



### Sur le web

Milène Beury et son projet collaboratif : My Web tv Sarthe

page 17



### L'objet

« Dekèktudi », un jeu de société qui rend hommage au patois

page 11

# le mans.maville.com

GRATUIT

Sorties, loisirs, bons plans au Mans et dans l'agglomération

N° 147 - du 12 au 18 décembre 2018

## Un réveillon sur son 31

Les conseils d'expertes pour briller en soirée.



Photo JMarchand

C'est le moment de penser à sa tenue et à son maquillage pour les fêtes. Émilie Fouqueray livre ses astuces make-up. **Pages 8 et 9**

### Concert



Pauline Croze à l'Éolienne le 18 janvier

page 2

### À table



Léo Kervella au volant de L'Hambulant

page 10

**NOUVELLE COLLECTION | NOUVELLE MARQUE**



**ROYER CHAUSSEUR**



**MEPHISTO SHOP IN SHOP**



*Paraboot*  
Boutique PARABOOT

**Gabor**

ARA - ARTIKA - BERWICK - B.ZARO  
EXQUISE - GABOR - GIOIELLO  
HASSIA - HIRICA - LLOYD  
MARCO - PELLET - PKAISER  
RONDINAUD - SEMELFLEX  
SIOUX

 [www.royer-chausseau-le-mans.fr](http://www.royer-chausseau-le-mans.fr)

**ROYER CHAUSSEUR RUE DU PORT - LE MANS - 02 43 28 55 26**

## LES DICTONS...

### ...de la semaine

#### Mercredi 12

À la saint Corentin, le plein hiver glace le chemin.

#### Jeudi 13

À la sainte Luce, le jour croit d'un saut de puce.

#### Vendredi 14

Quand en hiver est été mais en été l'hivernée, cette contrariété ne fit jamais bonne année.

#### Samedi 15

À la sainte Ninon, décembre trop beau, été dans l'eau.

#### Dimanche 16

Le mois de l'Avent est de pluie et de vent, tire ton bonnet jusqu'aux dents.

#### Lundi 17

Quand secs sont les Avents, abondant sera l'an.

#### Mardi 18

À la saint Gatien, le temps ne vaut rien.

## le mans.maville.com

38, bd d'Estienne d'Orves - 72000 LE MANS  
redaction@lemans.maville.com



Julie MARCHAND  
Journaliste

02 43 51 70 41

julie.marchand@lemans.maville.com



Lysiane TRÉGUIER  
Journaliste

02 43 51 70 44

lysiane.treguier@lemans.maville.com

Publicité : PRECOM

Jacky COTTENCEAU

06 89 88 44 32

jacky.cottenceau@precom.fr

Distribution : Samuel Poussin

02 43 83 72 17 samuel.poussin@lemans.maville.com

Site Internet :

[www.lemans.maville.com](http://www.lemans.maville.com)

SAS Loire Hebdo

Directeur de la publication :

Matthieu Fuchs

Dépôt légal : à parution

N°ISSN de «lemans.maville.com» : 2428-1840

Imprimerie du «Courrier de l'Ouest»

Tirage : 30 000 exemplaires

Imprimé sur du papier produit en Allemagne

à partir de 52 % de fibres recyclées. Ce papier

fourni par UPM sous le n° FI/011/001 est

porteur de l'écolabel européen.

Eutrophisation : 0,003 kg/tonne.



# « Je profite de chaque instant »

Julie Marchand

[julie.marchand@lemans.maville.com](mailto:julie.marchand@lemans.maville.com)

Révélee en 2005 par le titre « T'es beau », Pauline Croze revient avec un nouvel album intitulé « Ne rien faire », sorti en février 2018, pour lequel elle s'est entourée de Charles Souchon, alias Ours, et Romain Preuss (Scotch and Sofa). À cette occasion, l'artiste repart en tournée et fait étape à l'Éolienne, à Arnage, le 18 janvier prochain.

Comment se déroulent votre tournée et les retrouvailles avec votre public ?

**Pauline Croze :** Très bien. Je suis entourée de musiciens qui respectent à la perfection la couleur de l'album. Ils font de beaux chœurs, qui tiennent une place importante dans cet opus. Et avec le public, je suis heureuse de voir que nous sommes toujours en communion alors c'est parfait.

Comment sont nées les collaborations avec Charles Souchon et Romain Preuss ?

J'ai vu Charles en concert et j'ai aimé son mélange de chansons à texte et de musique, de groove et de soul. Son utilisation des chœurs sur scène m'a beaucoup parlé. C'est l'équilibre que je recherchais. J'ai eu ses coordonnées par Matthieu Chedid, c'est comme ça que j'ai proposé à Charles de réaliser mon album. Il ne se sentait pas de relever le défi tout seul alors il m'a suggéré de faire appel à Romain qui a une bonne expérience du studio. Le binôme s'est ainsi formé.

Pourquoi avez-vous choisi « Ne rien faire » pour le titre ?

Son côté intrigant me plaisait bien et je trouvais intéressant de prendre le contre-pied de l'injonction perpétuelle de remplir notre vie. C'est aussi grâce à M que j'ai choisi ce titre car au départ, j'étais partie sur « Tu es partout » mais il



Julie Tranroy

Pauline Croze revient avec des titres aux sonorités pop.

me semblait trop réducteur et intime pour en faire le nom de l'album. « Ne rien faire » est plus ouvert.

Quel est le titre le plus autobiographique de cet album ?

Ils le sont tous car, comme souvent chez moi, je n'arrive pas forcément à écrire des choses lointaines, il faut que ça passe par mon expérience de vie. Mais je pense que le plus explicite, c'est « Tu es partout » qui évoque ma maman. Je m'adresse à elle dans cette chanson.

Vous avez été révélée avec « T'es beau ». Prenez-vous toujours plaisir à le chanter sur

scène ?

Toujours ! Cette chanson a eu tellement de portée... C'est même difficile de faire des choses après car on ne se sent pas à la hauteur. Quelque part, elle m'impressionne, elle est devenue plus grande que moi ! Mais je suis très fière de « T'es beau » qui vit sa vie. Il accompagne les gens. Je remarque que tous les âges sont sensibles à ce titre. C'est ça la beauté de la musique.

Ce morceau est souvent repris. Et vous, si vous aviez à reprendre le titre d'un artiste, quel serait-il ?

J'aime beaucoup le répertoire

d'Eddy de Pretto, « Kid » notamment. Ce serait intéressant d'explorer son travail.

Avez-vous toujours autant le trac avant de monter sur scène ?

Ça va faire un an environ que je ne le ressens plus, sauf dans certaines circonstances, quand j'ai des amis dans la salle par exemple ! C'est comme si j'avais épuisé tout mon stock de trac et qu'il n'y en avait plus en magasin (pires) ! En tout cas, c'est incomparable avec avant, où j'étais terrorisée à l'idée d'aller sur scène. Ça me rendait complètement incapable de bien chanter et ce stress impactait les débuts des concerts. Maintenant ça va mieux, je ne subis plus. Je profite de chaque instant. Avec l'expérience, j'ai appris à gérer ces émotions.

Avez-vous prévu de présenter cet album à l'étranger ?

Pas spécialement. Mon objectif est de finir ma tournée le 9 février prochain à Paris. Peut-être que l'étranger, ce sera pour le prochain projet. Je vais travailler sur de nouvelles chansons mais je ne veux pas retourner dans le processus classique écriture, studio, enregistrement puis concert. J'aimerais casser ce schéma et proposer des titres diffusés mensuellement sur internet, et pas sous la forme d'un album. Mais je ne peux pas trop en dire plus pour le moment !

**Vendredi 18 janvier**  
**A 20 h 30**  
**L'Éolienne**  
**67 rue des Collèges**  
**À Arnage**  
**Contact : 02 43 21 46 50**  
**Tarifs : de 15 à 17 euros**

## Bio express

**1979.** Naissance en région parisienne.

**2005.** Sortie de son premier album éponyme.

**2018.** Sortie de son 5<sup>e</sup> album, « Ne rien faire ».

22 DÉCEMBRE

ARTURO BRACHETTI  
NOUVEAU ONE MAN SHOW

11 JANVIER

DIVA

Le Palais BOUGE et vous ?

Points de vente  
Palais des Congrès,  
Office de Tourisme, Le Mans

JE SORS AU MANS.com  
Informations & Billetterie

Palais des Congrès de la Culture Le Mans

RICHARD CAILLAT  
22 JANVIER

TANT QU'IL Y A DE L'AMOUR

UNE COMÉDIE de Bob MARTET  
MISE EN SCÈNE Anne BOURGEOIS

Arts Live

BENJAMIN MELVIL  
BIO LA Y/POUPAUD  
EN CONCERT

25 JANVIER

SONGBOOK

THÉÂTRE BELLA MICHODIÈRE



Denis Rouvre

## Nicky Larson débarque !

Aucun danger ne l'impressionne, les coups durs il les affectionne et la justice le passionne, Nicky Larson ne craint personne ! L'adaptation du célèbre animé japonais, porté à l'écran par Philippe Lacheau débarque. Dans ce long-métrage « Nicky Larson et le parfum de Cupidon », la mission est de récupérer un mystérieux flacon qui rend irrésistible celui qui l'utilise. Pour l'occasion, Philippe Lacheau et son équipe seront présents.



Mardi 18  
À 19 heures  
Pathé Le Mans  
5 place des Jacobins  
Contact : 0 892 69 66 96  
Tarifs : de 5 à 10,90 euros  
À 19 h 45  
CGR Saint-Saturin  
ZAC Les Portes de l'Océane  
À Saint-Saturin  
Contact : 0 892 68 85 88  
Tarifs : de 6,60 à 9,90 euros



### ■ Jean-François Zygel à l'Éolienne

Pianiste virtuose et animateur de l'émission « La boîte à musique », Jean-François Zygel vient à la rencontre des Sarthois pour dépoussiérer la musique classique avec une pointe de malice.

Vendredi 14  
À 20 h 30  
L'Éolienne  
67 rue des Collèges  
À Arnage  
Contact : 02 43 21 46 50  
Tarifs : de 20,80 à 24,80 euros

### ■ Marathon « Hunger Games »

Katniss Everdeen fait son grand retour sur les écrans grâce au CGR Colisée qui propose un marathon des quatre opus de la série « Hunger Games ». Les nostalgiques du District 12 pourront enchaîner les séances à 11 heures, 14 h 30, 17 h 30 et 20 h 45 afin de suivre chronologiquement l'archère, Peeta et leurs amis pour renverser le président Snow. Les néophytes pourront découvrir l'adaptation des livres de Suzanne Collins qui a réuni près de 11 millions de spectateurs en France.

Samedi 15  
À partir de 11 heures  
CGR Colisée  
11 rue du Port  
Contact : 0 892 68 85 88  
Tarifs : de 6.50 à 18 euros



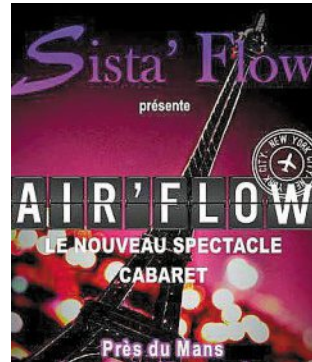
Mathurin Derel



### ■ « Le Dernier Appel »

Entre danses urbaines et danses traditionnelles oubliées, « Le Dernier Appel » réunit une équipe pluriethnique de danseurs kanaks, aborigènes et issus de l'immigration. Une réflexion forte sur l'héritage culturel colonial.

Mardi 18  
À 20 heures  
Les Quinconces  
4 place des Jacobins  
Contact : 02 43 50 21 50  
Tarifs : de 9 à 23 euros



### ■ « Air'Flow »

La troupe Sista'Flow présente son tout nouveau spectacle : « Air'Flow ». Dans le pur style du cabaret, les artistes invitent le public à un dîner spectacle dépayasant, drôle et fantasque. Embarquement immédiat !

Vendredi 14 et dimanche 16  
Domaine de la Blanchardière  
Route de l'Épau  
À Changé  
Contact : 02 43 84 83 97  
Tarifs : 56 euros (vendredi) et 30 euros (dimanche)

DU 08 AU 23 DÉCEMBRE 2018

PLACE DE LA RÉPUBLIQUE  
LE MANS, 48 EXPOSANTS

MÉTIER D'ART

SALON DES  
ARTISANS  
CRÉATEURS

ENTRÉE LIBRE DE 11H A 19H ET VENDREDI-SAMEDI DE 11H A 20H

DIMANCHE 16 DÉCEMBRE - 17h, église St-Liboire - LE MANS

Maïana & L'Odyssée Melody de Noël

GOSPEL 80 choristes

Chants traditionnels revisités

Plongez dans la magie de Noël !

Maïana Rosier, chanteuse et cheffe de chœur professionnelle, aura le plaisir de diriger les 80 choristes de l'Odyssée Melody pour un concert d'une grande intensité, empreint de spiritualité, rythmé et convivial. Au programme du Gospel et des chants de Noël revisités par des arrangements originaux... A ne pas manquer !

Ouverture des portes à 16h. Billetterie à la librairie Thuard, 24 rue de l'Etoile, et sur place le jour J, selon les disponibilités

Adultes : 10€. Enfants moins de 12 ans : 5€

Réservations à lamuzattitude.association@orange.fr et par SMS au 06 72 38 40 07



## CONCERTS

JEUDI 13

### Agar Agar à Allonnes

Dylan Rais



Le duo électro-pop composé de Clara et Armand vient envoûter les Sarthois avec la voix suave et rugissante de la chanteuse, accompagnée par les basses acides de leur tempo.

À 20 h 30  
Salle Jean Carnet  
5 boulevard d'Anjou à Allonnes  
Contact : 07 67 24 90 47  
Tarifs : de 15 à 19 euros

JEUDI 13

### Révision des « Standards »

Le trio de cuivre Journal Intime investit le Palais des Congrès pour dévoiler leurs dernières compositions aussi réjouissantes que sophistiquées. Les amateurs de jazz profiteront de leur univers électrisant qui dépoussière le genre avec brio.

À 20 heures  
Palais des Congrès  
Rue d'Arcole  
Contact : 02 43 43 59 59  
Tarifs : de 10 à 15 euros

VENREDI 14

### Doums & Nepal à l'Alambik

Le duo alliant flow et technique, Doums & Nepal, montrera son savoir-faire et défendra l'étiquette de futur poids lourd du rap français qui lui colle à la peau. Ils partageront l'affiche avec Alexinho, le petit prodige français du beat box, champion du monde en titre.

À 20 h 30  
L'Alambik  
Boulevard de la Fresnellerie  
Contact : 02 43 72 52 22  
Tarifs : de 14 à 18 euros

SAMEDI 15

### Rhoda Scott

L'organiste et chanteuse de jazz Rhoda Scott accompagnera le chœur de l'Université pour une soirée gospel.

À 20 h 30  
Église Sainte-Thérèse  
24 boulevard de la Fresnellerie  
Contact : 06 70 53 50 82  
Tarifs : de 12 à 25 euros

## CONCERTS (SUITE)

SAMEDI 15

### Bagarre et Corine ambientent l'Oasis

Gregory Guyot



La formation la plus fiévreuse de la scène française, Bagarre, montera sur la scène de l'Oasis pour faire tomber toutes les barrières de la musique. Dans cette même veine survoltée, la diva du disco Corine (photo) défendra le « girl power ».

À 20 heures  
L'Oasis  
2 avenue du Parc des Expositions  
Contact : 07 67 24 90 47  
Tarifs : de 15 à 19 euros

DIMANCHE 16

### Grand concert de Noël

L'église Saint-Aldric accueille entre ses murs 200 choristes qui célébreront les 200 ans de la mythique chanson « Douce nuit ». Le chant grégorien sera à l'honneur ainsi que les compositeurs allemands Britten et Praetorius.

À 14 h 30  
Église Saint-Aldric  
3 rue d'Isaac  
Contact : 02 43 81 50 49  
Tarif : 10 euros  
GRATUIT jusqu'à 10 ans

DIMANCHE 16

### Sacré quatuor

Pour la dernière représentation des concerts de la Visitation, le quatuor Girard rendra hommage à deux grands compositeurs : Schubert et Beethoven.

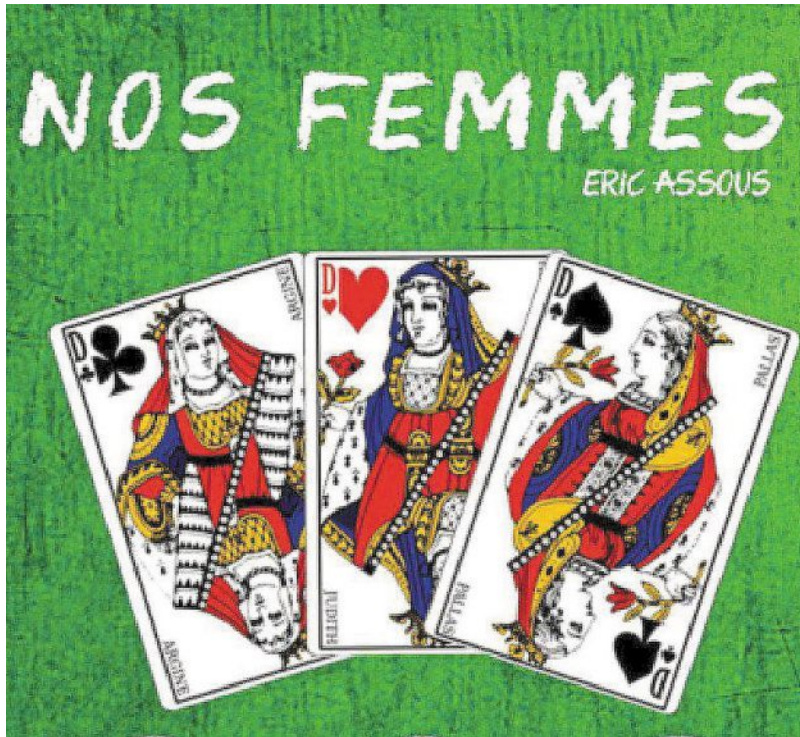
À 17 heures  
Église Saint-Benoît  
Place Saint-benoît  
GRATUIT

MARDI 18

### Les quatre saisons

L'orchestre national des Pays de la Loire investit Le Mans pour interpréter les quatre saisons de Vivaldi et la relecture de celles-ci par Astor Piazzolla.

À 20 h 30  
Palais des Congrès  
Rue d'Arcole  
Contact : 02 43 43 59 59  
Tarifs : de 15 à 26 euros



Philippe Corbé signe la mise en scène de l'adaptation « made in » Acthalia.

## Nos femmes

Le théâtre de l'Acthalia accueille une pièce drôle et touchante d'Éric Assous qui a déjà séduit la capitale.

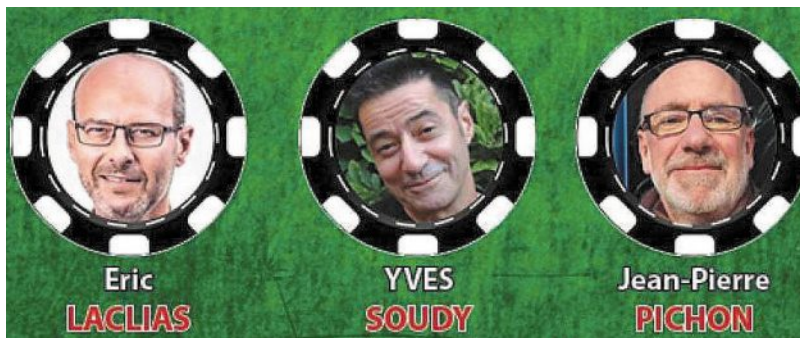
### Jusqu'au 23 décembre

Paul, Max et Simon forment un trio inséparable depuis de nombreuses années. Un beau jour, alors qu'ils se retrouvent tous chez Max, Simon arrive en retard mais surtout catastrophé... Sous le coup de la colère, il annonce avoir étouffé son épouse Estelle et demande à ses amis de monter avec lui un alibi en béton. Face à un dilemme entre amitié et justice, la soirée s'annonce riche en affrontements et surtout, certaines révélations vont exploser entre leurs mains...

Cette pièce, écrite par le dramaturge Éric Assous, a été mise en scène par

Philippe Corbé et les amis-maris seront interprétés par Yves Soudy, Jean-Pierre Pichon et Éric Laclias. Ils succéderont à Daniel Auteuil, Thierry Lhermitte et Richard Berry dans l'adaptation cinématographique de « Nos femmes » de Richard Berry, sortie en 2015. Pour les amateurs de comédies bien ciselées et rythmées, la pièce sera reprogrammée à l'Acthalia du 5 au 20 janvier prochain.

Les jeudi, vendredi et samedi à 21 heures  
Dimanche à 17 heures  
Théâtre de l'Acthalia  
105 Grande Rue  
Contact : 06 10 53 38 40  
Tarifs : de 12 à 15 euros



**PIL'VITE**  
La pile que vous cherchez est ici !

PILES  
ACCUS  
BATTERIES

AVI-8  
TIME INSTRUMENTS

Atelier  
d'horlogerie

• Montres Inotime / Casio / Beuchat  
Serge Blanco / Jazz / Lulu Castagnette  
Freegun / Trendy kiss / Trendy classic / Certus Go  
Q&Q / A VI-8 / Luxenter / Lee Cooper / All Blacks  
Nouveau ! Montres en bois Green Time (Vegan) ...

Des idées  
cadeaux  
pour Noël

C.C. Carrefour LE MANS • Tél. 02 43 72 12 53



## THÉÂTRE

**SAMEDI 15 ET DIMANCHE 16**  
**Jean-Paul Alègre au Passeur**



À partir de trois pièces de Jean-Paul Alègre, la compagnie Les Arts Maniaques a créé « Du purgatoire au paradis, on y va alègre... ment ! ». Le public fera la connaissance de personnages déjantés, de la Vierge en personne et même Saint-Pierre !

**Samedi à 20 h 30**  
**Dimanche à 17 heures**  
Théâtre du Passeur  
88 rue de la Rivière  
Contact : 02 43 76 65 82  
Tarifs : de 8 à 10 euros

**DU LUNDI 17 AU VENDREDI 21**

### « Issues »

Dans un centre pénitencier Boris propose à trois détenus d'écrire et jouer une version contemporaine de « Lysistrata » d'Aristophane. Lors des répétitions, un revirement de situation fera vriller l'histoire qui empruntera les chemins de l'improvisation avec une note fantasque sur fond de liberté. Avec « Issues », le Manceau Simon Le Moulec signe sa première mise en scène sur un texte de Samuel Gallet.

**Lundi et jeudi à 18 h 30**  
**Mercredi et vendredi à 20 h 30**  
**Mardi à 15 heures et 20 h 30**  
La Fonderie  
2 rue de la Fonderie  
Contact : 02 43 43 89 89  
Tarif : 9 euros

**MARDI 18**

### « Iliade »

La compagnie à Tire-d'aile reprend les légendaires aventures de l'Iliade d'Homère sur la scène universitaire d'EVE. L'adaptation de Pauline Bayle fait s'entremêler de nombreux destins mais aussi une nouvelle vision de l'humanisme, du monde et des faiblesses de l'homme.

**À 20 h 30**  
EVE - Scène universitaire  
Avenue Laënnec  
Contact : 02 43 83 27 70  
Tarifs : de 4 à 10 euros



Dans les airs ou sur l'eau, le Père Noël n'oubliera personne cette année encore.

## Noël au port #7

Les festivités seront de rigueur sur les bords de Sarthe. Le Père Noël y sera attendu dans l'après-midi.

### Samedi 15

J-10 avant le déballage des cadeaux. Pour donner un avant-goût de fête, le port du Mans se parera de mille feux pour un après-midi dans la bonne humeur. À partir de 16 heures, petits et grands sont attendus à la Capitainerie, quai Amiral Lalande, pour une septième édition rythmée par de nombreuses animations. La Compagnie Babouche sera présente pour proposer du maquillage à base de paillettes, la création de badge spéciaux pour Noël et des jeux en bois seront à la disposition des enfants. En marge, les plus grands pourront voguer sur la Sarthe lors d'une petite balade jusqu'aux Tanneries dans les embarcations électriques.

### La magie de Noël

À 17 h 30, une balade aux lampions musicale sur l'île aux Planches donnera une dimension féerique au parc

et sera la transition parfaite pour l'arrivée du Père Noël. En provenance de sa chère Laponie, il fera son apparition à bord de son superbe bateau-traîneau et ira à la rencontre des enfants avec quelques surprises dans sa hotte dont une prestation de l'école Quai de Scène. Pour les gourmands, quelques douceurs seront de mise avec des marrons ou pralines grillés mais aussi des dégustations d'huîtres de Jasnieres, à consommer évidemment avec modération, et l'indémontable vin chaud pour réchauffer l'ambiance. Deux foodtrucks seront aussi de la partie : l'Hambulant proposera des burgers et La Fourlotte fera découvrir les fouées : des galettes de pâte de pain à garnir.

**À partir de 16 heures**  
Port du Mans  
101 quai Amiral Lalande  
Contact : 02 43 80 56 62  
GRATUIT

## DÉDICACES

**VENDREDI 14 ET SAMEDI 15**  
**Laurent Gounelle et Jean Des Cars chez Doucet**

L'auteur de *L'homme qui voulait être heureux*, Laurent Gounelle, vient présenter son dernier opus *Je te promets la liberté* et échangera avec ses lecteurs ce vendredi. Le lendemain, c'est le spécialiste des têtes couronnées historiques, Jean Des Cars, qui révélera son ouvrage *Elisabeth II* au public.

**Vendredi à 17 h 30**  
**Samedi à 16 heures**  
Librairie Doucet  
66 avenue du Général de Gaulle  
Réservation : 02 43 24 43 20  
GRATUIT

**DIMANCHE 16**  
**Zerocalcare chez Bulle**



L'auteur de bande dessinée la plus populaire d'Italie, Zerocalcare, sera de passage à la librairie spécialisée Bulle. Il présentera le premier tome de son diptyque « Au-delà des décombres » dans lequel il explicite les conséquences de son succès avec humour. Il se prêtera au jeu des dédicaces avec les amateurs du style italien.

**De 15 à 18 heures**  
Librairie éphémère Bulle  
11 rue de la Barillerie  
Contact : 02 43 28 06 23  
GRATUIT

## MODE

**DIMANCHE 16**  
**Hélène Lajoinie à l'Épau**

La créatrice de robes de mariée Hélène Lajoinie présente sa collection 2019 à l'abbaye Royale de l'Épau. Pour l'occasion, elle sera entourée de nombreux artistes et créateurs locaux, notamment les chanteuses sarthoises HeuresMans et le ténor Mickaël Chapeau pour accompagner en musique le défilé de dentelles.

**À 15 h 30**  
Abbaye Royale de l'Épau  
Route de Changé à Yvré-l'Évêque  
Contact : 02 43 84 22 29  
Tarifs : de 3 à 5,50 euros

**DU 1<sup>ER</sup>**  
**AU 25**  
**DÉC.**  
**2018**

DANS LA FAMILLE  
**SHOPPING**

LES GRANDS  
ENFANTS  
de **NOËL**



**OUVERTURES**  
EXCEPTIONNELLES

**LES DIMANCHES**  
**9, 16 & 23**  
**DÉCEMBRE**

**30 MAGASINS & RESTAURANTS**

**KIABI**

**ELECTRO DEPOT**

**INTERSPORT**

**adidas outlet**

**Jardiland**

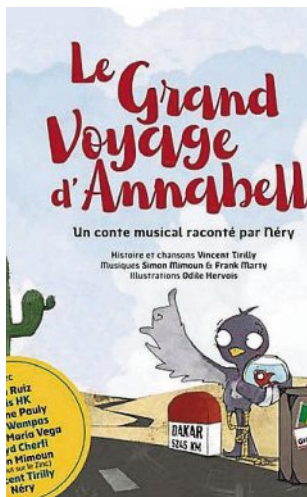
**Family village**  
Shopping à ciel ouvert





## CONTE

**SAMEDI 15**  
« Le grand voyage d'Annabelle »



Les petits manceaux sont invités à assister au conte musical « Le grand voyage d'Annabelle ». Annabelle, une jeune hirondelle née dans la vallée de Chevreuse, non loin de Paris, se casse une aile la veille de sa migration pour l'Afrique. Suite aux encouragements de Michel, un hérisson bienveillant, elle décide de rallier le Sénégal par ses propres moyens.

À 14 et 17 heures  
MLC Les Saulnières  
239 avenue Rhin-et-Danube  
Contact : 02 43 14 55 15  
À partir de 4 ans  
GRATUIT

## MUSIQUE

**DIMANCHE 16**  
« Gimmick »



La compagnie du Petit Monde présente « Gimmick », un spectacle musical pour les enfants à partir de six ans. Sitare, une petite guitare orpheline de son musicien se cherche. Sur son chemin, elle croise d'autres instruments qui, eux, se sont trouvés. Au fil de ces rencontres, la petite guitare s'accorde, s'enrichit et grandit...

À 15 et 17 heures  
MJC Ronceray - L'Alambik !  
Boulevard de la Fresnellerie  
Contact : 02 43 72 52 52  
À partir de six ans  
GRATUIT (sur réservation)

## CIRQUE

**DIMANCHE 16**  
Cabaret cirque

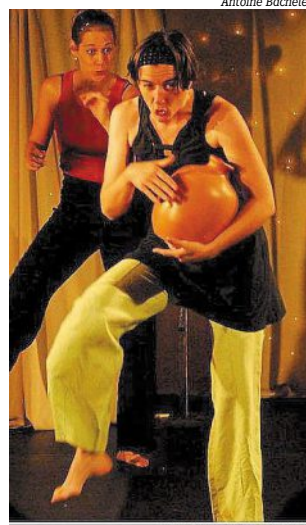


Dans le cadre du festival Noël prend ses quartiers, des artistes soutenus par la Cité du Cirque composent un cabaret unique, avec une diversité de numéros transportant le public dans l'univers enthousiasmant de la création circassienne. Au programme, manipulation d'objets, acrobatie, équilibres, portés, hula hoop... Le tout saupoudré de musiques.

À 11 et 15 heures  
EVE Scène universitaire  
Avenue René-Laënnec  
Contact : 02 43 47 36 52  
À partir de cinq ans  
GRATUIT (sur réservation)

## CONTE

**MARDI 18 ET MERCREDI 19**  
« Bou »



La compagnie les Pieds Bleus présente « Bou ». Ce conte pour les tout-petits, à partir de trois ans, se joue du langage, avec des mots inventés ou familier, comme pour mieux en approcher sa sensibilité, sa musicalité, son imaginaire et plus encore son universalité. À découvrir au théâtre de l'Écluse.

Mardi à 20 h 30  
Mercredi à 14 h 30 et 17 h 30  
Théâtre de l'Écluse  
47 rue des Acacias  
Contact : 02 43 24 70 24  
À partir de trois ans  
GRATUIT

## CONCERT

**MARDI 18**  
« Noël, ça vous chante »



Pour les petits et grands rêveurs, « Noël ça vous chante » est un voyage musical et clownesque proposé par trois déjantés romantiques qui concilient humour et sensibilité, tradition et révolution. Pépino, Truck et Fanch sont les lutins chargés de la cérémonie d'accueil du Père Noël. Réussiront-ils à faire venir le « grand patron » à La Bertoche ?

À 18 heures  
Maison de quartier les Bruyères  
1 rue de la Forêt  
Contact : 02 43 72 15 67  
À partir de 4 ans  
GRATUIT (sur réservation)

SPECTACLE POUR TOUTE LA FAMILLE

# LA MERVEILLEUSE Planète de Noël

TARIFS : ENFANT 7€ ADULTE 9€

SALLE des CONCERTS du MANS

02 43 23 04 21  
billetterie@lfproductions.fr  
www.lf-spectacles.com

**EN DÉCEMBRE**

MERCREDI 19 - 10H - 17H  
SAMEDI 22 - 14H30 - 17H

DIMANCHE 23 - 14H30 - 17H  
LUNDI 24 - 14H30  
JEUDI 27 - 14H30

## POUR VOS CADEAUX DE NOËL, PENSEZ ...

SUNRHEA Fitness Club

**100€ OFFERTS\*** sur la WINTER BOX

**4 MOIS D'ABONNEMENT PREMIUM+**

\*SANS ENGAGEMENT POUR SEULEMENT **149€** AU LIEU DE 249€

be strong

BeLimitless

LES MILLS HBX

6h - 23h - 7j/7

\*Voir conditions au club.

SUNRHEA LE MANS UNIVERSITÉ

02 43 42 14 28

4 Avenue Georges Auric - Le Mans

SUNRHEA Fitness Club



# Glamour de pied en cap

## EN IMAGES

### Le look parfait



Émilie Blossier de la boutique Madame a sélectionné deux tenues qui feront briller les Mancelles pour les fêtes de fin d'année. Ci-dessus : l'alliance jupe dorée plissée avec un top et des bottines. Ci-contre, la petite robe noire portefeuille et son liseré doré aux manches. À vous de jouer.

Les fêtes de fin d'années riment avec belles soirées et rien de tel que de briller en société sur tous les tableaux.

La maquilleuse professionnelle Émilie Fouquerey dévoile ses conseils pour un maquillage impeccable, pas à pas, quand dans sa boutique Madame, Émilie Blossier fait le tour des tendances pour éviter le fashion faux pas.

Madame  
3 rue de Paris  
Contact : 09 84 13 88 82

**Combichic.** La combinaison souple est le coup de cœur hivernal d'Émilie Blossier.



**Lysiane Tréguier**  
[lysiane.treguier@lemans.maville.com](mailto:lysiane.treguier@lemans.maville.com)

Dans sa boutique située rue de Paris, Émilie Blossier a trouvé un renouveau dans ce changement de carrière. Après sept ans passés dans l'administration, la Sarthoise a décidé de se consacrer pleinement à sa passion : la mode. Depuis juillet 2017, la responsable à la tête de son premier commerce fait appel à des marques françaises mais aussi à des griffes fabriquées en France et en Europe. « Environ toutes les trois semaines je me réapprovisionne avec des petites séries, plutôt que des collections, pour qu'il y ait toujours des nouveautés », explique Émilie Blossier. Cet hiver, la tendance revêt

un aspect vintage avec un retour dans les années 1970 et sa matière phare : le velours. « On peut le retrouver sous plusieurs formes dans notre dressing. Il peut être côtelé, formant de fines rayures à l'ancienne, ou lisse, qui amène un aspect plus contemporain. Toujours dans cette vague des « seventies », certaines formes de vêtements reviennent sur le devant de la scène comme les pantalons à pattes d'éléphant ou encore les superpositions de vêtements sur un col roulé », développe la spécialiste. À juste titre, cette époque a permis de faire la part belle aux combinaisons, un atout chic pour les soirées de réveillon. « Selon la forme et les matières, il faut faire attention

à la morphologie de celle qui la porte. Par exemple, avec un tissu souple et de l'amplitude, la combi en dentelle bleue (voir photo ci-dessus) peut plaire et aller à tout le monde. Certains modèles conviendront davantage à des personnes plus grandes ou plus élancées », ajoute Émilie Blossier.

### Les petits détails

Si les soirées festives peuvent être pailletées, celles-ci ne sont pourtant pas obligatoirement de rigueur. « Il y a des inconditionnelles de tout ce qui brille et pour elles, je conseillerai une jupe plissée « midi », c'est-à-dire mi-longue, dorée, à porter avec un haut noir à faire blouser. Pour celles qui jouent davan-

tage la carte de la sobriété, elles peuvent miser sur l'éternelle petite robe noire soit unie, soit avec un liseré argenté ou doré pour le rappel festif », expose la commerçante. Pour se chauffer, trois possibilités s'offrent aux modeuses : des bottes à talons, des derbies vernies ou des escarpins, le comble du chic. Ensuite, ce sont les petits détails qui viendront compléter la tenue. « Un joli bijou autour du cou ou une belle paire de boucles d'oreilles amènent des points de lumière, on reste dans le thème. Bien sûr, il faut accorder avec sa tenue : liseré argenté bijou couleur argent. Paillettes dorées parure accordée », conclut Émilie Blossier.

**L'ARLEQUIN**  
la fête

Parc Manceau  
LE MANS  
02 43 51 23 93

Les Hunaudières  
MULSANNE  
02 43 28 29 15

[www.arlequinlafete.com](http://www.arlequinlafete.com)

**envie**  
Nos valeurs redonnent de la valeur

**LAVAGE CUISSON FROID**

Envie Le Mans, Association Loi 1901 à but non lucratif favorisant l'insertion professionnelle depuis 1990

Directement sortis de nos ateliers de rénovation plus de 400 appareils pour un achat

**ECONOMIQUE . SOLIDAIRE . ECOLOGIQUE**

MAGASIN OUVERT À TOUS

10 route d'Allonnes - LE MANS - 02 43 50 32 32 [www.envie-maine.com](http://www.envie-maine.com) - f ENVIE MAINE  
Lundi 10h/12h-14h/18h - Du Mardi au Samedi 10h/12h-14h/18h30 (Ligne de bus T3 - arrêt M. Breguet)



# 6 étapes pour un make-up festif

Julie Marchand

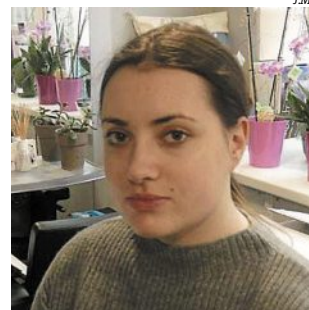
Pour faire un sans-faute le soir du réveillon, suivez les conseils des experts ! Dans ce tutoriel, Émilie Fouqueray, maquilleuse professionnelle indépendante, livre ses astuces pour un make-up sophistiqué et lumineux.



**Le Mans.** Amandine s'est prêtée au jeu de la séance photo pour ce tutoriel. Merci à elle !

## LES BASES

### Préparer la peau



**Étape 1.** La peau doit être parfaitement démaquillée et hydratée.

### Cours de maquillage

Émilie Fouqueray propose ses prestations dans toute la Sarthe. Pour apprendre à se mettre en valeur, elle organise également des séances « Beauty Night : paillette & brushing » tous les premiers vendredis du mois. Inscriptions au préalable via sa page Facebook « Les couleurs d'Émy ».

De 19 à 20 h 30  
L'Artisane  
Rue Montoise  
Contact : 06 10 94 33 82  
Tarifs : 21 euros  
www.lescouleursdemy.fr

## UN TEINT LUMINEUX

### Cacher et unifier

**Étape 2.** Travailler le teint, afin de l'unifier et cacher les imperfections, rougeurs et cernes. Pour cela, commencer par appliquer un fond de teint, puis l'anticerne. Enfin, fixer le tout à l'aide d'une poudre libre ou compacte.



## RÉCHAUFFER LE TEINT

### Le contouring

**Étape 3.** Cette technique permet de créer des ombres et des volumes. Pour la réussir, utiliser une poudre terre de soleil. Appliquer ensuite sur les pommettes un blush adapté à la teinte du rouge à lèvres choisi. Ici, Émilie a choisi du rosé. Enfin, un enlumineur (ou « highlighter ») viendra apporter une touche de lumière sur l'os des pommettes et les tempes.



## UN REGARD INTENSE ET SOPHISTIQUÉ

### Un dégradé simple

**Étape 4.** Émilie a choisi d'appliquer une couleur foncée à l'extérieur de la paupière, du noir, et une plus claire à l'intérieur, des paillettes argentées. À l'aide d'un pinceau, estomper les deux matières pour parvenir à un dégradé. Marquer le ras de cils avec la couleur foncée choisie. Puis appliquer un mascara noir afin de faire ressortir les cils.



## STRUCTURER LE VISAGE

### Les sourcils

**Étape 5.** Pour redessiner les sourcils, plusieurs options sont possibles : au fard, au crayon ou avec un mascara pour sourcils. Émy a sélectionné le fard, en prenant soin d'opter pour une teinte identique à la couleur des sourcils d'Amandine.



## TOUCHE ULTIME

### Une bouche glamour



**Étape 6.** Dessiner les lèvres à l'aide d'un crayon à lèvres puis appliquer un rouge à lèvres (mat ou brillant) ou un gloss. Émilie a opté pour un gloss couleur framboise. Vous voilà prête !

# UniCentre

Faites des rencontres sérieuses dans votre région



47<sup>e</sup> année  
d'expérience

## Ayez le cœur en fête !

UniCentre vous offre aujourd'hui, avec ses 47 années d'expérience et ses milliers d'adhérents, la possibilité de rencontrer celle ou celui que vous attendez.

Vous ne faites pas de rencontre ? Vous êtes déçu(e) de vos rencontres ? Contactez nous !

Consultez nos profils en ligne sur [www.UniCentre.eu](http://www.UniCentre.eu)

Contactez **Josiane LE ROY**  
votre conseillère UniCentre

02 43 77 22 22 / 06 08 63 60 92  
12 rue Gougéard 72000 LE MANS

A découper et renvoyer à l'adresse ci-dessus. Recevez gratuitement, sous pli discret notre documentation.

Nom .....  
Prénom .....  
Date de naissance .....  
 Célibataire  Veuf(ve)  Divorcé(e)/Séparé(e)  
Profession .....  
Adresse .....  
CP ..... Ville .....  
Téléphone .....  
Email .....

La loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978 vous donne un droit d'accès et de rectification aux données vous concernant.



## SA RECETTE

### Le Rustik



### Les ingrédients :

(Pour une personne)

- Pain type bun
- Salade
- Galette de pomme de terre
- Une à deux tranches de Re-frain (fromage sarthois)
- Bacon
- Oignons rouges
- Vinaigre balsamique
- Sauce au poivre

### La préparation :

- Commencer par émincer les oignons finement et les faire mariner dans un trait de vinaigre balsamique.
- Découper votre pain en deux et superposer les ingrédients à votre convenance.
- Saisir le steak à la cuisson de votre choix.
- Une fois tous les ingrédients disposés, recouvrir de l'autre moitié du bun.

Bon appétit !



# Un burger Hambulant

Lysiane Tréguier

Depuis le mois de mai, un nouveau foodtruck arpente le bitume avec à son volant et aux fourneaux, Léo Kervella. Le Sarthois âgé de 31 ans propose de la qualité et du fait maison dans ses burgers garnis de produits locaux. Il sillonne Le Mans et ses environs et propose également la privatisation de son foodtruck pour les événements.

Lundi : B2S 16 rue Xavier Bichat  
 Mardi midi : Mondial Assistance (proche karting Alain Prost)  
 Mardi soir : Saint-Pavace  
 Jeudi midi : Bricoman (lieu-dit La Fanière)  
 Jeudi soir : Carrefour City Boulevard Mutuel  
 Contact : 07 71 63 95 78



## SON PARCOURS

### Redirection

« La cuisine est un peu ancrée dans la famille. Mon père avait son propre restaurant La Table Cénomane et ma grand-mère a été la première à tenir les rênes du restaurant la Vieille Porte. Mais je ne me suis pas dirigé tout de suite vers cette branche. J'ai fait carrière dans l'animation, j'ai travaillé à la maison des jeunes de Yvré-l'Évêque et je faisais aussi de l'événementiel avec la Baraka Prod. C'est pendant des festivals que j'ai remarqué la queue qu'il y avait pour avoir à manger et à ce moment-là, j'ai eu l'idée du foodtruck. J'ai mûri le projet pendant un temps et après avoir réfléchi sérieusement toute une année, j'ai lancé l'Hambulant en mai dernier. »

## SA SPÉCIALITÉ

### Folie burger

« J'ai choisi de me tourner vers le burger parce que j'adore ça (rires). Quand je me suis mis sur le projet par coïncidence, à ce moment-là, au niveau des statistiques c'était le sandwich numéro 1. Ça m'a conforté dans mon idée. J'ai commencé cet été en proposant cinq burgers permanents et un autre qui change tous les mois. J'ai également pensé aux petits gourmands avec un burger « P'tit pirate » composé d'un steak, de cheddar, de la salade et une surprise du chef que je ne dévoilerais pas. Mon préféré parmi ceux que je mets à la carte est le « Rustik » (voir recette) qui compte une galette de pomme de terre que ma femme m'aide à préparer. »

## SES PRODUITS

### Filière locale

« C'était important pour moi de faire appel à des acteurs locaux pour me fournir en produits frais. Je n'ai pas de congélateur alors la qualité initiale est cruciale. Pour les viandes, je fais appel à la charcuterie Cosme et tous mes légumes proviennent du marché de producteurs de La Gaudine à Saint-Pavace, les fromages du Pis qui chante, de la ferme de Beaussay et du P'tit chèvre et enfin le pain est préparé par la boulangerie de Yvré-l'Évêque « Délices d'artisans ». Pour s'hydrater, j'ai sur la carte deux bières locales : la Septante-deux du Mans et la BioTerre brasserie, basée à Alençon. J'ai également des jus de fruits pomme-gingembre, qui sont en canette. »

## SA CARTE

### Saisonnalité

« J'aime travailler les beaux produits comme pour le « Seguin » qui allie fromage de chèvre, figue, miel et amandes effilées. Cet été je proposais le « Vador » composé d'un pain à l'encre de seiche, saumon fumé, aneth, concombre, carotte et feta. Avec la saison des fêtes, je vais pouvoir me faire plaisir avec le burger du mois. Je pense à du magret de canard et du foie gras pour décembre et en janvier, j'opterai davantage pour ce qui est fromager pour faire un clin d'œil à la tartiflette en incorporant du reblochon mais aussi à la raclette. Pour la suite, ma femme concocte de très bons nems et des acras délicieux, pourquoi pas les intégrer un jour à la carte. »

## BEAUX-ARTS - LOISIRS CRÉATIFS - ENCADREMENT

# CréAttitude



Trousse 24  
**PROMARKER**  
**44€95**



**29€99**



Machine de coupe  
**Mini Happy Cut by Artemio**

Selon stocks disponibles.

Crayons Couleurs  
**POLYCHROMOS x 36**  
**STUDIO BOX**

**49€90**



LE RÉSEAU BEAUX-ARTS LOISIRS - ENCADREMENT  
 CRÉÉ PAR VOS EXPERTS

Retrouvez notre brochure Noël sur [WWW.creattitudes.net](http://WWW.creattitudes.net)



Julie Marchand

## IL AIME

### La statue de l'Envol



« Je la trouve bien située sur l'île aux Planches. J'aime l'impression de liberté qui se dégage de cet édifice. Et puis, c'est quand même l'œuvre du créateur Paul Landowski, à l'origine du Christ rédempteur à Rio de Janeiro ! Je me suis rendu compte qu'elle avait été installée en 1920, on va bientôt fêter son centenaire. »

Rue Ampère

### Søstrene Grene



« J'adore l'atmosphère zen de cette enseigne. On s'y sent bien. J'aime y découvrir les objets, je suis souvent émerveillé par leur simplicité. Ça a l'air tout bête comme ça mais c'est hyper efficace ! »

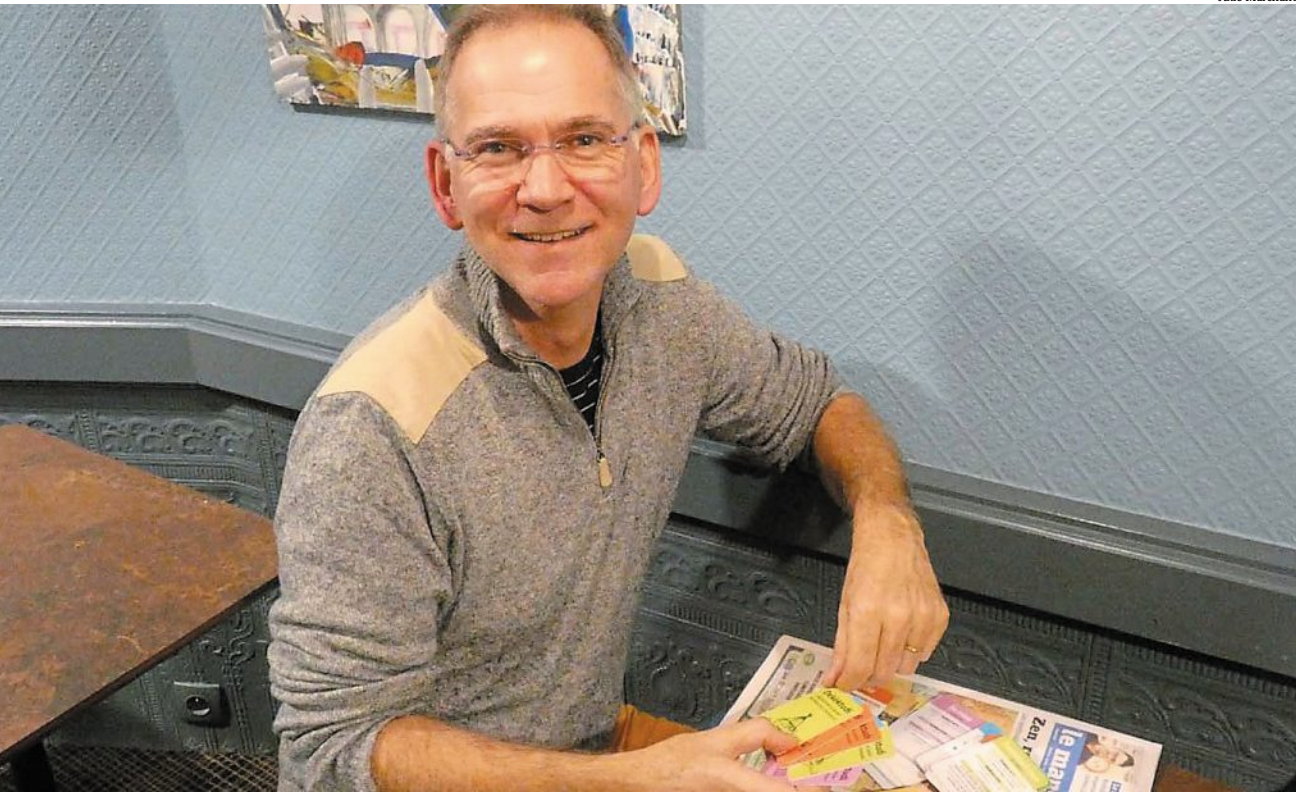
Centre commercial Jacobins  
13 Rue Claude Blondeau

### La Baraque à Bœuf



« Quand je vais dans ce restaurant, j'ai cette impression d'être invité chez quelqu'un ! J'apprécie ce côté maison particulière. C'est très agréable. En plus, la cuisine est excellente. »

11 place Saint-Pierre



Fabrice Louvet a entraîné sa famille et ses amis dans cette aventure. Son fils l'a notamment aidé à travailler la mécanique du jeu.

# Un jeu de société en patois

Le Manceau Fabrice Louvet a conçu Dekèktudi, un jeu de société ludique et pédagogique, qui teste vos connaissances du patois sarthois. Une bonne idée de cadeau à offrir pour les fêtes.

Julie Marchand  
julie.marchand@lemans.maville.com

La passion du jeu a commencé tôt pour Fabrice Louvet, directeur d'école de 54 ans. « Lorsque j'étais enfant, avec mes parents, on jouait souvent. J'essayais déjà de leur faire deviner des expressions en patois. J'ai toujours aimé la poésie de ces mots », raconte-t-il, un brin nostalgique. Aurait-il imaginé un jour créer Dekèktudi, un jeu de cartes à l'ADN Sarthois ? Tout commence il y a un an, lors du réveillon de la Saint-Sylvestre. « On aime bien faire des jeux de société entre amis. J'ai écrit des expressions en patois sur des bouts de papier et on s'est amusés à deviner leur sens. Ça a eu un gros succès pendant la soirée, ils étaient ravis de retrouver des mots de leur

enfance. J'ai eu un déclic à ce moment-là », raconte-t-il. L'idée fait son chemin et tout s'enchaîne rapidement en début d'année. La première version élaborée est plutôt artisanale. « J'ai plastifié les cartes moi-même ! », sourit le Manceau qui a fait tester le prototype à ses proches pour affiner son projet.

#### Le soutien de Serge Bertin

Fabrice Louvet regroupe ensuite une cinquantaine de mots en patois et se fait aider par le spécialiste du parler sarthois, en la personne de Serge Bertin. « Il était très emballé par le concept et m'a beaucoup encouragé », explique-t-il. « Il a relu et corrigé les définitions des termes. Je voulais que cela soit le plus juste possible », poursuit-il. Au final, près d'une année s'écoule, entre la quête d'un

éditeur puis d'un imprimeur, jusqu'à la parution de la version finale, en novembre dernier. Le principe du jeu est le suivant : il s'agit de deviner le sens du mot en patois dévoilé sur la carte piochée. Ainsi, parmi les expressions suivantes : « A cul réjouï », « cultonner » et « anuit » aux joueurs de trouver en premier la définition pour remporter le point. Sinon, ils disposent de plusieurs indices. Autre façon de procéder : avec un plateau. « Tous les joueurs jouent ensemble. L'idée, c'est d'aller au bout du « chemin de la connaissance », comme je l'appelle, en quinze cartes seulement », détaille le Manceau. Simple et efficace. Et la magie opère. Grâce à un bon bouche à oreille, le jeu est édité à 200 exemplaires, puis à 1000. « C'est ludique et ça réunit toutes les générations.

Il fait remonter des souvenirs aux aînés qui aiment partager ces anecdotes avec leurs petits-enfants », glisse Fabrice Louvet, qui envisage d'ores et déjà une seconde version dans les prochaines années. « J'attends cependant d'avoir des retours des gens après les fêtes. Il y aura peut-être des Dekèktudi sous le sapin cette année ! » espère-t-il. Les dés sont jetés.

#### Fiche technique

Prix : 10 euros

Nb d'exemplaires : 1000

Où le trouver : marchés de Noël à Yvré-l'Évêque le mercredi 12, samedi 15 à Saint-Mars-la-Brière, dimanche 16 à Savigné-l'Évêque, ou en envoyant un mail à [dekektudi@gmail.com](mailto:dekektudi@gmail.com)

**OUVERTURES EXCEPTIONNELLES**

**Dimanches 16 et 23 décembre**  
de 10h à 18h - non stop

**OUVERTURE NON STOP**

**DE VOTRE MAGASIN**  
du 24 au 30 décembre

mercredi, jeudi et vendredi de 10h à 19h  
lundi 24 décembre de 10h à 17h  
samedi 29 décembre de 9h30 à 19h30

**Conforama**

MEUBLE CANAPÉ LITERIE  
CUISINE DÉCORATION  
ÉLECTROMÉNAGER TV  
SON & MULTIMÉDIA

ZONE NORD  
**LE MANS**

EXPOSITION BLAKE ET MORTIMER

DU 25 NOVEMBRE 2018 AU 17 MARS 2019 • ABBAYE ROYALE DE L'ÉPAU

# LES MYSTÈRES DE L'ÉPAU



BLAKE ET MORTIMER

PLUS D'INFOS SUR [WWW.SARTHE.FR](http://WWW.SARTHE.FR)

Dessin : Peter van Dongen © Editions Blake & Mortimer  
/ Studio Jacobs (Dargaud-Lombard s.a.) 2018



# Testé pour vous... Le Body Balance

## ILS PRATIQUENT



Annick

72 ans

**J**assiste à ce cours depuis le lancement. Je pratique, à côté, d'autres activités sportives et le Body Balance complète bien. Je trouve qu'il y a des ressemblances avec le pilate. Il n'y a pas de souffrance pendant les séances, c'est doux et on se sent très zen à la fin du cours.



Bernard

70 ans

**S**elon moi, le Body Balance est beaucoup plus physique qu'il n'y paraît. Ce n'est pas un sport qui fait beaucoup monter le cœur mais malgré tout, ça permet de faire bien travailler les muscles. Je dirai que c'est un cours de gymnastique douce. Ça me détend, je me sens relaxé après une séance. C'est un sport qui permet de se sentir bien dans sa peau.



Laurence

53 ans

**J**e pratique le Body Balance cinq heures par semaine, plus pour le bien-être et pour la prévention des douleurs, et pas forcément pour le côté sportif. J'ai des problèmes de dos et des douleurs aux épaules : depuis que j'assiste aux cours, je sens une vraie évolution. De manière générale, je me sens mieux.



Julie Marchand

Le Body Balance est, comme son nom l'indique, une activité sportive douce qui vise à l'équilibre parfait entre le corps et l'esprit. Cette discipline, encore peu connue, a de multiples vertus : renforcement musculaire, mobilité, concentration et sensation de bien-être.

Alexandra Beauvoir, professeur de fitness au sein de Moving Express, nous présente ce sport qui s'inspire du yoga, du tai-chi et du pilates.

Le lundi à 10 h 45, mardi à 17 h 30, mercredi 12 h 30 et jeudi à 11 heures  
Moving Express  
1-3 rue du Port  
Contact : 02 43 23 43 23

### SON PARCOURS

#### Professeur de fitness

« Je suis diplômée d'un brevet d'État des métiers de la forme, depuis 2002 et j'enseigne le fitness. Cela va faire deux ans que je travaille au sein de Moving Express. Comme toutes les petites filles, je rêvais d'être danseuse... Mais mes parents n'étaient pas forcément d'accord avec cette voie (rires). Les carrières s'arrêtent rapidement dans ce milieu. Professeur de fitness était un bon compromis : je pouvais danser, et accéder à d'autres activités telles que la musculation ou la course à pied. Je pratique le Body Balance aussi bien dans le cadre professionnel que privé. J'aime bien faire ma séance le dimanche, quand je me sens tendue ! Je pratique des exercices afin de détendre les parties de mon corps crispées. C'est ma parenthèse bien-être. »

### LA DISCIPLINE

#### Sport doux

« Le Body Balance est un cours de fitness qui s'inspire de plusieurs sports. Stretching, tai-chi, yoga, pilates... On prend ce qu'il a de meilleur dans chaque discipline, en visant un objectif particulier. Par exemple, le yoga va s'avérer très intéressant dans certains cas, pour se renforcer ou s'assouplir. C'est un cours chorégraphié, qui a été créé par le groupe Les Mills. Les musiques imposées sont dans l'ensemble plutôt douces dans un cours de Body Balance, sauf parfois sur certains exercices où ça va être plus tonique. Sans être de la techno quand même ! Nos cours durent en moyenne 45 minutes. Concernant la tenue adéquate, la simplicité est de mise : on est pieds nus pendant la séance et les vêtements doivent être confortables. »

### LA SÉANCE

#### Assouplissement

« Un cours se divise en plusieurs phases. On débute par un échauffement avec des mouvements de tai-chi. Pour préparer les articulations et les muscles, on pratique « la salutation au soleil » suivie de plusieurs « poses de guerrier », des postures inspirées du yoga. On continue sur un travail d'équilibre et des exercices d'assouplissement pour lutter contre l'arthrose des hanches et l'immobilité du bassin, notamment. On renforce ensuite la ceinture abdominale avec des exercices inspirés du pilate et des mouvements de stretching pour la mobilité de la colonne vertébrale. Les rotations vont permettre de dénouer les tensions du dos. On assouplit également l'arrière des cuisses. Enfin, on termine par un moment de relaxation totale. »

### LES BIENFAITS

#### 120 pulsations

« Le Body Balance a de multiples bénéfices, aussi bien sur le corps que sur l'esprit. Il permet de se recentrer, faire une pause dans son quotidien. Chacun peut y trouver des bénéfices. Une personne sportive peut retrouver sa mobilité, chasser les tensions de son corps tandis que le débutant va réapprendre à bouger, travailler sur sa flexibilité, en réussissant à toucher le sol avec ses doigts par exemple. Ce n'est pas un cours passif, quand on tient une pose, comme celle de « la guerrière » basée sur le yoga, le cœur monte quand même jusqu'à 120 pulsations ! C'est la fréquence recommandée pour la perte de poids. Évidemment, on ne reste pas à cette fréquence cardiaque pendant 45 minutes mais c'est suffisant pour brûler des calories. »

**LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE  
À LA BRASSERIE DES JACOBINS**

Menu de Noël ✨  
**45€/personne**

Menu du Nouvel An ✨  
**60€/personne**

Avec soirée dansante et DJ de 23h à 2h

Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé. [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

Découvrez programmes et menus : [www.brasseriendesjacobins.com](http://www.brasseriendesjacobins.com)  
Réservations au 02 43 28 04 06 - 7, Place des Jacobins - 72000 Le Mans



OUVERT 7/7, À PARTIR DE 14H

**BOWLING du MANS**

LA FERTÉ BERNARD  
INTER BOWLING

VALABLE POUR 2 PARTIES AVEC LOCATION DES CHAUSSURES COMPRISE, POUR 2 ADULTES ET 2 ENFANTS (3 À 12 ANS) OU 1 ADULTE ET 3 ENFANTS

**PACK Family Découverte 25€**

CONTRE CE COUPON

56, BD CUGNOT LE MANS      AV. DUG. DE GAL LA FERTÉ-BERNARD  
**02 43 86 86 86**      **02 43 93 24 24**

Validité : tous les jours, jusqu'au 8 février 2019, sauf samedi et veille de jours fériés après 21h.

LE  
**FABULEUX**  
*Noël* **24h**  
**LE MANS**®

2 SESSIONS  
**KARTING**  
+ 2 SESSIONS  
**SIMULATEUR**

**35€\***  
au lieu de 48€



INFOS ET RÉSERVATIONS

**LEMANS-KARTING.COM**

Voir conditions sur le site. Offre valable jusqu'au 31/01/2019.



## Wandrille Poirot-Bourdain

Artiste autodidacte, Wandrille Poirot-Bourdain s'est replongé dans la peinture en prenant pour sujets des fruits et des légumes avant d'immortaliser des chevaux, souvenirs de son enfance. Le Manceau d'adoption expose depuis cinq ans et investit cette fois la librairie Thuard avec une quinzaine de toiles à admirer jusqu'au 29 décembre.



Lysiane Tréguier

Jusqu'au samedi 29 décembre  
Du lundi au samedi  
De 9 à 19 heures  
Librairie Thuard  
24 rue de l'Étoile  
Contact : 02 43 82 22 22



L.T.

### La librairie Thuard

« Je ne suis pas un grand lecteur mais je suis un mangeur de livres d'art et je sais que je serai très bien conseillé par les membres de l'équipe. Ma femme aime les polars et elle aussi sait qu'elle trouvera son bonheur chez Thuard. J'apprécie l'ambiance feutrée et le calme qui y règne. Tout est réuni pour savourer la littérature. »



L.T.

### La cathédrale Saint-Julien

« C'est un lieu que j'apprécie pour plusieurs raisons car il y a quelques années j'ai travaillé sur la repose des vitraux de la cathédrale. À l'époque, j'étais en apprentissage et ça a été une expérience extraordinaire sachant en plus que le bâtiment compte le vitrail le plus vieux du monde, celui représentant l'Ascension. J'adore aussi les sculptures qui se trouvent au niveau du porche sud et la façon dont elles sont mises en valeur par la lumière. J'ai visité les cathédrales de Rouen et de Paris, mais je préfère celle du Mans avec ses anges musiciens. »



L.T.

### Takayanagi

« C'est un lieu qui fait à la fois boutique car on peut y acheter du miso, c'est aussi un salon de thé pour déguster un bon thé vert et également un restaurant. Je recommande absolument le dessert yuzu-noisette... c'est une tuerie ! »



Archives L.T.

### L'Éclat de verre

« J'ai travaillé avec eux pour certains des cadres de mon exposition et j'ai trouvé leur équipe accueillante, sympathique et très professionnelle. Ils sont très à l'écoute de nos demandes et sont de très bons conseils lorsqu'on hésite. »

### L'abbaye Royale de l'Épau

« Le bâtiment en lui-même est magnifique, idem pour les jardins. L'abbaye Royale de l'Épau a quelque chose de particulier car c'est là-bas que notre histoire, avec mon épouse, a commencé lors d'une représentation d'« Ainsi parla Zarathoustra ». Nous aimons beaucoup le site et surtout, tout ce qui s'y passe pendant l'année. Récemment, on est allés voir l'exposition sur Blake & Mortimer et S.C.U.L.P.T. et on aime aussi assister aux concerts de jazz. C'est un vrai plus ces événements dans un tel cadre. »

L.T.



Pixabay

### L'Étrier Sarthois

« Nous sommes une famille de cavaliers, j'ai commencé à l'âge de cinq ans et lors de mon service militaire à Paris, je faisais partie de la garde républicaine montée. Mes filles avaient le même âge à leurs débuts. À l'Étrier sarthois, il y a une prise en compte du bien-être du cheval et du cavalier. Ils ont plusieurs manèges, une carrière et leur club house est idéalement placé car on peut garder un œil sur les enfants d'un côté et observer les parents de l'autre. Les chevaux sont vraiment bien traités et quand j'y vais, rien que de les apercevoir, je suis content. »

### Les adresses

**Cathédrale Saint-Julien**  
Place Saint-Michel

**Takayanagi**  
12 rue du Tertre

**L'abbaye Royale de l'Épau**  
Route de Changé  
à Yvré-l'Évêque

**L'Étrier Sarthois**  
Route de Tours

**Librairie Thuard**  
24 rue de l'Étoile

**L'Éclat de verre**  
7 avenue Louis Cordelet



## LA PHOTO DE LA SEMAINE

### « Le mangeur de lune »

François M.



Au cours d'une promenade qui s'est terminée au crépuscule François M. a « organisé » la lune au gré de supports rencontrés. Merci à lui pour cette photo croquante !

**Si vous aussi vous souhaitez publier votre photo, postez-la avec le mot-clé #lemansmaville ou envoyez-nous un mail à [redaction@lemansmaville.com](mailto:redaction@lemansmaville.com) !**

# My Web tv Sarthe

Lysiane Tréguier

C'est de ses nombreuses rencontres humaines dans le département qu'est né le projet de Milène Beury : My Web tv Sarthe.fr . « J'anime la rubrique « L'infiltrée du dimanche » pour LMTV et cela m'a permis de faire la connaissance de gens incroyables. Depuis 2014, j'ai fait évoluer cette chronique et lorsque je l'ai proposée dans un format plus court et rythmé, elle a eu du succès. À ce moment-là, je me suis dit que c'était le format idéal pour de la web tv », raconte la Sarthoise âgée de 26 ans qui s'est inspirée des courtes vidéos proposées par les médias Konbini et Brut. Avec pour mot d'ordre le collaboratif, My Web tv Sarthe se consacrera à de l'information positive avec notamment des portraits réalisés par Milène Beury et son équipe. « On a trois thématiques : la vie, le temps et les gens. Dans cette dernière catégorie, j'ai créé « Visages de Sarthois » où l'on revient sur le parcours de la personne. D'apprendre parfois toutes les épreuves qu'ils ont traversées cela ne peut que donner de l'espoir et c'est ce que je souhaite avec ce projet », sourit celle qui souhaite mettre en valeur les richesses du département aux



Milène Beury mûrit ce projet collaboratif depuis deux ans.

plus jeunes générations.

#### Sur tous les fronts

My Web tv Sarthe est présent sur les réseaux sociaux avec une volonté de diversifier ses contenus. « Le site contiendra nos vidéos, Instagram sera axé sur les images de balade, sur YouTube on dévoilera les coulisses de nos reportages avec des bonus par exemple et Twitter fera office de

relais », développe Milène Beury. Afin de faire participer les Sarthois, la Mancelle recherche des correspondants qui pourraient réaliser eux-mêmes des séquences vidéo avec leur téléphone après une formation au sein de l'association éponyme.

Site : [www.mywebtv sarthe.fr](http://www.mywebtv sarthe.fr)  
Instagram, Facebook : My Web tv Sarthe  
Twitter : @Sarthemy



# Vous serez sûr de faire plaisir à Noël !

## Promos, Conseils, Choix



**OUVERTURES EXCEPTIONNELLES**  
Lundi 17 décembre 14h à 19h  
Dimanche 23 décembre 14h30 à 18h  
Lundi 24 décembre 10h à 17h

36 rue de Carnac - 72190 **COULAINES** - 02 43 77 10 29 - [www.musicfrance.fr](http://www.musicfrance.fr)  
MAGASIN OUVERT : du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 19h  
Près du Troc ou Cash - Accès direct rocade - Lignes bus 11 et 15





## Le siège de la CCI (ancienne Bourse)

Ce somptueux édifice a été construit à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle et accueillait la Bourse du Mans.

Depuis février 1890, la Chambre de commerce et d'industrie (CCI) s'y est installée après avoir siégé dans les combles de l'ancien monastère de la Visitation pendant 34 ans. Le bâtiment a été réhabilité et agrandi en 1994 avec une partie moderne donnant sur le boulevard Levasseur. Visite guidée.

1 boulevard René Levasseur  
Contact : 02 43 21 00 00



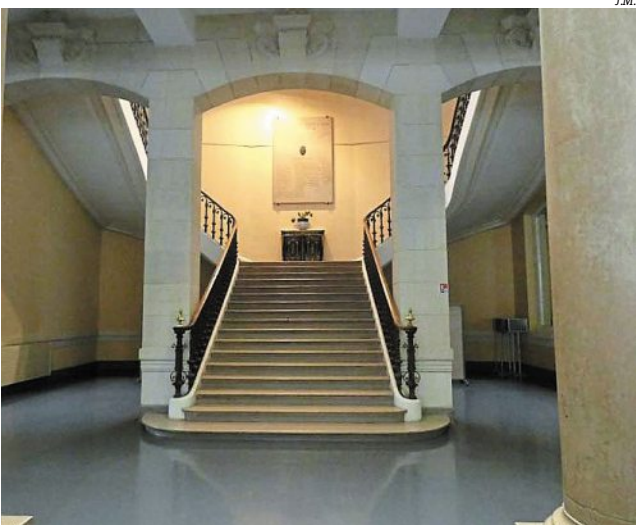
Verrière récente de la CCI.

### ÉVÈNEMENT

#### 1, 2, 3... Codez !

Du 19 au 20 janvier 2019, la CCI du Mans et l'Ensim organisent les « 24 Heures du code », pour les passionnés de programmation. L'objectif ? Par équipe de 2 à 5 personnes, les participants traiteront un problème complet en un temps limité. Tous les langages de programmation pourront être utilisés. Cet événement organisé dans une ambiance très conviviale est l'occasion de se confronter amicalement à d'autres développeurs ainsi que de voir différents langages et de partager des idées.

**De samedi 19 à 10 heures au dimanche 20 à 10 heures**  
Contact : 02 43 21 00 01



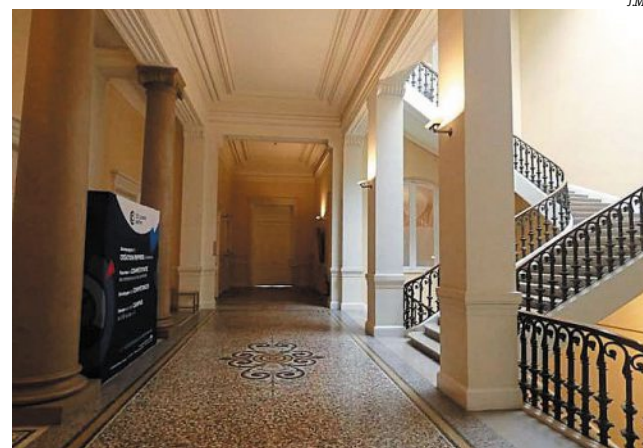
J.M.



J.M.



La Bourse, dans les années 30.



J.M.



J.M.



J.M.

Le hall d'accueil dans les années 30 et ce à quoi il ressemble aujourd'hui.

Le cadre solennel de la salle Veron du Verger. Les salons sont disponibles à la location. Informations sur le site de la CCI.



Lysiane Tréguier

## EN SAVOIR PLUS

### Approuvé par les parents



Manuela Khechini plonge les enfants dans un nouvel univers avec le kamishibai qui séduit aussi bien les petits que les grands. « Les parents sont souvent étonnés car le théâtre de papier est très peu connu en Europe et encore moins dans la Sarthe. Ils apprécient le fait qu'on fasse participer les petits pendant le spectacle. Par exemple dans « Le grand voyage d'Alice », on demande à un enfant d'incarner le temps de quelques répliques l'un des personnages et ils retournent s'asseoir avec un énorme sourire », confie la Mancelle qui enchaînera les spectacles lors de cette fin d'année avec son associée Kamin'Art.



Manuel Khechini anime les histoires en faisant défiler ses illustrations dans le butai.

## Le kamishibai pour les petits

Il y a quatre ans, Manuela Khechini, âgée de 41 ans, a découvert une nouvelle façon de raconter des histoires aux enfants par le biais du théâtre de papier japonais : le kamishibai.

**Lysiane Tréguier**  
lysiane.treguier@lemans.maville.com

**Quel a été votre parcours avant de vous lancer dans le kamishibai ?**

**Manuela Khechini :** Je suis assistante maternelle et j'adore être au contact des enfants. Il y a quatre ans, je faisais des recherches sur les différents moyens de raconter des histoires et je suis tombée par hasard sur le kamishibai. J'ai adoré ce concept de théâtraliser, j'ai commencé à écrire des histoires et les illustrer, alors j'ai fabriqué mon « butai », la structure en bois où l'on fait défiler les dessins. J'ai voulu passer à la vitesse supérieure pour pouvoir développer et faire profiter les petits. Je me suis associée à Kamin'Art qui pratique également sur Le Mans

et ensemble nous avons créé notre autoentreprise Kami-créa, en mars dernier.

**Qu'est-ce que le kamishibai ?**

Cela signifie « théâtre de papier » en japonais. Pour la petite histoire, c'est un art pratiqué en grande majorité par des hommes : ils accrochaient leur butai au vélo pour aller de village en village faire leur spectacle. Une fois en place, on fait défiler les planches pour avancer dans le conte et on peut ajouter des personnages mobiles que l'on fait bouger au bout d'une tige.

**Quelles sont les différentes étapes de création ?**

Une fois l'histoire écrite, je la « découpe » pour pouvoir réaliser environ 10 planches que j'illustre avec du papier, donc je m'attelle au découpage littéral et j'adore ça ! Ensuite,

il faut penser à la mise en scène car le kamishibai repose là-dessus : il faut théâtraliser l'histoire, sinon ce n'est qu'une histoire qu'on récite à haute voix. Puis, lorsque tout est au point, il faut penser aux costumes des différents personnages qui interviennent et à la musique qui est très présente. Nous sélectionnons uniquement des morceaux exempts de droits et, selon la scène, il faut que ça colle parfaitement à la situation ou au ressenti du personnage.

**Comment choisissez-vous les histoires ?**

Nous les inventons pour la plupart. Je ne reprends pas forcément des livres existants car bien sûr il y a des droits d'auteur à respecter. Nous utilisons parfois des noms de personnages célèbres mais ensuite rien ne se passe

comme dans le livre initial. On essaye de faire passer des messages ou d'apprendre des choses aux enfants. Par exemple, pour le spectacle « Le petit oiseau et le monde des couleurs » comme son nom l'indique, c'est pour se familiariser aux couleurs et celui que je suis en train d'écrire pour 2019, « Le petit renne au nez rouge », portera sur la différence et l'acceptation de l'autre.

**À qui s'adresse le kamishibai ?**

Aux enfants. Nous avons actuellement trois spectacles dont un est à destination des petits à partir de 12 mois jusqu'à cinq ans. Les deux autres sont à partir de cinq ans et jusqu'à dix ans. Notre but est d'entendre des « Waouh » quand ils entrent dans la pièce et de les entendre rire.

Site : [www.Kamicrea.com](http://www.Kamicrea.com)  
Facebook : Kamicrea : spectacle kamishibai pour enfants  
Contact : 06 05 41 21 79

### Les prochains spectacles

Samedi 15 à 16 heures  
Guinguette de la Gèmerie  
Rue de la Gèmerie  
À Armage  
Tarif : au chapeau

Dimanche 16 à 15 heures  
Salle des fêtes de La Guierche  
Rue Principale  
À La Guierche  
Tarif : au chapeau

Samedi 22 à 16 heures  
Sun Rock  
1 place Louis des Cars  
À Saint-Symphorien  
Tarif : au chapeau



22€ SHAMPOING BRUSHING + COUPE\*

32€ SHAMPOING BRUSHING-COUPÉ + COULEUR\* L'OREAL

42€ SHAMPOING BRUSHING-COUPÉ + COULEUR INOA\* L'OREAL

52€ SHAMPOING BRUSHING-COUPÉ + BALAYAGE\* L'OREAL



La coiffure à petits prix

[tchip.fr](http://tchip.fr)

Sans rendez-vous. Nos prix sont nets et sans suppléments. \*Prix maximum conseillés. 100% marques L'OREAL et KERASTASE. La marque Kérastase est disponible uniquement dans les salons TCHIP dépositaires de la marque. \*Prix sur cheveux courts. Avez-vous les cheveux courts ? OUI, si vos cheveux ne touchent pas les épaules. RCS PARIS - 424 327 492 00 338. Franchisé indépendant. Groupe VOG 900 salons.

24, rue Nationale - LE MANS - 02 43 24 72 88 - 6, place Raphaël Elizé - LE MANS Université - 09 72 66 39 18  
Du mardi au samedi de 9 h à 19 h

QUAND  
VOUS REFERMEZ  
UN **I-JOURNAL**  
UNE NOUVELLE VIE  
S'OUVRE À LUI.

---

EN TRIANT VOS JOURNAUX,  
MAGAZINES, CARNETS, ENVELOPPES,  
PROSPECTUS ET TOUS VOS AUTRES  
PAPIERS, VOUS AGISSEZ POUR UN MONDE  
PLUS DURABLE. DONNONS ENSEMBLE  
UNE NOUVELLE VIE À NOS PRODUITS.

[CONSIGNESDETRI.FR](http://CONSIGNESDETRI.FR)

---

**CITEO**

Le nouveau nom d'Eco-Emballages et Ecofolio



## URGENCES

### Les numéros

- Samu : 15
- Numéro d'appel européen : 112
- Police secours : 17
- Pompiers : 18
- Numéro d'appel pour les personnes sourdes et malentendantes : 114
- Accueil des sans-abri : 115

## VOS DÉMARCHES

### Mairie centrale

Place Saint Pierre  
02 43 47 47 47

### Mairie annexe de Pontlieue

Arrêt de tramway « Saint-Martin »  
02 43 47 38 84

### Préfecture de la Sarthe

Place Aristide Briand  
02 43 39 72 72

### Police municipale

02 43 47 40 17

### Objets trouvés

02 43 47 40 93

### Pharmacie de garde

Pour connaître la pharmacie de garde :  
Association d'Urgence des Pharmacies de la Sarthe  
Serveur vocal 24/24 h : 0825 12 03 04

## CULTURE

### Les bibliothèques

#### Médiathèque Louis-Aragon

54, rue du Port  
02 43 47 48 74

#### Médiathèque Sud

Boulevard Jean-Sébastien Bach  
02 43 47 40 23

#### Médiathèque de l'Espal

60-62, rue de l'Estérel  
02 43 47 39 97

#### Médiathèque des Saulnières

239, avenue Rhin-et-Danube  
02 43 14 55 20

#### Bibliothèque des Vergers

45, rue Thoré  
02 43 84 39 43

#### Bibliothèque Jean Moulin

23, rue Robert-Collet  
02 43 47 48 64

#### Bibliothèque pour tous :

##### Châteaubriand

Cours Châteaubriand  
02 43 78 15 70

##### Émeraude

29, avenue François-Mitterrand  
02 43 23 07 33

##### Les Bigarreux

Rue Raymond Persigan, bâtiment J  
06 20 73 26 53

##### Bibliothèque universitaire du Mans

Avenue Olivier Messiaen  
02 43 83 30 64

## LES MARCHÉS

### Pour remplir son panier !

#### Mardi

Place Édouard de la Boussinière : de 7 heures à 12 h 30  
Cité des Maillets : de 7 heures à 12 h 30

#### Mercredi

Place des Jacobins : de 7 heures à 12 h 30  
Place Henri Vaillant - Pontlieue : de 7 heures à 12 h 30

#### Jeudi

Parvis de la Gare Sud : de 11 heures à 20 heures  
Cité des Sablons : de 7 heures à 12 h 30  
Rue du Docteur Leroy : de 16 heures à 20 heures

#### Vendredi

Place Washington : de 7 heures à 12 h 30  
Place des Jacobins : de 7 heures à 17 h 30  
Centre commercial de Gazonfier (rue Marcel Proust) : de 16 à 20 heures

#### Samedi

Cité des Pins : de 7 heures à 12 h 30  
Pâtis Saint-Lazare : de 7 heures à 12 h 30  
Rue Hippolyte Lecornu : de 7 heures à 12 h 30  
La Butte : de 7 heures à 12 h 30  
Les Ardriers : de 7 heures à 12 h 30

#### Dimanche

Place des Jacobins : de 7 à 13 heures  
Place Henri Vaillant - Pontlieue : de 7 à 13 heures

## DÉCHETTERIES

### Le Mans

La Chauvinière, rue des Grandes-Courbes. Du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 18h et le samedi, de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h

Le Ribay, route de Beaugé. Le lundi, mardi et mercredi de 9h à 12h ; le jeudi et le vendredi de 14h à 18h et le samedi, de 9h à 12h et de 14h à 18h

### Champagné

Les Courtils. Le lundi, mardi et mercredi de 9h à 12h ; le jeudi et le vendredi de 14h à 18h et le samedi, de 9h à 12h et de 14h à 18h

### À Mulsanne

Rue de la Chesnaie. Le lundi, mardi et mercredi de 14h à 18h ; le jeudi et le vendredi de 9h à 12h et le samedi, de 9h à 12h et de 14h à 18h

### À Ruaudin

ZA de Bel-Air, rue Claude-Chappe. Le lundi, mardi et mercredi de 9h à 12h ; le jeudi et le vendredi de 14h à 18h et le samedi, de 9h à 12h et de 14h à 18h

### À Saint-Saturnin

Les Morinières. Le lundi, mardi et mercredi de 14h à 18h ; le jeudi et le vendredi de 9h à 12h et le samedi, de 9h à 12h et de 14h à 18h

### À Sargé-lès-Le Mans

10, rue des Noisetiers. Du lundi au samedi, de 9h à 12h et de 14h à 18h

Avoir un justificatif de domicile pour la première visite.  
Contact : 02 43 47 47 60

EHPAD BÉRENGÈRE

**Faire pétiller le quotidien.**

Solutions d'hébergement pour personnes seules ou en couple

**02 43 54 75 00**

1, Rue Saint-Bertrand - 72000 LE MANS  
www.emera.fr

Credit photo - iStock - RCS 399 751 452

**emera**

EHPAD



## MOTS FLÉCHÉS

Avec les sept lettres numérotées, reconstituez le mot à trouver.

1 2 3 4 5 6 7

ÉPOUSE INDIENNE	NON MILITAIRE	AIMANTA DOUCEMENT	FÊTE PARFOIS CLANDESTINE	MONNAIE DE SOFIA	CÉLÉBRER UNE DATE	FAIRE DES MARQUES
AVEC BRIO	JEUNE HOMME	LISTE		BOU-QUINERAI	CAPACITÉ	BRIQUES
	5					
CEUVRE À OUBLIER			FONCTIONNER AU RALENTI			
RENDRE MALE			STATUE			
				SINGE DE LÉGENDE	3	
				PARTAGER		
AUTEUR DU NOM DE LA ROSE	FUTUR HUISSIER		PROMPT À BOUGER			
	COURT ET SAUTE		BASE DE TIR			
		GARANTIE				MÉTAL DE MÉDAILLE
		ÉTOUFFE			2	CINOCHÉ
CADEAU ROYAL			POIDS MORT			ADVERBE
PETIT MÉDECIN			PAIN GREC			TRÈS OUVERTS
		FRINGUÉ		INSULAIRE		
	7	SCANDIUM DE CHIMISTE		CABO-CHARDE		
MET SUR UN SIÈGE				GLACÉ À L'INTÉRIEUR		
MARQUÉE					4	
				ÎLE QUI DONNE AUSSI LE TON		ENVOYÉ DANS L'AUTRE MONDE
INVITATION À POURSUIVRE	CLUB DE FOOTBALL		L'ARGON	GRAFFITI		MESURE ANGULAIRE
			SIEVERT SYMBOLISÉ	CONFER		UNE NOTE
			PIÈCE QU'ON AVAIT EN BOURSE			
				QUI A LE CŒUR BATTANT		
IL VOIT SOUVENT SA MAÎTRESSE						6

## MOTSMÉLANGÉS

Rayez dans le tableau les mots de la liste. Les lettres restantes forment le mot à trouver.

- |            |          |            |
|------------|----------|------------|
| ACETONE    | DEDUIRE  | RODEUR     |
| ACROBATE   | DISGRACE | RUMBA      |
| AGONIE     | DOUDOU   | SERIER     |
| AGRAIRE    | ECOINCON | SHORT      |
| AMATEUR    | EPELER   | SIECLE     |
| APHTE      | ETONNER  | SOUTERRAIN |
| ARIA       | FAITOUT  | SUAIRE     |
| ARMADA     | GENIE    | TIEDE      |
| ASEPSIE    | IDIOTIE  | TIEN       |
| ATTIRER    | LUCIDE   | TILLAC     |
| BIG-BANG   | MEETING  | TOURNEDOS  |
| CADRER     | ODORAT   | TRISAIÉUL  |
| COORDONNEE | OURSON   | VELOUTE    |
| CORTEGE    | RAIE     |            |
| DEBRIDE    | RECTA    |            |

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

## RONDE DES MOTS

Inscrivez quatorze mots dans le sens des aiguilles d'une montre autour des cases de définition correspondantes. La première lettre de chaque mot est indiquée par le triangle vert.

Exemple:

N	P	G	B	C	L	G
E	A					
LA FAUNE ET LA FLORE	ANCIENNE MONNAIE EN ESPAGNE	ELLE EST MEILLEURE AVEC DU FART	ÉTAT DE L'AMÉRIQUE DU SUD	DONNER DU PIMENT	DÉFENSEUR AU FOOTBALL	UN VRAI TAUDIS
R	T					
U						
CONDUIT POUR LES BESOINS	METTRE EN STATION VERTICALE	PRENDRE CONNAISSANCE DU BOUQUET	REVIENT SUR LE SUJET SANS ARRÊT	TOUS SENS INTERDITS	DIGNITAIRE TURC	DES CREUX ET DES BOSSES
T	G	T	I	E	N	I

## FUBUKI

Placez dans la grille les pions jaunes disposés sur la gauche, de façon à obtenir la somme indiquée à l'extrémité de chaque ligne et de chaque colonne.

MOYEN

2	8				
3	4				= 15
5		1			= 9
6					
7				9	= 21
=	=	=			
13	14	18			

## SOLUTIONS

**MOTS FLÉCHÉS**

Le mot à trouver est : VOYAGER.

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

**MOYEN**

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

**MOTS MÉLANGÉS**

Le mot à trouver est : PRESSER.

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

**FACILE**

13	14	18	
7	5	9	21
2	1	6	9
4	8	3	15

## SUDOKU

**FACILE**

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

## SUDOKU

**MOYEN**

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



## MOTS FLÉCHÉS

Avec les sept lettres numérotées, reconstituez un mot défini par : **parfait en son genre.**

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

LES DENTS DE L'AMAZONIE... FEMMES SEXY	BOUCHÉE FERME DANS LE MIDI	IMPOSTEUR QUI PEUT FAIRE ROUGIR	ORGANISATION PETROLIÈRE	GORGER DE CHLORO-PHYLLE	CALES EN FORME DE LETTRE VILLE NORMANDE	FRIMER CRITIQUANT
		3	ARRIVA AVANT FOURBERIE			7
APAISE				CRÉER UN ENNUJ JOUE DU BISTOURI		
FAMILLE DE L'ESCARGOT						C'EST COMME CELA ESPRIT
ÉTANG PRÈS DE SETE	CONTENT DE SON REPAS		CONTENU DE BALLON QUI N'EST PLUS TORS			
		OUVRIR LA FENÊTRE			ANCIENNE BELLE STUPÉFIANT	
DÉVIDOIR À SOIE	C'EST S'ENGAGER MÉLANGES DE FLOCONS			ROI SUR SCÈNE ACCUEILLI À BRAS OUVERTS		4
		CANARDS DOUILLETS IL EST MARIN D'ORIGINE	5		CORSE, PAR EXEMPLE	PASSES SOUS SILENCE
FACILITER LA GLISSE	PETIT AIR MEURTRIT LE FRUIT	AVOIR CHAUD		ARTICLE EMPEREUR		
			ET LA SUITE À QUEL ENDROIT ?		LETTRES DU MATIN	DONNE UN COUP DE FER
ANCIENNE MONNAIE D'ORIGINE ESPAGNOLE DAIS			CATACOMBE MARQUE UNE POSSESSION			
		SE PROMENA	6	DÉPLACE		2
POSTURE DE YOGA	1		DES DUNES À PERTE DE VUE		ARRIVÉS PAR LA MÈRE	

## MOTS MÉLANGÉS

Rayez dans le tableau les mots de la liste. Les lettres restantes forment un mot défini par : **non engagé.**

- |           |            |            |
|-----------|------------|------------|
| AOUTIEN   | ETRANGERE  | NIMBEE     |
| ASTRONEF  | FLEUVE     | NUBILE     |
| BAIE      | GEOGRAPHIE | OPERA      |
| CABILLAUD | GIRL       | QUINQUINA  |
| CANADAIR  | INDIRECT   | RAQUETTE   |
| CHAINER   | LAIC       | REFECTOIRE |
| CHARABIA  | LAOTIEN    | RELIEF     |
| CHOREGIE  | LEGION     | RENNAIS    |
| DEBINER   | LIBERE     | SAGACE     |
| EFFENDI   | LOCALISE   | TATILLON   |
| EGOISME   | MARIEE     | TETANOS    |
| EMISSAIRE | METEO      | TOUBIB     |
| ENCHANTE  | MINERAI    | VIGOUREUX  |
| ENNEIGE   | NARRER     |            |

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

## BLOCS-NOTES

Mémorisez les noms de jeux de cartes dans les blocs-notes 1, 2 et 3, puis cachez-les et trouvez les intrus dans le bloc-notes 4.

<b>1</b> CANASTA POKER RAMI 8 AMÉRICAIN	<b>2</b> BATAILLE NAIN JAUNE BELOTE TAROT	<b>3</b> RÉUSSITE WHIST BLACK JACK MANILLE	<b>4</b> NAIN JAUNE CRAPETTE CANASTA BRIDGE
---	---	--	---

## MEMORY

Observez les paires de pions identiques, cachez le dessin et complétez celui du bas.

J	O	K	I
M	I	J	A
O	A	M	K

	O		I
M		J	
	A		K

## JACKPOT

Trouvez les trois symboles qui apparaissent trois fois.

BAR BAR	★	🍌	💎	BAR BAR	£
🍒	7	★	£	★	BAR BAR
★	BAR BAR	🍌	BAR	🍒	★

BAR	🔔	\$	7	🍌	£
🍌	BAR	7	\$	7	BAR
🍌	💎	£	🍒	BAR	🔔

## SOLUTIONS

**LES CALCULETTES**  
27 - 13 = 28 : 2.  
La jaune divisée par la bleue = La rouge moins la verte =

**LES CALCULETTES**  
27 - 13 = 28 : 2.  
La jaune divisée par la bleue = La rouge moins la verte =

**LE JACKPOT**  
27 - 13 = 28 : 2.

**BLOCS-NOTES**  
Les intrus sont : CRAPETTE et BRIDGE.

**PARTIES D'ÉCHECS**  
CRAPELLE et BRIDGE.

**MOTS MÉLANGÉS**  
Le mot à trouver est : NAPTE.

**MEMORY**  
Le mot à trouver est : NAPTE.

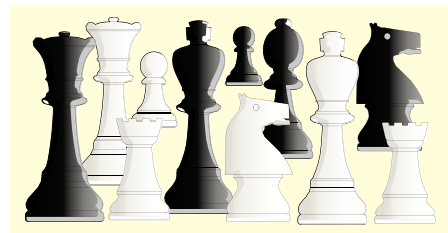
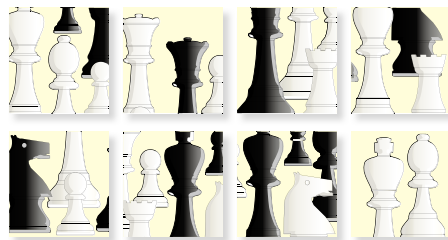
**MOTS FLÉCHÉS**  
Le mot à trouver est : SUBLIME.

**SUDOKU**

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

## PARTIES D'ÉCHECS

Trouvez les quatre détails qui ne sont pas extraits du dessin du bas.



## SUDOKU

DIFFICILE

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

# MATTALIA

Peinture & Décoration

Depuis 1973

# Déménagement

A partir du 8 décembre 2018



**54, rue Molière - LE MANS**  
(Près de Béner)