

PHOTO : JM



Bien-être

Le sophro-yoga pour affronter les examens

page 15

Nestenn

GRUPE D'AGENCES IMMOBILIÈRES

ESTIMATION GRATUITE
ACHAT • VENTE • LOCATION

02 43 23 63 63

AGENCE LE MANS - Université - 59, Bd Georges Méliès

le mans.maville.com

GRATUIT

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

N°262 - du 6 au 12 avril 2022

Les secrets d'Antarès

(Re)découverte, des coulisses au premier rang.

PHOTO : NICOLAS PRIETO



Programmation, spectacles, logistique, aménagements... Sylvain Charbonnier, directeur de la salle, se confie sur 27 ans d'histoire(s). **Pages 10 et 11**

Entretien

PHOTO : ERIC MYRE



Messmer veut hypnotiser les Manceaux

page 2

Boutique

PHOTO : JM



Un vide-grenier permanent dans le Sud du Mans

page 13

OUVERTURE
9 AVRIL
LE MANS

Papeà
Parc

+ DE 30
ATTRACCIONS

+1
NOUVEAU SPECTACLE

PAPEAPARC.FR

Conception et réalisation LCOM - 321 762 031 R.C.S. Le Mans

EPHEMERIDE

Cette semaine, nous fêtons les...

Mercredi 6

Marcelin. Ils sont déterminés et enthousiastes.

Jeudi 7

Jean-Baptiste. Ils sont audacieux et originaux.

Vendredi 8

Julia. Elles sont stratégiques.

Samedi 9

Gauthier. Ils sont attentionnés et actifs.

Dimanche 10

Fulbert. Ils sont analytiques.

Lundi 11

Stanislas. Ils sont gestionnaires.

Mardi 12

Jules. Ils sont fiables et engagés.

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@precom.fr

Site Internet :

www.lemans.maville.com

SAS Loire Hebdos

Directeur de la publication :

Mathieu 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 expresse de la Direction de Ma Ville, est strictement interdite (article L122-4 du code de la propriété intellectuelle).

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



Préservez notre environnement, ne pas jeter sur la voie publique

Plus d'infos



Vendredi 15 avril à 20 heures

Antarès

2 avenue Antarès

Contact : 02 43 40 70 00

Tarifs : de 40 à 64,5 euros

« La scène est un laboratoire exceptionnel »

L'hypnotiseur Messmer se produit à Antarès ce vendredi soir. Il y présentera son spectacle « Hypersensoriel », mettant à profit nos cinq sens. Entretien.

À quel moment de votre vie vous êtes-vous rendu compte que vous aviez des pouvoirs d'hypnose ?

Messmer : J'avais 7 ans lorsque j'ai commencé à étudier l'hypnose dans les livres. Quelques mois plus tard, je commençais à pratiquer avec mes amis de l'école qui venaient chez moi. Mais je ne considère pas cela comme un vrai pouvoir, ce sont surtout des techniques que j'ai apprises et que j'ai eu la faculté d'apprendre rapidement. C'est un peu comme les chanteurs, certains chantent bien dès le début, d'autres travaillent leurs voix toute leur carrière. Moi j'ai réussi à avoir des facultés d'hypnose presque naturellement.

Est-ce que c'est quelque chose d'innée chez une personne ou cela peut s'acquérir avec le temps ?

On peut l'apprendre, le pratiquer, l'améliorer, mais tout le monde ne va pas réussir à hypnotiser ou être un bon thérapeute. Il faut avoir cette passion, avoir ça en soi, être capable de lire les autres.

Après des spectacles comme Messmer fascinateur ou Intemporel, vous proposez depuis 2018 votre spectacle Hypersensoriel. En quoi est-il différent des précédents ?

La recette gagnante reste la même : la participation du public. Mais les mises en situation sont différentes, j'amène le public vers la redécouverte de leur sens, je montre qu'ils ont tous un lien avec notre subconscient. Nos sens ont une influence et on peut avoir une influence sur eux. La technologie m'aide aussi à aller plus loin par rapport à mes spectacles précédents. Jamais je n'aurais imaginé mettre de la réalité virtuelle dans un de mes shows. Je suis le seul hypnotiseur au monde à le faire, c'est bluffant.

Est-ce qu'il y a une histoire et un enchaînement logique ou ce sont des tours d'hypnose collés les uns aux autres ?

C'est quelque chose qui se fait logiquement par la mise en scène. On va même découvrir un sixième sens dans ce spectacle, mais je ne peux pas trop en dire.

Comment arrivez-vous à vous renouveler autour du même art, l'hypnose ?

Ça se fait tout seul, pour moi la scène est un laboratoire extra-



PHOTO : ERIC MYRE

ordinaire. Les gens sur scène me donnent des pistes, j'improvise selon leurs réactions, cela me donne des idées. *Hypersensoriel* n'est par exemple plus du tout ce qu'il était au départ, j'aime faire évoluer les spectacles.

Avez-vous une méthode d'hypnose singulière ?

Avec les années j'ai développé mes propres techniques pour réussir à faire vivre l'hypnose à énormément de monde. Je me retrouve souvent avec 500 à 600 personnes complètement hypnotisées dans la salle, en plus de celles sur scène. Je peaufine mes techniques, j'en améliore, j'en crée au quotidien. Avant je touchais toujours les personnes pour les faire entrer en contact avec moi et l'hypnose, aujourd'hui j'arrive à les faire s'effondrer en passant juste à côté d'eux.

On parle souvent de l'état du public, des spectateurs hypnotisés, mais rarement de l'hypnotiseur. Que ressentez-vous comme sensation lorsque vous hypnotisez quelqu'un ?

Il faut que je sois synchronisé à eux. Quand une personne tombe en état d'hypnose, je le ressens, il y a un échange. J'arrive à me connecter directement à eux, j'ai travaillé avec le CNRS et on a pu démontrer que mon cerveau se synchronisait avec les autres. C'est magnifique, ça m'a permis de comprendre ce qui se passait, j'ai un Bluetooth instantané (*rites*).

Pensez-vous qu'il existe des personnes qui ne réagissent pas et qui ne réagiront jamais à l'hypnose ?

Tout le monde peut vivre l'hypnose et on le vit tous les jours sans forcément s'en rendre compte. C'est une façon naturelle pour le cerveau de se déconnecter et de recharger les batteries.

Qu'est-ce que cela change d'hypnotiser un groupe entier de personnes comme vous le faites sur scène, et d'hypnotiser une seule et même personne ?

La force du groupe est assez incroyable, la connexion est décuplée. Chaque personne peut influencer l'autre personne qui est à côté d'elle. J'aime faire les deux, j'aime faire découvrir la puissance qu'une personne a en elle comme j'aime être relié à tout un groupe de personnes.

Comment expliquez-vous que vous êtes devenu la référence de cette pratique en France ?

Il y a un moment donné où j'étais le seul à le faire au Québec. Je me suis battu contre toutes les critiques que je pouvais recevoir, comme quoi c'était arrangé, que j'avais des complices, etc. Quand je suis arrivé en France c'était pareil, mais pour régler le problème je suis allé dans des rédactions comme *Le Parisien*, *Le Monde*, dans les JT afin d'hypnotiser des journalistes, des gens de renom. Je me suis imposé, le public a tellement ri, a tellement voulu en voir plus que les

médias n'ont pas eu le choix de me suivre. Arthur a aussi eu l'idée de faire l'émission « Stars sous hypnose » et cela m'a donné un joli coup de projecteur.

Est-ce que cela vous arrive de pratiquer en dehors de la scène ?

Oui tous les jours, moi-même je me mets en condition d'autohypnose, je fais de la régénération mentale. Avec les tournées que j'enchaîne, j'ai développé des techniques pour récupérer le sommeil rapidement. Je pratique aussi souvent sur des amis ou de la famille.

C'est important pour vous que l'hypnose se soit aussi bien démocratisée ces dernières années, notamment dans sa version thérapeutique ?

Je suis content car c'était le but premier de mes spectacles. Au début j'avais un cabinet d'hypnothérapeute et les gens venaient me voir en tout dernier recours. Je trouvais ça dommage car c'est quelque chose de puissant et parfois les clients arrivaient presque trop tard, une fois que la maladie était trop avancée. Je pense, sans prétention, avoir réussi à amener l'hypnose à un autre niveau, il y a beaucoup de cabinets qui ouvrent et des écoles qui forment.

Nicolas Prieto

nicolas.prieto@lemans.maville.com

Gad Elmaleh à Antarès

Initialement prévu le 5 décembre 2020 puis le 20 octobre 2021 et finalement reporté au vendredi 8 avril 2022, Gad Elmaleh envahit enfin Le Mans en ce mois d'avril ! L'un des humoristes préférés des Français signe son grand retour 6 ans après « Sans tambour » et une tournée internationale avec un spectacle en anglais dans plus de 15 pays. Avec « D'ailleurs », son nouveau one man show inédit, Gad Elmaleh provoquera, une fois n'est pas coutume, les rires de plusieurs milliers de Manceaux et Mancelles. L'artiste sillonne la France depuis la fin d'année avec ce 6e spectacle mêlant stand-up et personnages.

Samedi 8 avril
A 20 heures
Antarès
2 avenue Antarès
Contact : 09 70 25 22 12
Tarifs : de 54 à 75 euros



Marché aux fleurs et aux saveurs



PHOTO : PIXABAY

Après deux années d'interruption, le rendez-vous incontournable du Printemps à Arnage, change de date et de lieu ! Le marché convivial où se côtoient professionnels, artisans et passionnés, de plantes et des saveurs de notre terroir aura lieu ce samedi. En 2022, c'est une nouvelle formule en cœur de ville sur la toute nouvelle Avenue Nationale qui se prépare pour proposer au public un large choix de fleurs, plants pour le jardin, de produits artisanaux et saveurs de notre région.

Samedi 9 avril
Avenue Nationale à Arnage
Renseignements sur
communication@arnage.fr
GRATUIT

Festival du film hispanique

Après deux années de disette, le festival du film hispanique se relance avec une superbe programmation. Pour l'occasion, l'événement a le plaisir d'accueillir réalisateurs, distributeurs et écrivains qui interviendront dans la présentation de films. Cette année voit aussi la consécration d'un dossier initié il y a 3 ans, appuyé par Sophie Moisy (adjointe au Maire, service culture) à savoir le jumelage du Mans avec Tudela, ville de Navarre où serait née la reine Bérengère. Autour de ce festival, des événements tels que musique, danses, expositions seront également proposés.

Jusqu'au 8 avril
Les Cinéastes
42 place des Comptes du Maine
Contact : 02 43 51 28 18
Programmation et tarifs sur
les-cineastes.fr et
massille.angel@orange.fr

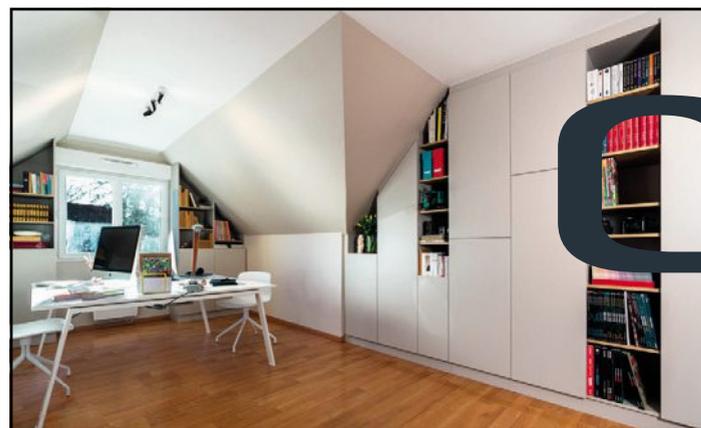


Plastic Odyssee

Plastic Odyssee vous embarque pour un voyage au cœur des questions et enjeux autour de la pollution plastique. Depuis leur découverte au XX^e siècle, les plastiques font partie intégrante de notre quotidien, et se retrouvent dans nos environnements. Cette pollution génère de nombreuses inquiétudes tant elle perturbe les écosystèmes. Mais de quoi sont faits les plastiques ? Comment les récolter et les recycler ? Quels sont les impacts de ces déchets sur la biodiversité ? Et comment cette pollution est-elle aujourd'hui étudiée par les scientifiques

Jusqu'au 23 avril
Sur les horaires d'ouverture
La Fabrique - rêves de ville
5 boulevard Anatole France
GRATUIT





Q

**EXPLOITEZ VOTRE ESPACE
 DU SOL AU PLAFOND
 AVEC LE VRAI SUR-MESURE
 DE FABRICATION FRANÇAISE**

Quadro
 Intérieurs sur-mesure

RANGEMENTS DRESSINGS BIBLIOTHÈQUES SOUS-ESCALIERS CUISINES VERRIÈRES

122 Rue Albert Einstein • 72000 LE MANS • Tél : 02 43 42 28 73 • Email : lemans@magasin-quadro.fr • www.quadro.fr

EXPOSITIONS

Didier Hoft

Didier Hoft

Chemin de terres

2 mars - 9 avril

LE LIEU
Art et Nectars



Encore trois petits jours pour profiter de l'exposition de Didier Hoft au Lieu. Une expo comme un chemin de terres, celui de Didier Hoft. Plus de quarante ans de céramique et des pièces, principalement de porcelaine de 1989 à 2022. Un chemin de création où la pureté des formes s'allie au chatolement des couleurs. La Sarthe étant un département très lié à la céramique, Didier fut à l'origine du Musée de la faïence de Malicorne.

Jusqu'au 9 avril
Le Lieu
53 Grande rue
Contact : 07 70 59 92 55
GRATUIT

« La nuit »

CC Les Jacobins - 1^{er} étage

du lundi au vendredi : 12h à 19h
samedi : 10h à 12h

du 17 mars au 9 avril 2022



Thème de travail de l'année 2022, les photographes du club Objectif Image Sarthe vous proposent comme toujours leur diversité de regard et vous emmènent pour un voyage autour de la nuit.

Jusqu'au 9 avril
Centre commercial des Jacobins
1 rue Claude Blondeau
Contact : 06 82 67 46 67
GRATUIT

Connexions festival #14

La culture urbaine est mise à l'honneur jusqu'au 9 avril au Mans et à Allonnes.



CONX
CONNEXIONS FESTIVAL

DU 1^{ER} AU 9 AVRIL 2022

LUJIFEKA - ICHON
RUSGAG - DAVODKA
TRACY DE SA - POUPIE
DRACHE - WUU JIA & ANA ASIF
PUMPKIN & VIA'S DA CUERO
LEGITEAM OBSTRUXION ...
LE MANS & ALLONNES

PHOTO : N.P

Le festival dédié aux Cultures Urbaines proposé par Superforma et la MJC Ronceray est de retour toute cette semaine au Mans et à Allonnes ! Cette quatorzième édition a démarré vendredi dernier avec « I LOVE HIP-HOP » à la MJC Ronceray, un temps fort encore une fois historique.

« Ce 6 avril, nous proposons une table ronde à la Médiathèque Sud sur le management et la structuration des projets rap. Côté lives, arpentez les rives de la trap, du reggae et de la pop avec Poupie ; retrouvez Davodka avec ses morceaux techniques de découpage ou il laisse libre court à sa science de la punchline et sa technique incomparable du flow ; Wuu Jia & Ana Asif tout

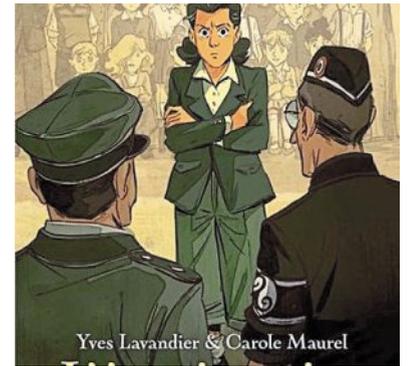
jeune duo de rappeuses né lors d'un festival en Sarthe ; Ausgang le nouveau projet rap/rock de Casey ; Tracy de Sa, féministe évidente, fière dans un milieu hip-hop régi par les hommes, elle pose son flow et sa technique taillés à l'écoute intensive du rap des 90's », promet l'organisateur.

« Drache, le rappeur manceau nous plongera, lui, dans son univers sombre accompagné de deux instrumentistes ; Lujipeka, fraîchement émancipé du collectif rennais à succès Columbine et Ichon, révélation hybride du paysage musical français. »

Jusqu'au 9 avril
Divers lieux
Programmation et renseignements sur helo@superforma.fr et superforma.fr

DEDICACES

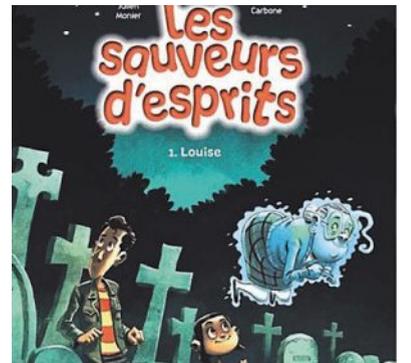
« L'institutrice »



Carole Maurel et Yves Lavandier seront en dédicaces ce vendredi et samedi à l'Espace Bis de la librairie Bulle dans le cadre de la présentation de leur dernier livre *L'institutrice*. « Juin 1944, les troupes alliées débarquent en Normandie. Mais en Bretagne, l'occupant et ses affidés continuent à traquer résistants et juifs... Même les enfants. Quand ils viennent fouiller son école à la recherche de Jacques Rosenthal, Marie-Noëlle s'enfuit en forêt avec sa classe... »

Vendredi 8 avril à 18h30
Samedi 9 avril de 10 à 13 heures
Espace Bis
18 rue Saint-Martin
Contact : 02 85 29 83 81
GRATUIT

« Les sauveurs d'esprit »



Julien Monier sera lui aussi en dédicaces pour son livre *Les sauveurs d'esprit*. « La petite Sam a un don : elle parle aux esprits du cimetière. Lorsqu'elle croise Louise, le fantôme d'une vieille dame perdue et enterrée anonymement dans le carré des indigents, elle décide donc de l'aider à retrouver son passé et surtout son mari... »

Samedi 9 avril
Espace Bis
18 rue Saint-Martin
Contact : 02 85 29 83 81
GRATUIT

DERICHEBOURG
environnement

AFM RECYCLAGE

ACHAT
DEEE · FER ET MÉTAUX
BATTERIES · PAPIER/CARTON
OUVERT AUX PROFESSIONNELS ET PARTICULIERS

PAIEMENT IMMÉDIAT PAR CHÈQUE
MISE À DISPOSITION DE BENNES
ENLÈVEMENT SUR PLACE SELON QUANTITÉ

49, av. Piffault - ZI Sud (en face de Calberson) 72000 LE MANS
www.derichebourg.com

Agrée
VHU

02 43 84 65 80

Du lundi
au vendredi
8h-12h
14h-17h

BESOIN D'AIDE POUR VOTRE MÉNAGE DE PRINTEMPS? FAITES APPEL À

all4 ALL4HOME LE MANS SUD

MÉNAGE, REPASSAGE & GARDE D'ENFANTS + 3 ANS

OFFRE PRINTEMPS
2H DE PRESTATIONS OFFERTES !*

50% de crédits d'impôts**

ALL4HOME Le Mans Sud
406 Avenue Félix Geneslay
72100 LE MANS

02 30 31 01 18

WWW.ALL4HOME.FR

*selon Art. 199 sexdecies du CGI
**Pour tout contrat de 2 heures hebdomadaires

LES SPECTACLES A VENIR EN AVRIL

■ Les beaux-pères

Comment annoncer à son père qu'on est en couple ? Quand on est un garçon et qu'on vit avec un homme qui a précisément l'âge de son père... C'est tout le dilemme d'Arthur qui vit avec Gérard. Mais la situation se complique un peu plus si le père croit qu'Arthur partage la vie de sa voisine Prune, et que le copain de Prune, Mathieu, lui, doit faire croire qu'il est en couple avec Gérard... Vous suivez ? Bref, les apparences sont parfois trompeuses et la réalité n'est pas toujours celle qu'on croit...

Une pièce d'Arnaud Cermolacce, mise en scène par Anthony Marty avec Jean-Pierre Castaldi, Steevy Boulay, Philippe Beglia, Romain Fleury, Elisabeth Fremondière et Eve Reinquin.

Jeudi 21 avril à 20h30
Palais des Congrès
Rue d'Arcole
Contact : 02 43 43 59 59
Tarifs : de 36 à 44 euros

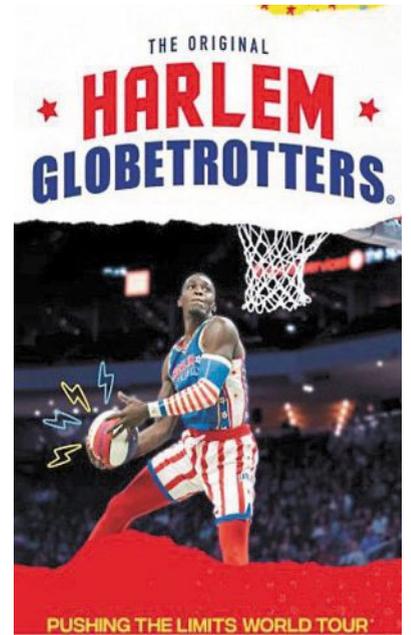


■ Harlem Globetrotters

Les légendaires Harlem Globetrotters sont de retour avec une toute nouvelle tournée Pushing The Limits qui promet des événements inédits !

Depuis 93 ans maintenant, les Harlem Globetrotters parcourent les continents pour faire découvrir un spectacle sportif unique en son genre. Après une tournée triomphale en 2019, les basketballers sont de retour en France : d'Antibes à Brest, en passant par Toulouse ou bien à l'AccorHotels Arena de Paris, La success story continue et n'est pas prête de s'arrêter ! Les meilleurs joueurs composeront l'équipe des Harlem. Big Easy Lofton, Hi-Lite Bruton, Hammer Harrison, Thunder Law, Bull Bullard et Cheese Chisholm, ainsi que les vedettes féminines TNT Lister et Torch George, vêtus de leurs mythiques maillots, enchaîneront les dribbles, les passes, les dunks et les tirs au panier sensationnels.

À défaut de siffler les fautes techniques sur le terrain, l'arbitre sera également là pour assurer le show !



Mercredi 27 avril à 20 heures
Antarès
2 avenue Antarès
Contact : 02 43 40 70 00
Tarifs : de 30,5 à 41,5 euros

■ Bernard Lavilliers

Bernard Lavilliers signe son grand retour au Mans, au Palais des Congrès. Il viendra y défendre son tout nouvel album sorti le 12 novembre 2021. Le bien nommé « Sous un soleil énorme » est un album solaire, assurément, à multiples facettes. Durant l'année 2019, Lavilliers est parti en Argentine, démarrant un nouveau cycle, donnant naissance à quelques chansons qu'il défendra en tournée en 2022 et sur la scène de l'Olympia du 16 au 19 juin 2022. Autour de Lavilliers, des fidèles comme Romain Humeau du groupe Eiffel, des complices de longue date, musiciens aux multiples talents comme Georges Baux, Xavier Tribolet ou Michaël Lapie... Mais aussi de nouveaux venus : le duo Terrenoire, un collectif imparable avec Izia, Gaëtan Roussel, Hervé et Eric Cantona !

Jeudi 28 avril à 20h30
Palais des Congrès
Rue d'Arcole
Contact : 02 43 43 59 59
Tarifs : de 39 à 58 euros



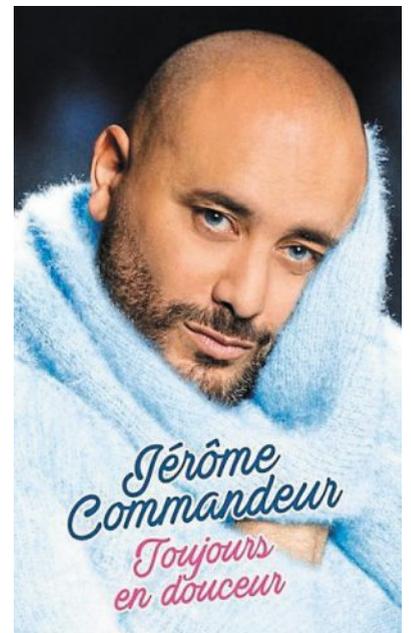
■ Jérôme Commandeur

Depuis son dernier spectacle « Jérôme Commandeur se fait discret » achevé en 2011, on a pu retrouver l'artiste au cinéma et à la télévision comme comédien, réalisateur et aussi comme présentateur de la cérémonie 2017 des César. On le retrouve également chaque matin dans sa chronique «Commandeur News» sur Europe 1.

Il revient avec son nouveau spectacle « Tout en douceur », qui aurait dû se jouer au Mans le 16 mars 2021 puis le 29 avril 2022.

Malgré quelques implants capillaires et une bonne gaine de maintien, en 5 ans l'homme n'a pas changé. Jérôme Commandeur nous fait ici son dernier tour de piste. Tel Achille Zavatta à son dernier lever de rideau, il va bientôt remiser ses tartes à la crème et ses seaux d'eau. Mais avant cela, ce vieux chameau de Jérôme a encore quelques biscuits sous le pied. Prenez vos places pour pouvoir dire dans 20 ans « Moi aussi, j'y étais ».

Vendredi 29 avril à 20 heures
Palais des Congrès



Rue d'Arcole
Contact : 02 43 43 59 59
Tarifs : de 42 à 49 euros

NOUVEAU AU MANS

CHASSEUR QUARTIER JAURÈS

Marina vous accueille dans une boutique chaleureuse où vous trouverez un important choix de chaussures et choix de chaussures et de chaussons femmes (35-42) et hommes (39-47).

Chaussures européennes de **qualité** alliant **confort** et style.

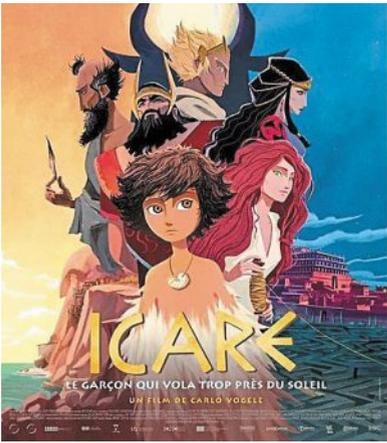
Nos marques : Palladium, Gabor, Remonte, Dorking, TBS, Redskins, Le Formier, Fugitive, Mam'zelle, La Vague, Méduse, Verbenas, etc

Horaires : Lun. 14h-18h / Mar. 9h-18h / Mer. sur RDV / Jeu. 9h-18h / Ven. 9h-18h / Sam. 9h-18h

152^{ter} avenue Jean Jaurès LE MANS (Arrêt de tram : Jaurès-Pavillon 10 min du centre-ville) - Places de stationnement aux abords du magasin.

CINEMA

« Icare »

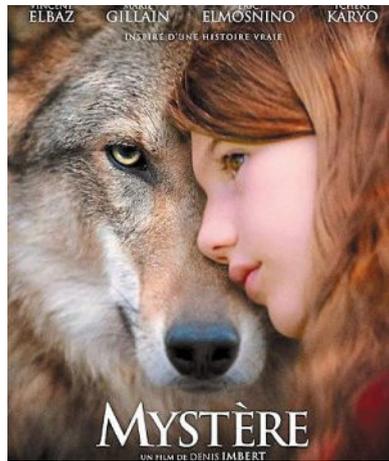


Le Printemps des p'tits cinéphiles est de retour au cinéma Les Cinéastes ! Cette programmation est spécialement dédiée aux enfants. Dans « Icare », sur l'île de Crète, chaque recoin est un terrain de jeu pour Icare, le fils du grand inventeur Dédale. Lors d'une exploration près du palais de Cnosso, le petit garçon fait une étrange découverte : un enfant à tête de taureau y est enfermé sur l'ordre du roi Minos. En secret de son père, Icare va pourtant se lier d'amitié avec le jeune minotaure nommé Astérion.

Samedi 9 à 15 h 30, dimanche 10 à 11 heures, lundi 11 à 10:30, mardi 12 à 14 heures, mercredi 13 à 11 heures.
Les Cinéastes
 Place des Comtes du Maine
 Contact : 02 43 51 28 18
Tarifs : de 4 euros à 6 euros 50
 Pour les 3-12 ans

CINEMA

« Mystères »



Toujours à l'affiche du « Printemps des p'tits cinéphiles », le film « Mystères » sera projeté. L'histoire : Stéphane décide d'emménager dans les belles montagnes du Cantal afin de renouer avec sa fille de 8 ans, Victoria, mutique depuis la disparition de sa maman. Lors d'une promenade en forêt, un berger confie à Victoria un chiot nommé « Mystère » qui va petit-à-petit lui redonner goût à la vie...

lundi 11 à 14 heures et mardi 12 à 15 h 30
Les Cinéastes
 Place des Comtes du Maine
 Contact : 02 43 51 28 18
Tarifs : de 4 euros à 6 euros 50
 Pour les 3-12 ans

Programmation complète de l'événement sur www.les-cineastes.fr/evénements/le-printemps-des-ptits-cinephiles/

EXPOSITION

Visite guidée à Carnuta

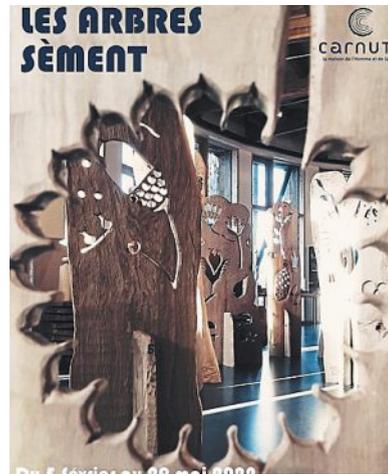


PHOTO : CARNUTA

Carnuta, le musée de l'Homme et de la forêt à Jupilles, présente sa dernière exposition temporaire « Les arbres sèment » de Paul Corbineau où graines, fleurs et fruits d'arbres se dévoilent. Il met en lumière la sexualité luxuriante de 20 essences d'arbres feuillus et résineuses. Le temps d'une visite, une animatrice de Carnuta invite les petits curieux à la découverte de ce thème rarement abordé.

Jeudi 14
De 10 h 30 à midi
Carnuta, Maison de l'Homme et de la forêt
2 Rue du Bourg Ancien
À Jupilles
Tarifs : de 5 à 7 euros
À partir de 7 ans

STAGE

À la recherche de l'animal mystérieux



Pendant les vacances, les enfants vont pouvoir participer à des ateliers culturels encadrés par des professionnels. Ces ateliers, réalisés le matin et pouvant comprendre de la poterie, de la musique, de la couture, de la peinture, du multimédia et de la musique, seront autour du thème de l'animal mystérieux. Une exploratrice fera appel à vos services pour le retrouver. Problème, elle est la seule à savoir à quoi il ressemble. Vous allez devoir mener plusieurs enquêtes pour réussir à le ramener vers nous !

Du vendredi 11 au vendredi 15
De 8 h 30 à 12 h 15 et de 14 heures à 17h30
MDQ G. Moustaki
Rue des Maillets
Contact : 02 43 24 73 85
Tarifs : de 48 à 100 euros
De 7 à 12 ans



équip'jardin

LA VIE CÔTÉ JARDIN

COMMENT RÉSISTER À UNE SI BELLE PELOUSE ?





TONDEUSE
AUTOPORTÉE X107
PRIX DE VENTE 3 199€
soit
159€⁹⁵/mois
JUSQU'AU 30 JUIN 2022



JOHN DEERE FINANCIAL

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.
 Exemple pour un crédit accessoire à une vente d'un montant de **3 199 €**, vous remboursez 20 mensualités de **159,95 €** hors assurance facultative. **Le montant total dû est de 3 199 €**. Taux Annuel Effectif Global (TAEG) fixe de 0%. (Taux débiteur fixe 0%) Le coût mensuel de l'assurance facultative est de 5,11 € et s'ajoute aux mensualités ci-dessus. Le Taux Annuel Effectif de l'Assurance est de 2,846%. Le Montant total dû au titre de l'assurance est de 102,20 €.

CRÉDIT GRATUIT
20 MOIS

25 RUE THOMAS EDISON
72100 LE MANS
02 43 24 83 47

79 ROUTE DU MANS
72300 SABLÉ SUR SARTHE
02 43 92 21 85

CHEMIN DES LANDES DU CAMP
72230 RUAUDIN
02 43 85 16 98

LE MANS MAVILLE - MERCREDI 6 AVRIL 2022

www.equipjardin.com

■ La chronique d'Héliéna : Questions/réponses : les élections, Sylvie Baussier, Maud Riemann

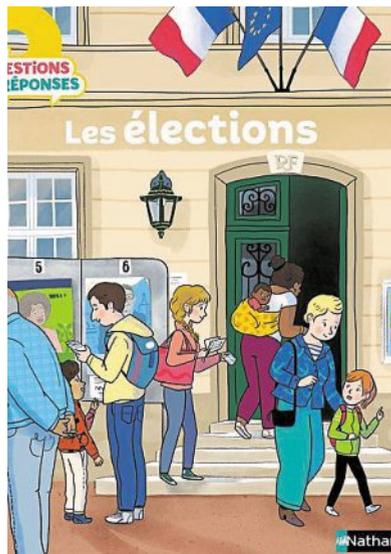
Votre enfant entend parler des élections qui se profilent à l'horizon et se pose des questions ? Que ce soit dans le cercle familial ou à l'école, nous les adultes, n'avons pas forcément les réponses adaptées. Un petit coup de pouce est donc le bienvenu.

La collection Questions/Réponses des Éditions Nathan est un bon outil pour aborder, avec son enfant, tous les sujets amenant à la réflexion : le corps humain, la géographie, l'Histoire, Noël...

Dans *Les élections*, l'enfant découvre 32 questions pour autant de réponses.

- « Qu'est-ce qu'une élection ?
- Qui peut voter ?
- Que veut dire être « candidat » ?
- Qu'y a-t-il au programme ?
- Qui finance la campagne ?
- Pourquoi se cacher pour voter ?
- Que décide le Président ?
- ... »

Une collection adaptée aux jeunes enfants, curieux de saisir le monde qui les entoure. Avec des mots simples, des illustrations, l'ouvrage répond ainsi à leurs interrogations. Une vraie mine d'or. À la fin de l'ouvrage, vous y trouverez un lexique et un quiz à faire en famille. Parce qu'être un citoyen attentif aux autres s'apprend dès le plus jeune âge. Pour aider votre enfant à peaufiner ses connaissances, je vous invite à consulter le site de la collection <https://mes-questions-reponses.nathan.fr/>



Éditions Nathan

Héliéna
 Blog : www.mesecritsdunjour.com
 Instagram : @mes_ecrits_dun_jour
 Facebook : Mes écrits d'un jour - Héliéna

*Questions/Réponses : Les élections, Sylvie Baussier, Maud Riemann, Éditions Nathan, janvier 2022, dès 7 ans, 7 euros 80

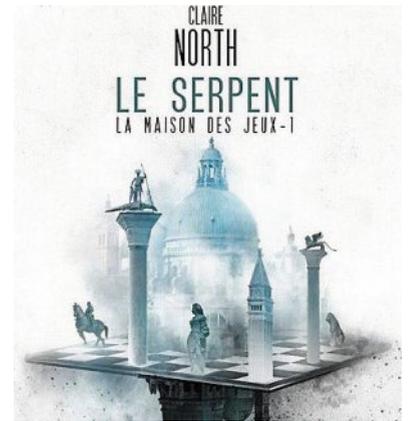
■ La chronique de Denis : Le Serpent, Claire North

Autrice anglaise connue pour *Les Quinze premières vies d'Harry August*, Claire North propose avec *Le Serpent* un roman court mettant en scène une héroïne confrontée à des choix comédiens et à sa soif de vivre.

Thene est l'épouse honnie de Jacomo de Orcelo, bourgeois endetté vivant dans la Sérénissime Venise du début du XVII^e siècle. Accompagnant son mari à la Maison des Jeux, elle découvre un monde où les enjeux divergent. Si la Basse Loge a tout d'un casino classique, la Haute sélectionne drastiquement ses joueurs, pour le bon plaisir de la Maîtresse des Jeux. C'est justement son cas et on lui propose de « jouer » au Jeu des Rois : à la manière d'un tarot où les cartes sont des alliés, des pions à utiliser dans la ville, Thene fait face à trois antagonistes qu'elle ne connaît pas, dans une lutte acharnée pour faire triompher son Roi (un aristocrate vénitien) et l'asseoir au poste de Tribun.

Jeu d'intrigues et de vitesse

Coups bas, corruption et coups de théâtre sont autant d'armes entre les mains de Thene et de ses concurrents pour mettre au pouvoir l'homme qui leur sert d'étendard. Chaque personnage est une pièce de l'intrigue prenant le surnom d'un élément de tarot (la Reine de Coupe, la Tour, le Valet d'Épée, etc.) ; leur histoire, souvent tragique, vient justifier leur embrigadement dans cette aventure macabre. L'autrice en profite pour approfondir notre connaissance des enjeux politiques et économiques de la société vénitienne renaissante.



En toile de fond, on devine que La Maison des Jeux correspond à une institution plurimillénaire qui s'insinue dans les arcanes du pouvoir à son seul profit en usant de tout moyen, même magique. La narration, rythmée et implacable, maintient la tension jusqu'à la fin, dans un format dense et concis parfaitement adapté à cette belle collection Une Heure-Lumière dont l'illustration de couverture d'Aurélien Police sert admirablement le propos et l'envie de lire.

Le Serpent est donc un récit ô combien palpitant, dont deux suites sont en cours de traduction par Michel Pagel (pour automne 2022 et hiver 2023).

Denis PIEL – Le Bibliocosme Site : <https://lebibliocosme.fr/>
 Facebook : lebibliocosme

**Le Serpent*, Claire North, Éditions Le Béal, mars 2022, 10 euros 90



BLEUES

FRANCE

SLOVÉNIE

Mardi 12 Avril 21h10

MMArena - Le Mans

BILLETTERIE.FFF.FR

BILLETTS À PARTIR DE 5€

#FiersBleues





Retrouvez les avis des internautes sur les derniers films



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 6 au 12 avril 2022

CGR LE COLISÉE

ALAFOLIE

Sortie le 06/04/2022, 1h22, **Dramatique**, de Audrey Estrougo. Avec Virginie Van Robby, Lucie Debay, Anne Coesens...
mer. 6, jeu. 7, ven. 8, sam. 9, lun. 11, mar. 12: 13h30, 18h / dim. 10: 13h30, 15h45.

AMBULANCE

Sortie le 23/03/2022, 2h16, **Thriller**, de Michael Bay.
mer. 6, ven. 8: 15h20, 20h15 / jeu. 7, sam. 9, dim. 10, lun. 11, mar. 12: 20h15.

JUJUTSU KAISEN O

Sortie le 16/03/2022, 1h45, **Animation, Dramatique**, de Sung-ho Park.
mer. 6, jeu. 7, ven. 8, lun. 11: 13h30, jeu. 7, lun. 11: 15h45 / sam. 9: 13h30, 15h45 / dim. 10: 11h15, 13h30 / mar. 12: 13h30, (VO)

LE TEMPS DES SECRETS

Sortie le 23/03/2022, **Comédie, Historique**, de Christophe Barratier.
mer. 6, ven. 8: 13h30, 18h / jeu. 7, sam. 9, lun. 11: 13h30, 15h45 / dim. 10: 11h15, 13h30, 18h / mar. 12: 15h45.

LES ANIMAUX FANTASTIQUES : LES SECRETS DE DUMBLEDORE

Sortie le 13/04/2022, 2h23, **Aventure, Fantastique**, de David Yates.
AVANT-PREMIERE : mar. 12: 13h45, dim. 10: 17h50 / mar. 12: 19h45, (VO)

LES BAD GUYS

Sortie le 06/04/2022, 1h40, **Animation**, de Pierre Perifel.
mer. 6, jeu. 7, ven. 8, sam. 9, lun. 11, mar. 12: 13h30, 15h45, 18h, 20h15 / dim. 10: 11h15, 13h30, 15h45, 18h, 20h15.

MORBIUS

Sortie le 30/03/2022, 1h45, **Fantastique, Aventure**, de Daniel Espinosa.
mer. 6, ven. 8, mar. 12: 13h30, 15h45, 18h / jeu. 7, sam. 9, lun. 11: 13h30, 15h45, 18h, 20h30 / dim. 10: 11h15, 13h30, 15h45, 20h30, mer. 6, ven. 8, mar. 12: 20h30 / dim. 10: 18h, (VO)

NOTRE-DAME BRÛLE

Sortie le 16/03/2022, 1h50, **Drame**, de Jean-Jacques Annaud. Avec Samuel Labarthe, Jean-Paul Bordes, Mikael Chirikian...
mer. 6, ven. 8: 15h45, 20h30 / jeu. 7, sam. 9, lun. 11: 18h, 20h30 / dim. 10: 11h15, 15h45, 20h30 / mar. 12: 18h.

OU'EST-CE QU'ON A TOUS FAIT AU BONDIEU?

Sortie le 02/02/2022, 1h40, **Comédie**, de Philippe de Chauveron.
mer. 6, jeu. 7, ven. 8, sam. 9, lun. 11: 13h30, 15h45, 18h, 20h30 / dim. 10: 11h15, 15h45, 18h, 20h30 / mar. 12: 13h30, 15h40, 17h40, 20h30.

SONIC 2

Sortie le 30/03/2022, 2h02, **Aventure, Famille**, de Jeff Fowler.
mer. 6, jeu. 7, ven. 8, sam. 9, lun. 11, mar. 12: 13h20, 15h40, 18h, 20h20 / dim. 10: 11h15, 13h20, 15h40, 18h, 20h20.

THE BATMAN

Sortie le 02/03/2022, 2h55, **Action**, de Matt Reeves.
tj. 15h45, 19h45.

LE ROYAL

HOPPER ET LE HAMSTER DES TÈNÈBRES

Sortie le 16/02/2022, 1h31, **Aventure, Animation**, de Ben Stassen.
mar. 12: 15h.

ILS SONT VIVANTS

Sortie le 23/02/2022, 1h52, **Comédie dramatique, Romantique**, de Jérémie Elkaim.
ven. 8, sam. 9: 20h30 / mar. 12: 17h.

UN AUTRE MONDE

Sortie le 16/02/2022, 1h36, **Dramatique**, de Stéphane Brizé.
mer. 6, lun. 11: 20h30 / sam. 9, dim. 10: 18h.

VAILLANTE

Sortie le 02/02/2022, 1h33, **Famille, Animation**, de Laurent Zeitoun.
lun. 11: 15h.

LES CINÉASTES

À PLEIN TEMPS

Sortie le 16/03/2022, 1h25, **Dramatique**, de Eric Gravel. Avec Laure Calamy
jeu. 7: 13h30 / sam. 9: 14h.

ARISTOCRATS

Sortie le 09/03/2022, 2h05, **Dramatique**, de Yukiko Sode.
jeu. 7: 20h15 / ven. 8: 14h / sam. 9: 15h45, 20h15 / dim. 10: 17h45 / lun. 11: 16h / mar. 12: 15h30, 20h30, (VO)

AZURO

Sortie le 30/03/2022, 1h45, **Comédie**, de Matthieu Rozé. Avec Valérie Donzelli, Thomas Scimeca, Yannick Choïrat...
sam. 9: 13h30 / dim. 10: 20h15 / lun. 11: 18h15.

BRUNO REIDAL, CONFESSION D'UN MEURTRIER

Sortie le 23/03/2022, 1h41, **Historique, Dramatique**, de Vincent Le Port. Avec Dimitri Doré, Jean-Luc Vincent, Roman Villedieu...
ven. 8: 18h30 / sam. 9: 18h15 / dim. 10: 20h30.

BULADÓ

Sortie le 09/02/2022, 1h26, **Dramatique**, de Eché Janga. Avec Tiara Richards, Everon Jackson Hooi, Felix de Rooy...
lun. 11: 10h.

C'EST MAGIC! - ALABAGUETTE!

Sortie le 06/04/2022, 0h53, **Animation, Famille**, de Max Lang.
dim. 10, mar. 12: 11h.

C'EST MAGIC! - DE PÈRE EN FILS

Sortie le 06/04/2022, 0h53, **Animation, Famille**, de Jakob Schuh.
dim. 10: 16h30 / mar. 12: 11h.

C'EST MAGIC! - SUCRÉ, SALÉ...

Sortie le 06/04/2022, 0h53, **Animation, Famille**, de Jeroen Jaspaert.
sam. 9: 17h / lun. 11: 11h.

CONTES D'HASARD ET AUTRES FANTASIES

Sortie le 06/04/2022, 2h01, **Dramatique, Romantique**, de Ry suke Hamaguchi.
jeu. 7: 16h, 20h45 / ven. 8: 13h30, 20h15 / sam. 9: 13h45, 20h30 / dim. 10: 16h, 18h15 / lun. 11: 15h45, 20h30 / mar. 12: 15h45, 20h45, (VO)

DE NOS FRÈRES BLESSÉS

1h35, de Hélier Cisterne.
dim. 10: 11h.

EL BUEN PATRÓN

Sortie le 22/06/2022, 2h00, **Comédie**, de Fernando León de Aranoa.
AVANT-PREMIERE : jeu. 7: 13h45, (VO)

EN MÊME TEMPS

Sortie le 06/04/2022, 1h46, **Comédie**, de Gustave Kervern.
jeu. 7: 13h45, 18h30, 20h30 / ven. 8: 16h, 20h30 / sam. 9: 16h15, 18h20, 20h30 / dim. 10: 13h30, 15h45, 18h / lun. 11: 15h45, 20h30 / mar. 12: 13h30, 18h20, 20h30.

EUROPE 51

Sortie le 15/04/1953, 1h59, **Dramatique**, de Roberto Rossellini. Avec Ingrid Bergman, Alexander Knox, Ettore Giannini...
ven. 8: 18h, (VO)

FIRST COW

Sortie le 20/10/2021, 2h02, **Western, Dramatique**, de Kelly Reichardt. Avec John Magaro, Orion Lee, Toby Jones...
mar. 12: 20h, (VO)

ICARE

Sortie le 30/03/2022, 1h16, **Animation**, de Carlo Vogele.
sam. 9: 15h30 / dim. 10: 11h / lun. 11: 10h30 / mar. 12: 14h.

INEXORABLE

Sortie le 06/04/2022, 1h38, **Thriller**, de Fabrice Du Welz. Avec Benoît Poelvoorde, Alba Gaia Bellugi, Mélanie Doutey...
jeu. 7: 18h15 / ven. 8: 20h30 / sam. 9: 15h15, 20h45 / dim. 10: 16h45 / lun. 11: 14h, 20h30 / mar. 12: 14h, 18h30. (Int. -12 ans)

KARNAWAL

Sortie le 11/05/2022, **Dramatique**, de Juan Pablo Félix (II). Avec Alfredo Castro, Diego Cremonesi, Mónica Lairana...
AVANT-PREMIERE : jeu. 7: 16h15, (VO)

L'OMBRE D'UN MENSONGE

Sortie le 23/03/2022, 1h39, **Dramatique, Romantique**, de Bouli Lanners. Avec Bouli Lanners, Michelle Fairley, Julian Glover...
jeu. 7: 17h / ven. 8: 18h15 / sam. 9: 18h30 / dim. 10: 13h30, 20h15 / lun. 11, mar. 12: 18h.

L'OUBLI QUE NOUS SERONS

Sortie le 09/06/2021, 2h15, **Biopic**, de Fernando Trueba. Avec Javier Cámara, Nicolas Reyes, Juan Pablo Urrego...
jeu. 7: 20h30, (VO)

LE GRAND JOUR DU LIÈVRE

Sortie le 23/03/2022, 0h48, **Famille, Animation**, de Dace Riduze.
dim. 10: 15h30 / mar. 12: 10h30.

LE GRAND MOUVEMENT

1h25, **Drame**,
jeu. 7, mar. 12: 19h / sam. 9: 17h15 / dim. 10: 13h15, (VO)

LE MONDE D'HIER

Sortie le 30/03/2022, 1h29, **Dramatique**, de Diastème. Avec Léa Drucker, Denis Podalydès, Alban Lenoir...
jeu. 7: 15h15 / ven. 8: 16h30 / sam. 9: 13h30, 19h / dim. 10: 15h, 18h40 / lun. 11: 18h30 / mar. 12: 13h30, 17h15.

LIBERTAD

Sortie le 06/04/2022, 1h44, **Dramatique**, de Clara Roquet. Avec Maria Morera, Nicole García, Vicky Peña...
jeu. 7: 18h15 / dim. 10: 13h45 / lun. 11: 18h20, (VO)

LOS LOBOS

Sortie le 19/01/2022, 1h35, **Dramatique**, de Samuel Kishi Leopo. Avec Martha Reyes Arias, Maximiliano Nájara Márquez, Leonardo Nájara Márquez...
ven. 8: 11h, (VO)

MYSTÈRE

Sortie le 15/12/2021, 1h24, **Aventure**, de Denis Imbert. Avec Vincent Elbaz, Shanna Keil, Marie Gillain...
lun. 11: 14h / mar. 12: 15h30.

PLUMES

Sortie le 23/03/2022, 1h52, **Fantastique, Comédie dramatique**, de Omar El Zohairy. Avec Demyana Nassar, Samy Bassoouny, Fady Mina Fawzy...
jeu. 7: 16h / dim. 10: 20h30, (VO)

QUI A PART NOUS

Sortie le 20/04/2022, 3h40, **Documentaire**, de Jonás Trueba. Avec Candela Recio, Pablo Hoyos, Silvio Aguilar...
AVANT-PREMIERE : ven. 8: 13h30, (VO)

RETOUR À REIMS

Sortie le 30/03/2022, 1h23, **Documentaire**, de Jean-Gabriel Périot. Avec Adèle Haenel,
lun. 11: 14h.

SANS SIGNE PARTICULIER

Sortie le 28/05/2022, 3h40, **Drame**, de Fernanda Valadez. Avec Mercedes Hernández, David Illescas,
ven. 8: 16h, (VO)

SEULE LA TERRE EST ÉTERNELLE

Sortie le 23/03/2022, 1h52, **Documentaire**, de François Busnel. Avec Jim Harrison,
dim. 10: 11h / lun. 11: 13h30 / mar. 12: 16h, (VO)

SOY CUBA

Sortie le 16/07/2003, 2h21, **Dramatique**, de Mikhail Kalatozov. Avec Luz Maria Col-lazo, José Gallardo, Raul Garcia (III)...
ven. 8: 20h, (VO)

VEDETTE

1h40, **Documentaire**, de Claudine Bories, Patrice Chagnard.
jeu. 7: 14h / lun. 11: 16h15.

ZAHORÍ

Sortie le 06/07/2022, 1h45, **Dramatique**, de Mari Alessandrini. Avec Lara Tortosa, Santos Curapil, Cirilo Wesley...
AVANT-PREMIERE : ven. 8: 18h, (VO)

MES5MER
HYPERSENSORIEL 2.0

UNE EXPÉRIENCE HORS DU COMMUN!

VENDREDI 15 AVRIL 2022
ANTARÈS LE MANS

www.premier-rang.com, points de ventes habituels

SUIVEZ MESSMER

Classique & Jazz partout avec vous!

CLAZZ Radio

Ecoutez nous sur www.clazz.radio ou sur l'application gratuite pour mobiles, tablettes et enceintes connectées.

Jusqu'au 10 avril 2022

Jouez et tentez de GAGNER

12 PLACES au spectacle de MESSMER

Vendredi 15 avril - Antarès LE MANS

en vous inscrivant gratuitement sur notre site (Rubrique Jeux) www.lemans.maville.com

Retrouvez les avis des internautes sur les derniers films



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

MÉGA CGR

ABUELA

Sortie le 25/03/2022, 1h40, Les vendredis de l'horreur.

mer. 6, jeu. 7, ven. 8, sam. 9, dim. 10, lun. 11: 13h30, 15h45, 18h, 20h05, 22h20 / mar. 12: 13h30, 15h45, 18h, 20h05, 22h30.

AMBULANCE

Sortie le 23/03/2022, 2h16, Thriller, de Michael Bay.

mer. 6, ven. 8, sam. 9, lun. 11: 16h20, 22h05 / jeu. 7: 16h20, 22h10 / dim. 10: 22h10 / mar. 12: 10h55, 16h30.

CENDRILLON (OPÉRA DE PARIS - FRA CINÉMA - OPÉRA)

Sortie le 07/04/2022, 2h40, Opra, de Mariame Clément.

jeu. 7: 19h15.

EN CORPS

Sortie le 30/03/2022, 2h00, Comédie, Comédie dramatique, de Cédric Klapisch.

mer. 6, sam. 9, lun. 11: 10h50, 15h40, 18h10, 20h40 / jeu. 7, ven. 8: 10h50, 13h40, 15h40, 18h10, 20h40 / dim. 10: 15h40, 18h10, 20h40 / mar. 12: 10h40, 13h15, 15h40, 18h05, 22h.

EN MÊME TEMPS

Sortie le 06/04/2022, 1h46, Comédie, de Gustave Kervern.

tj. 11h10, 13h30, 15h45, 17h50, 20h05, 22h15.

FREAKS OUT

Sortie le 30/03/2022, 2h21, Fantastique, Aventure, de Gabriele Mainetti.

tj. 10h40.

JUJUTSU KAISEN O

Sortie le 16/03/2022, 1h45, Animation, Dramatique, de Sung-ho Park.

tj. 11h15.(VO)

LA BRIGADE

Sortie le 23/03/2022, 1h37, Comédie, de Louis-Julien Petit.

mer. 6, sam. 9, dim. 10, lun. 11: 11h15, 13h30, 15h40, 17h10, 20h05 / jeu. 7: 11h15, 14h10, 15h45, 17h55, 20h05 / ven. 8:

11h15, 14h10, 15h45, 17h50, 20h05 / mar. 12: 11h15, 13h30, 15h40, 17h10, 20h30.

LE TEMPS DES SECRETS

Sortie le 23/03/2022, Comédie, Historique, de Christophe Barratier.

mer. 6, jeu. 7, ven. 8, sam. 9, lun. 11: 13h25 / dim. 10: 11h15 / mar. 12: 10h50.

LES ANIMAUX FANTASTIQUES : LES CRIMES DE GRINDELWALD

Sortie le 16/11/2016, 2h13, Fantastique, Aventure, de David Yates.

dim. 10: 11h30.

LES ANIMAUX FANTASTIQUES : LES SECRETS DE DUMBLEDORE

Sortie le 14/11/2018, 2h14, Aventure, Fantastique, de David Yates.

dim. 10: 14h40.

LES ANIMAUX FANTASTIQUES : LES SECRETS DE DUMBLEDORE

Sortie le 13/04/2022, 2h23, Aventure, Fantastique, de David Yates.

AVANT-PREMIERE : dim. 10: 17h40 / mar. 12: 13h45, 20h.

LES BAD GUYS

Sortie le 06/04/2022, 1h40, Animation, de Pierre Perifel.

mer. 6, jeu. 7, ven. 8, sam. 9, dim. 10, lun. 11: 11h15, 13h30, 15h45, 17h55, 20h05 / mar. 12: 11h15, 13h30, 15h45, 17h55, 20h15.

MAISON DE RETRAITE

Sortie le 23/02/2022, Comédie, de Thomas Gilou.

mer. 6, sam. 9, lun. 11: 11h15, 13h45, 19h20 / jeu. 7: 11h15, 13h30, 17h55 / ven. 8, dim. 10: 11h15, 13h30, 19h20 / mar. 12: 13h05, 19h20.

MARATHON LES ANIMAUX FANTASTIQUES

Sortie le 01/01/2000, 2h23, Fantastique, dim. 10: 11h30.

MORBIUS

Sortie le 30/03/2022, 1h45, Fantastique, Aventure, de Daniel Espinosa.

mer. 6, sam. 9, dim. 10, lun. 11: 10h50, 13h45, 16h15, 18h30, 20h25, 21h45, 22h30 / jeu. 7: 10h50, 13h30, 16h15, 18h30, 20h25, 21h45, 22h30 / ven. 8: 10h50, 13h35, 16h15, 18h30, 20h25, 21h45, 22h30 / mar. 12: 10h50, 13h25, 15h50, 18h, 20h25, 21h45, 22h30.

NOTRE-DAME BRÛLE

Sortie le 16/03/2022, 1h50, Drame, de Jean-Jacques Annaud.

mer. 6, sam. 9, lun. 11: 11h, 17h45 / jeu. 7: 11h, 15h35 / ven. 8: 11h, 16h30 / dim. 10: 10h55, 17h45 / mar. 12: 11h, 18h.

OU' EST-CE QU' ON A TOUS FAIT AU BON DIEU?

Sortie le 02/02/2022, 1h4.

mer. 6, sam. 9, dim. 10, lun. 11: 11h, 13h30, 15h10, 15h45, 17h55, 20h05, 21h05, 22h15 / jeu. 7: 11h, 13h30, 15h45, 17h55, 20h05, 22h15 / ven. 8: 11h, 13h30, 15h45, 17h55, 20h05, 21h05, 22h15 / mar. 12: 11h, 13h30, 15h10, 15h45, 17h50, 20h05, 21h05, 22h15.

SONIC 2

Sortie le 30/03/2022, 2h02, Aventure, Famille, de Jeff Fowler.

mer. 6, jeu. 7, ven. 8, sam. 9, lun. 11: 10h35, 13h10, 13h45, 15h35, 16h30, 18h, 19h15, 20h55, 22h15 / dim. 10: 10h35, 13h10, 13h45, 15h35, 16h30, 18h, 19h15, 21h05, 22h15 / mar. 12: 10h35, 13h10, 13h45, 15h35, 16h40, 18h, 19h15, 20h45, 22h20.

THE BATMAN

Sortie le 02/03/2022, 2h55, Action, de Matt Reeves.

mer. 6, sam. 9, lun. 11, mar. 12: 13h40, 17h30, 21h30 / jeu. 7, ven. 8: 10h45, 13h40, 17h30, 21h30 / dim. 10: 13h40, 17h30, 21h.

UNCHARTED

Sortie le 16/02/2022, 1h56, Aventure, de Ruben Fleischer

mer. 6, ven. 8, sam. 9, lun. 11: 19h30, 22h10 / jeu. 7: 20h, 22h25 / dim. 10: 21h30 / mar. 12: 19h30, 22h25.

VAILLANTE

Sortie le 02/02/2022, 1h33, Famille, Animation, de Laurent Zeitoun.

mer. 6, sam. 9, lun. 11: 10h55, 13h05 / dim. 10: 13h05.

PATHÉ QUINCONCES

ABUELA

Sortie le 25/03/2022, 1h40, Les vendredis de l'horreur.

mer. 6: 13h05, 17h55, 20h05, 22h20 / jeu. 7: 13h05, 17h55, 20h, 22h20 / ven. 8, sam. 9, dim. 10, lun. 11, mar. 12: 13h05, 17h50, 20h05, 22h20.

AMBULANCE

Sortie le 23/03/2022, 2h16, Thriller, de Michael Bay.

mer. 6, ven. 8, sam. 9, dim. 10, lun. 11: 21h45 / jeu. 7: 21h40.

EN CORPS

Sortie le 30/03/2022, 2h00, Comédie, Comédie dramatique,

mer. 6, ven. 8, sam. 9: 13h35, 16h05, 18h40, 21h15 / jeu. 7: 13h, 16h05, 18h40, 21h15 / dim. 10: 10h50, 13h25, 17h10, 19h35, 22h05 / lun. 11: 11h, 13h35, 16h05, 18h40, 21h15 / mar. 12: 10h40, 13h15, 15h50, 18h40, 21h15.

EN MÊME TEMPS

Sortie le 06/04/2022, 1h46, Comédie.

mer. 6, ven. 8, sam. 9, dim. 10, lun. 11, mar. 12: 15h15, 17h30, 19h50, 22h10 / jeu. 7: 15h30, 17h45, 19h25, 22h20.

ENCANTO, LA FANTASTIQUE FAMILLE MADRIGAL

Sortie le 24/11/2021, 1h43, F

mer. 6: 16h10 / sam. 9: 15h30 / dim. 10, lun. 11, mar. 12: 10h50, 15h30.

GOLIATH

Sortie le 09/03/2022, 2h02, Thriller, de Frédéric Tellier.

mer. 6: 15h20, 18h25 / jeu. 7: 15h20 / ven. 8, sam. 9: 15h55, 18h30, 21h45 / dim. 10, lun. 11: 11h, 15h55, 18h30, 21h45 / mar. 12: 11h05, 15h55, 22h.

L'AVARE (COMÉDIE-FRANÇAISE)

Sortie le 12/04/2022, 2h35, Divers, de Lilo Baur.

mar. 12: 20h10.

LA BRIGADE

Sortie le 23/03/2022, 1h37, Comédie, de Louis-Julien Petit.

mer. 6: 13h, 19h35, 22h25 / jeu. 7: 13h / ven. 8, sam. 9: 13h, 17h05, 19h35, 22h25 / dim. 10: 14h10, 17h05, 19h35, 22h25 / lun. 11: 10h30, 17h05, 19h35, 22h25 / mar. 12: 10h30, 15h20, 19h35, 22h25.

LE CHÊNE

Sortie le 23/02/2022, 1h20, Aventure, Famille, de Michel Seydoux.

mer. 6: 13h10 / sam. 9, lun. 11, mar. 12: 13h15 / dim. 10: 11h15, 13h15.

LE TEMPS DES SECRETS

Sortie le 23/03/2022, Comédie, Historique, de Christophe Barratier.

mer. 6, mar. 12: 17h20 / jeu. 7: 17h25 / ven. 8, sam. 9, lun. 11: 17h20, 19h55 / dim. 10: 19h55.

LES ANIMAUX FANTASTIQUES : LES CRIMES DE GRINDELWALD

Sortie le 14/11/2018, 2h14, Aventure, Fantastique, de David Yates.

jeu. 7: 19h30.

LES ANIMAUX FANTASTIQUES : LES SECRETS DE DUMBLEDORE

Sortie le 13/04/2022, 2h23, Aventure, Fantastique, de David Yates.

AVANT-PREMIERE : dim. 10: 16h45 / mar. 12: 21h, mar. 12: 19h20.(VO)

LES BAD GUYS

Sortie le 06/04/2022, 1h40, Animation, de Pierre Perifel.

mer. 6, ven. 8, sam. 9: 13h10, 15h25, 17h40, 19h55 / jeu. 7: 13h10, 15h15, 17h25, 19h50 / dim. 10, lun. 11, mar. 12: 10h55, 13h10, 15h25, 17h40, 19h55.

LES JEUNES AMANTS

Sortie le 02/02/2022, Comédie, de Carine Tardieu.

jeu. 7: 17h25 / dim. 10: 19h20 / lun. 11, mar. 12: 12h40.

MAISON DE RETRAITE

Sortie le 23/02/2022, Comédie, de Thomas Gilou.

mer. 6: 15h10 / jeu. 7: 15h20 / ven. 8: 13h10, 15h10, 17h50 / sam. 9: 13h45, 15h10, 17h50 / dim. 10: 11h10, 13h15, 15h, 17h50 / lun. 11: 11h10, 13h45, 15h10, 17h50 / mar. 12: 11h10, 13h45, 15h10, 19h50.

MORBIUS

Sortie le 30/03/2022, 1h45, Fantastique, Aventure, de Daniel Espinosa.

mer. 6: 13h, 15h, 17h25, 20h / jeu. 7: 13h05, 15h05, 17h25, 19h45, 22h10 / ven. 8: 13h05, 15h20, 17h40, 20h, 22h10 / sam. 9: 13h05, 15h05, 17h25, 20h, 22h10 / dim. 10: 10h45, 13h05, 15h20, 17h40, 20h, 22h10 / lun. 11, mar. 12: 10h45, 13h05, 15h05, 17h25, 20h, 22h10.

NOTRE-DAME BRÛLE

Sortie le 16/03/2022, 1h50, Drame, de Jean-Jacques Annaud.

mer. 6: 13h45 / jeu. 7: 13h / ven. 8: 13h, 15h25, 19h20 / sam. 9: 13h, 19h20 / dim. 10: 10h35, 13h / lun. 11: 10h35, 13h, 19h20 / mar. 12: 10h35, 13h, 17h30.

OU' EST-CE QU' ON A TOUS FAIT AU BON DIEU?

Sortie le 02/02/2022, 1h40, Comédie, de Philippe de Chauveron.

mer. 6, ven. 8, sam. 9: 13h30, 15h45, 18h, 20h15, 22h20 / jeu. 7: 13h15, 15h10, 17h55, 20h10, 22h20 / dim. 10, lun. 11: 11h10, 13h30, 15h45, 18h, 20h15, 22h20 / mar. 12: 11h10, 14h20, 16h35, 18h45, 20h55, 22h20.

SONIC 2

Sortie le 30/03/2022, 2h02, Aventure, Famille, de Jeff Fowler.

mer. 6: 13h50, 16h25, 19h, 21h35 / jeu. 7: 13h30, 15h25, 19h55, 21h55 / ven. 8: 13h20, 16h25, 19h, 21h40 / sam. 9: 13h50, 16h25, 19h, 21h40 / dim. 10: 11h15, 14h10, 16h25, 19h, 21h40 / lun. 11: 10h40, 13h50, 16h25, 19h, 21h40 / mar. 12: 10h40, 13h50, 16h25, 18h20, 21h45.

THE BATMAN

Sortie le 02/03/2022, 2h55, Action, de Matt Reeves.

mer. 6: 21h / jeu. 7: 13h30 / ven. 8, sam. 9: 13h35, 21h05 / dim. 10, lun. 11: 10h30, 13h35, 21h05 / mar. 12: 10h55, 13h40.

UNCHARTED

Sortie le 16/02/2022, 1h56, Aventure, de Ruben Fleischer.

mer. 6, jeu. 7: 22h05 / ven. 8, sam. 9, dim. 10, lun. 11: 15h25, 22h05 / mar. 12: 17h10.

JEANS HOMME ET FEMME
Levi's, wrangler, Lee, Diesel, G-star

1 ACHETÉ
= 1 OFFERT

(soit les 2 jeans à 25€)

nhv-vintagelemans.com

Zone Nord - Auchan Le Mans
(face Cinéma CGR)

02 43 25 96 96

Du lundi au samedi de 10h à 19h30

*Offre valable jusqu'au 30 avril 2022 sur articles signalés dans la limite du stock disponible. L'ensemble de nos articles sont des vêtements de seconde main.

Direction les backstages



PHOTO : N.P

Inaugurée au mois de septembre 1995, Antarès s'est imposée depuis plus de vingt ans comme la salle référente des émotions sportives et culturelles au Mans.

Salle de basket réputée dans toute la France, elle se transforme régulièrement en salle de concert pouvant accueillir jusqu'à 7200 spectateurs. Nommé directeur en 2012, Sylvain Charbonnier (photo) se livre sur le quotidien de l'équipe sportif et culturel le plus connu de la ville, sur son rôle de directeur mais aussi sur plus de dix ans de souvenirs. Rencontre.



PHOTO : N.P

Comment est née Antarès ?

Sylvain Charbonnier : Le projet a été lancé en 1991, les travaux ont commencé en 1993 pour une livraison en 1995. Cela fait plus de 25 ans qu'Antarès existe. Il y avait un grand besoin de développer l'offre culturelle du Mans afin d'accueillir de grands spectacles. De nombreuses salles émergeaient partout en France, notamment des Zénith. Le Mans voulait se doter d'une enceinte multifonction avec pour principal occupant le club de basket. Antarès devait être un gros outil de développement pour le basket manceau.

Antarès appartient à la ville du Mans et vous est confiée dans le cadre d'un contrat de délégation de service public. Qu'est-ce que cela signifie ?

Cela veut dire que l'équipement nous est confié pour son exploitation : à la fois pour son fonctionnement, son animation ou encore sa réalisation technique. Les compétences liées à la gestion d'Antarès ne sont pas possibles à internaliser pour une collectivité, donc ils ont fait appel à nous. Il y a trop de compétences, trop de postes et profils différents qui n'existaient peut-être pas aussi à l'époque. Je pense que la ville ne voulait pas non plus se tromper. Aujourd'hui cela fonctionne toujours aussi bien entre nous, on est dans le quatrième ou cinquième contrats de délégation, on a une grande confiance de la part de la ville.

Comment fonctionne le modèle économique de la salle ?

Notre chiffre d'affaires provient de la location de salle. Nous louons Antarès, on facture son loyer pour une soirée de concert, de spectacle. En tant qu'exploitant nous ne sommes pas propriétaires, mais par contre nous allons gérer la salle à nos risques et périls. Si on fait un nombre de spectacles suffisant, un remplissage suffisant, on va générer des bénéfices dont une partie sera redistribuée à la ville. Nous avons aussi des compléments de revenus à travers l'exploitation de nos buvettes ainsi que des compensations d'équilibre de la part de la ville qui nous verse

une somme pour l'entretien, l'utilisation et l'investissement d'Antarès. Il y a des écoles municipales qui viennent par exemple pratiquer, donc on a du personnel qui en gère l'accueil.

Vous devez vous soumettre aux exigences et aux cahiers des charges de chacun des événements ou vous avez une certaine liberté ?

L'artiste et son manager travaillent avec un tourneur qui va concevoir une tournée et qui va la déplacer de villes en villes. Une fois le cahier des charges technique fixé, celui-ci va être soumis à un promoteur local qui va s'assurer que la salle est bien conforme à l'ensemble des cahiers des charges de la tournée. Nous, au niveau de la salle, on travaille sur les capacités d'accroches, sur ce que l'on va pouvoir suspendre en l'air, du son et de la lumière. On va construire la scène, on va ramener l'alimentation électrique pour assurer le spectacle. On met en place un dispositif de sécurité. Le soir du spectacle, on est en charge de tout le public.

La salle change souvent de configuration, entre les spectacles et les rencontres de basket. En combien de temps la transformation se fait-elle et combien de personnes sont-elles alors mobilisées ?

Quand il y a une tournée qui prend place, les semi-remorques et les Tourbus arrivent avec les techniciens vers 6/7 heures. Ils construisent le spectacle, l'après-midi il y a souvent les balances (réglage du matériel). Ensuite le public rentre, le spectacle se déroule, on sort le public, et vient la phase de démontage. Les camions partent dans la foulée, vers 2 ou 3 heures du matin. Ensuite, nous avons notre équipe technique qui arrive et qui va nettoyer, ressortir les gradins, casser la scène, aller chercher un parquet dans les entrepôts, installer les panneaux LED... Il faut qu'à 9 heures du matin tout soit prêt pour que les équipes du MSB puissent s'entraîner.

Vous êtes directeur d'Antarès depuis 2012, soit 10 ans. Sur quoi mettez-vous l'accent depuis votre arrivée ?

J'ai plutôt un profil de développeur, j'ai

pas mal travaillé sur les partenariats, j'ai contribué à travailler la proximité avec le club. La salle a eu la volonté politique de se moderniser, il y a de nombreux projets qui ont vu le jour notamment sur la technique. On a une salle dans l'air du temps, avec un éclairage moderne et des projets de travaux qui vont arriver. Je travaille beaucoup sur la programmation aussi, je souhaite qu'Antarès reste compétitif, je fais en sorte qu'on continue à avoir une belle programmation.

Comment êtes-vous arrivé à la tête de cette salle ?

Je cherchais une mission de management, je trouvais ça excitant de travailler dans un environnement mêlant à la fois la culture et le sport. Je suis un pur Manceau. C'est un métier extrêmement prenant, d'une richesse très grande, que ce soit pour le sport, la technique, les producteurs, la communication... On touche à toutes les branches de métier, on ne s'ennuie jamais.

Pour vous, Antares, c'est d'abord le basket ou la culture ?

Les deux, très clairement. Par contre, on a la particularité de donner la priorité au basket dans notre agenda. Pour permettre au championnat d'être joué correctement, on doit mettre des options plusieurs années à l'avance sur des dates. Mais on ne connaît le calendrier que tardivement. On bloque tous les samedis pour le basket, mais pour autant il n'y en aura qu'un sur deux qui se jouera à domicile. Le calendrier de basket n'est connu qu'au mois de juillet pour des matchs qui se tiennent à partir de septembre. Impossible de planifier un spectacle à ce moment-là.

Combien de salariés sont-ils mobilisés ?

On est sept permanents, et on a entre sept à douze contrats d'intérim ou de sociétés extérieures en nettoyage, sécurité, intermittent du spectacle, etc.

La salle a-t-elle connu des évolutions majeures ?

À la fin des années 1990 on accueillait beaucoup d'artistes internationaux, ce

qui n'est plus le cas à l'heure actuelle. On a reçu Sting, Céline Dion... Aujourd'hui ils ne font plus qu'un nombre limité de dates en France : Paris et les plus grandes salles.

Au basket, on a un club qui est très régulier dans la performance, avec de nombreux enchaînements en termes de participation aux play-off, qui est souvent européen.

La salle s'est modernisée, on a aujourd'hui un super éclairage, des très bons jeux de lumière, cela permet de créer de superbes animations pour le basket.

Quel est votre plus gros souvenir à la tête de cet équipement ?

Il aurait fallu poser la question à Véronique, notre gardienne, qui a été embauchée en 1995 ! Elle avait un logement de fonction donc elle habitait dans la salle. Elle a 25 ans de spectacles à raconter.

De mon côté, je dirais que le concert des Insus m'a beaucoup marqué. C'était le retour du groupe Téléphone, 30 ans après. Les ventes de billets ont été faites en 3 heures. Stromae en 2014 a aussi été un vrai raz de marée. Et puis une anecdote assez dingue : on a le record de remplissage des Bodin's, avec 24 séances complètes du même spectacle. Record absolu !

Quelles sont les idées en cours de développement à Antares ?

On a quelques projets avec la ville du Mans aux commandes, à commencer par les gradins qui méritent d'être revus, ils ont 25 ans. Le hall d'accueil va aussi être retravaillé pour améliorer le parcours client. Mais il faut souligner que la salle est très propre, très bien entretenue, on ne va pas quoi qu'il arrive pouvoir dépenser des fortunes pour en faire une salle neuve.

2 avenue Antares
Contact : 02 43 40 70 00

Nicolas Prieto

nicolas.prieto@lemans.maville.com

Antarès, depuis les coulisses...

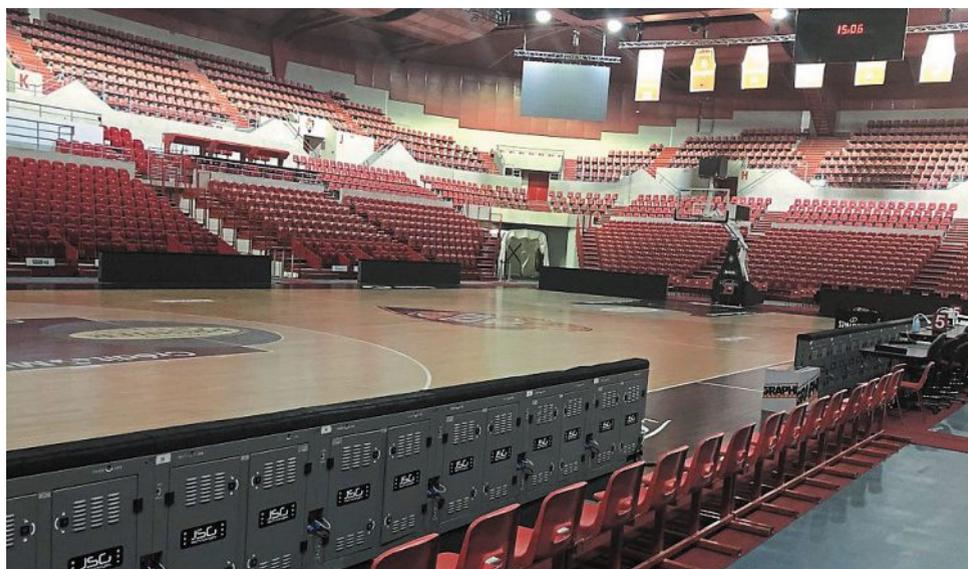
A L'AFFICHE

■ Antarès, histoire d'un nom

Choisi par la ville du Mans, Antarès doit son nom à la 17^e étoile du système plétaire.

Avec sa forme bien à part signée DMT Architectes, elle est souvent surnommée « la soucoupe » par les Manceaux.

Antarès
2 avenue antarès
Contact : 02 43 40 70 00
Site : www.antaresle-mans.com



La grande salle a été conçue à l'image du Palais Omnisports de Bercy.

PHOTO : JM

Julien Doré

PHOTO : DR



3 ans après sa tournée sold out qui avait réuni plus de 500 000 spectateurs, Julien Doré revient pour une tournée dans toute la France.

Vendredi 3 juin à 20 heures

Vitaa & Slimane

PHOTO : DR



Le duo sillonne la France à partir de septembre et fait étape à Antarès.

Mercredi 21 septembre à 20 heures



La salle de musculation est utilisée au quotidien par les joueurs du MSB.

PHOTO : JM



SPA, coin massage et espace de cryothérapie sont mis à disposition des joueurs.

PHOTO : JM

Chiffres et dates-clés

C'est le maire Robert Jarry qui a lancé officiellement le chantier d'Antarès. La salle joue son premier spectacle en **1995**, avec le concert de **Michel Fugain**. La même année, le **22 novembre 1995**, le MSB (Le Mans Sarthe Basket) y dispute son premier match.

La salle reçoit entre **200 000 et 250 000** spectateurs chaque année. Avec ses **15 000** mètres carrés, c'est l'une des plus grandes salles de spectacle de la région.

Pour un changement de configuration entre salle de spectacle et match de basket, pas moins de **dix heures de travail** sont nécessaires.

Il y a **25 à 35** spectacles et **20 à 25** matchs de basket chaque année.



La salle de conférence de presse. C'est ici que joueurs et entraîneurs viennent répondre aux questions des journalistes après le match.

PHOTO : JM

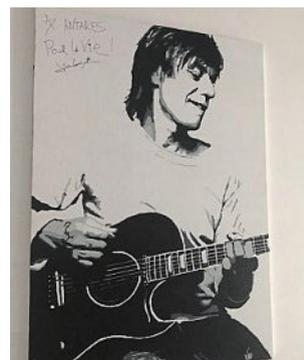


Les loges. « Certains artistes répètent ici. D'autres arrivent un peu au dernier moment avant de monter sur scène », confie Sylvain Charbonnier.

PHOTO : JM

■ De Céline Dion à Scorpions

Depuis sa création, Antarès peut se targuer d'avoir accueilli une pléiade d'artistes. Parmi ces grands noms de la variété française et internationale : Céline Dion, Johnny Hallyday, Scorpions, Sting, Mylène Farmer, Stromae, Gad Elmaleh, Florence Foresti, Manu Chao, Jean-Louis Aubert, Jean-Jacques Goldman, Charles Aznavour, Patrick Bruel, Placebo, Deep Purple, Indochine, ainsi que de grandes comédies musicales telles que Starmania, Notre Dame de Paris, Les 10 commandements, Le roi Soleil ou encore 1789 les amants de la bastille.

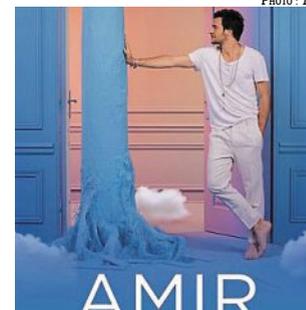


Au détour des couloirs de la salle, des tableaux d'artistes, dédiés.

PHOTO : JM

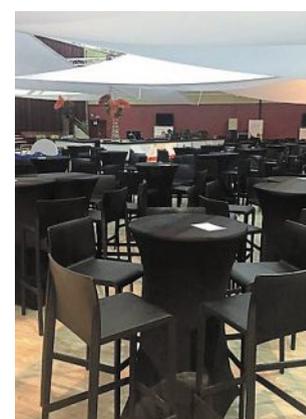
Amir

PHOTO : DR



L'artiste aux plus de 600 000 albums vendus et aux multiples tubes et récompenses est de retour sur scène.

Dimanche 30 octobre à 17 heures



La salle d'entraînement. Le centre de formation et l'équipe professionnelle s'y entraînent plusieurs fois par jour tout au long de l'année. Lors des soirs de Betclik Elite, elle accueille le réceptif d'après match et les partenaires du club. Des congrès et des séminaires s'y déroulent également.

PHOTO : JM

SA RECETTE

Bouchées d'olives au fromage

Les ingrédients :

- 150g de farine
- 50 petites olives farcies
- 80g de parmesan
- 100g de beurre
- 2c. à café d'origan
- 2c. à soupe d'eau

La préparation :

1. Mélanger la farine, le beurre, le parmesan, l'origan et l'eau jusqu'à une pâte homogène
2. Couvrez la pâte et la mettre au frais 30 minutes
3. Égoutter les olives
4. Abaissez la pâte entre deux feuilles de papier sulfurisé
5. Découper des disques de pâte de 4cm de diamètre
6. Disposer une olive au centre
7. Rabattre la pâte sur les olives en pressant bien
8. Mettre les olives sur plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé
9. Mettre au frais 30 minutes
10. Préchauffer le four à 180
11. Enfourner 20 minutes puis laisser tiédir avant de déguster

Bon appétit!



La fameuse assiette de bœuf et sa sauce paradisiac. PHOTO : N.P

Une assiette, différents plaisirs

Frédéric Garcia a ouvert « L'assiette au bœuf » au mois de septembre. Au programme, de la viande fraîche de qualité, 100 % française, déclinée en plusieurs plats. Rencontre.

Comment avez-vous eu l'idée de rejoindre l'aventure de l'assiette au bœuf ?

Frédéric Garcia : La restauration est un milieu que je connais bien puisque j'y ai 25 ans d'expérience. Mais il est arrivé un moment où je me suis rendu compte que j'avais des horaires très prenants, pas beaucoup de temps pour moi et pour ma famille donc j'ai décidé d'arrêter. J'ai trouvé un emploi en tant que responsable secteur décoration chez Bricomarché pendant deux ans. Sauf que je ne prenais pas vraiment de plaisir, je m'embêtais : je suis allé voir mon patron qui m'a fait une rupture conventionnelle. C'était en février 2020. Je suis resté au chômage et en mars 2021 j'ai postulé pour le poste chez l'assiette au bœuf. Je suis pour l'instant salarié, je devrais être franchisé avec mon adjoint dans un an.

Quels sont les différents plats que l'on peut retrouver à la carte ?

Tous nos plats tournent autour du bœuf, sauf un qui concerne le poisson. Nous avons aussi bien des pièces de bœufs que des hamburgers ou du tartare de bœuf. Il existe aussi plusieurs formules. On propose notamment une formule du midi « express » à tarif plus abordable avec 120 g de viande et des frites maison à volonté.

Vous n'êtes pas présent en centre-ville, mais plutôt aux abords d'Antarès, c'était une volonté ?

C'est un endroit stratégique, les loyers sont moins chers et on peut profiter de tout le rayonnement du circuit des 24 Heures, d'Antarès, du foot, des spectacles... Maine Street se développe également pas loin. Le cadre est juste parfait.

Il y a 5 autres restaurants franchisés en France. Ce sont les mêmes



Frédéric Garcia, au milieu, avec Vanessa (à gauche), Manon et Enzo, responsable cuisine. PHOTO : N.P

que le vôtre ou il existe des différences ?

Ce sont exactement les mêmes avec la même carte, la même décoration et le même concept.

Qu'est ce qui rend l'assiette au bœuf unique ?

Les produits frais, le bœuf a un vrai goût spécial. Je pense que j'ai la meilleure viande de bœuf du Mans. On est une maison de qualité, on n'a pas une carte très grande, mais ce qui est fait est vraiment bon. Toutes nos viandes sont charolaises.

Vous êtes aussi connu pour la sauce paradisiac. Sans nous en dévoiler tous les secrets, qu'est ce qui fait qu'elle est aussi plébiscitée ?

Elle est composée de 35 ingrédients, elle a été élaborée par Monsieur Sanchez notre chef référent. Elle s'associe aussi bien avec du poisson qu'avec du bœuf. Je ne peux pas dévoiler l'ensemble des ingrédients

mais on y retrouve de la moutarde, du beurre, de l'anchois, du vin blanc... 99,9 % de nos clients l'ont approuvé.

Quel est votre plat préféré à la carte ?

Je ne vais pas être très original en disant l'assiette de bœuf sauce paradisiac, c'est d'ailleurs le plat qui se vend le plus, environ 70 % de nos ventes. Je suis aussi fan du tartare, il est frais, il a une petite perle de citron poivré qui claque en bouche, il est vraiment bon. Et puis nous avons un bœuf façon Rossini avec une sauce aux truffes qui vaut le détour.

Quel premier bilan tirez-vous de votre ouverture depuis septembre ?

On travaille bien au vu de la conjoncture actuelle. On a été pas mal embêté avec les pass sanitaire et le Covid. Quand tout se passe bien on tourne à environ 90 couverts par jour : 70 du lundi au jeudi et plus de

100 à partir du vendredi. On est au-dessus de nos objectifs, c'est super.

Les beaux jours arrivent, la carte va évoluer ?

Nous allons rester sur le même système de carte restreinte, mais en y apportant quelques retouches. Par exemple on a un dessert à base de pruneaux et de poires qui va basculer aux fruits rouges pour les beaux jours. Nous avons aussi un tartare à base de reblochon et d'ingrédients « chaud » qui va se transformer en tartare farinée avec de la feta et des produits frais.

L'assiette au bœuf
Route de Tours
Contact : 02 49 54 06 55
Instagram :
assietteauboeuf.lemans

Nicolas Prieto
nicolas.prieto@lemans.maville.com



CHASSE AUX LOTS

Trouvez les tickets gagnants cachés dans les moulages et gagnez :

des places à la Patinoire CityGlace, Lasergame, Papéa Parc, Spaycific Zoo, le zoo de la Flèche, Domaine de Pescheray... Et aussi

*des arbustes L'Esat les oiseaux
1 poule en chocolat,
1 panier garni d'une valeur de 50€,
1 bon d'achat d'une valeur de 30€
en boutique chocolat pour Noël
et 2 places pour le restaurant de l'Esat le Circuit,*

Nos travailleurs vous attendent en boutique du lundi au vendredi de 8h30 à 17h sans interruption et les samedis 9 et 16 avril de 10h à 16h (horaires du 4 au 16 avril).

La Chocolaterie de l'ESAT Le Circuit
24 Rue Edmé Bouchardon, LE MANS - 02 43 50 34 78
www.esat-circuit.fr

Le petit joaillier

CRÉATEUR & ARTISAN

BIJOUTERIE - HORLOGERIE - JOAILLERIE - VENTE - CRÉATION & RÉPARATION - RACHAT OR



Venez découvrir notre nouvelle collection de bijoux enfants : chaînes, médailles, bracelets et boucles d'oreilles

7 rue Gambetta - LE MANS - 02 43 24 50 25
www.lepetitjoeillier.com

Du mardi au jeudi 9h30 12h30 et de 14h 18h30. Du vendredi au samedi 9h30 12h30 et de 14h 19h

EN IMAGES

Les coordonnées



O'Père Lafouine

10 boulevard Pierre Lefauchaux
Contact : 02.43.40.98.55
Du lundi au vendredi
De 10 à 19 heures
Le samedi de 9h30 à 18h30
<https://operelafouine.com/>



Un lieu où chiner toute l'année

Un vide-grenier permanent vient de s'installer dans le Sud du Mans, « O'Père Lafouine ».



PHOTO : JULIE MARCHAND

Le concept de « vide-grenier permanent », est à la fois économique et écologique : avec O'Père Lafouine, ce nouvel espace qui s'est implanté boulevard Pierre Lefauchaux (à côté de l'enseigne Bricoman) le 25 mars dernier, les Manceaux sont invités se débarrasser de leurs affaires, au lieu de les jeter. « Les clients louent un espace deux à trois semaines, renouvelables. Une fois que c'est loué, c'est leur petite boutique ! Nous, on fait tout le reste : on s'occupe de la vente et de la communication », précise Philippe Gautier (à droite sur la photo), gérant du nouveau commerce avec son fils, Jérémy (à gauche).

200 stands à louer

Dans ce paradis pour les chineurs d'une

surface de 700 mètres carrés, 200 stands repartis dans plusieurs allées sont dédiés à la vente d'objets de seconde main : déco, vêtements, jouets, électroménager, petit mobilier... « Il faut que ce soit des objets en bon état, par exemple l'électroménager doit être en état de marche, les vêtements ne doivent pas avoir de trous... Il ne faut pas que ce soit en état d'aller à la déchetterie », ajoute le gérant.

Il est même possible de vendre des objets de valeur, comme des bijoux, « nous proposons des vitrines sécurisées ».

Il est d'ores et déjà possible de réserver une box, pour la durée de votre choix.

IL AIME

Le musée automobile



« Avec mon fils, on est passionnés par la course automobile et les 24 Heures du Mans ».

Place Luigi Chinetti

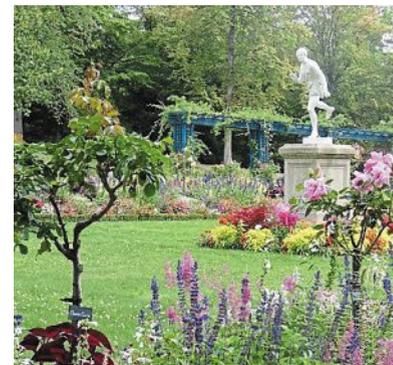
L'Auberge du Pont Rouge



« C'est une cuisine traditionnelle, un peu gastronomique, de terroir. Le personnel est sympathique. On ne pense pas forcément trouver un tel cadre à cet endroit ».

Chemin des Perrays

Le Jardin des Plantes



« Je ne vais pas beaucoup en centre-ville mais en revanche, j'aime aller dans ce parc très sympa ».

Rue Prémartine

TCHTP

LE MANS UNIVERSITÉ
6, place Raphaël Elizé
(terminus du tram) 09.72.66.39.18
Du mardi au samedi : 9h-19h

LE MANS
8, place Franklin Roosevelt
(haut de la rue Nationale)
02.43.24.72.88
Lundi : 10h-19h
Du mardi au samedi : 9h-19h

Cheveux courts = les cheveux ne touchent pas les épaules. RCS PARIS
424 327 492 - SAS GROUPE VOG au capital de 3 941 750€ - 27 Avenue
George V 75008 PARIS - Franchisé indépendant - Groupe Vog - 900 salons

En immersion dans la Maison de l'Eau

Située à l'entrée de l'Arche de la Nature, la Maison de l'Eau propose une visite ludique et adaptée au jeune public, dédiée au monde fascinant de la rivière et des milieux aquatiques en général. Le site réunit trois espaces : les aquariums où évoluent les poissons de nos rivières, un espace interactif de 120 m² consacré aux énergies, et l'ancienne usine des eaux construite en 1906 avec l'exposition d'une impressionnante machine à vapeur.

À l'extérieur, ne manquez pas l'éolienne Bollée datant du XIX^e siècle. Cette invention de l'ingénieur manceau Ernest Sylvain Bollée a été rénovée et installée à la Maison de l'Eau en 2017.



PHOTO : JULIE MARCHAND



Les sculptures, réalisées par Philippe Corbin, ont été façonnées avec un support en polystyrène afin d'obtenir la forme de base. PHOTO : JM

L'INFO EN +

Aujourd'hui, plus de 300 éoliennes Bollée sont recensées en France dont 40 en Sarthe. Celle qui est installée à la Maison de l'Eau mesure quinze mètres de haut et possède une turbine d'un diamètre de 2,5 m.

Sources : arche-nature.fr



Plus de trente espèces de poissons d'eau douce sont présentées comme le redouté brochet ou l'impressionnant silure. PHOTO : JM



À l'étage, plusieurs modules interactifs sur le cycle de l'eau et la vie dans la rivière sont proposés aux visiteurs. PHOTO : JM



Dans un autre bâtiment, deux roues à aubes de type Sagebien. Un patrimoine industriel datant du XIX^e siècle. L'une d'entre elle est toujours en activité. PHOTO : JM



Incontournable de la visite, la machine à vapeur qui servait autrefois à refouler l'eau vers les réservoirs de distribution, ainsi que le grand tableau de commande. PHOTO : JM

Infos pratiques

Ouverture de la Maison de l'Eau de début février à début novembre de 14 heures à 17 h 30 :

- Les mercredis et dimanches hors vacances scolaires
- Du mardi au dimanche pendant les vacances

51 rue de l'Estérel (accès en tramway : ligne T2, arrêt Espal-Arche de la Nature)
Contact : 02 43 47 40 33
Tarif : 2 euros
GRATUIT jusqu'à 12 ans



PHOTO : JULIE MARCHAND

Zen, soyons zen... avant les exams !

À l'approche des examens de fin d'année, Estelle Lavergne, sophrologue et professeure de yoga, propose 5 ateliers collectifs pour apprendre aux adolescents à gérer leur stress.

Quels sont les principes de la sophrologie ?

Estelle Lavergne : C'est une méthode psychocorporelle, qui agit sur la totalité de l'individu, à la fois sur le plan physique, mental et émotionnel. Elle a pour objectif dans un premier temps d'apporter de la détente, d'améliorer son bien-être et de développer le potentiel de la personne. C'est une technique inventée au début des années soixante par un médecin neuropsychiatre. Elle s'est ensuite démocratisée et ouverte à tout public. En sophrologie, on utilise la détente corporelle, la réflexion contrôlée et la visualisation, et deux outils principaux : la relaxation dynamique, directement inspirée du yoga, et des relaxations plus profondes, inspirées de l'hypnose.

Pourquoi allier ces deux disciplines le yoga et la sophrologie ?

Le yoga est une discipline qui agit sur l'être à un niveau multidimensionnel, à la fois sur le

physique, l'émotionnel et le spirituel. C'est tout à fait complémentaire avec la sophrologie. Pendant mes séances, je mixe les outils en fonction des objectifs. La sophrologie va ainsi venir renforcer les postures de yoga. Le stage, sur cinq ateliers, est construit comme un programme. À l'intérieur de chaque séance, on retrouve de la sophrologie et de la sophrologie.

Quel type de yoga pratiquez-vous dans le cadre de vos ateliers ?

Le hatha yoga. Il est accessible à tout le monde. J'ai une approche du yoga plutôt douce, basée sur l'écoute du ressenti. C'est une pratique dans la bienveillance, dans l'écoute de son corps, le respect de ses limites. On ne cherche pas la performance, on recherche plutôt l'introspection.

Quels sont les bienfaits d'une séance auprès des adolescents ?

Cela convient aux jeunes qui appréhendent leurs examens, qui ont peur de ne pas être à la

hauteur, de perdre leurs moyens, qui ont des difficultés à se concentrer pour réviser. L'objectif va être de leur apprendre à se détendre facilement et rapidement, à gérer leur stress, à se calmer, à améliorer leur concentration et leur mémorisation. Enfin, de gagner en confiance. C'est un stage de préparation mentale. Je vais les projeter dans la réussite avec des outils qu'ils vont pouvoir garder tout au long de leur vie.

Pratiquez-vous la cohérence cardiaque ?

Oui, notamment, mais il y en a plein d'autres : la respiration carrée, alternée, etc. Il y a tout un panel de respirations.

Un exercice simple à faire avant de passer un examen ?

Le pompage des épaules, efficace pour évacuer le stress. On se met debout, on ferme les yeux pour se mettre dans une bulle. Puis on bloque la respiration, on ferme les poings, et

on hausse les épaules puis on lâche tout... On le fait trois fois de suite.

La sophrologie peut-elle aider les jeunes souffrant de phobie scolaire ?

Oui tout à fait. Il existe des protocoles pour les phobies. Globalement, la discipline peut accompagner beaucoup de personnes dans leur quotidien.

Intervenez-vous dans les établissements scolaires ?

Oui, actuellement dans plusieurs écoles à Coulainnes. Les enfants sont très réceptifs, et souvent ils montrent les exercices pratiqués à leurs parents.

Julie Marchand

julie.marchand@lemans.maville.com

Stage sophro-yoga : les dates

5 ateliers les samedis 9 & 30 avril, 7, 14 et 21 mai
A 11 heures
L'herberie
8 boulevard Saint Michel
A Coulainnes
Tarif : 79 euros

Cabinet de sophrologie et yoga d'Estelle Lavergne
10 rue du Nord
Contact : 06 61 10 85 85
www.lenvol-sophroyoga.fr

Focus sur... la cohérence cardiaque



PHOTO : PIXARBY

Méthode de relaxation basée sur la respiration, la cohérence cardiaque consiste à régulariser la vitesse des battements de son cœur. Elle apporte des bienfaits immédiats : sensation de calme, augmentation de l'attention et de la concentration, baisse de la tension artérielle, etc. Plusieurs applications permettent de travailler seul sa cohérence cardiaque.

Son parcours

Après une carrière professionnelle pendant près de 20 ans dans le domaine de la culture et du spectacle vivant, Estelle Lavergne a décidé de changer de voie professionnelle. « J'ai fait un burn-out. Je suis venue à la sophrologie et au yoga parce que je souhaitais me déstresser et j'avais besoin de ces pratiques pour me sentir mieux. Comme j'ai le goût de la transmission, je me suis orientée vers un métier d'accompagnement », explique la Manicelle de 42 ans, qui a suivi un cursus en 2017 à l'Institut de formation à la sophrologie de Paris avec une spécialisation « Sophrologie pour l'adolescence », ainsi qu'une formation de professeur de yoga.

UniCentre
Trouvez l'amour en vrai !

UniCentre vous offre aujourd'hui avec ses 50 années d'expérience, et ses milliers d'adhérents, la possibilité de rencontrer celle ou celui que vous attendez.

UNE VIE RICHE ET BIEN REMPLIE pour cette femme de 73 ans, veuve, cheffe d'établissement retraitée. Elle aime lire, écrire, sortir, pratiquer toutes activités qui permettent de s'élever et de s'épanouir. Seule aujourd'hui, elle espère la rencontre d'un homme généreux qui sache prendre des initiatives pour se faire plaisir à deux. Un homme avec l'intelligence du cœur et de l'esprit, drôle, qui aime la marche, le cinéma et le théâtre, les restos, chanter, danser. Un homme avec qui elle pourra à nouveau sentir pousser ses ailes.

Réf : 04MV05 Tél : 02 30 31 01 27

UNE FÉMINITÉ ÉCLATANTE, de beaux yeux bleus, petite et menue, cette secrétaire médicale retraitée de 67 ans, divorcée, veut à nouveau s'investir et rendre un Homme heureux. Bonne vivante et romantique, équilibrée et sereine, elle désire à nouveau être le complément d'un Homme cultivé, élégant et dynamique, sachant mettre de la fantaisie dans le quotidien.

Réf : 04MV06 Tél : 02 30 31 01 27

ÊTRE DEUX POUR PARTAGER, SE CONFIER, S'AIMER, c'est ce que recherche cette jolie femme de 55 ans, divorcée, fonctionnaire. Tout en elle est naturel : son sourire, son regard, ses expressions. Agréable, souriante, elle aime cuisiner, le cinéma, les concerts, bouquiner, voyager, les musées et expos, recevoir, partir pour un week-end dépaysant. Elle désire une vie simple faite de surprises avec un compagnon qui aime rire, découvrir, et qui prenne la vie avec optimisme.

Réf : 04MV07 Tél : 02 30 31 01 27

CHARMANTE, TOUJOURS LE SOURIRE, MOTRICE ! Divorcée, 62 ans, secrétaire retraitée, Marie aime le contact humain, elle fait du bénévolat auprès d'enfants, pratique la marche nordique, la gymnastique douce, le badminton, elle apprécie aussi la musique et les balades en moto en bord de mer. Quittez votre solitude et rejoignez-la, elle deviendra son cœur à l'homme, convivial et sociable, qui comme elle voudra bien partager sa tendresse et les bons moments de la retraite.

Réf : 04MV08 Tél : 02 30 31 01 27

AIMER ET SE SENTIR AIMÉ, C'EST SON PLUS CHER DESIR. C'est aussi le vôtre ? vous êtes posée, douce, l'esprit de famille, il sera ravi que vous cherchiez à le rencontrer. Technicien de maintenance, blond aux yeux verts, 44 ans, ce célibataire ayant vécu maritalement, porte sur lui la gentillesse et aime rendre service. Ses goûts ? les soirées entre amis, la cuisine, les week-ends improvisés, la randonnée. Le reste à vous de le découvrir.

Réf : 04MV01 Tél : 02 30 31 01 27

UNE RENCONTRE DE QUALITÉ POUR CONSTRUIRE UNE NOUVELLE VIE. Bruno, 52 ans, technicien, célibataire ayant vécu maritalement, saura être là pour vous rassurer, vous protéger. Dynamique, sportif, positif, un sourire et un regard franc, il pratique le sport en salle et le VTT, aime partir en Bretagne, recevoir et les sorties à deux. Il désire une femme spontanée, malicieuse ayant la joie de vivre et l'envie d'une relation sincère. Rencontrez cet homme, le bonheur est à votre portée !

Réf : 04MV02 Tél : 02 30 31 01 27

IL RÊVE POUR VOUS DE JOURS HEUREUX. Agent d'assurances retraité, veuf, 65 ans, il apprécie les week-ends surpris et les voyages, les restaurants, le cinéma, l'humour, le golf et la photographie. C'est un homme à l'écoute, qui a beaucoup d'amour à donner alors si vous êtes une femme franche, tendre, douce, féminine et enjouée, appelez-le.

Réf : 04MV03 Tél : 02 30 31 01 27

DYNAMISME ET JEUNESSE D'ESPRIT, ÉLÉGANCE MORALE ET PHYSIQUE, Auguste, veuf, 73 ans, restaurateur retraité, est un homme charmant. Il aime bouger, sortir mais aussi faire des escapades dans le golfe du Morbihan où il a un pied à terre. Cinéma, spectacles font partie de ses sorties. Il rêve de bonheur tout simplement. Pourquoi pas avec vous ? Vous êtes gaie, féminine, vous désirez la rencontre d'un compagnon ? Appelez vite.

Réf : 04MV04 Tél : 02 30 31 01 27

Vous ne faites pas de rencontres ? Vous êtes déçu(e) de vos rencontres ? Vous fuyez les contacts virtuels ? Renseignez-vous. Entretien gratuit et confidentiel.

Une annonce vous intéresse ? Téléphonnez ou écrivez à UniCentre - 02 30 31 01 27 - 28 rue Xavier Bichat CS 21838 - 72018 Le Mans cedex 02

Breen, carton assuré

Lancé il y a sept ans, Breen recycle le carton afin de le transformer en mobilier. Entretien avec Enzo Guimier, en charge de la communication du groupe.

Pouvez-vous présenter le concept de Breen ?

Enzo Guimier : Breen a été fondé en 2015 par Hugo Duval qui a fait le constat du manque d'assise dans les grands événements. Il a décidé de partir d'une matière recyclée et 100 % recyclable qui est donc le carton afin de créer un tabouret nomade, le htab, que l'on peut transporter partout. Il supporte jusqu'à 200kg et il se monte en 20 secondes. C'est le premier produit fabriqué par l'entreprise et qui est donc à l'origine de Breen.

Quel est votre rôle à vous ?

Je m'occupe de la communication et du marketing, je gère le site internet, les stratégies d'acquisition sur le digital. On travaille principalement avec l'événementiel donc avec le Covid nous avons eu besoin de beaucoup développer notre présence sur les réseaux sociaux et sur notre site.

Comment est collecté le carton ?

On travaille avec différentes entreprises en Pays de la Loire et en France, qui nous fournissent trois types de cartons :

- Ondulé
- Alvéolaire
- Compact

Quelles sont les différentes conceptions proposées par Breen ?

Du canapé, du fauteuil, de la table basse, des produits sur mesure comme de la scénographie, des stands, des cloisons... On peut faire quasiment tout type de mobilier et de décoration. On s'adapte aux demandes du client, en ce moment on fait beaucoup plus de sur-mesure comparé à nos débuts.

Quelles sont les différentes étapes pour passer d'un carton recyclé à un meuble ?

On récupère les cartons auprès des distributeurs, on les envoie chez nos partenaires de découpe, chez Breen on discute avec



PHOTO : BREEN

nos clients pour savoir ce qu'ils veulent. Cela nous permet d'envoyer un fichier de découpe à nos partenaires pour qu'ils puissent réaliser le produit que le client souhaite. Une fois que celui-ci est découpé, on l'envoie à notre partenaire d'impression s'il y a un besoin de personnalisation. Une fois toutes ces étapes réalisées, on récupère les différents éléments que l'on assemble dans notre atelier afin de faire le montage. On réalise le packaging et nous l'envoyons.

Comment décidez-vous des produits à fabriquer ?

Parfois ce sont les clients qui viennent vers nous pour des demandes très spécifiques. Mais nous développons aussi nos produits de gamme, adaptés aux contraintes de l'événementiel (légèreté, rapidité de montage, transports et stockage facile) que nous allons proposer à nos clients.

Pourquoi le choix s'est fait sur le carton plutôt que d'autres matières ?

Hugo travaillait dans l'industrie et il a découvert l'envers du décor. Le carton est une matière qui est recyclée et 100 % recyclable. On peut par exemple partir d'un tabouret, le recycler, et le réutiliser pour faire un autre tabouret. Mais surtout le carton est disponible en circuit court partout sur la planète. Donc travailler avec des partenaires locaux pour assurer notre production et ainsi limiter le transport (l'impact carbone) et soutenir l'économie locale.

Quels sont les acheteurs de ce mobilier ?

Principalement des marques et sociétés qui font des salons pour l'événementiel, des agences de communication pour leurs clients ou encore des entreprises qui veulent décorer leur environnement de travail (hall d'entrée, salle de réunion...)

Le carton est connu pour sa grande maniabilité et sa facilité à être transporté. Qu'en est-il de la qualité sur le long terme ?

Ça tient très bien la route. Le carton nid d'abeille est très résistant et à la fois léger ce qui permet de le plier, de le ranger et de le réutiliser pour d'autres événements.

En plus du recyclage vous collaborez avec de nombreux partenaires locaux. Lesquels ?

En Sarthe on travaille avec Publi 24, AvenPlast, Cartonnerie des Pays de la Loire ou encore l'atelier du ribay.

Quels conseils donneriez-vous pour bien recycler son carton ?

Il n'y a rien de plus simple : il faut le placer dans la bène dédiée, avec le capot jaune. Il faut juste faire attention à vérifier qu'il ne reste pas d'aliment dans notre carton ou de trace de gras, car cela peut impacter tous les autres cartons présents dans le même bac.

Est-ce que tout le monde est suffisamment au courant du potentiel de recyclage du carton ou il reste du travail à faire ?

Je pense qu'au fur et à mesure des années il y a de plus en plus de gens qui recyclent, ils comprennent l'impact qu'ils peuvent avoir sur l'environnement. Mais il reste forcément des choses à améliorer en accompagnant encore plus les populations. Avec Breen, nous avons récemment rédigé un article sur le recyclage que vous pourrez retrouver sur notre site (adresse ci-dessous).

Breen
84 rue de la Foucaudière
Du lundi au vendredi de 8h30 à 17 heures
Contact : 02 43 41 08 93
Site : breenfrance.fr
Instagram : breenfrance

Nicolas Prieto

nicolas.prieto@lemans.maville.com

L'avenir du carton

« Il y a quelques années pas grand monde n'y croyait, beaucoup disaient que cela n'allait pas durer. Mais on se rend compte que c'est une matière très écoresponsable, d'autant plus qu'en ce moment il y a des pénuries de bois, donc pas mal d'acteurs vont se tourner vers le carton. »

L'évolution de Breen

« Au début Hugo a commencé tout seul, ensuite sa femme l'a accompagné, puis il a pu recruter une personne qui l'a aidé dans toutes les tâches administratives et commerciales. En 2018 il a pu recruter un technicien graphiste, et au fur et à mesure des années il a recruté des alternants, on cherche pas mal de nouveaux. »

Leurs projets

« En ce moment on travaille sur des projets acoustiques. L'idée est de rechercher à émettre du son grâce à un fauteuil en carton par vibration, et aussi améliorer le confort sonore dans une pièce grâce à une cloison en carton. »



Le canapé en carton PHOTO : BREEN



Le fauteuil en carton PHOTO : BREEN

L'Empreinte

Courtage Travaux - Décoration d'intérieur

*Particuliers, investisseurs ou professionnels,
toute l'équipe met à votre disposition son expérience et son savoir-faire pour vos travaux.*

Estimation gratuite

AGENCE L'EMPREINTE
55 AVENUE FRANÇOIS MITTERRAND
72000 LE MANS
02.43.52.36.63

Retrouvez nos réalisations :
www.agence-lempeinte.fr

Ses projets à venir

« J'aimerais passer les permis de nacelle pour pouvoir faire des murs beaucoup plus grands. Mais j'ai déjà pas mal de projets jusqu'à juillet donc je ne me pose pas forcément de questions pour la suite. Je scanne mentalement les choses qui vont arriver. Je vais notamment intervenir pour la mission locale et une école à Coulaines. »



PHOTO : LAPIN BLANC



L'œuvre en hommage aux Ukrainiens. « Make art not war » et « Soutien au peuple ukrainien » sont stipulés sur les extrémités.

PHOTO : LAPIN BLANC

En savoir plus

Facebook
Lapin Blanc

Instagram

lapin.blanc.street.art

Un lapin dans la ville

Figure importante de l'univers street art du Mans, Lapin Blanc expose plusieurs (nouvelles) œuvres dans le centre-ville et aux Quinconces. Entretien.

Quel est le parcours scolaire et professionnel qui vous a mené au street art ?

Lapin Blanc : J'ai un parcours assez atypique puisque je n'ai aucun rapport avec l'art. Je suis parti sur de la médecine chinoise et du massage bien être, deux spécialités que je continue d'exercer aujourd'hui, en plus de mon activité de street art. Au début je regardais seulement ça d'un œil spectateur, mais quand j'ai découvert le pochoir je me suis dit qu'il y avait moyen de contourner mes difficultés de dessin pour faire des choses sympas.

Comment est née votre passion pour cet univers ?

J'ai découvert Miss Van, une artiste toulousaine qui graphait des femmes assez colorées et pop sur les murs de Toulouse et j'avais adoré ça. Avec ma sœur (la street-artiste mancelle ADL, ndlr) on est passé à l'action en découpant le portrait d'une femme qu'on aimait beaucoup et qu'on a été graphé dans un abribus dans un village de Sarthe. C'est à ce moment que j'ai eu le déclic.

Qu'est-ce qui vous plaît dans le street art ?

Le fait qu'on renouvelle l'art de manière générale et qu'il y ait mille et une façons de le pratiquer. C'est hyper riche et hyper varié, j'adore ça. C'est le vrai prochain courant artistique.

Le Mans et la Sarthe sont des places idéales pour exercer votre art ?

Il y a quelques années il ne se passait pas grand-chose, mais aujourd'hui c'est l'idéal, pour deux raisons : la première c'est qu'on n'est pas énormément d'artistes donc cela laisse de l'espace à chacun en termes de visibilité, comparé à des villes comme Nantes ou Paris. La deuxième c'est que toute



PHOTO : LAPIN BLANC

l'équipe de l'action culturelle du Mans a eu une volonté de se lancer dans cet art. On est là au bon endroit au bon moment.

Où exposez-vous en général ?

Dans la rue (rires). Plutôt dans le centre-ville, en ce moment je suis beaucoup aux Jacobins. Rue Jankowski il y a quelques graphes qui sont encore là, si on est curieux on peut tomber nez à nez avec le tableau d'une femme.

Quelle est votre fréquence de production ?

C'est très variable car parfois mon activité de massage va prendre le pas sur celle d'artiste ou inversement. En ce moment le street art est sur une très grosse période, pas forcément dans l'esprit où je fais ce que je veux, mais plutôt dans le sens où j'ai pas mal de « commandes ».

Vous avez justement récemment été contacté par la mairie du Mans pour soutenir le peuple ukrainien, c'est une fierté ?

Je suis honoré. Je trouve que c'est une bonne chose d'apporter son soutien de manière visible, je suis toujours content de pouvoir faire ces choses. Pour moi c'est un hommage à tous les peuples qui sont en souffrance, à tous ceux qui ont des difficultés. Le street art est un formidable outil pour délivrer des messages. En général j'essaie d'éviter d'être trop politique car c'est quelque chose que je fais mal. J'essaie plutôt d'aller vers un message universel qui est l'amour. Cela peut sembler banal mais on en a tous besoin, encore plus en ce moment.

Quelle œuvre avez-vous produite ? Comment l'idée est venue ?

Le visage d'une Ukrainienne avec une coiffe traditionnelle, la vinok (voir photo à gauche). L'idée m'est venue car il fallait quelque chose d'assez rapide à produire, on avait un délai d'une semaine. Dans mes recherches je suis tombé sur ce portrait-là qui m'a beaucoup plu. Elle est exposée aux Jaco-

bins.

C'est la première fois que le monde politique fait appel à vous ?
C'est la toute première fois. C'est toujours intéressant de bousculer ses frontières et d'aller vers des univers où l'on n'irait pas forcément.

Qu'est-ce que vous préférez dessiner ?

Des portraits en gros plan. Il y a le regard qui est assez parlant, j'aime le format, c'est très adapté à ma technique de pochoirs, on peut voir pleins de détails.

Comment trouvez-vous l'inspiration ?

Grâce aux autres artistes que je suis, j'ai un côté fan qui me pousse à m'y remettre à chaque fois. Je fais aussi pas mal de recherches que je note sur un carnet, je mets quelques photos de côté.

Nicolas Prieto

nicolas.prieto@lemans.maville.com

**L'ECLAT
DU VERRE**
ENCADREUR CREATEUR

**VENEZ DÉCOUVRIR
NOS NOUVEAUX
OBJETS DE DÉCORATION**

Encadrement sur-mesure
et prêt à poser, affiches de cinéma ...

7 avenue Louis Cordelet, LE MANS 02 43 24 27 81

Parking GRATUIT 2 rue des Cochereaux

VENTE

RÉPARATION
TOUTES MARQUES
VENTE ET POSE DE PILES
ATELIER HORLOGERIE
CLÉS MINUTES

MONTRE
HOMMES, FEMMES,
RÉVEILS, PENDULES,
STATIONS MÉTÉO,
BRACELETS DE MONTRE,
BIJOUX FANTAISIE.

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

CENTRE SUD - LE MANS
02 43 72 12 53

La pile que vous cherchez est ici !

MOTS FLÉCHÉS

CHIEN ALLONGÉ	INTACTS	QUI A TOUT D'UNE BRÉBIS	ATTRA-PENT	POISSON VORACE	PREND UN RISQUE
POINT GÂTÉ	COURS D'ÉVREUX	BÉNINS	LA PLACE DU MAÎTRE	TROIS À OSTIE	AIDE À LA LECTURE
		STEAKS CRUS			
ÉTUDE DE DONNÉES					
COMME UN THERMOS					
			SIGLE DE FAC		DIFFICILES À SAISIR
			RABAISSÉ		
FRANCHIRA LE SEUIL				FERA L'AFFAIRE	
HORS TAXES				SAVANTS	
	HÉROS DE SPIELBERG		LA VIE DEVANT SOI		
	GRAND TAMIS				
METTRE BAS	LEVER LE POING			FEMME PIEUSE	
	BELLE PIERRE			CAUSÉ PAR LE VENT	
			CONDUITE À LA CHAMBRE		IL EST À LA PAGE
			PRÉNOM		
ERRER				IMAGE QU'ON AIME	
INSTRUMENT DE LABO				BOÎTE	
	PARFOIS AUSTÈRE			HOUAT, HOËDIC ET BIEN D'AUTRES	
	PROPRE ET NET				
UN DUR DE DUR		MÉLANGE ADHÉSIF			BEAUX JOURS
DÉBORDER UN PEU		BIEN MAL SERVI			
				BERCEAU DE PAUL VALÉRY	
				OUILLE !	
DÉCHET NATUREL			SYMBOLE DU TANTALE	DONC BIEN VISIBLE	
VAUT / DEM				MÉDIA	
	MET SUR UN SIÈGE			MOSAÏQUE DE PAYS	
DE L'EAU EN IRLANDE			VILLE DE LA NIÈVRE		

MOTS CROISÉS

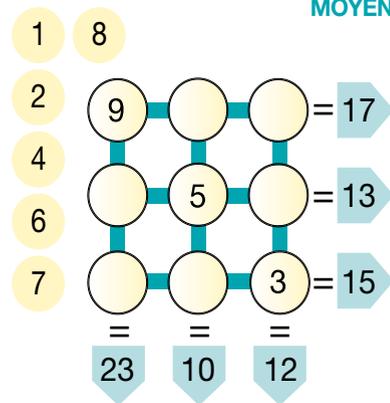
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

HORIZONTALEMENT
 1. Champion à la place du champion. 2. Homme à parts. 3. Il a des boules à Noël. Il arrête l'hémorragie. 4. En droit, fait tort... Qui a pris des couleurs. 5. Actionna le ventilateur. Elle est courante en ville. 6. Provenant par descendance. Entre l'est et le sud. 7. Fait preuve de courage. Parfum d'ail et de basilic. 8. Patron dans la Manche. Mesure pour le café. 9. Langue des Esquimaux. Est prononcé pour s'opposer. 10. On y suspend de la viande. Mettre sur un plateau de balance.

VERTICALEMENT
 A. Contribution collective. Annulée officiellement. B. Agitation de la mer. Vibrations acoustiques. C. Usine sidérurgique. Habitudes acquises. D. Distance de mandarin. Permet de décompresser. Cité sur la Drôme. E. Qui va la cale vide. Il est souvent très orienté sur scène. F. Lettre après zêta. Donc pigeonnées. G. Fit toute une histoire. Elle monte au printemps. H. Elles changent d'avis en fonction des courants. I. Amour de dieu. Elle vit sans le savoir. J. Dure à conduire. Élève officier.

FUBUKI®

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



SOLUTIONS

MOTS FLÉCHÉS

MOTS CROISÉS

SUDOKU FACILE

SUDOKU MOYEN

FUBUKI®

SUDOKU

FACILE

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

SUDOKU

MOYEN

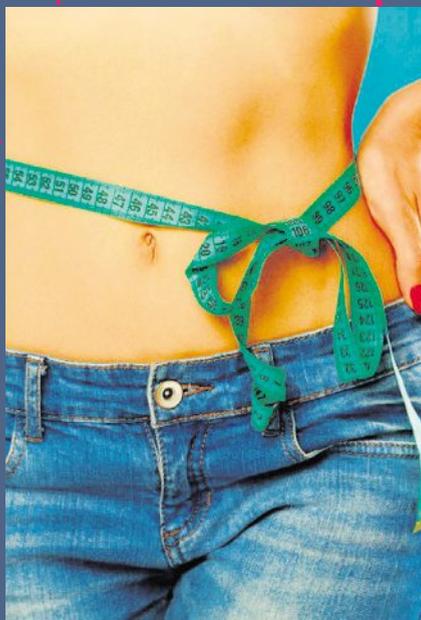
		8				6	7
			4		6		
	3	2					
4		5	6				9
	9		5	3			8
3		7	2				4
	1	6					
			9		7		
		4				1	3



LES OCÉADES

OFFRES MINCEUR

AVRIL 2022



Offre Aquabike : 20 séances + 4 offertes

Offre Aquabike + Cellu M6 LPG :

10 Aquabike + 10 cellu M6

Offre Cellu M6 LPG :

10 séances + 1 enveloppement minceur

et un produit minceur offert

Offre Cryolipolyse :

1 séance achetée = la 2ème à -30%

Voir conditions en club



www.lesoceades.fr

02 43 81 11 11 - ZAC de la Pointe, 72190 Sargé-lès-le-Mans