Photo : Végépaille

Le geste éco

Végépaille, l'alternative aux pailles en plastique

page 16

À partir du 1er décembre FERMÉ LE LUNDI

TROC ou CASH

- Dépot - vente
- Achat cash
- Produits d'occasion, neuf
- Vide maison
- Estimation gratuite à domicile

Literie - Meubles - Déco - Électro - Bricolage - Loisirs - Multimedias

COULAINES/ST PAVACE • 02 43 76 07 04 • troc-ou-cash.fr

le mans.maville.com

GRATUIT Sorties, loisirs, bons plans au Mans et dans l'agglo N°Hebdo du 23 au 29 novembre 2022

Le rêve américain

Pour Thanksgiving, les USA sont à l'honneur.

Photo : N.P

Originaires du Mans et aujourd'hui résidants Outre-Atlantique, Manceaux fans de l'univers américain : voici leurs histoires. ***Pages 10 et 11***

Entretien

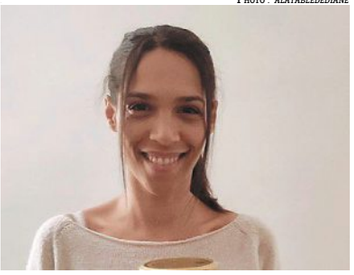
Photo : Leveau studio

Martin Heuzard se transforme en Rémy Balu au Patis

page 2

Mancelle

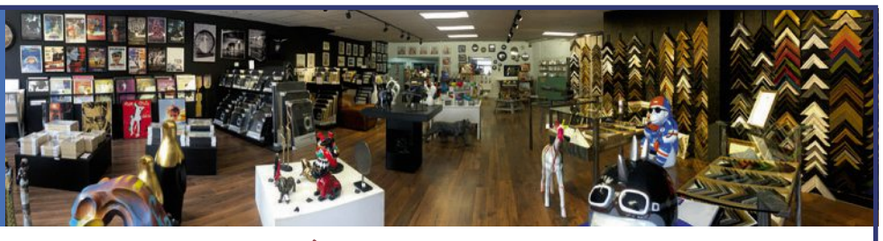
Photo : alatabledediane



Herna concocte des p'tits pots tout bio

page 18

L'ECLAT DE VERRE
ENCADREUR CREATEUR



- ENCADREMENT SUR-MESURE
- ENCADREMENT PRÊT-À-POSER
- OBJETS DÉCO
- AFFICHES DE CINÉMA

Nous vous accompagnons dans vos projets d'encadrement

7 avenue Louis Cordelet, LE MANS 02 43 24 27 81 / Parking client gratuit: Accès au 2 rue des Cochereaux

ÉPHÉMÉRIDE

Cette semaine, nous fêtons les ...

Mercredi 23
Clément. Ils sont altruistes.

Jeudi 24
Flora. Elles sont logiques.

Vendredi 25
Catherine. Elles sont diplomates et sociables.

Samedi 26
Delphine. Elles sont innovantes.

Dimanche 27
Alan. Ils sont autoritaires et ambitieux.

Lundi 28
Jacques. Ils sont persévérants.

Mardi 29
Saturnin. Ils sont stratèges.

le mans.maville.com
6, av. Pierre Mendès France - 72000 LE MANS
redaction@lemans.maville.com

Julie MARCHAND
Journaliste
02 43 51 70 41
06 77 89 80 53
julie.marchand@lemans.maville.com

Nicolas PRIETO
Journaliste
02 43 51 70 44
06 89 99 63 62
nicolas.prieto@lemans.maville.com

Distribution et publicité :
PRECOM
Jacky COTTENCEAU
06 89 88 44 32
jacky.cottenceau@additi.fr

Site Internet :
www.lemans.maville.com

SAS Loire Hebdos

Directeur de la publication :
Matthieu Fuchs

Dépôt légal : à parution
N°ISSN de «lemans.maville.com : 2428-1840
Imprimerie du «Courrier de l'Ouest»
Tirage : 30 000 exemplaires

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

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

IMPRIM'VERT © 2019 - 7504

PEFC 10-31-3502 / Certifié PEFC / pefc-france.org

Préservons notre environnement, ne pas jeter sur la voie publique

En savoir plus

Photo : Leveau Studio

Dimanche 4 décembre
A 15 heures
Cabaret Le Patis
38 rue d'Eichthal
Réservations sur : cabaretlepatis.fr/programmation
Tarif : 15 euros

Lui-même, en exagéré

Pour son premier one man show, Martin Heuzard se transforme en Rémy Balu pour investir le Cabaret Le Patis début décembre avec « Mode d'emplois ». Entretien.

Quelle est l'histoire du spectacle « Mode d'emplois » ?
Martin Heuzard : C'est un personnage, Rémy Balu, qui est intérimaire de formation, trimballé de métiers en métiers. Au début du spectacle, il est à Pôle Emploi et il est envoyé pour remplacer un baby-sitter, un chef d'orchestre et même le président de la République. Je suis issu du music-hall donc c'est un spectacle où il y a de l'humour, mais aussi du chant et de l'interaction avec les gens. À la fin, il y a une petite morale, un propos à défendre qui est celui du monde du travail dans lequel on vit. La société a évolué, on ne fait que rarement un seul métier toute une vie comme cela pouvait être le cas avant. J'évoque aussi les difficultés de l'intérim, cela me tenait à cœur de parler de tout ça.

Pour l'occasion, vous empruntez le rôle de Rémy Balu, un personnage haut en couleur. Pouvez-vous le décrire ?
C'est un petit peu le prolongement de moi-même, en plus exagéré évidemment. Il est maladroit, un peu naïf dans les situations qu'il vit, il essaye de faire bien tout en ayant aucune connaissance dans le métier dans lequel il est envoyé. Cela permet des situations assez cocasses.

C'est plus facile d'écrire et de trouver des vannes quand on le fait pour « quelqu'un d'autre » ?
J'ai coécrit ce projet avec celui qui m'a mis en scène, Alexandre Faitrouni. On se demandait ce que ce personnage pouvait faire, comment il pouvait évoluer. On voulait écrire des choses qui nous faisaient rire. On est parti de mes traits de caractère à moi, et on les a grossis pour pouvoir en faire un spectacle avec un autre personnage.

Vous jouiez déjà ce spectacle au Patis le 25 novembre dernier, il y a quasiment un an.
Mode d'emplois a terminé d'être écrit pendant le confinement, a été reporté plusieurs fois, et a été joué pour la première fois en septembre 2021. J'ai eu la chance de jouer une quinzaine de fois au Patis, et je suis partie en tournée cet été dans les Alpes. J'ai notamment remporté le premier prix du public à un festival d'humour, Les Cadets roussel du rire. Je continue de le jouer un peu partout, j'étais à Auxerre il y a quelques semaines encore.

Photo : Leveau studio

Est-ce qu'il y a des choses qui ont changé, de la fin de son écriture à aujourd'hui ?
Bien sûr. Je viens d'une formation en improvisation alors il y a pas mal de place pour ça dans le spectacle. Cela me permet de tester des choses, de voir ce qui marche ou pas, et en fonction de ça l'écriture du spectacle peut bouger. Il y a des choses que je garde et d'autres que j'enlève.

Vous gardez des bons souvenirs, en tant que Manceau, de vos passages ici ?
Le Patis est un cabaret très chaleureux, qui a du vécu. On est proche des gens. C'est une salle qui se prête parfaitement à mon spectacle.

Un spectacle qui continue de beaucoup tourner plus d'un an après les premières dates, c'est forcément une bonne nouvelle quand on est artiste ?
On ne peut que s'en réjouir. J'ai pas mal de dates à Nantes, à Bordeaux, cela prend un peu d'ampleur. Mais je considère qu'un an, ce n'est que le début pour moi. L'idée serait de tourner encore trois ou quatre ans avant d'en faire un autre. J'espère pouvoir faire vivre « Mode d'emplois » le plus longtemps possible.

Dans ce spectacle, vous chantez, vous dansez, vous faites le clown... Qu'est-ce qui vous met le plus à l'aise et vous procure le plus de plaisir sur scène ?
Je préfère la comédie, c'est mon cœur de métier. Mais j'adore aussi chanter et les parties interactives avec les gens. J'adore le rapport que je peux avoir avec eux. À chaque date, qu'est-ce qu'il peut y avoir de différent de ce que j'ai fait il y a une semaine ? J'ai forcément une ligne directrice que je respecte, mais je me laisse des moments de libertés propres à chaque date.

Vous aimeriez écrire d'autres spectacles avec Rémy Balu, ou au contraire partir sur complètement autre chose ?
J'ai déjà quelques idées dans le tiroir pour Rémi Balu. Je me rends compte que cette thématique d'être trimballé d'un emploi à l'autre peut se dupliquer sur d'autres créations. J'ai aussi un projet un peu plus musical autour du personnage... Ce ne sont pas les idées qui manquent *(rires)*.

Vous êtes issu d'une famille d'artistes, en tant que fils des propriétaires de la Flambée productions. Est-ce que c'est une chance d'avoir pu découvrir tout ce que vous avez pu découvrir, ou il existe une forme de pression liée à la réussite ?
C'est une chance d'être tombé dedans quand j'étais petit, j'ai pu découvrir plein de choses et rencontrer beaucoup de monde. Après, mes parents ne m'ont jamais forcé, ils m'ont laissé faire mes propres choix. Je fais ce métier parce que j'en ai envie, sans pression ! Et c'est d'ailleurs toujours un moment particulier de les voir dans le public quand ils viennent me voir jouer.

Avez-vous des projets à venir pour les prochains mois ?
J'ai un autre spectacle, cette fois en duo : « Luc et Charlie débarquent », que j'ai joué au Patis au début du mois et que je rejouerais en mars. J'ai coécrit et mis en scène le dîner spectacle qui se joue toute l'année au Patis, j'ai coécrit la nouvelle revue de La Flambée qui s'appelle « Imagine ». Je suis aussi professeur de comédie à l'Institut National des arts du Music-hall (INM), l'école où j'ai été formé.

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com

Millenium party

On ne se lasse pas des artistes que l'on a aimés, qui nous ont fait chanter, danser et vibrer... Venez découvrir ou redécouvrir les grands tubes des années 2000 à nos jours, avec nos artistes accompagnés de nos deux musiciens en live. En passant par Clara Lucciani, Stromae, Beyonce, Mylène Farmer, Christine and The Queen, Maroon 5 et tant d'autres, venez le temps d'une soirée au cabaret Le Patis, explorer avec eux les meilleurs tubes de ces années.

Dimanche 27 novembre
À 15 heures
Cabaret Le Patis
38 rue d'Eichthal
Contact : 02 43 87 75 72
cabaretlepatis.fr
Tarif : 20 euros

Photo : Le Patis

Guillaume Meurice président !

L'humoriste Guillaume Meurice se glisse dans la peau d'un candidat aux présidentielles avec son spectacle « Meurice 2027», qu'il présentera au Palais des Congrès. Guillaume Meurice est votre candidat, celui de la réconciliation nationale. Certes, les futurs nombreux prétendants brilleront par leur génie, leur honnêteté, leur altruisme. Mais quand s'impose la nécessité d'aller plus vite, plus haut, plus fort, instinctivement nos regards convergent vers le seul candidat légitime, qui incarne à lui seul l'avenir de la France du futur !

Vendredi 25 novembre à 20h30
Palais des Congrès
Rue d'Arcole
Contact : 02 43 43 59 59
Tarifs : de 20 à 30 euros

Les Sales Majestés en concert

Les Sales Majestés sont aujourd'hui la tête de file du punk-rock français... Musicalement influencés par le punk anglais de la première génération, ils dépeignent dans des textes, en français et sans concession, un quotidien devenu insupportable pour les exclus du système (bientôt une majorité ?) et le cynisme des classes dirigeantes. Ils appellent au réveil des consciences sociales.
Ils partageront la scène avec Les Ramoneurs de Menhirs. Le groupe se compose de 4 musiciens, Loran – figure emblématique de la scène alternative des 80's avec les Bérurier Noir – [guitare, boîte à rythmes, cris du cœur], Gwenaël [chant], Eric et Richard [bombarde, biniou], mus par le même esprit d'insoumission.. Musicalement, sur des textes chantés en breton, la distorsion saturée de la guitare se mêle aux timbres aigus des instruments traditionnels et la boite à rythme accompagne le rythme intense et répétitif de la danse bretonne.

Photo : DR

Samedi 26 novembre
À 20 heures
Parc des expositions
1 avenue du parc des expositions
Contact : 07 67 24 90 47
Complet

« 60 minutes pour sauver mon couple»

Le Comédie Le Mans, nouvelle salle de spectacle dédiée à l'humour, présente «60 minutes pour sauver mon couple». Ils ne peuvent plus se voir en peinture et ils doivent vivre ensemble une aventure en équipe ! Quand crise de couple et escape game cohabitent... Pour leurs vingt ans de mariage, les enfants d'Elsa et Roland leur offrent un cadeau pour le moins original : une partie d'escape game, un jeu d'évasion grandeur nature sur le thème de Roméo et Juliette. Ils ont 60 minutes pour sortir de là... Epreuves, énigmes et surprises au programme de cette aventure d'autant plus explosive pour ce couple qu'il est sur le point de divorcer. Une comédie rythmée et riche en rebondissements !

Dimanche 27 novembre à 15h30
Vendredi 2 décembre et samedi 3 décembre à 18h30
Dimanche 4 décembre à 15h30
Comédie Le Mans
37 rue nationale
Contact : 02 43 23 54 69
Tarif : à partir de 15 euros

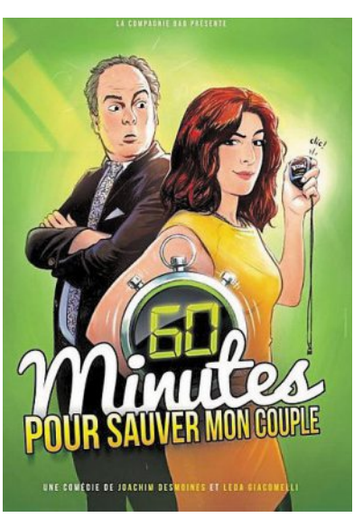


Photo : DR

CONCERT

Lonny à Allonnes

PHOTO : FRÉDÉRIQUE ÉRUBÉ

Sur le premier album de Lonny, qui sera présente au Théâtre de Chaoué ce jeudi, il y a une chanson qui s'intitule «(Not so sad) Love Song». Ce pourrait être le leitmotiv du disque, ourlé de ballades mélancoliques au folk atmosphérique, à la sincérité spontanée et à la pureté intemporelle. On songe à Joan Baez rencontrant Barbara, ou à Joni Mitchell croisant Patti Smith. Pas étonnant que Louise ait choisi le pseudonyme de Lonny pour faire vivre ses chansons : une façon de célébrer la solitude dont elle a besoin pour écrire, et une sorte d'hommage au «Loner» de Neil Young.

Jeudi 24
A 20h30
Théâtre de Chaoué
11 rue du Moulin de Chaoue à Allonnes
Tarifs : de 5 à 11 euros

DÉDICACES

Pilou Souchères et Serge Bertin chez Thuard

La librairie Thuard reçoit Pilou Souchères et Serge Bertin, pour une rencontre placée sous le signe du langage ! Apprenez ou redécouvrez le Mainiot à travers ce petit manuel d'exercices, *Petit manuel pour parler Sarthois*, qui propose d'apprendre ou de réapprendre le patois sarthois. Dix leçons, des dizaines d'exercices et des illustrations d'Eve Clair pour animer le tout, et vous voilà bilingue.

Samedi 26
De 16 heures à 18h30
Librairie Thuard
24 rue de l'Etoile
Réservation : 02 43 82 22 22
Entrée libre

Cirque de papier

Avec « Pli », Inbal Ben Haim présente un spectacle dont la matière première est le papier.

PHOTO : MILAN SZYPURA

Mardi 29 et mercredi 30 novembre

Quel est le point commun entre un journal et un billet de banque, une carte de restaurant et une carte postale, une facture d'électricité et un roman, un mot d'amour glissé sous l'oreiller et une liste de commissions scotchée sur le frigo ? Ce qui compose tous ces objets hétéroclites, à savoir le papier...
C'est pour explorer cette matière de fibres végétales qui nous accompagne depuis plus de deux mille ans dans nos activités les plus intimes (même si l'invention du papier toilette est beaucoup plus récente) que la circassienne Inbal Ben Haim, le plasticien Alexis Mérat et la plasticienne Domitille Martin ont imaginé ce projet à la croisée des arts du cirque et des arts plastiques.

Plus de 300 kg de traction

Sur le plateau, vous verrez donc comment un corps acrobatique parvient à dialoguer avec un support aussi délicat, mais aussi comment ce support aussi délicat peut s'avérer diablement résistant - puisque le papier, dans «Pli», ne se contentera pas d'offrir aux artistes une deuxième peau (froissée) sous la forme de costumes éphémères, mais servira également à fabriquer des cordes pouvant supporter plus de trois cents kilos de traction et à générer toute une piste d'agrès suspendue dans les airs. Permettre à un corps de se livrer à toutes sortes d'actions dans, sur ou autour de cette surface précaire en y laissant des traces, des stries, des marques, mais sans jamais dépasser le point d'équilibre au-delà duquel se produirait l'irréparable déchirure, voilà tout l'enjeu de ce spectacle où le plus fragile et le plus puissant permutent à chaque instant, où le plus périssable et le plus redoutable ne cessent de se renvoyer la balle (de papier). Devrez-vous vous y rendre ? Ça ne fait pas un pli...

Mardi 29 à 20 heures
Mercredi 30 à 19 heures
L'Espal
60-62 rue de l'Estérel
Contact : 02 43 50 21 50
Tarifs : de 11 à 14 euros

THÉÂTRE

« Othello»

PHOTO : JACQUES CUINIÈRES / ROGER-VIOLLET

Jean-François Sivadier met en scène « Othello», l'une des tragédies les plus célèbres de Shakespeare. Pour Jean-François Sivadier, Othello est avant tout une tragédie des signes. Qu'il s'agisse des mots versés comme un poison dans son oreille par Iago ou de la couleur de sa peau qu'il traîne comme un boulet partout où il atterrit, Othello est victime d'un monde qui n'est fait que de signes - et de signes ô combien réversibles. Le périple qui le mène de l'Afrique à Venise, puis de Venise à Chypre, parsemé d'aventures guerrières et de violentes tempêtes, lui fera prendre conscience de la réalité trompeuse de tout ce qui l'entoure et le fera entrer dans l'ère du soupçon, c'est-à-dire dans la pensée moderne. Othello, un personnage moderne ? Absolument, puisque le doute l'habite...

Mercredi 23 à 19 heures
Jeudi 24 à 20 heures
Les Quinconces - Grand Théâtre
Place des Jacobins
Contact : 02 43 50 21 50
Tarifs : de 10 à 25 euros

« Simon Veil en aparté »

Le théâtre Paul Scarron présente « Simon Veil en aparté». Un kaléidoscope d'évocations qui met en lumière les multiples facettes de Simone Veil, à différents âges de sa vie. Une parole intime au plus proche de celle qui pourrait être notre alter ego : la femme, la mère, la fille, l'épouse, la sœur, l'amie, la camarade... Avec l'envie de partager ses convictions et ses engagements, ses doutes et ses colères parfois... tous les combats qui ont fait d'elle une « icône » républicaine.

Mercredi 30 à 20h30
Théâtre Paul Scarron
Place des Jacobins
Contact : 06 10 53 38 40
Tarifs : de 10 à 18 euros

LA STORIA DI LE MANS FERRARI PROTOTIPI

EXPOSITION À DÉCOUVRIR

À PARTIR DU

26·11·2022

Musée des 24h LE MANS

INFOS & HORAIRES SUR **WWW.LEMANS-MUSEE24H.COM**

Agence : © RL GRAPHICDESIGN.ORG

ÉVÉNEMENTS

Un weekend pour philosopher

FORUM PHILO
34e Édition
Le Monde | Le Mans

Enfin libres ?

Photo : DR

Depuis sa création, en 1989, le Forum Philo Le Monde Le Mans demeure fidèle à une même vocation : ni colloque académique ni arène polémique, il tente de conjuguer l'exigence de la réflexion et le débat citoyen pour penser une question philosophique qui résonne avec l'actualité et aussi avec nos préoccupations quotidiennes : la justice, la mémoire, la religion, la différence des sexes, la responsabilité, la tolérance, le rire… Trois jours durant, scientifiques, philosophes, artistes, écrivains, etc, dialoguent ensemble dans un esprit de transmission et de pédagogie autour du thème retenu cette année : « Enfin libres ? ».

Vendredi 25, samedi 26 et dimanche 27
Vendredi à L'Espal,
Samedi et dimanche aux Quinconces à partir de 10 heures
Contact :
forumphilo.lemondelemans@gmail.com
GRATUIT

Salon de l'érotisme

Le salon de l'érotisme Erosexpo vous donne rendez-vous au parc des expositions, après 2 ans d'absence. Vous êtes en couple ou célibataire, ou encore organisez un enterrement de vie de jeune fille ou garçon ? Le salon de l'érotisme propose un moment exceptionnel dans la joie et la bonne humeur. Au programme : jeux et concours, shows privés, exposants (sextoys, lingerie, beauté, chaussures, bijoux, épilation).

Samedi 26 de 14 heures à 1 heure
Dimanche 27 de 14 à 20 heures
Centre des expositions,
1 avenue du Parc des expositions
Contact : erosexpo.fr
Tarifs : de 20 à 60 euros

Festival de la BD ce week-end

Arnage se transforme en temple de la bande dessinée pour cette 21e édition du festival.

Photo : Festival BD Mania

Samedi 26

Le spectacle « La Boite à musique » sera proposé. Pour son huitième anniversaire, Nola reçoit un magnifique cadeau : la boîte à musique de sa maman, Annah, récemment décédée. Quelle mélodie enchanteresse ! Mais à y regarder de plus près, une petite fille gesticule à l'intérieur et appelle au secours… En suivant les instructions d'Andréa, la fille de la boîte à musique, Nola rapetisse, entre dans la boîte et découvre le monde de Pandorient, un monde incroyable mais aussi dangereux…

À 11 heures
Tarifs : de 4 à 6 euros
À partir de 6 ans

Un atelier BD sera proposé ce samedi. À partir d'une base de BD, d'un personnage, amusez-vous avec Clément Lefèvre, inventez et dessinez la suite de l'histoire.

De 14h30 à 16 heures

Retrouvez ensuite Alexis Chabert, le dessinateur d'Automne en baie de Somme pour un moment d'échanges sans complexes autour d'un verre.

De 15 à 16 heures

Dimanche 27

Découvrez autrement les bandes dessinées des auteurs invités. Avec l'aide des bénévoles de Lire à Arnage et selon votre inspiration, associez les dessins à vos émotions, à des événements marquants, à une chanson ou un poème, et créez votre propre souvenir du festival à encadrer.

De 10 heures à midi

La battle BD devient un incontournable du festival. Ce dimanche, vous verrez s'affronter en duel Lionel Richerand (Mauvais sang) et Alexis Chabert (Automne en baie de Somme). Deux univers bien différents qui promettent un beau spectacle !

À 14h30

À noter que tout le week-end, la librairie Bulle sera présente avec les bandes dessinées des auteurs présents. D'autres libraires vous permettront d'acquérir de la BD d'occasion, et de nombreux auteurs proposeront des séances de dédicaces.

Médiathèque Simone de Beauvoir
L'Éolienne – 67 rue des Collèges
Contact : 02 43 21 44 50
Entrée libre

Un avant-goût de Noël avec le Café des artistes

Photo : Café des artistes

L'artiste mancelle Sophie Petetin ouvre les portes de sa maison à une douzaine d'exposants pour cette nouvelle édition du « Café des artistes ». Pendant quatre jours, artistes et créateurs de la Sarthe partageront leur savoir-faire, dans une ambiance conviviale, autour de café, thé et gâteaux maison. Un goût de Noël avant l'heure ! Les visiteurs pourront ainsi dénicher quelques cadeaux à glisser sous le sapin.

Du jeudi 24 au dimanche 27 novembre
De 10 heures à 19h30
260 rue d'Isaac
Contact : 06 79 57 28 22
Entrée libre

EXPOSITIONS

« Perles & Fracas»

Photo : Ville du Mans

L'artiste Pierre Massé présente sa dernière collection au Palais des Congrès, «Perles & Fracas». Quand la géométrie rencontre le graffiti et que formes et lettres se croisent au rythme des coulures… Pierre Massé surnommé [R-PI] déborde d'énergie à l'approche de ses nombreux supports.

Jusqu'au 17 décembre
Du mardi au samedi de 14 à 18 heures
Palais des Congrès
Rue d'Arcole
Infos : rpi-art.com
Entrée libre

Pil' Vite

Des idées cadeaux : montres hommes femmes, enfants, réveils, pendules, stations météo, bracelets de montre, portefeuilles, bijoux fantaisie.

Marques
CERTUS • GO • INOTIME • CASIO • AVI.8 • WATCH • HAPPEN • LEE COOPER • LULU CASTAGNETTE • TRINQUET

Centre Sud Galerie commerciale
257 Av. Georges durand • LE MANS • 02 43 72 12 53
RCS Le Mans A 323 424 622

RÉPARATION TOUTES MARQUES, VENTE ET POSE DE PILES, CLÉS MINUTES.

PIL'VITE
La pile que vous cherchez est ici !

CINÉMA

Pingu

Photo : Allocine

L'Espace Henri Salvador propose aux petits cinéphiles, dans le cadre du Picolo cinéma, le film jeune public : « Pingu ». Synopsis : au fil de ces 8 courts-métrages, retrouvez, Pingu, le plus célèbre des manchots ! Curieux, créatif, espiègle et intrépide, Pingu vit de nombreuses aventures. Entouré de ses parents, de sa sœur, Pinga et de son meilleur ami, Robby, la banquise antarctique n'a jamais été aussi chaleureuse et accueillante !

Ce mercredi 23 à 15 heures
Espace Henri Salvador
2 rue de la Gironde à Coulaines
Contact : 02 43 74 35 10
Tarif : 3,5 euros

DÉTENTE

Méditation pleine conscience

Photo : Pixabay

Formée à la méditation de pleine conscience pour enfants et adolescents, durant cet atelier, Fabienne vous propose de vous initier à cette pratique aux multiples bienfaits. Huit séances pour développer sa connaissance de soi-même, s'entraîner à réguler ses émotions et mobiliser efficacement ses connaissances et compétences, identifier ses ressources. Les premiers ateliers ont lieu sur le mois de novembre et se poursuivront en décembre puis janvier.

Ce mercredi 23 et mercredi 30 novembre
De 11 heures à 12h15
L'Atelier des ressources
220 boulevard de la petite vitesse
Sur inscription par mail à fabienne@latelier-desressources.fr ou au 06 81 28 48 72
Tarif : 180 euros le programme complet (8 séances)

KARTING

Stage de perfectionnement

Photo : Pixabay

Le Karting des 24 Heures propose aux enfants entre 7 et 12 ans de découvrir le karting et d'améliorer leurs techniques de pilotage dans un cadre sympa !
Au programme du stage :
Comprendre le déroulement d'une course, quels sont les enjeux, respect du règlement, les règles de sécurité, savoir se comporter.
Gérer le trafic, apprendre à gérer le tour de formation et le départ lancé : atelier sur piste avec plusieurs simulations de départ.
Apprendre à gérer une course et à effectuer des tours réguliers.

Samedi 26 novembre de 10 à 12 heures
Le Mans karting international
Roue du chemin aux bœufs
Contact : 02 43 40 21 40
Tarif : 90 euros
Inscriptions sur lemans-karting.com

ATELIER

Sapin de Noël en palettes

Photo : PIXABAY

Et si vous prépariez Noël du côté de Carnuta, en famille et en prenant part à un atelier ?
Pour l'occasion et à moins d'un mois de l'échéance, l'association « Grain de Pollen » vous propose de venir créer votre sapin de Noël.
Pour cela, le matériau utilisé sera la palette et vous pourrez le construire de vos propres mains grâce à leurs conseils. Chacun repart avec son sapin.

Dimanche 27 novembre de 14 à 17h30
Carnuta
2 rue du Bourg Ancien à Jupilles
Contact : 02 43 38 10 31
Tarifs : de 5 à 7 euros
Sur réservation

Retrouvez les avis des internautes sur les derniers films

maville
www.lemans.maville.com

La liste des films à l'écran, publiée gratuitement ci-dessous, peut-être incomplète en raison de nos horaires de bouclage (le mardi matin) et de la mise à jour parfois tardive des sites de cinéma. Pour plus d'informations nous vous invitons à vous connecter sur le site:

www.lemans.maville.com

Du 23 au 29 novembre 2022

CGR LE COLISÉE

BAYAM SHOW : BIENVENUE AU CINÉMA !
Sortie le 09/11/2022, 0h44, **ANIMATION**, de Noredine Benazdia.
mer. 23, sam. 26: 14h / dim. 27: 10h45, 14h. (Dès 3 ans)

BELLE ET SÉBASTIEN : NOUVELLE GÉNÉRATION
Sortie le 19/10/2022, 1h36, **Aventure**, **Famille**, de Pierre Coré. Avec Michèle Laroque, Robinson Mensah-Rouanet, Alice David...
tlj. 13h30, 15h45.

BLACK PANTHER: WAKANDA FOREVER
Sortie le 09/11/2022, 2h45, **Action**, de Ryan Coogler.
mer. 23, lun. 28: 13h30, 16h30, 20h / jeu. 24, mar. 29: 13h30, 18h, 20h / ven. 25: 13h30, 16h30, 18h / sam. 26: 16h30, 18h, 20h / dim. 27: 13h30, 16h30, 18h, 20h.mer. 23, lun. 28: 18h / jeu. 24, mar. 29: 16h30 / ven. 25: 20h / sam. 26: 13h30 / dim. 27: 10h30.(VO)

DU CRÉPITEMENT SOUS LES NÉONS
Sortie le 16/11/2022, 1h32, **Dramatique**, de FGKO.
mer. 23, jeu. 24, ven. 25, sam. 26, dim. 27, lun. 28: 18h, 20h30 / mar. 29: 17h30, 20h30. (Interdit - 12 ans)

ENZO LE CROCO
Sortie le 30/11/2022, 1h47, **Comédie**, de Will Speck.
AVANT-PREMIERE : dim. 27: 10h45.

INU-OH
Sortie le 23/11/2022, 1h38, **ANIMATION**, **Fantastique**, de Masaaki Yuasa. Avec Avu-chan...
mer. 23: 13h30 / jeu. 24, sam. 26: 15h45 / ven. 25, mar. 29: 21h / dim. 27: 15h45, 21h / lun. 28: 18h.mer. 23: 15h45, 21h / jeu. 24, sam. 26: 13h30, 18h / ven. 25, lun. 28, mar. 29: 13h30, 15h45 / dim. 27: 11h, 13h30.(VO)

LA MAISON
Sortie le 16/11/2022, 1h30, **Dramatique**, de Anissa Bonnefont. Avec Ana Girardot, Aure Atika...
mer. 23, ven. 25, dim. 27, mar. 29: 13h30, 18h / jeu. 24, sam. 26, lun. 28: 13h30, 21h. (Interdit - 16 ans)

LE DÉFI DE NOËL
Sortie le 16/11/2022, 1h50, **Comédie**, de Florian Hessique. Avec Aurore Planas, Florian Hessique...
mer. 23, ven. 25, sam. 26, dim. 27, lun. 28, mar. 29: 18h / jeu. 24: 18h, 20h.

LE NOUVEAU JOUET
Sortie le 19/10/2022, **Comédie**, de James Huth.
mer. 23, jeu. 24, ven. 25, sam. 26 , lun. 28, mar. 29: 13h30, 15h45 / dim. 27: 11h, 13h30, 15h45.

LES FEMMES DU SQUARE
Sortie le 16/11/2022, 1h45, **Comédie**, de Julien Rambaldi. Avec Eye Haidara, Ahmed Sylla, Léa Drucker...
mer. 23, jeu. 24, ven. 25, sam. 26, dim. 27, lun. 28: 13h30, 15h45, 20h30 / mar. 29: 13h30, 15h30, 20h30.

MANGER AUTREMENT, MAIS COMMENT ? - CONFÉRENCE FRANCE INTER
Sortie le 29/11/2022, 1h30, **DIVERS**,
mar. 29: 19h30.

MASCARADE
Sortie le 01/11/2022, 2h22, **Comédie Dramatique**, de Nicolas Bedos. Avec Pierre Niney, Isabelle Adjani...
tlj. 20h15.

NOVEMBRE
Sortie le 05/10/2022, 1h47, **Policier**, de C. Jimenez.
tlj. 15h30, 18h, 20h30.

SAMOURAÏ ACADEMY
Sortie le 12/10/2022, 1h37, **Famille**, **ANIMATION**, de Rob Minkoff.
mer. 23, sam. 26: 15h30 / dim. 27: 10h45, 15h30.

SIMONE, LE VOYAGE DU SIÈCLE
Sortie le 12/10/2022, 2h20, **Biopic**, de Olivier Dahan.
mer. 23, sam. 26: 17h30, 20h15 / jeu. 24: 14h, 17h30 / ven. 25, lun. 28: 14h, 17h30, 20h15 / dim. 27: 11h, 17h30, 20h15 / mar. 29: 13h30, 17h.

LE ROYAL

L´ORIGINE DU MAL
Sortie le 05/10/2022, 2h05, **Thriller**, **Dramatique**, de Sébastien Marnier. Avec Laure Calamy...
mer. 23, lun. 28: 20h.

NOVEMBRE
Sortie le 05/10/2022, 1h47, **Policier**, de C. Jimenez.
dim. 27: 18h / mar. 29: 17h.

LES CINÉASTES

ARMAGEDDON TIME
Sortie le 09/11/2022, 1h55, **Dramatique**, de James Gray. Avec Anne Hathaway, Jeremy Strong...
mer. 23: 16h, 18h15 / jeu. 24: 13h30 / ven. 25, dim. 27: 13h30, 20h30 / sam. 26: 13h30, 18h15 / lun. 28: 15h45 / mar. 29: 13h45, 18h15.(VO)

AUCUN OURS
Sortie le 23/11/2022, 1h47, **Dramatique**, de Jafar Panahi. Avec Jafar Panahi, Naser Hashemi, Vahid Mobasheri...
mer. 23, lun. 28: 13h30, 20h30 / jeu. 24: 14h, 20h30 / ven. 25: 16h, 18h15 / sam. 26: 13h30, 20h45 / dim. 27: 16h, 20h30 / mar. 29: 16h, 18h30.(VO)

CADAVRES EXQUIS
Sortie le 26/05/1976, 1h56, **Policier**, **Thriller**, de Francesco Rosi. Avec Fernando Rey, Alain Cuny...
ven. 25: 18h / dim. 27: 15h45 / mar. 29: 18h15.(VO)

CLOSE
Sortie le 01/11/2022, 1h45, **Drame**, de Lukas Dhont.
mer. 23, sam. 26: 18h30 / dim. 27: 11h.

COMA
Sortie le 16/11/2022, 1h20, **Dramatique**, de Bertrand Bonello. Avec Louise Labeque, Laetitia Casta...
mer. 23: 18h15 / jeu. 24, ven. 25: 16h15 / sam. 26, dim. 27: 16h45 / lun. 28: 20h30 / mar. 29: 18h30.

EO
Sortie le 19/10/2022, 1h29, **Drame**, de Jerzy Skolimowski. Avec Sandra Drzymalska, Tomasz Organek...
dim. 27: 11h.(VO)

HOPPER
Sortie le 25/10/2022, 1h30, **Documentaire**, de Phil Grabsky.
jeu. 24: 18h.

JUSTE UNE NUIT
Sortie le 16/11/2022, 1h26, **Dramatique**, de Ali Asgari. Avec Sadaf Asgari, Ghazal Shojaei...
dim. 27: 11h / lun. 28: 16h30.(VO)

KING LEAR
Sortie le 03/04/2002, 1h30, **Dramatique**, **Science-Fiction**, de Jean-Luc Godard. Avec Peter Sellars...
ven. 25: 20h.(VO)

LA CONSPIRATION DU CAIRE
Sortie le 20/10/2022, 2h30,
sam. 26: 13h30 / dim. 27: 11h.(VO)

LA PERMANENCE
1h37, **Documentaire**, de Alice Diop.
mar. 29: 20h30.

LE FEU FOLLET
Sortie le 15/10/1963, 1h50, **Drame**, de Louis Malle.
jeu. 24: 16h / dim. 27: 18h30 / mar. 29: 13h45.

LES AMANDIERS
Sortie le 09/11/2022, 2h05,
mer. 23: 15h45, 20h30 / jeu. 24, dim. 27: 13h30, 18h / ven. 25: 13h30, 20h30 / sam. 26: 18h30, 20h30 / lun. 28: 15h45, 18h / mar. 29: 16h, 20h30.

LES MIENS
Sortie le 23/11/2022, 1h25, **Dramatique**, de Roschdy Zem. Avec Sami Bouajila, Roschdy Zem,...
mer. 23: 14h, 20h30 / jeu. 24: 16h, 20h30 / ven. 25: 13h45, 18h / sam. 26: 15h45, 20h45 / dim. 27: 15h45, 18h40 / lun. 28, mar. 29: 13h30, 20h30.

NAVIGATORS
1h25, **Documentaire**, de Noah Teichner.
jeu. 24: 20h45.(VO)

NOËL AVEC LES FRÈRES KOALAS
Sortie le 16/11/2022, 0h46, **ANIMATION**, **Famille**, de Tobias Fouracre.
dim. 27: 17h30.

OPÉRATION PÈRE NOËL (COURT)
0h26, **Aventure**, **ANIMATION**, de Marc Robinet.
mer. 23: 16h, 17h / sam. 26: 17h30 / dim. 27: 16h.

PACIFICTION - TOURMENT SUR LES ÎLES
Sortie le 09/11/2022, 2h45, **Drame**, de Albert Serra.
lun. 28: 20h / mar. 29: 15h15.

PLUS QUE JAMAIS
Sortie le 16/11/2022, 2h02, **Dramatique**, de E. Atef.
mer. 23: 18h / ven. 25: 15h45 / dim. 27: 20h15 / lun. 28: 17h30 / mar. 29: 16h.

RÉALITÉ
Sortie le 18/02/2015, 1h35, **Comédie**, de Quentin Dupieux. Avec Alain Chabat, Jonathan Lambert...
sam. 26: 16h.

REWIND AND PLAY
Sortie le 05/09/2022, 1h05, **Documentaire**, de Alain Gomis.
sam. 26: 18h30.(VO)

RIPOSTE FÉMINISTE
Sortie le 09/11/2022, 1h27, **Documentaire**, de Marie Perennès, Simon Depardon. Avec Marina Foïs,
lun. 28: 18h30.

SAINT OMER
Sortie le 23/11/2022, 2h02, **Dramatique**, **Judiciaire**, de Alice Diop. Avec Kayije Kagame...
mer. 23: 13h30, 20h / jeu. 24: 15h45, 20h30 / ven. 25: 15h30, 18h / sam. 26: 14h, 20h30 / dim. 27: 13h30, 18h / lun. 28: 13h30, 18h10 / mar. 29: 20h15.

TROIS NUITS PAR SEMAINE
Sortie le 09/11/2022, 1h43, **Comédie**, **Romantique**, de Florent Gouëlou. Avec Pablo Pauly...
dim. 27: 20h30.

VIVA MARIA!
Sortie le 22/11/1965, 2h00, **Aventure**, **Comédie**, de Louis Malle. Avec Brigitte Bardot, Jeanne Moreau...
jeu. 24: 18h15 / dim. 27: 13h30 / lun. 28: 14h.

MÉGA CGR

BAYAM SHOW : BIENVENUE AU CINÉMA !
Sortie le 09/11/2022, 0h44, **ANIMATION**, de Noredine Benazdia.
mer. 23, sam. 26, dim. 27: 11h15. (Dès 3 ans)

BELLE ET SÉBASTIEN : NOUVELLE GÉNÉRATION
Sortie le 19/10/2022, 1h36, **Aventure**, **Famille**, de Pierre Coré. Avec Michèle Laroque...
mer. 23, sam. 26, dim. 27: 11h15, 15h45, 17h50 / jeu. 24, ven. 25, lun. 28: 11h15 / mar. 29: 11h15, 15h50.

BLACK ADAM
Sortie le 19/10/2022, 2h05, **Fantastique**, de Jaume Collet-Serra. Avec Dwayne Johnson, Aldis Hodge...
mer. 23, sam. 26, dim. 27: 19h50, 22h15 / jeu. 24: 15h45, 19h45 / ven. 25: 15h20, 19h50, 22h15 / lun. 28: 16h30, 19h50, 22h / mar. 29: 16h30, 19h50, 22h15.

BLACK PANTHER: WAKANDA FOREVER
Sortie le 09/11/2022, 2h45, **Action**, de Ryan Coogler.
mer. 23, dim. 27: 10h30, 15h, 17h15, 18h15, 21h30 / jeu. 24: 13h50, 15h, 17h15, 18h15, 21h30 / ven. 25, lun. 28: 10h30, 15h, 18h15, 20h30, 21h30 / sam. 26: 10h30, 13h50, 15h, 18h15, 21h30 / mar. 29: 13h50, 15h, 18h15, 20h30, 21h30.mer. 23, dim. 27: 13h50, 20h30 / jeu. 24: 10h30, 20h30 / ven. 25, lun. 28: 13h50, 17h15 / sam. 26: 17h15, 20h30 / mar. 29: 10h30, 17h15.(3D)

BONES AND ALL
Sortie le 23/11/2022, 2h10, **Dramatique**, **Horreur**, de Luca Guadagnino. Avec Timothée Chalamet...
mer. 23, sam. 26, dim. 27: 10h45, 13h40, 16h30, 19h30, 22h10 / jeu. 24: 13h40, 16h30, 19h30, 22h10 / ven. 25: 10h45, 16h30, 19h30, 22h10 / lun. 28: 10h45, 13h40, 19h30, 22h10 / mar. 29: 10h45, 13h40, 16h30, 19h30.jeu. 24: 10h45 / ven. 25: 13h40 / lun. 28: 16h30 / mar. 29: 22h10.(VO) (Interdit - 16 ans)

CE NE SERA PAS NOTRE DERNIER NOËL
Sortie le 23/11/2022, 1h41, **Comédie**, **Musique**, de Juan Manuel Cotelo. Avec Mamen...
mer. 23, sam. 26, dim. 27, lun. 28, mar. 29: 13h30, 15h45, 20h / jeu. 24: 11h10, 13h30, 15h45 / ven. 25: 13h30, 15h45.

COULEURS DE L´INCENDIE
Sortie le 09/11/2022, 2h14, **Drame**, de C. Cornillac.
mer. 23, ven. 25, dim. 27, lun. 28, mar. 29: 10h45, 13h40, 16h30, 19h30 / jeu. 24, sam. 26: 10h45, 13h40, 16h30.

ENZO LE CROCO
Sortie le 30/11/2022, 1h47, **Comédie**, de Will Speck,
AVANT-PREMIERE : dim. 27: 13h30.

FILM OFFICIEL : 24 HEURES DU MANS 2022
1h25, **Sport event**, de C. Hanquet, J. Coibion.
mer. 23: 16h / jeu. 24: 17h50 / ven. 25, mar. 29: 20h05 / sam. 26: 22h15 / dim. 27: 11h15 / lun. 28: 18h.

INDOCHINE CENTRAL TOUR AU CINÉMA
Sortie le 24/11/2022, 2h50, **Musique**, de Hans Pannecoucke.
jeu. 24: 20h02.

JACK MIMOUN ET LES SECRETS DE VAL VERDE
Sortie le 12/10/2022, 1h46, **Aventure**, **Comédie**, de Malik Bentalha. Avec Malik Bentalha,...
tlj. 11h.

LA PROIE DU DIABLE
Sortie le 26/10/2022, 1h33, **Horreur**, **Thriller**, de Daniel Stamm. Avec Jacqueline Byers...
tlj. 22h20 (sauf jeu. 24).

LE MENU
Sortie le 23/11/2022, 1h48, **Thriller**, de Mark Mylod.
mer. 23: 13h25, 15h40, 20h05, 22h20 / jeu. 24: 13h25, 15h35, 17h50, 20h05, 22h20 / ven. 25, dim. 27, lun. 28: 13h25, 15h40, 17h50, 20h05, 22h20 / sam. 26: 15h40, 17h50, 20h05, 22h20 / mar. 29: 13h25, 15h40, 17h50, 22h20.mer. 23: 17h50 / sam. 26: 13h25 / mar. 29: 20h05.(VO) (Interdit - 12 ans)

LE NOUVEAU JOUET
Sortie le 19/10/2022, **Comédie**, de James Huth.
mer. 23, sam. 26, dim. 27: 13h40 / jeu. 24: 13h25 / ven. 25, lun. 28: 13h30 / mar. 29: 11h10.

LE TORRENT
Sortie le 30/11/2022, **Thriller**, de Anne Le Ny.
AVANT-PREMIERE : lun. 28: 19h45.

LES FEMMES DU SQUARE
Sortie le 16/11/2022, 1h45, **Comédie**, de Julien Rambaldi. Avec Eye Haïdara, Ahmed Sylla, Léa Drucker...
mer. 23: 11h, 13h30, 17h55, 20h05 / jeu. 24: 11h, 13h30, 15h40, 17h50, 22h30 / ven. 25: 11h, 13h25, 15h35, 17h55, 20h05 / sam. 26, lun. 28: 11h, 13h30, 15h40, 17h55, 20h05 / dim. 27: 13h30, 15h40, 20h05 / mar. 29: 11h, 13h30, 15h40, 17h55.

MASCARADE
Sortie le 01/11/2022, 2h22, **Comédie Dramatique**, de Nicolas Bedos. Avec Pierre Niney, Isabelle Adjani,...
mer. 23: 13h20, 19h50 / jeu. 24: 11h, 13h45, 16h30, 19h50 / ven. 25: 13h20, 19h45 / sam. 26: 13h10, 19h50 / dim. 27: 13h15, 19h50 / lun. 28, mar. 29: 13h40, 19h40.

MENTEUR
Sortie le 13/07/2022, **Comédie**, de Olivier Baroux.
mer. 23, ven. 25, dim. 27, lun. 28, mar. 29: 22h20 / jeu. 24: 22h30.

NOVEMBRE
Sortie le 05/10/2022, 1h47, **Policier**, de C. Jimenez.
mer. 23, ven. 25, sam. 26, dim. 27: 17h50, 20h05, 22h20 / jeu. 24: 20h, 22h15 / lun. 28: 11h, 15h50, 17h35, 22h20 / mar. 29: 13h30, 17h50, 20h05, 22h20.

PETAOUCHNOK
Sortie le 09/11/2022, 1h36, **Comédie**, de E. Deluc.
mer. 23, sam. 26: 11h15, 13h40, 22h30 / jeu. 24: 11h15, 13h30 / ven. 25: 11h10, 13h15, 22h30 / dim. 27: 11h05, 18h, 22h30 / lun. 28: 11h15, 13h30, 22h25 / mar. 29: 11h15, 13h40, 22h25.

PLANCHA
Sortie le 26/10/2022, 1h40, **Comdie**, de Eric Lavaine.
mer. 23: 15h45, 17h45 / jeu. 24: 15h45, 17h50 / ven. 25: 11h10, 15h50, 17h45 / sam. 26, dim. 27: 15h50, 17h50 / lun. 28: 11h10, 15h30 / mar. 29: 11h10, 15h40, 17h45.

SAMOURAÏ ACADEMY
Sortie le 12/10/2022, 1h37, **Famille**, **ANIMATION**, de Rob Minkoff.
mer. 23, dim. 27: 11h, 13h30, 15h40 / sam. 26: 11h, 13h30, 15h40, 20h.

SHE SAID
Sortie le 23/11/2022, 2h09, **BIOPIC**, **Dramatique**, de Maria Schrader. Avec Carey Mulligan, Zoe Kazan...
mer. 23, sam. 26, dim. 27, mar. 29: 11h, 13h45, 16h30, 19h40, 22h15 / jeu. 24: 11h, 13h45, 19h40, 22h15 / ven. 25, lun. 28: 11h, 13h45, 16h30, 22h15.jeu. 24: 16h30 / ven. 25, lun. 28: 19h40.(VO)

SIMONE, LE VOYAGE DU SIÈCLE
Sortie le 12/10/2022, 2h20, **Biopic**, de Olivier Dahan.
mer. 23, ven. 25, sam. 26, dim. 27: 11h05, 16h15, 19h30 / jeu. 24: 10h45, 13h40, 16h30, 19h30 / lun. 28, mar. 29: 11h05, 13h30, 16h20, 19h30.

SMILE
Sortie le 23/09/2022, 1h55,
mer. 23, jeu. 24, ven. 25, dim. 27, lun. 28, mar. 29: 22h15 / sam. 26: 22h20. (Int. -12 ans)

UNE COMÉDIE ROMANTIQUE
Sortie le 16/11/2022, 1h38, **Comédie**, **Romantique**, de Thibault Segouin. Avec Alex Lutz...
mer. 23, ven. 25, sam. 26, dim. 27, lun. 28, mar. 29: 11h15, 17h55, 22h10 / jeu. 24: 11h15, 22h15.

PATHÉ QUINCONCES

ARMAGEDDON TIME
Sortie le 09/11/2022, 1h55, **Dramatique**, de J. Gray.
mer. 23, dim. 27, mar. 29: 13h25 / jeu. 24: 13h25, 15h45 / ven. 25, lun. 28: 13h25, 16h35 / sam. 26: 16h35.sam. 26: 13h25 / dim. 27: 16h35.(VO)

BLACK ADAM
Sortie le 19/10/2022, 2h05, **Fantastique**, de Jaume Collet-Serra. Avec Dwayne Johnson, Aldis Hodge...
ven. 25, sam. 26, dim. 27, lun. 28, mar. 29: 19h10.

BLACK PANTHER: WAKANDA FOREVER
Sortie le 09/11/2022, 2h45, **Action**, de Ryan Coogler.
mer. 23: 13h30, 14h50, 16h45, 18h05, 21h20 / jeu. 24, mar. 29: 13h30, 14h45, 16h45, 18h, 21h15 / ven. 25: 13h30, 14h45, 18h, 20h, 21h15 / sam. 26: 14h45, 16h45, 18h, 20h, 21h15 / dim. 27: 11h15, 13h30, 14h45, 16h45, 18h, 20h / lun. 28: 13h20, 14h45, 18h, 20h, 21h15.tlj. 15h40.(3D)mer. 23, jeu. 24, mar. 29: 20h / ven. 25, lun. 28: 16h45 / sam. 26: 13h30 / dim. 27: 10h30, 21h15.(VO)

BONES AND ALL
Sortie le 23/11/2022, 2h10, **Dramatique**, **Horreur**, de Luca Guadagnino. Avec Timothée Chalamet...
mer. 23: 16h10, 18h55 / jeu. 24: 16h25, 21h40 / ven. 25: 18h55, 21h40 / sam. 26, lun. 28: 16h10, 18h55, 21h40 / dim. 27: 11h15, 16h10, 18h55, 21h40 / mar. 29: 16h15, 19h, 21h45.mer. 23: 21h40 / jeu. 24: 18h55 / ven. 25: 16h10.(VO) (Interdit - 16 ans)

COULEURS DE L´INCENDIE
Sortie le 09/11/2022, 2h14, **Drame**, de C. Cornillac.
mer. 23, jeu. 24, ven. 25, sam. 26, lun. 28, mar. 29: 15h20, 18h15, 21h05 / dim. 27: 11h15, 15h20, 18h15, 21h05.

EO
Sortie le 19/10/2022, 1h29, **Drame**, de Jerzy Skolimowski. Avec Sandra Drzymalska...
jeu. 24: 14h10 / dim. 27: 18h55 / lun. 28: 17h25 / mar. 29: 13h30.(VO)

INDOCHINE CENTRAL TOUR AU CINÉMA
Sortie le 24/11/2022, 2h50, **Musique**, de Hans Pannecoucke.
jeu. 24: 20h.

LA PROIE DU DIABLE
Sortie le 26/10/2022, 1h33, **Horreur**, **Thriller**, de Daniel Stamm. Avec Jacqueline Byers...
tlj. 22h15 (sauf jeu. 24).

LE MENU
Sortie le 23/11/2022, 1h48, **Thriller**, de Mark Mylod.
mer. 23, ven. 25, lun. 28: 14h05, 16h35, 21h25 / jeu. 24: 14h05, 16h35, 19h / sam. 26: 16h35, 19h, 21h25 / dim. 27: 10h55, 14h05, 16h35, 19h, 21h25 / mar. 29: 14h05, 18h50, 21h45.mer. 23, ven. 25, lun. 28: 19h / jeu. 24: 21h25 / sam. 26: 14h05 / mar. 29: 16h35.(VO) (Interdit - 12 ans)

LES AFFRANCHIS
Sortie le 20/08/2008, 2h25, **Policier** / **Espionnage**, de Martin Scorsese. Avec Robert De Niro, Joe Pesci...
lun. 28: 21h10.(VO) (Int. -16 ans)

LES ENGAGÉS
Sortie le 16/11/2022, 1h38, **Drame**, de Emilie Frèche.
mer. 23: 13h20 / jeu. 24: 13h30 / ven. 25, sam. 26, dim. 27: 14h10 / lun. 28: 14h.

LES FEMMES DU SQUARE
Sortie le 16/11/2022, 1h45, **Comédie**, de J. Rambaldi.
mer. 23, ven. 25, sam. 26: 13h, 18h50, 21h10 / jeu. 24: 13h, 18h15 / dim. 27, mar. 29: 13h, 21h10 / lun. 28: 13h, 18h50.

LES MIENS
Sortie le 23/11/2022, 1h25, **Dramatique**, de R. Zem.
mer. 23, jeu. 24, ven. 25, sam. 26, lun. 28: 13h45, 15h15, 17h10, 19h30 / dim. 27: 11h05, 13h45, 15h15, 17h10, 19h30 / mar. 29: 13h, 14h20, 17h10, 19h30.

MASCARADE
Sortie le 01/11/2022, 2h22, **Comédie Dramatique**, de Nicolas Bedos. Avec Pierre Niney, François Cluzet...
mer. 23, ven. 25, sam. 26, lun. 28, mar. 29: 16h35, 21h10 / jeu. 24: 16h40, 20h30 / dim. 27: 11h10, 16h35, 21h10.

NOVEMBRE
Sortie le 05/10/2022, 1h47, **Policier**, de C. Jimenez.
mer. 23, jeu. 24, ven. 25, sam. 26, lun. 28, mar. 29: 21h30 / dim. 27: 10h40, 21h30.

PLANCHA
Sortie le 26/10/2022, 1h40, **Comdie**, de Eric Lavaine.
tlj. 13h05 (sauf mar. 29).

RESTE UN PEU
Sortie le 16/11/2022, 1h33, **Comédie**, de G. Elmaleh.
mer. 23, ven. 25, sam. 26, dim. 27, mar. 29: 13h15, 15h20, 17h25, 19h05 / jeu. 24: 13h15, 15h20, 17h25 / lun. 28: 13h15, 15h20, 19h05.

SAMOURAÏ ACADEMY
Sortie le 12/10/2022, 1h37, **Animation**, de R. Minkoff.
mer. 23, sam. 26: 14h / dim. 27: 11h10, 14h.

SHE SAID
Sortie le 23/11/2022, 2h09, **BIOPIC**, **Dramatique**, de Maria Schrader. Avec Carey Mulligan, Zoe Kazan...
mer. 23, jeu. 24: 15h55, 21h30 / ven. 25, sam. 26, lun. 28: 18h40, 21h30 / dim. 27: 10h40, 15h55, 21h30 / mar. 29: 15h55, 18h40.mer. 23, jeu. 24, dim. 27: 18h40 / ven. 25, sam. 26, lun. 28: 15h55 / mar. 29: 21h30.(VO)

SIMONE, LE VOYAGE DU SIÈCLE
Sortie le 12/10/2022, 2h20, **Biopic**, de Olivier Dahan.
mer. 23, ven. 25, sam. 26, lun. 28, mar. 29: 13h45, 19h20 / jeu. 24: 13h50 / dim. 27: 10h50, 13h45, 19h20.

SMILE
Sortie le 23/09/2022, 1h55,
ven. 25, sam. 26, dim. 27, lun. 28: 21h45. (Int. -12 ans)

Thanksgiving, qu´est ce que c´est ?

Pour retrouver les premières traces de Thanksgiving, il faut, selon les historiens, remonter au début du XVIIe siècle, lorsque les colons et le gouverneur William Bradford décidaient de remercier les Amérindiens à travers un festin offert à chacun. Dindes sauvages, pigeons et mêmes cerfs furent alors abondamment consommés. Décrété journée nationale en 1863 par Abraham Lincoln, Thanksgiving est depuis célébrée chaque dernier jeudi du mois de novembre. De grandes parades sont organisées un peu partout dans le pays, et la dinde se mue en plat principal : plus de 40 millions sont mangés ce jour-là par les 280 à 290 millions d'américains célébrant l'événement.

Réfection d'un faisceau avant d'une Corvette C2 des années 1960. Photo : Oswald Triboulet

Ses voyages

« Le pays est grandiose, les parcs sont extraordinaires, je suis particulièrement fan de San Francisco. Je suis aussi allé plusieurs fois à Miami et je devrais bientôt aller en Géorgie », reconnait Oswald Triboulet.

Garage de Belle ile

6 rue de Belle Ile
A Coulaines

Du lundi au vendredi de 8 à 12 heures et de 14 à 18h30
Le samedi de 9 à 12 heures

Contact : 02 43 82 20 26

Leur rêve américain

À plus de 7000 km de nous, les États-Unis continuent de fasciner par leur immensité, leur grandeur, leur démesure. Certains Manceaux entretiennent d´ailleurs un lien très particulier avec l´Outre Atlantique et Le Mans maville a fait le choix de leur donner la parole, à quelques heures de la fête de Thanksgiving.
Oswald Triboulet *(photo)*, gérant du garage de Belle Île et habitué des voyages aux USA, s´occupe de la restauration de dizaines de voitures américaines chaque année.
Originaire du Mans, Jérôme Bergère est quant à lui parti vivre le rêve américain et est aujourd´hui propriétaire de trois restaurants sur la côte Est des États-Unis *(page 11)*.

Photo : N.P

Quels liens entretenez-vous avec les voitures américaines ? Elles représentent une grande partie du stock de votre garage ?
Oswald Triboulet : Les voitures américaines ne représentent pas la majeure partie de notre activité, c'est surtout du plaisir. Je suis un grand passionné de cet univers-là. On en répare 15 à 20 par an, ce sont à chaque fois de gros chantiers, on prend le temps de bien les faire comme il faut.

Comment les récupérez-vous ?
Beaucoup de voitures arrivent de Californie, elles ont été pas mal abîmées par le sel, par le sable, le soleil, avec des peintures en mauvais état, des motorisations à revoir, des problèmes d'alimentation et d'électricité, etc. Les Américains ne sont pas très forts en électricité, quand on ouvre leur tableau de bord il y a beaucoup de travail *(rires)*.
J'ai un copain, Michel Germaine, un Franco-Américain qui importe des voitures pour des clients. Je m'occupe de la réparation de ces voitures, je les remets en état. Par exemple, dans les prochains jours, il va nous ramener une Corvette C3 que l'on va remettre en marche.

Qu'est-ce que les voitures américaines ont de si particulier ?
Elles sont à la mesure de leur pays. Elles sont plus grosses, les moteurs sont plus gros, tout est démesuré. Chez nous, il y a 30 ans la voiture phare était la Peugeot 205, chez eux c'était la Corvette.

Comment votre passion pour les États-Unis est-elle née ?
À force de voyager. Je suis allé plusieurs fois aux États-Unis, à Miami mais aussi dans l'Ouest Américain. J'adore les belles mécaniques et dans ces coins-là il faut reconnaître qu'on est servi.

Qu'est ce qui vous plaît dans ce pays, dans cette culture ?
Je retrouve un petit peu de l'insouciance des années 1990.

Vous possédez une page Facebook, 66USCars Le Mans, qu'est-ce qu'on y retrouve ?
C'est une page que j'ai créée il y a à peine un an. On met en avant les voitures que l'on restaure, qu'on prépare pour des clients.
Il y a deux voitures américaines à moi, une Corvette et un Van américain. Avec mon garage, nous nous occupons de la partie remise en état, je n'en revends pas directement.

Est-ce qu'il y a des clients qui viennent dans votre garage uniquement parce qu'ils sont passionnés par cet univers ?
Je fais partie du New'stalgia Club de Guécelard. Tous les membres se connaissent et certains me sollicitent, et puis il y a aussi des gens passionnés qui ont visité le musée de Michel Germaine, mon fameux copain qui importe des voitures, et qui en expose certaines dans son musée à Sillé-le-Philippe.

C'est un plaisir particulier pour vous de vous occuper de vieilles voitures fabriquées à l'autre bout du monde ?
C'est une belle fierté, les mécaniques sont anciennes, simples, il n'y a pas tous les systèmes actuels. Et puis ce sont des voitures mythiques que l'on a pu apercevoir dans certains films.

En mai dernier se tenait l'événement annuel : « New'stalgia Days » à Guécelard.
Qu'est-ce que c'est ?
Les New'stalgia Days sont des événements qui mettent en avant les États-Unis pendant un week-end, avec concerts de rock, films sur grands écrans, stands avec produits américains mais aussi exposition de voitures, le tout à Guécélard.
C'est une manifestation organisée par Didier Gerardot, je suis adhérent de son club. On se réunit tout au long de l'année et on expose nos voitures sur un parking chaque premier vendredi du mois.

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com

La semaine prochaine
dans le mans.maville.com
Retrouvez notre entretien avec l'imitateur
MICHAËL GREGORIO
pour son nouveau spectacle
"L'Odyssée de l'espace"
le 2 décembre à 20 h, ANTARÈS - LE MANS

Le patron de restaurant sarthois a conquis Boston

Jérôme Bergère est installé aux États-Unis depuis plus de 20 ans. Parti outre-Atlantique après un bac pro, le Sarthois tient aujourd'hui trois établissements.

Le parcours de Jérôme Bergère est avant tout celui d'un audacieux. Il faut quelque peu remonter le temps, et se plonger dans les années 2000, pour en trouver les origines.

À peine la majorité obtenue et un bac professionnel en poche, il lève les voiles vers le pays de l'Oncle Sam. L'ancien élève du CFA du Mans s'envole très loin de son enfance à Laigné-en-Belin, de ses grands-parents habitant la Ferté-Bernard ou encore de son premier apprentissage à Arnage. Avec l'un de ses amis, il décolle alors pour New York. À ses côtés, le Sarthois Jean-Sébastien Monné, devenu depuis chef de l'Auberge de Bagatelle, seul établissement étoilé du département.

« On a fait un petit bout de chemin ensemble, cinq à six ans. Après ça, je suis parti travaillé sur un bateau de croisière autour du monde. J'étais cuisinier et serveur, généralement on nous demande d'être très polyvalent », se souvient le restaurateur.

Âgé aujourd'hui de 41 ans, et détenteur de la nationalité franco-américaine, Jérôme Bergère vit en périphérie de Boston (Massachusetts). Bien installé sur la côte Est des États-Unis, le Sarthois d'origine y gère trois établissements. En 2009, il ouvre « La Voile » dans le centre-ville de Boston. Une première « brasserie de luxe » qualifie-t-il, qui lui donne de l'appétit et verra la création d'un second restaurant puis d'une cave à vin, toujours dans sa ville d'adoption.

Photo : Jérôme Bergère

« Très chanceux »

Le quadragénaire doit sa réussite, dans ce métier exigent, à ses efforts et sacrifices mais pas seulement. L'expatrié porte une reconnaissance à celles et ceux dont il a croisé le chemin, « ma vie à Boston s'est construite petit à petit. J'ai surtout été très chanceux, en rencontrant les bonnes personnes qui m'ont fait confiance », confie-t-il.

Si ses établissements réalisent « trop de volume », entendez par là trop de couverts (400 couverts par soir, le week-end, *ndlr*), « pour entrer dans les critères des étoilés », ce n'est pas la distinction qui motive le chef d'entreprise.

Dans les cuisines de ses deux restaurants, on y travaille des produits bien français : du foie gras, de l'escargot bourguignon, de la blanquette de veau ou encore de la sole meunière.

Un clin d'œil appuyé à son pays natal qui est nourri par son amour de l'œnologie : « Je travaille uniquement avec des vins français donc ça nous arrive d'avoir souvent des contacts avec les vignobles français (indirectement, via les exportateurs, *ndlr*). Je reste l'œil ouvert sur la France et ses nouvelles. Je travaille également avec beaucoup de Français expatriés donc forcément on parle du pays », sourit-il.

Appel à le rejoindre

Au sein de ses établissements, le restaurateur dispose d'une soixantaine d'employés mais fait face à « un grand turnover ». Et le patron basé Outre-Atlantique profite de l'entretien avec Le Mans maville pour passer un appel à recrutement : « Si quelqu'un est volontaire pour venir se joindre à l'équipe à Boston, on recherche du personnel. » Les Sarthois et Sarthoises se sentant l'âme aventurière sont donc les bienvenus sur la Côte Est américaine !

Raphaël Rufflé-Marjot

raphael.rufflemarjot02@lemans.maville.com

Jean-Sébastien Monné, ami et chef de l'Auberge de Bagatelle : « C'était sûr qu'il allait réussir »

Leur relation

« Nous nous sommes rencontrés au CFA *(de 1997 à 1999, ndlr)*. À l'époque, je travaillais au Grand Hôtel de Solesmes et lui travaillait au golf de Sablé. On avait à peu près les mêmes trajets et on s'est liés d'amitié assez rapidement. Aujourd'hui, on se voit une fois par an : dès qu'il rentre des États-Unis. On s'envoie des messages dans l'année, lorsqu'il y a des nouveautés. C'est une amitié très distante mais dès qu'on a l'occasion on se retrouve. »

Leur aventure new-yorkaise

« Quand on a obtenu notre bac professionnel, on a décidé d'aller voir des amis qui étaient à New York. On y allait en vacances, pour passer un peu de temps avec eux. Et quand on a vu la beauté et la grandeur de cette ville, on s'est dit que trouver un premier travail ici n'était pas une mauvaise idée. Nous avons enfilé notre costume et sommes allés se présenter à des restaurants. Nous avons été pris dans le même établissement (La panetière, *ndlr*), lui en tant que serveur et moi en tant que cuisinier. Puis on a pris un appartement ensemble. Je suis resté trois ans sur place, alors que Jérôme vit toujours aux États-Unis. »

Sa personnalité

« À New York, Jérôme avait plus de maturité que moi, une bonne notion de service, il s'intéressait au vin. Lui n'a pas eu envie de rentrer en France en même temps que moi, ce que j'ai compris. Il a réussi à trouver sa place et son bonheur dans des restaurants là-bas. J'ai beaucoup aimé la vie américaine mais j'ai toujours eu cette impression d'être dans l'irréel, dans des scénarios de films. Jérôme s'est beaucoup mieux adapté à la vie américaine. C'était un peu mon grand frère à New York. Il m'aidait beaucoup sur les documents administratifs. Ça a toujours été quelqu'un d'organisé, de carré. Il a toujours été respectueux dans son travail, toujours respecté aussi. C'est quelqu'un qui a du caractère, de la prestance donc il a très vite grandi. »

Sa carrière à Boston

« C'était sûr qu'il allait réussir, qu'il allait faire quelque chose comme ça. Boston, ça ne me surprend pas comme destination surtout que c'est une ville plus jeune, un peu universitaire. Aujourd'hui, il est heureux et a beaucoup de travail. Peut-être qu'un jour il reviendra par chez nous, pour l'instant il est bien là-bas. Avec ma femme, nous comptons bientôt aller le voir. »

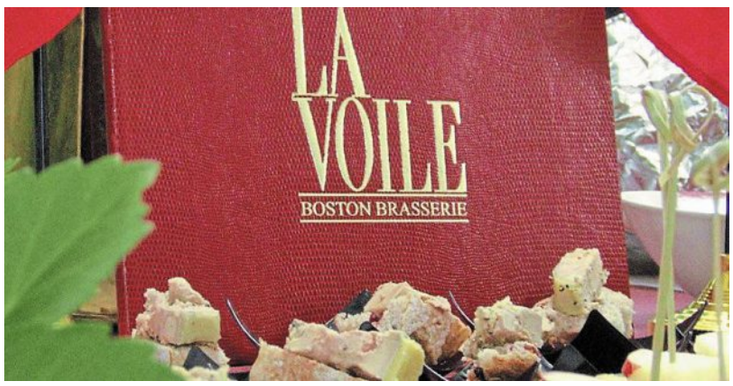


Photo : Instagram La Voile Boston

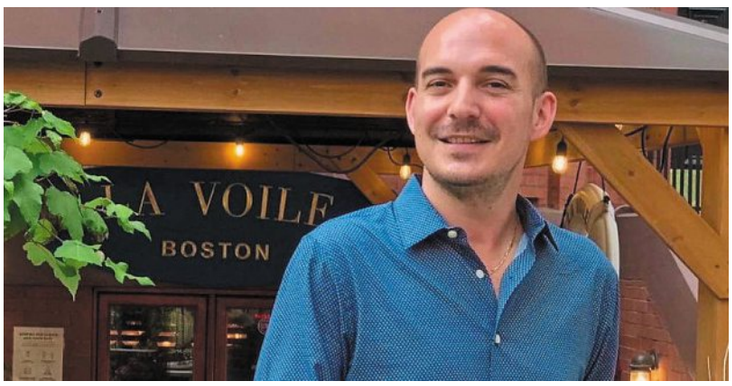


Photo : Jérôme Bergère

SA RECETTE

Grenadin en croûtes d'herbes

Les ingrédients :

30 g de basilic

15 g d'amandes

15 g de noisettes

80 g de beurre pommade

Tomates confites

250 g de pain de mie

15 g d'ail

1 grenadin ou 1 rôti

La préparation :

1. Mixer le tout et la croûte est prête. Si elle est trop ferme, on peut rajouter un peu d'huile d'olive.

2. Mettre cette préparation autour du rôti ou du grenadin et faire cuire au four 45 minutes à 180 °.

PHOTO : J.M.

Les adresses

Au coeur de Gazonfier - Boucherie Morin
40 rue Marcel Proust
Contact : 02 43 85 83 47

Boucherie Maison Morin
402 avenue du Dr Jean Mac
Contact : 02 43 84 35 33

La boucherie de Gazonfier change de mains

Sacré meilleur ouvrier de France en 2018, Thierry Morin succède à Bruno et Maryline Papin à la tête de la charcuterie « Au cœur de Gazonfier ».

PHOTO : J.M.

Meilleur ouvrier de France en 2018, médaille d'or 2022 du jambon, champion de la Sarthe du jambon il y a quinze jours… C'est peu dire que Thierry Morin *(photo)*, 44 ans, est un habitué des récompenses. Le Manceau, boucher charcutier de formation, a aussi bien d'autres casquettes, celle de chef d'entreprise pour commencer même si, le confie-t-il d'emblée, ce n'est pas ce qu'il préfère. « Moi ce que j'aime, c'est discuter avec mes clients, toucher la matière, être boucher. Être chef d'entreprise, ça ne m'intéresse pas trop », raconte celui qui gère désormais pourtant deux établissements, le premier avenue du docteur Jean Mac, depuis trois ans, et un second, dans le centre commercial du quartier Gazonfier depuis octobre dernier. « C'est l'ancien propriétaire, monsieur Papin, qui est venu vers moi. Il m'a convaincu de reprendre l'affaire dans ce quartier que je trouve sympa, il y a un aspect village dans la ville. Et puis il bouge pas mal en ce moment ».

Former la jeune génération

Sur les étals, Thierry Morin propose quasi à l'identique, les mêmes produits dans les deux boucheries. « On a gardé ce qui plaît aux clients, à savoir le saucisson à l'ail, le boudin blanc, le riz au lait… Je travaille avec les porcs Cénomans et des éleveurs de Vendôme pour le bœuf. Je n'aime pas trop les grands groupes », détaille le Sarthois qui enfile le week-end sa casquette de formateur. « Je forme un quart des artisans en France. Là je vais en Savoie pour former sur des spécialités bouchères. Le week-end prochain, je vais à Marseille, celui d'après à Toulon et après j'arrête un peu », sourit le boucher au cœur tendre. « Former des jeunes, je trouve ça hyper important », poursuit le patron, qui s'appuie sur ses fidèles pour l'aider à mener à bien ses (nombreux) projets. « Je connais Axelle *(employée de la boutique à Gazonfier*, Ndlr) depuis des années, et Arnaud, qui est en cuisine, est un très bon professionnel. Honnêtement, s'ils n'avaient pas été là, je n'aurais pas repris ce commerce. Dans nos métiers, il faut avoir la bonne équipe sinon c'est compliqué. Un patron tout seul dans l'artisanat, il ne fait rien… il reste tout seul ».

Julie Marchand
Julie.marchand@lemans.maville.com

Photo : N.P

Photo : N.P

Rosemary Fiat avec Jean-Nicolas Eluard, responsable de « Dans la musette de tonton ». Photo : N.P

Tout un concept

Rosemary Fiat et sa marque Madly Rose s'invitent chez « Dans la musette de tonton » jusqu'à la fin de l'année. Rencontre.

Présentez votre marque Madly Rose ?

Rosemary Fiat : Je reste dans le même esprit qu'avant, lorsque j'étais dans la boutique rue Aristide Briand : de la mode, de la décoration, des bijoux et du parfum. Toujours avec des pièces uniques et originales, que ce soit en vêtement ou décoration. J'aime beaucoup tout ce qui est fait main et artisanal.
Je propose des parfums de marques françaises. Je dirai que j'ai un univers assez original et coloré.

Comment l'idée d'une collaboration Madly Rose/Dans la musette de tonton est-elle née ?

On a sympathisé il y a un an avec Jean-Nicolas, le responsable.
J'ai fermé ma boutique fin juin dans l'idée de développer le site et les ventes éphémères sur Le Mans. Jean-Nicolas a proposé de m'accueillir, cela s'est fait naturellement.

Jean-Nicolas tient une épicerie, avec Madly Rose vous proposez des bijoux et de la mode, ce n'est pas trop osé comme mélange ?

Les clients s'y retrouvent, on échange notre clientèle, il y a une belle synergie. On se rend compte qu'on peut faire des choses en commun, je cible beaucoup les femmes et Jean-Nicolas a une clientèle très féminine.
L'idée de faire son shopping épicerie et mode/déco en même temps est plutôt sympa. J'ai mon petit espace au fond de la boutique.
Nous avons prévu des choses communes, comme des coffrets pour les fêtes de fin d'année.

Comment faites-vous le choix des produits à afficher en boutique ?

Je suis dans la continuité de ce que je proposais avant et j'ai de nouvelles idées qui émergent. J'ai un petit peu moins de surface qu'avant, mais l'offre et l'accueil restent les mêmes.

Est-ce que les clients viennent principalement acheter de l'épicerie et tombent sur vos produits, ou à l'inverse il y a des clients Madly Rose qui viennent à l'épicerie ?

Cela marche dans les deux sens, c'est très sympa de voir des clients qui ne seraient peut-être pas venus dans l'épicerie si Madly Rose n'était pas là, et inversement.

Qu'est ce qui marche bien à l'approche des fêtes de fin d'année ?

La décoration, les bijoux et les parfums marchent toujours autant à l'approche des fêtes, et Jean-Nicolas vend pas mal de coffrets.
Et puis comme je le disais, avec la musette de tonton on va bientôt proposer des coffrets communs assez colorés.

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com

Le site web

« Avec le site, je touche une clientèle plus nationale, alors qu'avec la boutique, c'est plus local. À noter qu'il y a la possibilité de commander sur le site et de récupérer en boutique. »

Des apéros shopping

Rosemary Fiat et Jean-Nicolas Eluard (responsable de La Musette de Tonton, *ndlr*) organisent de temps à autre des soirées apéros shopping, comme c'était le cas le 10 novembre dernier.
L'objectif étant de partager un moment de convivialité autour d'un apéritif, tout en ayant la possibilité d'acheter les produits de la boutique.

En savoir plus

Madly Rose

Ventes éphémères
au 19 rue Courthardy
(corner au fond de la boutique)

Site web : madlyrose.fr

Instagram : madly_rose

Facebook : madly rose

ELLE AIME

L'Arche de la Nature

Photo : J.M

« J'adore marcher, courir, j'ai besoin d'évacuer, de me retrouver au calme dans la nature. C'est ressourçant. »

51 rue de l'Estérel

La Visitation

Photo : J.M

« Tout le monde apprécie ce coin et j'y vais souvent. Il y a de l'ambiance et de bonnes adresses. »

Rue Gambetta

Circuit des 24 Heures

Photo : N.P

« Je suis passionnée de voitures donc je suis obligée d'en parler. Et ce n'est pas parce que je m'appelle Fiat *(rires)*. »

Place Luigi Chinetti

Le parc Gustave Courbet

Situé à quelques centaines de mètres du Pole Santé Sud et juste à côté de l'école maternelle Pablo Picasso, le parc Gustave Courbet passerait presque inaperçu, caché derrière les arbres et les habitations qui l'entourent.
Pourtant, une fois les premiers pas posés, il s'avère être l'endroit parfait pour une belle promenade de fin de journée, avec ses bancs et équipements adaptés aux enfants comme aux sportifs.

Rue Gustave Courbet

Photo : N.P

Photo : N.P

Photo : N.P

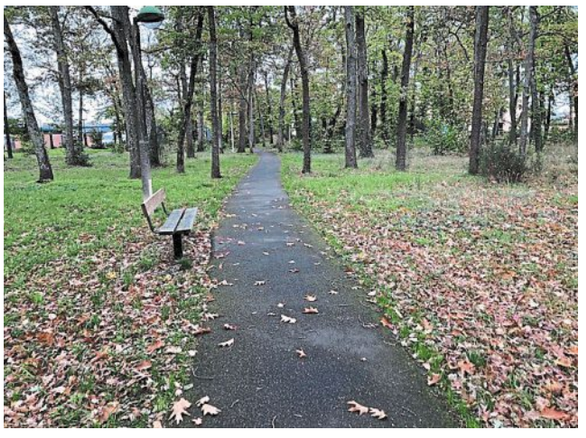


Photo : N.P

Photo : N.P

Photo : N.P

Photo : N.P

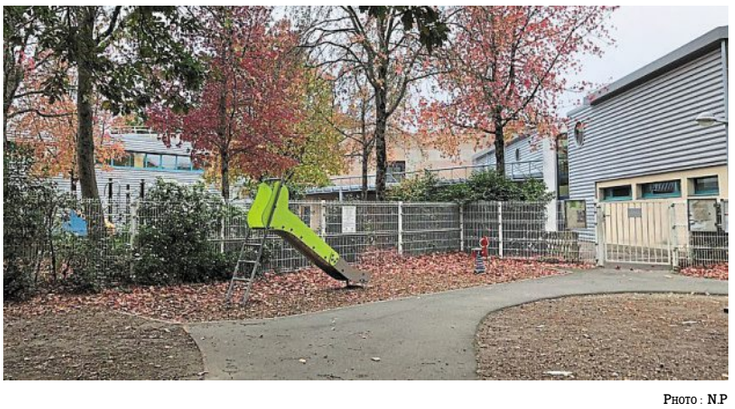


Photo : N.P

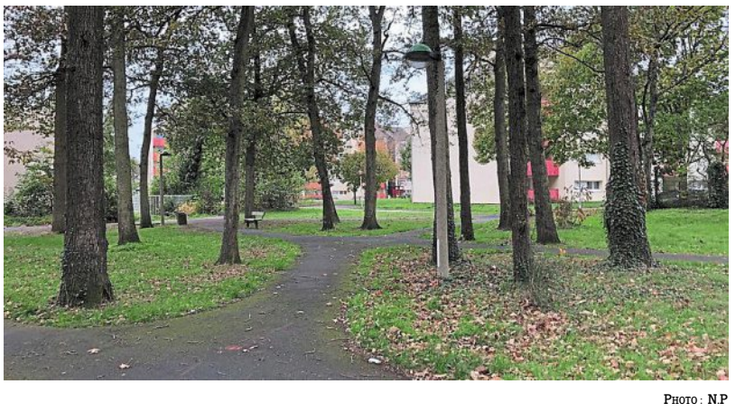


Photo : N.P

La passion avant tout

Ancien boxeur, Grégory Quinton est éducateur sportif depuis 2009. Avec « G. Sport », il propose de nombreuses activités, adaptées à tous les publics et tous les niveaux.

Depuis plus de dix ans, Grégory Quinton accompagne au quotidien Manceaux et Mancelles, sportifs ou non, enfants ou personnes âgées dans la quête d'une amélioration physique et/ou mentale. Une fierté pour celui qui a parcouru plusieurs métiers dans sa vie, avant de faire le choix de se reconvertir à l'âge de 30 ans. « J'ai toujours fait du sport depuis tout petit. Je voulais être professeur d'EPS, mais je n'ai pas réussi à aller dans le cursus. À force d'entraîner dans mon club de boxe, j'ai passé les brevets de moniteurs fédéraux, et puis j'ai rencontré quelqu'un qui m'a dit de me lancer dans l'animation. Mais j'avais 30 ans, je pensais que cela faisait un peu tard. Finalement, j'ai passé mes examens et aujourd'hui je continue cette activité. J'associe ma passion à mon travail, je ne pourrais pas faire machine arrière. »

Photo : Benjamin Gulmez

Un coaching polyvalent

Avec G. Sport, l'entreprise qu'il a lancée un peu plus tard, en 2016, il propose un ensemble de coaching, de la séance de boxe training, à la préparation physique en passant par le running ou la relaxation. Une polyvalence que l'homme aujourd'hui âgé de 44 ans continue de cultiver au quotidien. « Je ne mets pas vraiment de barrière, je cible plusieurs secteurs et plusieurs publics. J'ai touché à beaucoup de choses dans ma vie, ce qui me permet d'être polyvalent. Je suis un ancien boxeur, ancien directeur de centre de loisirs, animateur en loisirs tout public. J'ai travaillé avec des enfants, un public en situation de handicap, des séniors. Je suis diplômé en sports de combat via un BPJEPS, mais je travaille aussi beaucoup la remise en forme sur laquelle je me suis formé récemment, que ce soit au niveau de la nutrition ou la mobilité articulaire. Je suis continuellement en formation, en fonction de ce que le public peut me demander. »

Alors qu'il vit pleinement de son activité et qu'il multiplie les partenariats, notamment avec les associations et les clubs de sport, Grégory constate un changement important dans sa clientèle, notamment depuis la crise sanitaire : « Mes athlètes, comme je les appelle, ont de moins en moins de temps pour faire du sport. Ils privilégient donc des séances à leur domicile ou pas loin de chez eux. »

Proche des entreprises

S'adapter selon les environnements, c'est aussi l'une des forces de Grégory. En extérieur, en intérieur, dans une grande salle ou au domicile du client… G. Sport intervient même depuis quelques années au cœur des entreprises, directement sur le lieu de travail. « Je suis là pour améliorer un peu le quotidien des salariés, je fais en sorte de leur apprendre à faire les gestes correctement, à savoir remercier son corps avec des étirements et assouplissements après le sport. Ce sont souvent des grosses entreprises, par exemple pour des téléopératrices qui peuvent être un peu bloquées du dos. »

Sans oublier la détente apportée par une séance complète de sport, tant que le plan physique que mental.

Selon Grégory Quinton, Manceaux et Mancelles sont de plus en plus en quête de confiance en eux et de dépassement de soi, si possible au cœur de séances individualisées et non pas collectives, l'un des gros avantages du coaching sportif en dehors des salles. « Ces gens-là ne savent pas forcément quoi faire dans une salle, d'où l'intérêt d'avoir un coach personnel, je suis à 200 % derrière mes clients. Et puis je fais tout un travail psychologique, je communique beaucoup, j'appelle les gens, je leur demande ce qu'ils veulent faire, je prends de leurs nouvelles. On va dire que les salles ne sont pas une concurrence directe. »

Coaching possible du lundi au samedi de 8 à 21 heures
Site internet et renseignements : gsport.fr/
Instagram : g.sport72

Les services

G. Sport propose pas moins d'une dizaine de services différents : Silhouette, réathlétisation, boxe training, préparation physique, circuit training, running, relaxation, gym post et prénatale, multisport jeune public, stage groupe, coaching d'entreprise et conseils nutrition.

« Je ne vais pas faire du tennis ou rentrer dans les détails de n'importe quel sport, mais par contre je vais être efficace pour travailler plusieurs compétences comme la préparation physique, l'endurance, la confiance en soi, à travers différentes pratiques. Actuellement je suis dans un club d'athlétisme où j'adapte des séances de stretching, de relaxation et de renforcement musculaire. Après si les gens veulent aller plus loin ils peuvent rentrer en contact avec des brevets fédéraux, mais je permets d'assurer les premières approches. Je fais toujours un entretien d'une heure avant, afin de savoir si la personne est bien en adéquation avec ses objectifs », confie Grégory Quinton.

Ses conseils nutrition

« Je les adapte selon les profils, mais je dirai que l'essentiel est de connaître l'équilibre calorique. Il faut savoir ce que valent les aliments, une perte de poids est le résultat d'un déficit calorique. On peut faire une séance d'une heure et perdre 500 calories, si derrière je mange au fast-food et que j'en reprends 1500, cela n'a pas d'intérêt.

Il faut savoir ce que je mange et ce que je dépense. »

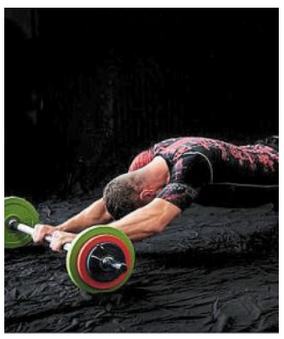


Photo : Pixabay

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com

Une alternative aux pailles en plastique

Une agricultrice de Luché-Pringé, Cassandra Bourmault, fabrique des pailles à base de seigle. Elle a reçu le prix de la Startup'euse Mancelle pour cette innovation.

À 28 ans, Cassandra Bourmault incarne déjà la quatrième génération d'agriculteurs dans sa famille. « Mes parents sont installés depuis plus de 30 ans à Mansigné, mes grands-parents et mes arrières grands-parents ont tenu une ferme toute leur vie », raconte l'agricultrice qui possède sa propre exploitation à Luché-Pringé, dans le Sud Sarthe.
Cultivé depuis toutes ces années sur les terres familiales, le seigle, véritable pilier de l'entreprise, est destiné à l'origine à l'alimentation animale chez les Bourmault. Une production qui a pris un tournant inattendu ces dernières années : avec cette céréale à paille, Cassandra et ses proches ont fait le pari de la transformer en paille… à boire. Et proposer ainsi un substitut à la paille en plastique qui pollue nos océans. « L'idée de base est venue d'un grossiste qui nous a contactés car il recherchait des pailles à boire 100 % naturelles. Il voulait des brins de seigle et on devait trouver ensemble un transformateur. Mais ça n'existait pas. Alors on a décidé de le faire nous-même et de transformer les pailles ». Le concept « Végépaille », le nom de la petite entreprise familiale, voit alors le jour dans un contexte plutôt favorable. « La loi du plastique à usage unique* allait passer. On s'est dit que c'était maintenant ou jamais ! », sourit celle qui cumule aujourd'hui une double casquette : celle d'agricultrice et celle de chef d'entreprise.

Photo : Végépaille

Deux ans de développement

Plusieurs années auront été nécessaires pour concevoir puis commercialiser les premières pailles. « Deux ans pour développer une machine fonctionnelle qui permet de détecter entre les nœuds le morceau de paille, et un an de recherche pour proposer une vraie alternative aux pailles en plastique », souligne-t-elle. Exempt de substances toxiques, végétale, biodégradable, cette paille du futur présente bien d'autres avantages aux yeux de l'entrepreneuse. « Elles sont tout aussi solides que celles en plastique, elles n'ont pas de goût et ne vont pas se détériorer avec la chaleur. On a aussi fait le test de la mettre dans un verre de soda pendant 48 heures, et ça n'a pas bougé. Le seigle est vraiment adapté », explique la jeune femme, avant d'ajouter : « On est vraiment sur quelque chose de naturel. Nous, on parle de transformation mais elle est très minime en fin de compte puisqu'on ne va pas broyer le produit, on garde celui d'origine et on coupe des morceaux », résume l'agricultrice, dont la démarche se veut écoresponsable de A à Z. « On utilise un emballage en carton biodégradable, respectueux de l'environnement. Tous nos déchets sont réutilisés à 100 %. Étant donné qu'on est aussi éleveurs de volaille, on réutilise les morceaux non-utilisés qu'on broie et qu'on donne en litière à nos animaux. Ce qui permet de faire ensuite du fumier, qui retourne dans nos champs ». De la terre à la terre.
Aujourd'hui, la petite paille a fait son bout de chemin et a vite convaincu les professionnels, les restaurateurs pour commencer. « Dès qu'on a commencé à leur faire tester nos produits, ils ont vu la différence avec les alternatives en papier, qui sont souvent produites à l'étranger. Un restaurateur mettait jusqu'à 3 pailles en papier dans son cocktail car elles n'étaient pas suffisamment résistantes. Au prorata, il était plus rentable avec une seule paille en seigle. »

La startup'euse de l'année

Point d'orgue de cette année 2022, déjà riche pour la Sarthoise, la cérémonie de la Start'upeuse mancelle en octobre dernier où Cassandra Bourmault décroche le premier prix. « C'est une belle reconnaissance en tant que femme. J'étais la première agricultrice récompensée. Même si aujourd'hui je suis chef d'entreprise autant qu'agricultrice, cette partie de moi est toujours très importante. Quand on me donne ce prix, on récompense aussi la femme agricultrice. Ça nous a aussi apporté des contacts, on a rencontré d'autres femmes qui ont monté de super entreprises dans le département. Cela montre qu'il y a vrai développement ici », se réjouit celle qui reconnaît n'avoir exploité qu'une infirme partie des possibilités offertes par cette matière première. « On peut faire plein de choses avec du seigle. Végépaille ne sera ni première ni la dernière idée ». Prudente, elle n'en dira pas plus pour le moment.

Julie Marchand
julie.marchand@lemans.maville.com

*Exit, les pailles en plastiques !

Depuis juillet 2021, plusieurs produits à usage unique en plastique sont interdits de mise sur le marché européen : cotons-tiges, gobelets, couverts et assiettes jetables, tiges pour ballon de baudruche ou encore pailles.
Les États membres de l'Union européenne ont également pour objectif de collecter 90 % des bouteilles en plastique d'ici 2029.

Photo : Végépaille

Photo : Végépaille

Végépaille est avant tout une affaire de famille. C'est ensemble que le concept a pu voir le jour. Photo : DR

En savoir plus

Contact : 06 66 54 90 68

Email : info@vegepaille.com

Site internet : www.vegepaille.com
(Possibilité de commander les produits directement sur le site internet à partir de fin novembre)

Facebook : @vegepaille
Instagram : vegepaille

URGENCES

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

Pharmacie de garde
Association d'urgence des pharmacies de la Sarthe
Serveur vocal 24h/24 : 0825 12 03 04

VOS DÉMARCHES

Mairie centrale
Place Saint Pierre
02 43 47 47 47

Mairie annexe de Pontlieue
Arrêt de tramway « Saint Martin »
02 43 47 38 84

Préfecture de la Sarthe
Place Aristide Briand
02 43 39 70 00

Police municipale
02 43 47 40 17

Objets trouvés
02 43 47 40 93

DÉCHETTERIES

Le Mans
La Chauvinière, rue des Grandes-Courbes. Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h et le samedi, de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h
Le Ribay, route de Beaugé. Le lundi, mardi et mercredi de 9h à 12h ; le jeudi et le vendredi de 14h à 18h et le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h

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

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

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

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

A Sargé lès Le Mans
10 rue des Noisetiers. Du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h

LES MARCHÉS

Pour remplir son panier !

Mardi

Place Édouard de la Boussinière
De 7h à 13h
Cité des Maillets : de 7h à 13h

Mercredi

Place des Jacobins : de 7h à 13h
Place Henri Vaillant – Pontlieue : de 7h à 13h

Jeudi

Parvis de la Gare Sud : de 16h à 20h
Cité des Sablons : de 7h à 13h

Vendredi

Place Washington : de 7h à 13h
Place des Jacobins : de 7h à 13h
Centre commercial de Gazonfier (rue Marcel Proust) : de 16 à 20 heures

Samedi

Cité des Pins : de 7h à 13h
Pâtis Saint-Lazare : de 7h à 13h
Rue Hippolyte Lecornué : de 7h à 13h
La Butte : de 7h à 13h

Dimanche

Avenue de Paderborn : de 7h à 13h
Place Henri Vaillant -Pontlieue : de 7h à 13h

CULTURE

Les bibliothèques
Médiathèque Louis Aragon
54 rue du Port
02 43 47 48 74

Médiathèque Sud
Boulevard Jean-Sébastien Bach
02 43 47 40 23

Médiathèque de L'espal
60-62 rue de l'Estérel
02 43 47 39 97

Médiathèque des Saulnières
239 avenue Rhin-et-Danube
02 43 14 55 20

Bibliothèque des Vergers
45 rue Thoré
02 43 84 39 43

Bibliothèque Jean Moulin
23 rue Robert-Collet
02 43 47 48 64

Bibliothèque pour tous :
Châteaubriand
Cours Châteaubriand
02 43 78 15 70
Emeraude
29 avenue François Mitterand
02 43 23 07 33
Les Bigareaux
Rue Raymond Persigan, bâtiment J
06 20 73 26 53

Bibliothèque universitaire du Mans
Avenue Olivier Messiaen
02 43 83 30 64

Photo : Julie Marchand

Des p'tits pots tout bio !

La Sargéenne Herna Vincent, 37 ans, maman de deux enfants, lance « À la table de Diane », des petits pots bio et de saison, pour régaler les gourmets en culotte courte.

En quelques mots, quelle est la philosophie de votre entreprise ?

Herna Vincent : Derrière « À la table de Diane », il y a une histoire familiale. Auparavant, j'étais juriste et c'est en devenant maman d'une petite Diane il y a cinq ans et en commençant sa diversification alimentaire que j'ai eu l'idée de me lancer dans ce domaine. J'ai d'abord réfléchi à l'alimentation de l'enfant et j'ai fait le constat d'une différence entre les éléments marketing et la conception qu'on pouvait se faire d'une alimentation pour bébé. En décryptant les étiquettes, on s'aperçoit que les produits ne sont pas toujours très sains, pas vraiment conçus pour les tout-petits. J'ai voulu faire quelque chose de propre, de sain et remettre le petit pot bébé sur le devant de la scène. Aujourd'hui, il est utilisé en dépannage, les parents ont presque honte de l'acheter. En créant « A la table de Diane », j'ai voulu redorer le blason du petit pot bébé et proposer une belle alternative avec du fait maison.

Photo : DR

« Redorer le blason du petit pot pour bébé »

Comment sont élaborées vos recettes ?

En tant que maman, j'ai reçu pas mal d'informations du pédiatre de mes filles. J'ai suivi ces éléments pour composer mes recettes, toujours avec la même exigence de produits frais, de saison et hexagonaux. À l'avenir, je vais aussi proposer des produits 100 % sarthois. Je travaille avec les Jardins de Bellegarde à Savigné-l'Évêque pour les légumes, et les poulets de Loué bio pour la volaille.

Quel cahier des charges respectez-vous ?

Je sélectionne très rigoureusement les ingrédients. Il y a beaucoup de transparence : l'étiquetage est très renforcé. J'indique tous les ingrédients, les lieux d'approvisionnement et le pourcentage exact dans la composition.

Sur la cuisson, tout est étudié pour conserver un maximum de nutriments et de vitamines. Je fais une cuisson basse température et je ne mixe pas ; je sépare dans un tamis pour garder toute la fibre des produits.

Quelle est la tranche d'âge visée ?

Je mets l'accent sur une gamme allant de six mois jusqu'à trois ans. Avant six mois, on est sur des toutes petites quantités, une ou deux cuillères à café. Or mes plus petits pots font 130 grammes, cela n'a pas grand intérêt pour les moins de six mois.

Je veux aussi proposer des recettes gustatives sympathiques, or entre 4 et 6 mois on est souvent sur du « mono », avec un seul légume. C'est une autre façon de faire mais je suis justement en cours de réflexion pour élaborer une gamme pour les 4 mois. Mais initialement je me suis concentrée sur les 6 mois-3 ans avec des associations gustatives. Je décline des classiques comme la blanquette, la macédoine, la ratatouille…

Que vous apprend cette aventure entrepreneuriale sur le plan personnel ?

Qu'on peut être multicasquettes. Avec la maternité, on se découvre déjà des forces cachées… Et là, j'en apprends tous les jours. C'est super de se dire qu'il y a toujours plein de choses à faire, de nouvelles idées à creuser. C'est une aventure très riche.

Justement, quelles sont les prochaines étapes de développement pour votre microentreprise ?

J'ai plein d'idées, beaucoup trop *(rires)*. Pourquoi pas une boutique autour de l'alimentation de l'enfant, pas uniquement que des petits pots bébés, mais aussi avec des petits gâteaux sans sucre. Aujourd'hui on sait que le sucre, surtout s'il est transformé, peut rendre accro et génère des problèmes chez l'enfant plus tard. On aime bien donner des biscuits aux enfants au goûter mais on n'a pas toujours beaucoup de choix… Et puis il y a tellement de choses qui se font en local, je pense que je pourrais trouver des partenaires. Ce serait un peu un rêve !

Julie Marchand
julie.marchand@gmail.com

Les petits pots sont élaborés en fonction des saisons. Pour les fêtes, une purée de légumes du jardin accompagnée de Poularde de Culoiseau ravira les petits gourmets.

. Photo : Instragram A la table de Diane

Photo : Instragram A la table de Diane

Où trouver ses produits ?

Via le site internet
alatabledediane.com

(Livraison via Collissimo)

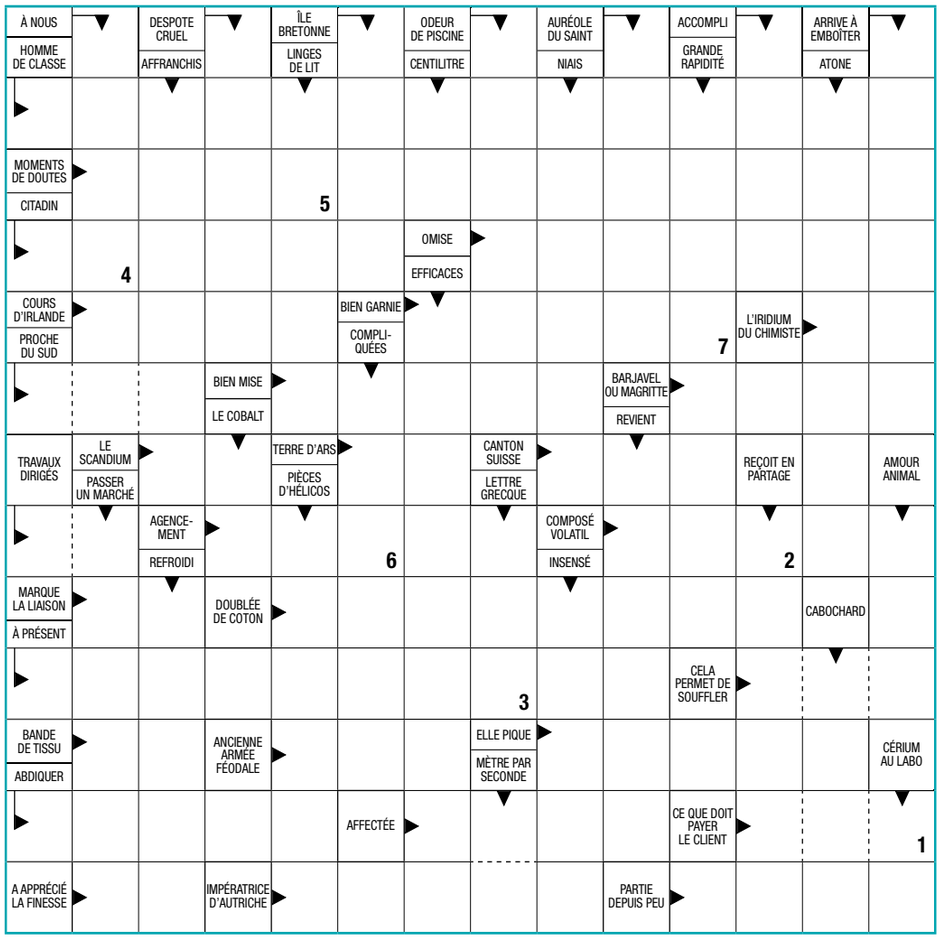
A la boutique Baby Broc
Concept store parents enfants
1er étage galerie Jacobins

Contact : 07 88 33 65 17
bonjour@alatabledediane.fr
Instagram : alatabledediane

MOTS FLÉCHÉS

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

1	2	3	4	5	6	7



MOTS MÉLANGÉS

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

ACACIA
ANCETRE
APOTHICAIRE
BEAUTE
CHANFREIN
CHENEAU
COUDEE
CURISTE
DANCING
DANGEREUX
DEBAT
DOMINER
FANDANGO
FAUTE
FEERIQUE
FIDELISER
LORIOT
MACREUSE
MAURESQUE
MOUTARDE
MUSQUE
PADDOCK
PENSIF
PEOTTE
POUSSIERE
RADOUB
RAPHIA
RECTEUR
SINISTRE
SNOBER
STUPEFACTION
TALWEG
TREMOLO
VERSEMENT
XENOLITE

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

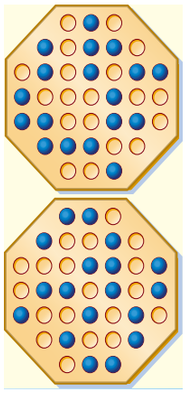
ALPHALETTRES

Formez cinq mots de huit lettres en écrivant dans les cases vides deux lettres qui se suivent dans l'ordre de l'alphabet.

1 A P T I _ _ D E
2 R _ _ O U L E R
3 A C C A _ _ I E
4 P L E _ _ O I R
5 I M M O _ _ R E
6 A C C O _ _ E R

SOLITAIRES

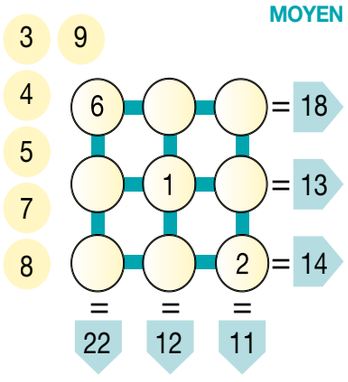
Ajoutez une seule bille sur chaque plateau afin de réaliser au total trois alignements de quatre billes par plateau (horizontalement, verticalement ou en diagonale).



FUBUKI

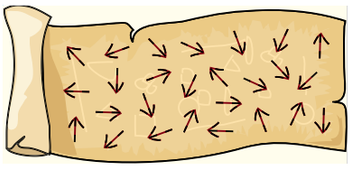
MOYEN

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.



TRÉSOR À LA CARTE

Rayez les paires de flèches orientées de la même façon.
Il vous restera alors deux flèches qui convergeront toutes les deux vers le même point : celui de l'emplacement du trésor.



SOLUTIONS

MOTS FLÉCHÉS

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

Le mot à trouver est : CHARADE.

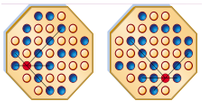
MOTS MÉLANGÉS

Le mot à trouver est : DEMEURE.

SUDOKU

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

SOLITAIRES



TRÉSOR À LA CARTE

ALPHALETTRES

1/ APTITUDE. 2/ REFOULER.
3/ ACCALMIE. 4/ PLEUVOIR.
5/ IMMODÉRÉ. 6/ ACCOSTER.

FUBUKI

22	12	11
9	3	2	14
7	1	5	13
6	8	4	18

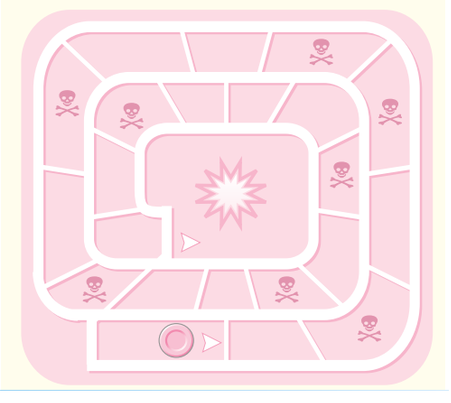
JEU DE L'OIE

La série C.

JEU DE L'OIE

Une seule série de jets de dé vous permet d'aller au centre du jeu, laquelle ?

A : 3 2 6 6 4
B : 1 5 3 6 4
C : 6 3 5 4 4
D : 6 4 5 3 4



SUDOKU

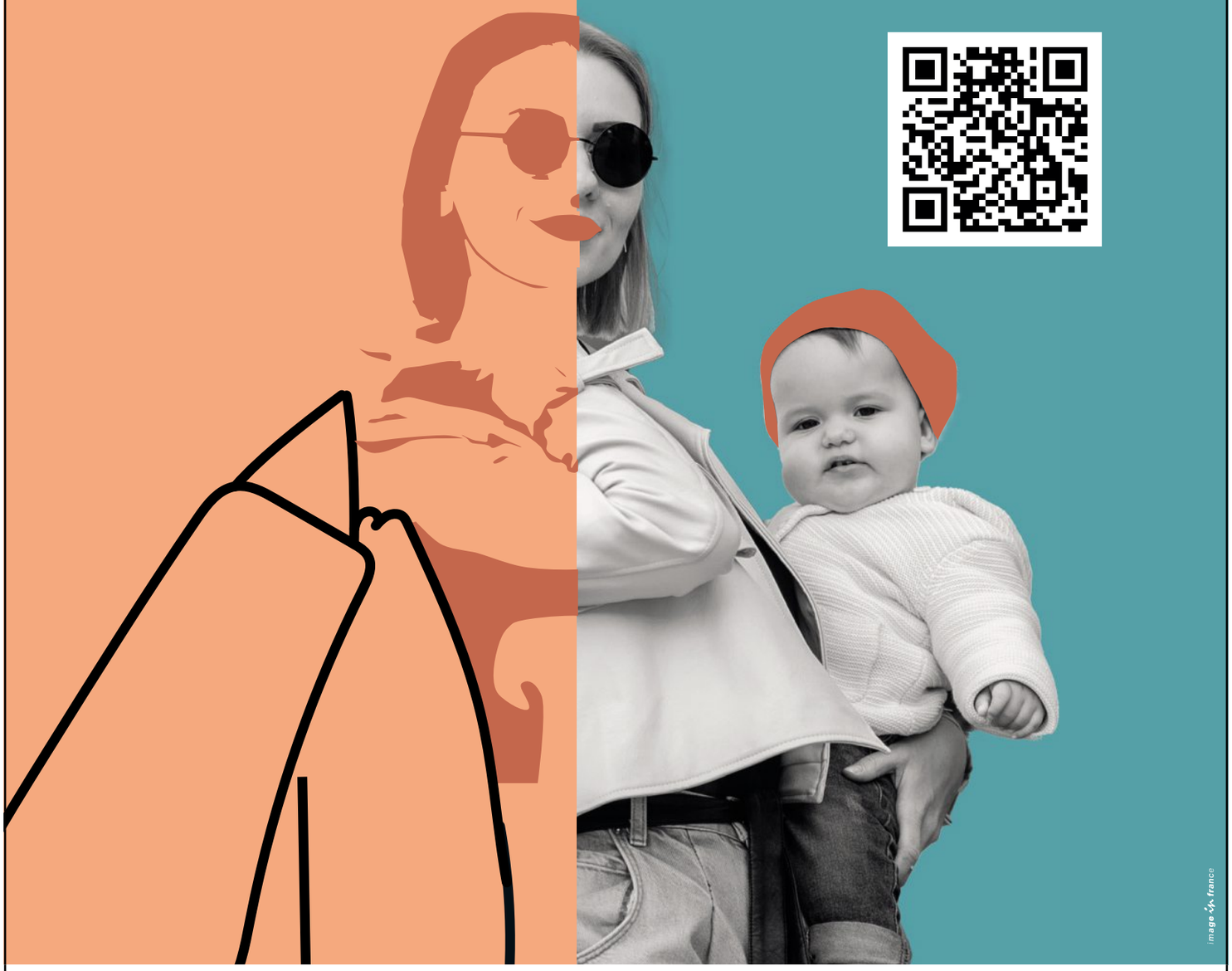
FACILE

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

BONNE RAISON #08

SORTIR EN FAMILLE

ET DÉCOUVRIR LES NOUVELLES BOUTIQUES



Family village

LE SHOPPING À CIEL OUVERT

30 BOUTIQUES ET RESTAURANTS

Bleu Libellule · DARTY · EASYCASH L'OCCASION EN TOUTE CONFIANCE · grain de malice Le Mans Ruaudin · pimkie · Rougegorge Lingerie · Tom&Co Votre animal et vous

www.familyvillageleshunaudieres.com