J.M.

Manceaux

Après un tour du monde, Brice et Iliana créent leur entreprise

Page 12

Maryline Amoneau

Bien-être

Maryline Amoneau et la coiffure mnénoénergetique

page 14

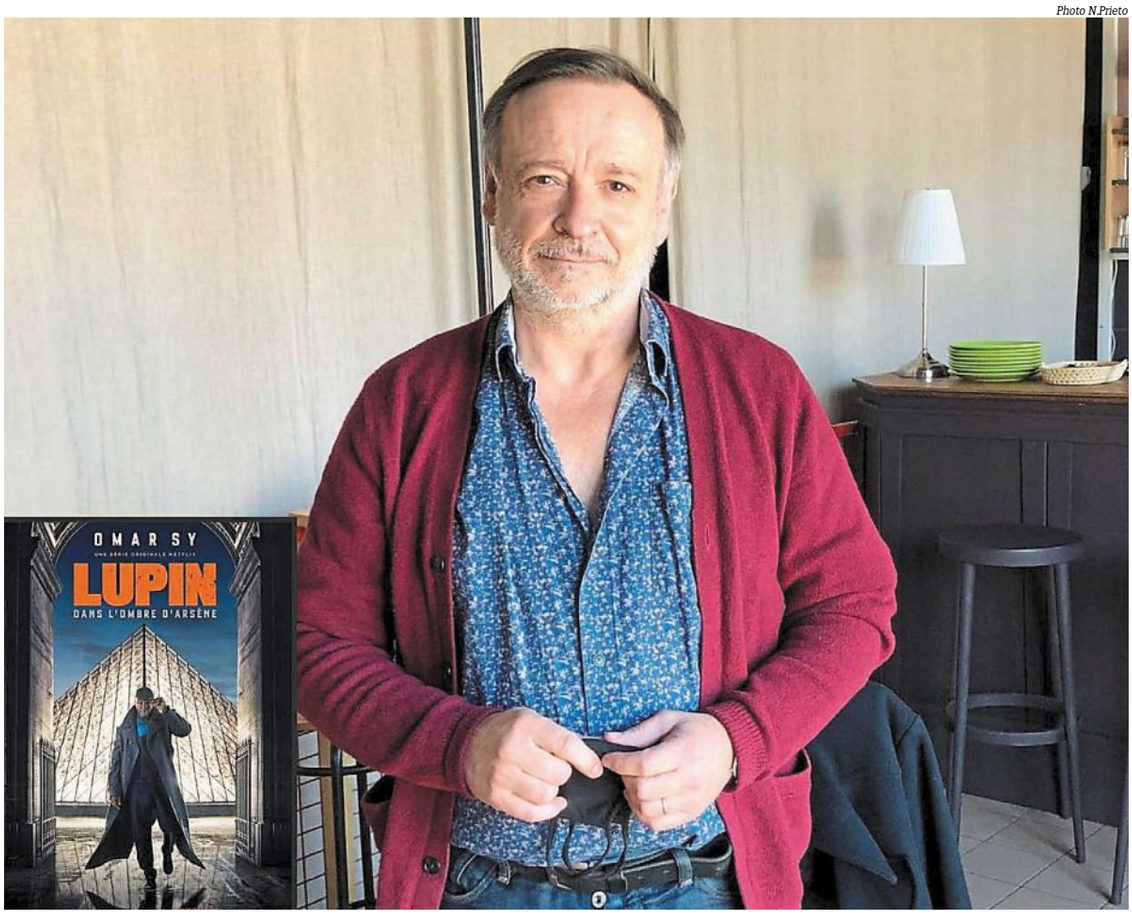
le mans.maville.com

GRATUIT — Sorties, loisirs, bons plans au Mans et dans l'agglo — N° 224 - du 31 mars au 6 avril 2021

Lupin s'invite au Mans !

Interview avec l'un des acteurs de la série à succès.

Photo N.Prieto



Vincent Garanger, metteur en scène et comédien, prépare « Mon visage d'insomnie », au théâtre de l'Ephémère en mai. **Pages 2 et 3**

Pâques

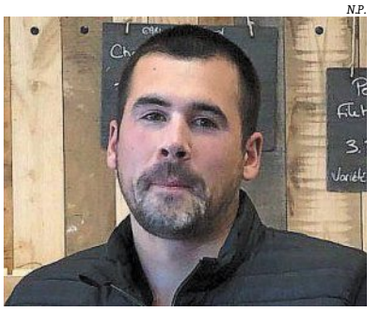
J.M.

Dans les coulisses de l'ESAT, chocolaterie solidaire

pages 7, 8 et 9

Boutique

N.P.



Paysages fermiers, des produits locaux à Arnage

page 11

yasmine

PRÊT À PORTER FÉMININ

Spécialiste grandes tailles, du 44 au 62

Du 1er avril au 29 mai 2021

LIQUIDATION TOTALE

avant cessation d'activité cause retraite

DES PRIX SACRIFIÉS*

*selon étiquetage en magasin. Autorisation : 2021-7

13 rue Nationale - LE MANS - 02 43 24 35 98

ÉPHÉMÉRIDE

Cette semaine, nous fêtons...

MERCREDI 31 MARS
Benjamin. Ils sont énergiques et déterminés.

JEUDI 1ER AVRIL
Hugo. Ils sont bienveillants.

VENDREDI 2
Sandrine. Elles sont créatives et pragmatiques.

SAMEDI 3
Sixtine. Elles sont déterminées et ambitieuses.

DIMANCHE 4
Isidore. Ils sont intelligents.

LUNDI 5
Irène. Elles sont bienveillantes.

MARDI 6
Prudence. Elles sont originales et sympathiques.

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

Julie MARCHAND
Journaliste
02 43 51 70 41
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@precom.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 - 7904
PEFC 10-31-3502 / Certifié PEFC / pefc-france.org

Préservons notre environnement, ne pas jeter sur la voie publique

Théâtre Paul Scaron

« Mon visage d'insomnie » sera présenté au théâtre de l'Éphemère au mois de mai.

Pendant ce temps-là, au théâtre

N.P

Vincent Garanger a suivi les formations du Conservatoire Municipal d'Angers.

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com

Fermées depuis la fin novembre en raison de la crise sanitaire, les salles de théâtre continuent de s'organiser afin d'être prêtes le jour J. Vincent Garanger, metteur en scène, organise depuis plusieurs semaines les répétitions de sa prochaine pièce « Mon visage d'insomnie », au sein du théâtre de l'Éphémère. Rencontre.

Comment le metteur en scène que vous êtes s'adapte à la situation actuelle avec l'impossibilité de proposer vos spectacles ?

Vincent Garanger : Il faut savoir qu'avant d'être metteur en scène, je suis comédien. On le vit très mal, on crée des spectacles qui ne sont pas joués. Au mois de janvier, nous avions par exemple lancé une pièce « Les femmes de la maison » qu'on a jouée deux fois devant des professionnels mais dont on a dû annuler toute la tournée. On espère la reprendre mais il n'y a rien de sûr. On est comme toutes les professions, nous avons beaucoup de frustrations et nous sommes blessés par cette situation. Nous avons entamé les répétitions sans être sûr que l'on pourra se produire à la mi-mai.

C'est un contexte qui vous bride ou qui vous inspire ?

C'est une bonne question, je me la pose souvent. Il y a un double phénomène, avec d'un côté une grande tristesse, un manque de motivation sur l'aspect social du théâtre. Et, en même temps, dans l'aspect créatif, cela nous invite à chercher des choses un peu plus profondes, sur les raisons d'être de ce métier, sur son utilité, etc. Je pense que cela nous met encore davantage face à ces questions.

Comment vous est venue l'idée de créer la pièce « Mon visage d'insomnie » ?

C'est une pièce de Samuel Gallet, quelqu'un que je connais bien. On avait envie de travailler ensemble. Il avait un projet d'écriture autour de la question des migrants, il venait justement de faire un atelier d'écriture avec certains d'entre eux dans un camp de vacances en Normandie. Quand il m'en a fait part, je lui ai dit que je ne voulais pas tourner cela sur la forme d'une thèse, mais plutôt d'en faire un thriller avec du suspens et du fantastique.

Vous réalisez actuellement les premières répétitions, comment cela se passe ?

Quand on est ici et qu'on répète, on a l'impression que tout va bien à l'extérieur. On est dans de très bonnes conditions, les comédiens sont motivés, on travaille sur la scénographie et l'équipe technique est très investie. Le seul point noir, c'est de ne pas savoir si la pièce sera présentée au public un jour.

Quelle est la fréquence de vos répétitions ?

On reste sur du classique, on répète six à huit heures par jour, on fait des sessions où l'on travaille à la table, on lit le texte, on se documente, on échange des points de vue. Et puis vient la deuxième session sur le plateau qui permet de voir comment le texte résonne, pour imaginer un début de scénographie.

Quels retours avez-vous de la part des comédiens ?

Ils continuent de travailler mais le rapport au public fait défaut de manière douloureuse, depuis près d'un an. Quand ils sont sur un plateau ils sont épanouis, mais quand les répétitions sont terminées, eux comme moi retrouvons un peu notre tristesse.

Ce n'est pas trop compliqué d'aborder un sujet aussi délicat que la question des migrants dans une pièce de théâtre ?

Si, complètement. C'est pour ça qu'on a fait le choix de ne pas l'aborder de manière frontale, on n'est pas les plus compétents pour parler de la situation des migrants en France et je ne pense pas que le théâtre doive s'emparer de sujets aussi sensibles.

Qu'attendez-vous des spectateurs qui viendront vous voir sur scène ?

Je veux leur raconter une histoire et que chacun puisse prendre ce qu'il veut de la pièce. J'aimerais que le spectateur soit séduit, et qu'il soit libre d'en penser ce qu'il veut ! J'ai vraiment hâte.

Avez-vous d'autres idées de pièces sur lesquelles vous aimeriez travailler dans les prochains mois ?

Dans l'état actuel des choses, les projets sont au mieux reportés et, au pire, annulés. Si l'on avait une échéance claire et nette, on pourrait faire fonctionner l'imaginaire. Il y a des projets, des envies mais la réalité complexifie les choses assurément.

Suite de l'interview sur la page 3

Premières dates prévues du 17 au 22 mai 2021
Théâtre Paul Scaron
8 place des Jacobins
Contact : 02 43 43 89 89

« C'est toujours plus drôle de jouer les méchants »

Nicolas Prieto
Nicolas.prieto@lemans.maville.com

En plus d'être metteur en scène au théâtre, Vincent Garanger interprète le rôle du commissaire Dumont dans la série à succès « Lupin » sortie au mois de janvier sur Netflix. Une mise en lumière aussi démesurée qu'inattendue pour le comédien angevin. Coulisses de tournage, interprétation, scènes avec Omar Sy, il se livre en exclusivité pour Le Mans maville.

Comment vous êtes-vous retrouvé à jouer le rôle du commissaire Dumont ?

Vincent Garanger : Dans le monde du cinéma et de l'écran, c'est souvent par casting que les personnages sont recrutés. Cela a été le cas pour le commissaire Dumont : un agent m'a contacté, j'ai passé des essais et j'ai décroché le rôle.

C'est une fierté pour vous d'avoir l'occasion de jouer dans une série Netflix ?

C'est une très belle opportunité qui s'est présentée. Quand j'ai tourné les premiers épisodes, je n'imaginais pas un instant le succès et l'ampleur que la série aurait. La production et les acteurs ont été très surpris !

Il s'agit de votre premier rôle au sein d'une série. En quoi le tournage diffère-t-il d'un film ?

Nous avons tourné les dix premiers épisodes de la série avec quatre réalisateurs différents par exemple. À cause du confinement, le tournage a également dû être arrêté puis repris un peu plus tard. C'est une aventure qui s'est étalée sur un an, alors qu'un tournage de film prend un mois et demi ou deux mois, en général.

Comment décririez-vous le commissaire Dumont ?

Il y a des gens qui pensent que c'est vraiment un salaud, d'autres qui l'excusent. Il a des circonstances un peu atténuantes, on peut comprendre comment il s'est fait avoir. Ce qui le rachète, c'est le rapport qu'il a avec sa famille et comment il la protège.

Est-ce un personnage difficile à jouer ?

Non, au contraire. C'est toujours plus drôle de jouer les méchants que de jouer les gentils.

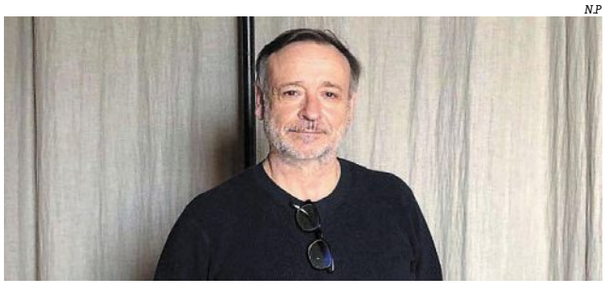
Comment avez-vous vécu le succès planétaire de la série Lupin, vue par plus de 70 millions de spectateurs ?

Je l'ai vécu très modestement mais cela nous a tous dépassés, que ce soit la production ou les acteurs ! J'ai déjà eu la chance de tourner mais jamais avec un tel retentissement derrière. C'est assez irrationnel, on me reconnaît dans la rue, c'est tout nouveau. Parfois je me dis que c'est disproportionné car j'ai fait de très belles choses au théâtre avec des gens extraordinaires, et là en seulement trois semaines de tournage dans la peau du commissaire Dumont, j'ai des répercussions bien plus importantes.

Vous avez une grande expérience dans le milieu artistique, que ce soit au théâtre ou au cinéma, qu'est-ce que cela fait de donner la réplique à un acteur comme Omar Sy ?

Omar est ce qu'il apparaît être. Il est très généreux, attentif, travailleur, je suis ravi de le connaître. Ce n'est pas du tout le mythe de l'acteur connu qui fait ses caprices de star. Il est conscient de la possibilité qu'il a de conduire des projets. Si la série a autant de succès, il y est pour beaucoup. C'était très agréable de travailler à ses côtés, mais j'ai rencontré Omar comme je rencontre n'importe quel autre acteur.

N.P



Le comissaire Dumont apparait dans les épisodes 3,4 et 5 de la série.

Quelle relation aviez-vous avec lui ?

Nous avions une relation de travail, de camarades. Je ne le connais pas plus que ça, mais dans les conditions de tournage c'est quelqu'un d'extrêmement sympathique.

Quels souvenirs gardez-vous du tournage ?

Ils sont surtout liés aux différentes réalisations. Les trois premiers épisodes ont été réalisés par Louis Leterrier qui est quelqu'un de très pointilleux, exigeant, et qui fabrique en même temps qu'il dirige. Ensuite Marcela Said a pris le relais et je me suis très bien entendu avec. Puis Ludovic Bernard et Hugo Gélin qui sont beaucoup plus jeunes. C'est intéressant de rencontrer plusieurs visions sur des personnages qui sont déjà fabriqués. Pour l'anecdote, nous avons retourné la fin de la première saison il y a 15 jours car la production n'était pas tout à fait satisfaite !

Sans en dévoiler trop sur la série, à un moment donné le commissaire Dumont se retrouve séquestré par Assane Diop, le personnage joué par Omar Sy. Ce n'est pas stressant de jouer ce genre de scènes ?

C'est bien de se mettre dans ce genre de situations, on est acteur pour ça. Plus c'est intense, mieux c'est. Omar a d'ailleurs été incroyable ce jour-là car on avait tourné d'abord toute sa partie sur les ordinateurs, puis ma partie à moi ensuite. On ne se voyait donc pas, mais il a tenu à être présent le jour où je tournais mes scènes.

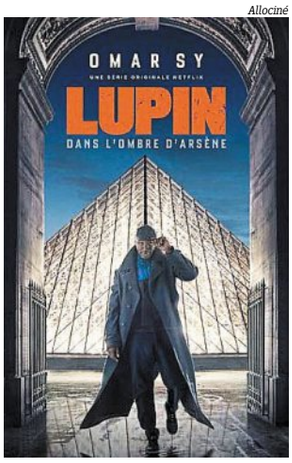
Pour expliquer son succès, Omar Sy a salué le rôle de Louis Leterrier, réalisateur de la série qui a signé plusieurs blockbusters comme Le choc des Titans ou encore Insaisissables. Le résultat à l'écran est tel que vous l'imaginiez ?

Oui et non. Je voyais ce qu'il se passait pendant le tournage, c'est quelqu'un qui tourne beaucoup de prises, mais en même temps le montage est très musclé, très vif, très dynamique, ce qui explique un peu le rapport que Louis a avec le cinéma américain.

En plus de la seconde partie de la première saison qui est prévue pour cet été, une deuxième saison est actuellement en cours d'écriture. Allez-vous reprendre votre rôle du commissaire Dumont ?

C'est un mystère. En tant qu'acteur nous recevons les scénarios très tard par rapport au tournage. On sait que les rôles principaux seront de la partie, mais les « grands seconds rôles » comme le mien peuvent aussi bien faire partie de la suite que de ne pas en faire partie. Cela va dépendre du montage et de l'écriture.

Allociné



Pourquoi regarder Lupin ?

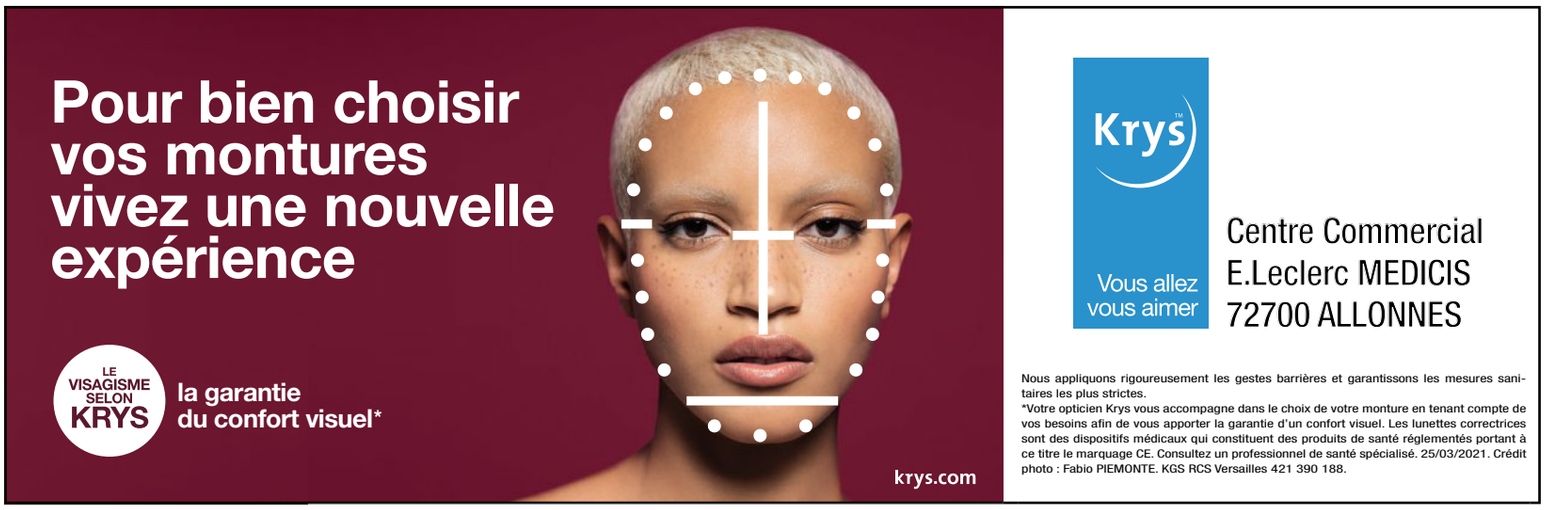
« Ce qui est bien avec cette série, c'est qu'elle est très populaire, et elle joue sur plusieurs aspects : à la fois sur la notoriété d'Omar, sur le fait que Lupin est un mythe français, et sur un autre personnage essentiel : la ville de Paris. Elle est extrêmement bien filmée et c'est ce qui explique, entre autres et selon moi, le succès de la série. »

Ses autres projets

« J'ai davantage de projets liés au théâtre, mais récemment j'ai tourné avec Isabelle Huppert et Reda Kateb dans un film plus traditionnel « Les promesses ». On ne sait pas encore quand cela va sortir évidemment. »

Netflix et lui

« Je regarde quelques séries, le confinement a beaucoup servi à ce genre de plateformes. Ils font des choses très pointues et des séries plus légères. J'aime énormément Peaky Blinders et The Leftovers notamment, ainsi que les films proposés. »



Aurélie Valognes chez Doucet ce mercredi

À l'occasion de la parution de son nouveau roman, *Le tourbillon de la vie*, et la sortie de son dernier roman en poche *Né sous une bonne étoile*, Aurélie Valognes interviendra ce mercredi 31 mars à la librairie Doucet. Découverte grâce à son premier livre autoédité *Mémé dans les orties*, Aurélie Valognes fait aujourd'hui partie des auteurs les plus lus en France. Tous ses romans aux couvertures pétillantes ont connu un succès retentissant et ont été traduits dans plusieurs langues.

Mercredi 31
De 15 à 18 heures
Librairie Doucet
66 avenue du Général de Gaulle
Contact : 02 43 24 43 20
GRATUIT

Doucet

« Safari dans un jardin »

Arche de la nature

Hôtel à insectes, tas de bois, nichoirs… Les aménagements possibles pour accueillir la faune sauvage chez soi sont nombreux. Guide et animateur naturaliste, Sylvain Lefebvre a transformé son jardin en un véritable refuge pour le monde vivant. À travers 18 photos, de l'araignée-crabe à la salamandre tachetée, de la couleuvre à collier au papillon machaon, le photographe et cinéaste animalier nous embarque autour de sa mare pour un safari 100 % local ! L'exposition est à découvrir dans le verger de la Maison de la Prairie, à l'Arche de la Nature.

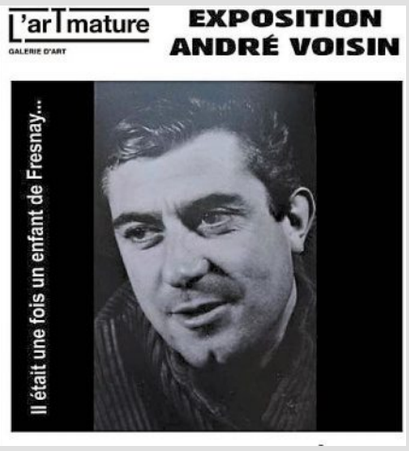
Arche de la Nature
À Yvré l'Evêque
Contact : 02 43 47 40 00
GRATUIT

Glénat

Dédicace chez Bulle

Samedi 3 avril, la librairie Bulle accueille Jean-David Morvan et Scietronc pour *Le Moine Mort* paru aux éditions Glénat. Stolin est un jeune homme de 16 ans placé dans le monastère de Nariamar par des parents incapables de le prendre en charge. Dans ce lieu clos où le silence est sacré, les moines confirmés ont la bouche cousue et passent leur temps à recopier des livres contenant les saintes écritures. Stolin supporte douloureusement ces contraintes… Aussi, lorsqu'il découvre le livre profane d'Ernao Piranesi, il ne peut s'empêcher de le subtiliser pour le lire à voix basse dans sa cellule.

Samedi 3 avril
De 10 heures à 12h30 et de 14 heures à 17 heures
Espace Bis de la librairie Bulle
18 rue Saint Martin
Contact : 02 43 28 06 23
GRATUIT



Exposition : « Il était une fois un enfant de Fresnay »

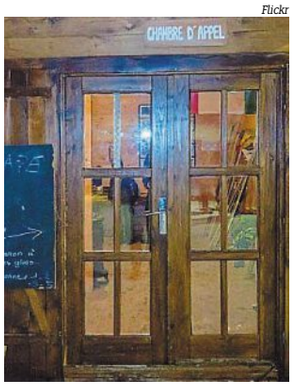
Né à Fresnay-sur-Sarthe en 1923 d'un père imprimeur et d'une mère corsetière, André Voisin a consacré sa vie à l'exploration d'un éventail assez large des formes de langage et d'expression s'intéressant à l'homme et à l'évolution des arts : un homme de théâtre, de télévision, un écrivain et un peintre dont les œuvres font l'objet de l'exposition à la galerie L'arTmature à Fresnay-sur-Sarthe pour les 30 ans de sa disparition.

Jusqu'au 14 avril
De 10 heures à midi et de 14 à 18 heures
Du mardi au samedi
Galerie L'arTmature
12 place Thiers
À Fresnay-sur-Sarthe
Contact : 06 67 48 28 56
GRATUIT

Des jeux à succès

En dépit de leur fermeture actuelle liée aux mesures sanitaires, les escape games marquent les esprits depuis bientôt huit ans en France. Lancé au Japon dès 2006, le concept a ainsi mis plus de 5 ans avant d'arriver en Europe, du côté de Budapest plus précisément. Avec un succès immédiat, c'est Paris qui décide de suivre le mouvement en 2013, via l'enseigne Hint Hunt de David Musset, qui n'est autre que le président du syndicat national des escape games. Depuis, plus de 800 autres salles ont ouvert dans l'Hexagone, et ce au sein de plus de 500 villes différentes.

Flickr



Un escape game chez vous !

Pixabay

Zone Evasion propose également la location de produits événementiels.

Zone Evasion, enseigne spécialisée dans les escape game mobile au Mans, propose depuis le début de l'année 2021 une toute nouvelle aventure intitulée « Sauvez la magie et la sorcellerie » !

Il s'agit d'un d'escape game comme dans les salles dédiées mais à faire chez soi ! Le décor s'installe facilement en 15 minutes et ne nécessite pas un grand espace. Il plongera les joueurs dans un univers inspiré librement de la saga Harry Potter pour une aventure où l'objectif est de retrouver la pierre magistrale récemment disparue et mettant en péril le monde de la sorcellerie !

Un jeu divertissant optimal de 2 jusqu'à 4 joueurs pour adultes (enfants accompagnés à partir de 10 ans), pour une durée d'environ une heure et avec pas moins de 11 énigmes à résoudre.

Location du matériel auprès de Zone Evasion (30 euros)
34 rue de la Maquere
Contact : 07 49 78 05 40

C'est le bon moment pour dire adieu à votre vieille chaudière !

... et participer à la lutte contre le changement climatique !

Du 18 janvier au 18 avril 2021

Changez d'énergie, profitez du branchement gaz offert et des aides financières dont vous pouvez bénéficier !

PLUS D'INFORMATIONS
site.grdf.fr/web/le-mans-metropole/

Le Mans Métropole Communauté urbaine — FAIRE — CAPEB L'artisanat du bâtiment — FFB Fédération Française du Bâtiment — GRDF

L'énergie est notre avenir, économisons-la !

Quel que soit votre fournisseur.

Le parc de Briosne-lès-Sables

Petite commune d'un peu plus de 500 habitants située au Nord-Est du Mans, Briosne-lès-Sables dispose d'un parc spécialement conçu pour la pratique du sport et l'entretien de la forme, avec en point d'orgue un espace « Freetness » accessible librement. Ouvert toute l'année, il est également composé de jeux pour enfants, d'un terrain mais aussi de paniers de basket *(voir photo à droite).*

Rue des Bois
À Briosne-lès-Sables
Contact (Mairie) : 02 43 29 31 74

N.P

N.P

N.P

N.P

Le petit plan d'eau de Briosne, propriété de la commune, est accessible au public et autorisé à la pêche.

N.P

N.P

N.P

À proximité d'un sentier de randonnée, le parc de Briosne-lès-Sables fait également office d'aire de service pour camping-car.

Un chocolat solidaire

Pâques se profilant à l'horizon, les chocolateries entrent peu à peu dans le feu de l'action. Au sud du Mans, c'est l'atelier de l'ESAT (Établissements ou services d'aide par le travail) qui s'active en coulisses. Composé exclusivement de personnes en situation de handicap mental, l'atelier-boutique de 15 salariés s'attelle à proposer de nouveaux produits chaque année. Si David Jousse *(photo)*, moniteur d'atelier explique son rôle et sa fierté de transmettre sa passion, Lætitia, Nathalie et Franck font part de leur quotidien en tant que salariés de la chocolaterie *(lire page 8)*.

Chocolaterie de l'ESAT
Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 30 et de 13 h 30 à 16 h 30
45 rue Edmé Bouchardon
Contact : 02 43 50 34 70

N.P

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com

Comment les salariés sont-ils recrutés au sein de l'ESAT ?

David Jousse : Ils ont une reconnaissance de personnes handicapées qui est délivrée par la MDPH (Maison départementale des personnes handicapées) et qui leur donne une orientation suivant leurs capacités, que ce soit en ESAT ou en foyer hébergement par exemple. Pour intégrer la chocolaterie, les salariés doivent avoir la certification ESAT.

Sont-ils déjà issus du milieu de la chocolaterie ou les formez-vous intégralement ?

Quand ils arrivent chez nous, ils ne sont pas chocolatiers. Ils peuvent avoir certaines appétences pour le travail en cuisine, mais pour beaucoup c'est une découverte. Le temps de formation va dépendre des capacités de chacun, de leur mémorisation et de leur adaptation. Pour certains, cela va être très rapide, pour d'autres il va falloir découper les activités et cela peut prendre plusieurs années.

Quel est le rôle de chacun ?

On travaille beaucoup la polyvalence, dans le laboratoire et à l'emballage. On ne veut pas avoir quelqu'un qui n'apprend qu'à faire une petite partie du travail. Après, il est évident qu'on s'adapte aux capacités et aux envies de chacun. Certains sont très à l'aise à la vente et à l'emballage mais n'aiment pas du tout la fabrication par exemple. On ne va pas les forcer, en revanche je veux qu'ils aient des bases afin de pallier une potentielle absence un jour. Il n'y a pas de poste fixe.

Quelle pédagogie adoptez-vous ? Vous leur laissez beaucoup de liberté ?

J'essaie de laisser un maximum d'autonomie, je leur dis toujours « quand je ne touche pas un seul chocolat de la journée, c'est que j'ai bien travaillé ». Je communique beaucoup avec eux, je leur transmets mes connaissances et je les encadre. Il y a des gestes qui peuvent paraître faciles mais qui pour certains ne le sont pas forcément, donc je suis là pour les aider si besoin.

Comment se déroule la journée d'un salarié au sein de la chocolaterie de l'ESAT ?

Les salariés commencent à 8h30. Le matin ils préparent tous les chocolats, toutes les différentes températures. Puis vient le moment de mettre en forme tout cela. Une équipe va être à la turbine, l'autre à l'emballage, une autre à la boutique, etc. Cela dure jusqu'à environ 15 heures, moment auquel on commence à tout ranger et nettoyer pour que l'atelier soit propre le lendemain. Les quinze salariés travaillent tous ensemble, il y a une bonne ambiance, et puis la matière est noble. On vend du plaisir !

Quelles sont les consignes que vous leur donnez ?

Je leur dis souvent que je ne veux pas que les gens viennent acheter du chocolat car on est un ESAP. Je veux transmettre l'idée qu'on est une chocolaterie parmi tant d'autres, et que c'est la qualité qui prime. Je veux que nos clients viennent nous voir car on fabrique des bonnes choses. On ne vend pas de la pitié !

À l'approche de Pâques, le rythme de travail va-t-il augmenter ?

Oui, obligatoirement, d'autant plus que cette année Pâques est de bonne heure, deux semaines plus tôt par rapport à l'an dernier. Avec la Covid, tout est en plus décalé. Les entreprises qui n'achètent pas de chocolat vont nous passer des commandes pour récompenser leurs salariés en télétravail et on fait beaucoup d'envois sur différents sites.

Quels sont les produits qui seront mis à l'honneur cette année ?

On a fait des pots de fleurs et des billes de céréales enrobées grâce à une machine que nous avons achetée l'an dernier. On essaye toujours de sortir des nouveautés, à la fois pour nos clients mais aussi pour que les salariés apprennent à travailler d'autres produits.

En tant qu'encadrant, est-ce une fierté de contribuer au bonheur et au quotidien d'un public en situation de handicap ?

Oui, je m'éclate. C'est complètement différent par rapport à ce que j'ai pu faire auparavant dans ma vie. Avant j'avais des rapports de marges et de chiffre d'affaires, aujourd'hui je suis beaucoup plus dans la création de travaux et dans la satisfaction du travail réalisé. C'est une fierté de voir ces personnes s'épanouir, réussir, même si la formation peut durer plusieurs années.

Y a-t-il des liens forts qui naissent au sein de la chocolaterie ? Les salariés se voient en dehors des heures de travail ?

Ils se voient beaucoup entre eux. Ce sont des personnes qui ont très peu de vie sociale, ce n'est pas évident pour eux de s'inscrire dans une salle de sport, d'aller faire des activités, etc. Leurs principaux amis sont leurs collègues de travail.

Vous leur apprenez beaucoup de choses au quotidien, mais qu'avez-vous appris, vous, à leurs côtés ?

Beaucoup de choses. J'ai en tête une personne de notre atelier qui a une capacité à s'approprier un travail et un geste. Quand je lui montre comment faire telle ou telle chose, et de manière instantanée elle va reproduire le geste différemment mais de manière tout aussi correcte. C'est assez fascinant.

Les handicaps

« Au sein de la chocolaterie, nos salariés souffrent de différents handicaps mentaux, comme la schizophrénie ou la trisomie, et tout le monde a sa place. C'est notre métier ensuite d'adapter le travail à la personne. »

L'importance de la boutique

« C'est essentiel pour mes salariés de connaître le fruit de leur travail. Quand un client vient en boutique et partage son expérience, ils sont tous très contents. Ce qu'on cherche en premier, c'est vendre du chocolat en valorisant les personnes. »

Des clients conquis

« Nous avons une clientèle de particuliers, des gens qui nous ont connus par le chocolat et c'est essentiellement du bouche-à-oreille. Puis nous avons aussi des entreprises, des CE, on travaille beaucoup avec Paris, la RATP, la SNCF, Thales, etc. Ces entreprises ont souvent des missions handicaps, c'est-à-dire que chaque entreprise qui nous fait travailler peut dégager des unités bénéficiaires pour alléger ses charges. Pour eux c'est intéressant et pour nous aussi. Nous avons fait 1500 coffrets de chocolats pour Thales récemment. C'est toujours la qualité qui prime, ils testent et goûtent avant de passer commande. »

N.P

N.P

J.M.

Lætitia, 24 ans

« Cela fait trois ans que je travaille ici, dans l'atelier chocolaterie. Je m'y suis sentie bien dès les premiers jours. J'apprends beaucoup, par exemple à faire ma propre ganache maison. Au départ, j'avais l'impression de mal m'y prendre, je mettais n'importe quelle quantité, j'allais trop vite… Puis j'ai appris à faire les choses sans vouloir me précipiter. Je suis assez fière du chemin parcouru. Ce que j'aime le plus ? Le travail bien fait et travailler en autonomie. Je me dis que cela pourra me servir plus tard, pour travailler dans une entreprise « ordinaire ».
À côté de cette activité, je fais aussi des prestations extérieures dans des entreprises, même si elles ont été stoppées à cause de la pandémie. Je travaille à l'hôpital du Mans au Café Chocolat où je fais la préparation des boissons chaudes, l'encaissement des clients… Et je travaille aussi dans une boutique de vêtements. Je pose les antivols et je renseigne les clients.
Mon objectif, ce serait de pouvoir décrocher un emploi dans une entreprise ordinaire. Pourquoi pas dans une chocolaterie, un café ou un restaurant mais comme j'adore l'univers de la mode, j'aimerais aussi beaucoup exercer dans une boutique de vêtements ou de bijoux. Je me laisse plusieurs portes ouvertes. »

J.M.

A l'atelier de l'ESAT, les employés s'activent à l'approche de Pâques qui représente, avec Noël, une période chargée de l'année.

J.M.

Nathalie, 53 ans

« Avant je travaillais en milieu ordinaire, à Paris, en tant que vendeuse dans une boulangerie-pâtisserie. Puis il y a eu cet accident et depuis mars 2017, je travaille ici, à la chocolaterie. Je me suis tout de suite bien intégrée dans l'équipe, l'ambiance est super et il y a des amitiés qui sont nées entre collègues. Je travaille du côté de la cuisine : je m'occupe des emballages et de la mise sous sachet, essentiellement. Je ne suis pas souvent dans le laboratoire mais ça me plairait bien, un jour, de fabriquer le chocolat !
Mon temps est partagé, je travaille aussi pour la Société Générale une semaine sur deux tous les matins où je m'occupe du tri du courrier. C'est une mission qui me demande beaucoup d'autonomie, je dois me rendre à l'entreprise par mes propres moyens alors j'apprends à prendre le bus seule, savoir quelle ligne je dois prendre, à quel arrêt descendre… J'ai parfois l'impression de ne pas tout maîtriser mais c'est tout nouveau aussi pour moi. Le reste de ma semaine, je travaille à la chocolaterie. En ce moment, avec l'arrivée de Pâques, c'est une grosse période pour nous. Comme pour Noël, le rythme est plus soutenu. Et avec la Covid, ce n'est pas comme d'habitude en termes d'organisation.
Mon rêve ? Ce serait d'acheter un appartement. »

J.M.

Franck, 26 ans

« Je travaille à la chocolaterie depuis trois ans. Au quotidien, je fais beaucoup de moulages et je réalise le praliné. En fait, j'aime toutes les tâches qu'on me propose ici, je n'ai pas vraiment de préférences. Côté compétences, j'ai appris à faire du chocolat, à m'occuper des machines comme la turbine et l'enrobeuse, le robot pour faire les pralinés….
Avant, j'avais aussi une mission à la Sesame Vitale au Mans. Je m'occupais du tri des cartes vitales, qui sont pour la plupart usagées. Mais, à choisir, je préfère travailler le chocolat *(rires)*. Pour Pâques, on propose quelques nouveautés comme des bonbons, un poulpe en chocolat, et le gros œuf ! (*Sur la photo principale de la UNE*, ndlr). Les fêtes de Pâques, c'est beaucoup d'heures de travail, plus de choses à faire mais ça reste plus facile qu'au moment de Noël. De toute façon, je ne suis pas quelqu'un de très stressé et tout le monde est cool ici.
Pour la suite ? J'ai du mal à me projeter. Je suis bien à l'Esat, c'est un cadre rassurant pour moi alors je ne me vois pas partir pour l'instant. »

J.M.

J.M.

En images...

L'atelier

J.M.

À l'atelier, les douceurs chocolatées sont produites sur place par une douzaine de travailleurs en situation de handicap, encadrés par des moniteurs professionnels, avec ces différents outils. Les employés peuvent ainsi suivre toute la chaîne de production, jusqu'à la vente de leurs produits dans la boutique située à côté.

J.M.

INFORMATIONS PRATIQUES

HORAIRES

La boutique de l'Esat Le Circuit, située à proximité du Circuit des 24 Heures, est ouverte toute l'année, de 8 h 30 à 12 h 15 et de 13 h 15 à 16 h 30, du lundi au vendredi,
Exceptionnellement, la boutique sera ouverte samedi 3 avril de 10 à 16 heures.

Sur les étals, les gourmets pourront trouver une large gamme de chocolats noirs, laits ou blancs, bonbons pralinés et ganaches, moulages garnis de fritures, compositions et nouveautés pour Pâques, ainsi que la friandise « L'Autre Mans », une recette originale de l'Esat confectionnée à partir de chocolats d'origine contrôlée, à déguster sous forme de tablette ou de carré.

Esat du Circuit
45 rue Edmé-Bouchardon
Contact : 02 43 50 34 78
www.esat-circuit.fr

N.P

N.P

LA RECETTE

La galette saucisse

Les ingrédients : *(pour 4 personnes)*

330 g de farine de sarrasin

1 œuf

15 cl de Lait
75 cl eau

2 oignons

2 saucisses de porc bretonnes ou saucisses de Toulouse

Sel, poivre

La préparation :

1. Mélanger la farine avec du sel dans un saladier.

2. Creuser un puits au centre, ajouter l'œuf. Bien mélanger et laisser reposer la pâte une heure.

3. Faire cuire les saucisses à la poêle, sans les percer.

4. Peler, émincer les oignons puis faites-les revenir.

5. Faites cuire la pâte dans une grande poêle, de chaque côté. Plier la galette en deux, ajouter la saucisses et l'oignon, puis la rouler.

6. On peut ajouter du fromage. Puis assaisonner avec de la moutarde ou autre sauce au choix.
Bon appétit !

J.M.

La fée des galettes

Sur le marché des Jacobins et celui de la Boussinière, sa jolie roulotte orange ne passe pas inaperçue : depuis octobre dernier, Yaëlle Bodier, alias La Fée Carabosse, propose crêpes sucrées et galettes de sarrasin salées à bord de son camion ambulant qu'elle peut déplacer à sa guise. Un mode de vie qui convient bien aujourd'hui à la Mancelle, âgée de 50 ans, qui a exercé pendant plusieurs années dans une crêperie au Lude.

Chez Carabosse
Marché de la Boussinière
Le mardi matin
Marché des Jacobins
Le mercredi matin
Page instagram : chezcarabosse
Contact : 06 18 83 27 85

Julie Marchand

SON PARCOURS

École de maître crêpier

« J'ai créé mon entreprise fin octobre 2020. En 1995, j'ai possédé une crêperie, au Lude. Puis les circonstances de la vie ont fait que j'ai dû arrêter ce travail. Plus tard, j'ai ensuite travaillé dans le milieu de la restauration rapide. Mais j'avais toujours cette envie de créer mon foodtruck, un jour. La restauration rapide n'a pas été une bonne expérience pour moi, même si l'on apprend beaucoup sur l'hygiène. J'ai aussi suivi une formation en crêperie dans une école de maître crêpier, en Bretagne. »

LE CONCEPT

Liberté du foodtruck

« Cette caravane, on l'a retapée avec des amis pour en faire ce qu'elle est aujourd'hui. Carabosse ? C'est le surnom que me donnent mes neveux *(rires)* ! Il est resté. Quand j'ai cherché un nom, j'ai trouvé que ça sonnait bien « Caravane… Carabosse ! ». J'aime bien l'idée d'être libre, indépendante alors je ne me revois pas aujourd'hui reprendre un restaurant. Le foodtruck permet cette liberté : pouvoir bouger tout le temps ! Cet été, par exemple, je me vois bien aller faire la saison au bord de la mer. »

SA CARTE

Galettes 100% sarazin

« À bord de mon camion ambulant, je propose des crêpes sucrées et des galettes, 100% sarazin, avec de la farine de Bretagne. Je travaille beaucoup avec les producteurs locaux et je mets un point d'honneur à acheter mes produits au marché : œufs, jambon, saucisses ou bien emmental. Petit clin d'œil à mon surnom, mes galettes ont des noms de fées : « Fée ce qu'il te plaît », « l'étoffée, » « Féégie » ! ». L'incontournable reste la galette complète et je remarque que les gens aiment bien aussi commander des galettes natures sur le marché. »

SON ÉTAT D'ESPRIT

Des doutes

« Ouvrir en pleine pandémie, forcément, c'est loin d'être évident. Mais on était en plein travaux, la caravane était quasiment prête alors je me suis quand même lancée. À cause du Covid, au dernier moment, j'ai aussi râté des opportunités pour installer mon food truck à différents endroits de la ville alors je suis surtout sur les marchés actuellement. Désormais on peut me retrouver sur le marché des Jacobins et celui de la Boussinière. En temps normal, je fais aussi de l'événementiel : des festivals, des mariages… Tout est sur pause pour l'instant. »

A vos côtés

Commerçants, vendez vos produits en ligne !

Votre Site e-commerce
E-shop Express en ligne en 48h

Options **Click and Collect** ou **Livraison au choix**
Solution de paiement incluse
Site 100% efficace, clair et **facile à administrer**

Tous nos conseils au **02 30 88 15 74** *

* Prix d'un appel local

additi
La régie publicitaire de votre journal

le mans.maville.com

Le lieu

« On est Sarthois alors on souhaitait s'implanter dans ce département. On cherchait une ville importante et un point de vente qui nous plaisait, les plans de ce local à Arnage avaient été dessinés exactement comme ceux que l'on avait imaginés ! »

Le label « Bleu, Blanc, Cœur »

« Certains de nos produits, notamment les viandes et laitages, sont estampillés « Bleu, Blanc, Coeur ». L'idée de ce label est de promouvoir une alimentation équilibrée pour les animaux et qui va déboucher naturellement sur une qualité pour la personne qui consomme. »

N.P

N.P

N.P

Fruits, légumes, produits d'épicerie et un grand choix de viandes sont vendus chez Paysages fermiers.

Un local pour du local

Ouverte au mois d'octobre, la boutique Paysage fermiers propose un large choix de produits issus de la ferme et de producteurs locaux.

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com

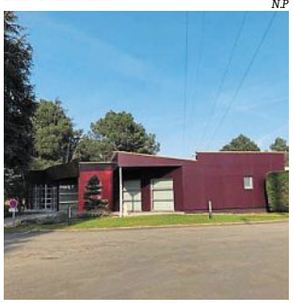
Depuis la fin d'année 2020, la boutique Paysage fermiers accueille chaque jour de nombreux clients de tous âges dans son espace situé avenue Pierre Lefaucheux à Arnage. Grâce à des produits venant essentiellement de la Sarthe et de ses alentours (Mayenne, Orne et Eure-et-Loir notamment), c'est la qualité qui est mise à l'honneur. « Avec notre ferme de la Charnie, située à Saint-Denis-d'Orques, nous produisons tout ce qui est volailles et la viande bovine. Des produits comme l'huile d'olive ne peuvent pas être confectionnés en Sarthe mais nous connaissons très bien les producteurs ce qui garantit la qualité », confirme Damien Levrard, qui, avec Nicolas Plard, gère la boutique, en plus d'être salariés au sein de la ferme. « J'aime allier ces deux activités. Pouvoir faire la vente directe, prendre contact avec les fournisseurs, et proposer tout cela en boutique. Avec la crise nous avons eu quelques incertitudes mais quand tout est prêt et qu'on voit les clients heureux, c'est une vraie récompense », savoure l'ancien conducteur de travaux. Avec d'autres salariés qui assurent le rythme et une clientèle très locale venant d'Arnage et du sud de la Sarthe, Paysages fermiers espère en tout cas développer et faire perdurer ce pari lancé il y a bientôt six mois. « C'est compliqué de tirer un premier bilan car on s'est lancés trois semaines avant le second confinement. Avec le couvre-feu à 18 heures on a ensuite perdu pas mal de créneaux le soir. On est soulagés qu'il soit retardé d'une heure ! »

Paysages fermiers
182 boulevard Pierre Lefaucheux
Du mardi au vendredi de 9 à 19 heures
Le samedi de 9 à 18 h 30
Contact : 09 86 15 15 32

IL AIME

L'Auberge des Matfeux

N.P

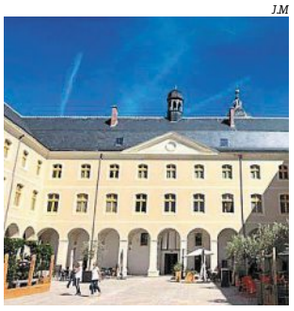


« Je n'y suis jamais allé mais j'en ai entendu que du bien. Il me tarde de le tester dès que ce sera possible. C'est un restaurant gastronomique qui est situé pas très loin de notre boutique. »

Avenue nationale, à Arnage

La Visitation

J.M



« Ce qu'ils ont réussi à en faire, c'est vraiment très classe. Quand j'y vais je suis surpris à chaque fois. »

Boulangerie Fortin

J.M

« On travaille avec eux, ils nous font certains produits, notamment des petits apéros que l'on expose dans notre boutique. »

Avenue Bollée

Publicité

Nouveau sur le Mans

Atypik
COUPE 3D & EXTENSIONS

Atypik Coupe 3D & Extensions est un nouveau concept de salon de coiffure, qui propose des prestations totalement novatrices.

A découvrir absolument, la COUPE 3D : c'est avec 10 Ciseaux différents qu'Aurélie, la coiffeuse expérimentée de cette technique, s'amusera à combiner au nombre de 2 ou 3 simultanément, afin de créer votre coupe sur Mesure. Grâce à une association bien spécifique, que seule Aurélie a le secret, en 1 coup de Ciseau elle vous coupera, dégradera et effilera vos cheveux avec une précision extrême.

Chaque Ciseau a sa spécificité, pour cheveux épais, fins, raides, bouclés, crépus ! Ça fonctionne sur tous types de cheveux. De son expérience à travers ses voyages, Aurélie a déjà coiffé plus de 65 nationalités différentes. Et ce retour dans sa ville natale, afin de mettre son savoir-faire au profit de sa nouvelle clientèle, est un réel plaisir. L' essayer, c'est l'adopter ! Les 1ere clientes sont déjà conquises, au vue des commentaires que vous pouvez lire sur leur page Facebook Atypik Coiffeuse.

1 forfait unique, quel que soit la longueur de vos cheveux, 50€ comprenant une expertise capillaire, le Conseil Visagiste, le shampooing suivi d'un massage du cuir chevelu, la Coupe 3D et le coiffage.

À découvrir aussi au Salon Atypik, d'autres services exclusifs, comme les Colorations Mounir, les Traitements I.C.O.N, Les Lissages LISSFACTOR, les colorations Végétales Louise XIV et les Extensions à froid par un spécialiste expérimenté.

13 rue Victor Bonhommet LE MANS ■ 07.66.74.55.99 Facebook/ Instagram : AtypiK Coiffeuse

LA RECETTE

Spaghetti aux fruits de mer, paprika fumé doux

Les ingrédients :

(pour 4 personnes)
Préparation : 30 minutes
Cuisson : 30 minutes

- 400 g de spaghetti
- 1kg de moules fraîches
- 16 crevettes décortiquées
- 300g de tomates cocktail, lavées et coupées en deux
- 4 petites gousses d'ail
- Persil haché
- 2dl vin blanc sec
- Sel
- Huile d'olive
- Flocons de paprika fumé doux

La préparation :

1. Grattez et lavez les moules sous l'eau courante à l'aide d'une brosse à moules. L'eau doit être absolument froide.
2. Jetez les moules qui sont déjà ouvertes ou fissurées (indication d'un état peu «frais»).
3. Épluchez les gousses d'ail et écrasez-les légèrement avec un grand couteau, pour développer les arômes. Mettez de côté.
4. Dans une casserole chauffée à feu doux, ajoutez un filet d'huile d'olive.
5. Ajoutez les gousses d'ail et faites-les dorer légèrement.
6. Une fois dorées, enlevez les gousses d'ail et ajoutez les crevettes pour les faire dorer légèrement. Mettez de côté.
7. Dans la même casserole chauffez un peu plus d'huile d'olive, ajoutez les tomates, une pincée de flocons de paprika fumé doux, et une petite pincée de sel.
8. Ajoutez ensuite les moules, le persil haché et le vin blanc.
9. Porter l'eau à ébullition quelques minutes.
10. Dès l'ouverture des moules, transférez-les dans un plat, avec les crevettes. Réservez.
11. Dans un grand pot, portez à ébullition de l'eau salée. Cuisez les spaghettis, selon les indications sur le paquet de pâtes. Après cuisson, égouttez-les.
12. Placez les moules, crevettes et spaghetti dans la casserole, à feu moyen, en mélangeant les ingrédients.
13. Saupoudrez des flocons de paprika fumé doux sur chaque assiette.

Servez immédiatement. Bon appétit !

Ikori

Boutique en lige : **www.ikori-epices.fr**
Contact : **hello@ikori-epices.fr**

J.M.

Brice Nadaud et Iliana Diaz ont créé « Ikori », une boutique en ligne de vente d'épices.

Voyage au pays des épices

Après un tour du monde riche en rencontres, Brice Nadaud et Iliana Diaz ont décidé de prendre leur envol en créant « Ikori », spécialisé dans l'importation d'épices du monde.

Julie Marchand
Julie.marchand@lemans.maville.com

C'est en 2019, à l'occasion d'un tour du monde qui aura duré huit mois, que le Manceau Brice Nadaud et sa compagne Iliana Diaz, originaire du Mexique, rencontrent des producteurs d'épices. Inde, Thaïlande, Cambodge, Australie, Canada, Polynésie française… À chaque étape, le couple franco-mexicain se nourrit de la richesse culturelle et des traditions culinaires de chaque pays. « Nous avons adoré être dans le partage, comprendre la manière dont chacun vivait, découvrir leurs cultures. C'est comme ça que nous avons rencontré l'un de nos premiers producteurs, c'était en Inde », se remémore Brice Nadaud. C'est pour eux une véritable découverte et le début d'une passion.

Démocratiser l'utilisation des épices

À leur retour en France, le couple d'ingénieurs prend la décision d'entreprendre, en duo. Une conquête vers la route des épices qui verra naître leur société « Ikori » (en clin d'œil à « kori » qui signifie piment dans la langue du peuple Tarahumara au Mexique), en 2020. Leur créneau : l'importation d'épices du monde, comme la cardamome verte, la cannelle de Ceylan ou la baie de Jamaïque, mais aussi de produits français. « Notre objectif est de démocratiser l'utilisation de ces produits. En France, les épices sont souvent utilisées par les grands chefs seulement alors que dans les autres pays, c'est toute la population qui s'en sert dans la vie quotidienne. Il faut casser cette image que « l'épice ça pique » : elle apporte du parfum et de la saveur », expliquent les entrepreneurs qui se sont fixés un haut niveau d'exigence en termes de qualité, du choix des producteurs en passant par les méthodes de culture. « Nous sommes sensibles à la culture raisonnée. L'objectif est aussi de favoriser les circuits courts. On travaille donc en direct avec des petits producteurs qui utilisent des techniques traditionnelles. Nous avons aussi un certain nombre de critères gustatifs et sensoriels mais avant tout, on est à l'affût de produits rares qu'on ne trouve pas partout ! », ajoute le Manceau.
Prochain défi pour ces entrepreneurs en herbe : démarcher et collaborer avec les restaurateurs locaux et les épiceries fines. Avec toujours un seul et même objectif : faire rayonner ces trésors gustatifs.

J.-M.

Le grué de cacao est un aliment 100% naturel et sans sucre, idéal pour utiliser sur des yaourts, fromages blancs ou bien sur une mousse au chocolat.

J.M.

L'IMAGE DE LA SEMAINE

Nos amis à becs

Nicole G.

Notre photo de la semaine est signée Nicole G. « « Un dicton Breton dit : A mois de mars, pluie et vent fou, sur nos gardes tenons-nous ! Et ces petits oiseaux en sont l'exemple ». Merci à elle !

Que ce soit une scène insolite, un petit bout de nature, une vue qui vous a coupé le souffle... Envoyez-nous vos plus belles réalisations en précisant à quelle occasion vous avez pris la photo, via notre page Facebook Le Mans maville.com, ou sur l'adresse mail : redaction@lemans.maville.com ou encore avec le hashtag #lemansmaville sur les réseaux sociaux.

LE POST FACEBOOK

La rue des Ponts neufs remise à neuf

Compte Facebook Of Course Le Mans

Of course Le Mans
16 mars, 04:23

[ACTU]

La rue des Ponts-Neufs a fait peau neuve. Le nouvel aménagement est à la fois esthétique et confortable.

Vous n'avez donc plus aucune raison de ne pas retourner dans vos commerces !

C'est une bonne nouvelle pour les commerçants du centre-ville. La rue des Ponts neufs, qui n'aura jamais aussi bien porté son nom, s'offre une nouvelle jeunesse avec un rêvetement flambant neuf. Les travaux, qui ont débuté en novembre 2020 pendant le second confinement, auront duré plusieurs semaines. On attend désormais avec impatience la réouverture des restaurants de cette petite rue piétonne très appréciée des Manceaux et Mancelles...

Cultivez votre jardin !

Culture Jardins, le nouveau rendez-vous des jardiniers, débutants ou experts

EN VENTE chez votre marchand de journaux

Union Départementale de la Sarthe
4, rue d 'Arcole - 72015 LE MANS - 02 43 28 05 78
ud-cftc72@orange.fr

La coiffure autrement

Responsable du salon « M comme Moi », Maryline Amoneau propose une offre quasi unique d'activités de bien-être liées à l'univers capillaire. Intervenant auprès de publics jeunes mais aussi plus âgés, elle se livre notamment sur la coiffure mnénoénergetique, une technique originale et offrant des résultats sur plusieurs semaines. Entretien.

Maryline Amoneau

M comme moi la coiffure autrement
Le lundi de 8 h 45 à 20 heures
Mardi, jeudi, vendredi de 8 h 45 à 18 heures
Mercredi et samedi selon la demande
53 avenue Rubillard
Contact : 06 66 58 13 19

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com

Quelles sont les différentes activités que vous proposez chez M comme moi ?

Je pratique aussi bien les métiers de socio-coiffure, de prothésiste capillaire, de coloriste végétale et je maitrise également la kinésiologie. Je suis formée en tant que naturo-praticienne avec les méthodes JMV (aidant le corps et l'esprit à s'autoguérir) ainsi que conseillère et technicienne avec les huiles essentielles.

Lesquelles sont liées au bien-être ?

Elles sont toutes liées à une forme de bien être mais cela va dépendre de la personne et du public qui vient me voir. Les prothèses capillaires, par exemple, vont agir sur l'estime de soi. Quant aux massages aux huiles essentielles et la coifure mnénoénergitique, on est vraiment sur du bien-être et de la relaxation.

Vous êtes justement coiffeuse mnénoénergéticienne, en quoi cela consiste ?

C'est une coupe énergétique qui permet d'approfondir la coiffure traditionnelle. On ne va pas s'occuper seulement de l'aspect esthétique de la chevelure, mais aussi de sa qualité. Cela permet de travailler sur l'être intérieur, on va apporter plus de luminosité aux cheveux, comme un soin. J'échange avec la cliente et, ensuite, j'utilise un rasoir, non pas pour effiler les cheveux mais plutôt pour obtenir une coupe vivante qui va venir faire vibrer les cheveux et apporter du bien être. Au niveau visuel, l'effet est immédiat. L'action dure environ 21 jours.

Comment est-il possible d'améliorer le bien-être d'une personne à travers ses cheveux ?

En faisant un nettoyage en profondeur. Chaque personne a des zones sensibles dans les cheveux, c'est un peu comme de la sophrologie crânienne. Il y a certains endroits qui correspondent à des choses que l'on vit sur le moment présent mais aussi sur les moments passés.

Quels retours avez-vous des clients qui ont recours à cette coiffure mnénoénergetique ?

J'ai beaucoup de clients qui me disent ressentir du bien-être, quand d'autres reconnaissent une certaine brillance dans leurs cheveux, y compris chez ceux qui en perdent.

Vous agissez sur le bien-être des personnes dans leur globalité physique et psychologique, c'est une fierté pour vous ?

Oui c'est très important, je ne veux plus vendre de produits pour la chute de cheveux, je préfère vendre un soin de compléments énergétiques.

Quelle est l'activité que vous préférez ?

C'est un ensemble. Il y a toujours un lien entre ces activités. Ce qui me motive, c'est de voir les personnes repartir avec un visage plus lumineux.

Comment vous est venue l'idée d'élargir votre champ d'action ?

Ma mère était malade et m'a confié que ces différentes techniques lui faisaient un bien fou. Et je commençais justement à m'ennuyer avec les formations de coiffure traditionnelles.

Est-ce qu'il y a d'autres compétences sur lesquelles vous aimeriez travailler et vous former ?

Je travaille déjà avec des infirmières et des médecins. J'aimerais mettre en place des ateliers pour intervenir directement et présenter ce que je fais, dans les hôpitaux.

Ses formations

« J'ai commencé en tant que coiffeuse traditionnelle, j'ai eu mon propre salon de coiffure avenue Bollée pendant 20 ans. Cela faisait quelques années que je m'ennuyais un peu donc j'ai suivi une formation de socio-coiffure qui m'a permis de me rapprocher des gens fragilisés par la maladie. J'ai voulu ensuite me lancer dans une formation de prothésiste capillaire agréée pour que les gens puissent se faire rembourser. J'ai par la suite découvert la coiffure mnénoénergetique qui est un soin coupe permettant le déblocage émotionnel. En parallèle j'ai réalisé une formation en kinésiologie. »

Maryline Amoneau

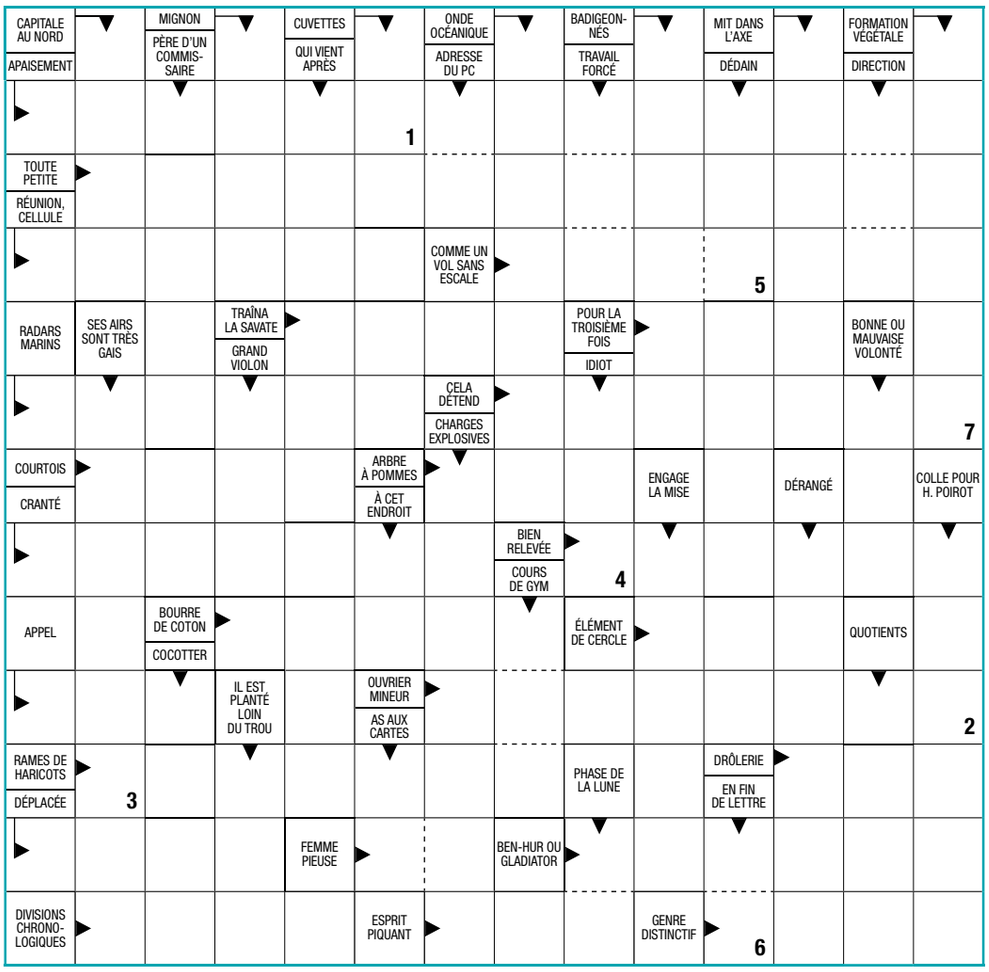
Maryline Amoneau

QUAND VOUS REFERMEZ
le mans.maville.com
UNE NOUVELLE VIE S'OUVRE À LUI.
EN TRIANT VOS JOURNAUX, MAGAZINES, CARNETS, ENVELOPPES, PROSPECTUS ET TOUS VOS AUTRES PAPIERS, VOUS AGISSEZ POUR UN MONDE PLUS DURABLE. DONNONS ENSEMBLE UNE NOUVELLE VIE À NOS PRODUITS. CONSIGNESDETRI.FR
CITEO
Le nouveau nom d'Eco-Emballages et Ecofolio

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.

AIMABLE	EAU-FORTE	PERGOLA
ANCIENNETE	ENFLER	PIETA
APICOLE	EVASIF	PLIE
ASDIC	FATUITE	PUCERON
AURIFERE	FENNEC	QASIDA
BABIL	FOIS	QUARTET
BANJO	GALANTERIE	REDINGOTE
BLOC	IDEE	REPLETE
CALEPIN	INFINIE	RUBEOLE
CROITRE	IPECA	TRACTER
CYNIQUE	JACINTHE	TRANCHEE
DANSANT	LEOPARD	UREMIE
DEFILER	MONACO	VAINCRE
DESARROI	OEILLET	VOLUPTE

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

CONNEXIONS

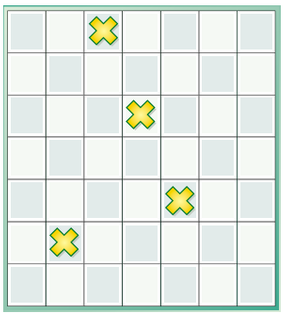
Dans chaque jeu, placez l'un des neuf groupes de trois lettres de façon à former six mots de six lettres.

AUD - CAN - CES - FRE - HER - LAS - RES - SER - TIR

1	COF		MIR		ACE		INE
2	KOA		CAR		ARI		VAL
3	BUC		NIE		SER		AGE

HORS LIGNES

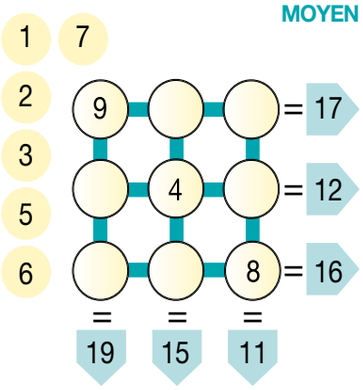
Placez trois autres croix dans le jeu de manière à ce qu'il n'y ait jamais deux symboles identiques sur une même ligne horizontale, verticale ou diagonale.



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.



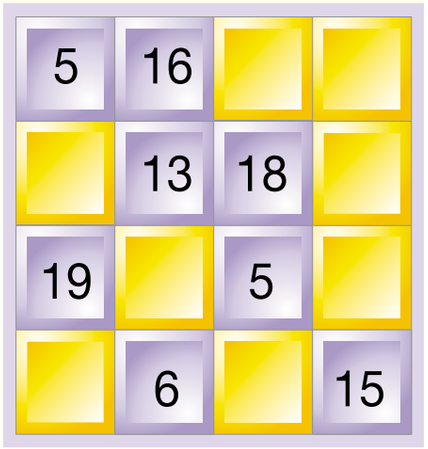
DOUBLE-MOT

Ordonnez les sept pions pour former deux noms de navires.

LOTOMATIC

Placez les huit chiffres dans le jeu pour avoir un total de 40 points sur chaque ligne et chaque colonne.

1 4 5 6 8 11 13 15



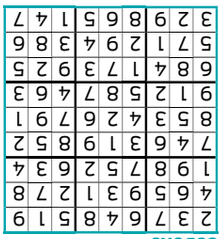
SUDOKU

FACILE

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

SOLUTIONS

MOTS FLÉCHÉS



FUBUKI

9	6	2	17
7	4	1	12
3	5	8	16
19	15	11	

CONNEXIONS

1/ COFFRE - FRÉMIR - MIRAUD - AUDACE - ACÉRÉS - RÉSINE.
2/ KOALAS - LASCAR - CARCAN - CANARI - ARISER - SERVAL.
3/ BUCHER - HERNIE - NIÈCES - CESSER - SERTIR - TIRAGE.

DOUBLE-MOT

VEDETTE - DRAKKAR.

HORS LIGNES

LOTOMATIC

Ligne 1 = 5 - 16 - 13 - 6.
Ligne 2 = 1 - 13 - 18 - 8.
Ligne 3 = 19 - 5 - 5 - 11.
Ligne 4 = 15 - 6 - 4 - 15.

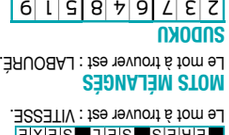
SUDOKU

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

MOTS MÉLANGÉS

Le mot à trouver est : LABOURÉ.

Le mot à trouver est : VITESSE.



SALONS DÉCOR & Literie Joly

Spécialiste Literie depuis 1953

Notre devise : **LE CONSEIL AVANT TOUT !**

Du 19 mars au 24 avril, venez en profiter !

Rendez-vous chez votre revendeur et sur **stressless.com**

(1) Soit jusqu'à 714€, voir onditions en magasin. Ore valable du 19/03/2021 au 24/04/2021 sur le prix TTC conseillé au 15/02/2020, dans tous les revêtements et coloris, pour l'achat d'un ensemble fauteuil et repose-pieds Stressless®. Modèle présenté : Stressless® Aura (M) en cuir Batick Black, piétement Signature, Fauteuil (L : 82, H : 111, P : 82 cm) + Repose-pieds (L : 54, H : 47, P : 46 cm) = 2702 € au lieu de 3299 €, soit 597 € d'économie hors éco-participation de 7,95 €. (2) Ore valable sur le prix TTC conseillé au 15/02/2020 dans tous les revêtements et coloris pour l'achat d'un canapé multiplace Stressless®. Matières visibles : cuir de vachette, tannage au chrome, eur corrigée, pigmenté ; hêtre teinté, vernis à base d'eau ; acier inoxydable chromé ; aluminium moulé et poli. Retrouvez tous les renseignements auprès d'un revendeur Stressless® participant et sur www.stressless.com. RCS Pau 351 150 859.

GRAND DESTOCKAGE AVANT FERMETURE*

POUR TRAVAUX

Jusqu'à -50%

Literies, couvertures, couettes, oreillers, housses de couette…

25 literies en essai permanent

350m² d'EXPO

Venez comparer, PAS PLUS CHER QUE LES MAGASINS D'USINE !

DU 23 MARS AU 24 AVRIL 2021

Concessionnaire exclusif

TECHNILAT Dunlopillo TRECA Literie Duault

*Sur articles signalés en magasin selon stock disponible.

PERIPHÉRIE

34/38 bd d'Estienne d'Orves - Le Mans
Quartier « La Pointe - Batignolles »
Tél. 02 43 24 98 65 salons.decor@gmail.com

CENTRE VILLE

6, rue du Tertre (Face Galeries Lafayette)
Tél. 02 43 28 49 28
literie.joly@gmail.com