



À table

Prenez des forces avec les dattes de Stéphanie

page 12



On a testé

Nicolas et la Cantine livrent le déjeuner au bureau

page 13

niort.maville.com

GRATUIT Sorties, loisirs, bons plans à Niort et dans l'agglo

N° 162 - du 11 au 17 janvier 2017

Vive les rois !

Galette ou brioche, qui aura la fève et la couronne ?



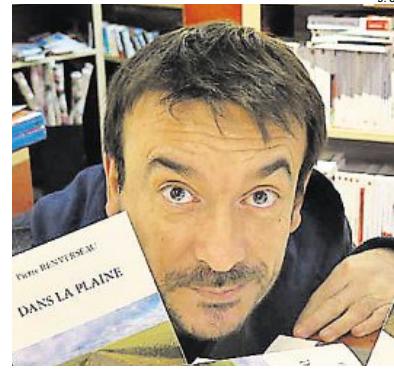
Sport



Le crossfit, un sport de dur à cuire, avec Vanessa

page 14

Niortais



Pierre, entre scénario et roman

page 15

Jusqu'à fin janvier, on n'échappe pas à la tradition avec Sylvie : c'est galette des rois pour tout le monde ! **Pages 10 et 11.**

Niort: 10 rue Turgot 79000 Niort

Tél : 05 49 04 45 00

Du Lundi au samedi de 8H 20H

castorama

Du 11 au 23 janvier

SOLDES*

-20%

jusqu'à
-70%

-40%

-10%

SUPPLÉMENTAIRE
SUR LES ARTICLES DÉJÀ SOLDÉS

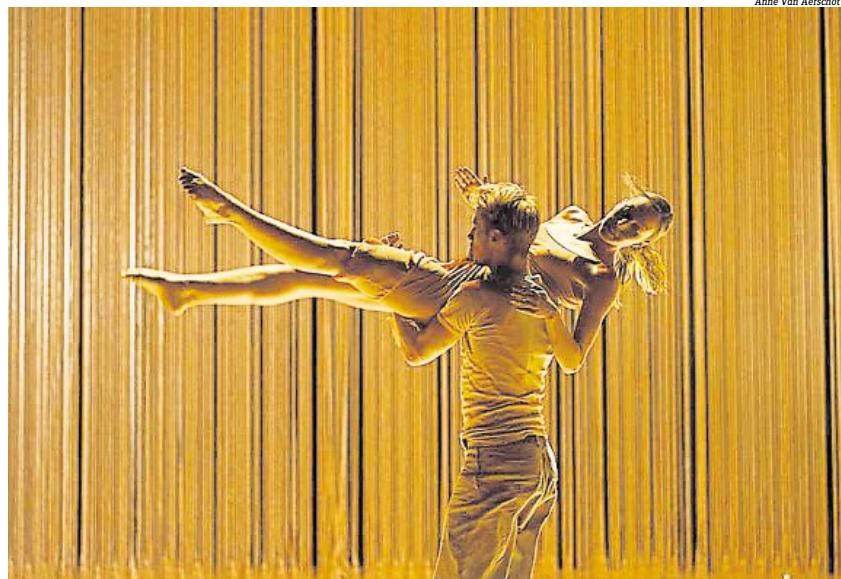
Avec la carte



Rain, énergie haletante

Dans Rain, 10 danseurs se frôlent, se portent, s'abandonnent et évoluent sur scène dans une énergie collective haletante. L'occupation géométrique de l'espace et la répétition inlassable sont les marques de fabrique d'une chorégraphie d'Anne Teresa De Keersmaeker. Tout ça sur une musique bouillonnante à bases de boucles sonores.

Vendredi 13
20 h 30
Le Moulin du Roc
9 boulevard Main
Tarifs : de 10 à 38 euros



Anne Van Aerschot

CINÉMA

SAMEDI 14
Avant-première
d'Alibi.com



Les acteurs du film Alibi.com : Philippe Lacheau, Tarek Bouddali, Julien Arruti et Elodie Fontan seront présents à Niort pour présenter leur film.

Synopsis : Greg a fondé une entreprise qui crée tout type d'alibi. Les trois employés élaborent des stratagèmes et mises en scène imparables pour couvrir leurs clients. Mais la rencontre de Flo, une jolie fille qui déteste les hommes qui mentent, va compliquer la vie de Greg.

20 heures
Mega CGR
Place de la Brèche
Tarifs : 9,90 euros, 7,60 moins de 18 ans



Le château de sable

La compagnie Du mauvais genre présente un spectacle sur la famille et ses violences. Dans un théâtre de miroirs mouvants, l'Enfant-Grande-Personne raconte son histoire et ses souvenirs. Il parcourt ainsi une sorte de labyrinthe entouré de notes de rock et de cinéma. À partir de 8 ans.

Vendredi 13
20 h 30
Patronage laïque
40, Rue Terraudière
Tarifs : 8 euros, 5 euros réduit

BÉNÉVOLAT

JEUDI 12 Restos du Cœur

Les Restos du Cœur sont à la recherche de bénévoles au siège départemental et dans les centres d'activité pour mener à bien tous leurs projets. Ils organisent une réunion d'information pour mieux faire connaître l'association et ses besoins et recruter les personnes intéressées. Venez découvrir, et pourquoi pas rejoindre l'association et les 560 bénévoles du département !

18 heures
Siège des Restos du cœur
94, rue de la Blauderie

IMPROVISATION

SAMEDI 14
La presse remixée



IMPRO
à la une...

Spectacle amateur lespid par la presse

Les amateurs de l'asso Alinéa, coachés par la compagnie Aline et Cie, présentent leur première soirée cabaret. Ils s'attaquent à la presse locale, nationale ou internationale, féminine, culturelle, économique ... Tout est prétexte à improviser, à refaire l'actualité, à réinventer les faits divers.

20 h 30
Centre Du Guesclin
Place Chanzy
Tarif : 6 euros

MARDI 17

Tour d'Europe avec Mensa Sonora

Les musiciens de l'ensemble Mensa Sonora vous invitent à un voyage dans toute l'Europe baroque à la rencontre de différents compositeurs. Avec cinq concertos, ils prévoient des escales à Londres et son opéra, à Florence avec une viole d'amour, à Leipzig avec Jean-Sébastien Bach, puis à Lyon...

20 h 30
Le Moulin du Roc
9 boulevard Main
Tarifs : de 8 à 16 euros



MERCREDI 18

Petit orchestre de jouets

Le jeune public est invité à une sorte de feu de camp, animé par deux musiciens et leurs objets inventés ou détournés. Un cochon rose, une sorcière, une guitare, un piano-jouet, une mandoline, des jouets pour chien... Tout le nécessaire pour un concert et une invitation au voyage.

14 heures
Le Camji
3 rue de l'Ancien Musée
Tarif : sur place 7 euros - Prévente 5 euros



SOLDES ! ! !

-30%* -40%* -50%*

- ESPACE LITERIE -

Espace Commercial Souchéco - Rue André Maurois - Niort - 05 49 33 43 62

*Sur articles signalés pendant la durée légale des soldes



STAGE

SAMEDI 14 ET SAMEDI 21

La peur avec un drone

FILMER LA PEUR

STAGE DE RÉALISATION DE FILM PAR DRONE



Pendant 2 samedis, un stage est proposé, pendant lequel les participants pourront réaliser leur propre film avec un drone ! Ils mettront en scène la peur dans la scénarisation, la réalisation et le montage de leur court-métrage. Ceux-ci seront présentés pendant le festival Regards Noirs du 5 au 7 février. À partir de 12 ans.

De 10 heures à 12 heures puis de 14 heures à 18 heures

Pavillon Stéphane-Grappelli
Rue Saint-Jean
GRATUIT

Réservation conseillée au 05 49 78 73 82

CIRQUE

VENDREDI 13, SAMEDI 14

ET DIMANCHE 15

Medrano au parc des expos

Préparez-vous pour de la magie sous le chapiteau du cirque Medrano. Cavalerie, ballet aérien, équilibriste, jongleurs... Il y en aura pour tous les goûts ! Vous pourrez aussi admirer des animaux exotiques et même un show à moto !

Vendredi : 18 heures et 20 h 30

Samedi : 14 h 30, 17 heures et 19 h 30

Dimanche : 10 h 30, 14 h 30 et 17 heures

Parc des Expositions de Noron

6 rue Archimède

Tarifs : de 22 à 46 euros

DESTOCKAGE

SAMEDI 14, DIMANCHE 14 ET LUNDI 16

Destockage d'hiver

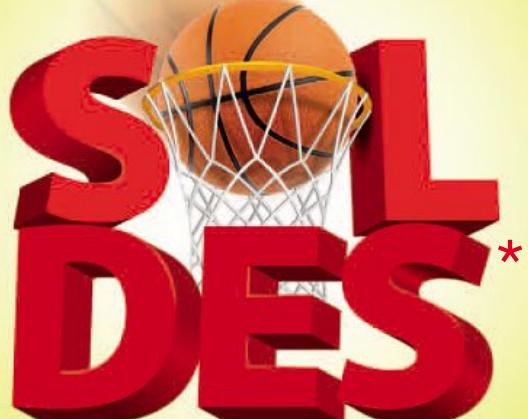
Les commerçants non-sédentaires des Deux-Sèvres organisent leur traditionnel déstockage d'hiver au Parc des Expositions. Plus de 2000 visiteurs sont attendus pour cette 22ème édition.

De 9 heures à 19 heures

Parc des expositions

6 rue Salvador Allende

GRATUIT



DU 11 JANVIER AU 21 FÉVRIER 2017



*sur les articles signalés en magasin



Smash It Combo.

Metalcore au Camji

Samedi 14

Le Camji reçoit trois groupes français de Metalcore.

The Arrs.

The Arrs a rejoint la cour des grands depuis quelques années. Après plusieurs albums et tournées européennes, ses prestations ravageuses l'ont propulsé au rang de groupe international de métal. En 2012, l'album « Soleil noir » annonce une période plus sombre.

Smash It Combo.

Directement inspiré de la scène US des années 90, Smash It Combo joue depuis presque 10 ans un rap métal. L'écriture est en français et les textes

engagés, ancrés dans la culture des jeux vidéos et de la surconsommation d'images. Les gamers veulent ainsi dénoncer les travers de leur génération tout en criant leurs rêves.

Unleashing The Beast.

Ce groupe du Mans est considéré comme le souffle nouveau de la scène Metalcore française. Unleashing The Beast n'a désormais plus rien à envier à ses pairs avec un metalcore puissant et mélodique et se démarque par deux chants en français.

21 heures

Le Camji

3 rue de l'Ancien Musée

Tarif : 12 euros

Prévente et réduit : 10 euros

CONCERTS

VENDREDI 13

Jazz/swing à l'Agape

Paris Paname

Jazz et Chanson swing



Ça y est, c'est l'heure du concert de rentrée à l'Agape avec le groupe Jazz/Swing Paris Paname ! Les quatre musiciens colorent leur jazz de chanson swing. Venez profiter de la musique tout en prenant un verre ou en mangeant un dîner.

21 heures
L'Agape
365 avenue de La Rochelle
GRATUITVENDREDI 13
Musiques du monde

M. et Cali vous feront voyager avec leurs percussions et leur oud. Le voyage en musique prend ses sources dans le désert.

21 heures
L'Alternateur
Place Denfert-Rochereau
Tarif libreSAMEDI 14
Valparaiso + Coma

Soirée rock samedi à l'Alternateur. D'abord Valparaiso. Le trio Deux-Sèvres-Vendéen joue du pop-rock à la fois impulsif et mélodique.

Puis Coma, un groupe de rock Niortais avec des chansons originales qui dépotent !

21 h 30
L'Alternateur
Place Denfert-Rochereau
Tarif libre

Unleashing The Beast.

VENDREDI 13 de 10h à 19h
13%* de remise supplémentaire
*sur les articles soldés

A côté de Castorama - Zone Mendès France 2

79000 NIORT

05 49 33 12 05

Du lundi au vendredi : 10h00 - 19h00
et le samedi : 9h30 - 19h30 sans interruption



Géant Casino **H&M** 60 boutiques et restaurants

CHAURAY

UN TÉMPÉRAMENT D'AVANCE



OUVERT DIMANCHE
15 JANVIER



MAZDA CX-5

Digne représentant du design KODO, la Mazda CX-5 affiche fièrement ses lignes singulières.

Au volant de ce SUV compact, laissez-vous gagner par un intérieur soigné et profitez d'une totale sérénité grâce à sa connectivité complète et ses équipements qui rendent la route toujours plus sûre. MAZDA. AU-DELÀ DES CONVENTIONS.

www.mazda.fr

ZOOM-ZOOM

Gamme Mazda CX-5 : consommations mixtes (L/100 km) de 4,6 à 6,7 - Emissions de CO₂ (g/km) de 119 à 156

Mazda Automobiles France, 34 rue de la Croix de Fer - 78100 St Germain en Laye, SAS au capital de 304 898 RCS Versailles 434 455 960



XAV AUTO
VÉHICULES NEUFS ET OCCASIONS

Concessionnaire



132, Av. de Nantes - NIORT
Espace NIORT-OUEST
Tél. 05 49 73 44 44

Changez ! Nouveau Hyundai Tucson

**PORTE OUVERTE
DIMANCHE 15 JANVIER**



Consommations mixtes de la gamme Tucson (l/100 km) : de 4,6 à 7,5. Émissions de CO₂ (en g/km) : 119 à 175.

SARAH SPORT
VÉHICULES NEUFS ET OCCASIONS



132, Av. de Nantes - NIORT
Espace NIORT-OUEST
Tél. 05 49 73 44 45

Nouvelle Suzuki
IGNIS
CHANGEZ DE POINT DE VUE

**OUVERT DIMANCHE
15 janvier**



Way of Life!

NOUVELLE SUZUKI IGNIS,
le SUV ultra compact
à partir de 10 690 €

- Technologie Hybrid SHVS⁽³⁾
- Disponible en 2 ou 4 roues motrices AllGrip
- Radar anti-collision à double caméra
- Personnalisation
- Système multimédia 7" avec navigation et connexion Smartphone



**PENDANT LES 3 JOURS DÉCOUVERTE IGNIS
LES 13, 14 et 15 JANVIER 2017**

Réservez votre essai sur www.suzuki.fr/ignis

SUV (Sport Utility Vehicle) : concept urbain tout chemin. Equipements selon version. (1) Prix TTC de la nouvelle Suzuki Ignis 1.2 Dualjet Avantage, hors peinture métallisée, après déduction d'une remise de 2 100€ offerte par votre concessionnaire. Offre réservée aux particuliers valable pour tout achat d'une nouvelle Suzuki Ignis neuve du 12/12/2016 au 31/03/2017, en France métropolitaine dans la limite des stocks disponibles, chez les concessionnaires participants. Modèle présenté : Nouvelle Suzuki Ignis 1.2 Dualjet Pack : **13 590€**, remise de 1 800€ déduite + peinture métallisée : **470€**. Tarifs TTC clés en main au 12/12/2016. Consommations mixtes CEE gamme nouvelle Suzuki Ignis (l/100 km) : 4,3 – 5,0. Émissions CO₂ (g/km) : 97 – 114. (2) Ouverture le week-end selon arrêté préfectoral. (3) Smart Hybrid Vehicle by Suzuki. *Un style de vie !

Garantie 3 ans ou 100 000 km au 1er terme échu. www.suzuki.fr

XAV AUTO
VÉHICULES NEUFS ET OCCASIONS

Concessionnaire
SUZUKI

132, Av. de Nantes - NIORT
Espace NIORT-OUEST
Tél. 05 49 73 44 44

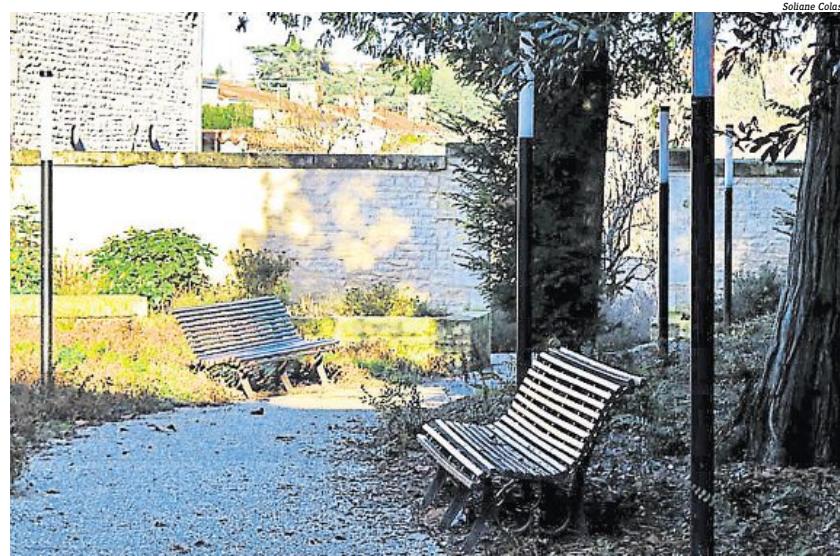
Bonne année 2017 !

2017 apporte avec elle une bonne dose d'espoir.

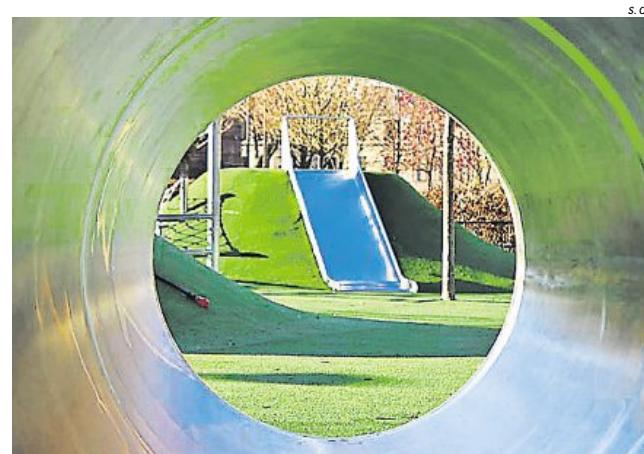
À la rédaction de niort.maville, nous voulions vous présenter tous nos vœux de bonheur, pour vous qui nous lisez, mais aussi pour votre famille, vos proches, vos amis... et au final le monde entier, car qui n'a pas besoin de chance pour débuter une nouvelle année ?

Voici donc une liste non-exhaustive de ce que nous vous souhaitons pour 2017 !

On vous souhaite de la tranquillité...



... un grain de folie...



... des opportunités...

... une âme d'enfant...



... de belles découvertes...



... de prendre de la hauteur...



... de la gourmandise...



... de jolies rencontres...



... de l'amouuuuuur...



... de croquer la vie à pleines dents (et quelles dents !)...



... et bien sûr beaucoup de lecture !

OU ?

Jardin de la Villa Pérochon, jeux d'eau de la Brèche, école Notre-Dame Saint-Joseph, parc à la Brèche, aquarium de La Rochelle, terrasse du Donjon, campagne niortaise, François, escalier du Donjon, place de la Brèche... et à la rédaction !

Toute l'équipe de niort.maville.com



vous présente tous ses

Meilleurs voeux pour

2017



5€50
le m²

REVÊTEMENT stratifié BELAIR

En botte de 1,746 m² soit 9,60 €. Décor chêne gris. Aspect structuré. Reproduit le veinage du bois. Support HDF (Panneau en fibre de bois haute densité). Lame jointive sur les 4 côtés. L. 128,6 x l. 19,4 cm. Ep. 7 + 2 mm. Compatible chauffage au sol basse température maxi 28°C. Pour pièces à passage élevé. Réf. 4003992476767 (quantité limitée 45 074 m² pour l'ensemble des magasins participant à l'opération).

Zone commerciale Mendes France • NIORT **castorama** •
05 49 04 45 00



5 achetées
= 1 OFFERTE*

Brioche, plate au chocolat ou frangipane

* 5 galettes achetées (brioche, chocolat ou frangipane = 1 brioche offerte

Pour un juste prix

Frangipane vendues au poids

Brioche et chocolat :
prix en fonction de la taille

PUBLICITÉ

C'est encore Noël ! avec l'Association Niort en ville et Niort.maville

Le 30 novembre dernier, dans le supplément de Niort.maville dédié aux animations en centre-ville, vous pouviez participer au tirage au sort pour tenter de gagner 3 journées en thalasso.



Pendant tout le mois de décembre, vous avez eu la possibilité de jouer en déposant votre bulletin de participation dans l'une des urnes placées chez certains commerçants. Nous avons récolté plus d'une centaine de réponses et vous remercions tous de votre participation.

Le sort a décidé qui, parmi vous, aura le privilège de profiter d'une journée « chouchoutage » au Relais Thalasso de l'île de Ré. Voici le nom des trois gagnantes :

- Christiane GUILLOTEAU
- Roxane AMIOT
- Marie-Thérèse VIGNAULT



Toutes nos félicitations à elles. Profitez bien de cette journée de détente que vous offre l'association des commerçants du centre-ville. Ce pass bien-être vous permettra de choisir deux soins parmi : un modelage sous pluie marine, un bain massant, un lit

hydromassant ou un soin du visage. De plus, vous aurez accès en illimité au spa marin. Cette piscine d'eau de mer chauffée à 32° est baignée de lumière et vous offre une vue plongeante sur l'océan. Elle dispose également de banquettes bouillonnantes, de jets sous-marins, de geyser et d'un couloir de natation.

Les commerçants du centre-ville et l'équipe de Niort.maville vous adressent leurs meilleurs voeux pour cette nouvelle année qui débute.

A bientôt !

NIORT EN VILLE
92 adhérents



NIORT en VILLE
L'association du commerce niortais



J'aime la galette...

LA TRADITION

Le saviez-vous ?

L'Épiphanie est un mélange de traditions païennes et chrétiennes.

La tradition de l'élection d'un roi lors d'un repas remonte aux Saturnales de l'empire romain. Normalement, celui qui trouvait la fève devait payer sa tournée à la table. Certains prétendent que les plus avares avaient la fève afin de ne pas débourser d'argent. C'est ainsi que serait née la fève en porcelaine, pour que le « roi » ne puisse plus l'avaler !

Galette républicaine

À l'Élysée, on déguste la galette de la Liberté, sans fève ni roi, lors de l'Épiphanie, car élire un roi n'est pas compatible avec la République !

LES ÉTAPES

Pour qui sera la fève ?



Frangipane, fève, et déco !

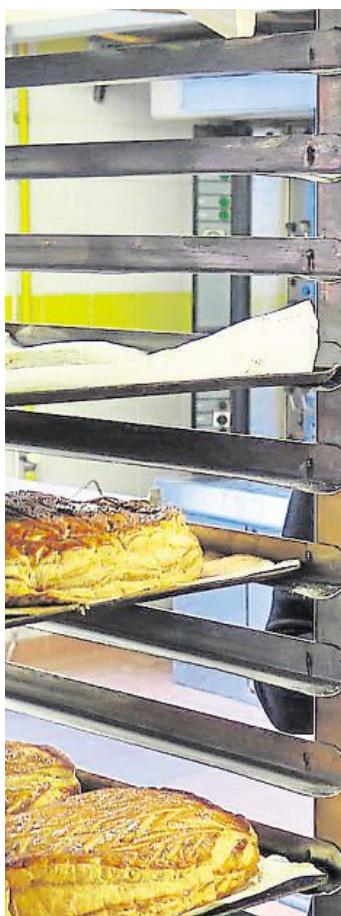


On la dévore en janvier, à peine les repas de Noël et du Nouvel An dégustés : la galette des rois est attendue par tous les gourmands ! Et ce petit manège dure jusqu'à fin janvier, car le roi doit apporter la suivante, selon la coutume. Qu'on préfère la galette à la frangipane ou la couronne briochée aux fruits confits, on ne déroge à la tradition !

Sylvie Mornet, d'À la Mie Niortaise, fabrique (beaucoup !) de galettes à la frangipane. Allez, vous en reprennez bien une part...

À la Mie Niortaise
52 rue Henri-Sellier
et 10 rue André-Gide à Souchéco
05 49 79 17 06

Dorées. Pour qu'elles soient bien dorées, le secret, c'est le jaune d'œuf.



LA TRADITION

Jusqu'à fin janvier

« Les galettes, en théorie, on n'en mange pas avant l'Épiphanie, qui est début janvier. Certaines grandes surfaces en vendent depuis novembre, c'est franchement n'importe quoi. La tradition, c'est que le plus jeune se cache les yeux, ou va sous la table. Puis, on lui demande à qui revient la part qui va être servie, comme ça, elles sont distribuées au hasard, pour ne pas qu'il y ait de triche ! Quand on a la fève, on devient le roi et on choisit sa reine, ou l'inverse bien évidemment ! Et on obtient les priviléges du roi ! Une fois qu'on a eu la fève, la coutume veut que l'on apporte la galette suivante, c'est pour ça qu'on en mange jusqu'à fin janvier ! »

FRANGIPANE

Jamais le même poids

« Notre spécialité, c'est la galette à la frangipane, la traditionnelle. Il existe d'autres sortes à la pomme, à la poire... Mais nous ne faisons qu'une seule variante, la plate au chocolat. La recette vient des pâtissiers, qui travaillaient là avant que je n'arrive. Ils m'ont dit que c'était la meilleure recette qu'ils avaient faite, alors on l'a gardée et ils l'ont retravaillée. Ils sont trois à fabriquer les galettes, David, Alain, et Baptiste. Comme chacun travaille à sa manière, ils ne mettent jamais la même quantité de frangipane à l'intérieur. Donc il n'y a pas deux galettes qui font le même poids. C'est pour ça qu'on les vend au poids dans la boutique ! »

LA PRÉPARATION

Ingrédients locaux

Didier, un des pâtissiers : « D'abord, on fait les disques de pâte feuilletée, avec de la farine, du sel, des œufs, de l'eau et du beurre. La farine est locale, elle vient de Poitou-Charentes. Le beurre, lui, vient de Pampis. Pour la frangipane, c'est un mélange de beurre, de sucre, d'œufs, de poudre d'amandes... et d'un ingrédient secret ! Le montage est simple, on place de la crème à la poche à douille sur un disque, on place la fève et on referme avec un autre disque ! On scelle les deux, puis, on dessine sur la pâte au couteau. On trace absolument ce qu'on veut, il n'y a pas de règle ! Enfin, on badigeonne de jaune d'œuf pour qu'elle dore et on enfourne ! »

LES FÈVES

Des grenouilles !

« J'ai décidé de faire des collections de fèves pour mettre dans mes galettes. La première année, j'avais mis des talons aiguilles, l'année d'après des 2-chevaux. Cette année, j'ai choisi des grenouilles en pâte de verre, pour rappeler le Marais Poitevin ! Elles sont fabriquées en France et pour certains, c'est aussi important que la galette elle-même ! »



A l'occasion de l'Epiphanie La Farandole des pains vous propose

1 brioche ou
1 frangipane achetée
6 ou 8 parts
=
1 bouteille de cidre
offerte*

*Offre valable jusqu'au 15 février 2017

Tous les vendredis
et samedis
2,80 €
Les 4 baguettes farandole
Ou **6 €** Les 10

Tous les jours
2 pizzas
pour **14 €**

Tous les jeudis
3 pâtisseries
achetées
=
1 offerte
(La moins chère)

Possibilité de commander votre déjeuner sur lafarandoledespains.com. Pas de perte de temps, votre déjeuner prêt quand vous arrivez



2 adresses à Niort :
2, rue Vaumorin
Ouvert du lundi au samedi
de 6h30 à 20h
05 49 24 37 83

174, route d'Aiffres
Ouvert du lundi au vendredi
de 7h à 13h et de 15h30 à 19h30
et le samedi de 7h à 13h
05 49 04 29 64
www.lafarandoledespains.com



Audrey Arnon

Pâtisserie Mancy

22 Rue Saint-Jean

05 49 24 03 50

LA DÉGUSTATION

Tiède ou chaude

Il y a un dernier secret que renferme la brioche des rois : « elle se mange chaude ou tiède ! Beaucoup de gens n'ont pas le réflexe de la réchauffer, pourtant je vous assure qu'elle est vraiment excellente comme ça. Elle ne se mange pas froide ».

ASTUCE

...de gourmands

Pour ceux qui ne peuvent pas s'empêcher de rêver brioche des rois en dehors du premier mois de l'année : « on arrête la fabrication après janvier, mais ce gâteau se congèle très bien ! Certains clients nous font de grosses commandes pour pouvoir les mettre au congélateur et continuer à se régaler les onze autres mois de l'année ».



CONSERVATION

2 jours

« La brioche des rois se conserve environ 2 jours. Après, elle commence à sécher car nous n'utilisons pas de conservateur. Pour la garder moelleuse le plus longtemps possible, il faut l'emballer dans du papier, de façon à ce qu'elle soit le moins possible en contact avec l'air ambiant, pas besoin de la mettre au frigo. »



Encore deux semaines pour profiter d'un bon gâteau des rois !

Une brioche au goût d'enfance

Chez Mansy, on fabrique le même gâteau des rois depuis trois générations !

Audrey Arnon

audrey.arnon@niort.maville.com

« Il y a quelques années, on ne trouvait dans la région que des brioches des rois, pas de galette. La brioche c'est typique de la partie sud de la France, peut-être influencée par la Vendée... Mais aujourd'hui, on propose les deux et il faut avouer que les Niortais ont, il me semble, une petite préférence pour la frangipane », explique Marianne Gervereaux, gérante de l'établissement Mansy.

« Chaque région a un peu ses traditions. On a par exemple des Parisiens qui nous demandent parfois des « galettes sèches » : c'est une galette mais sans la farce à l'amande, avec uniquement le feuilletage ».

Pour le reste, la maison Mansy respecte les coutumes. « On ne vend nos galettes et brioches qu'à partir du 2 janvier, jamais avant. Et pour la recette, elle est très particulière, elle date d'il y a trois générations, nous n'avons rien changé par rapport à nos grands-parents. Pour beaucoup de Niortais, notre brioche a un goût d'enfance ». À tel point que Marianne affirme avoir parfois des commandes destinées à l'autre bout de la France : « On emballé bien les brioches pour qu'elles se conservent. Souvent ce sont des expatriés qui veulent retrouver le goût particulier de ce dessert ». Mais même en insistant, impossible d'obtenir des révélations sur le secret de la

brioche des rois Mansy, dont la recette viendrait de Bordeaux.

48 heures de pétrissage

Pour les ingrédients, la maison fait dans le local : « l'ingrédient phare de la brioche des rois, c'est le beurre, alors il faut le prendre de qualité. On n'utilise que du beurre de Poitou-Charentes. Pour ce dessert, on prend celui de Pamplie. On reconnaît sa qualité au fait que la brioche ne laisse pas de pellicule grasse ou huileuse puisque le beurre est bien amalgamé dans la pâte ».

L'un des secrets du gâteau, c'est le pétrissage. « Pendant 48 heures, la pâte est travaillée : pétrie, laissée au repos puis rompue ». Rompre une

pâte, c'est arrêter momentanément sa fermentation en la repliant plusieurs fois sur elle-même. « Grâce à ce long processus, on obtient une pâte très légère, avec une texture bien à elle et différente d'une brioche traditionnelle. » Si le premier pétrissage (d'environ trois quarts d'heure) se fait avec une machine, le reste est fait manuellement. Étant donné les quantités de pâte, voilà qui fait les muscles des boulangers pâtissiers !

« On ne met des fruits confits que sur le dessus de la brioche. Nous, on a choisi de mettre de l'angélique, car on est quand même à Niort ! Et à la place du sucre en grain, on a opté pour du sucre semoule car on trouve ça meilleur », détaille Marianne.

dietplus
Le spécialiste du rééquilibrage alimentaire

Notre méthode

dietplus propose une méthode unique de rééquilibrage alimentaire, qui repose sur trois piliers :

- 1 **L'écoute**
Un bilan nutritionnel OFFERT
- 2 **Le soutien**
Un suivi hebdomadaire
- 3 **L'efficacité**
Des produits exclusifs et naturels adaptés à vos besoins

Et si... nous abordions votre poids différemment !!

Parce que vous êtes **unique**, le programme **dietplus** s'adapte à votre mode de vie et à vos habitudes.

OBJECTIF BIEN-ÊTRE !

19 Passage du Commerce, Niort

09 81 80 18 17

dietplus.niort@gmail.com

www.dietplusniort.com

dietplus niort

Horaires : ouvert tous les jours sur rdv



LES DATTES

... pour rompre le jeûne

Source immédiate d'énergie, riches en calories et en bon sucre, les dattes sont recommandées pour rompre un jeûne, qu'il soit religieux ou thérapeutique.

On recommande de manger entre 3 à 5 dattes, pour aider le corps à rétablir la glycémie. Les dattes, riches en fibres, vont aussi faciliter la digestion et aider à prévenir de la constipation.



Dattes medjool



Dattes deglet nour



Dattes sur leurs branches

Reconnaitre la qualité

On reconnaît de bonnes dattes à leur aspect : leur peau doit être légèrement transparente et ambrée, c'est valable pour toutes les variétés. Elles doivent être moelleuses et dégager une bonne odeur.



Les dattes sont issues du dattier : l'une des rares plantes à survivre dans le climat du désert.

N'oubliez pas la datte !

Énergisante et bien sucrée, elle fait partie des « super-aliments ».

Audrey Arnon

audrey.arnon@niort.maville.com

Il existe de multiples variétés de dattes, mais les deux plus réputées sont la « deglet nour », cultivée au Maghreb et la « medjool », du Moyen-Orient. « Les meilleures dattes sont pour moi celles d'Algérie. La Tunisie en produit également, mais elles sont plus sèches, plus adaptées à être utilisées en pâtisserie », explique Stéphanie Derine, qui tient le stand La Picholine, aux Halles.

« Deglet nour signifie en arabe « doigt de lumière », cela décrit bien cette datte assez allongée et dont la peau doit être un peu translucide », détaille-t-elle. Derrière ce petit fruit se cache une bombe énergétique bourrée de glucides. « On dit que

dans le désert, manger une datte revient à boire un verre de lait. C'est un aliment très sain qui est recommandé avant et après un effort intense ou pour les personnes affaiblies. » Au XVIIIe siècle, la datte était même utilisée dans les remèdes pharmaceutiques !

L'or brun du désert

La medjool est une variété bien plus imposante et charnue, réputée pour son goût très sucré. « Elle est cultivée principalement en Californie, au Mexique, en Jordanie et Israël. Je vends les miennes sèches ou fraîches. Les premières se conservent quatre ou cinq mois dans un endroit frais, les secondes sont à manger rapidement et à mettre au frigo », conseille Stéphanie. Les dattes poussent sur des palmiers dattiers qui, selon

un proverbe arabe, « doivent avoir les pieds dans l'eau et la tête dans le feu ». « Globalement on peut dire que la saison commence en septembre et s'étale jusqu'en décembre. Après, c'est un fruit disponible toute l'année. En France, on le consomme surtout en hiver : ses bienfaits énergétiques sont les bienvenus ! »

La datte fraîche, cueillie sur l'arbre dès sa maturité, est un fruit fragile et délicat à transporter, d'où son prix plus élevé. La plupart du temps, les fruits sont donc séchés : « ils ont commencé à se déshydrater naturellement sur l'arbre et on les prend avec leur branche. Plus ils séchent et plus ils vont se détacher ».

La Picholine
Les Halles - jeudi, samedi et dimanche
06 09 23 14 84

LA RECETTE

Pâte de dattes



Ingédients

Pour 300 g de pâte de dattes :

- 20 dattes de bonne qualité
- 1/2 c à c de cannelle en poudre
- 1 c à s d'huile d'arachide ou tournesol
- 3 graines de cubère (un poivre d'Indonésie, mais facultatif)
- 1/4 c à c de clous de girofle en poudre

Préparation

1. Dénoyer les dattes.

2. Placer les fruits dans le panier supérieur du cuit vapeur rempli d'eau et faire cuire le tout pendant 10 à 15 minutes.

3. Mixer le tout avec un robot mixeur assez puissant, en ajoutant la cannelle, l'huile et les épices pour obtenir une pâte sans morceaux. Verser le tout en bocal et le conserver au frais quelques jours.

Source recette et photos : la-cuisine-de-mes-racines.com

Cette pâte peut être utilisée dans vos gâteaux ou pâtisseries orientales, comme le makrout : un petit gâteau composé de pâte à base de semoule, fourré à la pâte de datte, frit et trempé dans du miel chaud.



Un makrout

À la mie Niortaise

5 Galettes achetées
Frangipane ou brioche

= 1 Brioche OFFERTE

Collectionnez les fèves grenouilles
en pâte de verre



Les fèves ne conviennent pas à un enfant de moins de 36 mois

Et participez
au Tirage au sort pour
GAGNER
des barques gourmandes*

*Barque de 65 cm garnie de produits du Marais, tirage au sort le 1er février 2017, voir conditions en magasin, offre valable jusqu'au 31 janvier 2017

Un savoir-faire, deux adresses
au service
de votre GOURMANDISE !

52, rue Henri Sellier - 79000 NIORT
05.49.79.17.06

Ouvert du lundi au vendredi de 6h30 à 19h
Le dimanche de 7h à 12h
Service au volant

10, rue André Gide - 79000 NIORT
05.49.33.18.84

Ouvert du mardi au vendredi
de 7h à 13h et de 15h à 19h30
Le samedi de 7h à 13h et de 14h15 à 18h30
et le dimanche de 7h30 à 13h



Soliane Colas

EN SAVOIR PLUS

Trois choix par jour



Les repas se commandent la veille à partir de 15 heures, jusqu'au jour-même à 10 heures.

Aujourd'hui, c'était parmentier de canard, soupe et couscous végétarien.

La veille, il y avait des endives au jambon et un feuilleté au champignon.

Le lendemain, des lasagnes végétariennes et salade au cabillaud et pommes de terre...

Des petits pains, des boissons, de la salade verte sont aussi disponibles à la commande. On peut même demander un kit de couverts.

Nicolas est en charge du conditionnement, de la livraison, mais aussi de la gestion des stocks et des desserts.

Je préfère manger à La Cantiine !

Commandés sur le site la veille, nos déjeuners sont livrés dans nos bureaux. Top !

Soliane Colas

soliane.colas@niort.maville.com

Une soupe tomate et poivron, deux parmentiers de canard, trois salades vertes, un couscous végétarien, une pomme, deux crumbles, un yaourt nature, de l'eau pétillante et un petit pain... Notre déjeuner pour quatre personnes est arrivé à la rédaction ! C'est Nicolas, de la Cantiine qui vient de nous livrer deux grands sacs en papier, à 12 h 30.

La veille, nous avions choisi notre repas sur le site Internet puis réglé en ligne en précisant l'heure de livraison souhaitée. Rien de plus simple ! La Cantiine, c'est l'idée de Manon Le Roy et Nicolas Bailly. « Au départ, mes collègues cherchaient comment manger au bureau alors que la boulangerie d'à côté était fermée

pendant l'été. J'ai proposé de leur faire à manger. Ça ne devait durer que trois jours mais... ça continue encore aujourd'hui ! », sourit Manon. Bien sûr, maintenant que le concept a grandi, plus question de faire la tambouille à la maison. « Depuis septembre 2015 et le lancement du site, nous avons un chef, Guillaume Grolleau, qui est connu sur Niort. C'est lui qui prépare les repas tous les matins. »

Produits locaux

Goupons-le, d'ailleurs, ce repas ! Les plats sont livrés froids, à faire réchauffer au micro-ondes. « Il faut bien laisser les contenants fermés pour faire chauffer au micro-ondes », nous prévient Nicolas à la livraison. Les emballages sont tous biodégradables. « Ils sont en amidon de maïs. Il

était évident pour nous qu'ils soient éco-responsables. » Ding ! C'est chaud ! La soupe est très bonne, les parmentiers et le couscous sont copieux juste ce qu'il faut pour un déjeuner. Surtout, le goût est au rendez-vous. « C'est le chef qui élaboré les menus du mois. On change de plat tous les jours, avec trois propositions à chaque fois, et on essaye de ne pas faire revenir deux fois le même dans le mois. »

Les producteurs, eux, sont le plus locaux possibles. « Nous sommes des passionnés de restauration locale puisque nous sommes aussi les responsables de La Ruche qui dit Oui (qui met en relation des petits producteurs et des consommateurs, NDRL). Guillaume a des réseaux de producteurs, nous aussi, donc

on arrive à faire le maximum localement. » Place aux desserts, maintenant ! Le yaourt nature vient d'ailleurs de la Ferme de la Bazinière, dans les Deux-Sèvres.

« Nous livrons une cinquantaine de repas par jour. Cinquante entreprises sont enregistrées, des mutuelles, des cabinets d'avocats... c'est hyper varié ! Le nombre de commandes change chaque jour. On peut aussi livrer une personne seule, on se dit que ça donnera envie à d'autres ! » Ça y est, nous avons fini le repas, sans en laisser une miette. « Au départ, nous voulions bien manger au bureau et on se disait que les villes de province sont souvent oubliées par ces concepts-là. Maintenant, on pense à étendre la zone de livraison, pourquoi pas... »

Contact

La Cantiine

hello@lacantiine.com
07 69 28 66 28

Le budget

Les plats sont aux alentours de 7 euros et les desserts (autre que les yaourts et fruits) autour de 3 euros. Pour quatre personnes, nous avons eu une addition de 40,20 euros. Raisonnable, donc !

Une seule déception : on ne peut pas payer par tickets restaurant, uniquement par carte bancaire.

Et aussi...

La Cantiine propose aussi des petits-déjeuners d'entreprise en livraison, des brunchs, des goûters sucrés ou salés ou encore des repas plus élaborés.

**Gagnez
votre invitation
pour 2 personnes**

**20 invitations pour 2 personnes
sont agrafées dans certains numéros de votre
niort.maville**

Trouvez la vôtre !

www.cirque-medrano.fr

Parc des expositions de Niort

Valable
pour une représentation

**le Vendredi 13 janvier
à 20 h 30**

OU

**le Dimanche 15 janvier
à 10 h 30**





Le CrossFit forge le mental

À SUIVRE...

VENDREDI 13
Foot : Niortais contre Lavallois

Pour la 20ème journée de Ligue 2, nos Chamois reçoivent l'équipe du Stade Lavallois. Nous leur souhaitons une pleine réussite pour ce premier match à domicile de l'année !

20 heures

Stade René-Gaillard
105, Avenue de la Venise Verte
Tarifs : à partir de 5,50 euros (tarif web)

SAMEDI 14
Volley : Niort reçoit le Stade Poitevin

Le club Niort Volley Ball s'opposera au Stade Poitevin à l'occasion d'un match de régionale masculine.

20 heures

Stade Pissardant
Rue de Pissardant
GRATUIT

SAMEDI 14
Handball : Niort affronte Civray



Audrey Arnon

audrey.arnon@niort.maville.com

Vanessa Guignard est coach de CrossFit. Cette discipline sportive est née aux États-Unis dans les années 1970, dans le garage du couple Glassman, transformé en salle d'entraînement. Il s'agit d'un sport complet combinant principalement la force athlétique, l'haltérophilie, la gymnastique et les sports d'endurance.

Comment définissez-vous le CrossFit ?

Vanessa Guignard : Je dis toujours qu'il ne s'agit pas seulement d'un sport, mais d'un état d'esprit. Cette discipline permet d'améliorer ses performances physiques sur des mouvements fonctionnels. Sentir que l'on progresse au niveau physique permet d'augmenter sa confiance en soi et donc d'avancer de façon plus sereine dans la vie. Comme les séances de CrossFit sont toutes différentes, on apprend à réagir à l'imprévisible.

Comment avez-vous commencé ce sport ?

J'avais envie de changer d'apparence physique. En l'espace de 10 mois, j'ai perdu 30 kg. Si l'on est régulier, les changements se voient très rapidement. Il faut bien entendu coupler à cela une alimentation saine.

Qu'est ce qui attire les CrossFiteurs ?

C'est un sport américain qui connaît un effet de mode en France ces dernières années. Mais je pense que ce qui attire, c'est l'envie de découvrir une nouvelle discipline qui muscle le corps dans son ensemble et développe un vrai mental.

Le CrossFit est d'ailleurs utilisé par plusieurs régiments militaires ainsi que certains services de police et de pompiers. On pratique ce sport dans une « box », une sorte de garage, c'est un endroit où l'on tisse des liens, il y a une vraie convivialité, on s'y fait des amis, ça participe aussi au succès.

Y a-t-il un profil type concernant les pratiquants ?

Non ! Nos adhérents sont mixtes, de tous âges, toutes professions et de tous niveaux. C'est une pratique accessible à tous puisqu'elle s'adapte : selon le niveau, les exercices ne se font pas avec la même intensité, les poids soulevés ne sont pas les mêmes, etc. Il faut juste avoir l'envie d'y arriver et de progresser ! Dans tous les cas, le CrossFit permet d'améliorer ses performances pour le quotidien, mais aussi de mieux vieillir.

Qu'est ce qui différencie une séance de CrossFit d'un autre sport ?

Une séance s'articule autour d'un WOD (WorkOut of the Day, « entraînement du jour »), exécuté en fin de séance après un échauffement et

une partie technique. Les WODs sont composés d'un ou plusieurs exercices travaillés durant la séance, le tout enchaîné suivant différents formats. Le but est de travailler des mouvements fonctionnels à haute intensité et à variation constante. Cela participe à faire des CrossFiteurs des athlètes très complets.

Et au niveau de l'ambiance ?

Ce qui fait l'originalité, ce sont les encouragements répétés du coach mais aussi entre les sportifs : ils sont obligatoires ! C'est un sport individuel qui devient ainsi collectif car on se pousse tous à dépasser nos propres limites pour augmenter nos performances. Dans ce sport, nous sommes tous en compétition contre nous-mêmes. Être encouragé alors qu'on pense être au bout de ses capacités, ça redonne une belle énergie et ça prouve que tout est dans la tête.

Qu'est ce qui fait une séance de CrossFit réussie ?

Nous avons tous des vies faites de contraintes, au CrossFit on oublie tout ça le temps d'une heure. Le but c'est de se vider la tête, de s'éclater, de repartir avec un grand sourire... et quelques courbatures !

Mutagène CrossFit
14, Rue du Nord
crosstraining-niort.fr
06 52 57 48 18

DIMANCHE 15
Rugby : Niort VS Isle sur Vienne



Les Niortais joueront contre Isle sur Vienne pour ce premier match de 2017 !

15 heures

Stade Espinassou
57 Rue Sarrazine

Tarifs : 8 euros / étudiants 3 euros



« Ce n'est pas un livre joyeux, mais on rit parfois, car les personnages sont des déconnards ! »

EN SAVOIR PLUS

Le livre

Pierre RENVERSEAU

DANS LA PLAINE



Soline Colas

Contact :

www.pierrenerverseau.com

En dédicace

Samedi 21 janvier

De 10 h 30 à 12 heures
La Librairie des Halles

Filmographie

Avant, « Dans la Plaine »,
Pierre a fait plusieurs films :

2006 : Niort / Aubagne

2009 : Juste un détour

2010 : Resto

2012 : Caste

2014 : Nô (Exit)

2015 : Resto 2

En tant qu'acteur, il a joué dans une dizaine de films dont deux ne sont pas encore sortis, « Un jour mon prince » qui parle de princesses qui débarquent dans notre monde. Et un film anglais « The time of their lives ».

À la télévision

Vous avez peut-être déjà vu Pierre sur votre petit écran. Il a joué, entre autres, dans « L'Instit », « Victoire Bonnot », « Camping Paradis », « Sections de recherche », « Bouquet final »...

Le téléfilm « Les mystères de l'île » va bientôt être diffusé, dans lequel Pierre est un médecin légiste.

Pierre, romancier par hasard

Scénariste, Pierre Renverseau a adapté son scénario de long-métrage en un roman, qui se déroule dans la campagne deux-sévrière.

Soline Colas

soline.colas@niort.maville.com

Avez-vous toujours voulu travailler dans le cinéma ?

Depuis que je suis au collège, oui. J'ai toujours été passionné de cinéma et de littérature et un jour en sortant d'une réunion parents-profs, un de mes profs a dit à mes parents que je pourrais être comédien et je me suis dit pourquoi pas. Et puis ensuite, je n'ai jamais su choisir entre les différents métiers du cinéma. C'est pour ça que je suis comédien, réalisateur, scénariste... J'écris aussi des pièces de théâtre.

Votre premier roman, *Dans la plaine*, n'était pas destiné à être un roman au départ...

Exactement. Au départ, j'ai écrit un scénario. Le projet de long-métrage avait bien avancé. Certains acteurs comme Bernard Campan, Ari Elmaleh

étaient très enthousiastes et avaient donné leur accord. Mais finalement ça ne s'est pas fait, pour des problèmes de financement. La porte n'est pas fermée, mais ça fait 4 ans que j'ai terminé l'écriture donc...

Donc vous avez décidé de transformer le scénario en roman !

Ça faisait longtemps que j'avais le désir d'écrire une histoire et là je me suis dit : tu en as une ! Transformer un scénario en roman est particulier parce que dans un scénario on répète beaucoup les choses, comme les prénoms, parce que c'est un outil de travail, tout simplement. Il y a beaucoup de descriptions qui deviennent finalement un atout.

C'est plus compliqué d'écrire un roman ?

On a beaucoup plus de libertés ! On peut se lâcher dans

des envolées qu'on ne peut pas faire dans un film. Par contre, on se livre beaucoup plus. Les lecteurs peuvent y voir des choses plus personnelles que si le texte était porté par des acteurs à l'écran.

Ça vient aussi du fait que votre roman est situé dans la campagne deux-sévrière, là où vous avez vécu...

Au départ, je voulais décrire la vie rurale. Et puis j'ai choisi les Deux-Sèvres parce que c'était plus simple, parce que je connais. Il y a des lecteurs qui me disent avoir reconnu le village des héros, mais en fait, ce n'est pas possible parce que j'ai brouillé les pistes, j'ai groupé plusieurs bouts de village. On devait tourner en Deux-Sèvres, d'ailleurs, les lieux étaient trouvés.

Quelle est l'histoire du roman ?

Ce n'est pas un roman régionaliste, c'est l'histoire de

deux potes, Samir et Franck, trentenaires, dans les années 90 qui ont toujours vécu dans le même village. Ils vivent, sont intermittents... Et puis ils ont le projet de trouver une grande bâtie pour créer un théâtre. Je voulais écrire sur l'ambition parce que beaucoup de gens disent « si j'avais voulu, j'aurais pu » ou « j'aimerais bien ceci », mais ne se donnent pas les moyens de réussir.

En fait, les héros, c'est vous qui n'auriez pas réussi...

Ce n'est pas tout à fait faux, effectivement, il y a un peu de moi dans les personnages ! Quand j'habitais en campagne, j'avais envie de faire ce métier, donc je m'en suis donné les moyens. Même si moi je n'ai pas le problème d'alcoolisme, comme mes personnages ! (rires)

300
VÉHICULES
EN STOCK
permanent

ATELIER DE MÉCANIQUE
CARROSSERIE - PEINTURE

L'équipe vous souhaite

GAUVIN
AUTOMOBILES

une année 2017 qui roule !!!

Sur la route c'est facile avec Gauvin Automobiles

Berlines - SUV
Monospaces
Utilitaires
TOUTES MARQUES

40, rue du puits-de-la-ville - CHAURAY 05 49 08 07 06

www.gauvin-automobiles.com

GarageGauvinAutomobiles



... Montserrat Roquevieille

Montserrat est présidente de l'association « Accueil des Villes de France ». L'AVF aide les nouveaux arrivants à Niort à s'intégrer à la ville et à faire des connaissances à travers divers ateliers et sorties.

Originaire de Barcelone, la présidente vit sur Niort depuis 15 ans. « J'apprécie être ici car c'est une petite ville mais avec beaucoup d'activités. Il suffit de s'y intéresser un peu pour découvrir tout ce qu'elle peut proposer. »

AVF - 74, rue de l'Yser
05 45 09 58 47
avf.niort@wanadoo.fr
Permanences mardi et jeudi de 14 h 30 à 16 h 30



Audrey Arnon



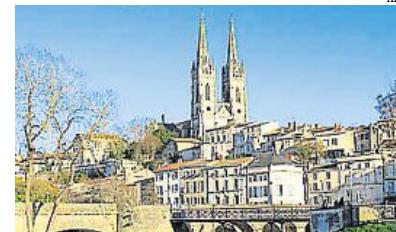
■ La rue Ricard

J'aime bien les dragons dans cette rue ! Ça donne un style ! La rue en elle-même est bien aussi. Il y a plein de magasins, cela mène jusqu'au marché. C'est sympa pour flâner... Quand j'ai un peu le cafard je vais m'y promener, je contemple les vitrines. C'est bien pour sortir un peu et se changer les idées. »



■ La place de la Brèche

« J'aime m'y promener et l'été m'y asseoir. Il y a souvent des gens dans l'herbe, c'est convivial et agréable cette grande place avec beaucoup de verdure. Il y a un petit parc pour les enfants, je m'y rends chaque samedi avec mon petit-fils, il a un jardin chez ses parents mais il aime toujours autant venir ici. On y passe donc un petit moment ensemble ! C'est vraiment sympa pour lui, il peut s'y trouver des copains. »



■ Les clochers de Niort

On voit toujours au moins un clocher, peu importe où on se trouve dans Niort. Je ne suis pas vraiment chrétienne, mais je trouve ça beau, presque rassurant de savoir qu'on peut toujours se repérer grâce à eux ! Ça fait une présence dans la ville et ça lui donne aussi un côté ancien qui lui confère un certain cachet. »



■ La piscine de Champommier

Je vais nager là-bas deux fois par semaine ! J'apprécie cette piscine car elle est petite et familiale. J'y vais toujours aux mêmes heures, ce qui fait que j'y croise souvent les mêmes personnes. À force on connaît aussi les maîtres nageurs. Tout cela contribue à en faire un endroit où je me sens comme chez moi. C'est ce qui m'encourage à y aller l'hiver quand parfois je serais plus tentée de rester chez moi, par flemme. Ça fait toujours du bien d'aller s'y détendre ! »



■ Le marché

On y retrouve tous nos petits commerçants, des produits frais... Et puis dans cet endroit il y a une ambiance bien spéciale ! Tous ces gens, toutes ces allées et venues... Là aussi j'aime bien croiser des gens que je connais, prendre des nouvelles des uns et des autres et faire mes courses en même temps ! Ça permet de prendre l'air dans une ambiance conviviale. »



■ Le Moulin du Milieu

C'est agréable de s'y promener ! Je vais jusqu'au parc de Pré Leroy ou jusqu'à l'écluse. Je marche là-bas chaque semaine, sauf s'il pleut. Là encore, mes petits-enfants apprécient car on croise souvent des gens, on s'arrête, on discute. Je suis espagnole : j'aime vivre à l'extérieur, bavarder, et je retrouve un peu de cela dans cette petite balade. »

VOTRE MAISON + JARDIN À NIORT
153 062 €*

Maison 4 pièces sur terrain de 397 m²



NF
HABITAT
*Hors frais notariaux

Alliance

CONSTRUCTION

AGENCE DE NIORT
233 bis avenue de Paris
79000 Niort

05 49 08 90 36



Voici le meilleur de l'actu repérée la semaine dernière !

MERCREDI 4

Plan d'urgence hivernal

Les températures ont chuté dans le département. Le préfet des Deux-Sèvres a donc déclenché mercredi le niveau 2 du Plan d'urgence hivernal. Celui-ci permet de mobiliser jusqu'à 47 places d'hébergement d'urgence supplémentaires. Le dispositif d'accueil d'urgence est coordonné par le 115. La veille, la salle du Port avait été réquisitionnée par la Croix Rouge pour accueillir des personnes sans-abri.

JEUDI 5

Le Run canin niortais a ouvert ses portes

Le Run canin niortais, créé en avril 2015, a enfin trouvé un terrain pour s'installer. Il a donc ouvert ses portes cette semaine, rue Pierre Chantelauze sur un terrain de près de 5 000 m². Les gérants espèrent prochainement être affiliés par l'association Canine territoriale, afin d'organiser des cours d'agility. Ils veulent également coopérer avec les autres clubs canins du département.

VENDREDI 6

Les bébés de 2016

Les parents niortais ont été séduits par les prénoms « Louis » et « Louise » pour cette année 2016. Ces prénoms anciens, à la mode au début du XIX^e siècle, sont également largement choisis dans le reste de la France. On retrouve également beaucoup de Chloé (ou Cloé) et de Lucas (ou Luka). Les services de l'état civil de la mairie de Niort ont enregistré 2 167 naissances, c'est 42 de moins qu'en 2015. Cette baisse de la natalité s'observe depuis 2009.



Les Chamois se sont imposés à Blagnac, samedi.

Ce sera Sarreguemines

Après une victoire à Blagnac, les Chamois se sont qualifiés pour les 16èmes de finale de la Coupe de France.

SAMEDI 7

En déplacement samedi à Blagnac, pour ce premier match de l'année 2017, match de reprise après la courte trêve hivernale, les Chamois ont dû s'employer pour venir à bout de l'équipe de Blagnac. Celle-ci, courageuse et entreprenante, n'avait pas volé sa place à ce stade de la compétition. Il a ainsi fallu attendre la 69' pour assister au but libérateur de Djigla. Les Niortais s'en sont contentés et ont poussé un ouf de soulagement au coup de sifflet final. Jusqu'au bout, les Toulois ont tenté d'arracher la prolongation mais ils ont péché par maladresse.

Denis Renaud, le coach niortais, affichait évidemment sa satisfaction, tout en rendant hommage à son adversaire. « Il n'y a pas de petite victoire en Coupe de France et on savoure la qualification. » Les Chamois seront donc, comme l'année passée, au rendez-vous des 16^e de finale.

En Lorraine

Le tirage au sort du prochain tour s'est déroulé le soir même à Lyon. Les Chamois rêvaient du Paris Saint-Germain, de Monaco, Lyon ou de l'Olympique de Marseille, ils devront se contenter de Sarreguemines. Ils s'y déplaceront mardi 31 janvier ou mercredi 1^{er} février.

Ce déplacement a tout du traquenard. Les Sarregueminois ont déjà sorti deux autres équipes de Ligue 2 : le Stade de Reims et Valenciennes aux tours précédents. Autant dire que les Mosellans ne craignent sans doute pas d'affronter les Chamois. L'an passé, à ce même stade de la compétition, on se souvient que les Chamois s'étaient inclinés à Sarre-Union (CFA). Ils ne seront pas trop dépayrés début février, Sarreguemines étant distant d'à peine 25 km de la petite cité du Bas-Rhin. En espérant, bien sûr, une issue différente...

DIMANCHE 8

2016, Niort et le cinéma

En 2016, le Méga CGR de Niort a connu une fréquentation convenable, avec environ 480 000 entrées. C'est la comédie « Les Tuche 2 » qui a rassemblé le plus de spectateurs : 15 000 personnes se sont déplacées. On retrouve juste derrière « L'âge de glace 5 », « Camping 3 » et « Roque One », toujours à l'affiche. Au Moulin du Roc, c'est le film de Ken Loach, « Moi, Daniel Blake », qui réalise le meilleur chiffre avec 2 700 entrées en quatre semaines.

LUNDI 9

Que faire du sapin de Noël ?

Ca y est, Noël est passé, il est temps de se débarrasser de votre sapin qui trônaît dans le salon. Vous pouvez bien sûr le planter dans votre jardin, mais si vous n'en voulez vraiment plus, il faut obligatoirement le déposer en déchetterie. Là, il sera valorisé. Vous pouvez aussi choisir de le débiter pour le mettre dans votre poubelle verte, mais attention, car la réglementation veut que le couvercle du conteneur puisse fermer.

Lieux et horaires des déchetteries sur le site de la CAN.

MARDI 10

58 311 habitants

Les chiffres de la démographie sont en hausse à Niort. Au 1^{er} janvier 2014, la préfecture deux-sévrienne comptait 58 311 habitants, soit +0,2 % par rapport au recensement précédent. Dans son ensemble, l'arrondissement a progressé de 0,7 %, s'établissant à 212 425 habitants. La population départementale, quant à elle, augmente de 0,4 % avec désormais 373 553 deux-sévrains, ce qui nous place en 4^{ème} position dans la Région Aquitaine, qui elle, compte 5 879 144 habitants (+ 0,9 %).

PROFITEZ D'UNE REMISE EXCEPTIONNELLE ET DÉCOUVREZ L'Océan Indien AVEC THOMAS COOK & UNIVAIRMER EN PARTENARIAT AVEC AUSTRAL LAGONS...

AUSTRAL LAGONS

REMISE -100 € par dossier.

Océan Indien

* Remise valable pour tout achat d'un voyage tourisme « Océan Indien Austral Lagons », d'un montant minimum de 3 000 €, hors taxes aériennes, confirmé auprès de l'agence Thomas Cook & Univairmer Niort avant le 28 février 2017, quelle que soit la date de départ de ce voyage. Cette remise est non rétroactive, s'entend hors promotions, offres spéciales, billetterie seule, et ne peut être cumulée avec d'autres remises ou offres commerciales.

Thomas Cook

3 PLACE DES HALLES - 79004 NIORT

TÉL. : 05.49.77.24.40 - niort@agence-tc.com

Voyages Marins SAG - RG : 309 430 010 COMPTE-GNE - IRM0100002 - Garantie Financière : Déposito - RCP : Véodax France, code de l'IRCCP 044488

niort.maville.com

Vincent amène la gym pour les bambins

Place à la fée !

Vous faites des choses originales ?

Vous voulez faire connaître vos talents ?

Contactez la rédaction !

redaction@niort.maville.com

Jeux



MOTS FLÉCHÉS

Avec les sept lettres numérotées, reconstituer un mot défini par : petite boucle.

1 2 3 4 5 6 7

DISPOSÉ PAR COUCHES	S'OPPOSA	ÉTAT AMÉRICAIN	DONNER DES GAGES	BON À REPASSER	PRÉNOM MASCULIN	L'ALLE-MAGNE ACTUELLE
POINTS D'ÉPICE	TRACES DE COMBUSTION	MOT JETÉ AU MANANT			EXISTE	INTRANSIGEANT
VER PARASITE		1			6	
CHARGE PRÈS DU BALLON			ATTRAPERA			
		CRÉER UNE STATUE				2 BON SIFFEUR
		ÊTRE INQUIÉTANT				
ACTIONS DE CYCLISTE	PAYS DU GOLFE DÉNOMBRÉE		CRIE COMME UNE BÊTE		IL SE FAIT ROULER AU VIETNAM	
			COMBUS-TIBLE		APPEL	
					EAU POÉTIQUE	
					DONNE DE LA VOIX	
PRÉT À ALLER AU BAIN		ON Y APPREND BEAUCOUP DE CHOSES	HOMME DE PAROLES		LONGUE PÉRIODE	
SITUÉ AU SUD			FORTUNÉ		TEL UN DROIT OU UN CODE	
						CHLORE DU CHIMISTE
						LEJU DE DÉCOMPRESSION
S'OBSTINE	ÉLÉMENT DE CERCLE	3 CARACTÈRE GREC			PETITE PATRONNE	
	DONC CORRIGÉ	CINÉASTE DE MON ONCLE			PRONOM POSSESSIF	7
					IL APporte SON SOUTIEN	
					ABAT	
NOTE SUR LE DO					HOME RUSSE	
FAIT LES GROS YEUX	ARRIÈRE-TRAIN					RIVIÈRE EN SUISSE
			ANIMAL FOUSSEUR			
PRIS	5 TRAQUE LE DUVET				CONTESTER UNE VÉRITÉ	
						NOTE DE RÉFÉRENCE

MOTS MÉLANGÉS

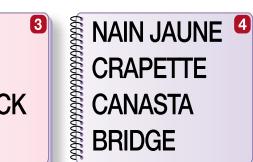
Rayez dans le tableau les mots de la liste. Les lettres restantes forment un mot défini par : Relatif à la vie en société.

AGIOTEUR	IGUE	SEIGNEUR
ARROGANCE	LAPS	SPLEEN
ATTRAPE	LAVARET	SUEUR
CHIANTI	MARTYR	TARI
CHICOREE	MEULIERE	TECHNIQUE
DIVAN	MOBILIER	TEMPOREL
EAU-FORTE	MORUE	TOMBEUR
ENFUIR	ORTHOGRAPHE	TREPASSE
EOLIENNE	PAIEN	VARIABILITE
ERGOTER	PREVENU	VENTRICULE
ETHNIQUE	RASSURER	VISAGISTE
EVICTION	REAC	
FASTE	REELLEMENT	
HOBEREAU	RESUCEE	

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

BLOCS-NOTES

Mémorisez les noms de jeux de cartes dans les blocs-notes 1, 2 et 3, puis cachez-les et trouvez les intrus dans le bloc-notes de droite.

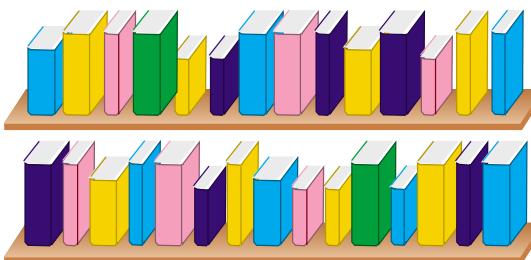


Trouvez les trois symboles qui apparaissent trois fois.

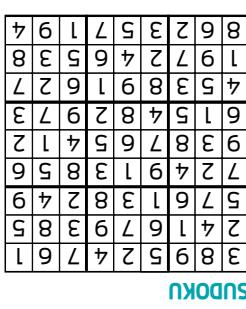


LIVRE SECRET

Trouvez le livre secret dans la bibliothèque en vous aidant des indices suivants : il y a un livre jaune à côté du livre secret et il est unique ; c'est-à-dire qu'il n'y en a pas d'autre de la même forme et de la même couleur.



SOLUTIONS

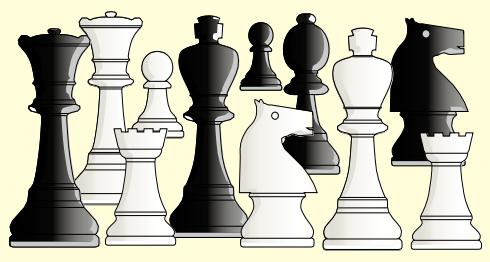
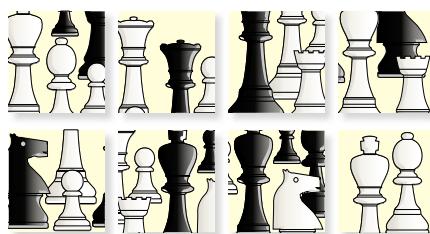


MOTS MÉLANGÉS
BLOCS-NOTES
JACKPOT
PARTIES D'ÉCHECS
CRAPETTE ET BRIDGE.

Le mot à trouver est : SOCIAL.

PARTIE D'ÉCHECS

Trouvez les quatre détails qui ne sont pas extraits du dessin du bas.



SUDOKU

DIFFICILE

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

Jeux



MOTS FLÉCHÉS

Avec les sept lettres numérotées, reconstituer un mot défini par : **discipline sportive en salle.**

1 2 3 4 5 6 7

C'EST UNE COQUINE	INTER-MÉDIAIRE FÉMININ	NE GARDERA PAS SA LANGUE	COEUR DE GYM	INCONTES-TABLE BOUCHE DE FLEUVE	FLÂNE EN CHEMIN(S) MIS POUR UN OPPOSANT	CONFÉRÉ EN PETIT
SOUFFLE BRUYANT	AMATEURS DE SON	LE TEMPS DE L'ORDRE COMPAGNON DE DAGOBERT	C'EST TROMPER	INCONTESTABLE	FLÂNE EN CHEMIN(S) MIS POUR UN OPPOSANT	CONFÉRÉ EN PETIT
ALLÉCHANTE						VILLE SUR LA SAALE
POISSON MARIN						ENTRE NORD ET EST
LAC ITALIEN						
MOT D'APPEL						
DESCENDU APRÈS COUP	AVANT UN PRONOMINAL PEU AIMABLE	AU PLUS BAS POSSESSIF	MARQUES DE TRACTEUR			
ÉTOFFE DE MATADOR	ANIMAL QUI HIBERNE	PERSONNE IDIOTE IL SE PLANTE LOIN DU TROU	FERAI LE DÉPLACEMENT			
ATTRIBUT DE PAON		OUTIL DU SCULPTEUR	RADIO EUROPÉENNE			
PLANCHE DE DÉCORATION		TRAVAUX EN COURS	ASSEMBLÉE			
BISON DE JADIS				IL RÉVAIT DE VOLER		
		PLEINE LUNE		ILS PEUVENT ÊTRE OBTUS		

MOTS MÉLANGÉS

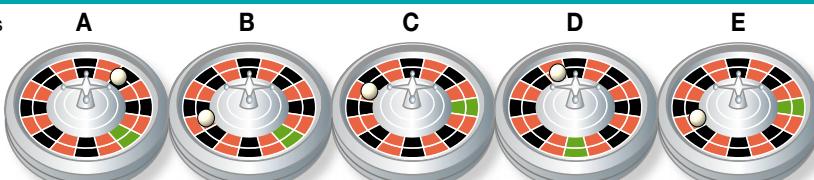
Rayez dans le tableau les mots de la liste. Les lettres restantes forment un mot défini par : **d'Istanbul ou d'Ankara.**

AMITIE	INFAME	PRALINE
APICOLE	LAPIN	PUER
APPREHENDER	LEITMOTIV	PYROMANE
CAMION	MALHEUR	QUESTIONNER
CESSION	MEDINA	RABAIS
CHECHIA	MENACER	RESERVER
CHRONO	METEORE	SCHISTE
DACTYLO	OEILLEIRE	SEX-APPEAL
DENOMME	OPTIMAL	SILICE
DOMINICAL	PARALLELE	SPEAKERINE
DROITIER	PARMESAN	TEMPE
EDITORIAL	PEDIGREE	THEIER
EXACT	PHARE	TRAPPEUR
HIRSUTE	PIVERT	
IMPOT	PONT	

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

LES ROULETTES

Trouvez les deux roulettes identiques mais vues sous un autre angle.



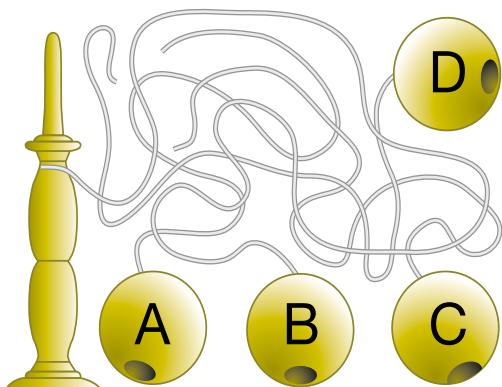
TOUJOURS PLUS

T	E	N	T	A	N	T	+ A =	_____
C	R	I	T	E	R	E	+ P =	_____
C	A	L	O	R	I	E	+ U =	_____

Dans ce jeu, formez des mots de huit lettres avec les lettres du mot de sept lettres et la lettre qui le suit.

AU BOUT DU FIL

Quelle boule est reliée au jeu ?

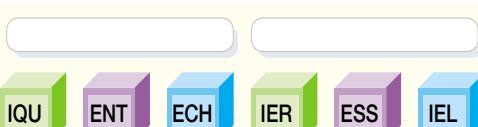


SOLUTIONS

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

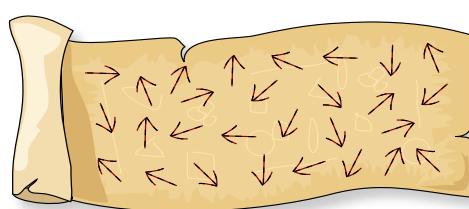
DEUX FOIS NEUF

Formez deux mots de neuf lettres en utilisant tous ces pions :



TRÉSOR À LA CARTE

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



SUDOKU

Facile

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

Esprit Cosy 2017



A chacun son style dans votre showroom Noblessa
Cottage, Moderne, Classique, Scandinave...
Tout pour faire éclore et sublimer vos envies.



noblessa
cuisines

9, rue Turgot - 79000 NIORT - 05 49 33 45 29

www.noblessa.fr  Noblessa Niort

Du lundi au samedi 10h - 12h / 14h - 19h