



## LES PÉPITES D'ÉMILIE

Férue de voyages, Émilie a créé Liliz' Travels pour organiser des séjours sur mesure et authentiques, loin des formules standardisées. Angevine d'adoption, elle nous dévoile son parcours, ses bonnes adresses et sa vision du voyage, entre passion et évasion.

P. 26

# angers maville

N°21 du 5 au 18 mars 2025 | SORTIES & LOISIRS | BONS PLANS & BONNES NOUVELLES | CENTRE VILLE & AGGLO

## Dolay Chaussures

Hommes  
Femmes  
Enfants

DERBY  
BASKETS  
TOILES  
SNEAKERS  
BALLERINES  
...

à Rochefort-sur-Loire  
Av. d'Angers - Zone des Gours  
Grand parking

RCS Angers B 504 825 050

**NOUVELLE  
COLLECTION  
PRINTEMPS-ÉTÉ**

### PORTE OUVERTES

Du mercredi 5  
au dimanche 23 MARS  
de 10 h à 19 h NON STOP  
(dimanche de 10 h à 18 h)

**NOMBREUSES  
PROMOS !**



## L'humoriste Constance : rire, renaître et briser les tabous

Avec son humour tranchant et sa sincérité bouleversante, Constance brise les tabous de la santé mentale et célèbre sa renaissance dans *Inconstance*, un spectacle poignant à découvrir à Angers le 14 mars. **P.16-17**



### LUMINEUSE ET BATTANTE !

Camille jongle entre sa vie de cheffe d'entreprise, son rôle de créatrice de contenu et un combat qu'elle n'avait pas anticipé : un lymphome de Hodgkin. Entre doutes, fatigue et espoir, elle partage son parcours sans filtre avec sa communauté.

P. 18 à 19

### MYSTÉRIEUSES ORCHIDÉES

Elles font le trait d'union entre le parfum de votre crème glacée, le bureau de votre voisine Josianne et les talus de vos campagnes : les orchidées. Ces plantes fascinent par leur diversité et la complexité des relations qu'elles tissent avec les insectes. Cap sur leurs secrets !

P. 21

### ANGERS AU FÉMININ

Entre défi sportif, ambiance conviviale et engagement solidaire, la Course Angers au Féminin revient le samedi 8 mars. Un parcours accessible à toutes pour allier plaisir de courir et célébrer la Journée des droits des femmes. À vos maillots, prêtes ? Courez !

P. 22

FENÊTRE  
VOLET  
PERGOLA  
STORE  
PORTE  
PORTAIL  
PORTE DE GARAGE

**komilfo**

Votre conseiller stores et fermetures

Du 7 au 29 mars 2025

**–15%**  
sur tous les produits\*

**Offrez-vous  
un projet qui rime  
avec bien-être et durabilité**

FERMETURES SERVICE  
ANGERS OUEST  
BEAUCOUZÉ  
02 41 73 30 73

ACTIFERM HABITAT  
ANGERS EST  
EN FACE ESPACE ANJOU  
02 41 25 34 34

\* Offre non cumulable avec toute autre promotion. Hors travaux préalables, pose, dépannage, devis et commandes en cours. Hors accessoires, fenêtre de toit et agencement. Voir conditions en magasin.

KOMILFO – RCS Rennes B 440 096 790 – janv. 2024 – Photo non contractuelle – Crédit photo : Pir nar.

**komilfo.fr**



P.14



P.24



P.29



P.30

**Conception - contenus :**

Hélène Xypas

[angersmaville@additi.fr](mailto:angersmaville@additi.fr)**Conception graphique :**

Sébastien Pons

**Distribution et publicité :****Additi Média**

Olivier Rault

10 rue du Breil, 35081 Rennes Cedex 9

Aurore Pouget

**06 83 92 75 86**[aurore.pouget@additi.fr](mailto:aurore.pouget@additi.fr)

Site

[angers.maville.com](http://angers.maville.com)

Imprimerie Ouest-France

10 rue du Breil - 35081 Rennes Cedex 9

Tirage : 40 000 exemplaires

Additi com SAS est éditeur de Angers.maville

Numéro 21 - 5 mars 2025

Prochain numéro le 19 mars 2025

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

**OSER, VIBRER, VIVRE !****FEMMES À L'HONNEUR**

Elles se battent, elles créent, elles ouvrent la voie. Certaines avancent contre vents et marées, d'autres changent de cap, mais toutes suivent un même horizon : celui du courage et de la détermination. Dans ce numéro, les femmes fortes et inspirantes sont à l'honneur, à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, ce samedi 8 mars. Des parcours qui bousculent, des défis relevés avec audace, des histoires où la résilience devient moteur.

Camille affronte la tempête de la maladie avec une force lumineuse et partage son combat sans filtre, rappelant que chaque jour est une victoire. Constance, humoriste au talent brut et sincère, brave les tabous de la santé mentale et transforme la douleur en éclats de rire. Manon, elle, découvre que l'amour surgit parfois sans prévenir, qu'un regard peut tout changer et qu'il faut savoir laisser le vent de l'inattendu nous porter... Une histoire qu'elle nous confiera, page après page, dans le prochain numéro.

Cette énergie vibrante se retrouve aussi sur la ligne de départ de la Course Angers au Féminin, où chaque foulée devient un acte d'engagement, une célébration du dépassement de soi et de la solidarité. Résilience, audace, sororité : ce numéro est un hommage à celles qui, chaque jour, prennent la route, explorent de nouveaux horizons et tracent leur propre chemin. Car la vie, c'est avant tout oser. Oser partir, aimer, courir, rêver... et avancer, toujours. Et comme dirait Beyoncé : *Who run the world ? Girls !* Messieurs, sans rancune ? ;)

*Erratum : Une erreur s'est glissée dans notre précédente publication. D'une part, l'entreprise LABEL VERTE ne dispose pas de serres innovantes ni de cultures urbaines hors-sol et hydroponiques. Spécialisée dans l'entretien des espaces verts et le recyclage des déchets verts, elle accompagne collectivités et entreprises vers une gestion plus durable de leur environnement. D'autre part, nous avions annoncé un concert de Rouquine, annulé suite au décès de Nino Vella. Nous adressons nos plus sincères condoléances à sa famille, à ses proches et à ses fans. Nous regrettons ces erreurs et remercions nos lecteurs ainsi que LABEL VERTE et Le Chabada pour leur vigilance et leur compréhension.*

**CULTURE & DÉCOUVERTES****p.3-9** Sélection sorties**p.10-11** Activités jeunesse**p.13** Les films de la quinzaine**p.14** Connaissez-vous l'histoire de la Gouline ?**EN TÊTE A TÊTE****p.16-17** L'humoriste Constance : rire, renaître et briser les tabous**p.18-19** Rencontre avec Camille : son combat contre la maladie**100% ANGERS****p.23** Les tendances déco par Virginie**p.24** Pépites food : deux adresses, deux ambiances !**p.25** Pépites shopping : l'élégance artisanale à la française**p.27** Bons plans et good vibes à Angers**p.30** Histoire d'amour : Manon et Olivier, chapitre 1

Imprimé sur du papier UPM produit en Allemagne à partir de 65% de fibres recyclées. Eutrophisation : 0,003kg/tonne.

Certifié PEFC – PEFC/10-31-3502

Préservez notre environnement,  
ne pas jeter sur la voie publique

**SOMMAIRE**

## MUSIQUE

**MORE WOMEN ON STAGE****En attendant Ana + Championne + Ana flash & DJ Poppins**

Depuis plusieurs années, Le Chabada se mobilise pour promouvoir l'égalité des genres dans le paysage des musiques actuelles. Dans cette dynamique, le lieu s'associe à l'initiative More Women on Stage pour vous proposer un événement exceptionnel à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, le 8 mars 2025.

Une soirée offrant une programmation riche et diversifiée, mêlant concerts inspirants et ateliers participatifs.

**Sam 8 mars à 20h30**

**Tarifs : carte Chabada 8€ ,  
Prévente : 12€, guichet : 15€  
Le Chabada - 56 Bd du Doyenné  
lechabada.com**

**CONGRATULATIONS + LIMBOY****Noise Pop + Noise Punk**

L'Angleterre continue de faire éclore des groupes passionnants, et Congratulations en est un parfait exemple. Signés chez Bella Union, Leah Stanhope et son groupe livrent un pop-punk éclatant et contagieux, digne d'un vrai « punk de fête ». Limboy, lui, revient avec un punk radical, mêlant guitares dissonantes et mélodies inspirées de la coldwave des années 80. Plus sombre et intense

que jamais, ce nouvel opus promet des concerts électriques. Attendez-vous à une décharge d'adrénaline aussi brutale que mémorable !

**Ven. 14 mars à 20h**

**Sur réservation : 8€50**

**Au guichet : 10€50**

**32 Rue Saint-Laud**

**jokerspubangers.com**

**ÉCOLE D'ARTS & DESIGN**

**eegp**

**JOURNÉE PORTES OUVERTES**

**15 MARS 2025**

**10h - 17h**

**GRAPHISME • ANIMATION • 3D**

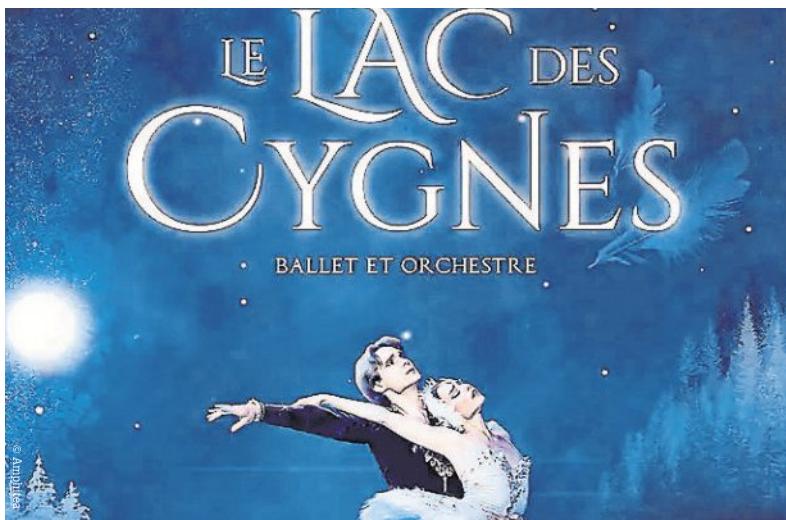
**ILLUSTRATION • ARTS APPLIQUÉS • DESIGN ESPACE**

[www.eegp.fr](http://www.eegp.fr)

ANGERS | 3 RUE ROSE RED NAOMI, 49 480 VERRIÈRES-EN-ANJOU

**LIBÈRE TA CRÉATIVITÉ**  
REJOINS L'EEGP !

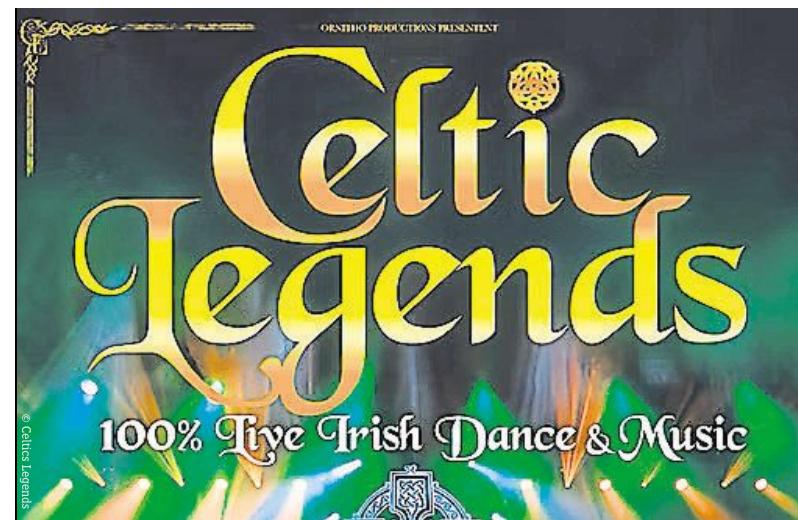
## MUSIQUE

**LE LAC DES CYGNES****Ballet**

Chef-d'œuvre intemporel du ballet classique, *Le Lac des Cygnes* fait son grand retour en 2025. Ce ballet nous plonge dans l'histoire féérique du Prince Siegfried et de la Princesse Odette, victime du maléfice du magicien Rothbart : elle se transforme en cygne le jour et redevient femme la nuit. Seule la promesse d'un amour éternel pourra la libérer de cet ensorcellement. Créé en 1875

par le compositeur russe Tchaïkovski, c'est en 1895 avec la reprise du chorégraphe Marius Petipa que *Le Lac des Cygnes* deviendra le plus grand succès classique de tous les temps.

**Mer. 5 mars à 20h**  
**Tarif : à partir de 45€**  
**Amphithéâtra - Parc des Expos**  
**Route de Paris**  
[fnacspectacles.com](http://fnacspectacles.com)

**CELTIC LEGENDS****Traditions gaéliques**

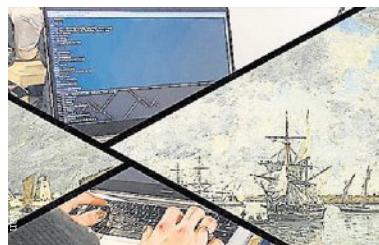
Celtic Legends fait son grand retour avec un tout nouveau spectacle, plongeant au cœur de la tradition et de la puissance indomptable de l'île d'Émeraude ! Que vous soyez amateur de danse, de musique ou simplement à la recherche d'une soirée inoubliable, plongez dans l'univers magique de la danse irlandaise avec Celtic Legends. Célébrez l'héritage vivant de l'Irlande avec une troupe de

danseurs, musiciens et chanteurs qui transmettent leur passion et la beauté de la culture celte !

**Jeu. 6 mars à 20h**  
**À partir de 39€**  
**Amphithéâtra**  
**Parc des expos. - Route de Paris**  
[ticketmaster.fr](http://ticketmaster.fr)

**MUSEUM CODING****Code sonore**

L'atelier NaN (Not a Number) propose une série de performances sonores en dialogue avec les collections du musée, mêlant code et programmation informatique activés en direct. L'action du geste en temps réel dévoile la dimension vivante et sensible de la technologie numérique, ici envisagée comme un instrument de création musicale. Programme interdisciplinaire et inter-établissements autour des Arts et Sciences du numérique, destiné aux



étudiants de Polytech Angers et de l'École Supérieure d'Art et de Design TALM-Angers.

**Jeu. 6 mars de 17h à 18h**  
**Gratuit**  
**Musée des Beaux-Arts d'Angers**  
**14 Rue du Musée**

**ORCHESTRE PARTAGÉ AVEC Géraldine Laurent**

Les élèves de l'École de musique de l'Anjou Bleu rejoignent ceux du Conservatoire pour former un grand orchestre jazz sous la direction de Pierrick Menuau et Julien Behar. Ils auront l'honneur de partager la scène avec l'éblouissante saxophoniste Géraldine Laurent, doublement récompensée aux Victoires du Jazz 2023. En grand orchestre ou en sextet, ils interpréteront des œuvres de Miles Davis, Duke Ellington, Guillaume



Hazebrouck et François Jeanneau.

**Jeu. 6 mars à 20h30**  
**Tarif : 3€, gratuit pour les élèves du CRR et de l'école de musique de l'Anjou Bleu**  
**Théâtre Chanzy - 30 Av. de Chanzy**  
[billetterietheatres.angers.fr](http://billetterietheatres.angers.fr)

**DEAR JASON,  
DEAR ANDREW**  
**Hommage musical**

Intarissable, à l'inventivité sans bornes et bourré d'autodérision, le marin-prêcheur Sébastien Barrier connaît son rapport pathologique à la parole. Il raconte le choc qu'il a eu lorsqu'il a découvert la musique de ceux qui deviennent ses idoles, les anglais Jason Williamson et Andrew Fearn, duo révolutionnaire et engagé. Il remet en question toute sa vie et une seule chose l'obsède alors : faire

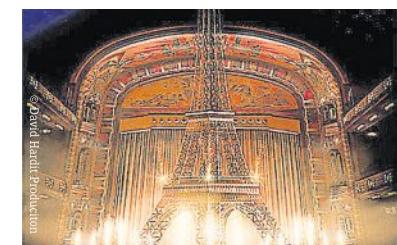


exactement comme le chanteur Jason.

**Jeu. 6 et ven. 7 mars à 20h30**  
**Plein tarif : 27€, réduit : 12€**  
**Le Chabada - 56 BD du Doyenné**  
[lechabada.com](http://lechabada.com)

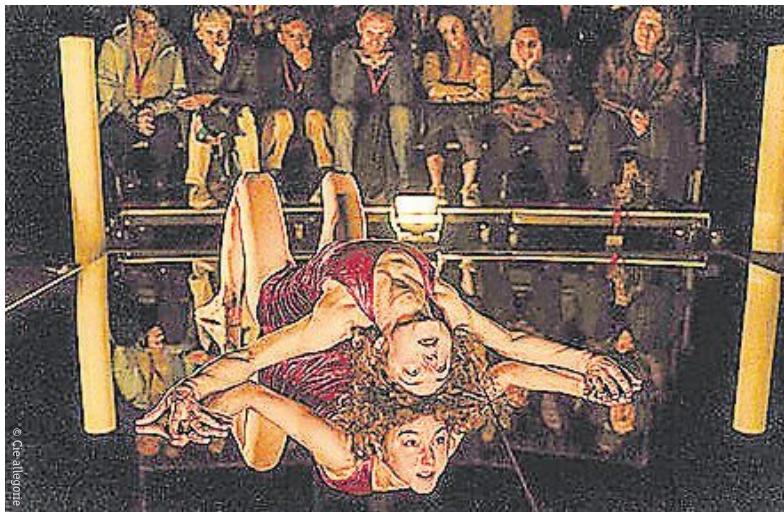
**15 000 CHORISTES**  
**Chansons françaises**

15000 choristes, accompagnés des meilleurs solistes et musiciens, se produisent dans 30 Zéniths pour célébrer le patrimoine de la chanson française. De Jean-Jacques Goldman à Jacques Brel, en passant par Daniel Balavoine, Édith Piaf ou Johnny Hallyday, ils revisitent les plus grands succès du classement IFOP et RTL. Une immersion vibrante au cœur des plus belles mélodies françaises !



**Sam. 8 mars à 20h30**  
**Plein tarif : de 45€ à 65€**  
**Arena Loire**  
**131 Rue Ferdinand Vest**  
[ticketmaster.fr](http://ticketmaster.fr)

## SPECTACLES



## DES NUITS POUR VOIR LE JOUR

## Cirque

Katell Le Brenn est artiste de cirque, équilibriste et contorsionniste. Depuis toute petite, on peut dire qu'elle marche sur les mains partout et tout le temps. Le mur et les briques sont ses principaux partenaires de jeu. Son ennemi le plus redoutable, c'est de penser. Si elle pense, elle tombe ! Et au cirque, quand on tombe, on chute et on se blesse. Dans ce spectacle, elle nous parle de son parcours d'acrobate,

de ses expériences artistiques qui l'ont forgée, des rencontres qui l'ont marquée, des choix et des blessures...

**Mer. 5 mars à 18h30 et jeu. 6 mars à 20h30**  
**Tarif plein : 22€, réduit : 10€**  
**Théâtre de l'Hôtel de Ville**  
**1 Rue Jean Gilles**  
**St-Barthélémy-d'Anjou**  
**[billetterieithv.mapado.com](http://billetterieithv.mapado.com)**



## CETTE PETITE MUSIQUE QUE PERSONNE N'ENTEND

## Poignant

Découvrez un spectacle coup de poing sur les violences faites aux femmes. Un seul en scène poignant, profondément humaniste et porteur d'espoir, né d'une rencontre improbable entre deux écorchés vifs (C. Fontaine et Joey Starr), champions de la résilience, accidentés de la vie et d'une sincérité vivifiante. Une invitation à réfléchir sur les clichés dans lesquels la société

nous enferme, homme comme femme, tour à tour bourreau ou victime.

**Ven. 7 mars à 20h**

**Tarifs : de 20€ à 28€**  
**Salle Claude Chabrol**  
**14 Rue de Pruniers**  
**[billetterietheatres.angers.fr](http://billetterietheatres.angers.fr)**

SCÈNES OUVERTES  
Talents angevins

Venez découvrir et soutenir les artistes angevins, qu'ils soient amateurs ou émergents ! La scène ouverte gagne en notoriété et rassemble des talents variés : musique, danse, théâtre, clown, chant, cirque, stand-up... Un moment convivial pour célébrer la créativité locale et encourager de nouvelles voix.



**Jeu. 13 mars à 20h**  
**Entrée gratuite**  
**Maison de quartier des Hauts-de-Saint-Aubin**  
**19 Rue Marie-Amélie Cambell**  
**[mqhsa.com](http://mqhsa.com)**

JE PENSE À TOI,  
DES NOS  
Poésie musicale

À l'occasion du Printemps des Poètes, Claude et Laurence Roth, de l'association Encre, rendent hommage à l'un des grands noms de la poésie surréaliste, disparu en déportation en 1945. À travers ses poèmes, ses chansons et son journal intime rédigé dans ses derniers jours, ils dévoilent une œuvre bouleversante, témoignage poignant d'une voix poétique trop tôt éteinte.



**Dim. 16 mars de 15h à 16h**  
**Entrée gratuite**  
**Auditorium du Musée des Beaux-Arts d'Angers**  
**14 rue du Musée**  
**[Plus d'infos : angers.fr](http://angers.fr)**

**axeliha** AL

Tous nos biens sur

**[axeliha.fr](http://axeliha.fr)**



**VOTRE PARTENAIRE EN  
IMMOBILIER ABORDABLE**

**NEUF ● ANCIEN ● SYNDIC**

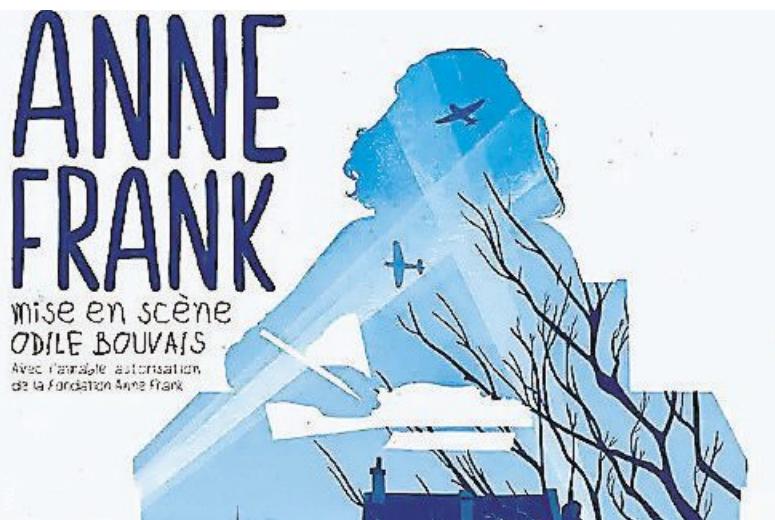
**42 Boulevard du Roi René à Angers**

## THÉÂTRE

**LES FAUSSES CONFIDENCES****Marivaux**

Sous la direction du metteur en scène Alain Françon, « Les Fausses Confidences » de Marivaux explore les jeux de manipulation et de séduction au sein de la haute société du XVIII<sup>e</sup> siècle. La pièce met en scène Dorante, un jeune homme désargenté, qui, avec l'aide de son ancien valet Dubois, tente de conquérir le cœur de la riche veuve Araminte. À travers des stratagèmes habiles et

des confidences trompeuses, les personnages naviguent entre vérités et mensonges, révélant les complexités des relations humaines et des conventions sociales.

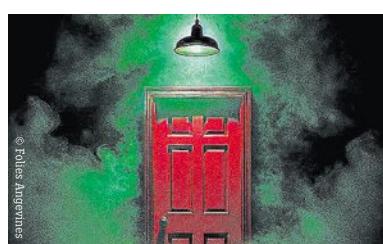
**Mar. 4, mer. 5 & jeu. 6 mars à 20h****Tarifs : de 9€ à 27€****Le Quai****Esplanade J.C Antonini****billetterie.lequai-angers.eu****ANNE FRANK****En famille**

Au-delà de l'aspect historique et de sa qualité artistique, ce spectacle permet aux spectateurs de réfléchir à l'actualité, de susciter une réflexion sur les dangers du racisme, de l'antisémitisme, de toute forme de discrimination, du combat pour les droits de l'homme et sur l'importance des valeurs de liberté, d'égalité des droits et de démocratie. La compagnie Spectabilis a souhaité initier un travail

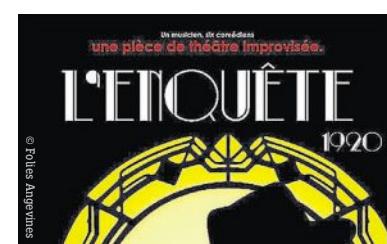
d'adaptation du Journal d'Anne Frank pour que cette œuvre et la vie d'Anne Frank puisse être transmise aux générations futures.

**Jeu. 13 mars à 20h****Tarif unique : 6€****A partir de 9 ans****Salle Claude Chabrol****14 Rue de Pruniers****billetterietheatres.angers.fr****LE CHIEN, LA NUIT  
ET LE COUTEAU**  
**Nuit trouble**

Me retrouve soudainement dans une ville vide, où le réel vacille et l'étrange s'immisce à chaque coin de rue. Autour de lui des passants hostiles, un chien affamé, une menace invisible qui le traque. Fuir ou combattre ? Rêve ou cauchemar ? Le Chien, la Nuit et le Couteau est une plongée vertigineuse dans un monde où la logique se brise, une errance haletante aux frontières de l'inexplicable.

**Jeu. 13 & ven. 14 mars à 20h****Tarif plein : 15€, réduit : 12€****Les Folies Angevines****6 Avenue Montaigne****billetweb.fr/chien-nuit-couteau****L'ENQUÊTE 1920**  
**Improvisation**

Dans un village en 1920, un crime a été commis, et le public détient la clé de l'énigme. Un inspecteur est mandaté pour résoudre l'affaire au plus vite. Dès son arrivée, il n'aura de cesse de trouver l'assassin, quitte à fouiller dans le passé de chaque suspect. Mais au final, seule la vérité compte. L'Enquête 1920 est un spectacle d'improvisation animé par six comédiens et un musicien. Les protagonistes imagineront une pièce



de théâtre unique en fonction des choix du public.

**Mar. 18 mars à 20h - Tarif : 15€****Les Folies Angevines****6 Avenue Montaigne****billetweb.fr/enquete1920****Dédicaces et rencontre**

**Samedi 15 mars**  
**Laurent Delvolé**

*Roman*  
*l'Avocat de Jésus*

**Dédicace**

**Printemps des poètes**

27<sup>e</sup> Printemps des Poètes  
LA POÉSIE VOLCANIQUE

**Rencontre**

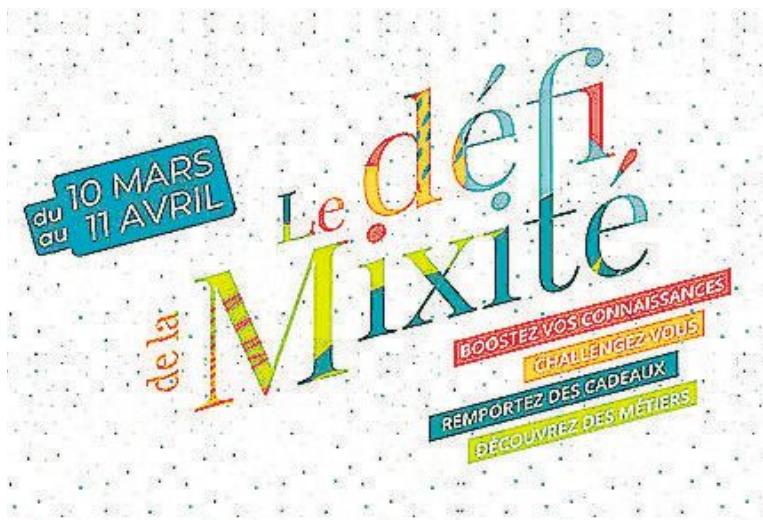
**Samedi 22 mars**  
**Bendo**

**Dédicace**

**Samedi 29 mars**  
**Benoît Roch**

**Dédicace**

## ANIMATIONS

**LE DÉFI DE LA MIXITÉ****Ludique**

Le club FACE Maine-et-Loire vous invite à un événement ludique et instructif pour approfondir vos connaissances sur l'égalité de genre et la mixité. À travers un quiz interactif, testez-vous sur des questions surprenantes : qu'est-ce que l'effet Matilda ? Quel métier a longtemps été interdit aux hommes ? Les sociétés matriarcales existent-elles vraiment ?

Un moment convivial pour apprendre, échanger et peut-être repartir avec des cadeaux ! Prêts à relever le défi ?

**Mer. 12 mars de 09h30 à 18h30**  
**Gratuit**  
**Centre commercial**  
**Espace Anjou**  
**75 Avenue Montaigne**

**À VOUS DE JOUER !**  
**Jeux collaboratifs**

Les Musées d'Angers vous proposent de découvrir les jeux de rôle avec l'association Les Conjurés du Temporel. En salle ou en déambulation, un maître du jeu vous entraînera dans une aventure collaborative où votre imagination sera mise à contribution. 5 créneaux sont proposés : 2 parties sur table de 16h30 à 18h30, une partie en déambulation de 17h à 19h, 2 parties sur table de 19h30 à 21h30.

**Sam. 15 mars de 16h à 22h**  
**Gratuit sur inscription**  
**Musée des Beaux-Arts d'Angers**  
**14 Rue du Musée**  
**Inscriptions obligatoire :**  
**eventbrite.com (taper dans la barre de recherche : « à vous de jouer », à Angers).**

**INAUGURATION**  
ATLANTIQUE OUVERTURES

**OUVERTURES**  
**FERMETURES**  
**VERANDAS**  
**PORTAILS**  
**PORTE**

**ATLANTIQUE**  
**OUVERTURES**  
Fabricant-poseur de vos projets

**28 & 29 MARS 2025**

**VENEZ VISITER**  
**NOTRE NOUVELLE USINE**  
**EN FONCTIONNEMENT !**

**De 10h00 à 19h00**

**JEU**  
**CONCOURS**

**Z.A. du Bois de la Noue 44360 ST ETIENNE DE MONTLUC 02 40 57 10 09**

**www.atlantiqueouvertures.com**

## LES RÉSONANCES SAINT-MARTIN

## CECIL L. RECCHIA

## Jazz vocal

Finaliste du Prix du jazz vocal (Palmarès Académie du Jazz 2021), la chanteuse Cecil L. Recchia s'impose comme une figure incontournable de la scène jazz française. Dotée d'un timbre unique et d'une grande expressivité, elle insuffle à ses interprétations une élégance rare et une profonde sensibilité. Avec *Play Blue*, son dernier album salué par la critique, elle rend hommage aux grandes heures du légendaire label Blue Note. Revisiter ce répertoire mythique est un défi qu'elle relève brillamment en signant tous les textes et en apportant une touche personnelle aux morceaux. Son approche, respectueuse de l'héritage du label tout en étant résolument moderne, séduit par son authenticité et son audace.

À ses côtés, un quartet d'exception donne vie à des arrangements inédits, façonnés dans l'esprit du hard bop, avec des sonorités percutantes et des improvisations



maîtrisées. La complicité entre les musiciens et la chanteuse crée une alchimie captivante, propulsant chaque morceau dans une dynamique vibrante et intemporelle. Que ce soit sur scène ou en studio, Cecil L. Recchia impose son style avec une élégance et une précision qui enchantent amateurs et néophytes du jazz. Une immersion envoûtante dans l'univers « Blue Note » (ndlr : label de jazz mythique), portée par une artiste d'exception.

**Sam. 8 mars à 20h**

**Plein tarif : 25€, réduit : 20€**

**Tarif étudiant Carte Culture de l'Université d'Angers : 3€**

**Gratuit pour les moins de 6 ans**

**Collégiale Saint Martin**

**23 Rue Saint-Martin**

**collégiale-saint-martin.fr**

## STOCHELO ROSENBERG TRIO

### Jazz manouche

Stochelo Rosenberg est reconnu comme l'un des plus grands guitaristes de jazz manouche actuels. Alliant virtuosité et émotion, sa technique impeccable et son vibrato unique lui ont permis de briller sur les plus grandes scènes mondiales aux côtés de légendes du jazz. Depuis 25 ans, entouré des meilleurs musiciens du moment, il enchaîne les concerts et s'impose comme une figure



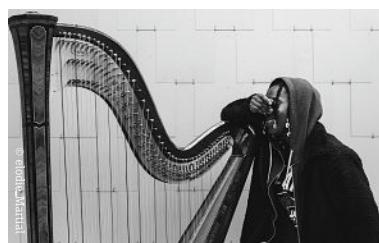
incontournable du genre.

**Mar. 11 mars à 20 h**  
**Plein tarif : 25€, réduit : 30€**  
**Collégiale Saint Martin**  
**23 Rue Saint-Martin**  
**collégiale-saint-martin.fr**

## SOPHYE SOLIVEAU

### Soul Jazz

Sophye Soliveau est chanteuse, harpiste et cheffe de chœur. Son amour des musiques afroaméricaines, du R'n'b à la soul, en passant par le gospel, a pris racine dès son enfance, et elle a approfondi ses compétences en suivant un enseignement classique. Du détournement qui nourrit ses improvisations, la recherche de guérison et l'apprentissage de la liberté, naît *Initiation*, son premier album, une fougueuse célébration d'un R'n'b voluptueux.



**Jeu. 20 mars à 20 h**  
**Plein tarif : 18€, réduit : 13€**  
**Retrouver tous les tarifs sur le site internet**  
**Collégiale Saint Martin**  
**23 Rue Saint-Martin**  
**collégiale-saint-martin.fr**

## SÖNDÖRGÖ

### Musique monde

La nature primordiale de la musique traditionnelle, la sophistication des compositions classiques, les énergies de la musique rock et la pureté de la pensée de Bartók caractérisent le groupe hongrois Söndörgö : l'un des plus passionnantes, des plus innovants et des plus réussis de la scène internationale des musiques du monde. Lorsque le quintet a été formé il y a plus d'un quart de siècle, les membres étaient encore des enfants et ont pratiquement grandi en même



temps que ce groupe incroyable.

**Sam. 15 mars à 20 h**  
**Plein tarif : 20€, réduit : 15€**  
**Collégiale Saint Martin**  
**23 Rue Saint-Martin**  
**collégiale-saint-martin.fr**

## SUR LE FIL

### CIE PYRAMID

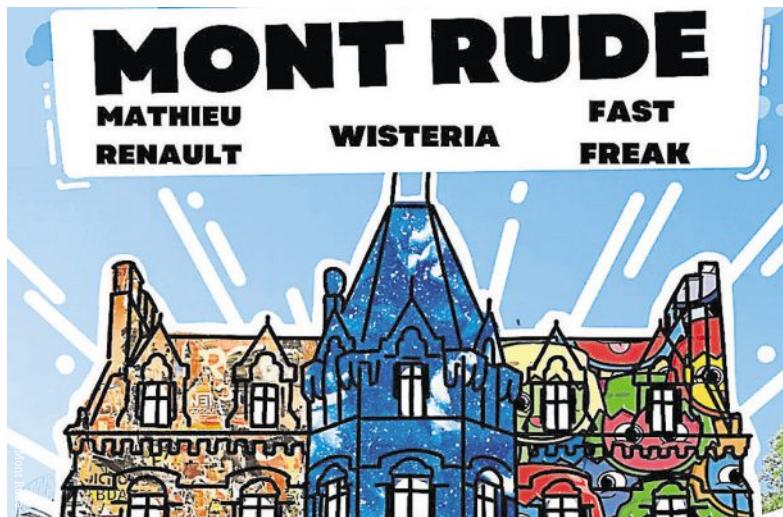
### Hip-Hop

Entre danse hip-hop, burlesque et poésie, *Sur le fil...* explore l'attente, ce moment de transition entre rêve et réalité, où chacun cherche son propre chemin d'évasion, dans l'antichambre de ses pensées. Porté par six personnages, ce spectacle nous plonge dans un univers où le décor s'anime, les tableaux grimacent et un souffle sur un bouquet de roses lance une valse à mille temps.



**Mar. 25 mars à 20h**  
**Plein tarif : 20€, réduit : 15€**  
**Retrouver tous les tarifs sur le site internet**  
**Collégiale Saint Martin**  
**23 Rue Saint-Martin**  
**collégiale-saint-martin.fr**

## EXPOSITIONS



## MONT RUDE

### Art urbain

L'exposition Mont Rude présente la rencontre de Wisteria, Fast Freak et Mathieu Renault, tous 3 artistes d'art urbain. Sur l'invitation du Château d'Arts, Ils aiguisent ensemble leurs œuvres depuis 4 mois pour faire trembler les cimaises du castel. Wisteria capture les paysages industriels oubliés et les transforme à travers le cyanotype, mêlant science-fiction et nature. Fast Freak, street

artiste et plâtrier, façonne des têtes en plâtre qu'il dissème dans l'espace urbain. Mathieu Renault, plasticien, explore la peinture et la récupération de matériaux pour révéler la beauté cachée du quotidien.

**Jusqu'au 23 mars - Entrée libre**  
**Château d'Arts**  
**3 Rue du mont rude**  
**Brissac Loire Aubance**



## LES FEMMES SONT DANS LA RUE !

### Immersion

Révolte, subversion, émancipation... Cette exposition retrace la conquête de l'espace public par les femmes à travers l'histoire. Longtemps perçue comme un lieu génré et normé, la rue est devenue le théâtre de leurs luttes pour l'égalité, la justice et leurs droits sociaux, politiques et civiques. Une immersion dans les combats menés contre les violences, les inégalités et l'oppression. Riche de plus de 300

œuvres et de documents très divers, l'exposition couvre une histoire vaste, de la Révolution française à nos jours.

**Jusqu'au 21 juin**  
**Du lund. au jeu. de 8h30 à 20h,**  
**le ven. et le sam. de 8h30 à 18h**  
**Entrée libre**  
**Bibliothèque Universitaire Belle**  
**Beille - 5 Rue André le Notre**



PORTEAL ■ PORTE ■ VOLET ■ PERGOLA  
 FENÊTRE ■ PORTE DE GARAGE ■ STORE

## PORTES OUVERTES

DU 10 AU 31 MARS

Ouverture  
exceptionnelle  
les samedis 22  
et 29 mars  
2025



EN MARS  
**-25%**  
 SUR LES PRODUITS  
 PRIVILÈGE\*

[monsieurstore.com](http://monsieurstore.com)

\*Voir conditions en magasin et sur [monsieurstore.com](http://monsieurstore.com)

Panel de 7 904 avis relevés sur l'API Google entre le 01/03/22 et le 15/01/23

Monsieur Store, le réseau n°1 qu'on recommande à ses voisins

92% de recommandation

Scannez  
le QR Code  
et prenez RDV  
avec l'un de  
nos experts



**MONSIEUR STORE ANGERS**  
**02 41 60 00 60**

Groupe 361° - Crédits photos : ©iStock : gradyreese - Monsieur Store RCS GRENOBLE 344 382 767

ESPACE  
**BRENON**



## HISTOIRES ET CHANSONS

### Jusqu'à 4 ans

La bibliothèque Nelson Mandela invite petits et grands à une immersion ludique au cœur du Tapis à Raconter. Entre histoires, comptines et chansons, laissez-vous emporter par un moment de lecture partagé. En 2025, les escargots et autres petites bêtes seront à l'honneur pour émerveiller les jeunes curieux !

**Mer. 5 mars à 10h et 11h**

**Gratuit**

**Sur réservation : 02 41 19 98 10**

**Bibliothèque Nelson Mandela**

**Rue Isidore Odorico**

## GUS

### À partir de 10 ans

Gus c'est le portrait d'un chat boiteux, pas hyper-cool, un rien zinzin, bancal, limite dangereux. Sébastien Barrier livre une épopee musicale et animée, maligne et sensible, qui donne une bonne occasion de parler des humains et de leurs félures. Recueilli dans les poubelles d'un cinéma d'art et d'essai, Gus est depuis son adoption entouré d'amour. Pour se distraire il fait un stage de cirque et rencontre Sabrina, une girafe naine et Bubulle, un poisson plat obèse. Mais rien n'y fait. Il est méfiant, agressif et taciturne ; il griffe, crache. Peut-on souffrir d'être



trop aimé ? Se remettre d'un abandon ? Et si le méchant Gus était juste cabossé ?

**Mer. 5 mars à 19h**

**Plein tarif : 27€, réduit : 9€**

**Moins de 11 ans : 6€**

**Le Quai - Cale de la Savatte**

**lequai-angers.eu**

## GAU-GAU, LES GAULOIS

### Dès 3 ans

Dans la chapelle du château d'Angers, remontez le temps avec nos amis les Playmobil qui vous font découvrir la vie avant le château ! Sur 16 m<sup>2</sup>, plus de 400 personnages et animaux ainsi qu'une quinzaine de maisons qui reconstituent la vie du château avant le château. Et oui ! le promontoire qui domine la Maine est occupé depuis bien avant le Moyen Âge... À l'Antiquité, d'irréductibles Gaulois y vivent ! Avec des sangliers et des menhirs ? Sûrement pas... Autour de la maquette présente dans la chapelle,



un fiche jeu « cherche et trouve » et des panneaux explicatifs vous révéleront les secrets des Gaulois et de leur oppidum !

**Jusqu'au 11 mars**

**Tarif individuel : 11€, gratuit pour les moins de 18 ans**

**Château d'Angers**

**2 promenade du Bout-du-Monde**



## 2ÈME ÉDITION DU FESTIVAL ENJEUX En famille

Une journée gratuite pour partager des moments chaleureux en famille ! Pour sa 2<sup>e</sup> édition, le festival Enjeux propose un programme riche en jeux, animations, ateliers et spectacles. Pensée avant tout pour les 5-11 ans, cette journée ravira les enfants de tous âges, sans oublier des ateliers spécialement dédiés aux parents. Entre jeux, expériences scientifiques, activités créatives et spectacles, le plus difficile sera de choisir... Certains

spectacles sont sur réservation.

**Mer. 5 mars de 10h à 17h**

**Gratuit**

**Programme et inscription : evenement.univ-angers.fr/festival-enjeux**

**Le Quai - Cale de la Savatte**



## SOUS LA SURFACE Papier froissé

Et si nos brouillons pouvaient parler ? Sous la surface, de Coralie Maniez, découverte au Quai en 2022 avec *Les Géométries du dialogue*, explore notre imaginaire à travers ces esquisses inachevées. Dans un atelier d'artiste, une chambre d'enfant ou le bureau d'une adolescente en révision, des boules de papier froissé jonchent le sol. Plutôt que de rester de simples projets abandonnés, elles prennent vie, devenant dessins, ombres, masques ou décors d'aventure. Grâce à un jeu subtil de lumière et de couleur,

la protagoniste évolue au cœur du papier, jouant avec notre perception et questionnant la frontière entre réussite et échec.

**Mer. 5 mars à 18h & Sam. 8 mars à 16h - Plein tarif : 27€, réduit : 9€, moins de 11 ans : 6€**

**Le Quai - Cale de la Savatte**

**lequai-angers.eu**



## CRÉATION D'UN KOKEDAMA

### Dès 8 ans

Le kokedama, art végétal japonais, consiste à cultiver des plantes dans une sphère de mousse, préservant ainsi leurs racines tout en les sublimant. Cet atelier vous invite à découvrir cette technique et à mieux comprendre les besoins des plantes pour leur bon développement. En décembre, une variante de cet atelier mettra à l'honneur l'hellébore, aussi appelée « Rose de Noël ». Une belle occasion d'apporter une touche végétale et raffinée à votre intérieur ! Prêt à réaliser votre kodekama ?

**Sam. 15 mars de 11h30 à 12h30**

**Tarif unique : 38€**

**Wheat Angers**

**18 rue du haras**

**02 85 35 91 85**

**Sur réservation : wheat-angers.com**



## CORPS SONORES JUNIORS

### En famille

Allongés sur des galets-coussins, bercés par un bain sonore apaisant, enfants et adultes sont invités à se reconnecter à leurs sensations. Grâce à des casques diffusant des histoires de corps et à la présence bienveillante de deux danseurs-masseurs, ce spectacle propose une expérience immersive totale. Entre danse, écoute et toucher, chacun explore son rapport à soi et aux autres à travers le mouvement et la

perception sensorielle. Un moment de lâcher-prise loin de l'agitation quotidienne.

**Sam. 15 mars à 10h et 11h30**  
**Plein tarif : 22€, réduit : 11€ 1**  
**Théâtre de l'Hôtel de Ville**  
**Saint-Barthélemy-d'Anjou**  
**[thv.fr/theatre](http://thv.fr/theatre)**



## ATELIER D'ÉVEIL MUSICAL

### Jusqu'à 3 ans

A l'occasion de la semaine nationale de la petite enfance, de nombreux rendez-vous d'animation et d'échanges sont proposés du 17 au 22 mars, à destination des familles et des professionnels. Le Relais Petite Enfance (RPE) propose toute l'année un atelier dédié aux enfants de 0 à 3 ans, accompagnés de leur assistant maternel. Un moment d'éveil et de découverte pour stimuler les sens des tout-petits à travers des activités

adaptées. Une belle occasion de partager un temps privilégié dans un cadre bienveillant !

**Mar. 18 mars de 9h30 à 10h15**  
**et de 10h30 à 11h15**  
**Gratuit sur inscription**  
**Maison de quartier des Hauts-de-Saint-Aubin**  
**19 Rue Marie-Amélie Cambell**  
**Inscription :**  
**[relais-petite-enfance@ville.angers.fr](mailto:relais-petite-enfance@ville.angers.fr)**

## ARTISANS, COMMERCANTS



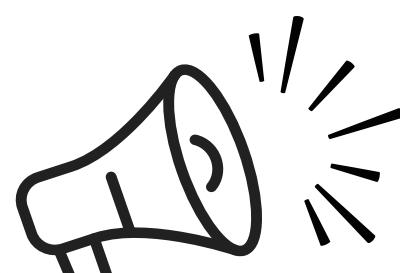
### VOS PRODUITS À LA UNE !

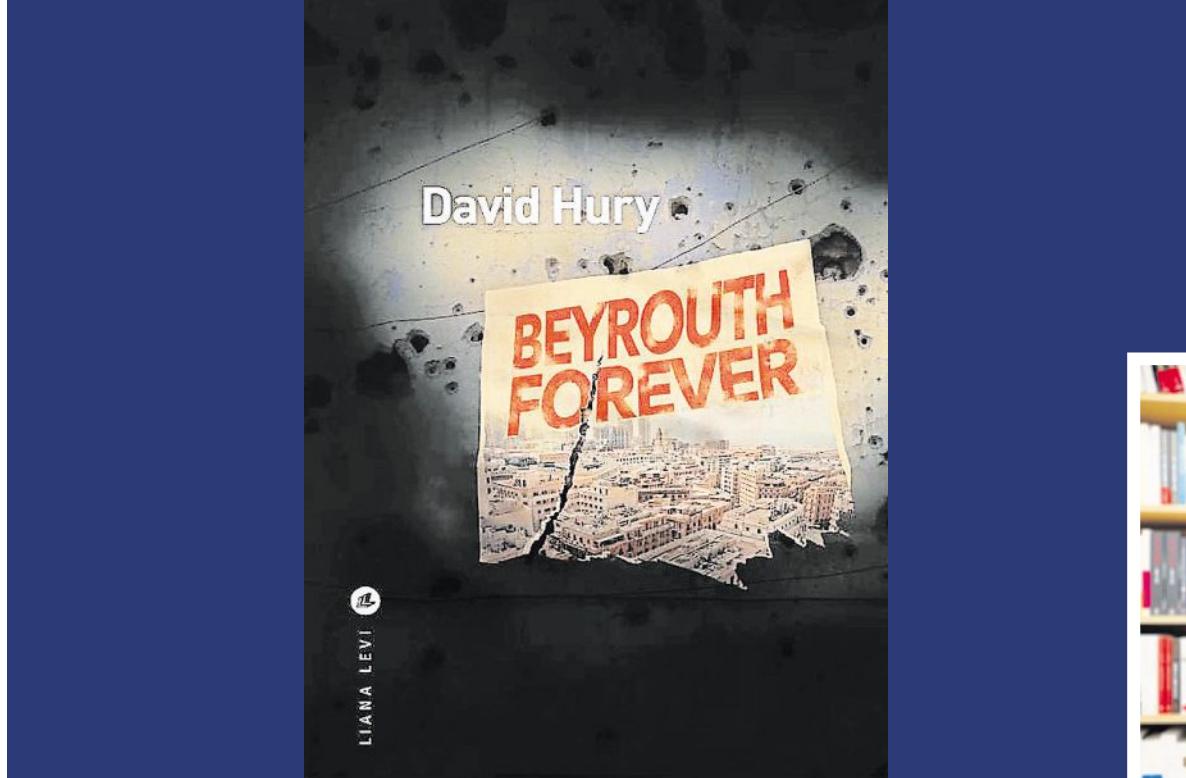
Mode, déco, accessoires :  
faites briller vos produits dans nos rubriques  
Shopping et Déco **lues par 120 000 angevins !**



angers  
maville

06 83 92 75 86





## BEYROUTH FOREVER

### David Hury

Un duo atypique va enquêter sur le meurtre d'Aimée Asmar, éminente professeur d'histoire qui avait entrepris d'écrire les derniers chapitres d'un nouveau manuel d'histoire du Liban. Celui-ci reprenait l'histoire du pays depuis son indépendance, en 1943.

**Éditions Liana Levi - 20€**

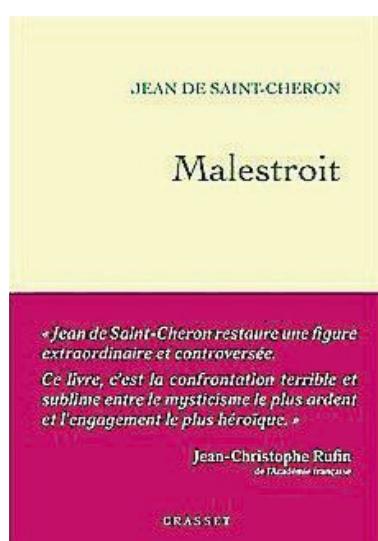
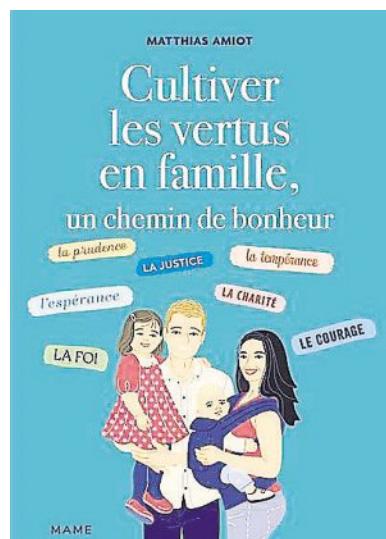


## CULTIVER LES VERTUS EN FAMILLE, UN CHEMIN DE BONHEUR

### Matthias Amiot

Quelles valeurs transmettre à ses enfants et comment ? Tout un programme ! C'est ce qu'explique le père Amiot dans ce livre à travers des conseils concrets sur la transmission générationnelle, le courage ou encore la charité.

**Éditions Mame - 14€90**



## MALESTROIT

### Jean de Saint-Chéron

Dans ce roman biographique mêlant mysticisme de légende, témoignages scientifiques déroutants et grand amour au cœur de l'Histoire, l'auteur retrace la vie d'Yvonne-Aimée de Malestroit, femme hors du commun, au destin court mais extraordinairement intense !

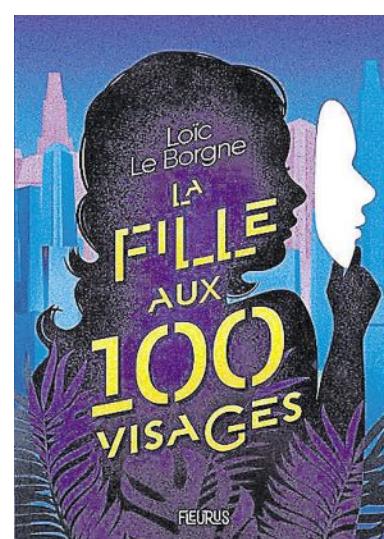
**Éditions Grasset - 20€**

## LA FILLE AUX 100 VISAGES

### Loïc Le Borgne

Dans un lointain futur, au cœur de Green City, les habitants ont pris l'habitude de changer de visage chaque matin ; cependant, Soo, 14 ans, ne sait plus quel visage choisir chaque jour.

**Éditions Fleurus - 16€95**



Olivia Maurel

## Où es-tu maman ?

Le témoignage poignant  
d'une femme née par GPA



## OU ES-TU, MAMAN ?

### Olivia Maurel

Vendue à la naissance, Olivia Maurel est la première personne née de mère porteuse. Elle livre ici un témoignage bouleversant et face à cette nouvelle traite humaine, lance un appel à l'abolition universelle de la GPA.

**Éditions du Rocher - 20,90€**

**Librairie Siloë Foch**

51 Boulevard Foch  
Ouvert du lundi au samedi  
de 10h00 à 19h00  
02 49 62 85 23  
siloë-nantes.fr



## LE SECRET DE KHÉOPS

Aventure

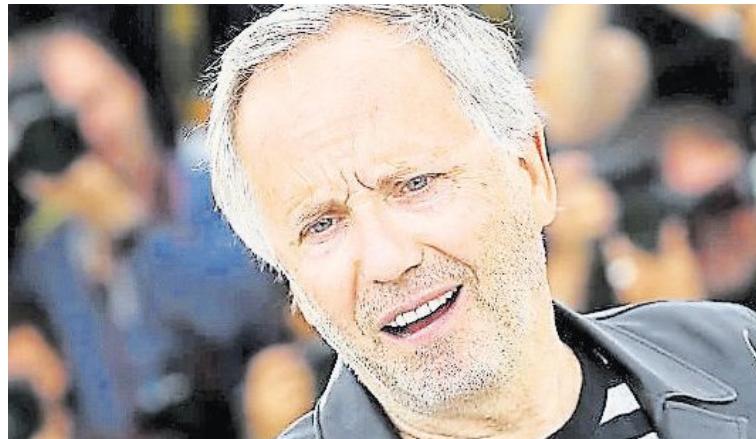
Convaincu que le trésor de Khéops a été ramené en France sous Napoléon, l'archéologue Christian Robinson se lance dans une quête à travers Paris pour en percer le mystère. Guidé par des indices laissés par Dominique Vivant Denon, il entraîne sa fille et son petit-fils dans une aventure qui pourrait mener à la plus grande découverte archéologique du 21<sup>e</sup> siècle.

De Barbara Schulz

Avec Fabrice Luchini, Julia Piaton, Gavril Darteville

Durée : 1h37

Sortie le 5 mars



## MICKEY 17

Science-fiction

Bong Joon Ho, scénariste et réalisateur oscarisé pour *Parasite*, signe une nouvelle œuvre visionnaire. Entre satire sociale et science-fiction, il explore une société où l'individu est réduit à une simple ressource interchangeable. Héros malgré lui, Mickey Barnes se tue à la tâche... littéralement ! Car c'est ce qu'exige de lui son entreprise : mourir régulièrement pour gagner sa vie.

De Bong Joon Ho

Avec Robert Pattinson, Naomi Ackie, Steven Yeun

Durée : 2h17

Sortie le 5 mars

# Cinéma

Découvrez notre sélection de la quinzaine ! Au programme : un archéologue en quête du trésor de Khéops, une dystopie percutante signée Bong Joon Ho, un drame et une comédie sociale sur les dérives du monde du travail, sans oublier un thriller d'espionnage où trahison et dilemmes déchirants s'entremêlent. Et pour une sortie en famille, laissez-vous toucher par l'histoire de Dounia, une fillette portée par l'espoir de retrouver son père.



## LE SYSTÈME VICTORIA

Drame

David, directeur de travaux sur un chantier à La Défense, jongle entre retards, pression et surmenage. Sa rencontre avec Victoria, une DRH ambitieuse, bouleverse son quotidien. Pris entre une relation intense et des enjeux professionnels oppressants, il se retrouve piégé dans un système qui le dépasse.

Par Sylvain Desclous

Avec Damien Bonnard, Jeanne Balibar, Cédric Appietto

Durée : 1h41

Sortie le 5 mars

## THE INSIDER

Thriller

Ce film d'espionnage haletant raconte l'histoire d'un couple d'agents secrets, George Woodhouse et sa femme Kathryn. Lorsque Kathryn est soupçonnée de trahison envers la nation, George doit faire face à un dilemme déchirant : protéger son mariage ou défendre son pays.

De Steven Soderbergh

Avec Cate Blanchett, Michael Fassbender, Rége-Jean Page

Durée : 1h33

Sortie le 12 mars

## DÉLOCALISÉS

Comédie

Dupé après la délocalisation de son usine en Inde, Redouane transforme sa colère en révolte en initiant les ouvriers aux droits sociaux français. Entre choc des cultures et lutte syndicale, sa vengeance pourrait bien changer l'usine... et son propre destin.

D'Ali Boughéra

Avec Redouane Boughéra, Vanessa Guide, Ahassan Uddin

Durée : 1h37

Sortie le 12 mars

## DOUNIA

Animation

Dans son pays d'adoption, le Canada, Dounia, toujours entourée de ses grands-parents et de son amie Rosalie, découvre une nouvelle culture et affronte le froid de l'hiver. Malgré les défis, elle garde espoir : elle est convaincue que les battements de son cœur ramèneront son père jusqu'à elle.

De Marya Zarif

Avec Rahaf Ataya

Durée : 0h52

Sortie le 12 mars

du 6 au 24 mars 2025

**-15%\***  
SUR TOUT LE VRAC &

**-15% SUR TOUS LES CONTENANTS**

Hors rayon traditionnel, fruits et légumes

Offre non cumulable avec les autres opérations en cours

Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas - [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

ANGERS Doyenné - Foch - Fleur d'eau - Imbach • AVRILLÉ • MÛRS-ÉRIGNÉ  
6 magasins coopératifs • Ouverts du lundi au samedi de 9h à 19h30

[www.biocoop-caba.fr](http://www.biocoop-caba.fr)

**biocoop**  
| La CABA  
*magasins*  
**Bio**



# La Gouline, cette tourte qui a conquis l'Anjou

Si l'Anjou se distingue par ses paysages vallonnés et ses vins de caractère, il lui manquait pourtant un plat emblématique. Depuis 2017, cette lacune est comblée grâce à la Gouline, une tourte généreuse aux saveurs locales qui porte haut les couleurs de son terroir... Retour sur la genèse d'une recette à succès !

## Un nom plein de tendresse

Derrière son appellation charmante, la Gouline cache une référence au patois angevin : une « gouline » désigne le visage d'un enfant, une frimousse que l'on a envie de croquer. Un nom évocateur pour une spécialité qui allie gourmandise et convivialité.

## Une quête identitaire pour la gastronomie angevine

L'histoire de la Gouline commence en 2017, lorsque le réseau *Destination Anjou* et ses partenaires, dont le chef étoilé Pascal Favre d'Anne et le journal *Le Courrier de l'Ouest*, lancent l'opération *Un plat pour l'Anjou*. L'objectif ? Trouver une spécialité culinaire capable de représenter l'Anjou, à l'image du nougat de Montélimar ou du kouign-amann breton. Le concours, ouvert aux particuliers et aux professionnels des métiers de bouche, aboutit à une finale opposant trois plats : le cul de veau à l'angevine, la fricassée de volaille et la tourte angevine. C'est finalement cette dernière qui l'emporte à l'unanimité, sous le nom de Gouline.

## Une recette 100 % angevine

Ce qui fait le succès de la Gouline, c'est son ancrage local. Composée d'une pâte brisée dorée au four, elle renferme un mélange savoureux de rillauds d'Anjou, d'échalotes IGP, de champignons de Saumur et de tomme d'Anjou, relevé d'une touche de chenin moelleux. Un véritable condensé du terroir ligérien, facile à réaliser et accessible à tous. La Gouline peut se manger en entrée ou plat de résistance

accompagnée d'une salade, elle se marie à la perfection avec un Chenin Blanc.

## Une ascension fulgurante

Depuis son élection, la Gouline n'a cessé de gagner en popularité. En 2021, l'usine BPA de Sainte-Gemmes-sur-Loire lance sa fabrication industrielle, permettant à une soixantaine de grandes surfaces de proposer cette spécialité dans leurs rayons. Parallèlement, les restaurateurs et artisans boulangers s'en emparent et la déclinent selon leur savoir-faire.

**Une confrérie pour la faire rayonner**  
Symbole de l'identité culinaire angevine, la Gouline a même sa confrérie depuis 2022. Crée le 12 octobre, date anniversaire de la naissance du célèbre critique gastronomique Curnonsky, la Confrérie Gastronomique de la Gouline et des Douceurs Angevines œuvre pour promouvoir ce plat à travers des événements et animations tout au long de l'année.

## Un plat d'avenir ?

En seulement cinq ans, la Gouline est passée du statut de recette méconnue à celui d'ambassadrice de la cuisine angevine. Sa simplicité, son coût abordable et son ancrage local en font une spécialité qui pourrait bien s'inscrire durablement dans le patrimoine culinaire de l'Anjou. De quoi donner envie d'y croquer à pleine goulé !

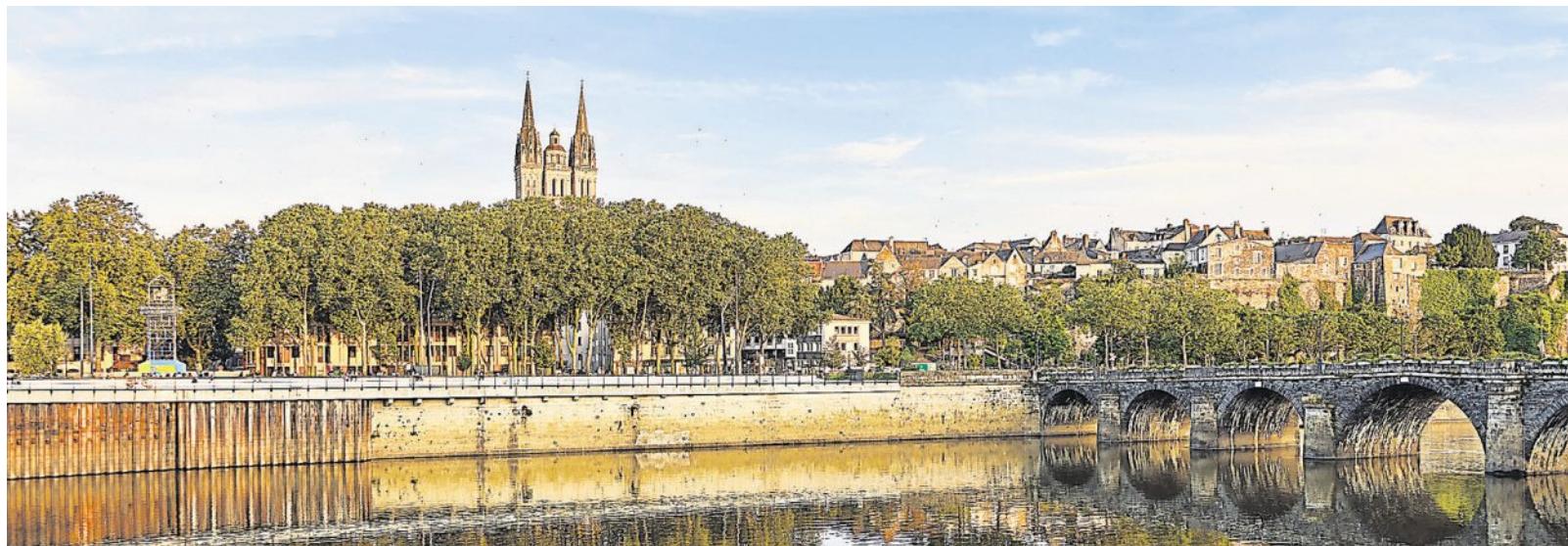


## SAVE THE DATE

Le 7 mars 2025,

Angers accueillera une démonstration exceptionnelle du chef étoilé Pascal Favre d'Anne, qui réalisera en direct une Gouline angevine et dévoilera ses secrets de fabrication. L'événement se tiendra dans les locaux de **Produit en Anjou**, au 6 rue du Maine à Angers, à partir de 15h30.

*Pour votre santé, bougez plus  
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.*



## Vos démarches

### Mairie centrale

Boulevard de la Résistance et de la Déportation  
02 41 05 40 00

### Horaires d'ouverture :

Le lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9 h à 13 h et de 14 h à 17 h 30  
Le jeudi de 10 h à 13 h et de 14 h à 17 h 30  
Le samedi de 9 h 30 à 12 h 30 uniquement pour les démarches administratives et les déclarations de naissance, reconnaissance et décès.

À noter : Un bureau d'état civil est à votre disposition au sein du CHU pour les déclarations de naissance et de reconnaissance. Ouvert du lundi au vendredi, sur rendez-vous.

### Permanences administratives

La Roseraie : Espace Frédéric Mistral, 4 allée des Baladins, 02 41 66 47 40  
Relais-Mairies

Monplaisir : 2 bd Auguste Allonneau, 02 41 37 52 20

Hauts de Saint-Aubin : 13 avenue Saint Aubin, 02 41 35 10 59

Belle-Beille : Place Beaussier, 02 41 73 37 00

### Préfecture Maine-et-Loire

Place Michel Debré 02 41 81 81 81

### Police municipale

02 41 05 40 17

### Objets trouvés

02 41 05 44 79

## Les marchés

### De 8 heures à 13 h 30

#### MARDI

- JUSTICE MADELEINE ST-LEONARD, rue des Ponts-de-Cé NEY
- CHALOUERE, place Ney

#### MERCREDI

- CENTRE-VILLE, place La Fayette
- MONPLAISIR, boulevard Auguste Allonneau

#### JEUDI

- DOUTRE SAINT-JACQUES, place du docteur Bichon
- JUSTICE MADELEINE
- SAINT-LEONARD, square Jeanne d'Arc

#### VENDREDI

- BELLE BEILLE, place Marcel Vigne
- DEUX CROIX BANCHAINS, place Camille Claudel
- CENTRE-VILLE, rue Saint-Julien, marché des producteurs locaux, de 16 h à 19 h

#### SAMEDI

- CENTRE-VILLE, grand marché : places du général Leclerc, Louis Imbach, Pier- re Mendès France
- CENTRE-VILLE, place La Fayette - DOUTRE SAINT-JACQUES, place Grégoire Bordillon
- CENTRE-VILLE, marché bio, place Molière
- LA ROSERAIE, place Jean XXIII

#### DIMANCHE

- MONPLAISIR, boulevard du Doyenné
- LAC DE MAINE, parc de loisirs du lac de Maine, esplanade de la Pyramide (de début mars à fin octobre)

## Déchèteries

### Villechien

51 Rue de la Paperie  
Saint-Barthélémy-d'Anjou

### La Baumette

Allée Seuil en Maine, Angers

### Lac Bleu

Rue de la Ternière, Avrillé

### Les Brunelleries

Ecopole Anjou-Loire, Bouchemaine

### Le Petit Guichard

Z. A. Le Moulin des Landes Saint-Sylvain d'Anjou

### La Cliae Brunette

D 751- Route des Coteaux

### Juigné-sur-Loire

Du 1er avril au 31 octobre, ouvert le dimanche matin

### Recyclerie Emmaüs

Le Sauloup-Route de Saint-Léger  
Saint-Jean-de-Linières

### Horaires d'ouverture :

- En été (du 1er avril au 31 octobre) : Du lundi au vendredi : 8h30-12h et 13h30- 17h30
- Samedi : 8h30-18h
- Dimanche : 8h30-12h sauf déchèterie Emmaüs à St-Jean-de-Linières

- En hiver (du 2 novembre au 31 mars) : Du lundi au vendredi : 9h-12h et 14h- 17h

Samedi : 9h-17h

Dimanche : 9h-12h sauf déchèterie Emmaüs à St-Jean-de-Linières

## Culture

### Les bibliothèques

ANNIE-FRATELLINI  
2 mail Clément Pasquereau  
02 41 81 89 93

### MONPLAISIR

3 rue de l'Ecriture. 02 41 60 10 60

### LAC DE MAINE

Place Guy Riobé. 02 41 48 05 43

### NELSON MANDELA

Rue Isidore Odorico. 02 41 19 98 10

### SAINT-NICOLAS

47 rue St Nicolas. 02 41 87 79 42

### LES JUSTICES

42 place des Justices. 02 41 66 97 23

### LA ROSERAIE

1 bis Henri-Bergson. 02 41 68 90 50

### BELLE-BEILLE

5 rue Eugénie Mansion.  
02 41 73 36 09

### Médiathèque TOUSSAINT

49 rue Toussaint. 02 41 24 25 50

## Urgences

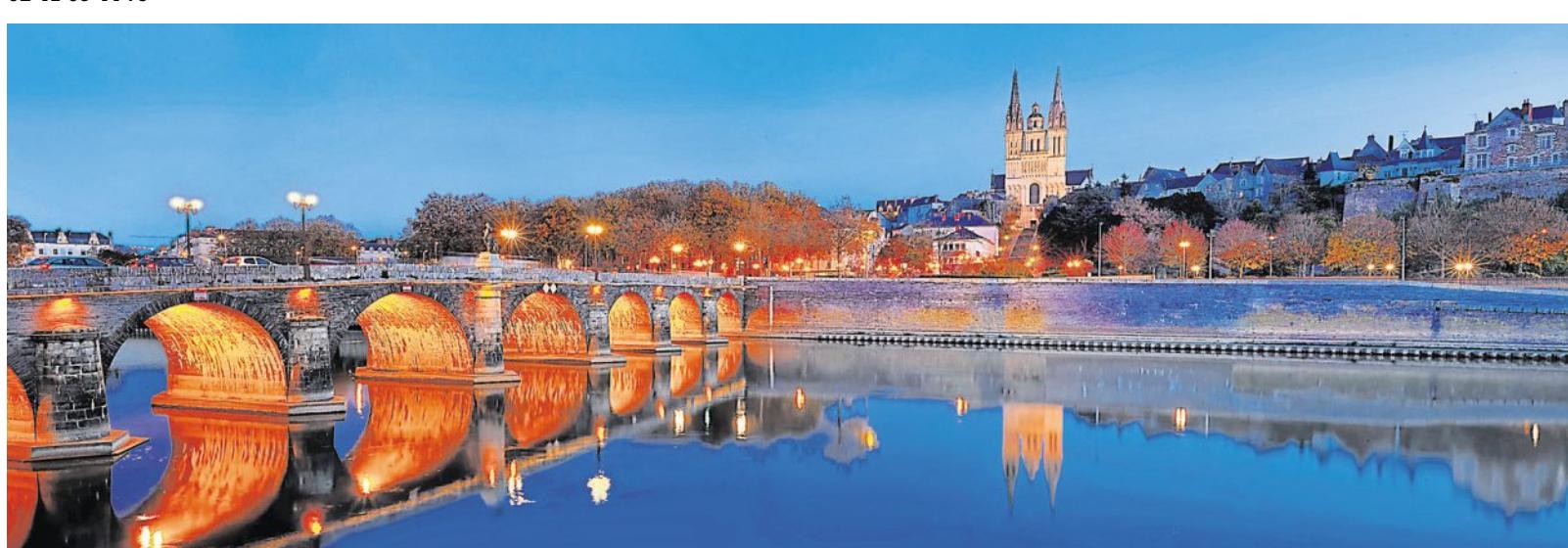
### Les numéros

#### SAMU : 15

#### N° D'APPEL D'URGENCE

#### EUROPÉEN : 112

#### POLICE SECOURS : 17





© Lea Ronaud



© Lea Ronaud



phénix 197

# L'humoriste Constance : rire, renaître et briser les tabous

Avec son humour incisif et sa sincérité désarmante, Constance se livre comme jamais. De son enfance en Picardie à son ascension sur scène, en passant par la dépression et le diagnostic de bipolarité, l'humoriste raconte son parcours sans fard. Entre rires et résilience, elle brise les tabous sur la santé mentale et célèbre sa renaissance à travers *Inconstance*, un spectacle poignant qu'elle jouera à Angers le 14 mars prochain. Rencontre avec une artiste qui a transformé ses blessures en force et son histoire en éclats de rire.

**Constance, pouvez-vous nous parler de vos débuts et de votre parcours ?**

Je viens de Picardie, de l'Oise, et j'ai grandi dans un petit village en pleine forêt de Compiègne. J'ai commencé le théâtre à 10 ans, parce que j'étais une enfant timide, et ça a été une révélation. Dès cet âge-là, j'ai su que je voulais être comédienne. J'ai toujours fait du théâtre en parallèle de l'école, du lycée, et après le bac, j'ai intégré le conservatoire d'art dramatique de Lille. Puis, à Paris, j'ai découvert le café-théâtre et le seul-en-scène. Petit à petit, j'ai commencé à écrire, joué dans des petites salles, et tout s'est enchaîné. Il y a bientôt 13 ans, j'ai rejoint l'émission de Laurent Ruquier, une vitrine incroyable. J'y ai vraiment découvert mon clown et ma manière d'écrire. Puis, à France Inter, j'ai confirmé mon amour pour l'écriture. COVID, dépression... et aujourd'hui, nouveau spectacle. Retour, mode Phénix ! (rires)

**En 2021, sur le plateau de « On est en direct » avec Laurent Ruquier, vous avez parlé de votre mal-être. Était-ce le signe avant-coureur de votre burn-out ?**

Oh, je pense que mon « juste avant le grand plongeon » a duré 15 ans sans

que je le sache. C'était inconscient. En regardant mes premiers sketchs, tout était déjà là : des moments d'euphorie, d'autres plus compliqués. Le diagnostic a tout révélé, une évidence. Même ma mère m'a dit : « Mais oui, déjà enfant, il y avait ça. » Prendre conscience de cela m'a permis d'exercer mon métier avec plus de calme et de plaisir, sans souffrir constamment. Bien sûr, j'ai encore du chagrin, des déceptions, des joies, mais c'est moins exacerbé. Ce n'est pas une mode, ce n'est pas juste « avoir des hauts et des bas ».

**Si vous deviez expliquer à nos lecteurs en quoi consiste la bipolarité ?**

Ce sont des cycles qui varient d'une personne à l'autre, de plusieurs années à quelques jours. On oscille entre une détresse absolue, avec des pensées suicidaires, et une exaltation extrême, à la fois créative et dangereuse, où l'on perd toute notion du risque. On pense pouvoir marcher sur un fil au-dessus du vide sans danger. Parfois, on traverse, parfois, on tombe. Dans ces phases, on peut dépenser sans compter, prendre des risques inconsidérés, avoir des hallucinations. Puis vient la chute : respirer devient une épreuve, se lever impossible, on ne s'alimente plus. C'est une

mort intérieure difficile à expliquer. L'objectif du traitement est de stabiliser ces excès. Être bipolaire, c'est ressentir tout plus fort, mais avec un suivi adapté, la vie devient vivable et moins dangereuse. Pourquoi se soigner ? Parce que l'enfer est atroce et que les dégâts sont immenses, en haut comme en bas. L'entourage s'épuise, certains s'éloignent. J'ai eu la chance d'avoir une famille et des amis solides, mais mon couple n'a pas tenu, mon travail a été détruit. Malgré tout, même au plus bas, il reste une lueur d'espérance.

**« Le suicide n'est pas un caprice, c'est un symptôme atroce »**

**Vous avez également dénoncé une errance médicale. Avez-vous été confrontée à des professionnels mal informés ?**

Oh oui ! Un médecin généraliste m'a dit que j'étais juste fatiguée et que je devais faire du yoga. Non, un burn-out, c'est grave. Ça révèle une maladie qui est dangereuse, avec un taux de mortalité de 30 à 40 %. Le suicide n'est pas un caprice, c'est un symptôme atroce. Ce n'est pas une mode, ce n'est pas juste « avoir des hauts et des bas ». C'est traverser l'enfer et remonter, parfois jusqu'à

des sommets de folie qui peuvent être dangereux. Il est essentiel d'être diagnostiquée et stabilisée. Et aussi admettre que c'est une maladie, qu'il faut des médicaments, qu'il faut vivre avec et non espérer en guérir. Et arrêter d'écouter les gens qui veulent soigner ça avec des huiles essentielles et des fleurs de Bach... Qu'ils aillent se faire voir, ces gens-là ! Ce n'est pas une maladie à minimiser. Ces discours peuvent mettre des vies en danger, et c'est très, très grave. On ne soigne pas un cancer en massant un doigt de pied. On ne soigne pas une pathologie mentale en faisant du yoga et en écoutant du Christophe André. Alors oui, c'est très bien Christophe André, il fait beaucoup de bien aux gens stressés, mais il n'est pas là pour sauver les gens en détresse, ceux qui souffrent de vraies maladies.

**Comment avez-vous su que vous aviez trouvé le bon spécialiste ?**

En réalité, je crois que c'est un processus long qui exige patience et résilience. Il faut accepter que rencontrer les mauvaises personnes fait partie du chemin et qu'on ne peut pas tout contrôler. Avec du recul, je pense que si j'étais tombée immédiatement sur le bon psychiatre, je n'aurais pas été prête. C'est terrible à dire, mais j'avais besoin de traverser



ces épreuves, d'être en détresse, de faire des tentatives de suicide, d'en réchapper et de me dire : « D'accord, donc c'est cet enfer-là. Je vais accepter qu'on m'aide et faire confiance. » D'abord diagnostiquée bipolaire, j'ai été mise sous lithium, sans succès. Puis on a parlé de dépression et prescrit des antidépresseurs, ce qui a aggravé mon état. Lorsqu'on est bipolaire, ces traitements peuvent être dangereux. Je me suis retrouvée sans rien, retournée chez mes parents, ayant tout perdu. Je ne supportais plus ce que j'étais devenue. Puis, j'ai trouvé une clinique où j'ai enfin été soignée correctement. Un psychiatre m'a dit que ce serait long. J'avais perdu mon travail, mon image, mais j'ai avancé, par étapes, en comprenant enfin ce qui m'arrivait. C'est ainsi que j'ai écrit le spectacle dont j'aurais eu besoin à l'époque, pour lever le tabou et expliquer ce qu'est réellement cette maladie, autant à ceux qui la vivent qu'à ceux qui l'ignorent. Et surtout, pour donner de l'espoir.

#### **Votre spectacle a-t-il eu un effet cathartique ?**

Pendant deux ans, j'ai pris des notes lors de mes hospitalisations et moments de détresse, comme une trace, au cas où je ne m'en sorte pas. Je ne pensais pas retravailler, encore moins remonter sur scène. Mais une fois sortie du gouffre, j'ai voulu essayer. J'ai fait mon retour sur scène lors d'un plateau avec mes amis de France Inter, en leur demandant de ne pas m'annoncer : « Si j'y arrive, je continue. Sinon, au moins j'aurai essayé. » Ce soir-là, l'accueil du public a été bouleversant. Ils savaient que je revenais, ils m'attendaient. J'ai retrouvé mes repères instantanément. C'était magique, comme réapprendre à marcher et réaliser que je savais encore... et que je pouvais même sautiller ! C'est là que j'ai pensé : « Pourquoi ne pas transformer ce que j'ai écrit en matière artistique ? » J'étais aussi en colère, notamment face à la difficulté de reconstruire ma vie amoureuse. Quand annonce-t-on à quelqu'un

qu'on est bipolaire ? Comme pour une maladie grave, comment éviter qu'il prenne peur et s'enfue ? La maladie mentale reste méconnue. À la moindre émotion, on devient suspecte : « Elle est cuite, elle est chtarbée. » Mais non, on a tous des émotions, on n'est pas des cailloux. J'ai traversé l'enfer, je me suis battue, et il était hors de question d'avoir honte. J'ai écrit ce spectacle sans rien à perdre, car j'avais déjà tout perdu. J'ai eu la chance de rencontrer un producteur formidable qui a cru en moi. Mais ce spectacle n'est pas une thérapie. Je n'aurais pas pu le défendre si je n'étais pas stabilisée et en paix avec moi-même. C'est un témoignage, un échange. Je ne suis pas médecin, je peux seulement aider en racontant mon histoire. C'est mon métier, et c'est ainsi que je peux contribuer.

**Vous avez commencé il y a un an et vous jouez à guichets fermés. Quel retour avez-vous sur cette aventure ?**  
C'est complètement dingue ! Je

ne sais pas combien de gens ont la chance de vivre des moments aussi forts, remplis d'amour et de reconnaissance. J'en suis bluffée. Dès les premières représentations, j'ai vu à quel point le spectacle faisait rire, et ça m'a surprise. Je pensais que ce serait plombant, mais non ! Les gens éclatent de rire, même sur des scènes de suicide. La réalité, parfois, est d'une absurdité folle. Jouer dans des salles de 800 places, voir le public debout, en larmes, me dire merci... C'est incroyable.

#### **Quel message aimeriez-vous transmettre aux Angevins ?**

Je voudrais leur dire que l'impression de perdre du temps est souvent fausse. En réalité, on est en train de construire quelque chose, et il ne faut pas avoir peur de s'accorder du temps. On a cette idée très capitaliste du « temps perdu ». Chaque expérience nous fait grandir, et ce sont souvent les mauvais choix qui nous apprennent le plus.

**LeFresne**  
Angers - Segré

Formation scolaire  
Apprentissage  
Formation adulte

**PORTE OUVERTES**

**Samedi 8 mars**  
de 9h à 13h

**Mercredi 14 mai**  
SUR RDV - de 14h à 17h

**2025**

**GÉNÉRAL & SCIENTIFIQUE** **PAYSAGE** **HORTICULTURE**  
**AGROALIMENTAIRE** **COMMERCE** **AGRICULTURE**

[lefresne-angers-segre.fr](http://lefresne-angers-segre.fr)

**NOUVELLE COLLECTION PRINTEMPS-ÉTÉ**

**Homme & Femme**

**OUVERT du SAMEDI 1<sup>er</sup> au DIMANCHE 16 MARS**

Non-stop de 10h à 19h

**Le PIED Destal**

**ZA La Royauté - Route de Chalonnes (derrière contrôle technique Auto)**

**MONTJEAN-SUR-LOIRE**

RCS Angers 533 306 512



## Camille : « La maladie enseigne une précieuse leçon de vie »

À 37 ans, Camille jongle entre sa vie de cheffe d'entreprise, son rôle de créatrice de contenu et un combat qu'elle n'avait pas anticipé : un lymphome de Hodgkin. Entre doutes, fatigue et espoir, elle partage son parcours sans filtre avec sa communauté. Pour elle, prendre soin de soi et cultiver la joie sont des armes précieuses face à la maladie. Rencontre avec une battante résolument tournée vers la vie.

### Camille, pouvez-vous nous présenter à nos lecteurs ?

J'ai 37 ans et je suis née à Angers. Après le divorce de mes parents, j'ai passé mon enfance sur l'île de La Réunion jusqu'à mes 13 ans, avant de revenir dans ma ville natale. Aujourd'hui, je suis mariée à Alexandre, papa de deux filles. Nous avons une boutique de mobilier et de décoration en centre-ville d'Angers, ICI by Artirenov, rue du Mail. Cette boutique accompagne également les projets de rénovation, de l'ameublement à la décoration finale. Je m'occupe aussi de la communication et du marketing sur nos différents réseaux sociaux, ainsi que de mon propre compte, où je partage depuis des années mes passions pour la mode, les voyages, l'art et même un peu d'humour !

### Pouvez-vous revenir sur votre parcours avant le diagnostic et nous expliquer ce qui vous a poussé à partager vos passions sur Instagram ?

En 2017, j'avais une boutique de dépôt-vente à Angers. Je prenais l'habitude de partager mes tenues et quelques pièces phares sur mon compte. J'ai toujours aimé ce lien avec les réseaux, qui permettent d'échanger autour de nos goûts et valeurs du quotidien. Je n'ai jamais voulu être une « influenceuse »

extrême, qui partage tout de sa vie privée. Je partage à mon rythme, sans courir après les likes. Mais j'ai une passion pour les montages et j'adore les rendus intéressants que l'on peut donner à une simple vidéo.

**« Je reste persuadée que prendre soin de soi est une belle thérapie, surtout quand on est malade »**

### En quoi ce diagnostic a-t-il modifié votre routine quotidienne, votre travail à la boutique et votre activité d'influenceuse ?

La fatigue générale du traitement pèse et enlève toute envie et tout courage. Le moral fluctue, les peurs envahissent et donnent envie de se blottir dans un lit ou sur un canapé. J'essaie de positiver et de profiter des semaines sans chimio. Les trois ou quatre premiers jours après une séance sont difficiles : je suis l'ombre de moi-même, pour imager un peu. Certains effets secondaires persistent, mais restent surmontables malgré tout. Je ne me plains pas, j'ai la chance de pouvoir me soigner, et c'est ce que je me répète chaque jour. La boutique tourne sans moi grâce à notre responsable à temps plein. Côté mode, en ce moment, on repassera. Mais je reste persuadée que prendre

soin de soi est une belle thérapie, surtout quand on est malade. Se voir « belle » et rayonner un peu permet de ne pas toujours affronter dans le miroir l'image d'une personne malade et fatiguée.

### Quelles activités vous permettent de vous ressourcer au quotidien ?

Dessiner, peindre, lire et surtout écrire en ce moment me fait énormément de bien ! Nous sommes allés un week-end sur l'île de Ré entre deux chimiothérapies. L'air de la mer ressource. J'ai pu constater que j'avais déjà une manière différente de regarder les paysages, les passants, la vie tout autour de moi... Ça paraît très « philosophique » dit comme ça, mais c'est pourtant bien réel : je change. La maladie enseigne une précieuse leçon de vie.

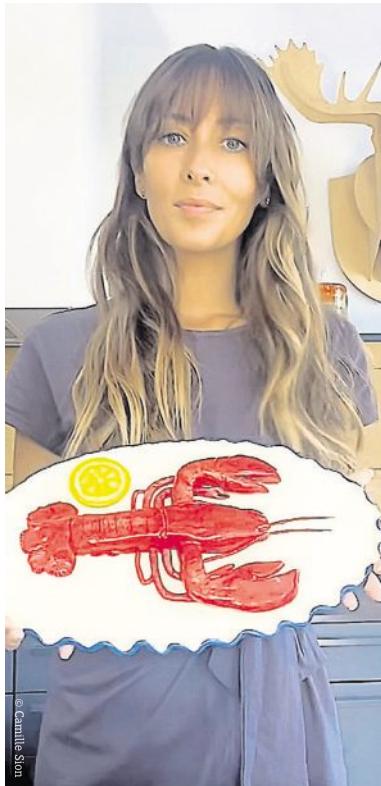
### En quoi est-ce important de communiquer sur votre maladie auprès de votre communauté Instagram ?

Parler et partager sur mon compte @dresscodecam m'aide. Ça peut paraître fou, mais c'est un véritable échange thérapeutique. Les encouragements, les témoignages, les remerciements, le fait de faire de la prévention... tout cela m'apporte énormément. J'ai été surprise par tant de bienveillance et d'humanité. Dès que j'ai su ce que j'avais,

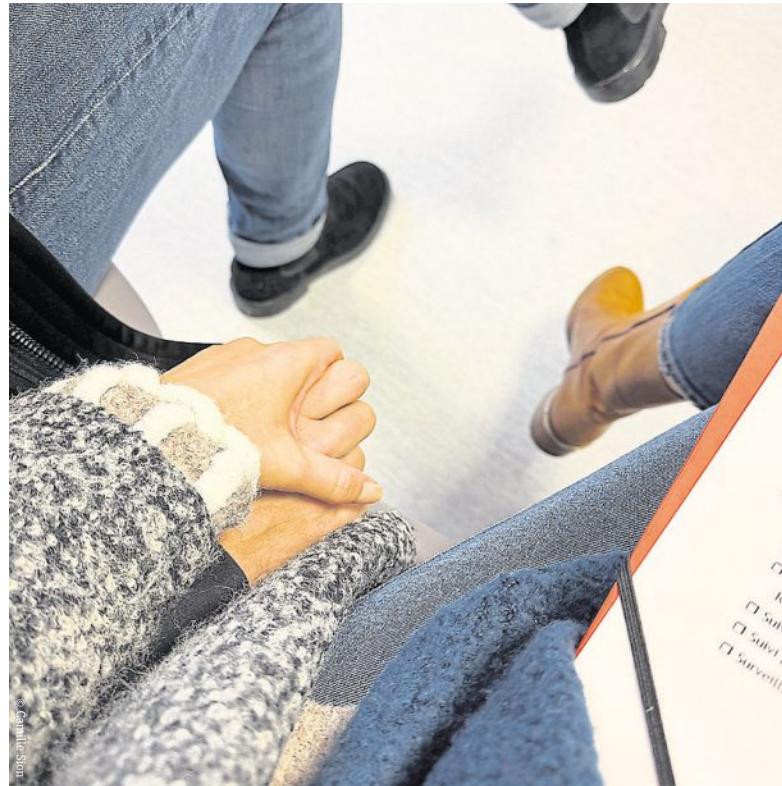
mon réflexe a été de chercher une personne qui vivait la même chose que moi sur les réseaux. Alors, à mon tour, je veux être là pour celles qui chercheront du soutien à l'avenir. Les réseaux sont parfois mal perçus et je le comprends très bien car je ne suis pas forcément en accord avec tout ce qu'ils véhiculent. Mais je me dis souvent que les réseaux sont une fenêtre ouverte sur l'extérieur. Nous ne sommes pas obligés de regarder tous les passants, à nous de les choisir.

### Quels sont les principaux défis que vous rencontrez depuis le début de votre traitement ?

Pour moi, le plus dur sur le côté « médical » a été l'opération de la chambre implantable (ce dispositif qui sert à injecter la chimiothérapie). Je suis terrifiée par les opérations, le sang, les aiguilles et tout ce qui s'en approche... Devoir m'accepter avec ce dispositif, ce « corps étranger », et craindre qu'il bouge, s'infecte ou cause des problèmes... Toutes les nuits, je me réveille pour vérifier à plusieurs reprises si tout va bien. Les jours de chimiothérapie, c'est la pose de l'aiguille qui m'angoisse... Les produits fatiguent beaucoup, mais les effets secondaires arrivent surtout les jours suivants. L'équipe médicale du CHU d'Angers est très bien, rassurante et à l'écoute. Je tire mon chapeau à ces métiers qui



© Camille Sion



© Camille Sion



© Camille Sion

sont directement liés à l'humain, qui contribuent au bien-être des autres et qui ont un impact si précieux.

**Votre regard sur votre maladie a-t-il évolué ?**

Oui, beaucoup. On dit que « la maladie a un message à transmettre », qu'elle n'est pas là par hasard. Pour ma part, je

crois que c'est réellement le cas, j'en parlerais en temps voulu car je n'ai pas assez de recul aujourd'hui étant au début de mon traitement.

**Quel rôle votre entourage joue-t-il pendant cette épreuve ?**

Se sentir soutenue, aimée et encouragée, c'est un médicament

primordial à la guérison. Après avoir attendu plusieurs heures cumulées dans les salles d'attente, main dans la main avec mon mari, j'ai vu trop de personnes seules. Ça me brisait le cœur à chaque fois... J'aimerais dire à tous ceux qui me lisent : ne laissez pas vos proches vivre des examens et des maladies

sans accompagnement. Qu'elles soient plus ou moins graves, le soutien est important, et un jour, vous pourriez en avoir besoin et vous aimeriez aussi être accompagnés. Et n'attendez pas avant de faire votre « Bucket List » ! On ne sait pas de quoi demain est fait, alors VIVEZ, AIMEZ, FONCEZ !

**Audilab**  
Ensemble, pour une belle écoute



BILAN AUDITIF<sup>(1)</sup>  
GRATUIT SUR RDV

30 JOURS  
D'ESSAI<sup>(2)</sup>  
MINIMUM GRATUITS

AIDES AUDITIVES  
100%  
REMBOURSÉES<sup>(3)</sup>

**ANGERS TASSIGNY**  
142 av. de Lattre de Tassigny  
02 41 78 60 00

**ANGERS VISITATION**  
15 place de la Visitation  
02 41 24 00 00

**ANGERS CENTRE**  
2 rue Lionnaise  
02 41 72 02 02

**BEAUFORT-EN-ANJOU**  
21 place Jeanne de Laval  
02 41 45 45 45

**SEGRÉ-EN-ANJOU**  
3 Esp. de la Gare  
02 41 26 33 96

**TRÉLAZÉ**  
65 rue des Perreyeux  
02 41 21 51 49

Retrouvez tous nos centres auditifs sur [www.audilab.fr](http://www.audilab.fr)

1. Test non médical. 2. Sur prescription médicale. Dispositif médical CE. 3. Applicable sur les aides auditives de classe 1 référencées, sous réserve d'une complémentaire santé responsable. Voir les conditions en magasin. Audilab Pays de Loire, SAS au capital de 79 220 €, 17 allée Duguay Trouin 44000 Nantes, RCS Nantes 450 791 520. Crédit image : Getty Images.



© Adobe Stock

## Plonge dans la magie de Disney !

Depuis des décennies, cet univers enchanteur émerveille petits et grands. Princesses intrépides, animaux malicieux, chansons inoubliables... Disney a façonné des générations avec des histoires riches en émotions et en imagination. Mais connais-tu vraiment tous les secrets et personnages de ce monde légendaire ? Mets tes connaissances à l'épreuve avec ce mini-quiz et embarque pour une aventure féérique ! Parviendras-tu à décrocher un 10/10 ?

### > Les personnages emblématiques :

**1. Comment s'appelle le chien fidèle de Mickey Mouse ?**

- a) Dingo
- b) Pluto
- c) Max

**2. Qui est le meilleur ami de Buzz l'Éclair dans « Toy Story » ?**

- a) Rex
- b) Woody
- c) Monsieur Patate

**3. Dans « Aladdin », comment s'appelle le perroquet de Jafar ?**

- a) Iago
- b) Zazu
- c) Abu

**4. Dans « Le Roi Lion », comment s'appelle l'oiseau conseiller du roi ?**

- a) Rafiki
- b) Zazu
- c) Timon

### > Les princesses et leurs rêves :

**5. Quelle princesse Disney rêve d'explorer le monde au-delà des murs de son palais ?**

- a) Jasmine
- b) Ariel
- c) Belle

**6. Dans « Cendrillon », que devient la citrouille grâce à la marraine la bonne fée ?**

- a) Une robe somptueuse
- b) Un carrosse
- c) Un trône

- a) Hadès
- b) Philoctète
- c) Pégase

### > Chansons et répliques cultes :

**7. Quelle chanson emblématique entend-on dans « La Reine des Neiges » ?**

- a) L'amour brille sous les étoiles
- b) Libérée, délivrée
- c) Ce rêve bleu

**8. Dans quel film Disney trouve-t-on la célèbre réplique : « Ohana signifie famille, et famille signifie que personne ne doit être abandonné » ?**

- a) « Mulan »
- b) « Lilo & Stitch »
- c) « Vaiana »

### > Films et univers Disney :

**9. Dans « Ratatouille », quel est le rêve de Remy, le petit rat ?**

- a) Devenir chef cuisinier
- b) Ouvrir une fromagerie
- c) Travailler dans un cirque

**10. Dans « Blanche-Neige et les Sept Nains », lequel de ces nains ne fait pas partie du groupe ?**

- a) Grincheux
- b) Dormeur
- c) Maladroit

**11. Dans « Hercule », comment s'appelle le centaure qui entraîne le héros ?**

### > Les grands méchants :

**12. Quel est le nom du méchant dans « La Belle au bois dormant » ?**

- a) Ursula
- b) Maléfique
- c) Cruella

**13. Dans « La Petite Sirène », quel est le nom de la méchante sorcière des mers ?**

- a) Maléfique
- b) Ursula
- c) Morgana



Bonnes réponses : 1.b, 2.b, 3.a, 4.b, 5.a, 6.b, 7.b, 8.b, 9.a, 10.c, 11.b, 12.b, 13.b

Alors, quel est ton score ? Partage-le avec tes amis et déifie-les de faire mieux !

# Les orchidées, fascinantes voisines

Elles font le trait d'union entre le parfum de votre crème glacée, le bureau de votre voisine Josianne et les talus de vos campagnes : les orchidées. Ces plantes fascinent par leur diversité et la complexité des relations qu'elles tissent avec les insectes.

## Un monde de plantes et d'insectes

L'anthropocentrisme aidant, nous pouvons avoir l'impression de vivre à l'ère des mammifères et des vertébrés. Il n'en est rien. 85% des espèces animales connues sont des insectes. Et s'ils sont aussi diversifiés c'est parce qu'une escalade évolutive a eu lieu entre eux et les plantes à fleurs (qu'on appelle les plantes angiospermes). Cette escalade prend la forme d'un « je t'aime moi non plus » géant où les plantes et les insectes actuels expriment des spécialisations pour attirer, consommer et/ou repousser l'autre. Fruit de cette compétition vieille de 400 millions d'années environ, on connaît aujourd'hui 1,3 million d'espèces d'insectes et les plantes à fleurs représentent 90% des espèces végétales avec plus de 300 000 espèces connues.

## Les orchidées, le groupe aux mille secrets

L'un des groupes qui s'est le plus diversifié est celui des orchidées. Les quelque 160 espèces de France n'expriment pas à elles seules leur exubérance. Certaines poussent sur d'autres plantes (on parle de plantes épiphytes), d'autres sont des lianes (comme la vanille) et d'autres sont, comme toutes les espèces de France, terrestres. La plus grande peut mesurer 3 mètres et la plus petite seulement quelques millimètres. Mais quasiment toutes entretiennent des relations complexes et parfois absolument exclusives avec les insectes. Le cas le plus connu est celui de la « vanille

bourbon » pollinisé à la main dès 1841 grâce à la découverte d'un esclave réunionnais, Edmond Albius. Il faut dire que quand on a introduit la vanille sur l'île Bourbon, on était loin d'imaginer que sa floraison était étroitement liée à des abeilles spécialisées d'Amérique centrale.

## Arnaqueuses d'insectes

Rien que sur la commune d'Angers ce sont 12 espèces d'orchidées qui ont été comptées déjà. Mais dès la mi-avril et jusqu'au début mai, soyez un visiteur régulier des pelouses calcaires du département. Le spectacle d'un champ d'Orchis mâle vaut le détour ! Leur pollinisation est très particulière : la plante attire des insectes par effluves mais ne produit pas de nectar. On parle de pollinisation par « duperie » : une stratégie largement déployée chez les orchidées. Les abeilles et surtout les bourdons qui les visitent sont des individus n'ayant pas encore appris que les orchidées ne proposent pas de nectar. Ils visitent quelques fleurs d'orchidée avant de passer à une autre essence.

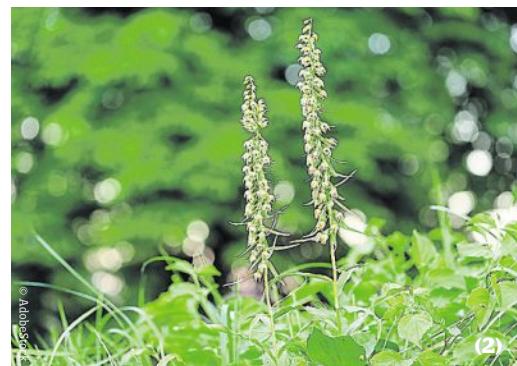
Direction les dessous de bois à la recherche de l'Epipactis à larges feuilles (2). Cette orchidée, plus discrète, est autrement plus complexe encore. Elle, simule les odeurs de choux parasités. Mais pourquoi ? Les choux appartiennent à une famille répandue : les brassicacées. Dans cette dernière, vous trouverez la moutarde, le colza, les différentes variétés de choux consommés (qui, pour l'info, ne sont que les variations d'une seule et

même espèce dont on a sélectionné ici les feuilles, ici les tiges, pour créer les parties consommables) mais aussi les capucines, la roquette (et oui !) ou les giroflées. Cette famille concentre l'attention de quelques espèces de papillons les plus répandues : les piérides. Les chenilles de ces papillons blancs (que tout le monde a vu 1 000 fois) consomment les feuilles des brassicacées et sont le mets préféré de... guêpes parasitoïdes. Et notre chère Epipactis mime donc l'odeur stimulante d'un chou attaqué par les chenilles pour attirer ces petites guêpes qui la polliniseront (3).

Ce ne sont que deux exemples illustrant la subtilité des orchidées et l'incroyable complexité du couple « plante à fleurs / insectes ».

## Qui-suis-je ?

François MATHIEU, naturaliste et co-fondateur de quelestcetanimal.com, vous emmène à la découverte de la biodiversité commune des villes, des parcs et des jardins.



Le mot « Orchidée » vient du grec *orchis*, les testicules. Allusion à la forme des racines souterraines de certaines espèces comme l'Orchis mâle ici en photo.

L'Epipactis à larges feuilles (*Epipactis helleborine*), une orchidée discrète des milieux boisés et ombragés.

La chenille de la piéride de la rave, familiale des jardins, a servi de festin aux larves de guêpes, dont les cocons jaunes l'entourent désormais.



DU 05 AU 31 MARS 2025  
LES JARDINS EN FÊTE  
Saint Barthélemy d'Anjou - Angers - Du lundi au samedi de 9h à 20h & Dimanche de 9h à 13h



Retrouvez toutes les bonnes affaires ici

Des centaines d'offres exclusives !

Nettoyer, tondez, aménagez, jardinez... et profitez d'un extérieur parfait !

# Course « Angers au féminin » 2025

Entre défi sportif, ambiance conviviale et engagement solidaire, la Course Angers au Féminin fait son retour le samedi 8 mars. Un parcours accessible à toutes, à travers les rues d'Angers, pour allier plaisir de courir et esprit de partage. Un rendez-vous dynamique pour célébrer la Journée internationale des droits des femmes. À vos maillots, prêtes ? Courez !



© Adobe Stock

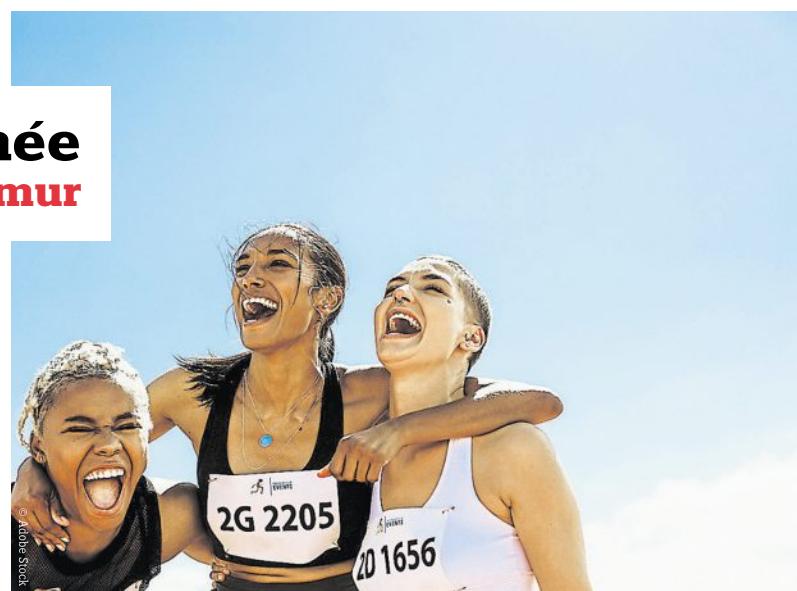
## Sport et solidarité La féminité célébrée

Accessible à toutes, cette manifestation organisée par l'Entente Angevine Athlétisme propose deux épreuves adaptées aussi bien aux débutantes qu'aux coureuses expérimentées. Bien plus qu'un simple défi sportif, elle met à l'honneur la place des femmes dans le sport et dans la société, tout en valorisant les transformations urbaines de la ville. Chaque participante franchissant

la ligne d'arrivée recevra une médaille de finisher, symbole de son engagement et de son effort. Par ailleurs, pour chaque inscription, 0,50€ sera reversé aux Gazelles Intrépides, une association œuvrant pour la promotion du sport féminin. Une initiative qui renforce l'engagement solidaire de l'événement, alliant dépassement de soi et soutien à une cause essentielle.

## Programme de la journée Départ et arrivée au stade Frémur

- |  |   |
|--|---|
| <p>- <b>15h</b> : accueil des participantes au stade de Frémur situé rue des Chaffauds</p> <p>- <b>15h30</b> : échauffement collectif</p> <p>- <b>16h</b> : départ de la course 5km</p> <p>- <b>16h30</b> : échauffement collectif</p> <p>- <b>17h</b> : départ de la course 9km</p> <p>- <b>18h</b> : remise des prix</p> | <p>- <b>18h15</b> : dernière arrivée au stade de Frémur</p> <p>- <b>18h30</b> : tirage au sort pour le diamant naturel certifié entre toutes les arrivantes (diamant offert par Prémices Joaillerie).</p> |
|--|---|
- Arrêt de tram le plus proche**  
L'arrêt de tram le plus proche, Strasbourg, est situé à 500 m du stade de Frémur.



© Adobe Stock

## Journée internationale Des droits de la femme

Chaque année, le 8 mars, le monde célèbre la Journée internationale des droits des femmes, une date emblématique née des luttes pour l'égalité. Officiellement reconnue par l'ONU en 1977, elle trouve ses origines dans les manifestations ouvrières du début du XX<sup>e</sup> siècle, où les femmes revendiquaient de meilleures conditions de travail et le droit de vote. Aujourd'hui, cette journée met en lumière les

avancées obtenues, mais aussi les inégalités persistantes, rappelant l'importance de poursuivre le combat pour les droits des femmes à travers le monde.

**Pour vous inscrire à la course « Angers au féminin » ?**



© Adobe Stock

# Des motifs plein la déco : cap sur les incontournables !

La décoration d'intérieur ne saurait exister sans les motifs. Essentiels pour donner du caractère et exprimer votre style, ils jouent un rôle clé dans l'ambiance d'un espace. Qu'ils soient imprimés ou brodés, sur un papier peint, un coussin, un vase, un rideau ou un tapis, ils apportent relief, perspective et cachet. L'essentiel est de laisser libre cours à votre créativité afin de créer un univers à la fois esthétique et personnel, tout en veillant à un équilibre harmonieux.

## INSPIRÉS PAR LA NATURE

Qu'ils soient discrets ou XXL, les motifs végétaux et animaliers ont toujours été une source d'inspiration pour les décorateurs. « Square Jasmin » de chez Casamance offre une véritable reconnexion aux éléments naturels grâce à son feuillage luxuriant et ses fleurs stylisées. Inspiré de l'hôtel particulier conçu en 1922 par Hector Guimard, ce motif raffiné mêle subtilement effets irisés et mats. Peuplé de saules, d'iris du Japon, de jasmins en fleurs et de joncs, ce jardin d'eau reflète le souci du détail propre à l'architecte français, digne représentant de l'Art nouveau.

## Où le trouver ?

Sikkens Solutions

24 Boulevard Gaston Birgé - @sikkensangers

## ABSTRAITS ET GÉOMÉTRIQUES

Du papier peint à la rayure discrète au vase audacieux en damier coloré, les motifs géométriques s'invitent partout pour sublimer la maison. Les rayures, parfois jugées trop classiques, se modernisent avec des bandes plus ou moins larges et des teintes acidulées, modifiant ainsi la perspective d'une pièce et lui apportant de la hauteur. D'inspiration ethnique et artisanale, tapis, coussins et rideaux aux motifs géométriques insufflent une touche bohème. Quant aux motifs abstraits, souvent inspirés du monde artistique, un papier peint panoramique peut créer l'illusion d'une grande toile. Mixer plusieurs motifs est possible, à condition de préserver une harmonie visuelle en jouant sur un mélange cohérent de teintes et de variations d'échelle.

## FRUITÉS ET FLEURIS

Les motifs vitaminés insufflent à nos intérieurs une énergie joyeuse et une touche d'humour. Oranges, fraises, citrons... ces illustrations vives et colorées apportent fantaisie et éclat. Côté fleurs, l'audace est de mise : elles se déclinent en version pop inspirée des années 70 ou en format XXL, rappelant les tableaux de maîtres du XVIII<sup>e</sup> siècle. Amusez-vous avec les motifs, les possibilités sont infinies ! Lampe en céramique à damiers, vase bayadère coloré ou coussin fait main... De nombreuses pépites déco sont à découvrir, notamment chez Maison Gorguette.

## Où les trouver ?

Chez Maison Gorguette

57 Rue du mail - @maisongorguette



## Qui suis-je ?

Véronique Goxe, décoratrice, a créé Atelier Maison Bleue pour vous accompagner dans vos projets de décoration d'intérieur avec des créations personnalisées et harmonieuses.



ateliermaisonbleue@gmail.com  
Site : ateliermaisonbleue.com  
Instagram : @ateliermaisonbleue

DU 5 FÉVRIER AU 5 AVRIL

## LIQUIDATION TOTALE

AVANT FERMETURE DÉFINITIVE\*

N° autorisation 2024-09.  
\*Remise sur les produits signalés par une étiquette spécifique en magasin, dans la limite des stocks disponibles. Voir conditions de livraison et d'installation en magasin. Non cumulable avec une autre promotion en cours.

**Mon meublena**  
MEUBLES RAMBAULT

**MEUBLES RAMBAULT** 26 - 30 rue du Grand Launay - ANGERS  
[www.rambaultmeubles.fr](http://www.rambaultmeubles.fr)



Visitez notre site web

# Deux adresses, deux ambiances !

De l'assiette au décor, Le Résia et Le Bigwood's Pub ont chacun leur univers, mais partagent le même goût de l'expérience. Le premier célèbre la convivialité avec une cuisine généreuse mêlant terroir et inspirations italiennes, tandis que le second invite à l'évasion entre atmosphère marine et immersion cyberpunk. Gourmandises, découvertes et expériences uniques : deux adresses à tester sans hésiter !



## LE RÉSIA

### Une adresse conviviale et gourmande

Situé aux portes d'Angers, Le Résia mêle l'atmosphère d'un bar chaleureux, le plaisir d'une pizzeria et la générosité d'un restaurant gourmand. Avec sa cuisine diversifiée et son ambiance conviviale, l'établissement séduit une clientèle en quête de saveurs authentiques et de moments partagés. La carte, entre gastronomie française et inspirations italiennes, mise sur la qualité des produits et l'originalité des associations. Les antipasti ouvrent l'appétit avec des rillettes d'aiglefin, un camembert rôti au miel et à l'origan, ou une crème de chou-fleur au speck grillé et croûtons à l'ail.

Côté plats, la diversité est au rendez-vous. Les amateurs de viande apprécieront un tartare de bœuf au couteau ou un bœuf bourguignon accompagné de tagliatelles maison. Les burgers, dont le généreux « Burger Résia » et le « Burger Végé », ainsi que les pizzas maison, élaborées avec

une pâte artisanale et des ingrédients soigneusement sélectionnés, viennent compléter l'offre gourmande. Le brunch du dimanche, véritable institution, est apprécié pour sa générosité et la qualité de ses produits. Servi dans une atmosphère détendue, il séduit aussi bien les familles que les groupes d'amis en quête d'un moment convivial. Avec son accueil chaleureux, son bon rapport qualité-prix et sa cuisine soignée, Le Résia s'impose comme une adresse idéale pour un déjeuner gourmand, un dîner entre amis ou une soirée placée sous le signe du partage. Un lieu où convivialité et saveurs se rencontrent. À tester sans hésiter !

#### Le Rézia

141 Rue Pierre Mendès France  
07 77 37 89 44  
leresia.com

## LE BIGWOOD'S PUB

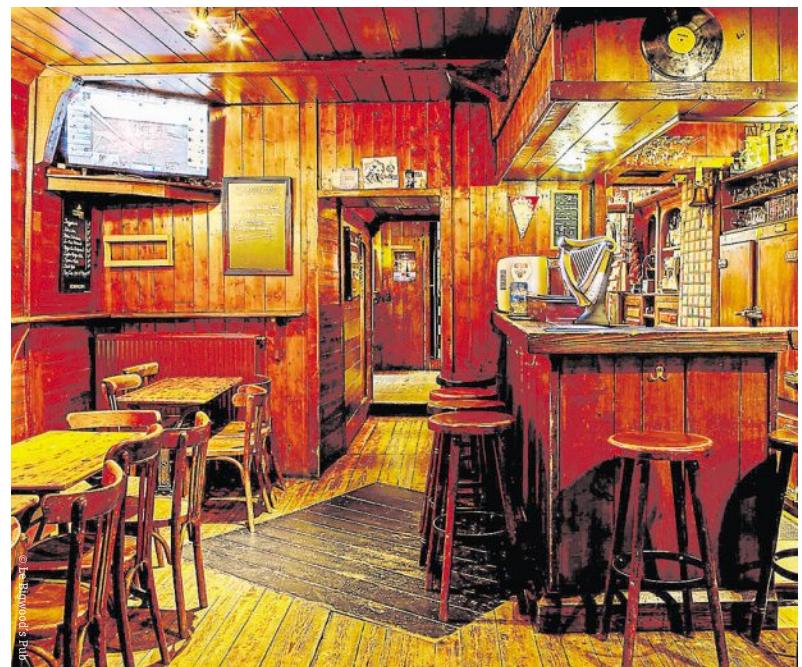
### Ambiance immersive et survoltée

Niché dans une petite rue calme du centre-ville, le Bigwoods s'est imposé comme une adresse incontournable pour les amateurs d'expériences uniques. Ce pub immersif propose trois salles, trois ambiances, mais une même convivialité. Dès l'entrée, l'atmosphère maritime vous plonge dans l'univers d'une cale de bateau en bois vernis, dont le bardage authentique date des années 1990. Pièce maîtresse du décor, un Frigidaire en bois des années 40, toujours en fonctionnement, trône fièrement dans cette première salle où résonnent les sons du rock et du metal. Ici, on déguste des bières artisanales que l'on ne trouve pas ailleurs.

En poursuivant votre découverte, un patio couvert vous accueille dans une atmosphère plus intime, propice aux échanges. Mais l'expérience ne s'arrête pas là... Derrière l'une des portes noires du patio, un

couloir secret mène à l'Afterlife, l'espace le plus énigmatique du bar. Plongée dans un univers cyberpunk et futuriste, cette salle vous projette en 2377. Conçue comme un véritable Escape Game, elle regorge de détails immersifs : hologramme, trompe-l'œil de 8 m<sup>2</sup>, arche lumineuse et fresques murales. L'expérience est amplifiée par une ambiance musicale résolument électro, entre synthwave et techno, et un barman expert en cocktails et shooters, prêt à surprendre les visiteurs. Pour couronner le tout, le Bigwood's propose désormais des formules le midi (Plat, boisson, dessert pour 12 euros) et des plats le soir, et ce toujours à des prix abordables !

**Le Bigwood's Pub**  
20 Rue Chateaugontier  
09 74 64 03 65  
bigwoods.fr



Plus de pépites food sur :  
angers.maville.com/restaurants-bars/

# L'élégance artisanale à la française

Deux boutiques angevines se distinguent par leur passion pour le linge de maison raffiné et leur exigence de qualité. A&C Maison sublime les intérieurs avec une sélection élégante de textiles et d'objets déco, tandis que Garnier-Thiebaut perpétue un savoir-faire vosgien ancestral à travers des créations haut de gamme. Entre tradition et modernité, ces enseignes réinventent l'art du textile avec style et authenticité. On vous emmène ?



## A&C MAISON L'élégance intemporelle

Dès la porte franchie, l'atmosphère feutrée invite à la découverte d'un univers où qualité et esthétisme se conjuguent harmonieusement. Fondée par des passionnés de décoration et d'art de vivre, la boutique s'est imposée au fil des années comme une référence. Son ambition : proposer une sélection exigeante de textiles et d'objets décoratifs, alliant élégance, confort et savoir-faire artisanal.

Linge de lit, plaids moelleux, coussins aux textures délicates, rideaux élégants ou serviettes douces, chaque pièce est soigneusement choisie pour apporter confort et style à votre intérieur. Matières nobles, finitions soignées et touches raffinées font de chaque article une pièce unique, pensée pour traverser les saisons avec élégance. Parmi les marques phares, on retrouve Le Jacquard Français, Vivaraise ou Essix, qui allient savoir-faire traditionnel et modernité.

Chaque création est sélectionnée avec minutie pour sa qualité et son design, mariant tendances actuelles et artisanat d'exception. Au-delà du textile, la boutique propose une sélection de petits meubles, luminaires et objets décoratifs, choisis avec exigence pour sublimer chaque espace. Les amateurs d'art de vivre apprécieront la diversité des matières et des couleurs, pensées pour créer des ambiances chaleureuses et intemporelles. Loin des tendances éphémères, la maison célèbre le beau et le durable, avec une approche éthique et élégante. Une invitation à repenser son intérieur avec goût et authenticité.

**A&C Maison**  
22 Rue Saint Aubin  
02 41 88 28 32  
ac-maison.com

## GARNIER-THIEBAUT L'excellence à la française

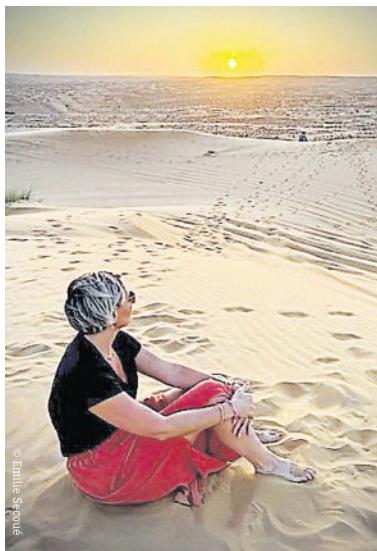
Référence du linge de maison haut de gamme depuis 1833, Garnier-Thiebaut incarne un savoir-faire textile d'exception. Fondée à Gérardmer, au cœur des Vosges, la maison est née de la fusion de deux manufactures familiales, perpétuant depuis près de deux siècles une tradition d'excellence. Spécialiste des matières nobles, elle propose des créations raffinées, confectionnées dans ses ateliers vosgiens.

Ses collections séduisent dès le premier regard par leurs couleurs vibrantes et leurs motifs élégants. Nappes, serviettes, torchons, draps et housses de couette se déclinent en coton peigné et lin lavé, illustrant un engagement fort pour une fabrication 100 % française, où innovation et artisanat se conjuguent avec exigence. L'offre variée s'adapte aussi bien aux intérieurs classiques que

contemporains. Nappes élégantes, linge de lit délicat, motifs intemporels ou tendances, chaque collection sublime les espaces. Alliant créativité et excellence, la marque collabore également avec de grands hôtels et restaurants, témoignant de son prestige et de son savoir-faire reconnu. Engagée dans une démarche écoresponsable, elle privilégie des teintures écologiques et des procédés durables, garantissant une longévité exceptionnelle aux produits. À travers ses collections, cette signature textile célèbre l'art du linge de maison à la française, entre tradition, qualité et élégance intemporelle.

**Garnier-Thiebaut**  
4 Rue Bodinier  
02 72 47 12 19  
garnier-thiebaut.fr





© Emilie Secoué



© Emilie Secoué



© Emilie Secoué

## Les pépites d'Emilie

Férue de voyages, Emilie a créé Liliz'Travels pour organiser des séjours sur mesure et authentiques, loin des formules standardisées. Angevine d'adoption, elle nous dévoile son parcours, ses bonnes adresses et sa vision du voyage, entre passion et évasion.

### Peux-tu te présenter ?

Je suis Emilie, j'ai 42 ans et je suis maman de trois enfants. Originaire de Cholet, je me suis rapprochée d'Angers il y a bientôt 25 ans. Après 18 ans en tant qu'acheteuse dans une grande industrie angevine, je me suis lancée comme travel planner en créant **Liliz'Travels** (1) afin d'accompagner mes clients dans l'organisation de séjours sur mesure.

### En quoi ton approche diffère-t-elle de celle d'une agence de voyage classique ?

Je propose une approche à la fois humaine et personnalisée, où chaque voyage est conçu en fonction des envies, du rythme et du budget de mes clients. Pas de formules toutes faites : chaque itinéraire est unique, pensé avec soin pour offrir une expérience authentique et inoubliable.

### Tes restaurants favoris dans notre belle cité ?

J'adore **Mamie Fada** (2) pour son cadre et son ambiance chaleureuse. J'aime aussi beaucoup le restaurant **Joe Carpa** (3), un endroit idéal pour passer un bon moment entre amis, avec une cuisine simple mais délicieuse.

### Un bar où tu aimes boire un verre ?

**Le Ginkgo** (4) est l'un de mes lieux préférés pour ses cocktails faits avec passion. Et **Nuances Terroirs** (5), un pub agréable où l'on peut savourer de bonnes bières dans une ambiance conviviale.

### Un événement à Angers que tu ne manquerais pas ?

**Les échappées en Loire** (6), anciennement VVR, est un événement d'cenotourisme que j'apprécie particulièrement pour son ambiance conviviale au cœur des vignobles de la Loire. C'est l'occasion de découvrir de magnifiques paysages locaux, d'échanger avec les vignerons et de passer un moment agréable en famille ou entre amis. Cela fait plus de dix ans que je ne manque pas ce rendez-vous !

### Parmi tous les voyages que tu as organisés, lequel t'a le plus marqué et pourquoi ?

Parmi tous les voyages que j'ai organisés, celui qui m'a le plus marqué est sans doute le road trip de trois semaines en Australie, conçu pour un père et sa fille de 8 ans. Une véritable aventure, mêlant exploration de paysages spectaculaires et moments de complicité inoubliables.

### Si tu devais résumer ta philosophie de vie en une phrase, quelle serait-elle ?

« Peu importe la destination, l'essentiel, ce sont les personnes avec qui tu partages ces moments et la manière dont tu les vis pleinement ».

### Ton activité en plein air préférée à Angers ?

J'adore me promener et flâner dans le centre-ville d'Angers, découvrir de nouvelles adresses, faire du shopping et profiter de l'ambiance animée.

### Une passion, un hobby ?

Le voyage est ma passion : découvrir de nouvelles cultures, rencontrer des personnes inspirantes et sortir de ma zone de confort. Chaque escapade m'enrichit et j'aime transmettre cette

énergie en créant des séjours sur mesure.

### Un projet qui te tient à cœur pour l'année 2025 ?

Développer encore davantage mon agence, proposer de nouvelles formules de voyages sur mesure et continuer à créer des collaborations avec d'autres passionnés de voyage pour offrir toujours plus d'expériences uniques.

### Quelles sont les boutiques que tu aimes particulièrement ?

Je suis fan de la boutique **Le Dressing de Blondie** (7) et de **Paillette** (8), deux enseignes tenues par des femmes entrepreneuses angevines, qui prouvent que croire en ses rêves permet de créer de magnifiques projets.

### Fait-il bon vivre à Angers ?

Oh que oui ! Angers est une ville dynamique et agréable à vivre, offrant une belle qualité de vie ainsi que de nombreuses possibilités de détente et de loisirs.

### Un message que tu souhaiterais adresser aux Angevins ?

Chers Angevins, osez voyager pour vous enrichir de nouvelles expériences ! Que ce soit pour un city-trip, un road trip, un week-end découverte, des vacances en famille, un voyage avec un groupe d'amis ou une surprise pour votre cheri(e), n'hésitez pas à me contacter pour des séjours sur mesure adaptés à vos envies et à votre budget !



### SON CARNET D'ADRESSES :

**(1) Liliz'Travels**  
liliztravels.com

**(2) Mamie Fada**  
18 quai des Carmes

**(3) Joe Carpa**  
16 bis Bd du Maréchal Foch

**(4) Le Ginkgo**  
35 Bd du Maréchal Foch

**(5) Nuances Terroirs**  
75 rue David d'Angers  
Les Ponts-de-Cé

**(6) Les échappées en Loire**  
echappéesloire.fr

**(7) Le Dressing de Blondie**  
75 av. Montaigne

**(8) Paillette**  
53 rue du Mail

**Suivez Emilie :**  
@liliz-travels

# GOOD VIBES ONLY !



## AU CŒUR DE L'ESPACE

Chaque mercredi, l'ESEO propose des conférences gratuites sur l'astronomie. Les thèmes incluent l'origine des molécules organiques dans le système solaire et la protection de l'espace. La soirée du 19 mars se conclura par un quiz astro interactif. À partir de 15 ans.

**Du mer. 5 au mer. 19 mars**  
**10 Bd Jean Jeanneteau**  
**De 19h15 à 20h45**

**Rediffusion sur :**  
**@eseo.curiosity**



## CHIMÈRES VÉGÉTALES

À la frontière entre le réel et l'imaginaire, les regards du photographe Fabien Fougeroux et de l'artiste GretL se croisent. L'exposition issue de cette rencontre invite à prendre le temps de rêver et à voir la nature autrement. Un univers extraordinaire et empreint de poésie, où les mondes végétal et animal s'entrelacent pour ne faire plus qu'un. Jusqu'au 30 mars.

**Esplanade du Lac de Maine - Gratuit**



## CINÉ-DÉBAT NON AU SEXISME

Dans le cadre de la Journée mondiale des droits des femmes du 8 mars, les Ceméa (Centres d'Entraînement aux Méthodes d'Éducation Active) proposent un nouveau ciné-débat sur la question du sexisme.

**Mer. 5 mars à 19h**  
**Gratuit**  
**Le J, Angers connectée jeunesse**  
**12 Place Imbach**



## LE MOIS DE L'ÉGALITÉ

Venez célébrer l'égalité dans une ambiance conviviale ! Animations proposées par des associations angevines et la Ville d'Angers : jeux, ateliers sur les stéréotypes et le sport féminin, malle pédagogique, expositions... Un petit train reliera Grand-Pigeon à Monplaisir. Départs rue Saint-Exupéry (15h45 et 16h45) et place Camille-Claudel (15h55 et 16h55).

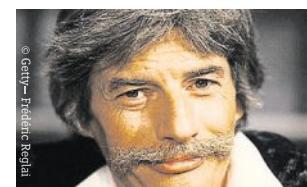
**Mer. 5 mars de 15h30 à 18h - Gratuit**  
**Place de l'Europe**



## VIOLENCES SEXUELLES

Les Noxambules (initiative dédiée à la prévention et à la réduction des risques en milieu festif) vous accueillent sur leur stand pour sensibiliser à la prévention et à la réduction des risques en milieu festif, avec un focus sur la lutte contre les violences sexistes et sexuelles.

**Du mer. 5 mars au ven. 7 mars de 20h à 1h**  
**Gratuit**  
**Place du Ralliement**



## CÉDRIC VILLANI

Tâchons d'y voir plus clair, ce qu'est l'intelligence artificielle et comment elle évolue, et si elle va nous aider à sauver ou à mieux détruire la société et la planète par Cédric Villani, mathématicien et professeur à l'Université Claude Bernard Lyon 1 et à l'Institut des Hautes Études Scientifiques.

**Jeu. 6 mars à 20h**  
**Gratuit sur réservation**  
**Centre Jean Carmet**  
**murs-erigne.fr**

## BOUGEZ AVEC LE SCO !

Dans le cadre de la Journée internationale des droits des femmes (8 mars), le SCO Omnisports propose aux jeunes filles et aux femmes une après-midi d'animations ludiques et sportives pour découvrir et tester différents sports. Un t-shirt et une boisson seront offerts à chaque participante.

**Sam. 8 mars de 14h à 17h**  
**Gratuit**  
**Stade du Lac de Maine**  
**Rue Jules Ladoumegue**

## TOUR DE FRANCE

Le Tour de France Femmes 2025 est la 4<sup>e</sup> édition du Tour de France Femmes et doit se dérouler du 26 juillet au 3 août 2025. Angers a été choisie comme ville étape pour le Tour de France cycliste féminin le 28 juillet 2025, mettant en lumière la ville sur la scène sportive internationale et encourageant le cyclisme féminin.

**Toutes les informations sont à retrouver sur :**  
**letourfemmes.fr**

## MÉDIATHÈQUE TOUSSAINT

Un ambitieux projet de rénovation et d'extension de la Médiathèque Toussaint est en cours, visant à moderniser les installations et à offrir de nouveaux espaces culturels aux Angevins. La fermeture est reportée au mois d'avril 2025, et l'ouverture de la bibliothèque temporaire de centre-ville, place Saint-Eloi, en juin 2025. La livraison de la bibliothèque rénovée est quant à elle prévue fin 2027.

**En savoir plus : angers.fr**

## CONCERT SOLIDAIRE

Les Caboulots revisitent le répertoire de Jean Ferrat lors d'un concert exceptionnel organisé par ARSLA et l'association Josette Dugas. Cet événement a pour but de soutenir la recherche sur la maladie de Charcot et d'aider les malades.

**Dim. 16 mars à 15h**  
**Tarif : 18€**  
**Salle du Roi René**  
**Verrières-en-Anjou**  
**Résa. : 06 21 22 61 65**

# UniCentre



UniCentre vous offre aujourd'hui avec ses 53 années d'expérience, et ses milliers d'adhérents, la possibilité de rencontrer celle ou celui que vous attendez.

**ADORABLE, FRIMOUSSE,** 35 ans, célibataire, assistante sociale, Sandra a tout pour plaire. Dynamique, généreuse, créer son cocon familial est important. Vous avez les mêmes valeurs, êtes tempérée, rassurant, doux, alors rencontrez-la. **REF31AM**

**SPORTIF,** 37 ans, ingénieur, célibataire, Florent a les pieds sur terre. Il aime cuisiner, musique, vélo, balades, vacances. Il a tout pour plaire, il lui manque son âme-sœur avec qui construire un bel avenir. **REF36AM**

**DELICIEUSE, DYNAMIQUE, CHARMANTE,** 44 ans, divorcée, infirmière, Marie aime marcher, voyager, resto, ciné, sorties variées. Elle a envie de partager sa vie avec un homme généreux, affectueux, attentionné pour de tendres moments de complicité. **REF32AM**

**MODERNE, SYMPA,** 46 ans, divorcé, commerçant, sportif, Olivier apprécie balades, ciné, resto, cuisiner, bricolier, mais aussi tranquillité et sérénité. Son projet : vivre une relation de Complicité, Amour, Tendresse avec une partenaire sincère et affectueuse. **REF37AM**

**MODERNE, JOLIE,** 54 ans, veuve, secrétaire médicale, Louise désire attention et respect. Toujours partante, elle aime balades, sorties culturelles, vacances et souhaite rencontrer un homme ouvert, convivial, ayant sens des responsabilités et des valeurs. **REF33AM**

**ENVIE D'UNE BELLE COMPILITÉ,** 55 ans, divorcé, dans les travaux publics, ouvert, responsable, sens des valeurs, il aimerait reconstruire un foyer uni heureux, retrouvez la passion et l'harmonie d'un couple amoureux et éprouvé. **REF38AM**

**GENÈREUSE, COQUETTE,** 64 ans, veuve, fonctionnaire, Nelly lance un appel pour trouver le compagnon qu'elle attend, celui avec lequel elle profitera de moments «douceur et tendresse» et qui mettra du soleil dans sa vie. **REF34AM**

**DYNAMIQUE, ROMANTIQUE, SPORTIF,** atouts qui lui donnent beaucoup de charme. 64 ans, retraité artisan, veuf, Philippe a beaucoup d'Amour à donner et aspire à une belle rencontre, pour vivre de belles choses à Deux. **REF39AM**

**DOUCEUR, CHARME, FEMME DE CŒUR,** retraitée cadre administratif, 74 ans, veuve, généreuse, romantique, Thérèse voudrait vivre un bonheur à Deux pour voyager, se balader, partager sorties culturelles. Vous êtes attentionné, tolérant, sincère, rencontrez-la ! **REF35AM**

**DYNAMIQUE,** 73 ans, retraité fonctionnaire, veuf, Gilbert souhaite profiter d'une belle retraite à Deux, visiter nos belles régions de France, danser, spectacles, restaurants. Il attend d'une rencontre : tendresse et se soutenir l'un sur l'autre. **REF310AM**

# Ils recrutent en ce moment

Vous êtes à la recherche d'un travail dans le coin ? Envie de vous ouvrir à de nouveaux horizons professionnels ? Que vous soyez en début de carrière ou à la recherche d'un nouveau challenge, ces opportunités couvrent un large éventail de secteurs et de métiers. Ne laissez pas passer l'occasion de faire le premier pas vers une nouvelle aventure professionnelle et jetez un œil à notre sélection d'offres d'emploi du moment !

## HÔTELLERIE RESTAURATION

### MANAGER EN RESTAURATION RAPIDE (H/F)

#### KFC

Le manager assure à la fois la gestion de certains services et participe activement à la gestion du restaurant. Sur les services dont il est responsable, il est garant des moyens techniques et commerciaux, de la répartition du travail et de l'animation de l'équipe afin d'assurer le « 100 % satisfaction Client » dans le respect des normes d'hygiène et de sécurité et des procédures KFC.

#### Contrat : CDI

Expérience : 1 ans (poste manager)

### RÉCEPTIONNISTE HÔTELLERIE (H/F)

#### Ben Touch

Rattaché au premier de réception, vous aurez la charge de :

- Accueillir les clients de l'hôtel et les accompagner en chambre
- Accueillir les clients du restaurant et les accompagner en chambre
- Prendre les réservations, ...

Le profil recherché :

- Pratique de l'anglais
- Relation client
- Courtoisie, bienveillance
- Capacité à travailler le week-end et jours fériés.

#### Contrat : CDD - 16 h

Expérience : 0 - 2 ans (débutant)

Avantage : Poste évolutif

### APPRENTI SERVEUR DE BAR-BRASSERIE (H/F)

#### Le Clos

Dans le cadre d'un contrat d'apprentissage vous préparez un CAP Restauration au Centre de formation CCI à Angers en 1 an ou 2 ans.

Vous apprendrez les tâches inhérentes au métier de serveur(se) en Bar-brasserie.

#### Contrat : CDD

Expérience : 0 - 2 ans (débutant)

### SERVEUR (H/F)

#### Bistrot des Ducs

Restaurant de type traditionnel, service du vendredi soir, et samedi soir.

Votre rôle sera de faire le service, et d'envoyer les plats, et gérer le bar, entouré(e) d'une équipe qui saura vous apprendre. Ce poste à temps partiel (12 h) peut parfaitement convenir à un ou une étudiant(e).

#### Contrat : CDI

Expérience : 0 - 2 ans (débutant)

### SERVEUR DE RESTAURATION BISTRONOMIQUE (H/F)

#### Le Clos du Roi

Au sein de cet établissement de restauration de type bistronomique et saisonnière, vous travaillerez dans un cadre d'exception : le Château d'Angers.

En ouverture haute saison vous travaillez sur les horaires : 10h/18h et en basse saison 10h/17h avec une rotation des week-end. Fermeture en janvier.

Accès gratuit au restaurant entre 12h et 14h.

Vous travaillez en temps plein et les horaires sont lissés sur l'année.

#### Contrat : CDI

Niveau d'études : BEP/ CAP et équivalents hôtellerie restauration

Expérience : 3 - 5 ans (expérimenté)

Salaire : Mensuel, 1 820 €

## SANTÉ

### ASSISTANT DENTAIRE (H/F)

#### France Travail

Nous recherchons des candidat(e)s pour exercer en parfaite collaboration avec les Chirurgiens-Dentistes.

Nous recherchons le profil suivant : Assistant(e) dentaire qualifié(e) : débutant accepté mais diplôme obligatoire, Le poste est à pourvoir à pourvoir rapidement.

#### Contrat : CDI

Niveau d'études : Bac

Expérience : 0 - 2 ans (débutant)

Salaire : Mensuel, 2 750 € et plus

Avantage : Prise en charge des transports

### MÉDECIN GÉNÉRALISTE (H/F)

#### Centre de réadaptation Les Euménides

Le centre de Soins recherche un(e) médecin généraliste (H/F) en CDD à temps partiel (40%) évolutif sur un 50%. Le poste à pourvoir dès que possible jusqu'au mi-juin 2025 (remplacement congé maternité) concerne le secteur des SMR polyvalents à orientation en oncologie (25 lits).

#### Contrat : CDD

Niveau d'études : bac +5

Expérience : débutant accepté

### PSYCHOLOGUE AIDE AUX VICTIMES (H/F)

#### France victimes 49

Sous l'autorité de la Directrice, le/la psychologue clinicien(ne) aura pour

mission principale d'offrir un espace de parole et une écoute professionnelle adaptés aux besoins singuliers des victimes, notamment des mineurs.

#### Contrat : CDD

Niveau d'études : Bac +5

Expérience : 0 - 2 ans (débutant)

## CONSTRUCTION BTP

### INGÉNIEUR TRAVAUX (H/F)

#### France Travail

Rattaché au directeur de la DGP et au sein du secteur prospectives, programmation et maîtrise d'ouvrage l'ingénieur travaux est en charge de planifier, organiser et piloter la conception et la réalisation de travaux neufs et /ou restructurant en animant une équipe de technicien ou encore par le biais de prestataires extérieurs.

#### Contrat : CDI

Niveau d'études : Bac +5

Expérience : 3 - 5 ans (expérimenté)

## SERVICES ET COLLECTIVITÉS

### RESPONSABLE DU SERVICE BLANCHISSEURIE (H/F)

#### France Travail

Management des ressources humaines.

Pilotage de la fonction linge.

Expertise technique en matière de prestations, d'équipements et de produits.

Maîtriser les normes et techniques afférentes aux textiles et process de traitement du linge (normes RABC, protocoles d'hygiène hospitalière.)

Avoir une expertise des techniques d'encadrement et de management d'équipes.

#### Contrat : CDI

Niveau d'études : Bac +5 et plus

Expérience : 3 - 5 ans (expérimenté)

### CONSEILLER FUNÉRAIRE (H/F)

#### Groupe Beaumont-Guez

Dans le cadre de notre développement sur le département du Maine-et-Loire, nous sommes à la recherche d'un nouveau collaborateur (H/F) dont la mission principale du poste sera de réaliser, d'accueillir, conseiller et assister la famille du défunt pour tout ce qui concerne l'organisation des obsèques, d'un conseil commercial en marbrerie et contrats obsèques auprès des familles.

Le collaborateur aura la responsabilité en autonomie de son agence et du funérarium.

Participation aux astreintes.

Niveau 4 obligatoire avec expériences exigées.

#### Contrat : CDD

Niveau d'études : Bac ou équivalent niveau 4.1 Conseiller funéraire

Expérience : 2 ans

Salaire : Mensuel, de 2 150 € à 3 500 €

Avantages : Primes - Mutuelle

Permis B - Véhicule léger exigé

Retrouvez ces annonces et bien d'autres sur

ouest france EMPLOI



**Domaine de Pied Flond**

De février à novembre,  
du mardi au samedi  
9h à 12h ou 14h à 17h  
49€ par personne  
02 41 59 92 36  
piedflond.fr  
oenotourisme@piedflond.fr  
Terranrou-Martigné-Briand



## Balade en Solex à travers les vignes

Si vous cherchez une escapade insolite et gourmande, la Wine & So'lex Experience pourrait vous plaire : le Domaine de Pied Flond, à une trentaine de minutes d'Angers, vous propose une balade en Solex à travers les vignes. Une expérience unique à vivre entre amis ou en amoureux. Préparez-vous à découvrir, pendant trois heures, les charmes du vignoble angevin de manière savoureuse.

**Un mythe sur deux roues**

Le Solex, ce n'est pas rien comme véhicule ! Inventé en 1946, ce petit cyclomoteur, qui atteint les 35-40 km/h, a marqué des générations avec son design unique et son moteur silencieux. Monté sur un cadre de vélo, le Solex se distingue par son moteur placé au-dessus de la roue avant, offrant une conduite douce et agréable. Plus qu'un simple moyen de transport, le Solex est devenu un symbole de liberté et d'évasion. Enfourcher un Solex, c'est en quelque sorte retrouver le plaisir de la balade, cheveux au vent et sourire aux lèvres.

**Le Domaine de Pied Flond, un écrin de verdure et de saveurs**

Le Domaine de Pied Flond, situé à une trentaine de minutes d'Angers, est un véritable écrin de verdure et de saveurs. Niché au cœur du vignoble angevin, en plein cœur des Coteaux du Layon à Terranrou (Martigné-Briand), ce domaine viticole de 25 hectares, construit sur des sols anciens de grès

et de schistes, vous accueille pour une escapade insolite et gourmande.

La balade en Solex vous mènera à travers les vignes, où vous pourrez admirer les paysages vallonnés et respirer l'air pur de la campagne. Mais l'aventure ne s'arrête pas là ! Après votre balade, une visite de la cave et une dégustation des vins de la propriété vous attendent. Vous découvrirez notamment les secrets de fabrication des vins du domaine, transmis depuis sept générations de vigneron, et pourrez savourer leurs arômes subtils, accompagnés de petits grignotages locaux.

**Une expérience unique à vivre entre amis ou en amoureux**

Que vous soyez entre amis, en couple ou en groupe, la balade en Solex au Domaine de Pied Flond s'adresse à tous ! La Wine & So'lex Experience est une activité originale, idéale pour fédérer une équipe en entreprise, surprendre des visiteurs curieux ou

célébrer un événement marquant : fêtes de famille, enterrements de vie de célibataire... Au fil des chemins sinuieux du vignoble, laissez-vous porter par le charme du terroir angevin. Entre complicité et plaisir, l'expérience se prolonge autour d'une dégustation des meilleurs crus du domaine.

**Dormir au cœur des vignes**

Deux gîtes, l'ancien dortoir des vendangeurs et le Logis, sont mis à disposition des visiteurs pour un séjour de deux nuits minimum. Ces logements atypiques allient charme historique et confort moderne, offrant une expérience authentique au cœur des vignes. Et pour ceux qui hésiteraient à prendre le guidon d'un Solex, pas d'inquiétude ! Une prise en main rapide et accessible à tous permet de profiter pleinement de cette balade insolite en toute sérénité. Une escapade idéale pour découvrir les paysages viticoles autrement !

**Un héritage viticole chargé d'histoire**

Le Domaine de Pied Flond ne se résume pas à ses paysages enchantés et ses balades en Solex. Il incarne avant tout l'héritage d'un savoir-faire viticole transmis depuis le XIX<sup>e</sup> siècle. Fondé en 1842, ce domaine familial a su évoluer au fil des générations tout en restant fidèle à ses valeurs d'authenticité et d'excellence. Les vigneron qui s'y sont succédé ont patiemment travaillé la vigne pour produire des vins d'exception, caractéristiques des Coteaux du Layon. Aujourd'hui, le domaine allie tradition et modernité en proposant des expériences immersives qui permettent aux visiteurs de se reconnecter à la nature et à l'histoire du terroir. Parcourir ses vignes en Solex, c'est donc aussi rouler à travers le temps, sur les traces de ceux qui ont façonné ce paysage viticole d'exception.

# Manon et Olivier : interrompus trop rapidement

Elle avait bâti sa vie sur l'ordre et la prévisibilité, érigeant des barrières contre l'inattendu. Jusqu'à ce regard, ce frisson qui vint fissurer ses certitudes. Un échange furtif, une soirée suspendue entre espoir et hésitation, et voilà que l'émotion renaît, imprévu et troubant. Entre doutes et élans, Manon se surprend à rêver d'un possible. Mais ce sentiment naissant survivra-t-il à l'épreuve du silence ?



J'avais oublié que c'était possible, de tomber amoureuse. Je suis célibataire depuis cinq ans et j'oublie. Je pense au travail, à ma famille, à tout sauf à l'amour. Et j'arrive à le contrôler. Je ne regarde plus les gens, je sors peu, j'oublie. Ma vie est tranquille, organisée, planifiée. Je sais tout à l'avance et je déteste les imprévus. Mais celui-ci, je ne l'avais pas... prévu.

#### Un regard, un frisson

La première fois que je l'ai vu, c'était au travail. Je me suis avancée vers lui pour me présenter et je l'ai regardé. Moi qui ne regardais plus personne. Et j'ai vu, en une fraction de seconde, son œil tressaillir. Alors, j'ai souri. À la fin de la journée, tandis que je rangeais mon bureau, il est venu. Sans raison particulière. Il se tenait à l'autre bout de la pièce, sac à dos sur l'épaule, téléphone en main. Comme s'il attendait quelque chose. J'ai engagé la conversation, quelques mots échangés, mais nos collègues nous ont interrompus trop vite. Moi qui ne parlais plus aux gens, j'aurais aimé lui parler plus longtemps.

**« L'idée de le revoir me donne des papillons dans le ventre »**

#### L'attente et l'élan

Ce soir, je vais le revoir. Une soirée est organisée dans le cadre du travail. Je sais qu'il sera là. Je n'avais pas pensé à lui depuis notre bref échange, mais ce soir, je me sens fébrile. L'idée de le revoir me donne des papillons dans le ventre. 19h30. J'entre dans le bar. Comme toujours, je suis la première. Ponctuelle, organisée. J'enlève mon manteau, je m'assois et j'attends. Des collègues arrivent, la soirée commence. Mon regard dévie sans cesse vers la porte. 20h00. Toujours pas là. Je me concentre sur mes collègues, lasse d'attendre.

Autant profiter de la soirée. Je commande un verre, je discute. 20h30. Une pause aux toilettes et, à mon retour, il est là. Assis sur un canapé, un verre à la main, en pleine conversation. Combien de temps ai-je été absente ? Je me dirige vers le bar, feignant de ne pas le voir. Pourquoi ? C'est ridicule ! Va le voir, allez ! Je descends de mon tabouret maladroitement et m'approche. Nous échangeons un salut poli... et c'est tout. Je retourne au bar, déçue. Il discute avec deux collègues que je connais à peine. Ils semblent proches. Se voient-ils en dehors du travail ? Combien de soirées ai-je manquées ? Soudain, une opportunité. La collègue assise à côté de lui se lève. Je prends mon courage à deux mains et lui demande si je peux m'asseoir. Il accepte. Mon corps s'incline instinctivement vers lui. Il parle, je l'écoute. Je parle, il rebondit sur mes mots. La soirée file. 21h30. Nous jouons au baby-foot avec deux autres collègues. Les rires fusent, les regards complices aussi. Depuis combien de temps n'avais-je pas ri ainsi ?

**« L'instant est suspendu. Le brouhaha du bar s'efface. Je n'entends plus que lui »**

Puis, nous nous retrouvons seuls sur un canapé. Le même que tout à l'heure, mais cette fois, juste nous deux. Nous discutons de livres, d'humour, de développement personnel. J'apprends que nous sommes nés au même endroit. Alors, je souris. L'instant est suspendu. Le brouhaha du bar s'efface. Je n'entends plus que lui. J'ai l'impression de flotter. Je plonge dans son regard, aussi brun que la terre chaude en été. Une légère senteur d'herbe coupée flotte dans l'air. Ses cheveux grisonnants lui vont bien. Était-il brun, blond ? Ou peut-être roux ? Drôle de question... Je souris. Il me rend mon sourire.

Un groupe d'amis dans un café, Des rires, des plaisanteries, un regard jeté. Je ralentis le temps juste un instant, pour l'observer plus intensément.

**« Nos chemins se séparent avant même d'avoir terminé le dernier quartier »**

#### Vais-je le revoir ?

00h00. La soirée s'achève sur un partage de clémentine. Nous sommes interrompus par nos collègues. Nos chemins se séparent avant même d'avoir terminé le dernier quartier. Je ne l'ai pas revu depuis, mais je pense à lui. Parfois, il hante mes rêves. Peut-être le recroiserai-je un jour. Après tout, la Saint-Valentin approche. Qui sait ? La seule question qui persiste est... est-ce que lui aussi rêve de moi ?

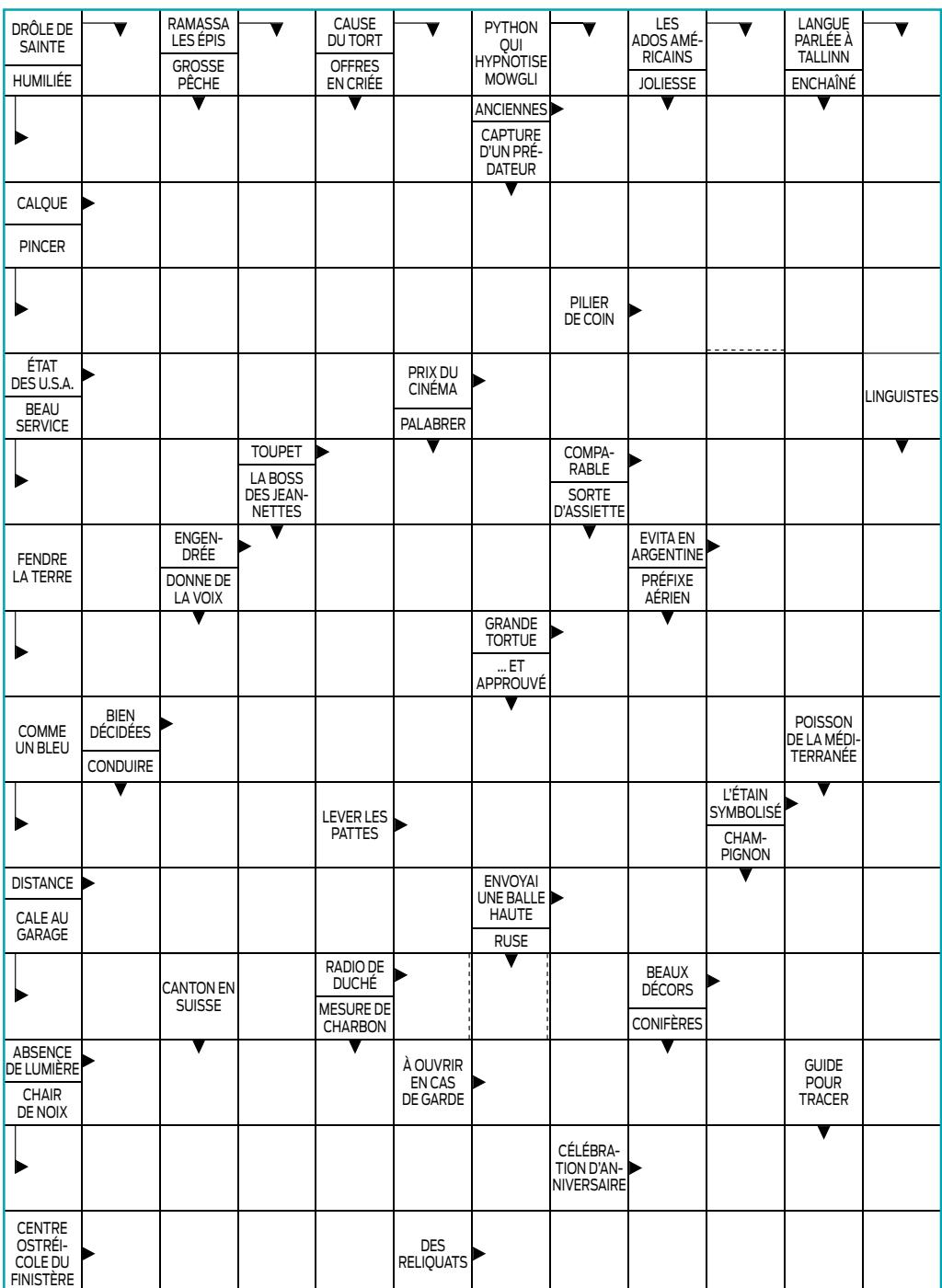


#### Racontez-nous !

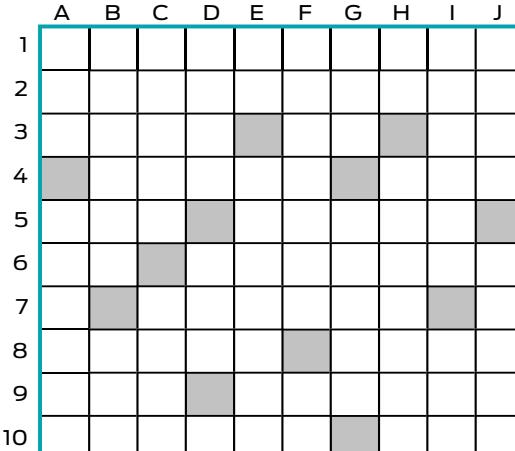
Qu'elle soit heureuse ou triste, romantique ou insolite, racontez-nous votre histoire sur [angers.maville@additi.fr](mailto:angers.maville@additi.fr)

Suivez notre superbe illustratrice Samira :  
**@sami\_dessine**  
**samillustration49.wixsite.com**

## /MOTS/FLECHES/



## /MOTS/CROISÉS/



## HORIZONTALEMENT

1. Elle ressemble à la mandarine. 2. Fait de refuser un juge. 3. Qui a trop bu. Régistre du commerce. À contrer quand on a de la voix. 4. Montrera ma joie. Suit le *Pater* sur un chapelet. 5. Impossible. Rivière de Châteauroux. 6. Cité bourguignonne, située sur-Tille. Rendu plus facilement labouvable. 7. Ce n'est pas une réussite. 8. Adepte d'un culte antique. La Sept, à ses débuts. 9. Tertiaire ou quaternaire. Disposition particulière. 10. Prendre en vitesse. Discipline de collégien.

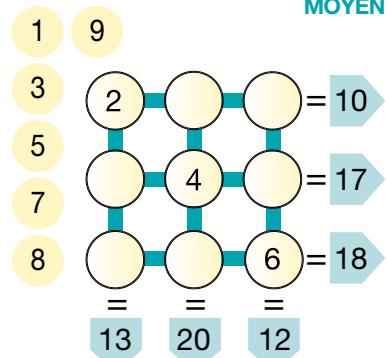
## VERTICAMENT

A. Il sort après coup. Munir d'une fermeture. B. Bords de plaine. Bavard haut en couleur. C. Il peut abriter un solitaire. Territoire seigneurial. D. Passer d'une voix à une autre. Expression de celui qui encaisse. E. Derrière la licence. Tendre. F. Trou d'aération. Argon pour le chimiste. G. Toutes taxes incluses. Relatif au duché. H. Deux en chiffres romains. Affichée. I. C'est aussi nouveau. Théâtre populaire. J. Insère un scion. Petites terres aux Antilles.

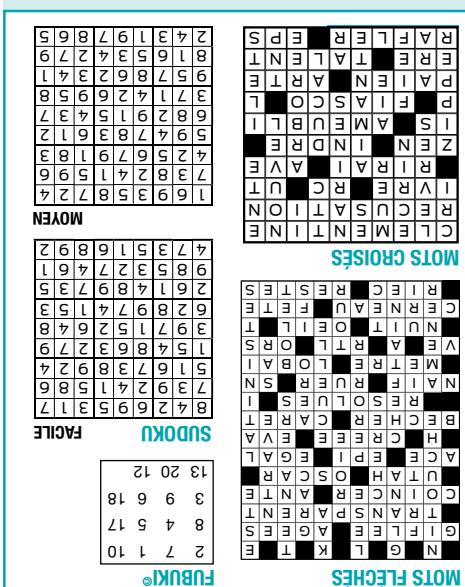
## FUBUKI®

MOYEN

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.

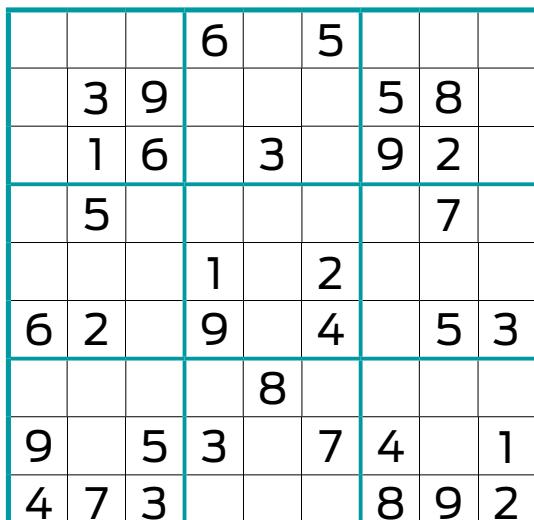


## /SOL/UTIONS/



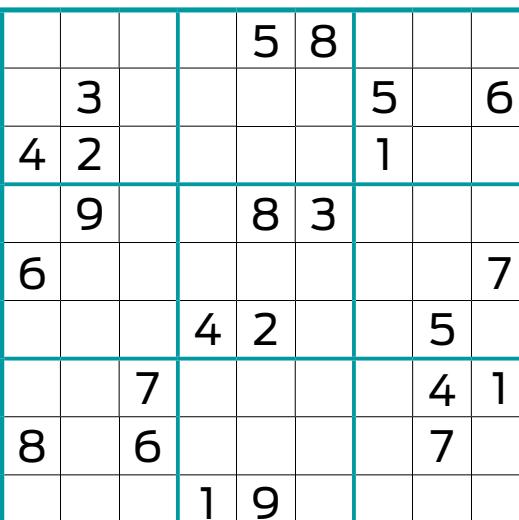
## SUDOKU

FACILE



## SUDOKU

MOYEN



22  
MARS

---

de 9h  
à 13h

# Portes Ouvertes

+ JOB DATING\*

SAINT-NAZAIRE . LA ROCHE-SUR-YON  
LE MANS . NANTES . ANGERS



Toi aussi,  
choisis l'alternance  
dans l'industrie !

Pour participer, inscrivez vous  
en ligne en scannant le QR CODE



FAB'ACADEMY  
ANGERS

132 Av. de Lattre  
de Tassigny  
49000 ANGERS



**Fab'Academy**  
PAYS DE LA LOIRE

\* rencontres professionnelles