



## À table

Des petits plats dans les grands : tradition et parfums d'ailleurs

Page 12



## Boutique

L'épicerie de Fanny : du bio, du local et de saison

Page 13

# angers.maville.com

GRATUIT

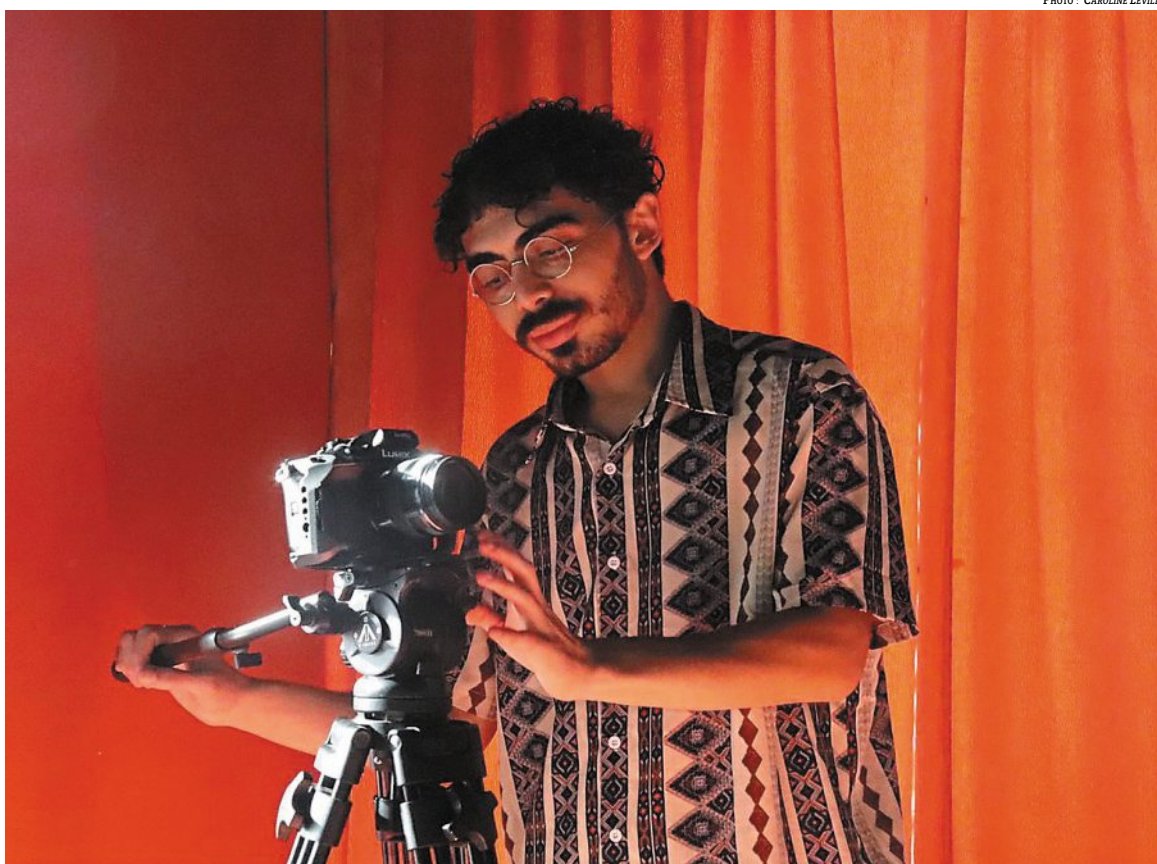
Sorties, loisirs, bons plans à Angers et dans l'agglomération

N° 343 du 18 au 24 janvier 2023

## Du scénario à la vidéo

Rencontre avec les passionnés de Court & 49.

PHOTO : CAROLINE LEVILLY



Comme Rian, formez-vous à l'écriture de scénarios, à la réalisation et au montage vidéo grâce à l'association de passionnés de cinéma. **P. 10 et 11**

## Théâtre

PHOTO : CIE L'AIR DE RIEN



L'histoire du criminel Billy Milligan au Champ de Bataille

Page 2

## Angers vu par

PHOTO : FABRICE FALANDRY



Emma Schaaff, comédienne et chanteuse

Page 16

**LA CAVERNE**  
DES PARTICULIERS

DÉCORATION  
ÉLECTROMÉNAGER  
LOISIRS CRÉATIFS  
INFORMATIQUE  
LIVRES/DVD  
SON/VIDÉO  
MEUBLES  
SALONS  
CUISINE  
LITERIE  
SPORT

NEUF / DESTOCKAGE / BROCANTE / OCCASION

**-20%**  
235€  
**188€**

FAUTEUIL  
LÉONI  
ROUILLE

**Soldes**

SUR PRODUITS NEUFS SIGNALÉS  
SELON STOCKS DISPONIBLES

STRUCTURE SAPIN  
ASSISE MOUSSE  
POLYURÉTHANE  
REVÊTEMENT TISSU  
MICROFIBRE 100%

**-20%**  
139€  
**111,20€**

MEUBLE TV  
RIVERSIDE

PANNEAU DE  
PARTICULES  
RECOURT D'UN  
PAPIER GAUFFRE  
124X40XH49CM

DU 11 JANVIER  
AU 7 FÉVRIER

**JUSQU'À  
-50%**

TABLE BASSE  
ALMATABAROGIG

LA CAVERNE ANGERS  
ZONE CARREFOUR ST-SERGE  
7 RUE VAUCANSON - 02 41 34 77 71

CHAISE SCANDINAVE  
VERTE, BLEUE GRISÉ  
OU TAUPE

**-40%**  
39,90€  
**23,94€**

BOIS DE  
BATEAU  
RECYCLÉ  
PIEDS MÉTAL  
Ø 65 X  
50 CM

**-50%**  
359€  
**179,50€**

PIEDS EN  
MÉTAL  
ASSISE  
TISSUS

**www.lacaverne.com**  
Facebook la Caverne Angers



## ÉPHÉMÉRIDE

**Nous fêtons...**

**Mercredi 18**

**Gwendal.** Ils sont enthousiastes et bienveillants.

**Jeudi 19**

**Marius.** Ils sont rêveurs, généreux.

**Vendredi 20**

**Bastien.** Ils sont indépendants.

**Samedi 21**

**Agnès.** Elles sont autonomes et énergiques.

**Dimanche 22**

**Vincent.** Ils ont le sens de la famille.

**Lundi 23**

**Emérance.** Elles sont audacieuses et séductrices.

**Mardi 24**

**Franck.** Ils sont déterminés.

**angers.maville.com**

4, bd Albert Blanchain – 49000 Angers  
redaction@angers.maville.com



Alice LABROUSSE  
Journaliste

02 41 44 78 74  
06 31 58 13 26

alice.labrousse@angers.maville.com



Katell MORIN  
Journaliste

02 41 44 78 81  
06 31 58 19 46

katell.morin@angers.maville.com

Distribution et publicité :

**ADDITI MEDIA**

Jacky COTTENCEAU

06 89 88 44 32

jacky.cottenceau@additi.fr

Site Internet :

**www.angers.maville.com**

SAS Loire Hebdo

4, boulevard Albert Blanchain – 49000 Angers

Directeur de la publication :

Matthieu Fuchs

Dépôt légal : à parution

N°ISSN : 2273-8444

Imprimerie Ouest-France - 10, rue du Breil

35051 Rennes Cedex 9

Tirage : 40 000 exemplaires

Toute reproduction d'un article (y compris partie de texte, graphique, photo) sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation expresse de la Direction de Ma Ville, est strictement interdite (article L122-4 du code de la propriété intellectuelle).

Imprimé sur du papier UPM produit en Allemagne à partir de 63% de fibres recyclées. Eutrophisation : 0.003kg/tonne.



Préservez notre environnement, ne pas jeter sur la voie publique

## INFOS PRATIQUES

**Les 19 et 20 janvier**

À 20 heures

Au théâtre du Champ de Bataille

10 rue du Champ de Bataille

02 41 72 00 94

contact@champdebataille.net

De 8 à 15 euros

Réservations sur :

www.champdebataille.net

# « Billy » ou l'homme aux 24 personnalités au théâtre

**La Cie L'Air de Rien porte sur scène l'incroyable histoire de Billy Milligan, un homme aux vingt-quatre personnalités qui a remué l'Amérique des années 70-80. Arrêté pour trois viols, il a été jugé non responsable de ses crimes. Seul sur scène, le comédien Julien Cheray-Groleau nous raconte la vie tourmentée et emplie de rebondissements de cet homme.**

**Tout d'abord, pouvez-vous nous parler de Billy Milligan ?**

Il est né en 1955 dans une famille plutôt pauvre, avec un père alcoolique et une mère pas très aidante. Il a eu une vie sombre. Billy Milligan avait 24 personnalités, du petit enfant de trois ans sourd à Arthur, dandy britannique, en passant par Ragen, yougoslave expert en karaté, Christine et David, des enfants, Samuel, un juif alors que Billy Milligan était athée... Il a été arrêté après avoir commis trois viols d'étudiants. Tout l'accusait sauf qu'en prison, on a commencé à voir que quelque chose n'était pas normal dans son comportement. On a détecté qu'il souffrait d'un syndrome de personnalités multiples. Tout l'enjeu du procès était de faire reconnaître cette maladie et de montrer qu'il n'était pas responsable véritablement, ce qui a créé une polémique dans l'Amérique puritaine des années 70-80. La question était : est-ce qu'on le considère malade ou est-ce qu'on l'exécute ? Le jury l'a considéré malade. L'auteur Daniel Keyes s'est intéressé à lui et l'a rencontré avec ses différentes personnalités pendant 8 mois en prison. Le livre s'intitule « Les mille et une vies de Billy Milligan ». Je ne l'aborde pas dans le spectacle mais Billy Milligan a vécu des histoires hallucinantes : il s'est engagé dans l'armée puis a été remercié, il est allé aux quatre coins du pays...

**Sa vie a aussi inspiré le film**

« Split ». Qu'est-ce qui vous a donné envie d'adapter son histoire au théâtre ?

Guy Pauzet est le metteur en scène du spectacle. Il avait lu le livre de Daniel Keyes et l'avait déjà adapté en pièce de théâtre. De mon côté, j'ai été comédien de 1999 à 2006 avant de devenir charpentier puis d'arrêter en 2020. Le théâtre me rattrapait alors j'ai envoyé une bouteille à la mer à des contacts et Guy est revenu vers moi en me parlant de ce



Julien Cheray-Groleau interprète cette histoire seul sur scène.

PHOTO : CIE L'AIR DE RIEN

projet. J'ai lu le livre que j'ai trouvé hallucinant. C'est une source théâtrale assez folle. J'ai lu ensuite l'adaptation de Guy et j'ai trouvé ça vraiment bien. Comme Guy est directeur d'un centre social en parallèle, on s'est retrouvés sur les temps qui étaient possibles pour lui, pendant environ un an. On voulait que ce soit un spectacle tout terrain et on a fait la première le 14 octobre 2021, dans le cadre du festival Court-circuit à Gennes.

**Y a-t-il un fait ou un « habitant » qui vous a particulièrement marqué chez Billy Milligan ?**

Je dirais que c'est Billy Milligan de manière générale qui m'a marqué. Il s'est fait submerger avec toutes ses personnalités toutes plus marquantes les unes que les autres mais aucune ne m'a touché plus qu'une autre.

Parfois, ses personnalités surgissent parce qu'il y a une nécessité de sauver Billy et il y a aussi des leaders parmi ses personnalités : Ragen sort par exemple dès que Billy est en danger ; Arthur, le plus intelligent de tous, est celui qui sort le plus souvent... Et puis il y a aussi les personnalités indésirables qui arrivent et mettent un bazar monumental dans toute cette organisation...

**Quelle forme prend ce spectacle et comment incarnez-vous ses différentes personnalités sur scène ?**

On est sur une forme de conte avec un narrateur. Le spectacle dure 1 h 30 et adapté aux jeunes à partir de 12 ans. Il y a vraiment un travail autour du corps et il n'y a pas de 4<sup>e</sup> mur, on est en lien avec le public.

Chacun des personnages est très écrit physiquement et

chaque changement de personnage l'est aussi. Le public voit les personnalités évoluer chez Billy et comprend au fur et à mesure à quel moment intervient le changement.

Ce spectacle est adapté librement de la vie de Billy Milligan : nous sommes allés chercher dans toutes les infos qu'on pouvait trouver sur lui, dans ses peintures puisqu'une de ses personnalités était peintre... On s'est emparé de cette histoire extraordinaire à notre sauce : on a par exemple inventé le personnage de Cornelia Turner à partir de deux personnes existantes pour simplifier l'histoire. Dans le spectacle, on la présente comme la personne qui a cru Billy alors qu'il s'avère qu'il y en a eu plusieurs. On raconte vraiment les débuts de la vie de Billy et on s'arrête peu de temps après le procès. Notre objectif est de faire découvrir cette histoire extraordinaire tout en rappelant aussi que c'était un être humain (Billy Milligan est décédé en 2014, NDLR).

**Avez-vous été confronté à des difficultés ou des questionnements en portant cette histoire sur scène ?**

En Europe, ce syndrome n'est pas validé sous cette forme-là chez les psys. Nous, on a fait le choix de croire en l'histoire de Billy. On peut dire que ce gars-là est un salaud et a bousillé la vie de trois femmes en les violant. Et en même temps, les monstres n'existent pas, c'est la société qui les construit. Avec Guy, on a eu un gros débat sur quelle place on laisserait à cette horreur qu'il a faite. Et on a fait le choix de passer assez vite sur ces 3 viols. On s'est dit que si on s'y arrêtait, on perdrait notre cœur de

sujet.

**Vous commencez tout juste à présenter ce spectacle en salle après l'avoir joué plusieurs fois chez l'habitant ou dans des lieux alternatifs. Pourquoi seulement maintenant ?**

Après les confinements et avec mon retour au théâtre, je me suis dit que peut-être le mieux était d'aller directement à la rencontre des gens. J'ai retrouvé un réel plaisir à partager des choses vraies avec eux. À la fin du spectacle, on discute et j'ai eu des échanges très intéressants. J'ai fait venir des professionnels qui m'ont dit que ce serait intéressant de programmer le spectacle en salle donc nous sommes en train de travailler à lui donner cet écran lumineux avec une création lumière. Plus tard, nous retravaillerons sans doute la scénographie et en parallèle, le spectacle continuera à vivre en forme tout terrain.

**Quels sont les prochains rendez-vous avec ce spectacle ?**

La saison chez l'habitant va recommencer, nous avons des spectacles programmés en mars et en avril. Pour les représentations en salle, ça dépendra de ce qui se passe au Champ de Bataille ! Avec Aurélie Groleau, comédienne et danseuse, nous sommes deux dans la Cie L'Air de Rien. Nous avons d'autres spectacles en parallèle dont « La baignoire révolutionnaire », un petit duo qu'on aime jouer chez les habitants et « Virevolte », inspiré d'une nouvelle de science-fiction qu'on joue tous les deux avec DJ Spok.

**Katell Morin**

katell.morin@angers.maville.com



# Clara Luciani à l'Arena Loire

Après le succès de son premier album, encensé par la critique, Clara Luciani, couronnée successivement par deux Victoires de la Musique, a sorti son dernier album «Cœur». Comme en atteste le premier titre « Le Reste », cet album est une ode au déconfinement, résolument chic et dansant.

**À 20h**  
**Arena Loire**  
**131 rue Ferdinand Vest**  
**Trélazé**  
**COMPLET (De 36 à 55 euros)**  
**Infos sur [www.arenaloiretrelaze.fr](http://www.arenaloiretrelaze.fr)**



PHOTO : CLARA LUCIANI

## Le firmament



PHOTO : VICTOR TONELLI

1759 en Angleterre, alors que la comète de Halley s'apprête à traverser le ciel, un jury populaire composé de douze femmes doit décider du sort de Sally Poppy, domestique reconnue coupable du meurtre abominable d'une fillette, dont le châtiment – la pendaison – pourrait être revu suite à l'annonce de sa grossesse. Un drame haletant à l'humour corrosif.

**À 20h les 25 et 26 janvier**  
**Le Quai**  
**Cale de la Savatte**  
**De 5 à 25 euros**  
**Infos sur [lequai-angers.eu](http://lequai-angers.eu)**

## Bad bad bird + Les Wampas

Alors que le dernier opus des Wampas, « Tempête, tempête », tente de battre les records de ventes réalisés jadis par Louise Attaque et Manu Chao (pour pouvoir partir en vacances au moins jusqu'à Pâques et au moins jusqu'au Congo), rappelons à toutes fins utiles que « Didier Wampas est le roi ». Mais de quoi ? D'un certain franc parler (« Chirac en prison », un poil plus subversif qu'une pub pour Optic 2000), des crêtes punks encore en érection après presque 40 années passées au service d'un rock'n'roll sans fautes de goût, ou encore le roi d'un groupe aux titres d'albums souvent mémorables (« Les Wampas sont la preuve que Dieu existe »), pour qui ce même rock'n'roll, grâce à des concerts systématiquement incendiaires, ne se résume pas à une simple posture. Bref, « les Wampas vous aiment ». Et vice versa. En première partie, découvrez le groupe Bad bad bird.

**À 20h30**  
**Vendredi 27 janvier**



les Wampas.

PHOTO : YOURI LENQUETTE

**22 euros carte chabada**  
**25 euros en prévente**  
**28 euros sur place**  
**Infos sur [lechabada.com](http://lechabada.com)**

## Monarch aux Folies angevines



PHOTO : MONARCH / FOLIES ANGEVINES

Monarch est un beatmaker, DJ et Rappeur d'Angers. On a pu le retrouver sur plusieurs projets, en tant que co-DA sur le projet Le Onze, ou encore co-créateur du Chroma Festival. Son style se définit par de nombreuses influences, sa volonté étant de ne pas évoluer sous la contrainte de limites de genres ou des frontières musicales.

**À 22h15**  
**Vendredi 27 janvier**  
**6 avenue Montaigne**  
**3 euros**  
**Infos sur [www.billetweb.fr/monarch](http://www.billetweb.fr/monarch)**

## Le festival Premiers Plans



PHOTO : PREMIERS PLANS 2023

La 35<sup>e</sup> édition du Festival Premiers Plans se tiendra du 21 au 29 janvier. Chaque hiver, le Festival Premiers Plans d'Angers rassemble plus de 70 000 personnes autour d'une passion commune : le cinéma. Ce rendez-vous hivernal culte vise à mettre en avant les jeunes réalisateurs européens méconnus auprès du grand public.

**Programme à découvrir sur : <https://www.premiersplans.org/festival/>**

**MAISON VERRON**  
 MEUBLE - LITERIE - OBJET  
*Votre intérieur par nature !*  
 8 Rte de St. Laurent  
 02 41 78 02 08  
 49290 CHALONNES/LOIRE  
[contact@maison-verron.com](mailto:contact@maison-verron.com)

Du 11 Janvier  
au 7 Février  
**SOLDES**  
 jusqu'à  
**-50%\***

[www.maison-verron.com](http://www.maison-verron.com)



## CONCERTS

Vendredi 20 janvier

**El Iota + Giz & Dubbaya**

L'Angevin El Iota a sorti son premier projet « Longue est la route » en 2022. Il prépare activement son retour. Surveillez le ciel et les sismographes. Sensibilisé à l'essence même de ce vaste monde en perdition, Giz vous souhaite la bienvenue dans son cocon dub sans faux semblant. Proche de la réalité, le constat est sincèrement engagé et les rythmes en effervescence. L'apothicaire se fraye un passage en se façonnant naturellement de ce qu'il l'entoure, ce projet est donc sculpté et intégralement poli par le compositeur Dubbaya, son machiniste et bras droit sur scène comme dans la vie. Le concert sera suivi d'un DJ set de Red Strike. Soirée co-organisée par Le Héron Carré et le Joker's pub.

À 20h45  
Joker's pub  
32 rue Saint-Laud  
5 euros  
Infos sur [jokerspubangers.com](https://jokerspubangers.com)

Jeudi 26 janvier

**Yidjam**

Surnaturelle, la voix dédoublée du chanteur diphonique de Mongolie Dalai s'élève et s'entrelace, avec celle, presque humaine, de sa vièle à tête de cheval. Ensorceluse, Jiang Nan fait rugir les sonorités fauves de la cithare guzheng et chante un blues du Fleuve bleu. Un spectacle animé par l'impétuosité des vents des steppes.

À 18h30  
Joker's pub  
32 rue Saint-Laud  
gratuit sur réservation  
Infos sur [jokerspubangers.com](https://jokerspubangers.com)

Vendredi 27 janvier

**Kitch + Cucamaras**

Le groupe de Villeurbanne KITCH sort en 2018 un premier projet sous haute tension baptisé "Henger". KITCH revient en 2020 avec une nouvelle odyssée sonore, un second album intitulé "Calame" où riffs et mélodies s'entremêlent dans un univers bien à eux. Puis en 2022 avec leur dernier album "New Strife Lands". Le premier EP «Soft Soap» du groupe Cucamaras basé en Angleterre, est un mélange féroce de quatre morceaux qui réussit à marier le punk épuré avec l'agressivité du rock garage DIY.

À 20h15  
Joker's pub  
7,50 euros en prévente  
9,50 euros sur place  
Infos sur [jokerspubangers.com](https://jokerspubangers.com)

## Mike et Riké aux Folies



PHOTO : MIKE ET RIKE

Dimanche 22 janvier

Ces deux-là ont écumé les scènes et festivals de France pendant 30 ans, connu l'énorme succès du tube «Tout le bonheur du monde» et vécu 1000 aventures avec Sinsémilia.

Dans ce spectacle musical inclassable et atypique, ils vous invitent à vous plonger avec eux dans les souvenirs souvent drôles et parfois émouvants de leur folle aventure.

Fans de Sinsémilia ou pas, le voyage peut commencer et il va vous surprendre !

À 20h  
Les Folies Angevines  
6 avenue Montaigne  
Angers  
20 euros  
Infos sur : <https://foliesangevines.fr/>  
ou  
<https://www.facebook.com/MIKEetRIKE/>



PHOTO : MIKE ET RIKE

## SUITE

Mercredi 1<sup>er</sup> février**Delphine Dora**

Delphine Dora est une musicienne, compositrice, improvisatrice de France. Pianiste et vocaliste autodidacte, sa musique semi-spontanée s'est enrichie de nouvelles sonorités au fil des années, avec notamment un intérêt pour le travail de l'orgue d'église, le synthétiseur modulaire et les enregistrements de terrain. La voix est également l'un de ses instruments privilégiés : mise en voix et musique de textes et poèmes, esquisses ancestrales chantées dans une langue imaginaire, travail vocal en relation à l'espace...

À 19h  
Musée des Beaux-Arts  
14 rue du Musée  
Entrée libre  
Infos sur [lehabada.com](https://lehabada.com)

Jeudi 2 février

**KEG**

Attention, OVNI ! KEG est un groupe de sept jeunes musiciens anglais déjantés (ok, pléonasme !) qui joue un post-punk augmenté d'un trombone qui lui donne des airs de funksters no-wave. Imaginez par exemple Viagra Boys ou Crows qui fricoterait avec nos Des Lions Pour Des Lions, et vous aurez une petite idée de la tornade de folie qui vous attend. Tendue, extatique, surprenante, la musique des Anglais est un véritable rouleau-compresseur qui écrase toute velléité de résistance.

À 21h  
Le Chabada  
56 boulevard du Doyenné  
7 euros  
Infos sur [lehabada.com](https://lehabada.com)

Vendredi 3 février

**Mademoiselle K**

Arrivée sur la scène rock au début des années 2000, Mademoiselle K sort un premier album «Ça Me Vexe» qui l'impose déjà. Le deuxième, «Jamais la paix», est nommé aux Victoires de la musique comme meilleur album de rock, en 2009. Après «Jouer dehors», elle décide de sortir un album anglais «Hungry Dirt Baby». Après Sous les brûlures, l'Incandescence Intacte, Mademoiselle K ressort en vinyle son premier album «Ça Me Vexe» et retrouvait, pour l'occasion, ses musiciens d'origine.

À 20h30  
Le Chabada  
56 boulevard du Doyenné  
23 euros carte chabada  
28 euros en prévente  
Infos sur [lehabada.com](https://lehabada.com)

En accord avec le Groupe Entourage et Opus Productions, Les Productions Fascinantes présentent

# MES5MER

## HYPERSENSORIEL 2.0

UNE EXPÉRIENCE HORS DU COMMUN!

**[LES DERNIÈRES!]**

# AMPHITÉA

## ANGERS

**12 FÉVRIER 2023 - 16H**

Infos et réservations sur [spectacles.fr](https://spectacles.fr)

[MES5MEROFFICIEL.COM](https://MES5MEROFFICIEL.COM)

UNIVERSITÉ CATHOLIQUE DE L'OUEST | ANGERS

JOURNÉE  
PORTES  
OUVERTES

28 JANV.  
9h30-17h



ANGERS



ANGERS  
UNIVERSITÉ  
CATHOLIQUE DE L'OUEST

3 place André Leroy - Angers  
comm@uco.fr | 02 41 81 66 00

Programme sur  
**angers.uco.fr**



## THÉÂTRE

Mercredi 18 janvier

## Joujou

Joujou, c'est un spectacle sur la poésie contemporaine, mais pas chiant. C'est un truc qui peut se voir quand tu es petit, mais aussi quand tu es grand. C'est deux amis dans une chambre qui se laissent rêver. Pour s'occuper, ils prennent tout ce qui leur passe sous la main : des jeux, des poèmes, des instruments. L'air de rien, avec des mots simples, JouJou nous embarque dans notre intime et nous questionne sur nos rêves.

À 14h30

Centre Culturel Jean-Carmet  
37 Route de Nantes  
Mûrs-Erigné  
5 euros

Infos sur <https://www.murs-erigne.fr/>

## Mauvais élève

À quoi pensent les cancre, les derniers de la classe ? Un collégien écrit sept lettres pour expliquer ses difficultés, sa colère, sa souffrance, son angoisse mais aussi ses espoirs. En s'adressant tour à tour à ses parents, ses professeurs, ses camarades, sa petite sœur, le ministre de l'Éducation nationale, cet adolescent perdu nous permet de comprendre ce qui se passe dans la tête d'un «mauvais élève».

À 15h30

Centre Culturel Jean-Carmet  
37 Route de Nantes  
Mûrs-Erigné  
5 euros

Infos sur <https://www.murs-erigne.fr/>

Vendredi 20 janvier

## Soirée cabaret d'impro

À partir de votre imaginaire, les comédiens construiront ensemble des histoires totalement improvisées pleines d'émotions qui s'enchaîneront au cours de la soirée, aussi différentes les unes que les autres.

À 19h

Les Folies angevines  
6 avenue Montaigne  
De 5 à 7 euros

Infos sur <https://www.billetweb.fr/soiree-cab-impro>

Samedi 21 janvier

## Les pages de l'angoisse

Vous aimez les sueurs froides, trembler devant un roman à suspense ? Vous voulez rire de vos propres peurs ? Les comédiens de la compagnie Les Expressos improviseront à partir d'extraits de polars, de titres de romans angoissants, de passages apparemment innocents...

À 22h30

Médiathèque municipale Toussaint  
49 rue Toussaint

Gratuit dans le cadre de la nuit de la lecture

## La nuit du cerf au Quai



PHOTO : JEAN MARCHELIES

Les 3 et 4 février

Après The Elephant in the room, comédie barrée, multirécompensée et jouée plus de quatre-cents fois, le Cirque Le Roux revient avec un spectacle de cirque acrobatique virtuose, un tourbillon de vie qui conjugue précision technique absolue et inventivité esthétique sans bornes. Lorsque Miss Betty meurt, ses trois enfants se retrouvent dans la maison familiale située en bordure de forêt pour préparer ses obsèques. L'arrivée en furie d'un mystérieux inconnu sème la zizanie. Les retrouvailles virent au règlement de comptes, les émotions s'emballent et les corps virevoltent. La Nuit du cerf est un bijou du cirque réinventé, qui emprunte au

cinéma, d'Hitchcock à la Nouvelle Vague, au fait divers, au drame familial et à la comédie. Les six artistes surdoués du Cirque Le Roux campent des personnages drôles et déconcertants et maîtrisent tout, du décor aux costumes, de la dramaturgie au plateau. Les numéros de voltige en main à main, le fil de fer, les portés s'enchaînent pour dérouler une intrigue insolite et nous baigner dans une atmosphère tragi-comique.

À 19h le 3 février

À 16h le 4 février

Le Quai  
Cale de la Savatte

De 5 à 25 euros

Infos sur [lequai-angers.eu](http://lequai-angers.eu)

## SUITE

Samedi 21 janvier

## Match d'impro

La Lima d'Angers invite Poitiers Impro pour un match d'improvisation où les deux équipes joueront pour construire des histoires et des improvisations communes. Le public sera amené à voter à chaque improvisation pour l'équipe qui l'aura le plus convaincu. Match en deux parties de 45 minutes, séparées par un entracte de 15 minutes.

À 20h30

MPT Monplaisir  
3 rue de l'écriture  
De 5 à 9 euros

Infos sur <https://www.mpt-monplaisir.fr/>

Mardi 24 janvier

## Rémish - Puzzle

Le Angers Comedy Club vous présente le spectacle de plusieurs jeunes artistes habitués du dimanche.

Rémish, humoriste angevin depuis quelques années. Il vous fera passer un bon moment grâce à son univers bien à lui. Ses observations déliantes et ses mimiques marrantes vous feront dire «Oh je l'aime bien lui» ! Vous l'avez adoré sur 10 minutes chez nous, venez le voir sur 1 heure !

À 20h30

Les Folies Angevines  
6 avenue Montaigne  
De 10 à 12 euros

Infos sur <https://www.billetweb.fr/remish-puzzle>

## Nos films

Avec Nos Films, Cendre Chassanne nous invite à oublier l'image et à plonger dans l'imaginaire de 3 films mythiques : L'argent de poche de François Truffaut par Carole Guittat, Shining de Stanley Kubrick par Cendre Chassanne, Dupont Lajoie de Yves Boisset par Jean Baptiste Gillet. Du film aux mots et de la parole à l'image, vous pourrez retrouver ces films diffusés pendant le festival Premiers Plans à Angers. «Ecrire sur l'empreinte d'un film, c'est évidemment questionner le cinéma, interroger l'influence qu'il exerce sur nous, spectateurs et acteurs», Cendre Chassanne. Certains films font partie de nos vies. Des films qui ont bouleversé nos intimités. Des films qui ont soulignés ou révélés des moments clés de nos existences.

À 20h30

THV  
1 rue Jean Gilles  
Saint-Barthélemy d'Anjou  
De 10 à 20 euros  
Infos sur [thv.fr](http://thv.fr)




★ ★ ★

SALLE JEAN BOUIN

VENDREDI 20 JANVIER - 20H

# LE DERBY

## ANGERS vs NANTES





Les 24 et 25 janvier

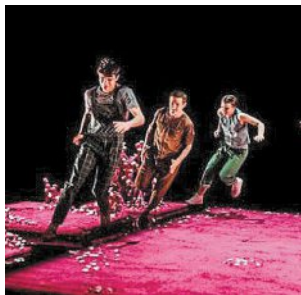


PHOTO : JEAN-CHARLES VERCHÈRE

**Le problème avec la rose**

Une moquette rose. Quatre garçons. Ils sont ensemble sans se connaître, ils sont là, sans savoir pourquoi. Tout ce qu'ils savent, c'est qu'ils sont quatre gars, mystérieusement réunis sur cette improbable moquette. Puis, sournoisement, un doute s'installe... L'un d'entre eux ne serait peut-être pas un gars. Mais lequel ? Projetés tous ensemble dans un impressionnant tourbillon d'émotions, ils s'aventureront à chercher de nouveaux repères, pour le pire et pour le meilleur. Mêlant danse et théâtre, ce spectacle explore la question de l'identité et du genre. Sur cette moquette, tantôt arène, tantôt radeau, le quatuor à l'énergie brute, presque violente, évolue dans un univers qui flirte avec le rock contemporain.

Le 24 à 14 h 30 et le 25 à 19 h  
Salle Claude Chabrol  
14 rue de Pruniers  
6 euros  
Infos sur [www.angers.fr](http://www.angers.fr)



Une représentation proposée par la Cie À L'Envi.

PHOTO : EMILIE ZEIZIG

# Zoom sur «Normalito»

Un spectacle sur la tolérance qui interroge le combat des petits et des grands pour trouver leur place dans la société.

**Jeudi 19 janvier**

Normalito, c'est l'histoire de Lucas, un garçon de 10 ans sans don particulier ni passion d'aucune sorte, ni beau ni laid, avec un QI dans la moyenne et des parents même pas divorcés. Un enfant tellement ordinaire qu'il a l'impression de n'intéresser personne, même pas sa mère. Heureusement,

un beau jour, Lucas croise Iris, gamine précoce. Et, avec elle, au cours de leur échappée, ils rencontrent Lina, une dame-pipi née dans un corps qui ne lui convient pas.

À travers cette fable sur la différence, Pauline Salès parle de tolérance et d'empathie. Elle questionne ce qu'est la normalité. Dans un décor de

portes battantes digne d'un vaudeville, elle interroge, avec humour et tendresse, le combat des petits et des grands pour trouver leur place dans la société.

A 20 h 30  
À partir de 9 ans  
De 10 à 21 euros  
Réservation : 02 41 96 14 90 / [billetterie@thv.fr](mailto:billetterie@thv.fr) / [www.thv.fr](http://www.thv.fr)

Les 24 et 25 janvier



PHOTO : DAS PLATEAU / LE PETIT CHAPERON ROUGE

**Le petit chaperon rouge**

Pour sa première création à l'adresse du jeune public, Das Plateau déploie son univers théâtral immersif et plastique pour revisiter la version des frères Grimm du fameux conte, optimiste et émancipatrice. En s'appuyant scénographiquement sur des tableaux-paysages en deux ou trois dimensions, tout à la fois figuratifs et abstraits, mobiles et immobiles, intrigants et familiers, la metteuse en scène Céleste Germe souhaite mettre les sens des jeunes spectateurs en éveil sans pour autant brider leur imaginaire. Jouant du visible et de l'invisible, tout dans ce théâtre de sensations est mis au service d'un conte au charme envoûtant dont la trace perdure bien au-delà de l'enfance.

À 19 h le 24 janvier  
À 15 h le 25 janvier  
Le Quai  
Cale de la Savatte  
De 5 à 25 euros  
Infos sur [lequai-angers.eu](http://lequai-angers.eu)

## La formation aux métiers éducatifs & sociaux

DU CAP AU BAC +3

PORTES

OUVERTES

28 JANVIER 2023

de 8h30 à 16h30

ARIFTS | 6 rue Georges Morel | 49000 Angers

RÉGION  
PAYS  
DE LA LOIREARIFTS  
Pays de la Loire







## LE PARFUM VERT

Sortie le 21/12/2022, 1h41, **Policier, Comédie**, de Nicolas Pariser. Avec Sandrine Kiberlain, Vincent Lacoste, Rüdiger Vogler...  
jeu. 19, sam. 21: 17h10.

## LES SECRETS DES PERILIMS

Sortie le 18/01/2023, 1h16, **Aventure, ANIMATION**, de Alié Abreu. Avec Giulia Benite, Stenio Garcia, Lorenzo Tarantelli...

Clacé et Bruo sont deux agents secrets de royaumes rivaux, ceux du Soleil et de la Lune, qui se partagent la Forêt Magique. Lorsque celle-ci est menacée, ils partent à la recherche des Perilims, des créatures mystérieuses qui, elles seules, peuvent les aider.  
mer. 18, sam. 21, dim. 22: 15h25.

## LES ANNÉES SUPER 8

Sortie le 14/12/2022, 1h01, **Documentaire**, de Annie Ernaux, David Ernaux-Briot. Avec Annie Ernaux, jeu. 19: 20h.

## LES BANSHEES D'INISHERIN

Sortie le 28/12/2022, 1h54, **Dramatique**, de Martin McDonagh. Avec Colin Farrell, Brendan Gleeson, Kerry Condon...

mer. 18, ven. 20, sam. 21, dim. 22, lun. 23: 13h15, 17h50 / jeu. 19, mar. 24: 13h15, 18h10.(VO)

## LES CYCLADES

Sortie le 11/01/2023, 1h50, **Comédie**, de Marc Fitoussi. Avec Laure Calamy, Olivia Côte, Kristin Scott Thomas...

mer. 18, ven. 20, dim. 22, mar. 24: 13h15, 15h35, 20h / jeu. 19, sam. 21, lun. 23: 15h35, 20h.

## LES HUIT MONTAGNES

Sortie le 21/12/2022, 2h27, **Dramatique**, de Charlotte Vandermersch. Avec Luca Marinelli, Alessandro Borghi, Filippo Timi...

jeu. 19, sam. 21: 21h30.(VO)

## LES SURVIVANTS

Sortie le 04/01/2023, 1h34, **Thriller**, de Guillaume Renusson. Avec Denis Ménochet, Zar Amir Ebrahimi, Victoire Du Bois...

mer. 18, jeu. 19, ven. 20, sam. 21, dim. 22: 13h15, 19h30 / lun. 23, mar. 24: 13h15, 22h05.

## NATURAL LIGHT

Sortie le 11/01/2023, 1h43, **Dramatique**, de Dénes Nagy. Avec Ferenc Szabó, László Bajkó...  
tlj. 22h10.

## NOSSOLEILS

Sortie le 18/01/2023, 2h00, **Dramatique**, de Carla Simón. Avec Jordi Pujol Dolcet, Anna Otín, Xenia Roset...

Depuis des générations, les Solé passent leurs étés à cueillir des pêches dans leur exploitation à Alcaràs, un petit village de Catalogne. Mais la récolte de cette année pourrait bien être la dernière car ils sont menacés d'expulsion.

mer. 18, ven. 20, sam. 21, dim. 22, lun. 23: 15h40, 18h10 / jeu. 19, mar. 24: 15h40, 17h50.(VO)

## NOSTALGIA

Sortie le 04/01/2023, 1h57, **Drame**, de Mario Martone. Avec Pierfrancesco Favino, Tommaso Ragno, Francesco Di Leva...

mer. 18, ven. 20, dim. 22: 13h15, 17h30 / jeu. 19, sam. 21, lun. 23, mar. 24: 17h30.(VO)

## PROFESSEUR YAMAMOTO PART À LA RETRAITE

Sortie le 04/01/2023, 1h59, **Documentaire**, de Kazuhiro Soda.

dim. 22: 10h45 / mar. 24: 13h15.(VO)

## RADIO METRONOM

Sortie le 04/01/2023, 1h42, **Dramatique**, de Alexandru Belc. Avec Mara Bugarin, Erban Lazarovici, Vlad Ivanov...

mer. 18, ven. 20: 17h10.(VO)

## REWIND AND PLAY

Sortie le 11/01/2023, 1h05, **Documentaire**, de Alain Gomis.

jeu. 19: 15h25 / ven. 20: 15h25, 22h05 / dim. 22: 11h, 22h05.

## TIRAILLEURS

Sortie le 04/01/2023, 1h49, **Historique**, de Mathieu Vadepied. Avec Omar Sy, Alassane Diong, Jonas Bloquet...

mer. 18, ven. 20, dim. 22, mar. 24: 15h20, 20h / jeu. 19: 13h15, 15h20 / sam. 21, lun. 23: 13h15, 15h20, 20h.

## UNICORN WARS

Sortie le 28/12/2022, 1h32, **Aventure, ANIMATION**, de Alberto Vázquez (II). Avec Ramon Barea, tlj. 22h15.(VO) (Interdit - 12 ans)

## VENEZ VOIR

Sortie le 04/01/2023, 1h04, **Comédie Dramatique**, de Jonás Trueba. Avec Itsaso Arana, Francesco Carril, Irene Escolar...

dim. 22: 11h.(VO)

## VIVRE

Sortie le 28/12/2022, 1h42, **Dramatique**, de Oliver Hermanus. Avec Bill Nighy, Aimee Lou Wood, Alex Sharp (II)...

tlj. 17h50.(VO)

## YOUSSEF SALEM A DU SUCCÈS

Sortie le 18/01/2023, 1h37, **Comédie**, de Baya Kasmî. Avec Ramzy Bedia, Noémie Lvovsky, Abbas Zahmani...  
Youssef Salem, 45 ans, a toujours réussi à rater sa carrière d'écrivain. Mais les ennuis commencent lorsque son nouveau roman rencontre le succès car Youssef n'a pas pu s'empêcher de s'inspirer des siens, pour le meilleur, et surtout pour le pire.  
tlj. 15h45, 19h50.

## CINÉVILLE

### AVATAR, LA VOIE DE L'EAU

Sortie le 14/12/2022, 3h13, **Fantastique, Aventure**, de James Cameron. Avec Sam Worthington, Zoe Saldana, Sigourney Weaver...

mer. 18, jeu. 19, lun. 23, mar. 24: 15h45 / ven. 20: 15h45, 21h10 / sam. 21: 13h30, 21h10 / dim. 22: 10h25, 13h30, mer. 18, jeu. 19, ven. 20, lun. 23, mar. 24: 13h30, 17h20, 19h45 / sam. 21: 15h45, 17h20, 19h45 / dim. 22: 10h35, 15h45, 17h20, 19h45.(3D)

## BABYLON

Sortie le 18/01/2023, 3h09, **Drame**, de Damien Chazelle. Avec Brad Pitt, Margot Robbie, Diego Calva...

Los Angeles des années 1920. Récit d'une ambition démesurée et d'excès les plus fous, BABYLON retrace l'ascension et la chute de différents personnages lors de la création d'Hollywood, une ère de décadence et de dépravation sans limites.

mer. 18, jeu. 19, lun. 23, mar. 24: 14h15, 16h, 19h45 / ven. 20, sam. 21: 14h15, 16h, 20h15 / dim. 22: 10h30, 14h15, 16h, 19h45.

## BELLE ET SÉBASTIEN : NOUVELLE GÉNÉRATION

Sortie le 19/10/2022, 1h36, **Aventure, Famille**, de Pierre Coré. Avec Michèle Laroque, Robinson Mensah-Rouanet, Alice David...

mer. 18, sam. 21: 13h45 / dim. 22: 11h.

## CHOEUR DE ROCKERS

Sortie le 28/12/2022, 1h30, **Comédie**, de Ida Techer, Luc Bricault. Avec Mathilde Seigner, Bernard Le Coq, Anne Benoit...

mer. 18, sam. 21, dim. 22: 18h / jeu. 19, ven. 20, lun. 23, mar. 24: 14h, 18h.

## CONNAISSANCE DU MONDE - LES AÇORES

2h00, **Documentaire**,  
mar. 24: 14h30.

## ENZO LE CROCO

Sortie le 30/11/2022, 1h47, **Musique, Comédie**, de Will Speck, Josh Gordon. Avec Doryan Ben, Shawn Mendes, Javier Bardem...

mer. 18, sam. 21: 14h / dim. 22: 10h45.

## ERNEST ET CÉLESTINE : LE VOYAGE EN CHARABIE

Sortie le 14/12/2022, 1h19, **Famille, ANIMATION**, de Julien Chheng, Jean-Christophe Roger (II). Avec Lambert Wilson, Pauline Brunner, Michel Leroux-seau...

dim. 22: 11h10.

## LA GUERRE DES LULUS

Sortie le 18/01/2023, 1h50, **Aventure**, de Yann Samuël. Avec Isabelle Carré, Didier Bourdon, François Damiens...

À l'aube de la Première Guerre mondiale, dans un village de Picardie, quatre amis inséparables, Lucas, Luigi, Lucien et Ludwig, forment la bande des Lulus...

mer. 18, jeu. 19, ven. 20, sam. 21, lun. 23, mar. 24: 14h05, 16h20, 18h35, 20h50 / dim. 22: 10h55, 14h05, 16h20, 18h35, 20h50.

## LE CHAT POTTÉ 2

Sortie le 07/12/2022, 1h41, **Comédie, Aventure**, de Joel Crawford, Januel P. Mercado. Avec Januel P. Mercado, Olivia Colman, Antonio Banderas...

mer. 18, jeu. 19, sam. 21: 13h30, 16h20 / dim. 22: 10h50, 13h30, 16h20.

## LE PETIT PIAF

Sortie le 21/12/2022, 1h35, **Musique, Comédie Dramatique**, de Gérard Jugnot. Avec Marc Lavoine, Soan Arhimann, Gérard Jugnot...

dim. 22: 13h55.

## LES CADORS

Sortie le 11/01/2023, 1h25, **Comédie Dramatique**, de Julien Guetta. Avec Grégoire Ludig, Jean-Paul Rouve, Michel Blanc...

mer. 18, jeu. 19, dim. 22: 18h35, 21h10 / ven. 20: 13h40, 16h20, 22h30 / sam. 21: 22h30 / lun. 23: 13h40, 16h20, 18h35, 21h10 / mar. 24: 13h40, 18h35, 21h10.

## LES CYCLADES

Sortie le 11/01/2023, 1h50, **Comédie**, de Marc Fitoussi. Avec Laure Calamy, Olivia Côte, Kristin Scott Thomas...

mer. 18, ven. 20, dim. 22, mar. 24: 13h50, 18h20, 20h35 / jeu. 19, sam. 21: 16h05, 18h20, 20h35 / lun. 23: 13h50, 16h05, 18h20, 20h35.

## PATTIE ET LA COLÈRE DE POSÉIDON

Sortie le 25/01/2023, 1h36, **Animation**, de David Alaux, Eric Tosti, Jean-François Tosti. Avec Kaycie Chase, Christophe Lemoine, Emmanuel Curtil...

La vie s'écoule paisiblement à Yolcos, belle et prospère ville portuaire de la Grèce antique, lorsque la population est menacée par la colère de Poséidon...

AVANT-PREMIÈRE : jeu. 19, dim. 22: 14h.

## SIMONE, LE VOYAGE DU SIÈCLE

Sortie le 12/10/2022, 2h20, **BIOPIEC**, de Olivier Dahan. Avec Elsa Zylberstein, Lilou Kintgen...

tlj. 20h15 (sauf jeu. 19).

## TEMPÊTE

Sortie le 24/02/2016, 1h29, **Drame**, de Samuel Collardey. Avec Dominique Leborne,

mer. 18, dim. 22, mar. 24: 16h05, 20h35 / jeu. 19, lun. 23: 13h50, 20h35 / ven. 20: 13h50, 16h05, 20h / sam. 21: 13h50, 20h.

## TIRAILLEURS

Sortie le 04/01/2023, 1h49, **Historique**, de Mathieu Vadepied. Avec Omar Sy, Alassane Diong...

mer. 18, jeu. 19, dim. 22, lun. 23, mar. 24: 14h15, 16h20, 18h25, 20h30 / ven. 20, sam. 21: 14h15, 16h20, 18h25, 20h30, 22h15.

## YOUR NAME

Sortie le 28/12/2016, 1h46, **ANIMATION**, de Makoto Shinkai.

jeu. 19: 20h45.(VO)

## ÉCOLES SUPÉRIEURES DES PAYS DE LOIRE



Ipac  
Bachelor  
Factory.



## FORMATIONS DE BAC À BAC+5

# PORTES OUVERTES

SAMEDI

# 21

# JANVIER

# 2023

## DE 10H À 16H

## Inscrivez-vous !



# facebook

Retrouvez nous sur la page facebook de  
[www.angers.maville.com](http://www.angers.maville.com)



# Passionnés du grand écran

À quelques jours du début du 35<sup>e</sup> festival Premiers Plans, nous vous invitons à vous intéresser aux courts métrages et notamment aux projets réalisés par l'association angevine Court & 49.

Celle-ci a lancé il y a peu ses rendez-vous «Cours en folies», en partenariat avec les Folies angevines. Lors de ces soirées organisées mensuellement, des films réalisés par des cinéastes locaux ou de la région sont projetés devant le public, suivis d'un échange. On vous dit tout sur ces nouvelles rencontres en deuxième page !



PHOTO : MARIE MERCIER



PHOTO : CAROLINE LEVILLY

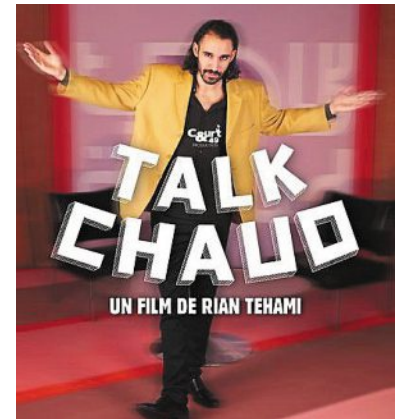


PHOTO : CAROLINE LEVILLY

**Rian Tehami, membre de l'association Court & 49 depuis un an et demi et chargé de communication pour celle-ci nous explique les activités que propose Court & 49.**

**Quels sont les buts de l'association ?**

Court & 49 a été créée en 2014 par des passionnés de cinéma. Son but est de rassembler des passionnés, de créer des projets et d'échanger autour du cinéma. On produit également des courts métrages : environ 3 par an et on en tourne 3 également. On propose également des ateliers : comment cadrer, comment produire un court métrage etc. On écrit des scénarios, du cadrage et on va jusqu'au montage. On fait aussi des diffusions aux 400 coups.

**Combien de membres êtes-vous au sein de l'association ?**

On est une vingtaine de membres au sein de l'association. L'association est ouverte à tous du néophyte au plus confirmé. On y réalise des courts métrages

de quelques minutes à plus d'une vingtaine de minutes, ce sont des sujets libres. Certains membres viennent pour réaliser leurs projets de courts métrages mais d'autres aiment participer aux projets des autres. Tous les tournages sont bénévoles.

**Participez-vous d'une façon ou d'une autre au festival Premiers Plans ?**

Il y a un petit concours de courts métrages durant le festival et on en présente un. Il s'agit d'un film de 3 minutes environ. C'est le film «Intrication» de Stéphanie Lebeau.

**Quels sont les films de l'année 2022-2023 produits par l'association ?**

Il y a le film «Lisières» de Xavier Labarre. C'est l'histoire de Léa qui après une tentative de suicide part vivre en ermite dans la forêt avec ses parents et elle y rencontre une jeune fille mystérieuse de son âge. Il a été tourné ici en Anjou et dure environ 25 minutes. Il y a également «Talk Chaud», il s'agit de mon film. L'histoire c'est : «Dans un zapping télé des années 70, Nassim présente

Talk Chaud devant des millions de télé-spectateurs. Il est confronté au retour de son vieil ami Oumar à qui il doit rendre des comptes pour trahison.» Il dure entre 15 et 20 minutes et a été tourné à Nantes à l'école d'architecture. Le dernier film produit cette année c'est «Natur'Elle» de Stéphanie et Jérôme Lebeau. En résumé : «La nuit, des femmes se promènent et dansent nues dans la forêt. Les journalistes et les curieux affluent pendant que le lieutenant Marély enquête sur les raisons de la mystérieuse disparition de sa capitaine.» Il dure entre 20 et 25 minutes.

**À titre personnel, comment avez-vous connu l'association ?**

Je suis passionné de cinéma, j'avais déjà écrit le scénario de mon film Talk Chaud et je cherchais des producteurs. J'ai démarché des personnes et ça n'aboutissait pas. Finalement je me suis renseigné sur des associations et je suis tombé sur Court & 49, je suis rentré dans l'association. J'ai aimé la démarche de rassembler des passionnés et d'accomplir des projets ensemble. Ils

sont dans le partage, la bienveillance et la transmission de savoirs. Il y a toujours des projets en route, c'est stimulant !

**Infos pratiques :**

**Court & 49**

<https://court49.fr/>

106 rue du pré pigeon

50 euros l'adhésion à l'année

l'adhésion permet d'emprunter du matériel et d'être accompagné dans vos projets de courts métrages

**Alice Labrousse**

[alice.labrousse@angers.maville.com](mailto:alice.labrousse@angers.maville.com)



Rian Tehami

PHOTO : CAROLINE LEVILLY



PHOTO : MARIE MERCIER



PHOTO : CAROLINE LEVILLY



PHOTO : MARIE MERCIER



## Les cinéastes de la région invités à projeter leurs films lors des soirées Courts en Folies

**S'il y a bien une envie qui anime les membres de Court & 49, c'est de faire connaître les talents régionaux amateurs de cinéma et de partager de bons moments autour de projections. L'association vient de concrétiser son projet « Courts en Folies ». Pourquoi ? Comment ? On vous explique tout !**

### En quoi consiste « Courts en folie » ?

L'objectif est avant tout pour l'association Court & 49 de faire connaître des démarches locales et de donner de la visibilité au cinéma de la région. « On invite les personnes qui le souhaitent à nous présenter leurs œuvres lors de soirées qui se dérouleront au Folies Angevines, explique Rian Tehami. Ce sont quatre personnes de notre association qui ont eu l'idée d'organiser ces rendez-vous en partenariat avec les Folies Angevines : Pascal Bonnelle, réalisateur ; Johan Neveu-Bonnet, réalisateur ; Willy Kazazian, porteur de projet et acteur et Vincent Malaisé, réalisateur. Ce sont eux aussi qui font la sélection des films. On avait déjà lancé une soirée en partenariat avec les Folies qui a très bien fonctionné ce qui nous a donné envie de proposer des rencontres plus régulières ensemble. On a déjà diffusé les films réalisés par les membres de l'association aux 400 Coups et dans les festivals de cinéma mais c'est la



PHOTO : MARIE MERCIER

première fois que nous organisons un rendez-vous régulier de cette ampleur. »

### Qui peut y participer ?

Absolument tout le monde qui a un film à présenter et réside dans la région Pays de la Loire. « On a fait un appel sur les réseaux sociaux pour inviter les personnes souhaitant présenter leur travail à nous l'envoyer », poursuit Rian Tehami.

Pour le public, le prix d'entrée est fixé à cinq euros avec une boisson comprise. Les réservations aux soirées se font sur le site des Folies Angevines. La billetterie est ouverte le soir même, si toutes les places n'ont pas été vendues-

sur internet.

### Quels types de films sont acceptés ?

Les documentaires, les clips, les films produits ou autoproduits... Ils sont retenus en fonction de leur qualité. « Pour l'instant, les quatre porteurs de projets ont reçu pas mal de propositions pour des projections mais les gens peuvent continuer à nous transmettre leurs réalisations en continu. »

### Si on a un film à présenter, comment faire ?

On peut nous contacter sur les réseaux sociaux. Nous avons également créé une adresse mail dédiée à ce projet. Les

gens peuvent nous envoyer leur film et l'équipe fait ensuite sa sélection.

### À quelle fréquence sont organisées les soirées et comment se déroulent-elles ?

Les soirées Courts en Folie sont organisées un lundi soir par mois. « Lors de ces rendez-vous, on diffuse quatre ou cinq films préalablement sélectionnés par les porteurs de projet de l'association. Il y a environ une heure de diffusion suivie d'une heure de débat avec les réalisateurs de chaque œuvre. » À chaque soirée, un film de membres de l'association est également présenté.

### Quand sont programmées les prochaines rencontres ?

La première a eu lieu ce lundi 16 janvier avec notamment un court-métrage de Just Philippot, réalisateur du film « La Nuée » qui avait été sélectionné à la Semaine de la critique au Festival de Cannes 2020.

Les suivantes sont programmées le 27 février, le 20 mars et le 17 avril, à 20 heures. « Si on voit que ces soirées sont un succès, on programmera très certainement une date en juin puis on poursuivra à la rentrée de septembre. »

Katell Morin

[katell.morin@angers.maville.com](mailto:katell.morin@angers.maville.com)



PHOTO : VINCENT MALAISÉ

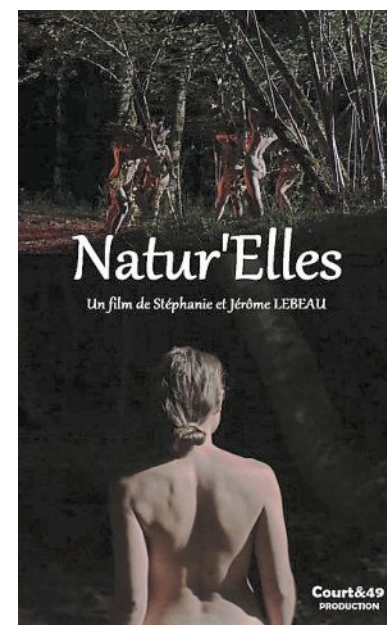


PHOTO : MARIE MERCIER

**SOLDES\***

**JUSQU'À -60%**

Du 11 janvier au 7 février 2023

\*selon étiquetage en magasin

ACTUEL

**VOSGES**

terre textile

gt.

**GARNIER-THIEBAUT**

FRANCE

VOTRE MAGASIN DE LINGE DE MAISON À ANGERS

**GARNIER-THIEBAUT**

4 rue Bodinier  
49100 Angers  
02 72 47 12 19  
Du mardi au samedi  
10h00 - 13h30  
14h30 - 19h00

[www.garnier-thiebaud.fr](http://www.garnier-thiebaud.fr)



## LA RECETTE

## Le baba salé



PHOTO : DES PETITS PLATS DANS LES GRANDS

## Ingrédients (pour 6/7 pers.) :

125 g de farine  
50g de sucre  
15 g de sel  
50 g d'huile de tournesol  
3 œufs  
3 avocats  
1 sachet de levure chimique  
crème liquide

## Pour le jus :

de l'eau, de l'algue Nori, de la sauce soja salée, du jus de citron, de la citronnelle, du gingembre (moulu ou frais)

## Préparation :

1. Dans un saladier, mélanger le sucre, le sel et les œufs, faites les blanchir.

2. Ajouter la farine, l'huile et le sachet de levure.

3. Cuire la préparation dans un ramequin préalablement chemisé de farine et de beurre et le remplir au  $\frac{3}{4}$ . Cuire à 160°C jusqu'à ce que le baba soit doré.

4. Réaliser le jus : mélanger l'eau, le gingembre, la citronnelle, la sauce soja salée et des morceaux d'algue Nori.

5. Après la cuisson du baba, l'arroser avec le jus dès sa sortie du four pour qu'il soit imbibé.

6. Ensuite, mixer les 3 avocats avec un peu de piment d'Espelette et de la crème liquide. Le mettre dans une poche à douille et le disposer sur le baba.

7. Pour le dressage, ajouter quelques jeunes pousses, quelques zestes de citron vert sur l'avocat.

# Petits plats dans les grands

Ouvert depuis le 1<sup>er</sup> juillet, Des petits plats dans les grands offre à sa clientèle des grands classiques de la cuisine française revisitée et des plats incontournables de la cuisine du monde retravaillés tout en élégance et en saveurs ! Car ici, vous serez charmés par les lieux mais aussi les assiettes ! Venez pousser la porte de ce cadre chaleureux et découvrir les «petits» plats qui ont pour tout de grands !

59 rue du Mail  
02 41 76 24 32

Du mardi au samedi midi et soir

Photo : Salem Yahiaoui chef et  
Makhlouf Slimani propriétaire



PHOTO : ALICE LABROUSSE

## LEUR PARCOURS

## De Paris à Angers

Pour le chef Salem Yahiaoui, la cuisine était une évidence : «Je suis fils de restaurateurs à Boulogne-Billancourt. Petit, j'étais toujours fourré en cuisine avec le chef, il m'a conseillé d'apprendre en passant des diplômes. J'ai passé mon CAP et j'ai tout de suite travaillé. D'abord dans pas mal de brasseries parisiennes, mais aussi dans des restaurants orientaux ou de cuisine traditionnelle française. J'ai dépanné Makhlouf quand il avait son restaurant dans le XV<sup>e</sup> arrondissement. Et quand il est venu s'installer à Angers, il m'a sollicité et j'ai accepté pour la Douceur angevine !» Makhlouf Slimani et son épouse Morgan Blondain tenaient, eux, une belle brasserie parisienne et avaient envie de quitter Paris, ils sont tombés sous le charme de notre capitale angevine et Des petits plats dans les grands est né.

## LE CONCEPT

## Un esprit brasserie parisienne

«C'est un restaurant du midi et du soir : le midi on fonctionne avec une formule entrée + plat, ou plat + dessert, ou la formule complète entrée + plat + dessert. La carte, elle, change tous les mercredis. Le soir, les repas sont à la carte. La formule du midi est plus simple que les plats du soir, mais toujours aussi élégance et gourmande ! Le soir, c'est plus élaboré. On a également une formule spécifique pour les enfants où l'on retravaille des plats à la carte en petites quantités. On a des propositions végétariennes et on peut même s'adapter aux régimes végétariens en le créant un plat selon les produits que l'on a. C'est donc de la création spontanée.» Une attention toute particulière pour chaque client et une volonté de proposer toujours de nouvelles saveurs et de la découverte.

## LES LIEUX

## Décoration entre moulures et pierre angevine

C'est Morgan Blondain, l'épouse de Makhlouf Slimani qui a pensé toute la décoration des lieux. «Nous avons eu presque deux mois de travaux pour réaliser la décoration à notre goût. On voulait une ambiance bistrot avec des moulures pour rappeler d'où l'on vient, Paris. Mais aussi un esprit comme à la maison, avec une ambiance chaleureuse et conviviale. Notre clientèle vient grâce au bouche-à-oreille qui a bien fonctionné depuis notre ouverture. Nos clients viennent, reviennent et parlent de nous auprès de leurs proches. On a des trentenaires jusqu'aux personnes plus âgées, c'est très varié. Ils aiment retrouver des plats familiaux revisités comme la potée auvergnate, le cassoulet, la joue de bœuf etc. Nous avons 42 places et 3 salles.»

## LA CUISINE

## Inventives et réconfortantes

«C'est une cuisine du monde et française revisitée. On essaie de retravailler tout ça, de sortir battus. On utilise des produits de saison en grande majorité. J'aime tout faire. Je travaille à l'inspiration du moment grâce aux produits. C'est selon les produits, comment ils me parlent. Ce que j'aime beaucoup c'est faire des plats mijotés, les plats de grands-mères. J'aime également déstructurer certains desserts. D'ailleurs, dernièrement, j'ai fait une forêt noire revisitée en tiramisu avec des cerises amarena.» Les maîtres-mots des assiettes servies au sein Des petits plats dans les grands, ce sont : élégance, gourmandise et générosité ! De quoi vous faire découvrir de nouvelles associations de saveurs mais aussi en prendre plein les yeux !



# Crêperie La Boudeuse

Les pâtes à galettes et crêpes sont réalisées avec des ingrédients exclusivement biologiques

La qualité des matières premières apporte à nos galettes et crêpes un goût et une texture authentiques et inimitables pour le plaisir de vos papilles !

14/16 rue MONTAULT (face à la Maison d'Adam) • ANGERS • 02 41 87 11 44

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr) RCS Angers B 812 578 995





## C'EST NOUVEAU

## Maison Guirec



PHOTO : ALICE LABROUSSE

Guirec Joubert a fondé Maison Guirec, une boutique physique à Angers qui fait la part belle aux savoirs-faire français et à la fabrication tricolore. Mais son projet est encore plus vaste ! «Je suis originaire de Saint-Brieuc, j'ai fait mes études à Sciences Po et j'ai travaillé pour le Consulat français à Toronto. Quand je suis revenu, j'ai fait le constat que la mise en valeur des savoirs faire français et de la fabrication française n'était pas assez mis en avant à l'étranger. C'est pour ça qu'il y a deux volets à mon projet : une boutique vitrine à Angers des produits et marques françaises mais aussi des pop up store à l'étranger ainsi que des événements privatifs en France et à l'étranger pour présenter les marques et les objets de Maison Guirec.» Des rendez-vous réguliers se déroulent donc entre sa Bretagne natale et Zagreb, où il a tissé des liens avec une designeuse passionnée par la France, Ana Tevsic. Au sein de Maison Guirec, retrouvez des bougies, des parfums, des bijoux, des accessoires, des vases, de la décoration, ainsi que quelques séries très limitées de textile. Parmi les marques toutes françaises, venez découvrir Bastille, Versatile, Poécile, FiLiT, French Biscotos pour les parfums, Q de Bouteille, Tchin Tchin, ou encore Engagé, Engagée pour la décoration et le textile. Et contrairement aux idées reçues, le savoir-faire français est accessible à partir de prix abordables. Zéro excuse donc pour ne pas se faire plaisir !

9 rue Toussaint  
https://maison-guirec.com/



Fanny Bourel, fondatrice de l'épicerie de Fanny.

PHOTO : ALICE LABROUSSE

## L'épicerie de Fanny

Fanny Bourel a ouvert son épicerie à Avrillé en mai 2022, depuis elle accueille ses clients place Schwalbach.

Pour Fanny Bourel, ancienne employée d'un cabinet d'expertises comptables, sa reconversion n'était pas une nécessité mais une forte envie de se renouveler au travers d'un métier qui lui apporte ce qui lui manquait : le contact avec les gens ! Et quoi de mieux pour cela qu'un lieu intime, cosy et chaleureux comme une petite épicerie de quartier ? En mai dernier, l'épicerie ouvre ses portes pour le plus grand bonheur des habitants de quartier et des alentours. Et ici, le maître-mot c'est l'accueil et le temps ! Les clients discutent entre eux, même s'ils ne se connaissent pas, Fanny noue facilement des liens avec ses clients, prend des nouvelles des clients réguliers etc, un vrai lieu de vie. Pour les produits, la commerçante a mis un point d'honneur à proposer le maximum de produits locaux possibles, de saison, et même du bio pour les fruits et légumes.

«Fille d'agriculteurs, je suis attachée aux produits locaux de notre terroir. Et je pense qu'il y a depuis peu, un vrai engouement autour des produits locaux, il y a une prise de conscience des consommateurs. Les gens parlent facilement, échangent sur leurs commerces et ce qu'ils proposent. Et on a un pouvoir en tant que consommateur, celui de savoir quels producteurs on veut soutenir en achetant leurs productions.» Vous trouverez chez elle, de nombreux produits de nécessité quotidienne : pâtes, riz, farine, sucre, produits laitiers, mais aussi des spécialités angevines comme le rillaud chocolaté angevin, les confitures Cueillette et popote, la bière La Florencière, des vins d'Anjou... Mais également des accessoires comme les créations en tissus de Kelly D'KDO qui réalise des sacs à doudou, des hiboux ou encore des chaussettes de Noël, ou le Fil et la plume de

Montreuil-Juigné qui confectionne des coussins de lecture, des berlingot pour téléphone etc, Manuela création qui coud des snoods et des écharpes, La fille de mai qui fabrique des poupées en tissus mais aussi des savons avec la marque locale Les savons de Raphaël, ou les bijoux de Delfie fileuse de verre et Flosatis. Dans l'épicerie de Fanny, vous avez aussi bien des idées cadeaux que de quoi vous concocter vos repas, un endroit qui manquait jusqu'alors ! Et pour 2023, Fanny aimerait proposer à terme du poisson, des huîtres pour Noël prochain et pourquoi pas un jour prochain un peu de viande pour compléter les produits qu'elle vend déjà. De quoi vous donner encore plus envie d'y faire un tour !

8 place Schwalbach, Avrillé

Alice Labrousse  
alice.labrousse@angers.maville.com

## ELLE AIME

## Coiff' &amp; moi



PHOTO : ALICE LABROUSSE

«C'est la coiffeuse à côté de ma boutique, elle a une dynamique auprès des jeunes, elle est dans la transmission de savoirs et ça, j'aime !»

7 place Schwalbach, Avrillé

## Patachée



PHOTO : K.M

«Ils travaillent des produits de saison et locaux. On a des fournisseurs en commun. On y mange très bien. On a un choix réduit, c'est un gage de qualité sur une carte ! C'est vraiment très bon ! Ils accueillent des jeunes en apprentissage aussi.»

116 avenue Pierre Mendès France, Avrillé

## L'Autre boulangerie



PHOTO : ALICE LABROUSSE

«Je fais dépôt de pains grâce à eux. Et ponctuellement, pour les personnes âgées qui me le demandent, je prends des choses chez eux pour les apporter à mes clients réguliers.»

28 avenue Pierre Mendès France, Avrillé

## HOMMES

- Fluchos
- Rieker
- On foot
- Notton
- La maison de l'espadrille

# DOLAY BOUTIQ'

CHAUSURES FEMMES ET HOMMES

## SOLDES\*

\*selon étiquetage en magasin

Du mercredi 11 janvier  
au mardi 7 février 2023

GRAND CHOIX : DERBY, SNEAKERS, BOTTINES, CONFORT, CHAUSSONS...

7, rue St-Etienne - ANGERS (centre-ville) - En bas de la rue Lenepveu - Entre place du Pilori et place Imbach

Du lundi au samedi de 10 h à 19 h



RCS Angers B 800 032 153

## FEMMES

- Rieker
- Remonte
- Tamaris
- Fugitive
- Dorking
- Coco & Abricot
- On foot
- Suave...



# En bord de Mayenne à Grez-Neuville

Profitez d'un rayon de soleil hivernal pour prendre le temps d'observer la nature, la Mayenne qui traverse le ravissant petit village de Grez-Neuville, son écluse, le grand moulin... Le long de la rivière, vous y ferez de belles découvertes, c'est garanti ! Pour en apprendre un peu plus sur les lieux, un sentier d'interprétation invite les promeneurs à découvrir l'évolution du bourg à travers des jeux et des questions. Le point de départ se situe au niveau du parc de la mairie. L'occasion d'apprendre à travers cette promenade que c'est à la suite du développement de la minoterie industrielle au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle que les deux bourgs de Grez-Neuville ont été réunis par un premier pont en 1880. Grez-Neuville est aussi une étape de la Vélo Francette et le point de départ de croisières aux beaux jours !



Photo : KM



Photo : KM

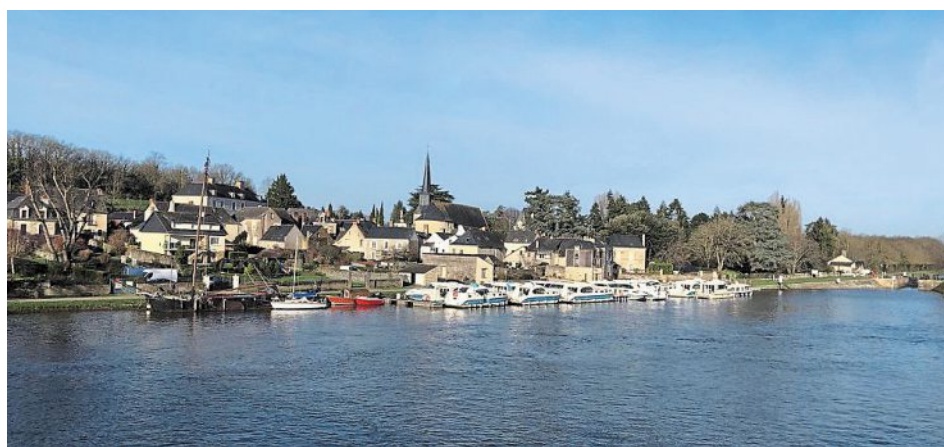


Photo : KM



Photo : KM



Photo : KM



Photo : KM



Photo : KM



Photo : KM



Photo : KM



## L'IMAGE DE LA SEMAINE

## Un Angevin innove sur M6

Julien Boucault créateur de Tchao Tchao, des kits pour aménager un espace de nuit et de repas pour vos aventures d'un week-end ou pour plus longtemps dans votre véhicule sera le 25 janvier prochain au sommaire de l'émission « Qui veut devenir mon associé ? » sur M6. Cette mission permet à de nombreux auto-entrepreneurs et entrepreneurs de trouver un associé financier pour faire avancer son projet innovant. La rédaction d'Angers m'avait rencontré Julien Boucault, il y a quelques mois pour parler de son projet, et depuis il a été casté pour l'émission. Nous lui souhaitons une belle avancée pour ses projets futurs et espérons que l'année 2023 lui ouvre des portes prometteuses ! L'émission est également à retrouver sur le replay de la chaîne si jamais vous manquez le passage de Julien Boucault le 25 janvier en prime time.



PHOTO : TCHAO TCHAO



PHOTO : ALICE LABROUSSE

## LE HASHTAG DE LA SEMAINE

## Nouvel an chinois

Selon le calendrier traditionnel chinois, l'année du lapin commencera le 22 janvier. Comme chaque année, le Nouvel An chinois est l'occasion de nombreuses manifestations culturelles.

Au programme : dégustation de thé, maquillage, calligraphie, arts martiaux, etc. Le samedi 21 janvier de 14h à 17h, Place Saint-Éloi à Angers. Départ du dragon à 14h30 de la place Imbach.

Autres festivités :

- Le jeudi 26 janvier de 19h à 20h15 au Joker's à Angers (32 rue Saint-Laud), concert de Yidjam.

- Le vendredi 27 janvier de 20h à 21h au 122 - Tiers Lieu Culturel à Angers (138 rue de la Chalouère) spectacle de Chine : voiles, danses et acrobaties.

- Exposition visible du 17 septembre au 8 février, aux heures d'ouverture de l'espace jeunesse de la médiathèque Toussaint : mardi, jeudi et vendredi de 16h à 18h30, mercredi de 9h30 à 18h30, samedi de 9h30 à 17h30 (49 rue Toussaint).

- Le samedi 21 janvier de 20h à 23h, à l'occasion de la Nuit de la lecture, venez réaliser des masques de l'opéra de Pékin.

- Conférences: Bienvenue en 2023, l'année du lapin d'eau Yin : le jeudi 19 janvier de 18h30 à 20h à l'Institut Municipal d'Angers (9 rue du Musée)

- Atelier : pour aller plus loin dans la découverte du Feng Shui, participez à un atelier animé par Badema : Le ven-



PHOTO : INSTITUT CONFUCIUS ANGERS

dredi 20 janvier de 10h à 12h à l'Institut Confucius à Angers (22 allée François Mitterrand).

- Conférence : Confucius et le droit : Le jeudi 9 février de 18h30 à 20h à l'Institut Municipal d'Angers (9 rue du Musée).

- Vacances d'hiver : Rendez-vous du 13 au 17 février dans les locaux de l'Institut Confucius à Angers : (22 allée François Mitterrand).

Réservation au 02 41 95 53 52 ou par mail : [bienvenue@confucius-angers.eu](mailto:bienvenue@confucius-angers.eu)

& d'autres événements à découvrir sur leur site : <https://www.confucius-angers.eu/>

## Publicité

Remise en forme • Bien-Etre • Fitness

## DÉMARREZ VOTRE ANNÉE SPORTIVE 2023 AVEC THALA'CLUB À ANGERS

C'est la rentrée et l'heure des nouvelles résolutions ! A cette occasion, Thala'Club à Angers (Centre de remise en forme, bien-être et fitness) vous ouvre ses portes gratuitement lors des Journées du Sport du 20 au 22 Janvier 2023. Des Portes Ouvertes qui vous permettront de découvrir ses cours collectifs, ses appareils de renforcement musculaire EGYM connectés ainsi que ses prestations de modelages pour les sportifs ! Une bonne occasion aussi pour profiter des offres d'abonnements 2023.

Etablissement privé et indépendant, Thala'Club est installé, depuis Juin 2021, au premier étage du centre AquaVita. D'une surface de plus de 1200m², ce centre de remise en forme est composé de trois espaces : fitness et sport, détente, esthétique et soins.

## UN ESPACE SPORT DYNAMIQUE !

Supervisé par 4 coachs sportifs, l'espace fitness a été pensé pour que tous les abonnés y trouvent leur bonheur ! La salle « cardio-musculation » est composée de nombreux appareils haut de gamme (machines connectées EGYM, balance InBody, installations TechnoGym...). Deux salles ainsi qu'une terrasse en plein air sont réservées aux cours collectifs. Cross-Training, BodyPump\*, Cuisses-Abdos-Fessiers, SH'BAM\*, mais aussi Pilates, Relaxation ou Stretching sont au planning...

## DES PORTES OUVERTES SPORTIVES !

Le vendredi 20, samedi 21 et dimanche 22

Janvier, Thala'Club ouvre ses portes au grand public gratuitement pour visiter les espaces, participer aux cours collectifs proposés, découvrir EGYM ou encore profiter d'ateliers dédiés aux modelages « Points Gachettes » ! Une expérience immersive, pilotée par des coachs sportifs qui vous guideront lors de ces différents cours/ateliers !

Pour participer, il suffit de s'inscrire sur le site internet : [www.thalacub.fr](http://www.thalacub.fr) ; Seules les visites des lieux pourront se faire de manière spontanée.

## DES OFFRES À NE PAS MANQUER !

Tout au long du mois de Janvier, Thala'Club propose à ses clients et nouveaux clients des offres promotionnelles sur ses abonnements Sport, détente et piscine : jusqu'à 3 mois offerts sur les abonnements « Fidélité » ! L'occasion de débiter l'année 2023 de la meilleure façon possible ! A découvrir dès à présent sur [www.thalacub.fr](http://www.thalacub.fr) ou directement sur place.

## Informations pratiques :

## Adresse :

1er étage, 1 place Aquavita 49100 Angers

Mail : [contact@thalacub.fr](mailto:contact@thalacub.fr)

Tel. : 02 41 24 00 04

Inscription Portes Ouvertes : [www.thalacub.fr](http://www.thalacub.fr)

## Boutique en ligne :

[www.thalacub.bonkdo.com/fr/](http://www.thalacub.bonkdo.com/fr/)



Chèques ANCV et/ou chèques ANCV Sport acceptés

\*Club affilié LESMILLS



# ... Emma Schaaff

Chanteuse et comédienne, Emma Schaaff est née à Angers et après une carrière à la SNCF à Paris et Nantes, c'est l'amour de la comédie qui la pousse à quitter son emploi pour devenir intermittente du spectacle. Depuis, elle partage son temps entre les tournages de films, de séries et de courts-métrages et sa passion pour la musique. Elle écrit ses premières chansons en 2018. Elle revient vivre à Angers la même année et en 2020, elle écrit même sa première pièce théâtrale et musicale. Elle reprend des cours de musique à La Fabrique Musicale Angevine et de cette rencontre, découle une collaboration avec Gaëtan Boudy qui enregistre et arrange ses premiers titres. Un album sortira en fin 2023. Elle s'accompagne d'un batteur merem : music et un bassiste Chris Hardy et fait une de ses premières scènes au Chabada en novembre dernier. Son univers ? Chansons à textes et en français ! Poésie des mots et valse des émotions, que l'on vous invite à découvrir. Pour sa carrière de comédienne, vous pourrez la découvrir au cinéma à partir du mois de mars dans le film «C'est mon homme» de Guillaume Bureau avec Louise Bourgoin, Leïla Bekhti et Karim Leklou dont le tournage s'est déroulé à La Flèche. Elle a également tourné pour la série «Clem», et «La guerre des trônes», à voir sur vos petits écrans prochainement également !

<https://schaaff.wordpress.com/emma-tout-court/>

<https://www.facebook.com/schaaff.fr/>

Sur Instagram : @emmaschaaff  
À écouter sur Spotify, Deezer, apple music, YouTube...



PHOTO : FABRICE FALANDRY

## ■ La Fève d'or

«La boutique appartenait à ma grand-mère et j'habitais au-dessus quand j'étais petite. Il y a toujours la même machine pour torréfier le café. C'est ma madeleine de Proust d'y aller. Je suis très nostalgique.»



PHOTO : ALICE LABROUSSE

## ■ Les 400 coups



PHOTO : ALICE LABROUSSE

«Je vais voir quasiment tous les films là-bas en V.O. Ils ont une belle programmation, il y a pas mal d'avant-premières. Je trouve cette salle dynamique. Et c'est là où j'allais voir des films avec ma maman étant petite.»

## ■ Paillette



PHOTO : ALICE LABROUSSE

«La boutique est superbe. Elles sont super sympas ! J'achète autant de choses pour des cadeaux que pour moi ! Cette boutique apporte vraiment de la joie.»

## ■ La librairie Rossi



PHOTO : KATELL MORIN

«C'est le même monsieur que lorsque ma maman allait m'acheter des partitions. C'est une bouffée de nostalgie. J'y retourne pour acheter des partitions à mes enfants.»



PHOTO : FABRICE FALANDRY

## ■ Mémé dans les orties



PHOTO : KATELL MORIN

«J'adore l'ambiance, la déco. C'est hyper décontracté. Celui qui tient le restaurant est très sympathique, je suis même passée dans son émission de radio. Je croise toujours du monde là-bas dont les membres de la compagnie des Arthurs.»

## ■ La Fabrique Musicale Angevine

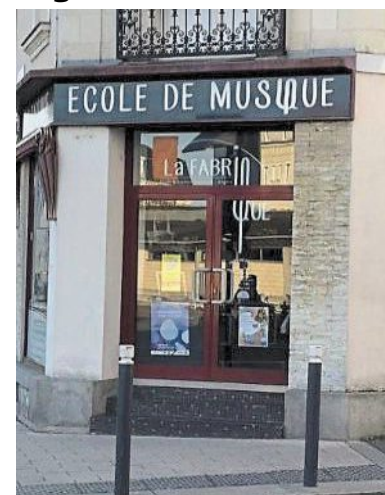


PHOTO : KATELL MORIN

«Ce que je trouve super avec la Fabrique c'est leur rapport avec la musique. Et il y a assez vite la possibilité de se produire en public. C'est très relié au plaisir, plus qu'à la perfection.»

## Les adresses

**La Fève d'or**  
77 rue Plantagenêt

**La librairie Rossi**  
44 rue Saint-Laud

**Mémé dans les orties**  
2 place LaFayette

**La Fabrique Musicale Angevine**  
126 rue de Létandière

**Les 400 coups**  
2 rue Jeanne Moreau

**Paillette**  
53 rue du Mail



# Sophie Barré : « Osez agir pour vous dépasser »

Sophie Barré s'est installée il y a deux ans à son compte en tant que coach spécialisée dans la confiance en soi. Elle pratique également la méthode Nerti contre les peurs.

## Quel est votre parcours ?

J'ai travaillé dans le commerce puis j'étais dans les assurances pendant 10 ans. Et là, j'ai constaté que les gens étaient en souffrance et qu'il y avait beaucoup d'arrêts maladies. Les gens se confiaient naturellement à moi. En entreprise, cela ne passait pas forcément car cela ne relevait pas de mes fonctions. On m'a conseillé une formation à Montpellier par l'Union formation à côté de mon travail. J'ai travaillé sur moi, j'ai affiné mes spécialisations et j'ai choisi de travailler sur la confiance en soi. Je travaille avec les gens sur le personnel comme le professionnel car les deux sont liés. J'ai ensuite appris la méthode Nerti sur le travail des phobies. J'ai cessé mon emploi il y a 2 ans, mais je fais du coaching depuis 8 ans et du Nerti depuis 5 ans.



Sophie Barré : coaching et Nerti

PHOTO : ALICE LABROUSSE

## Qu'est-ce que le Nerti ?

Le Nerti c'est une méthode qui aide à travailler sur l'excessivité de nos peurs, angoisses. Je travaille en groupe et en individuel pour le coaching tandis que pour le Nerti c'est uniquement en individuel. Cela peut intervenir dans le milieu scolaire, dans le milieu associatif, ou encore auprès des particuliers. Je travaille aussi bien avec les enfants, que les ados ou les adultes. Le Nerti est une thérapie de la parole. Je commence à travailler auprès d'enfants à partir de 4 ans. Pour les plus jeunes, de 4 à 10 ans, le coaching se fait en groupe. Ce que j'aime avec le travail avec les plus jeunes, c'est que cela les aide à devenir des ados et plus tard des adultes bien dans leur peau. Et pour les ados et adultes, cela leur permet de trouver ou retrouver leur confiance en

eux.

## Quels sont les objectifs des séances ?

Le but à chaque séance, c'est qu'ils repartent avec une action à mettre en place pour atteindre les objectifs qu'ils se sont fixés. On est sur 6 séances en coaching, après cela peut évoluer selon les besoins de la personne. Pour le coaching, on travaille avec des outils au niveau du ressenti. On est dans l'Être et non le paraître. Je les amène à être eux-mêmes. On n'est pas forcément dans le cabinet, je laisse le choix à la personne du lieu dans lequel elle ou il se sent le mieux. Pour le Nerti, cela se déroule au cabinet et c'est uniquement en individuel. On est sur le travail des peurs et des ressentis dans ces moments de peur. Cela peut intervenir sur les peurs du vide, des transports en com-

mun, la peur de la conduite, des araignées, la peur de parler en public etc... Je travaille également avec les profils HPI (Ndlr : Haut potentiel intellectuel) en coaching.

## Comment se déroule la prise de contact ?

Les gens peuvent me contacter par mail, par téléphone ou encore prendre directement rendez-vous via mon site internet. En coaching, la première séance est gratuite et permet de faire connaissance avant de commencer vraiment le processus. Je suis passionnée par mon métier et j'adore le contact avec les gens. Ma devise, c'est « Osez agir pour se dépasser ». À côté de mon métier, je suis également animatrice radio bénévole de l'émission « 30 minutes de bonheur » sur Radio G où j'invite des personnes en lien avec le bien-être,

c'est tous les vendredis impairs à 9h10. Je fais également partie de l'association TedX de Nantes qui organisent des conférences de 18 minutes environ. Et j'essaie moi-même d'appliquer le dépassement de soi à mon échelle et je me suis mise au triathlon. De base, j'avais moi aussi des soucis de confiance en moi et me former au coaching et au Nerti m'a permis de travailler sur moi-même également.

## Infos pratiques :

**Sophie Barré**  
4 avenue Vauban, Angers  
06 58 80 30 21  
[www.delivredelespeurs.fr](http://www.delivredelespeurs.fr)  
[sophie@delivredelespeurs.fr](mailto:sophie@delivredelespeurs.fr)  
du lundi au samedi midi

## Alice Labrousse

[alice.labrousse@angers.maville.com](mailto:alice.labrousse@angers.maville.com)



PHOTO : SOPHIE BARRÉ



PHOTO : SOPHIE BARRÉ



PHOTO : SOPHIE BARRÉ



PHOTO : SOPHIE BARRÉ



# BACKSTAGE

POP CULTURE - INTERVIEWS - LIVES

19h / 20h sur HIT WEST avec Sarah et Lucas



## /MOTS FLÉCHÉS/

ÊTRE DE LÉGENDE	REFLÉTER	CAP À TENIR	VIN D'ITALIE	ORA- LEMENT	INSIGNE ROYAL
SOUP- CONNEUX	PRO- DUCTIFS	VILLE DU NORD	ESPACE À TOUCHE	ET TOUTE UNE SUITE	ÉTAT DE DROGUÉ
▶	▼	▼	▼	▶	▼
MATÉ- RIALISTE	▶	▶	▶	▶	▶
BALANCER	▶	▶	▶	▶	▶
▶	▶	▶	▶	▶	▶
UNE PARTIE DE LA SUISSE	COURT ET LARGE	BOULE DE FEU	SIGNAL SONORE	ENLÈ- VEMENT	CONDAM- NER L'OU- VERTURE
▶	▶	▶	▶	▶	▶
BIÈRE BLONDE	▶	▶	▶	▶	▶
UNE ARME LÉGÈRE	▶	▶	▶	▶	▶
▶	▶	▶	▶	▶	▶
BONNE CARTE	▶	▶	▶	▶	▶
SYMBOLE DU TITANE	▶	▶	▶	▶	▶
▶	▶	▶	▶	▶	▶
POUDRE BLANCHE	▶	▶	▶	▶	▶

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

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

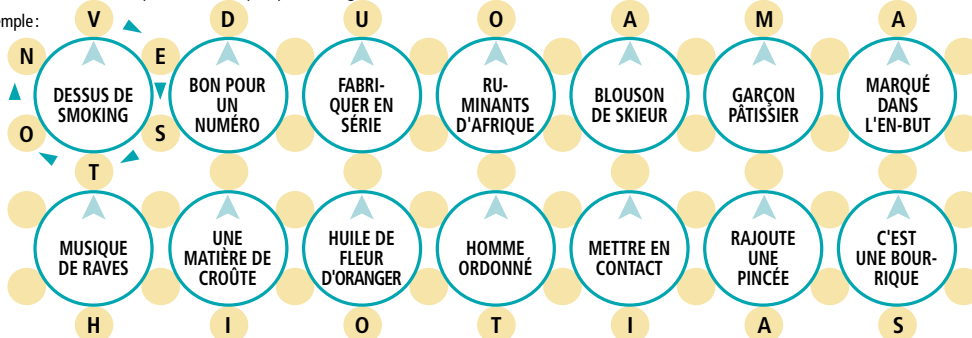
ABOUTIR	DROMADAIRE	PELÉ
AFGHAN	ÉBERLUÉ	PHRASE
AGENCE	ÈCHE	RÉALISME
BISCORNU	ÉPHÉMÉRIDE	REGGAE
CHIEN	FANDANGO	SÉANCE
COTER	GINSENG	SHERPA
COURBATURE	LUETTE	VESTE
CURAÇAO	MATÉRIAU	VISQUEUX
DÉBOURS	MÉMOTO	ZÉZAYER
DÉMONIAQUE	OENOLOGIE	
DRESSOIR	OURSON	

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

## 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 :



## TAKUZU®

Remplissez la grille avec les chiffres 0 et 1. Chaque ligne et chaque colonne doit contenir autant de 0 que de 1. Les lignes ou colonnes identiques sont interdites. Il ne doit pas y avoir plus de deux 0 ou 1 placés l'un à côté, ou en dessous de l'autre.

1							
		1	1				0
0	0			1			
					0		
	0	0				1	1
	0		1				1
0				1		1	

FACILE

## /SOLUTIONS/

<p><b>KEMARU</b></p> <p>LIGNE 1 : VESTON, DRESSÉ, USINER, PRÊTRE, RELIER, RESALE, ANESSE.</p> <p>LIGNE 2 : TECHNO, SILICE, NÉROLI, OKAPI, ANORAK, MITRON, APLAT.</p>	<p><b>RONDE DES MOTS</b></p> <p>Le mot à trouver est : INNOVER.</p>	<p><b>MOTS MÉLANGÉS</b></p> <p>Le mot à trouver est : INNOVER.</p>	<p><b>SUDOKU</b></p>	<p><b>TAKUZU</b></p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------	----------------------	----------------------

## SUDOKU

MOYEN

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

## KEMARU®

FACILE

Complétez la grille, chaque zone entourée de gras contenant tous les chiffres entre 1 et sa taille (par exemple 1, 2 et 3 pour une zone de trois cases). Deux chiffres identiques ne peuvent se toucher horizontalement, verticalement ou en diagonale.

	2				5	
		4			1	
1						
		3		5		1
	4				2	5



## M. Lefrançois : « Je consacre à l'écriture au moins deux heures par jour »

Il y a des personnes comme ça avec qui on fait mille découvertes à la minute, où le temps ne s'avère jamais assez long pour en apprendre encore davantage. Marc Lefrançois est de celles-ci. Lecteur passionné et passionnant, auteur prolifique, collectionneur de livres anciens, il partage aussi ses connaissances lors de ses cours de culture générale à l'ESPL d'Angers (école de commerce). On se dit que ses étudiants ont bien de la chance l'avoir comme professeur !

L'an dernier, vous avez publié trois livres dont « Histoires insolites des dictateurs » et « Petite histoire des grands nuls » chez City Éditions. Pouvez-vous nous en parler ? Les deux sont constitués de petits paragraphes qui présentent des anecdotes insolites et amusantes. Dans « Histoires insolites des dictateurs », je reviens par exemple sur Staline qui avait pris la décision de faire couper tous les rideaux au Kremlin. Il craignait d'être assassiné et avait trouvé cette solution pour éviter à quiconque de se cacher derrière. Le comble de faire couper des rideaux de velours pour celui qui est à l'origine du rideau de fer ! J'évoque aussi Nimrod, premier dictateur de l'histoire mort après qu'un moucheron soit entré dans son nez... Dans ce livre, j'ai évité de parler des dictateurs vivants, d'abord parce que je ne me voyais pas faire de l'humour sur des dictateurs sanguinaires actuels et parce que je préfère avoir une vision historique. L'idée est de proposer une forme d'introduction à l'histoire, de l'Antiquité aux dictateurs modernes. Dans « Petite histoire des grands nuls », plutôt que de parler des victoires de personnalités qui ont marqué l'histoire du pays, je prends le contre-pied pour évoquer leurs ratages.

### Comment l'histoire est-elle devenue un domaine de prédilection ?

À la base, j'ai une formation littéraire avec un Master de lettres modernes que j'ai fait à l'Université d'Angers. Un jour, j'ai appris que la Chambre de commerce et d'industrie cherchait un prof d'histoire, c'est comme ça que j'ai commencé à enseigner cette matière. Je me suis rendu compte que pour intéresser les élèves, il fallait raconter des anecdotes, d'où l'idée par la suite d'en faire des livres. J'ai sorti une quinzaine de livres chez City Éditions souvent en lien avec l'histoire.

### Quelle est la place de l'écriture dans votre quotidien ?

Je consacre à l'écriture au moins deux heures par jour et je suis très actif sur LinkedIn où je publie une à deux fois quotidiennement des anecdotes souvent historiques. Je suis même classé 15<sup>e</sup> et 1<sup>er</sup> dans la partie culture avec 45 000 abonnés ! Je suis ravi de partager avec eux ma passion. Grâce à cela, j'ai été approché par d'autres éditeurs, c'est très gratifiant mais il faut trouver le temps !

Justement, votre bibliothèque est remplie



Marc Lefrançois est l'auteur de 25 livres.

Photo : K.M

### de milliers de livres. Quel est votre secret pour trouver le temps de lire dans cet emploi du temps bien chargé ?

J'adore lire, j'ai souvent 5 ou 6 livres en cours en même temps. Il y a dans le lot des lectures un peu plus sérieuses mais aussi des lectures loisirs, des nouvelles et des livres sur l'histoire pour continuer à apprendre. Pour chaque livre, je me fais des fiches de lecture et un stock de références qui me sont très utiles lorsque j'écris, notamment des anecdotes historiques.

### Vous avez beaucoup d'opportunités de publications. Pourquoi avoir choisi de continuer à enseigner ?

Avec le temps, j'ai réussi à avoir de nombreux projets éditoriaux donc j'ai quand même réduit mon temps de cours. J'enseigne toujours la culture générale à l'ESPL parce que le fait d'être auprès des élèves me permet de m'épanouir, c'est vraiment très enrichissant. J'anime aussi le concours d'éloquence de l'ESPL, j'apprends aux jeunes à construire un discours, une expérience passionnante. Les jeunes sont vraiment motivés et leurs écrits sont touchants.

### Avez-vous des projets de publications en cours ?

En ce moment, j'ai deux livres à écrire en deux mois. Le premier sera consacré aux femmes criminelles de France et sera publié chez Armand Colin. Je parle par exemple de faits divers comme celui de Georgette Hodot, une femme qui a abattu son amant fortuné parce

qu'il l'avait quittée pour une autre. D'ailleurs pour la petite histoire, en m'informant sur ce fait divers, j'ai retrouvé un article sur cette affaire signé par un pseudo derrière lequel se trouvait en fait Simenon. Je parle aussi de Jeanne Weber innocentée à plusieurs reprises de morts d'enfants avant d'être surprise un jour en pleine action, de la marquise de Brinvilliers et l'affaire des poisons, de Marie Besnard qui a empoisonné sa famille... Il sortira en grand format en septembre.

Mon deuxième livre en préparation n'a rien à voir et portera sur 49 histoires de l'histoire de France pour l'éditeur belge De Boeck. Il devrait sortir en octobre. Là encore, les grands moments de

l'histoire seront résumés en petits chapitres.

Ensuite, je ferai aussi un livre sur le bonheur pour Flammarion et je compte poursuivre l'écriture de mon roman historique entamée il y a quelques années où le passé et le contemporain s'entremêlent !

### Katell Morin

[katell.morin@angers.maville.com](mailto:katell.morin@angers.maville.com)

« Histoires insolites des dictateurs », City Éditions, 368 pages, 18.50 euros

« Petite histoire des grands nuls », City Éditions, 304 pages, 18.90 euros

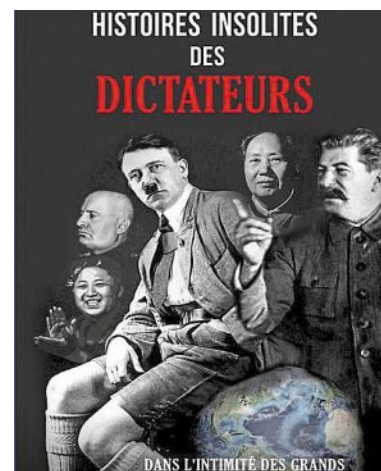


Photo : M.L

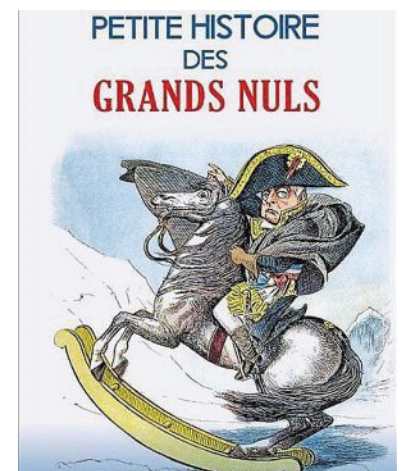


Photo : M.L



# PORTES OUVERTES DE L'UNIVERSITÉ D'ANGERS

● Samedi 4 février 2023 ● 9h>17h ●

## Découverte de l'offre de formation

- ESTHUA - Faculté de tourisme, culture et hospitalité
- Faculté de droit, d'économie et de gestion
- Faculté de santé
- Faculté des lettres, langues et sciences humaines
- Faculté des sciences
- IAE Angers
- IUT Angers-Cholet
- Polytech Angers

## Échanges avec les étudiants et les enseignants

## Visites guidées des campus

## Conférences thématiques

[ La Passerelle | durée : 30mn ]

- accompagnement à la réussite
- alternance
- études et stages à l'international
- préparer son dossier de candidature en master

## Rencontres avec

- des conseillers d'orientation
- le relais handicap
- les services et partenaires de la vie étudiante (logement, transport, santé...)



Programme détaillé sur : [jpo.univ-angers.fr](http://jpo.univ-angers.fr)

Réservation obligatoire sur certains lieux.



### Sur tous les campus

ANGERS (*Saint-Serge, Belle-Beille et Santé*)  
CHOLET ● SAUMUR ● LES SABLES-D'OLONNE



TALAMBITION  
université  
angers