Au plaisir de vous voir...

LA TEAM PONTOS

Recette : cocktail sans alcool – Dream baby

Source: <http://lacuisineo-lit.com>

Ingrédients (pour 1 personne) :

- 8 cl de jus d'orange
- 6 cl de jus de canneberge
- 1 cl de jus de citron vert
- 1/2 cl de sirop de framboise

Préparation :

Mettez tous les ingrédients dans un shaker avec 1 ou 2 glaçons.

Fermez votre shaker et agitez-le fermement durant 10 à 15 secondes.

Servez ensuite en filtrant dans un verre à cocktail ou une flûte avec 2 ou 3 glaçons.

Décorez éventuellement votre verre avec une brochette de bonbons ou de fruits frais.



Lion

Tout semblera vous réussir, tant sur le plan personnel que sur le plan professionnel. En effet, les auras positives de Mercure seront renforcées par la présence de la Lune en carré. Si vous souhaitez demander une augmentation à votre patron, c'est le moment. Vous ferez preuve d'une telle assurance qu'il ne pourra rien vous refuser ! Veillez simplement à mettre les formes, car vous avez parfois tendance à vous montrer trop impulsif.

Vierge

Après une période relativement troublée, vous serez heureux de profiter d'un contexte plus favorable à votre rencontre. Le duo Lune/Vénus vous inonde de ces afflux positifs et cela change votre perception des choses. Alors que vous étiez peut-être un peu refermé sur vous-même au cours des dernières semaines,

vous retrouvez enfin votre bonne humeur, pour le plus grand plaisir de votre entourage. En effet, il n'était pas toujours simple de vous suivre dernièrement pour vos proches...

Balance

Alors que tout semblait avancer comme sur des roulettes quand vous étiez sous l'influence positive de Vénus, les choses se gâtent avec Mars qui se positionne en Bélier. Vous ne profiterez plus de la protection de votre planète maîtresse et subirez de plein fouet les conséquences de l'alignement défavorable des astres à votre égard pendant cette période. Pour reprendre les choses en main, vous devrez sortir de votre zone de confort.

Scorpion

L'année continuera comme elle a commencé, sous un contexte particulièrement favorable. Vous semblez enfin avoir re-

trouvé l'équilibre et vous commencez à vous projeter sereinement dans le futur. Si vous êtes en couple, l'influence de Vénus qui se positionne en maison III pourrait vous pousser à faire preuve d'un romantisme insoupçonné. Au niveau professionnel également tout vous sourit. Après des années à attendre qu'on remarque votre implication au travail, votre patience est sur le point d'être récompensée.

Sagittaire

Les auras positives de Jupiter seront renforcées par l'arrivée de Mercure en Scorpion. Après les tourments que vous avez dû affronter au printemps, vous retrouverez enfin votre confiance en vous. Vous déborderez d'énergie et vous vous surprendrez vous-même à imaginer des projets auxquels vous n'auriez auparavant jamais osé rêver.

(suite P.93)

SITE DOYEN

Rue du charbonnage 1A - 4100 SERAING

MENO *pro*



**HANDY
HOME**



**UNE ÉQUIPE À VOTRE SERVICE • UN LARGE ASSORTIMENT
DES PRIX COMPÉTITIFS • TOUT POUR LA MAISON**

All mat DOYEN

VOS MATÉRIAUX AU MEILLEUR PRIX

Rue du Charbonnage, 3
4100 Seraing

T 04/385.95.95

F 04/337.23.34



www.allmat.be

TOUT PEUT ARRIVER.

Venez jouer dans votre Circus Casino

24h/24

CIRCUS CASINO JEMEPPE

RUE NIHAR 3 - 4101 SERAING

Circus
CASINO

PLAY
SAFE.BE

21+

JOUEZ AVEC MODÉRATION

WWW.CIRCUS.BE *Teneur correcte exigée

Circus Casino Herstal, Longloz, Jemeppe et Rocourt

Afin de concrétiser ces ambitions, vous devrez néanmoins vous débarrasser de votre fâcheuse habitude à tout reporter au lendemain. Il y a un temps pour les paroles, mais l'heure est venue de passer aux actes.

Capricorne

L'arrivée de Jupiter en Taureau risque d'insinuer le doute chez vous. Alors que tout vous souriait et que vous vous sentiez capable de soulever des montagnes, voilà que vous êtes dans l'incertitude. Profitez de l'été pour faire le point sur ce que vous souhaitez réellement pour votre avenir. Vous pouvez compter sur le soutien de votre famille qui a toujours été présente à vos côtés. Les natifs du 1er décans auront la surprise de renouer avec une connaissance du passé et vous vous montrerez particulièrement nostalgique de cette époque révolue.

Verseau

Alors que vos envies de voyage ont dû être reportées à de multiples reprises au cours des derniers mois, vous avez une envie irrésistible de voir du pays. Jupiter, qui s'est positionnée à proximité immédiate de la maison XI, vous encourage à aller de l'avant. À la rentrée, vous vous sentirez d'une forme olympique et vous entreprendrez de vous lancer dans un projet qui constituera pour vous un véritable défi personnel. Vous profiterez alors de la bienveillance de Neptune qui arrive dans votre signe. Il se peut que vous parveniez enfin à retrouver l'équilibre spirituel qui vous faisait tant défaut ces derniers mois.

Poisson

Vous avez besoin de prendre du recul. Mercure qui se positionne en Vierge vous incite à vous livrer à un petit travail

d'introspection. Arrêtez de vous mentir et faites preuve d'objectivité. À la suite de cet état des lieux, vous retrouverez votre optimisme et vous vous sentirez d'attaque pour affronter la rentrée. Un petit bémol à signaler pour les natifs du 2e décans qui pourraient faire face à une dépense imprévue. Ne vous mettez pas dans une situation délicate par fierté et acceptez la main qui se tend pour vous sortir de ce mauvais pas.

Source: www.journaldesfemmes.fr



Karadag Market



Rue Paul Janson 20
4100 Seraing
04 338 12 94



Ne laisse **JAMAIS**
un faux pas
mettre fin à ton **VOYAGE**

(Bob Marley)



FADA

Grande Henry TIPIK Belfius Auto-école georges

Liège (Parc d'Avroy)

DU 20 JUIL. 12:00 AU 24 JUIL. 22:00



NURI BABA SUPER MARKET

BOUCHERIE - KASAP



Boulevard Pasteur 4 - Seraing 4100
Tel: 04 23 32 329





NOTRE EXPÉRIENCE

Plus de 35 ans d'expérience dans le domaine du crédit personnel mis à votre service

NOTRE PRIORITÉ

Une équipe réactive à votre écoute. Un prêt personnel sur mesure.

NOTRE APPROCHE

Des recherches approfondies et personnalisées selon la demande de nos clients. >>



- > Crédits
- > Prêt personnel
- > Regroupement crédits
- > Rachat hypothécaire
- > Prêt auto
- > Prêt mobilhome

www.wallfin.be

04 228 19 42
contact@wallfin.be
Easy Cube
rue Chaussée 58
4342 Hognoul