

SEUL EN SCÈNE pages 2 et 3

La saison culturelle bat son plein.
Amir, à Cambrai, le 22 novembre.



Ph. DR

DOSSIER HABITAT



Pages 4 à 7

ECOCUISINE

LA CUISINE TOUT COMPRIS

**OFFRE
LIMITÉE !**

**+ DE 500 m²
D'EXPOSITION**

• CUISINE • SALLE DE BAIN • AMÉNAGEMENT

**40 CUISINES
à -40%***



* offre non-cumulable - voir conditions en magasin

OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI - DE 10H À 19H SANS INTERRUPTION

2, rue Charles Naudin à **SAINT-QUENTIN** • magasin@eco-sq.fr ou Tél. 03 23 66 80 30 pour prendre RdV

Tout un programme la nouvelle saison !

SCÈNES MITOYENNES

La nouvelle saison des scènes mitoyennes 2023 - 2024 est lancée et annonce déjà un beau succès. Plus de 40 spectacles sont programmés aux théâtres de Cambrai et Caudry depuis le 30 septembre dernier, jusqu'au 30 mai. Danse, humour, concert, théâtre, cirque, magie... La billetterie est ouverte pour cette première partie de saison allant jusqu'au 31 décembre. Le coup d'envoi a été donné par Faada Freddy, Victoria Abril et Lionnel Astier dans « *Drôle de genre* » ou encore Asaf Avidan. D'autres dates affichent déjà complet : le one-man show de Gérémy Gredeville le 19 octobre, Lights in the dark le 16 novembre, cette comédie théâtrale « *Je préfère qu'on reste ensemble* » avec Michèle Bernier et

Olivier Sitruk le 30 novembre, Christophe Willem le 3 décembre, la pièce de théâtre musicale et humoristique « *La claque* » de Fred Radix le 7 décembre.

■ A découvrir « *Yé ! (L'eau)* », un spectacle mêlant le cirque contemporain à la danse. Ces artistes acrobates et danseurs emmènent les spectateurs, au fil de l'eau, dans un périple aux nombreux défis environnementaux. Du rythme, des acrobaties et de la réflexion.

✓ Mardi 21 novembre à 20h au théâtre de Caudry. Tarifs : 8/18/24€

■ Amir à retrouver, non pas en concert, mais dans une pièce de



théâtre seul en scène « *Sélection-né* » (interview à retrouver dans ce numéro).

✓ Mercredi 22 novembre à 20h30 au théâtre de Cambrai. Tarifs : 10/22/32€

■ Une invitation au voyage ! Buenos Aires Desire vous embarque en Argentine. La compagnie Tango Company Argentina représente l'authentique tango, parfois ludique, dramatique, et toujours sensuel. Danse, chants et orchestre, ce sont 22 artistes sur scène à travers une musique passionnante et émouvante. Deux heures de spectacle avec entracte.



✓ Samedi 9 décembre à 20h30 au théâtre de Cambrai. Tarifs : 10/22/32€

■ Avec un mensonge on peut aller très loin... « *L'invention de nos vies* » un thriller théâtral haletant entre New-York et Paris, adapté du best-seller de Karine Tuil, finaliste du Prix Goncourt 2013. Un spectacle palpitant qui

nous plonge dans le récit follement rythmé et romanesque d'une existence basée sur le mensonge.

✓ Samedi 16 décembre à 20h30 au théâtre de Caudry. Tarifs : 8/15/24€.

■ A venir les mois prochains : Fabrice Eboué et son one-man show « *Adieu hier – les dernières !* », de la danse hip-hop « *Zéphyre* », la deuxième édition du Cambrai Jazz Festival les 20 et 21 janvier, une pièce de théâtre « *Lorsque l'enfant paraît* » avec Catherine Frot et Michel Fau, la comédie musicale Sherlock Holmes, Sylvie Testud dans une pièce de théâtre seule en scène « *Tout le monde savait* », le duo Jugnot père et fils avec « *Le jour du Kiwi* » au théâtre de Cambrai, Pierre Richard, Lady Agatha « *L'incroyable vie d'Agatha Christie* », Claudio Capéo, The Wackies back to the 90's, Chimène Badi chante Piaf, et encore bien d'autres spectacles et de prometteuses découvertes... ■ M.J.

✓ **Programmation complète sur le site des Scènes Mitoyennes**

✓ **Informations et réservations sur www.scenes-mitoyennes.fr, aux guichets des offices de tourisme et des théâtres, ou sur place les soirs de spectacles.**

✓ **Samedi 2 décembre : ouverture de la billetterie pour la 2^e partie de saison (spectacles du 1^{er} janvier au 24 mars)**

✓ **Samedi 24 février : ouverture de la billetterie pour la 3^e partie de saison (spectacles du 26 mars au 31 mai)**



LA GRANGE STUDIO

Studio photo et vidéo

MARIAGE



FAMILLE



COUPLE



VOS PHOTOS D'IDENTITÉ
passport, permis de conduire ...
(conforme aux dernières normes)

LOCATION
Borne Photobooth pour vos événements familiaux



SÉANCE PHOTO
à partir de 65€

ET TOUJOURS LES PORTRAITS !



La Grange Studio Photo à VILLERS-GUISLAIN
 -> à 25 minutes de Cambrai / St-Quentin / Péronne
TÉL. 07 82 05 49 45 • www.lagrangestudio.fr

Amir seul en scène et bouleversant

RENCONTRE

A l'affiche de cette saison des Scènes Mitoyennes, découvrez Amir Haddad pour la première fois au théâtre dans « *Sélectionné* », un seul en scène bouleversant. Sur une mise en scène de Steve Suissa, le chanteur à succès endosse cette fois le rôle de comédien et incarne avec émotion la vie tragique d'Alfred Nakache, l'un des plus grands nageurs français des années 40, déporté à Auschwitz.

Le Petit Mag : On vous découvre dans une nouvelle discipline. Est-ce par passion pour le théâtre ou pour l'histoire de cet homme ?

Amir Haddad : Je ne vais pas vous mentir, passionné de théâtre non car c'est une discipline que je connaissais de loin, j'aime aller voir des pièces mais je ne m'étais

jamais imaginé sur la scène d'un théâtre. Puis un jour, un audacieux metteur en scène, Steve Suissa m'a dit qu'il avait eu une vision et m'a proposé un monologue au théâtre. Au début je pensais qu'il se moquait de moi. Lorsque j'ai analysé le rôle qu'il avait en tête je me suis lancé ce défi, avec beaucoup de reconnaissance et de gratitude. Se mettre dans la peau d'un héros oublié tel qu'Alfred Nakache et lui donner de l'aura, c'est l'opportunité de rectifier cette erreur historique. Son histoire a intéressé un grand nombre de personnes. On a joué pendant deux mois à Paris avec des prolongations, on a encore beaucoup de choses à raconter sur cet homme et beaucoup de lieux à aller explorer avec son histoire.

LPM : Cet exercice est-il très différent des concerts ?

A.H : C'est une mission très distincte de ce que je ressens lorsque je fais de la musique parce que je suis en train de porter un message éducatif qui a énormément de sens et d'importance de nos jours.



Ph : DR

Ne pas oublier d'où l'on vient et ce que l'on a traversé en tant que patrie. C'est l'un de nos grands héros, un symbole de notre pays, et c'est un immense honneur pour moi de l'incarner sur scène.

LPM : Sortir un album, partir en tournée, jouer dans une pièce de théâtre seul en scène... L'appréhension est-elle la même ?

A.H : Le défi est peut-être similaire, il est celui d'espérer plaire et convaincre... D'espérer retrouver les gens au même point émotionnel que ce que l'on imaginait quand on a été à la genèse d'un projet. Ce n'est jamais gagné d'avance. Comme j'avais peu d'expérience en théâtre j'étais plus dubitatif, plus craintif. Une fois sur scène on s'oublie et on laisse ici en l'occurrence Alfred Nakache

parler pour moi.

LPM : Est-ce qu'en parallèle de cette tournée sont écrits ou composés de nouveaux titres musicaux ?

A.H : Contrairement à mon habitude pour moi qui suis toujours très tenté de créer de nouvelles chansons, j'ai décidé de tenter une nouvelle expérience : ne pas écrire, ne pas emmagasiner ou commencer un album. C'est une sorte de « *rétenion de création* ». On attend de rentrer dans le cadre de cet album, avec les personnes définies et dans un lieu dont on ne sortira qu'une fois l'album terminé. ■ **M.S.**

✓ **L'interview d'Amir au micro d'Anthony Beck est à retrouver en intégralité sur www.cheriefmcambrésisnord-picardie.fr**

CAMBRAI

Déménagement des commerçants du marché de plein air

■ Depuis le samedi 7 octobre, les commerçants du marché de plein air impactés par les travaux ont déménagé sur une partie de la Place Aristide Briand. Cette mesure s'appliquera jusqu'au samedi 25 novembre.

Pour rappel, des travaux sont entrepris sur l'ensemble de la Place Robert Leroy jusqu'en 2025. Actuellement la phase 2 est en cours. Elle concerne le haut de la rue du Maréchal de Lattre de Tassigny et la rue du Général Frère. Ces travaux doivent s'achever en décembre.

QUIÉVY

Une bourse aux jouets



■ Une bourse aux jouets, vêtements d'enfants, puériculture est organisée par Quiévy animation le dimanche 22 octobre, de 9 h à 17h, salle Robert Abraham. Entrée gratuite. Renseignements et inscriptions au 06 32 49 13 08.

« Sélectionné »

avec Amir Haddad,
mercredi 22 novembre
à 20h30 au théâtre
de Cambrai.
Tarifs : 10/22/32€.
Durée : 1h20.

là où c'est bon...

MAISON PETIT POLVENT

BOUCHERIE - CHARCUTERIE - ARTISAN TRAITEUR
Mariage - Réception - Communion et autres événements...

Nos plats du jour

COUSCOUS, CARBONADE, CHOUCRUTE, CASSOULET, COQ AU VIN, LASAGNE...

Retrouvez nos produits sur les marchés de Cambrai et Saint-Quentin mercredi et samedi matin et Caudry vendredi matin et dans nos casiers rue de Caullery à Ligny-en-Cambrésis.

Spécial choucroute

13€95 le kg

CUITE À L'ANCIENNE

CHOU - LARDONS
SAUCISSES DE STRASBOURG
PETIT SALÉ - SAUCISSON

Barquette de 1 à 3 personnes

03 27 85 24 32 - www.petitpolvent.fr

56, rue du Moulin LIGNY-EN-CAMBRÉSIS

DOSSIER HABITAT



Agrandir sa maison ou optimiser l'existant, comment choisir ?

DILEMME

« Nous avons eu un coup de cœur pour cette maison, mais il faudrait l'agrandir pour que chaque enfant ait une chambre ! ». « Nous voudrions élargir la pièce de vie pour créer un bureau ».

Tout le monde a déjà eu ou entendu ce genre de propos. Il est vrai qu'avec les nouvelles contraintes du télétravail ou des familles recomposées, la recherche de mètres carrés supplémentaires peut s'avérer un vrai casse-tête mais aussi un gouffre financier. Alors comment faire pour récupérer des mètres carrés tout en optimisant son budget ?

Si réaliser une extension est souvent la première solution qui vient à l'esprit, il convient de bien y réfléchir, car agrandir impose des contraintes, réglementaires et d'urbanisme,

mais aussi techniques. Une étude de sol pour assurer la pérennité de votre construction ou pour préconiser le type de fondations sera certainement nécessaire. Vous devrez peut-être également recourir à un bureau d'étude de structure avant de faire tomber un mur. Un architecte sera obligatoire si l'emprise au sol de votre maison ou la surface du plancher dépassent 150 m². Sans compter que votre banque, vous réclamera probablement une assurance dommage ouvrage pour vous financer.

Identifier ses besoins et objectifs de vie

Toutes ces études ou assurances ont un coût, qui mis bout à bout peuvent vite se chiffrer en plusieurs milliers d'euros et

amputer d'autant votre budget initial. Il est donc indispensable de bien identifier vos besoins, et vos objectifs de vie. En effet, construire est un investissement en temps, en énergie et en argent que vous ne récupérez pas toujours en cas de revente. Parfois la solution est sous votre nez, et un réaménagement de la maison sera tout aussi efficace et moins coûteux. Pour se faire, il est intéressant de réfléchir plan en main à la disposition globale des pièces et de se demander comment optimiser les m² tout en fluidifiant et en harmonisant la circulation dans la maison. Ne peut-on pas récupérer les m² du garage ou le vide sur le hall d'entrée pour créer une chambre ? Les modes de vie évoluant, et la salle à manger devenant au fil des ans une pièce de moins en



moins utilisée au quotidien, ne peut-on pas valoriser et optimiser les m² de l'espace de vie au profit d'une cuisine dînatoire ? Toutes ces questions vous permettront de bien penser votre projet. Vous pouvez demander conseils à des professionnels, courtier en travaux, architecte ou architecte d'intérieur qui sauront apporter un autre regard sur votre intérieur et vous

trouver les solutions répondant à votre style de vie. Un investissement certes mais un gain de temps et une optimisation technique et budgétaire assurée. Reste le prix. Pour une extension, comptez en moyenne 2800 à 3000 € du m² contre 800 à 1000 € du m² pour une rénovation intérieure de votre bien. ■ FT-L.

BRICO
DEPÔT
VOYEZ PLUS GRAND
AVEC NOS PRIX DÉPÔT

1909 Avenue de Paris
CAMBRAI
DU LUNDI AU SAMEDI
DE 7H À 19H30
LE DIMANCHE
DE 8H À 13H

Avec Nord Équipement Habitat Solidarité (Nehs), faites des économies d'énergie.

Sous conditions de ressources, le Département du Nord vous aide à réaliser des travaux dans votre logement pour améliorer le confort et faire des économies d'énergie :



changement des moyens de chauffage



isolation des murs et des combles



petits travaux relevant notamment des charges locatives



mise aux normes de l'électricité



installation d'un système de ventilation...

Vous êtes locataire ou propriétaire occupant avec de faibles ressources ?

Vous êtes propriétaire bailleur et votre locataire dispose de faibles ressources ?

Le dispositif Nehs peut vous aider.

VOUS ÊTES INTÉRESSÉ ?

Contactez l'Agence Départementale d'Information sur le Logement (ADIL)
+ 33 3 59 611 200

Un conseiller réalise une première estimation de votre éligibilité et vous informe des aides que vous pourrez solliciter.

Vous serez conseillé et accompagné tout au long de votre projet.

Cet accompagnement est pris en charge à 100 % par le Département du Nord, l'État et les intercommunalités.

PLUS D'INFORMATIONS



Services.lenord.fr

Nord
Le Département est là →



Comment bien protéger sa maison ou son appartement des cambriolages ?

Des statistiques qui interpellent (1)

■ En France, un cambriolage a lieu toutes les 90 secondes. Il dure en moyenne moins de trois minutes. C'est court mais en même temps suffisant pour retourner vos tiroirs et vos armoires.

80 % des cambriolages ont lieu dans la journée, et chose plus effrayante, 30 % alors qu'une personne est présente dans le domicile.

La plupart des voleurs sont des petits délinquants à l'affût de biens faciles à pénétrer. Un cambrioleur cherche à être rapide et efficace. Les portes et fenêtres sont en toute logique les premiers

endroits visés car les plus faciles à fracturer.

(1) source ministère de l'Intérieur

Pour limiter les risques et dormir des nuits paisibles, quelques conseils sont à respecter

■ L'ennemi numéro un d'un voleur c'est le temps. Plus il rencontre de résistance et perdra du temps à pénétrer, plus vite il abandonnera.

Le premier conseil reste donc de fermer correctement les portes et fenêtres même

pour une absence de courte durée. C'est bête à dire, mais on ne pense pas toujours à fermer la porte du jardin ou celle qui mène au garage.

Abaisser ses volets le soir est un autre geste à ne pas omettre. Pour renforcer leur efficacité, vous pouvez, en plus, apposer des verrous ou des barres de sécurité à vos volets. Si vous n'en avez pas encore, une porte d'entrée anti effraction est également recommandée.

Vous pouvez aussi placer des détecteurs de mouvements autour de votre maison qui s'allumeront au moindre passage. Un voleur n'aime pas être remarqué et encore moins filmé. Disposez une



ou plusieurs caméras aux endroits vulnérables, porte d'entrée, portes arrières, porte de garage, et pensez à les connecter.

Une alarme avec un dispositif de télésurveillance sera beaucoup plus efficace.

La plupart des modèles se couplent à votre smartphone et s'intègrent à votre domotique. Un outil efficace pour piloter et protéger à distance son logis, et pouvoir simuler une présence dissuasive, même en vacances ! ■

+ **ACM**
Au Comptoir du Matériel Médical



**ARRIVÉE de la COLLECTION
AUTOMNE HIVER
au rayon CHAUSSURES**

comptoir-materiel-medical.com

À votre service pour le maintien à domicile depuis 40 ans
201, rue de Saint-Quentin - 59540 CAUDRY - Tél : 03 27 76 03 65

Pour un espace de télétravail ergonomique

INVESTIR

La généralisation du télétravail, suite à la crise sanitaire de 2020, a bouleversé les schémas classiques de l'organisation du travail comme de la vie de famille.

Selon une étude réalisée par Malakof Humanis en février 2021, 86 % des télétravailleurs souhaitent cependant continuer cette pratique avec une moyenne de deux jours par semaine.

Si le télétravail a fait ses preuves en gain de productivité pour l'entreprise et en baisse du stress pour les salariés, la question de l'aménagement de son espace de travail à domicile reste au cœur des préoccupations de bon nombre de Français.

Pour une plus grande efficacité (concentration, organisation), il est recommandé d'aménager un endroit agréable et lumineux, à l'abri du bruit. Il est tout aussi important de penser à l'ergonomie de votre poste de travail car souvent nos intérieurs n'ont pas été conçus pour un travail prolongé à la maison.

Moins d'un mètre carré suffit pour aménager un bureau ergonomique. L'idéal est d'investir dans un bureau à hauteur variable qui vous permettra d'alterner au cours de la journée entre la position assise et debout. La variation des postures vous évitera les coups de pompe ressentis au cours

de la journée. Pour maintenir le corps en éveil et éviter le relâchement source de mauvaises postures et par voie de conséquence de maux de dos, l'OMS recommande de changer de posture toutes les 20 minutes. Il existe des modèles de bureau à hauteur variable très compacts permettant de faire également office de guéridon une fois la journée de travail finie et pouvant se loger dans tous les coins de la maison. Leurs prix varient suivant qu'ils sont à commande électrique, à manivelle ou à vérin à gaz comme notre photo.

Vous pouvez également investir dans un siège assis-debout en forme de selle. Cette posi-



tion intermédiaire, plus dynamique pour le corps, aide naturellement à maintenir un dos bien droit. Et pour soulager les cervicales et la fatigue oculaire, il est recommandé de se munir d'un support de pc portable qui positionnera votre écran à hauteur d'yeux.

Pour un aménagement avec un petit bureau à hauteur variable, avec siège ergonomique, support PC portable, clavier et souris ergonomiques, le tarif est environ de 495 euros TTC, soit quasi moins qu'un siège de Gamer qui n'a souvent rien d'ergonomique ! ■ F.T-L.

PORTES OUVERTES

SAINT LUC - CAMBRAI
SAINT MICHEL - SOLESMES

9H - 13H

02 DÉCEMBRE 2023

pas à pas,
AVEC TOI !

collège lycées enseignement supérieur alternance

03 27 82 28 28

www.saintluc-cambrai.com



03 27 37 33 77

www.saint-michel-solesmes.com



Des astuces pour embellir sa maison

DÉCORATION - RÉNOVATION

L'achat d'équipements neufs pour votre maison peut vite devenir un budget conséquent, surtout en ces temps d'inflation. De ce fait, la rénovation d'anciens objets est très en vogue en ce moment. Refaire son intérieur à moindre coût c'est facile et possible, un peu d'huile de coude et votre maison sera refaite. Il n'est nécessaire de changer de maison, ne vous inquiétez pas.

✓ La première étape est de retaper vos meubles. Un peu de ponçage, du vernis ou de la peinture suffisent. En ce moment, la couleur bois brut est très à la mode. En changeant la couleur d'un meuble, ou les poignets des portes ou encore en laissant les étagères apparentes, vous serez surpris par son nouveau pouvoir de séduction !

Vous pouvez reproduire cette technique sur tous les meubles, tables et chaises de votre salle à manger par exemple créer une harmonie ou jouer sur le côté bohème

chic avec une table et des chaises chacune de couleur différente. Dans votre cuisine, repeindre les portes des placards et mettre vos murs en blanc, redynamisera l'espace déjeuner. Pour les plus réticents à prendre les pinceaux, sachez qu'il existe des sites sur internet, comme Relookitchen, pour changer vos façades de meuble sans modifier la disposition de la cuisine. C'est moins cher que d'acheter une nouvelle cuisine et l'effet waouh est garanti !

✓ La deuxième astuce conseillée est de repeindre un endroit dans votre maison, que ce soit un mur entier, la moitié, un petit coin ou un encadrement de porte, cela aide à appréhender un espace d'une autre manière et de créer dans un recoin délaissé pourquoi un bureau d'appoint, ou un espace de détente avec un beau fauteuil en complément.

✓ La verdure, est synonyme de détente, bien-être et calme. Pourquoi ne pas ajoutez des plantes et végétaux à votre

intérieur ? Petites, grosses, tombantes, grimpantes, variez le type de plantes. De nombreux végétaux existent à petits prix dans les magasins spécialisés ou même dans des brocantes ou sur les marchés. En plus des végétaux, votre intérieur peut être accessoirisé avec un nouveau tapis, des cadres, un fauteuil, des miroirs ou encore des vases, dans un esprit contemporain en variant les couleurs et les formes. Pour vos accessoires, la vannerie et le macramé sont très à la mode encore cette année.

✓ Et pour finir, ajouter de la lumière ! Un maximum de luminosité dans vos pièces vous aidera à vous sentir bien et donnera l'impression d'un endroit épuré. Pour cela, un changement de rideaux est primordial. Optez pour des rideaux très clairs et blancs, pour qu'un maximum de lumière passe. Ensuite, troquez tout simplement vos anciennes ampoules pour de la lumière blanche aux LED, qui en prime est moins énergivore ! Enfin pensez à renou-



veler vos luminaires, en même temps que vous modifiez votre déco. On oublie souvent ce détail mais abat-jours, suspensions ou appliques contemporaines apporteront la nouvelle touche à votre déco.

Voici quelques idées de rénovation pour votre maison, de nombreuses autres astuces existent à moindre coût. Et si vous êtes en mal d'inspiration, pensez aux magasins de déco et de bricolage qui proposent les dernières ambiances tendances. ■ M.S.



Région
Hauts-de-France

AIDE À LA GARDE D'ENFANTS



LA RÉGION
SOUTIEN
CEUX
QUI TRAVAILLENT

Retrouvons-nous sur



hautsdefrance.fr

La Région vous aide et vous verse
jusqu'à 30 € par mois.

Déposez votre dossier entre le 1^{er} septembre 2023
et le 31 juillet 2024 sur aides.hautsdefrance.fr

Informations et accompagnement
0 800 026 080 Service & appel gratuits

La boîte à outils idéale pour démarrer le bricolage

INVENTAIRE

Vous avez décidé de vous lancer dans le bricolage, par choix ou par obligation. Aidé des nombreux tutos visionnés, vous êtes fin prêt. Mais êtes-vous certain d'avoir tous les bons outils en main ? Pour parer à l'urgence et en fonction de la fréquence d'utilisation des outils, voici 11 indispensables pour débuter sereinement.

1) Investissez dans une caisse à outils, indispensable pour ranger correctement et trouver rapidement ce dont on a besoin.

2) Les tournevis, premier outil du bricoleur. Ils en existent de différentes sortes et de différentes tailles. Pour débuter,

équipez-vous de tournevis plats, cruciforme et étoilés.

3) Les pinces sont utilisées dans toutes sortes de travaux. La star est la pince multiprise, à avoir absolument car multiusage. Ajoutez une pince coupante, cela sert toujours et une pince à dénuder pour les travaux électriques.

4) Il est conseillé de posséder au moins deux marteaux. Un de petite taille et léger, si possible avec un côté arrache-clou pour les travaux légers et un plus gros et plus lourd pour taper dans les matériaux à forte densité.

5) Plutôt que d'acheter une myriade de clés plates, la clé à molette, pour dévisser

les boulons de toutes tailles, répondra à vos besoins.

6) Le modèle de scie dépend du matériau à scier. Il vous en faudra au moins une pour le bois et une pour couper le métal.

7) La perceuse indispensable pour percer partout et à peu près tout. Il en existe à tous les prix, mais vérifiez que celle-ci est vendue avec différents forets permettant de percer les matériaux les plus courants : bois, béton, métal..

8) Un niveau à bulle permettra de vous assurer de l'alignement de vos travaux. Sinon l'étagère risque d'être un tantinet penchée !

9) Prévoyez également un mètre ruban. Et oui, parce



qu'on cherche toujours après son mètre ruban quand on veut mesurer. Et qu'utiliser le décimètre de son enfant, ça ne le fait pas !

10) Pensez à ajouter un cutter pour découper du carton ou du papier. Sa lame coupante et extra plate vous rendra bien des services mais attention à

vos doigts. Prévoyez donc une paire de gants de protection.

11) Des vis, des clous, du ruban adhésif, du papier abrasif. En plus des outils de base, une bonne caisse à outils contient aussi les consommables les plus courants pour palier à toutes les situations. ■ FTL.

17, 18, 19 NOVEMBRE 2023



BRADERIE

JUSQU'À -70%



DE 10H00 À 17H30
ET JUSQU' À 17H00
LE DIMANCHE



Paiement par carte bancaire privilégié.
 Point de restauration sur place.

RUE OLIVIER DE GUISE & RUE JP SALTIEL

| 02230 | FRESNOY-LE-GRAND

« Le cancer du sein, parlons-en !

PRÉVENTION

Octobre Rose, ce mois de sensibilisation pour prévenir et informer sur le cancer du sein. Une actualité permanente. C'est pourquoi nous souhaitons donner la parole au Docteur Geron, praticien hospitalier en gynécologie et sénologie au CH de Cambrai.

LPM : Sommes-nous toutes concernées ?

Dr. Geron : « Oui, nous sommes toutes et tous concernés par le cancer du sein, surtout à partir de 50 ans. C'est le cancer le plus fréquent chez la femme. Rappelons que si le cancer du sein est pris en charge précocement, il peut guérir dans 9 cas sur 10 ».

LPM : D'où l'importance du dépistage...

Dr. Geron : « En tant que chirurgien, j'incite chacune d'entre vous au dépistage par monographie et palpation mammaire. »

LPM : Où se faire dépister et traiter ?

Dr. Geron : « A proximité de votre domicile, nos réseaux de cancérologie à Cambrai assurent un parcours de soin conformant à ceux des centres anti-cancéreux. Alors plus aucune hésitation pour un dépistage précoce et une prise en charge précoce. »

LPM : A quel moment ?

Dr. Geron : « A tout âge. Vous devez être régulière-

ment suivie par un médecin traitant, par un gynécologue ou par une sage-femme : la palpation des seins et des aisselles lui apportera des indications essentielles. S'il ou elle perçoit une anomalie, il ou elle prescrira une mammographie ou une échographie. Ce suivi médical doit avoir lieu tous les 6 mois ou au minimum tous les ans à partir de 30 ans. Il est important que chacune devienne actrice de sa santé en pratiquant tous les mois une auto-palpation des seins. A partir de 50 ans, votre médecin ou gynécologue vous fera pratiquer une mammographie tous les 2 ans au minimum, tous les ans s'il estime cela nécessaire ».



Le Dr Geron, praticien hospitalier en gynécologie et sénologie insiste sur l'importance du dépistage.

LPM : Où retrouver ces informations ?

Dr. Geron : « Sur le site internet du centre hospitalier

de Cambrai les coordonnées du secrétariat et le parcours de soin que vous nous proposez ». ■ **M.J.**

Contes et philo contée, une revisite décalée

BANTIGNY

Armel Richard propose une revisite décalée et humoristique des contes traditionnels, sous 20°C de plus, intitulée "Les contes de l'hyper-climat". Vous découvrirez par exemple Blanche Neige sans neige et sans nains dans la

forêt moussue. Face aux nouveaux enjeux du XXI^e siècle, tout est à réinventer... Suite à ce récit de nouvelles aventures, Armel Richard proposera la médiation "Philo contée : moi et la planète", une conférence philosophique à partir de 8 ans.

À travers le conte, ce sont de multiples questions qu'il invite sa jeune audience à se poser.

✓ **Samedi 4 novembre à 15h, salle Polyvalente de Bantigny. Plus d'infos sur www.sceneshautescout.fr ou 03.27.83.16.45**

LE PETIT MAG ÉDITION CAMBRAI-CAUDRY

Le Petit Mag est une publication mensuelle gratuite éditée par la SAS Editions Le Petit Mag, au capital de 10 000€. Tirage : 63 000 exemplaires. Siège social : 17 bd Strasbourg - 62000 Arras. Président et directeur de la publication : Laurent Marly. Mail rédaction : lmarmag@gmail.com. Dépôt légal : à parution. ISSN : 2681-7438. Impression : Riccobono 79 route de Roissy 93290 Tremblay-en-France. Toute reproduction, représentation, traduction ou adaptation, intégrale ou partielle, quel qu'en soit le procédé, le support ou le média, est strictement interdite sans l'autorisation des Editions Le Petit Mag. Imprimé sans sécheur et sans eau sur papier recyclé PEFC le 11 octobre 2023.

Vous souhaitez passer une annonce publicitaire ?
06 49 41 14 79 ou scardonmag@gmail.com



Un nouveau sous-préfet à Cambrai

Faycal Douhane a été nommé sous-préfet de Cambrai par décret du 25 août 2023. Originaire de Grenoble, il a succédé cet été à Raymond Yedou, nommé secrétaire général de la préfecture de

la Marne, sous-préfet de Châlons-en-Champagne. Depuis 2020, Faycal Douhane occupait le poste de chef du bureau des affaires immobilières des préfectures, de la police et de la sécurité civile. ■



Nouveau challenge pour Florian Sénéchal



CYCLISME

C'est un gros coup réalisé par la formation française Arkéa Samsic – B&B Hôtels avec l'annonce de la signature pour deux saisons de Florian Sénéchal. Le futur ex-membre de la formation Soudal Quick-Step arrive avec un statut de leader et aura pour objectif les classiques flamandaises et du nord de la France. De plus, le natif de Cambrai prendra vraisemblablement une place importante dans le train de son compatriote et ami Arnaud Démare, passé cet été de la FDJ à Arkéa, suite à sa non sélection dans la Grande boucle.

En six saisons au sein de la formation belge, Sénéchal a remporté cinq victoires : le championnat de France sur route 2022, le Samyn, une étape de la

Vuelta 2021, la course des Raisins ou encore la Primus Classic. Aucun doute, la formation bretonne signe un coureur de qualité, habitué des top 10 sur les grandes courses du calendrier UCI (2^e de Gand-Wevelgem 2020 ou 6^e de Paris-Roubaix 2019).

A 30 ans, Florian Sénéchal, qui n'a pas été retenu pour disputer le dernier Tour de France, va découvrir un nouvel environnement après deux saisons au cours desquelles il a été particulièrement malchanceux. Mais assurément, le talent et l'envie sont toujours là chez ce coureur qui ne manquera pas d'apporter son expérience à une équipe relativement tournée vers la jeunesse et les classiques. ■

Cambrai Volley reste ambitieux

OBJECTIF

Toujours seule équipe professionnelle du Cambrésis, Cambrai Volley repart au combat après une année très compliquée, ponctuée par une descente en Ligue B. L'équipe sera entraînée cette saison par Harry Brokking et Ludovic Kupiec. Elle aura pour objectif de disputer les premières places et pourquoi pas la remontée même si des clubs comme Cannes, Saint-Quentin, Mende ou encore Ajaccio ont tous en tête de rejoindre (enfin) l'élite du volley français.

Club formateur, Cambrai a fait « monter » trois jeunes du centre de formation pour jouer en équipe première : Tinaël Pépin, Rémy Lalisce et Quentin Grosnon. A ces jeunes, notons l'arrivée dans le groupe pro d'Eliot Coulet (passeur en provenance de Tourcoing) et Paul Villard (réceptionneur-attaquant promu capitaine après 8 saisons au club). Deux autres joueurs ont rejoint le club : Noah Rulkin (Harnes, libéro) et William Louis-Marie (Avignon, central).



Le championnat démarre le 21 octobre face à Rennes à domicile (20h). Les Cambrésiens enchaîneront également la 2^e journée à la salle

Vanpouille face à Royan (20h). Deux matches à la maison pour prendre le meilleur départ possible dans un championnat à 12 clubs. ■

Noah Diliberto rejoint le RC Lens

FOOTBALL

Laisse libre en juin dernier par Valenciennes (L2), Noah Diliberto s'est engagé pour neuf mois avec le RC Lens, recruté pour apporter son expérience à la réserve (National 3). Avec pour le natif de Cambrai la possibilité de se rapprocher du groupe professionnel (avec lequel il s'entraîne parfois pour faire le nombre) notamment cet hiver quand quelques titulaires partiront disputer la coupe d'Afrique des nations 2024 (13 janvier - 11 février).

Âgé de 22 ans, ce milieu défensif a été formé à Valenciennes où il a fait jusqu'ici tout son parcours professionnel. Il a joué 95 rencontres de L2, dont 31 la saison dernière (20 comme titulaire, 3 buts et 3 passes décisives). En novembre 2020, Noah Diliberto s'était illustré en réalisant 3 passes décisives en 25 minutes contre Toulouse, à l'occasion d'une spectaculaire victoire 5-4 en Haute-Garonne. Pour le responsable de la post-formation, Eric Sikora, « Noah est un

milieu avec beaucoup de potentiel et il a déjà pu montrer une partie de ses aptitudes en L2. Son abattage et sa bonne qualité de passe seront des atouts supplémentaires. Cet enfant de la région saura s'imprégner des valeurs du club. Avec sa centaine de matches en pro. Noah constitue un renfort intéressant pour encadrer, dans un premier temps, la jeune équipe de Vincent Carlier, avec cette ambition d'aller frapper à la porte du groupe pro en cours de saison. » ■



Bertrand Lauwers, le nouveau directeur de Saint-Luc

CAMBRAI

« J'ai été très agréablement surpris de l'accueil que j'ai eu dans cet établissement », dixit Bertrand Lauwers, le nouveau directeur de l'Ensemble Saint-Luc de Cambrai. Il a succédé à Jean-François Lemort, ancien directeur depuis 6 ans. L'ancien chef d'établissement de l'Institut d'Anchin à Pecquencourt a fait sa rentrée en même temps que ses élèves en septembre dernier. Il a été invité par Christophe Georges, directeur diocé-

sain de Cambrai, à prendre ce poste. Pour l'instant, il compte suivre les traces de son prédécesseur et aboutir aux projets qu'avait entrepris Jean-François Lemort, notamment en ce qui concerne les projets immobiliers. Le premier est la rénovation de la chapelle *« C'est une vieille bâtisse qui a forcément besoin de remise à neuf. Par la suite des changements de chaudières, de toitures ou encore de lumières sont prévus »*, assure le chef d'établissement.

Ensuite, il a pour but de retravailler sur les formations que propose l'Ensemble Saint-Luc, en supprimant ou en ajoutant de nouvelles formations. *« Pour l'instant, je viens d'arriver, je n'ai pas encore eu le temps de réfléchir à tous les sujets, mais j'ai quand même quelques projets en tête. Même si ma priorité est de rencontrer toutes les équipes et de m'intégrer à leur fonctionnement »*, affirme l'ancien professeur de zootechnie. ■ **M.S.**



Une aide exceptionnelle à la population arménienne

RÉGION HAUTS-DE-FRANCE

Il y a environ deux semaines, une nouvelle offensive militaire de l'Azerbaïdjan touche le Haut-Karabakh (Artsakh), cette enclave arménienne, au cœur d'un conflit opposant l'Azerbaïdjan et l'Arménie. Lors de sa dernière séance plénière, la Région Hauts-de-France a accordé une aide exceptionnelle à la population arménienne affectée.

« Nous ne voulons pas rester silencieux face à l'exil forcé

des Arméniens du Haut Karabakh. Notre Région, comme d'autres régions, souhaite montrer son total soutien au peuple Arménien » a expliqué Xavier Bertrand, devant Hovhannès Guévokian, représentant du Haut Karabakh en France, présent dans l'hémicycle.

Au vu de l'urgence de la situation humanitaire dans laquelle se trouve la population arménienne du Haut-Karabakh, obligée de fuir

ses territoires, ainsi que la déclaration d'intention cosignée par le président de la Région Hauts-de-France, Xavier Bertrand, le 2 mai dernier à Erévan, une aide exceptionnelle est allouée à la population arménienne. Ce sont 30 000 euros, versés au Conseil national des conseils de coordination des organisations arméniennes (CCAF) qui permettront l'envoi, notamment, d'un convoi humanitaire. ■



DÉPARTEMENT DU NORD

Les allocataires du RSA en baisse

■ Lors de la dernière séance plénière, le président Christian Poiret a annoncé que le nombre d'allocataires du RSA était en baisse, passant sous la barre des 90 000 (89 384 exactement à fin août). Soit environ 10 000 de moins qu'il y a deux ans et 26 000 de moins qu'en 2015.

Retrouvez notre
NOUVELLE page facebook :



lepetitmag.hdf

Prochaine parution de votre journal
JEUDI 30 NOVEMBRE 2023

Rubrique jardin

Commencez un potager en octobre

L'automne et ses couleurs sont déjà là. Et pour certains, c'est la plus belle des saisons ! A l'image des sous-bois et forêts, le jardin dévoile un nouveau visage. Les températures vont baisser et le jardin va entrer en dormance pour l'hiver.



Au potager, récoltez et entreposez hors gel les légumes racines dits "de garde", ceux qui se conservent tout l'hiver : pommes de terre, carottes, betteraves, céleris raves... Récoltez aussi les betteraves, brocolis, carottes, céleris branches, céleris-raves pour consommation immédiate. Ramassez les châtaignes, chicorées frisées, scaroles, choux, épinards, fèves, mâche, poireau, radis et la rhubarbe.

Octobre est aussi un bon mois pour démarrer son potager. La terre est bien malléable grâce aux récentes pluies. Une fois les parcelles de culture délimitées, travaillez la terre en surface pour ne pas perturber la faune du sol. Stimulez et favorisez la présence des vers de terre et autres travailleurs de la terre en faisant des apports de matières organiques : fumier et compost. Ces matières organiques seront dégradées et assimilées durant tout l'hiver, et la terre sera prête au printemps pour accueillir les premiers semis et les plantations. Éclaircissez également les semis effectués les semaines précédentes, en éliminant les jeunes pousses pour laisser de la place aux autres, et repiquez-les si besoin à leur place définitive. Enfin, abritez du froid et du vent les légumes dont vous voulez récolter les graines pour vos prochaines plantations. Et dans la journée, par temps doux, aérez les châssis, ouvrez les tunnels, soulevez les cloches.

Bt
Bernard Traiteur

«Produits frais, sélectionnés et de qualité»

LIVRAISON À DOMICILE
pour personnes âgées 7 jours/7

TILLOY-LEZ-CAMBRAI
Tél. 03 27 81 11 59 - Port. 06 80 13 27 99

AUTOS B5

ACHÈTE TOUS TYPES DE VÉHICULES EN L'ÉTAT, ROULANTS OU NON, TOUTES ANNÉES, TOUS KILOMÉTRAGES

PARTICULIERS / SOCIÉTÉS, AMBULANCES / TAXIS, 4X4 / CAMIONS, SCOOTERS / MOTOS ...

PAIEMENT CASH

ENLÈVEMENT D'ÉPAVE GRATUIT
SE DÉPLACE RAPIDEMENT 7/7 JOURS

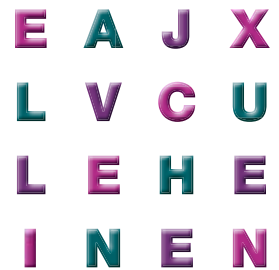
06 99 59 06 06

Mots fléchés

SUITE DANS LES IDÉES FLEUR BLEUE	EXTRÊME MAIGREUR EXCÈS DE CONFIANCE	CHANGER D'ÉTAT BOURGUI-GNONNE	ILLUSTRE INCONNU GRANDE ÉCOLE	PRODUIT DE LA FERME MARQUE D'INTENSITÉ	DÉS-AVANTAGÉE GRANDE LIBERTÉ
RECOLTE DE VIGNERON DIVINITÉ D'ÉGYPTÉ		DU BLÉ ET UNE CRÊPE	VALLÉES FLUVIALES RÉSERVA		
BASSIN DE PLONGEURS MEMBRANE À L'ŒIL		REPRÉSENTANT DU PEUPLE PRATIQUE	RECOM-PENSE DU MATIN	C'EST-À-DIRE PÉRIODE DE LA VIE	MÈRE DE DIONYSOS
LE CŒUR EN FÊTE VAILLANT	INFINITIF VIEILLE BÊTE	RECUEIL DE COTES PRESQUE RONDES	HOMME À HISTOIRES CONJONC-TION	ASTATE HURLER AU FOND DES BOIS	
D'HIER OU D'AVANT-HIER	MARQUE DE RÉFÉRENCE NUANCE	REFUSER DE SE METTRE À TABLE	SERVICE D'ORDRES POUR MOI		VAINQUEUR DE LA BATAILLE
C'EST DU COBALT INCLINÉ EN ARRIÈRE	LE TRAITÉ DE ROME LUI DONNA LE JOUR	CONSTANT	S'AVISE		

Big bazar

Reconstituez trois mots de huit lettres sachant que les lettres doivent se toucher et qu'elles ne peuvent être utilisées qu'une seule fois pour un même mot.



Dominos

Qu'ils soient à l'horizontale, à la verticale ou même inversés, tous les dominos doivent trouver leur place dans la grille.

7	3	4	4
7	4	3	7
3	5	5	3
5	7	4	4
7	3	4	7

5	5	4	3
3	5	7	3
7	4	7	7
3	7	3	4
4	4	4	7

Solutions

7	3	4	7
3	5	5	3
7	4	3	7
7	3	4	7

: SONNOMS

L	S	O	E	S	H	E	R	S	E	N	E	N	E	L
L	G	E	R	E	I	R	E	O	N	V	A	L	E	
E	E	E	U	I	R	E	T	E	N	A	V	A		
M	E	S	I	O	A	N	S	E	R	V	E			
D	E	S	O	X	I	E	P	R	E	U	E			
S	E	R	A	R	G	E	R	A	R	A	R			
U	L	E	U	E	R	E	E	E	E	U	E			
I	E	S	O	E	A	V	I	L	E	S	E			
E	I	S	O	T	E	G	A	T	E	S	I			
S	R	A	I	S	I	N	I	N	R	I	A			
S	E	N	T	I	M	E	N	T	A	L	E			
L	E	O	E											


BIG BAZAR :
CHEMILLE - JAVELINE - VÈNÈNEUX.

Votre météo de la semaine

« Si octobre est chaud, février sera froid ! »











Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20	Samedi 21	Dimanche 22	Lundi 23	Mardi 24
						
À la saint Luc, la betterave devient suc.	À la saint René, couvre ton nez !	La sainte Adeline souvent arrosée d'une pluie fine.	À la sainte Ursule, le temps parfois est un petit printemps.	À la saint Vallier, faut qu'il y ait du bois au bûcher.	À la saint Hyacinthe, on peut semer sans crainte.	Pluie de la saint Florentin, dure jusqu'au lendemain.
4°/13°	5°/13°	5°/14°	6°/14°	7°/16°	8°/16°	7°/15°

LOUVRE
Lens



ANIMAUX FANTASTIQUES

EXPOSITION
27 SEPTEMBRE 2023
15 JANVIER 2024

Votre horoscope

<p>Bélier</p> <p>En couple, les bonnes décisions redonneront tout son éclat à votre vie amoureuse. En solo, c'est plus compliqué, car une période d'instabilité se profile à l'horizon.</p>	<p>Taureau</p> <p>Ne confondez pas vitesse et précipitation. Vous feriez alors des erreurs regrettables qui vous entraîneraient dans des situations fâcheuses. Attention, prudence !</p>	<p>Gémeaux</p> <p>Incompréhension avec votre famille et différends reviennent sur le tapis. Adoptez une conduite compréhensive et patiente afin de rendre vos échanges plus sereins et constructifs.</p>
<p>Cancer</p> <p>Le vent va tourner ! Vous serez paré d'une belle volonté et d'une extraordinaire inspiration. Et comme la chance ne vous lâche pas d'une semelle, vous saurez exploiter vos dons.</p>	<p>Lion</p> <p>Une attitude excessive, des ambitions déraisonnables peuvent provoquer des litiges autour de vous. Le mieux serait d'agir avec bon sens, mesure et sagesse.</p>	<p>Vierge</p> <p>Comme cela bouge, vous ne ménagerez ni votre temps ni votre matière grise. Ayez alors toutes les audaces, amorcez les projets et mettez en train de nouvelles activités.</p>
<p>Balance</p> <p>Quelle éloquence, quelle force de conviction ! De passionnantes propositions pourraient entraîner des changements de travail et de lieu de vie. Alors, vous êtes prêt ?</p>	<p>Scorpion</p> <p>Des voyages, un contrat à signer ou des tractations à mener sont possibles. Certains peuvent se voir confier une mission loin de leurs bases, d'autres œuvrer à un projet créatif.</p>	<p>Sagittaire</p> <p>Vous trouverez autour de vous les appuis nécessaires et sûrs pour vous faire avancer plus vite encore. Mettez sur vous et sur vos talents, croyez en votre bonne étoile !</p>
<p>Capricorne</p> <p>L'imprévu secoue votre quotidien et vous promet une émancipation. Vous pourriez vous engouffrer dans de nouvelles voies ou recevoir des propositions inattendues.</p>	<p>Verseau</p> <p>Vous pourriez poursuivre de nouveaux buts, une nouvelle vocation et vous surprendre vous-même. Alors servez-vous de vos meilleurs atouts, car c'est le moment de foncer !</p>	<p>Poissons</p> <p>Exploitez vos dons et mettez-vous en avant, la chance fera le reste et vous assurera la stabilité. Côté cœur, vous vivrez des moments rares, alors, profitez-en !</p>

En direct de Cambrai

LES FLASH INFOS LOCAUX

6h00 9h00



Présenté par
Marine Journal

Chérie
FM

CAMBRAI 92.9 - ST QUENTIN 103.9 - PÉRONNE 96.7 - MOYON 96.6





Venez découvrir le bien naître à la Maternité du Centre Hospitalier de Cambrai

La maternité du CH de Cambrai est labellisée IHAB (Initiative Hôpital Ami des Bébé) depuis 2009, gage de qualité des soins et d'accompagnement à la parentalité.

Urgences gynécologiques et obstétricales 24h/24, 7j/7

Suivi gynécologique sur rendez-vous avec gynécologue ou sage-femme sur rendez-vous.

La maternité propose de **suivre votre grossesse (1 consultation prénatale/mois, 3 échographies de dépistage** (ou + si besoin)).

Si vous êtes déjà suivie par votre obstétricien, votre sage-femme libérale ou votre médecin généraliste, vous pouvez évidemment poursuivre votre suivi habituel et transférer votre dossier en fin de grossesse. Nous aimons vous rencontrer au moins une fois avant l'accouchement afin de **prendre connaissance de votre dossier et organiser votre consultation pré-anesthésique.**

Si vous souhaitez faire votre **préparation à l'accouchement** avec nous, cela est tout à fait possible, nous proposons :

- Cours de préparation à l'accouchement classique
- Cours de préparation à l'accouchement yoga
- Yoga prénatal
- Atelier Allaitement
- Atelier Rythmes et Besoins du nouveau-né
- Atelier Portage
- Atelier Massage
- Atelier salle nature
- Atelier Perturbateurs Endocriniens

En plus de cela vous pouvez bénéficier de **consultations**

spécifiques : hypnose, Allaitement (pré et postnatal) et acupuncture.

Nous proposons **3 salles d'accouchement dites « classiques »**, si vous souhaitez accoucher avec une péridurale, nous avons un anesthésiste présent 24h/24 (de même pour le gynécologue de garde et pour le pédiatre).



La salle nature est composée d'une baignoire de dilatation, d'une banquette d'accouchement, d'une liane d'étirement, d'un monitoring sans fil (pouvant être immergé dans la baignoire), cette salle est le lieu idéal pour accoucher sans péridural en toute sécurité.



Si vous le souhaitez après l'accouchement vous pourrez

intégrer une **chambre simple** ou l'une de nos **3 suites parentales** (composées d'un lit double médicalisé, d'un espace repas, d'un espace salon et d'une kitchenette pour la plus grande (de 40 à 60€/nuit).



Nous sommes **bienveillants envers les familles et respectons les rythmes de sommeil et d'éveil du nouveau-né et de ses parents**, grâce au **self petit-déjeuner** (ouvert de 7h30 à 10h)



PORTES OUVERTES

**LE SAMEDI
2 DÉCEMBRE 2023
DE 13H À 18H**

Le peau à peau est proposé systématiquement après la naissance de l'enfant (que ce soit par césarienne ou par voie basse) et est ininterrompu jusqu'à la préparation pour le retour en chambre. Les soins bébés sont réalisés directement en salle d'accouchement afin d'éviter la séparation parents-enfant.

La présence de l'accompagnant est encouragée en salle de césarienne.

Notre personnel a été spécifiquement formé à **l'accompagnement de l'allaitement maternel.**



☎ **Secrétariat 03.27.73.73.59**
Infirmière de consultations : **03.27.73.71.95**

📍 **Maternité Centre Hospitalier Cambrai**

**CENTRE HOSPITALIER
DE CAMBRAI,**

516 avenue de Paris www.ch-cambrai.fr

