



Boutique

Un nouveau magasin pour les femmes place du Hallai

page 15

Salon **Studyrama**

Études Supérieures

PARCOURSUP • CONSEILS • ORIENTATION

Samedi 25 novembre
LE MANS

Centre des Expositions

10h
17h

Invitation gratuite sur Studyrama.com

le mans.maville.com

GRATUIT

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

N°327- du 22 au 28 novembre 2023

Solidarité entre Manceaux

Les applications favorisent l'entraide.



Deux voisins manceaux se lancent sur le marché de la location de voitures entre particuliers avec leur start-up « SuriMove ». **Pages 12 et 13**

Spectacle

Photo : Herve LAVIGNE



« Les maux bleus » : la violence est une question de pouvoir

page 2

Le Mans vu par

Photo : LP



Beatbox : Robin Cavallès, champion international

page 10

VOTRE SPÉCIALISTE DES CHAUSSURES, CHAUSSONS, SEMELLES ORTHOPÉDIQUES POUR PIEDS SENSIBLES

Large choix de chaussures, chaussons

VOTRE **CONFORT** EST NOTRE PRIORITÉ



NOUVELLE COLLECTION

Chausseur inimitable depuis 1920

TROUVÉ

30 rue du Docteur Leroy ■ LE MANS
02 43 23 07 36

MEPHISTO M
CHAUSSURES D'EXCEPTION

33 rue des Minimes ■ LE MANS
02 43 28 86 49

RCS Le Mans B 310864715

EPHEMERIDE

Cette semaine, nous fêtons les...

Mercredi 22

Cécile. Elles sont inovantes et ambitieuses.

Jeudi 23

Clémentine. Elles sont indépendantes et dynamiques.

Vendredi 24

Flora. Elles sont intelligentes et sages.

Samedi 25

Cathérine. Elles sont déterminées et sensibles.

Dimanche 26

Delphine. Elles sont énergiques et autoritaires.

Lundi 27

Séverine. Elles sont originales et déterminées.

Mardi 28

Jacques. Ils sont efficaces et structurés.

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



Lorela PRIFTI
Journaliste
02 43 51 70 41
06 89 99 63 62
lorela.prifti@lemans.maville.com

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

Site Internet :
www.lemans.maville.com

SAS Loire Hebdo
4, boulevard Albert Blanchain - 49000 Angers
Directeur de la publication :
M. Marc DEJEAN

Dépôt légal : à parution
N°ISSN de «lemans.maville.com» : 2428-1840
Imprimerie Ouest-France - 10, rue du Breil
35051 Rennes Cedex 9

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

Infos pratiques

Les maux bleus :

Jeudi 23 novembre
Palais des congrès
Rue d'Arcole
Tarifs : de 17 à 22 euros
À partir de 14 ans



Chrystelle et Milouchka, les actrices et coautrices de la pièce *Les maux bleus*.

PHOTO : HERVE LAVIGNE

La violence n'est pas une question de genre

Les maux bleus est une pièce qui met en scène les violences faites aux femmes. Les actrices et coautrices ont la certitude que la violence est une question de pouvoir.

Comment est née la pièce ?

Chrystelle et Milouchka : Après une autre pièce pour enfants qui traite les agressions sexuelles sur mineurs. Pour la création de cette pièce, on a été accompagnées par la préfecture des Bouches-du-Rhône. Quand on a commencé à parler des violences intrafamiliales on a évoqué également les violences faites aux femmes et on a découvert les chiffres qui sont assez effrayants. On s'est senties obligées de faire quelque chose parce qu'on a ressenti le besoin d'agir et comme la seule chose qu'on sait faire est d'écrire et jouer, on a écrit les maux bleus. Maintenant, on la joue à travers la France.

« Chaque génération a une déconstruction différente à faire »

La préfecture nous a apporté une grande aide, que ce soit dans les recherches mais aussi à entrer en contact avec les associations pour rencontrer des victimes. Elle a également suivi l'écriture des textes pour vérifier qu'on était justes sur la réalité et sur le fond, elle nous a vraiment assistés.

La pièce est donc basée sur des faits réels ?

C'est une compilation de nos recherches. On a rencontré beaucoup de victimes et on ne se sentait pas de les déposés-

der de leur vécu. Elles nous ont fait confiance en nous racontant les choses par lesquelles elles sont passées et on ne voulait pas leur voler leur histoire. Donc on a fait le choix d'inventer des histoires mais en cherchant tout ce qui était vraiment les schémas de pensée de réflexion, les schémas psychologiques qu'on retrouve en règle générale dans le cadre des violences faites aux femmes.

Quel type de violence avez-vous choisi de mettre en scène ?

Il faut savoir que la pièce « Les maux bleus » ne traite pas que des violences conjugales, on a essayé de faire un tour des violences parce que les femmes peuvent subir tant de violences que ce serait dommage de se limiter à une seule. Dans la pièce il n'y a des portraits de femmes victimes, témoins, mais aussi autrices enfin bourreaux. On n'a pas mis d'homme parce qu'à chaque fois qu'on mettait un homme dans le récit il avait toujours une qualité d'auteur de faits de violence et on ne voulait pas réduire les hommes à ça, on ne voulait pas les stigmatiser. On a rencontré vraiment les trois points de la polarité de la violence.

Pourquoi ce choix de mettre en scène les femmes « bourreaux » ?
Il y a beaucoup de violences intraféminines dont on parle

peu et puis parfois les gens n'ont pas l'impression d'être violents et se cachent derrière une forme de bienveillance qui n'en est pas une et pensent faire du bien alors qu'ils sont extrêmement violents dans leurs actions et leurs propos. C'était important pour nous de montrer ça aussi. Il y a un tableau par exemple qui traite de la relation entre une mère et une fille. La mère ne veut pas que sa fille sorte en minijupe car le monde extérieur est violent et elle sait ce qu'une jupe peut provoquer mais est-ce qu'elle a vraiment le droit de contrôler les vêtements de sa fille ?

Avez-vous eu des retours ?

Oui, à la fin de chaque pièce on fait un débat et c'est intéressant de voir les réactions en fonction des générations et du genre. Il y a une sorte de réveil de ces hommes et ces femmes qui nous disent on a accepté des choses mais les nouvelles générations ont raison de dire que ce n'est pas normal. Chaque génération a une déconstruction différente à faire. On a souvent des retours positifs.

C'est quasiment votre 200^e représentation et la première fois au Mans. Qu'attendez-vous du public manceau ?

On est ravies d'être au Mans parce que notre régisseuse est d'ici et ça, il faut le dire. C'est une première fois au Mans et on est très contentes de cette

date, de jouer dans la ville de notre régisseuse. On a un peu l'impression que c'est notre domicile aussi. On a hâte !

Qu'est-ce que les Manceaux doivent s'attendre à voir en scène ?
Deux comédiennes, 15 personnages, une certitude : la violence n'est pas une question de genre mais de pouvoir.

Quel est le message que vous souhaitez faire passer à travers ce spectacle ?

Le cycle de la violence n'est pas une fatalité. Individuellement, on peut tous agir à notre échelle pour faire cesser les violences quand on est témoin.

Ou quand on est victime, essayer de trouver la force et les ressources pour aller sur le chemin de la parole. Puis il est important de dire que se découvrir victime est difficile mais aussi admettre qu'on a pu faire du mal aux autres c'est compliqué aussi. C'est un chemin qu'il faut faire régulièrement. Il faut se poser des questions sur son comportement et au comportement par rapport aux autres.

Quand on est auteur on n'est pas auteur à vie et quand on est victime, on n'est pas victime à vie. Ce sont des cycles qui peuvent s'arrêter.

Lorela Prifti

lorela.prifti@lemans.maville.com

Obispo, 30 ans de succès

Afin de fêter sur scène 30 ans de succès, Pascal Obispo, accompagné de douze musiciens, vous propose sa tournée événement. Comme à son habitude, l'artiste a conçu un show dont il a le secret, à la fois explosif, convivial et chargé d'émotions.

Il y chantera ses plus grands succès égrenés au cours de 30 années consacrées à la musique, ainsi que ceux composés pour ses amis artistes. Et pour la première fois, comme un clin d'œil, le programme alléchant apparaîtra sur l'affiche dévoilée prochainement.

Cet anniversaire nous réserve d'ores et déjà d'excellents moments de partages et de correspondances à ne pas manquer.



PHOTO : PASCAL OBISPO

Dimanche 26
A 18 heures
Antarès
2 avenue Antarès
Contact : 02 85 63 21 04
Tarifs : de 49 à 79 euros

« C'était mieux demain ? »



PHOTO : DR

Au programme de la 35^e édition du Forum Philo, des débats et réflexions entre les intervenants et le public autour du thème : « C'était mieux demain ? Actualité de la nostalgie ». Depuis sa fondation, en 1989, le Forum Philo Le Mans demeure fidèle à une même vocation : ni colloque académique ni arène polémique, il tente de conjuguer l'exigence de la réflexion et le débat citoyen pour penser une question de portée philosophique en résonance aussi bien avec l'actualité qu'avec nos préoccupations quotidiennes.

Du vendredi 24 au dimanche 26
Palais des Congrès
Rue d'Arcole
Contact : 02 43 43 59 59
GRATUIT

Werenoir à L'Oasis

À peine 2 ans après le début de sa carrière, la vague Werenoir s'abat sur la scène hip-hop française et emporte tout sur son passage. Originaire de Montreuil, l'artiste cultive le mystère et ne dévoile son univers, violent et sans concessions, qu'à travers des flows et mélodies uniques. Performant dans le fond et la forme, il cumule déjà 3 singles d'or, 1 disque d'or, plus de 160 millions de stream sur spotify et près de 70 millions de vues sur Youtube. L'année dernière, il décide de sortir une compilation de morceaux fuités, certains depuis plus d'un an, volontairement ou non, l'avenir nous le dira. Intitulée « Telegram » en référence à la plateforme sur laquelle les morceaux ont « leakés », cet opus d'à peine 10 titres, a été certifié disque d'or en moins d'un an d'exploitation. En 2023, Werenoir prépare son premier projet et part en tournée dans toute la France qui passera par L'Oasis le 24 novembre.



PHOTO : FIFOU

Vendredi 24
A 20 heures
L'Oasis
1 avenue du Parc des expositions
Contact (superforma) : 07 67 24 90 47
Tarifs : de 18 à 25 euros

Kekra



PHOTO : KEKRA

Toujours masqué, le rappeur originaire de Courbevoie insufflé depuis son apparition en 2015 une énergie particulière à la scène rapologique francophone devenant au fil des apparitions une véritable référence.

Samedi 25
A 20 heures
L'Oasis
1 avenue du Parc des expositions
Contact : 07 67 24 90 47
Tarifs : de 21 à 28 euros

Dub inc.



PHOTO : CARLOS GERARDO GARCIA

Dub inc. est devenu sans conteste, le groupe le plus emblématique du reggae made in France. C'est avant tout par la scène que ses musiciens et chanteurs se sont imposés depuis dix ans comme fer de lance de la scène française, en apportant un vent de fraîcheur incontesté.

Jedi 30 à 20 heures
L'Oasis
Contact : 07 67 24 90 47
Tarifs : de 25 à 32 euros

Ligne 8 lingerie

DU 20 AU 25 NOVEMBRE

BLACK FRIDAY*

-20%

SUR L'ARTICLE DE VOTRE CHOIX**

*Vendredi noir **Offre valable sur un article, une seule fois par foyer, du 20 au 25 novembre 2023.

8, Allée du Bourg d'Anguy - LE MANS - 02 43 24 94 90

RCS Le Mans B 479 919 193

GANT

DU 2 NOVEMBRE 2023 AU 2 JANVIER 2024

LIQUIDATION TOTALE AVANT TRAVAUX

24 rue de Bolton
LE MANS

Siret 42904803600017 récépissé 2023-10

SPECTACLE

« Rire ou mourir, faut-il choisir ? »



PHOTO : JALMAV SARTHE

Le spectacle « Rire ou mourir, faut-il choisir ? », organisé par l'association JalmaV Sarthe, de et avec Yves Cusset, est un « best of » des textes philosophico-humoristiques sur la fin de vie, le temps et la mort. Rien qui ne prête à rire, en apparence. Yves Cusset nous invite à redécouvrir l'étonnement philosophique par le biais de l'humour qu'il définit lui-même comme « la bonne humeur pour mourir ! ». On le compare souvent à Devos. Son spectacle met en avant le sens de la vie.

Mardi 28
A 20h30
Les Saulnières
239 avenue Rhin et Danube
Contact : 02 43 54 27 12
Tarif : 10 euros

ANIMATIONS

Fête de la seconde main



PHOTO : PAYS DU MANS

Dans le cadre de la semaine du réemploi, le Pays du Mans et Le Mans métropole organisent la Fête de la seconde main, un marché de créateurs et événements festifs. Venez y découvrir des artisans locaux dont les produits sont entièrement issus de la seconde main ou du réemploi de matériaux.

Du vendredi au dimanche
La Fabrique-rêves
Boulevard Anatole France
Contact : 02 43 51 23 28
GRATUIT

Gaston Lagaffe s'invite à l'Abbaye

L'auteur québécois Marc Delafontaine, alias Delaf, viendra présenter le 22^e tome de la célèbre BD.



PHOTO : ED. DUPUIS

Dimanche 26

Delaf sera présent pour une rencontre avec ses lecteurs et amateurs de bande dessinée et fera ensuite profiter le public d'une séance de signature. Il succède ainsi aux grands noms de la bande dessinée qui ont été accueillis au sein de l'Abbaye Royale de l'Épau depuis une vingtaine d'années maintenant : Bilal, Giraud, Guarnido, Juillard, Tardi, Taniguchi, Zep... Et tant d'autres, qui permettent à l'abbaye d'être reconnue aujourd'hui comme un lieu d'accueil privilégié de la création artistique et littéraire.

Les temps forts de l'après-midi

Rendez-vous dimanche 26 pour un nouveau rendez-vous familial. Delaf sera présent pour une rencontre avec le public, animée par Morgan Di Salvia, rédacteur en chef du Journal de Spirou. Vous pourrez monter à bord de la Gaffomobile ! Immergez-vous dans la vie d'un employé de bureau grâce aux différentes animations ! Une séance de signature avec l'édition d'un ex-libris est également au programme. Afin de garder un souvenir mémorable, le public présent pourra profiter de la borne à selfie du Département de la Sarthe.

La voiture de Gaston Lagaffe sera présente dans l'abbatiale, grâce à la passion de Jean-Pierre Bodnar, collectionneur amateur de véhicules qui a patiemment recréé cette voiture à taille réelle.

« Le retour de Lagaffe »

La saga Gaston Lagaffe, démarrée en 1957 dans le Journal de Spirou, est l'œuvre d'André Franquin qui jusqu'à sa disparition en 1997 aura produit près de 1000 planches et autant d'explosions, de maladresses et de chutes au sein de la rédaction dans laquelle Gaston sévit. La maison d'édition Dupuis a confié à Delaf, auteur canadien, déjà reconnu pour sa série « Les Nombriels », le soin de faire renaître Gaston Lagaffe et ses gags, avec la création de ce 22^e tome, intitulé « Le retour de Lagaffe ». Cette publication qui constitue l'un des moments forts de l'actualité de la bande dessinée de l'année 2023 sort ce mercredi.

A partir de 13h30
Abbaye royale de l'Épau
A Yvré-l'Évêque
Contact : 02 43 84 22 29
GRATUIT

FESTIVAL

Voyages découvertes



PHOTO : MPT JEAN MOULIN

La Maison Pour Tous Jean Moulin organise la 27^e édition du Festival Voyages Découvertes. Chaque année, un groupe de voyageurs partage avec le public les visites de différents pays. Au cours des séances d'1h30, les publics pourront découvrir les merveilles de sept destinations différentes. Au programme de ce vendredi, direction Le Botswana en Afrique.

A 20 heures
MPT Jean-Moulin
23 rue Robert Collet
Contact : 02 43 47 48 64
GRATUIT

SALON

Salon des collectionneurs



PHOTO : SALON COLLECTIONNEURS

L'Union Philatélique Sarthoise organise son 26^e salon des collectionneurs. Au programme : timbres, cartes postales et souvenirs philatéliques.

Dimanche 26
De 8h30 à 18 heures
Salle Pierre Guédou
Impasse Floréal
Contact : 06 73 41 17 10
Tarif : 1 euro
GRATUIT jusqu'à 12 ans

Retrouvez la semaine prochaine dans

le mans.maville.com

A 21 ans, Alexis Archenault a fait de sa passion son métier :
il est magicien professionnel.



CULTIVEZ LA DIFFÉRENCE !

DES IDÉES ORIGINALES POUR LES FÊTES



MINIATURES À CONSTRUIRE

A PARTIR DE 34,50€

BOX PRÊT À OFFRIR



EXCLU DOUCET



POUR TOUTE LA FAMILLE

A PARTIR DE 17,40€



A PARTIR DE 22,50€

DIVERTISSEMENTS

POUR LES GRANDS



JEUX ENFANTS

A PARTIR DE 15€



Librairie & Papeterie

66 av. Général de Gaulle - 72000 Le Mans

02 43 24 43 20 - contact@librairiedoucet.fr

RCS Le Mans 300 900 552

MENTALISME

Sébastien Gayou au Pâtis



PHOTO : SÉBASTIEN GAYOU

Énigmatique, c'est le mot qui va tourner en boucle dans votre esprit après avoir vu ce spectacle de mentalisme. Vous allez devenir les acteurs d'un spectacle où nous allons jouer avec votre intuition, avec votre mémoire et parfois avec vos nerfs ! Les expériences s'enchaînent mêlant le mentalisme, la magie et l'humour ; beaucoup d'humour ; sans oublier un soupçon de nostalgie pour rendre le moment inoubliable. Durant 90 minutes, Sébastien Gayou va vous révéler les principes et techniques des mentalistes: la synchronicité, la PNL, la mémoire, la télépathie, l'intuition,... Alors que la plupart des spectacles de magie laisse le spectateur passif, « Énigmatique » vous propose de prendre part à la plupart des expériences. Vous passez du stade de spectateur au stade d'acteur.

Jeudi 23
A 20h30
Le Pâtis
38 rue d'Eichthal
Contact : 02 43 87 75 72
Tarifs : de 19 à 20 euros

SALON

Le café des artistes fête Noël



PHOTO : CAFÉ DES ARTISTES

Le café des artistes rouvre ses portes à compter du 23 novembre. Organisé chaque année par l'artiste mancelle Sophie Petetin, l'événement met cette année à l'honneur 14 artistes de domaines différents : cuir, bijoux, mode....

Jusqu'au 26 décembre
260 rue D'Isaac
Entrée libre

Des soirées juste pour rire

La salle Comédie propose une programmation essentiellement tournée vers l'humour.



L'humoriste Constance viendra présenter son spectacle « Pot Pourri ». PHOTO : CONSTANCE

Jeudi 23 : Constance

Dans ce « Pot Pourri », Constance vous propose de déguster de la caricature, du tordu et du cruel, rôtis au second degré et subtilement assaisonnés à la dérision.

Chaque personnage, fourré avec soin à la violence verbale poétique et libératrice, est garanti 100 % névrose naturelle. Mi-poétesse, mi-bulldozer, Constance vous accueille dans son univers somptueusement noir et vous invite à dévorer le spectacle de la comédie humaine directement avec les doigts.

A 18h30
Tarif : 20 euros

Vendredi 24 : Julien Bing

Un spectacle complètement désengagé... Ou presque ! Es-tu prêt à entendre toute la vérité, rien que la vérité, ou presque ? Cette vérité qui change aussi vite que la société évolue. D'ailleurs, notre vérité d'hier est-elle la même que celle d'aujourd'hui ? Du stand-up aux personnages, Bing s'interroge avec empathie, bienveillance (ou presque) sur des vérités qui dérangent.

A 21 heures
Tarif : 22 euros

Jusqu'au 7 décembre

« Surprise : partie ! »

On choisit ses amis (si on en a), mais on ne choisit pas sa famille ! Tout oppose Franck et Laurent, pourtant ils sont frères. Laurent est un winner, tout lui réussit. Franck est un looser, et pour couronner le tout, sa femme lui a fait une surprise : elle est partie !

Pour oublier sa solitude et sa tristesse, il tente de chercher du réconfort auprès de son seul ami Facebook : son frère. En organisant une Surprise-Party exceptionnelle pour son anniversaire, afin de lui changer les idées, Laurent va lui faire rencontrer Camille, une jeune femme imprévisible... Et comme dans toutes les bonnes comédies, rien ne va se passer comme prévu.

Mardi 28, mercredi 29 et jeudi 30 novembre
A 20h30
Mardi 5, mercredi 6 et jeudi 7 décembre
A 20h30
Tarif : 22 euros

Comédie Le Mans
Rue Nationale
Contact : 02 43 23 54 69
Réservation :
www.16-19.fr/comedielemans

THEATRE

« Tous les jours »



PHOTO : P. BOUDET

Et si nous pouvions juger le harcèlement scolaire dans un tribunal ? Imaginons un procès, historique, où le harcèlement scolaire, en personne, comparait devant ses victimes : les enfants, adolescents et adultes de différents établissements scolaires. Cet "individu" dangereux aux multiples facettes mérite un jugement spectaculaire. Deux comédiens, 19 personnages et autant de sweats à capuche ne seront pas de trop pour mener à bien cet incroyable procès.

Vendredi 24 à 20 heures
Samedi 25 à 18 heures
Lundi 27 à 20 heures
Les Quinconces petit théâtre
Place des Jacobins
Contact : 02 43 50 21 50
Tarifs : de 9 à 24 euros

« 2 sœurs »

1953, sud-ouest de l'Irlande, la petite Aileen O' Leary disparaît. Ce n'est que 60 ans plus tard qu'un ethnologue spécialiste des hystéries collectives retrouve son journal intime et soupçonne la résurgence des massacres de sorcières. Dans ce thriller-enquête, les témoignages des protagonistes s'enchaînent dans la peau d'un seul comédien rapidement submergé par l'arrivée d'autres personnages ne faisant pas partie de l'histoire. Un spectacle qui nous montre que la folie et la peur sont deux sœurs qui aiment se côtoyer.

Mercredi 29
A 20h30
EVE Scène universitaire
Avenue René Laënnec
Contact : 02 43 83 27 70
Tarifs : de 4 à 10 euros



Pil' Vite

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

Marques

- CERTUS • GO • INOTIME
- CASIO • WATCH APPEN
- LEE COOPER • AVI 8
- TRINQUET



Centre Sud Galerie commerciale

257 Av. Georges durand • LE MANS • 02 43 72 12 53
RCS Le Mans 823 337 399

RÉPARATION
TOUTES MARQUES,
VENTE ET POSE
DE PILES,
CLÉS MINUTES,
DUPLICATION
CLEFS DE VOITURES

PIL'VITE
La pile que vous cherchez est ici !



THEATRE

« Tout allait bien... »



PHOTO : CIE GRIZZLI

Tout allait bien dans le monde bleu d'un atelier de couture peuplé de deux personnages aux habitudes bien installées et de boutons bien rangés. Tout allait bien... Quand l'arrivée d'un étrange petit bouton rouge bouscule le quotidien, dérange les certitudes et entraîne les deux personnages dans son histoire. Au fil des péripéties et de sa confrontation aux réalités du monde, le petit bouton rouge vivra la rencontre lui permettant d'être reconnu et de s'intégrer à la communauté.

Mercredi 22 et jeudi 23 à 17 heures
Espace Scelia
Rue Didier Pironi
À Sargé-lès-le-Mans
Contact : 02 43 76 38 50
Tarifs : de 5 à 7 euros
À partir de 5 ans

THEATRE

« La maison qui pleurait »



PHOTO : CIE À TROIS BRANCHES

Où se réfugier quand on a peur à 6 ans ? Florence court s'enfermer en elle-même, où elle retrouve Bredouille, son ami imaginaire. Dans un contexte familial difficile, elle tente de comprendre la violence de son père qui se transforme en Grizzloup. Proposée par la Compagnie à trois branches, cette fable poétique dessine le témoignage d'une enfant : la puissance de son imaginaire la mène vers un ailleurs possible.

Vendredi 24 à 20h30
Espace culturel Henri Salvador
A Coulaines
Contact : 02 43 74 35 10
GRATUIT
À partir de 8 ans

SPECTACLE

« À vue »



PHOTO : EMILE ZEIZIG

Matériaux bruts, emballés dans un film semi-transparent, rassemblés en un monticule, déposés au centre d'un rectangle de palettes dépourvues d'artifices, le décor est posé. La Cie 32 novembre donne le ton et souhaite se défaire des archétypes associés à la magie. D'un monticule à sept petits tas puis à un amoncellement dans un coin, les tableaux se succèdent. Tels des alchimistes, la quintessence magique est extraite d'objets anodins, du tout-venant.

Vendredi 24 à 20 heures
et samedi 25 à 18 heures
L'Espal
60-62 rue de l'Estérel
Contact : 02 43 50 21 50
Tarifs : de 9 à 24 euros
À partir de 8 ans

SPECTACLE

« La maison la nuit »



PHOTO : CIE JEUX DE VILAINS

Dans la maison, le jour, une gentille petite famille vit sa vie, comme des millions d'autres. Mais dans la maison, la nuit, c'est au tour d'un groupe de monstres d'investir les lieux pour vaquer à sa propre routine. Dans une mise en scène légère et poétique, cette étrange cohabitation nous est contée par une bande musicale atypique et taillée sur mesure. Le jeu des ombres et celui des lumières nous racontent le monde des humains et celui des monstres.

Samedi 25 à 10h15
Éolienne
Rue des Collèges
À Arnage
Contact : 02 43 21 46 50
Tarifs : de 4 à 6 euros
À partir de 4 ans

SPECTACLE

« Ticket magique pour le Pôle nord »

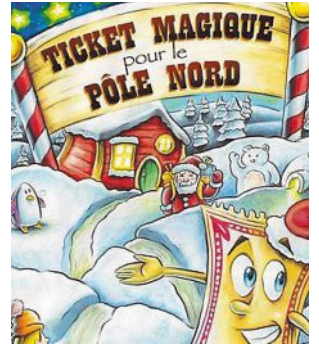


PHOTO : LE PATIS

Sébastien revient dans sa chambre de petit garçon et se souvient de ce que sa maman lui disait : « Mon grand, n'oublie pas qu'à Noël, tout est possible. C'est pourquoi il ne faut jamais perdre la magie de Noël ». Elle disait aussi que si un jour elle n'était plus là, elle serait certainement dans ce gros nuage venant du Pôle-Nord, le même nuage que celui du Père Noël. Alors, puisque tout est possible, Sébastien décide de partir pour le Pôle-nord pour pouvoir retrouver sa maman et la serrer encore une fois dans ses bras.

Dimanche 26 à 15 heures
Le Patis
38 rue d'Eichtal
Contact : 02 43 87 75 72
Tarifs : de 9 à 12 euros

les Jacobins
CENTRE COMMERCIAL

DU 24 AU 26 NOVEMBRE
BLACK FRIDAY*

500€ DE BONS D'ACHAT À GAGNER
ET DE NOMBREUSES REMISES EN BOUTIQUES !

VENDREDI 24 ET SAMEDI 25 NOV. : 10H À 19H30
DIMANCHE 26 NOV. : 10H À 19H

*VENDREDI NOIR

WWW.CENTRE-JACOBINS.FR

VOTRE CENTRE EN COEUR DE VILLE

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 22 au 28 novembre 2023

CGR LE COLISÉE

3 JOURS MAX

Sortie le 25/10/2023, 1h30, **Comédie**, de Tarek Boudali. Avec Tarek Boudali, Philippe Lacheau, Julien Arruti...

mer. 22, sam. 25, dim. 26, lun. 27, mar. 28: 18h30, 20h30 / jeu. 23: 13h45, 18h30, 20h30 / ven. 24: 13h45, 18h30.

FIVE NIGHTS AT FREDDY'S

Sortie le 08/11/2023, 1h49, **Horreur**, de Emma Tammi. Avec Josh Hutcherson, Piper Rubio, Elizabeth Lail...

mer. 22: 13h30, 16h, 18h, 20h45 / jeu. 23, sam. 25, lun. 27, mar. 28: 13h30, 16h, 20h45 / ven. 24: 13h30, 16h, 20h30 / dim. 26: 16h15, 18h30, 20h45. (Interdit - 12 ans)

GUEULES NOIRES

Sortie le 15/11/2023, 1h43, **Fantastique, Aventure**, de Mathieu Turi. Avec Samuel Le Bihan...

mer. 22, dim. 26: 14h / jeu. 23: 16h, 18h / ven. 24: 18h, 20h30 / sam. 25: 14h05, 18h / lun. 27: 18h / mar. 28: 16h15. (Interdit - 12 ans)

HUNGER GAMES...

Sortie le 15/11/2023, 2h37, **Aventure**, de Francis Lawrence. Avec Tom Blyth, Ashley Liao, Rachel Zegler...

mer. 22, jeu. 23, lun. 27, mar. 28: 13h45, 16h45, 19h30 / ven. 24, sam. 25: 13h45, 16h45 / dim. 26: 13h45, 16h45, 20h. ven. 24, sam. 25: 19h30 / dim. 26: 10h30.(VO)

KILLERS OF THE FLOWER MOON

Sortie le 18/10/2023, 3h26, **Historique, Thriller**, de Martin Scorsese. Avec Leonardo DiCaprio, Lily Gladstone, Robert De Niro...

jeu. 23, ven. 24, lun. 27, mar. 28: 14h.

L'ABBÉ PIERRE - UNE VIE DE

COMBATS
Sortie le 08/11/2023, 2h18, **Drame, BIOPIC**, de Frédéric Tellier. Avec Benjamin Lavernhe, Emmanuelle Bercot, Michel Vuillemoz...

mer. 22: 13h45, 16h30, 20h30 / jeu. 23, sam. 25, lun. 27, mar. 28: 13h45, 16h30, 20h15 / ven. 24: 13h45, 16h30 / dim. 26: 13h30, 17h, 20h15.

LA PAT' PATROUILLE : LA SUPER PATROUILLE LE FILM

Sortie le 11/10/2023, 1h33, **Animation, Famille**, de Cal Brunker. Avec Alexandre N'Guyen, Finn Lee-Epp, Lisa Caruso...

mer. 22, ven. 24, sam. 25: 15h45 / dim. 26: 11h, 16h05 / lun. 27, mar. 28: 13h45.

LE KID

Sortie le 06/02/1921, 0h52, **Comédie**, de Charles Chaplin. Avec Charles Chaplin, Jackie Coogan, Edna Purviance...

jeu. 23, lun. 27: 9h30.

LES TROLLS 3

Sortie le 18/10/2023, 1h31, **Animation**, de Walt Dohm. Avec Vitaa, Anna Kendrick, Matt Pokora...

mer. 22, sam. 25: 13h30, 16h / dim. 26: 11h, 13h45, 18h05.

NAPOLEON

Sortie le 22/11/2023, 2h38, **Biopic**, de Ridley Scott. Avec Joaquin Phoenix, Ian McNeice, Youssef Kerkour...

Fresque spectaculaire, Napoléon s'attache à l'ascension et à la chute de l'Empereur Napoléon Bonaparte. Le film retrace la conquête acharnée du pouvoir par Bonaparte à travers le prisme de ses rapports passionnels et tourmentés avec Joséphine, le grand amour de sa vie.

mer. 22, jeu. 23, lun. 27, mar. 28: 13h30, 16h45, 20h / ven. 24, sam. 25: 13h30 / dim. 26: 10h30, 13h45, 19h45. ven. 24, sam. 25: 16h45, 20h / dim. 26: 16h15.(VO)

SECOND TOUR

Sortie le 25/10/2023, 1h35, **Comédie, Drame**, de Albert Dupontel. Avec Albert Dupontel, Cécile de France, Nicolas Marié...

mer. 22, jeu. 23, ven. 24, sam. 25, lun. 27, mar. 28: 18h30 / dim. 26: 10h30, 18h30.

SECRETS TOXIQUES

Sortie le 18/01/2023, 1h01, **Documentaire**, de Andy Battentier. Avec Philippe Piard,

ven. 24: 20h30.

SOUND OF FREEDOM

Sortie le 15/11/2023, 2h15, **Action**, de Alejandro Monteverde. Avec Jim Caviezel, Bill Camp, Cristal Aparicio...

mer. 22, sam. 25: 13h30, 20h15 / jeu. 23, lun. 27, mar. 28: 20h15 / dim. 26: 14h, 20h15.(VO)

SOYEZ SYMPAS, REMBOBINEZ

Sortie le 05/03/2008, 1h34, **Comédie**, de Michel Gondry. Avec Jack Black, Yasiin Bey, Danny Glover...

lun. 27: 9h.

THE MARVELS

Sortie le 08/11/2023, 1h45, **Action**, de Nia DaCosta. Avec Brie Larson, Iman Vellani, Teyonah Paris...

mer. 22, sam. 25: 16h15, 18h30, 20h45 / jeu. 23, ven. 24, lun. 27, mar. 28: 14h, 16h15, 18h30, 20h45 / dim. 26: 10h45, 16h15, 20h45.

WISH - ASHA ET LA BONNE ÉTOILE

Sortie le 29/11/2023, 1h35, **Animation**, de Chris Buck, Fawn Veerasunthorn. Avec Océane Demontis, Aniana DeBose, Evan Peters...

Asha, jeune fille de 17 ans à l'esprit vif et dévouée à ses proches, vit à Rosas, un royaume où tous les souhaits peuvent littéralement s'exaucer. Dans un moment de désespoir, elle adresse un vœu aux étoiles auquel va répondre une force cosmique...

AVANT-PREMIERE : dim. 26: 11h, 14h.

LE ROYAL

LE RÉGNE ANIMAL

Sortie le 04/10/2023, 2h08, **Aventure, Drame**, de Thomas Chailley. Avec Romain Duris, Paul Kircher, Adèle Exarchopoulos...

mer. 22, lun. 27: 20h.

NOUVEAU DÉPART

Sortie le 27/09/2023, 1h40, **Comédie, Romantique**, de Philippe Lefebvre. Avec Franck Dubosc, Karine Viard,

mer. 22: 15h / dim. 26: 18h / mar. 28: 17h.

LES CINÉASTES

ET LA FÊTE CONTINUE !

Sortie le 15/11/2023, 1h46, **Comédie Dramatique**, de Robert Guédiguian. Avec Ariane Ascaride, Jean-Pierre Darroussin, Lola Naymark...

mer. 22: 16h, 18h15 / jeu. 23, dim. 26: 13h45, 16h / ven. 24: 14h, 18h / sam. 25: 16h / lun. 27: 13h45, 20h30 / mar. 28: 13h30, 18h.

HOW TO HAVE SEX

1h28, **Drame**, de Molly Manning Walker. Avec Mia McKenna-Bruce, Samuel Bottomley, Lara Peake...

mer. 22: 14h, 20h30 / jeu. 23, ven. 24, lun. 27: 18h30 / sam. 25: 18h40 / dim. 26: 20h30.(VO)

KILLERS OF THE FLOWER MOON

Sortie le 18/10/2023, 3h26, **Historique, Thriller**, de Martin Scorsese. Avec Leonardo DiCaprio, Lily Gladstone, Robert De Niro...

ven. 24: 20h / lun. 27: 13h20.(VO)

L'ENLÈVEMENT

Sortie le 25/10/2023, 2h05, **Drame**, de Marco Bellocchio. Avec Barbara Ronchi, Filippo Timi, Fabrizio Gifuni...

ven. 24, mar. 28: 14h / dim. 26: 20h15.(VO)

L'HIVER D'EDMOND ET LUCY

Sortie le 08/11/2023, 0h45, **Animation, Famille**, de François Narboux.

mer. 22: 10h30.

LA COURSE AUTUMIEL

Sortie le 22/11/2023, 1h13, **Animation**, de Anna Blaszczyk.

sam. 25: 15h20 / dim. 26: 17h15.

LA PASSION DE DODIN BOUFFANT

2h24, **Drame**, mer. 22, jeu. 23, ven. 24, lun. 27: 15h45 / sam. 25: 13h30 / mar. 28: 14h.

LA RIVIÈRE

Sortie le 22/11/2023, 1h44, **Documentaire**, de Dominique Marchais. Entre Pyrénées et Atlantique coulent des rivières puissantes qu'on appelle les gaves. Les champs de maïs les assoiffent, les barrages bloquent la circulation du saumon. L'activité humaine bouleverse le cycle de l'eau et la biodiversité de la rivière...

mer. 22: 20h30 / jeu. 23, dim. 26, lun. 27: 13h30 / mar. 28: 18h30.

LA VENUS D'ARGENT

Sortie le 22/11/2023, 1h35, **Drame**, de Héléna Klotz. Avec Claire Pomet, Niels Schneider...

mer. 22: 16h, 18h / jeu. 23: 14h, 18h / ven. 24: 16h30, 20h30 / sam. 25: 13h30, 20h30 / dim. 26: 15h30 / lun. 27: 17h, 20h30 / mar. 28: 20h30.

LE GARÇON ET LE HÉRON

Sortie le 01/11/2023, 2h03, **Aventure, Drame**, de Hayao Miyazaki. Avec Gavril Darteville, Soma Santoki, Juliette Allain...

mer. 22: 15h45 / sam. 25: 17h30 / dim. 26: 20h15.(VO)

LE THÉORÈME DE MARGUERITE

1h52, **Drame**, de Anna Novion. Avec Ella Rumpf, Jean-Pierre Darroussin, Clotilde Courau...

dim. 26: 20h15 / mar. 28: 15h45.

LITTLE GIRL BLUE

Sortie le 15/11/2023, 1h35, **Drame**, de Mona Achache. Avec Marion Cotillard,

mer. 22: 18h30 / jeu. 23: 20h30 / ven. 24: 14h / sam. 25: 16h50 / dim. 26: 18h40 / lun. 27: 18h45 / mar. 28: 16h30.

LITTLE MISS SUNSHINE

Sortie le 06/09/2006, 1h40, **Comédie, Drame**, de Jonathan Dayton, Valerie Faris. Avec Abigail Breslin, Jerry Giles, Beth Grant...

sam. 25: 16h.(VO)

MELANCHOLIA

Sortie le 10/08/2011, 2h10, **Science-Fiction, Drame**, de Lars von Trier. Avec Kirsten Dunst, Charlotte Gainsbourg, Alexander Skarsgard...

jeu. 23: 20h / sam. 25: 18h / dim. 26: 13h45.(VO)

RICARDO ET LA PEINTURE

Sortie le 15/11/2023, 1h46, **Documentaire**, de Barbet Schroeder.

mer. 22: 13h30 / jeu. 23: 18h / ven. 24: 16h / sam. 25: 13h45 / mar. 28: 16h30.

RIEN À PERDRE

Sortie le 22/11/2023, 1h52, **Drame**, de Delphine Deloget. Avec Virginie Efira, Félix Lefebvre, Arieh Worthalter...

Sylvie vit à Brest avec ses deux enfants, Sofiane et Jean-Jacques. Une nuit, Sofiane se blesse alors qu'il est seul dans l'appartement. Les services sociaux sont alertés et placent l'enfant en foyer, le temps de mener une enquête...

mer. 22: 13h30, 20h / jeu. 23, mar. 28: 13h30, 20h30 / ven. 24, lun. 27: 16h, 20h30 / sam. 25: 15h20, 20h30 / dim. 26: 15h45, 18h.



PORTES OUVERTES LE 25 NOVEMBRE 2023



LA VISITATION
RÉSIDENTE SERVICES SENIORS

VOUS ÊTES UN FIN GOURMET ?

NOUS VOUS INVITONS
À DÉJEUNER* AU RESTAURANT
DE LA RÉSIDENCE PENDANT 2 MOIS

*d'une valeur de 900 €. Pour toute signature d'un appartement T2 avant le 30 novembre 2023

LA VISITATION - Résidence Services Seniors
11 RUE BARBIER - 72100 LE MANS - 06 47 72 11 88
www.maisonsdefamille.com

SIMPLE COMME SYLVAIN

Sortie le 08/11/2023, 1h50, **Comédie, Romantique**, de Monia Chokri. Avec Magalie Lépine Blondeau, Pierre-Yves Cardinal, Francis-William Rhéaume...

mer. 22, lun. 27: 18h15 / jeu. 23: 15h45 / ven. 24: 18h20, 20h30 / sam. 25, mar. 28: 18h20 / dim. 26: 13h30, 18h.

THE OLD OAK

Sortie le 25/10/2023, 1h53, **Drame**, de Ken Loach. Avec Dave Turner, Ebla Mari, Claire Rodgerson...

mar. 28: 15h45.(VO)

TROIS SOUVENIRS DE MA JEUNESSE

Sortie le 20/05/2015, 2h00, **Drame**, de Arnaud Desplechin. Avec Quentin Dolmaire, Lou Roy Lecollinet, Mathieu Amalric...

sam. 25: 20h.

UN HIVER À YANJI

Sortie le 22/11/2023, 1h40, **Drame**, de Anthony Chen. Avec Zhou Dongyu, Liu Haoran, Chuxiao Qu...

mer. 22: 14h, 20h30 / jeu. 23: 16h, 18h30 / ven. 24: 14h, 18h30 / sam. 25: 13h30, 20h30 / dim. 26: 16h15, 18h15 / lun. 27: 17h / mar. 28: 18h.(VO)

ZORN I & II

Sortie le 01/11/2023, 1h53, **DOCUMENTAIRE, Musique**, de Mathieu Amalric.

lun. 27: 19h.(VO)

MÉGA CGR

LE NOËL DE PEPPA PIG

Sortie le 29/11/2023, 0h53, **Dessin animé**, "Peppa Pig", l'héroïne préférée des tout-petits arrive dans les salles de cinéma pour fêter Noël! Eclats de rire et émotion seront au rendez-vous dans une sélection comprenant 5 épisodes 100% inédits en France...

AVANT-PREMIERE : sam. 25: 16h.

NAPOLEON

Sortie le 22/11/2023, 2h38, **Biopic**, de Ridley Scott. Avec Joaquin Phoenix, Ian McNeice, Youssef Kerkour...

tj. 10h30, 13h35, 14h30, 16h45, 17h45, 20h, 21h.

SCH - LE CONCERT DE L'ORANGE VÉLODROME AU CINÉMA

Sortie le 23/11/2023, 2h30, **Concert**, de Stéphane Bohée. Avec SCH,

Le 23 novembre, diffusion sur grand écran de la Grand-Messe du S. Plus qu'attendu, SCH, 30 ans, célèbre 10 ans de carrière devant 53 400 spectateurs à l'Orange Vélodrome...

jeu. 23: 20h.

THANKSGIVING : LA SEMAINE DE L'HORREUR

Sortie le 29/11/2023, 1h47, **Horreur**, de Eli Roth. Avec Patrick Dempsey, Addison Rae, Milo Manheim...

AVANT-PREMIERE : ven. 24: 20h. (Interdit - 16 ans)

WISH - ASHA ET LA BONNE ÉTOILE

Sortie le 29/11/2023, 1h35, **Animation**, de Chris Buck, Fawn Veerasunthorn. Avec Océane Demontis, Ariana DeBose, Evan Peters...

AVANT-PREMIERE : dim. 26: 11h, 13h30.

PATHÉ QUINCONCES

3 JOURS MAX

Sortie le 25/10/2023, 1h30, **Comédie**, de Tarek Boudali. Avec Tarek Boudali, Philippe Lacheau, Julien Arruti...

mer. 22, ven. 24, sam. 25, dim. 26, mar. 28: 15h30, 17h55, 22h20 / jeu. 23: 17h55, 22h20 / lun. 27: 13h25, 15h20, 22h25.

AVANT QUE LES FLAMMES NE S'ÉTEIGNENT

Sortie le 15/11/2023, 1h34, **Drame**, de Mehdi Fikri. Avec Camélia Jordana, Sofiane Zermani, Sofian Khammes...

mer. 22, jeu. 23, ven. 24, sam. 25, lun. 27, mar. 28: 22h25 / dim. 26: 21h30.

COMME PAR MAGIE

Sortie le 15/11/2023, 1h32, **Comédie**, de Christophe Barratier. Avec Kev Adams, Gérard Jugnot, Claire Chust...

mer. 22, jeu. 23, sam. 25, mar. 28: 13h20, 16h15, 18h25 / ven. 24: 19h15 / dim. 26: 13h20, 16h15, 19h40 / lun. 27: 13h05, 16h45, 18h55.

CONNAISSANCE DU MONDE - AFRIQUE DU SUD : LE BERCEAU DE L'HUMANITÉ

Sortie le 15/08/2019, 1h30, **DOCUMENTAIRE**,

lun. 27: 14h30.

FIVE NIGHTS AT FREDDY'S

Sortie le 08/11/2023, 1h49, **Horreur**, de Emma Tammi. Avec Josh Hutcherson, Piper Rubio, Elizabeth Lail...

mer. 22, jeu. 23, sam. 25, mar. 28: 13h35, 19h40 / ven. 24: 19h40 / dim. 26: 13h35, 21h20 / lun. 27: 13h15, 22h10. (Interdit - 12 ans)

HUNGER GAMES...

Sortie le 15/11/2023, 2h37, **Aventure**, de Francis Lawrence. Avec Tom Blyth, Ashley Liao, Rachel Zegler...

mer. 22, sam. 25, mar. 28: 14h15, 17h30, 18h40, 20h45 / jeu. 23: 13h30, 16h45, 18h40 / ven. 24: 16h05, 17h50, 18h40, 21h05 / dim. 26: 14h35, 18h10, 18h40, 21h20 / lun. 27: 14h15, 17h30, 20h45. ven. 24: 21h20 / sam. 25: 13h20, 19h / dim. 26: 15h30, 21h10 / lun. 27: 13h15, 19h / mar. 28: 15h30, 21h20.(3D)jeu. 23: 20h45 / lun. 27: 18h20.(VO)

J'EN SUIS PAS UN HÉROS

Sortie le 22/11/2023, 1h41, **Comédie Dramatique**, de Rudy Milstein. Avec Vincent Dedienne, Géraldine Nakache, Clémence Poésy...

mer. 22, jeu. 23, ven. 24, sam. 25, dim. 26, mar. 28: 15h50, 18h05, 20h15 / lun. 27: 15h30, 17h45, 19h55.

L'ABBÉ PIERRE - UNE VIE DE COMBATS

Sortie le 08/11/2023, 2h18, **Drame, BIOPIC**, de Frédéric Tellier. Avec Benjamin Lavernhe, Emmanuelle Bercot, Michel Vuillemoz...

mer. 22, sam. 25, mar. 28: 15h15, 20h35 / jeu. 23: 13h, 15h10 / ven. 24: 21h25 / dim. 26: 11h05, 15h10 / lun. 27: 15h15, 21h05.

L'ARCHEDE NOË
Sortie le 22/11/2023, 1h45, **Comédie Dramatique**, de Bryan Marciano. Avec Valérie Lemerrier, Finnegan Oldfield, Elsa Guedj...

mer. 22, jeu. 23, sam. 25, mar. 28: 13h10, 15h30, 20h / ven. 24: 17h35, 20h / dim. 26: 10h45, 13h10, 15h30, 20h / lun. 27: 13h, 15h30, 20h.

LA PASSION DE DODIN BOUFFANT
2h24, **Drame**,
mer. 22, jeu. 23, ven. 24, sam. 25, lun. 27, mar. 28: 16h20 / dim. 26: 14h55.

LE CONSENTEMENT
Sortie le 11/10/2023, 1h58, **Drame**, de Vanessa Filho. Avec Jean-Paul Rouve, Kim Higelin, Laetitia Casta...

mer. 22, jeu. 23, sam. 25, mar. 28: 13h45, 22h / ven. 24: 22h / dim. 26: 10h45, 13h15 / lun. 27: 13h, 22h. (Interdit - 12 ans avec avertissement)

LE GARÇON ET LE HÉRON
Sortie le 01/11/2023, 2h03, **Aventure, Drame**, de Hayao Miyazaki. Avec Gavrill Dartevelle, Soma Santoki, Juliette Allain...

mer. 22, lun. 27, mar. 28: 13h45, 21h35 / jeu. 23: 13h45, 16h / ven. 24: 21h35 / sam. 25: 16h, 21h35 / dim. 26: 10h55, 16h. mer. 22, ven. 24, mar. 28: 16h / jeu. 23: 21h35 / sam. 25: 13h45 / dim. 26: 20h50 / lun. 27: 15h40.(VO)

LE LIVRE DE LA JUNGLE (1968)
Sortie le 11/12/1968, 1h19, **Dessin animé**, de Wolfgang Reithermann. Avec Phil Harris, Sebastian Cabot, Louis Prima...

dim. 26: 11h.

LE RÈGNE ANIMAL
Sortie le 04/10/2023, 2h08, **Aventure, Drame**, de Thomas Cailley. Avec Romain Duris, Paul Kircher, Adèle Exarchopoulos...

mer. 22, jeu. 23, ven. 24, sam. 25, dim. 26, mar. 28: 21h50 / lun. 27: 21h30.

LE SYNDROME DES AMOURS PASSÉES
Sortie le 25/10/2023, 1h29, **Comédie, Drame**, de Ann Sirot, Raphaël Balboni. Avec Lucie Debay, Lazare Gousseau, Florence Loiret-Caille...

jeu. 23: 15h25 / dim. 26: 21h45 / lun. 27: 17h55 / mar. 28: 13h35.

LES EVADES
Sortie le 01/03/1995, 2h22, **Drame**, de Frank Darabont. Avec Tim Robbins, Morgan Freeman, Bob Gunton...

lun. 27: 19h30.(VO)

LES TROLLS 3
Sortie le 18/10/2023, 1h31, **ANIMATION**, de Walt Dohrn. Avec Vitaa, Anna Kendrick, Matt Pokora...

mer. 22, sam. 25: 13h10 / dim. 26: 10h30, 13h05.

MARS EXPRESS
Sortie le 22/11/2023, 1h25, **ANIMATION, Science-Fiction**, de Jérémie Périn. Avec Léa Drucker, Sébastien Chassigne, Mathieu Amalric...

mer. 22, sam. 25: 18h05, 20h, 22h30 / jeu. 23: 13h10, 18h, 20h, 22h30 / ven. 24: 15h30, 20h, 22h30 / dim. 26: 11h05, 20h05, 22h30 / lun. 27: 18h05, 20h, 22h20 / mar. 28: 13h15, 18h05, 20h, 22h30.

NAPOLEON
Sortie le 22/11/2023, 2h38, **Biopic**, de Ridley Scott. Avec Joaquin Phoenix, Ian McNeice, Youssef Kerkour...

mer. 22, sam. 25, mar. 28: 14h30, 17h45, 21h / jeu. 23: 14h30, 17h45, 19h15 / ven. 24: 16h, 17h45, 21h / dim. 26: 11h15, 14h, 17h15, 18h10 / lun. 27: 17h45, 19h15, 21h. mer. 22, ven. 24, sam. 25, mar. 28: 19h15 / jeu. 23: 21h / dim. 26: 10h30, 20h30 / lun. 27: 14h30.(VO)

PAT PATROUILLE
Sortie le 11/08/2021, 1h26, **Comédie, Aventure**, de Cal Brunner. Avec Iain Armitage, Will Brisbin, Ron Parodo...

mer. 22, sam. 25: 13h45 / dim. 26: 11h05, 14h05.

PRINCESSE MONONOKÉ
Sortie le 12/01/2000, 2h15, **Drame, Fantastique**, de Hayao Miyazaki. Avec Gillian Anderson, Claire Danes.

dim. 26: 18h, 18h25.

SAW X
Sortie le 25/10/2023, 1h58, **Horreur**, de Kevin Greutert. Avec Tobin Bell, Shawnee Smith, Synnove Macody Lund...

mer. 22, jeu. 23, ven. 24, sam. 25, mar. 28: 22h. (Interdit - 16 ans)

SCH - LE CONCERT DE L'ORANGE VÉLODROME AU CINÉMA
Sortie le 23/11/2023, 2h30, **Concert**, de Stéphane Bohée. Avec SCH,

jeu. 23: 20h.

SECOND TOUR
Sortie le 25/10/2023, 1h35, **Comédie, Drame**, de Albert Dupontel. Avec Albert Dupontel, Cécile de France, Nicolas Marié...

mer. 22, jeu. 23, ven. 24, sam. 25, dim. 26, mar. 28: 17h30 / lun. 27: 17h20.

SOUL
Sortie le 25/12/2020, 1h40, **ANIMATION, Aventure**, de Pete Docter. Avec Omar Sy, Jamie Foxx, Camille Cottin...

dim. 26: 13h30.

THE MARVELS
Sortie le 08/11/2023, 1h45, **Action**, de Nia DaCosta. Avec Brie Larson, Iman Vellani, Teyonah Parris...

mer. 22, jeu. 23, sam. 25, lun. 27, mar. 28: 14h35, 17h, 19h10 / ven. 24: 15h35, 19h10 / dim. 26: 12h35, 17h45, 22h05. ven. 24: 18h50 / sam. 25, lun. 27: 16h35, 22h15 / dim. 26: 10h45, 13h10, 18h45 / mar. 28: 13h10, 18h50.(3D)

WISH - ASHA ET LA BONNE ÉTOILE
Sortie le 29/11/2023, 1h35, **Animation**, de Chris Buck, Fawn Veerasunthorn. Avec Océane Demontis, Ariana DeBose, Evan Peters...

AVANT-PREMIERE : dim. 26: 16h.

LE GRAND DÉSTOCKAGE

DÉCORATIONS PROFESSIONNELLES NOËL & JARDIN

Retrouvez-nous

JUSQU'À
-90%

VENDREDI
24
NOV
DE 10H À 18H30

SAMEDI
25
NOV
DE 9H À 16H00

Dans notre entrepôt
AU MANS

35 Boulevard Pierre Lefauchaux - LE MANS.

VENTES FLASH

10000 PRODUITS LED

FOOD TRUCK SUR PLACE

UN CADEAU DÈS 50€ D'ACHAT

500 DÉCORS LED LUMINEUX

PRODUITS RECONDITIONNÉS

Pour plus d'informations, SCANNEZ CE QR-CODE

et en ligne sur

CHROMEX.FR

Leblanc
illuminations

Robin Cavallès, champion international de beatbox

« J'étais prêt, mais je ne m'y attendais pas. C'est la plus grosse compétition du monde », se rappelle Robin Cavallès, vainqueur de la catégorie loopstation de la compétition internationale Grand Beatbox Battle au Japon.

« J'ai pleuré toutes les larmes de mon corps. C'était dur... Il se passe six heures entre le round final et l'annonce du gagnant. Six heures où tu ne sais rien. Ça me fait toujours quelque chose, s'émeut-il. On ne réalise pas mais la sensation est assez étrange. »

Le Sarthois a gagné les esprits dès le premier round grâce à sa touche personnelle. « Je n'étais sans doute pas le favori, mais j'ai eu une tactique qui s'est bien déroulée, et j'étais surpris. Au premier tour, j'ai fait un truc pas comme les autres, on va dire, décortique le champion. C'est un battle, le public et le jury n'entendent qu'une fois ton son donc il faut créer des surprises. Et les miennes ont étonnamment bien marché. »

Le beatbox sarthois

Hormis Robin Cavallès, la scène sarthoise du beatbox continue à produire de nouveaux talents. « Il y a quelques années on m'a appelé car un groupe de jeunes d'un collège de la ville avaient monté un club de beatbox, raconte-t-il. Aujourd'hui ils sont forts et participent aux championnats de France. » Robin Cavallès partage ses endroits favoris au Mans.



Robin Cavallès, champion de monde 2023 de beatbox, catégorie loopstation du Grand Beatbox Battle au Japon.

PHOTO : LP

La place d'Alger

« J'aime bien cette place parce que je la trouve toute mignonne.

J'aime plusieurs endroits qui s'y trouvent : anciennement le bar PCV, qui maintenant s'appelle l'Elephant Pub, j'y ai passé pas mal de temps.

Le Hangar crealab aussi, qui est sur le côté, j'y suis passé plusieurs fois et je trouve ça très sympa comme endroit. »

Elephant Pub 25 rue d'Alger
Hangar Crealab 43 rue d'Alger



PHOTO : LP

Quartier de la Madeleine



PHOTO : LP

« J'aime bien traverser le quartier de la Madeleine. C'est là où je suis allé au collège et là où mon père travaillait aussi. Il y était prof. Que de bons souvenirs. »

Le Barouf



PHOTO : J.M.

« Quand je sors, et c'est assez rare, c'est là où je vais. »

Un nouveau chapitre

Depuis son retour du Japon, la vie de Robin a « complètement changé ».

« Et elle va changer encore plus quand les vidéos vont sortir je pense, glisse-t-il. Concrètement, je suis énormément sollicité pour plein de choses, je vais être appelé à juger plusieurs compétitions, et j'ai des propositions de concerts aussi. »

Dans la petite commune sarthoise où il habite, tout le monde a eu vent de la nouvelle. « Ce matin je suis allé à la banque et le directeur m'a reconnu quand il a entendu mon nom. Ce sont des choses comme ça au quotidien... »

Un métier de passion

L'artiste ne se rappelle pas comment il a connu le beatbox et ce qui l'a poussé à commencer à en faire.

« Au début, je ne pensais pas du tout à devenir le meilleur. J'ai juste découvert une façon d'utiliser sa voix qui était super et je m'amusais avec », raconte-t-il.

Désormais, ça fait 18 ans que Robin a fait du beatbox un moyen, non seulement d'expression mais aussi de travail. Intermittent du spectacle il enchaîne les spectacles, les compétitions et les ateliers. « Pour moi, le beatbox est quelque chose de très personnel où on va essayer de jouer différemment des autres, détaille Robin. On a tous une bouche différente et les sons ne sont pas pareils. C'est la passion de ma vie tout simplement. »

Instagram : robinbeatbox

Palais des Congrès



PHOTO : J.M.

« J'y ai joué une fois à mes débuts professionnels et c'était trop bien. »

Rue d'Arcole

Les Saulnières

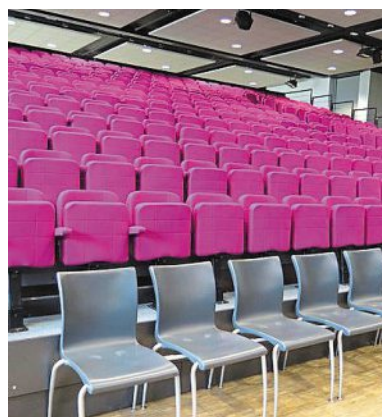


PHOTO : ARCHIVES LE MANS MA VILLE

« J'adore cette salle de spectacle. J'y ai joué pas mal de fois et j'adore cet endroit et les gens qui y travaillent. »

239 avenue Rhin et Danube

8 rue Victor Bonhommet

LE POST INSTAGRAM

Mathieu Amalric aux Cinéastes lundi 27 novembre



cinema.les.cineastes.72

cinema.les.cineastes.72 Cine-rencontre avec Mathieu Amalric

Nous sommes ravis d'accueillir dans nos murs l'acteu réalisateur Mathieu Amalric pour nous présenter son documentaire autour de son ami et musicien John Zorn.

Saxophoniste alto, clarinetiste, producteur et compc américain explorant une grande variété de genres, M Amalric l'a filmé depuis 2010 réalisant ainsi 3 films : 2 Zorn III.

On vous donne rendez-vous le lundi 27 novembre à 19h, pour cette rencontre. Pour réserver, n'hésitez pas à venir en caisse du ciné réserver en ligne dans l'onglet "événements".

A retrouver dans le festival Aux Écrans du réel, organ Chroma Le Film Documentaire.

4j

Aimé par theatredeschaoue et autres personnes IL Y A 4 JOURS

Ajouter un commentaire...

PHOTO : INSTAGRAM LES CINÉASTES

Dans le cadre du festival « Aux Écrans du Réel », le cinéma Les Cinéastes reçoit Mathieu Amalric le lundi 27 novembre pour ses trois documentaires Zorn I, II & III sur le génial musicien américain, John Zorn.

« Le fabuleux élan de liberté que procurent ses films »

Une amitié de douze ans, et un film, toujours en cours, que le non moins génial comédien-réalisateur français a construit seul, avec sa caméra et ses micros, sans savoir où cela le mènerait.

Son regard sur ces musiciens et musiciennes stimule magnifiquement l'envie d'aller écouter, en chair et en os, de la musique. Et outre le fabuleux élan de liberté que procurent ses films, Mathieu Amalric nous permet d'avoir eu le sentiment de rencontrer Zorn.

Lundi 27 novembre
A 19 heures : projection de Zorn I et Zorn II
A 21 heures : discussion avec Mathieu Amalric
A 22 heures : diffusion de Zorn III
Les Cinéastes
Place des Comtes du Maine
Informations : www.les-cineastes.fr
Tarifs : de 4,60 à 9 euros
Instagram : cinema.les.cineastes.72

LE POST FACEBOOK

La cathédrale du Mans, la plus belle de France ?

Henoo 2j

1/4 FINALE DU TOURNOI DES PLUS BELLES CATHÉDRALES DE FRANCE 🇫🇷

👉 Cathédrale Saint-Julien du #mans VS Cathédrale Saint-Gatien de #tours

ÉTAPE 1 : Réagissez avec l'emoji correspondant à votre cathédrale préférée, Le Mans ou Tours !

É... En voir plus

PHOTO : HENOOAPP

Internaute, dis-moi qui est la plus belle... entre la cathédrale Saint-Julien et la cathédrale Saint-Gatien de Tours ! Vendredi 17 novembre, l'édifice manceau affrontait sa rivale tourangelle en quart de finale du concours de « La plus belle cathédrale de France ». Mission réussie pour la Mancelle qui fera face en demi-finale à la cathédrale de Strasbourg... Lancé par l'application Henoo dédiée

au tourisme de proximité, le principe du concours est simple : les internautes doivent élire le plus bel édifice religieux de France à coups de clics. Alors, qui sera la grande gagnante cette année ? À la rédaction de Le Mans maville, nous sommes (un brin) chauvins et, pour nous, la victoire sera sans appel pour Le Mans !

<https://www.facebook.com/HenooApp>

AU CENTRE COMMERCIAL MAINE STREET

C'est le **Black Friday** ^{*}

DU 22 AU 25 NOVEMBRE 2023

Venez profiter d'Offres Exceptionnelles ^{**}!

Auchan
LES HUNAUDIÈRES

*Vendredi noir. **Chez les commerçants participants, selon étiquetage, dans la limite des stocks disponibles.

CENTRE COMMERCIAL MAINE STREET
 2 Boulevard des Hunaudières - Ruaudin www.maine-street.com

LE MANS MAVILLE - MERCREDI 22 NOVEMBRE 2023

Des applications made in Sarthe : le quotidien en 2.0

Désormais il y a des applis pour tout. Et s'il y en a pas... En créer une semble être à la portée de tous ceux qui s'y connaissent un peu en informatique.

La rédaction a rencontré quelques Sarthois qui ont ressenti le besoin de développer leurs propres applications. Ces nouveaux outils répondent à une demande à la fois locale mais aussi nationale.

Lucas Triffault, cofondateur de l'appli Meetco, ne pensait pas que son idée de projet de master verrait le jour. Ce qu'il propose est simple : créer un réseau entre les entrepreneurs, surtout freelance, qui vont être seuls dans leur quotidien. « Les solutions actuelles ne répondent pas forcément à ce besoin ou alors n'y répondaient pas de la meilleure des manières, détaille Lucas. Entre réseau social, réseau d'affaires, nous, on se situe plutôt comme une communauté d'entrepreneurs où on échange et on s'entraide. »

Et de poursuivre : « A la base Meetco est un projet d'études. En 2021 j'étais en master de Marketing et communication digitale à Nevers et il fallait faire un projet entrepreneurial pour valider l'année. J'avais envie de travailler sur un projet qui me plaisait, aussi parce que j'allais y passer six mois dessus ».

Un réseau social pour les entrepreneurs

L'idée lui est venue en faisant des recherches sur les groupes des entrepreneurs sur les réseaux sociaux. « Sur les groupes Facebook j'ai vu que les entrepreneurs se plaignaient pas mal du fait qu'ils étaient seuls dans leur quotidien et qu'ils avaient du mal à trouver du monde que ce soit physiquement ou en visio », détaille-t-il. C'est précisément sur l'un de ces groupes que Lucas a rencontré son associé, Loïc Perdreau. « Il avait fait le même constat que moi et on a commencé à échanger, continue Lucas. De fil en aiguille on a voulu créer quelque chose pour ces entrepreneurs-là et c'est comme ça que c'est né Meetco. »

Entraide communauté et convivialité

Les deux associés se sont donc lancés sur le projet à temps plein depuis quasiment un an



Lucas Triffault, co-créateur de Meetco, une application dédiée aux entrepreneurs.

PHOTO : LP

afin de pouvoir sortir une appli en janvier 2023.

Ayant pour but de créer surtout du relationnel, Lucas organise différents événements. « Au début c'était plutôt des rencontres physiques mais on s'est rendu compte que certains participants se trouvent à l'autre bout de la France, remarque-t-il. Donc on a décidé d'organiser des rencontres en visio. Le fait d'avoir du soutien même si ce n'est pas physique, effectivement les aide beaucoup. Le fait de savoir qu'ils peuvent compter sur une communauté. »

Communauté est le mot-clé du projet du jeune Arnageois. Dans son application, les membres peuvent participer à des groupes de discussion, chatter entre eux et également participer à des forums sur des thématiques liées à leurs centres d'intérêt.

« C'est plus pour briser la solitude et développer leur réseau et ça passe par les rencontres, explique le cofondateur. L'application a plus d'intérêt quand les entrepreneurs se rencontrent d'abord en visio puis que derrière, c'est plus facile

pour établir un premier contact. »

Le jeune entrepreneur est persuadé que « c'est en apprenant à connaître les personnes que les relations professionnelles se nouent ». « Et l'esprit de convivialité leur permet aussi de lâcher prise, lâcher la pression. Sur notre appli on essaie vraiment de créer de l'entraide et de la convivialité, glisse Lucas. Au Meetco on est entre amis, on se connaît tous et on veut que ça reste le plus longtemps possible. »

Métiers digitaux

La modération de l'application est assurée par Lucas et Loïc. Ce sont également eux qui animent la majorité des forums et les différents masterclass trouvables dans leur catalogue en ligne. « On n'est pas experts sur tout, avoue l'entrepreneur. C'est ça aussi la force de la communauté. On peut trouver des personnes qui ont des connaissances et des compétences qui ne sont pas les nôtres. »

Les adhérents font plutôt partie des métiers digitaux.

« Il y a plus d'affinités dans ces métiers-là parce qu'ils sont liés, et c'est ce qui fait aussi la force du réseau », affirme Lucas.

Pour en faire partie, il suffit de télécharger l'application et de faire un essai gratuit de 14 jours. « Évidemment, on limite certains aspects pour que les gens n'en abusent pas. Comme on privilégie la rencontre, on veut vraiment que les gens testent d'abord afin de se rendre compte de ce qu'on fait réellement », suggère-t-il.

La prochaine étape est plutôt simple. Il suffit de prendre l'abonnement annuel et de profiter de toutes les fonctions et les services que Meetco propose à ses adhérents.

« On a décidé de se positionner à un prix qui est abordable parce qu'on s'adresse aussi à des personnes qui sont débutantes dans l'entrepreneuriat et qui ont besoin de se construire, fait savoir Lucas.

Pour l'instant les retours sont positifs. « Après les beta tests, on a eu beaucoup d'avis sur la plateforme Trustpilot (N.D.L.R. plateforme d'avis ouverte à

tous). Pour le moment notre score est 100 % des 5 étoiles et on va essayer de maintenir ça », affirme-t-il.

Objectif sur le long terme

L'objectif sur le long terme pour les deux associés est de pouvoir vivre de Meetco.

Pour cela Lucas et Loïc essaient toujours de renouveler l'offre et de proposer de nouveaux services. « On souhaite ajouter un service d'accompagnement pour les personnes souhaitant développer leur réseau. On remarque que les gens parfois n'emploient pas les bonnes méthodes et stratégies et on pense qu'on peut aider les entrepreneurs à ce niveau-là », conclut Lucas.

L'application est accessible sur n'importe quel appareil.
Site web : meetco.fr
Contact : lucas@meetco.fr

Lorela PRIFTI
lorela.prifti@lemans.maville.com

Avec SuriMove, on peut louer la voiture de son voisin

Deux voisins manceaux se lancent sur le marché de l'autopartage avec leur start-up « SuriMove ». Une application est en cours de développement.

On connaissait déjà le covoiturage, voici désormais l'autopartage. Le principe ? Louer le véhicule d'un particulier pour une heure, une journée ou plus. Un concept écoresponsable en plein boom qui a séduit Samuel Lecuyer, 47 ans, et Maxime Pothelune, 38 ans, deux habitants du quartier Washington.

L'histoire de SuriMove a commencé il y a trois ans, en plein Covid. « C'est pendant le confinement qu'on a fait connaissance et qu'on a sympathisé », raconte Samuel Lecuyer. Deux Manceaux, deux amis, qui connaissent les mêmes galères pour garer leurs voitures. Il n'en fallait pas plus pour que l'idée d'un mode de transport alternatif germe dans leur esprit. « On est parti de trois constats : il y a de moins en moins de places de parkings en ville et des voitures qui ne sont pas utilisées, sans oublier que d'un point de vue social, on ne connaît pas trop ses voisins. Alors, peut-être qu'on peut faire quelque chose de la voiture, si on la partage ! »

L'« Airbnb » de la voiture

Lancée en juin 2023, la start-up mancelle se présente comme l'« Airbnb » de la voiture. En mettant en relation propriétaires de voitures et potentiels utilisateurs via une plateforme, les entrepreneurs entendent créer des groupes dans différents quartiers de la ville. Concrètement, il suffit pour les Manceaux intéressés de s'inscrire sur la plateforme (en attendant le lancement de la future application) et de signer un contrat pour pouvoir louer ou prêter son véhicule. « Le propriétaire entre ensuite en relation avec le locataire et ensemble ils se mettent d'accord sur l'heure et le lieu de



Maxime Pothelune et Samuel Lecuyer entendent démocratiser l'autopartage dans le département.

Photo : J.M.

la remise des clés ».

La partie assurance est, quant à elle, prise en charge par SuriMove. « Ce qui permet à chacun d'être serein quant à l'utilisation ou le prêt de sa voiture. Au moindre sinistre, on est assuré. On a aussi édité la charte du propriétaire et de l'utilisateur : au bout de trois sinistres, l'utilisateur sort de la surisphère, rassure l'entrepreneur. Pour que tout fonctionne bien, il faut qu'il y ait un cadre. Moi, propriétaire, à la fin je peux laisser un commentaire sur l'utilisateur du véhicule, et vice versa. Cela encourage chacun à faire attention à la propreté du véhicule, à son utilisation, au respect des règles de vitesse ». Et engendrer, in fine, des conduites vertueuses.

L'intérêt est triple. Écologique, sans aucun doute, mais aussi économique, en allégeant le budget automobile des parti-

culiers. « Selon l'Insee, avoir une voiture coûte entre 300 et 500 euros par mois. On oublie qu'on paie l'essence, l'assurance, le parking, l'entretien... Tout ça pour une utilisation ponctuelle, pour certains », détaille le binôme. Le propriétaire reçoit, en outre, une contribution financière pour le prêt de son véhicule.

« Engendrer un climat de confiance entre voisins »

L'objectif est aussi social. « L'idée est de développer une dynamique positive dans un quartier en permettant aux gens, par ce biais, de mieux se connaître. Cela engendre un climat de confiance entre voisins, estime-t-il. Pour la petite histoire, un monsieur qui est entré dans notre groupe il y a un mois, a loué la 108 d'un de nos voisins. J'ai appris qu'il jouait

au golf, comme moi. On habite à 500 mètres l'un de l'autre. On est parti faire une partie de golf ensemble l'autre jour. »

« Nous voulons faire du Mans notre laboratoire »

Si le projet des deux entrepreneurs en est à ses balbutiements, le concept commence déjà néanmoins à séduire les foyers manceaux. « Nous avons le groupe « Washington » qui fonctionne bien et deux autres en développement, à Bener et Arnage. Notre cible principale, c'est Le Mans. Nous voulons en faire notre laboratoire. Si ça fonctionne, on ne se donne pas de limites d'extensions », soulignent les jeunes patrons, qui travaillent sur leur projet en parallèle de leurs métiers respectifs : maître nageur pour

Samuel, audioprothésiste pour Maxime.

Pour la suite justement, la start-up ambitionne d'élargir les groupes à toute la ville et de développer d'autres services via l'application SuriMove, comme la location d'objets du quotidien entre particuliers. « On peut imaginer le prêt de tondeuse, échelle, perceuse... », et d'autres offres de mobilité, du vélo à la trottinette.

Mais, au fait, pourquoi « SuriMove » ? « Pour suricates, ces animaux qui vivent en communauté et qui s'entraident entre eux pour survivre. » Une idée loin d'être bête.

SuriMove
www.wwww.surimove.fr
Contact : 06 83 38 07 71
Facebook : surimove
Instagram : contact.surimove

Julie Marchand
julie.marchand@lemans.maville.com



Crédit : Photo L.P.

Il était une fois au Mans,

Dans le prochain numéro de

le mans.maville.com

Plongez dans les souvenirs des époques passées. La rédaction s'est baladée dans des lieux qui portent encore les traces des générations anciennes.

SA RECETTE

Gambas à l'ail



PHOTO : TORO LOCO

Les ingrédients :

- Des gambas
- De l'ail
- Du guindillas, piment vert doux
- Du sel
- De l'huile d'olive

La préparation :

Dans une poêle, chauffer l'huile et faire revenir doucement les gousses d'ail en rondelles. Ajouter les guindillas. Une fois les rondelles d'ail dorées, ajouter les gambas. Laisser cuire 2 minutes. Saler et servir aussitôt.



PHOTO : LP

Un coin d'Espagne au Mans

Un nouveau restaurant a ouvert ses portes au Chemin des Perrays, entre Le Mans et Allonnes. Toro Loco accueille ses clients depuis le 1^{er} septembre.

La particularité ? Une offre originale et authentique : de la cuisine espagnole réalisée par un Espagnol.

De la paëlla, des patatas bravas, des tapas ou encore des vins espagnols non commercialisés en France, le restaurant fait de son mieux pour vous faire passer un bon moment entre amis ou en famille.

Toro Loco
 Chemin des Perrays
 Site web : toroloco-lemans.fr
 Contact : 02 43 85 05 87
 Facebook : Toro Loco
 Instagram : [toroloco_lemans](https://www.instagram.com/toroloco_lemans)



Nurdy Mahtaj, le directeur du restaurant espagnol Toro Loco.

PHOTO : LP

SON PARCOURS

Le hasard

Nurdy Mahtaj, le directeur de l'établissement raconte : « Ça fait 35-40 ans que je travaille dans la restauration. Je viens d'Espagne, j'ai vécu à Valence et à Barcelone. Je suis venu au Mans, en 2011, pour rendre visite à ma sœur qui habitait ici. Par hasard, je suis entré dans un bar et j'ai rencontré mon associé Tristan. On a commencé à discuter et on a décidé d'ouvrir ensemble un restaurant espagnol. On a ouvert Toro Loco, place de l'Éperon, qu'on a tenu pendant quatre ans. Ensuite, Tristan a ouvert son commerce et moi, j'ai commencé à travailler pour l'ancien patron du restaurant Le Pont rouge. Quand on a eu vent que mon ancien patron voulait prendre sa retraite, avec Tristan on a pensé à investir ensemble et créer Toro Loco ici. »

LE CONCEPT

Un petit coin chaleureux

« L'idée était de rapporter un petit coin d'Espagne ici, au Mans. D'une part parce que c'est ce que je sais faire le mieux et d'autre part parce qu'il y a un manque d'offres. Il n'y a pas de restaurants man-cieux qui proposent la même chose », explique Nurdy. Simon Lintanff, chargé de la communication et de l'événementiel ajoute : « On est vraiment sur un concept de partage et de convivialité. C'est là où on se démarque des autres établissements. On veut que les clients trouvent ici la chaleur de l'Espagne ! On veille à ce que nos clients soient contents et je pense ça se voit par les avis laissés sur les réseaux sociaux. Afin de redynamiser le lieu, on va également proposer des événements comme des concerts ou des soirées dansantes. »

LE MENU

Des tapas et de la paella

« Tout ce qu'on fait ici est fait maison, précise Nurdy qui s'occupe également de la cuisine. Pour le menu, je me suis basé sur les recettes de ce qu'on fait en tapas. Je suis parti sur l'essentiel : tout ce que les restaurants et les bars espagnols proposent comme les patatas bravas, les calamars, la sèche, etc. On peut trouver ça presque partout. Quand on pense tapas en Espagne, on pense à ça. »
 « On propose également des tartines, des planches de charcuterie, du poisson de la viande et, bien sûr de la paëlla, énumère Simon. Généralement le midi on fait connaître auprès de nos clients la paëlla ou des petites assiettes d'assortiments de tapas, mais il peut aussi arriver, comme c'était le cas récemment, d'avoir du filet mignon ou du cabillaud. »

LA CLIENTÈLE

Convivialité

« Le midi, on cible plutôt les commerciaux qui travaillent dans la zone et qui viennent manger rapidement pendant leur pause déjeuner, détaille le chargé de la communication. Le soir, c'est plus un endroit pour être entre amis ou en famille. Avant Toro Loco, il y avait un autre restaurant et c'est curieux de voir que la clientèle a suivi, ils sont restés fidèles au lieu. Puis il y en a d'autres qui le découvrent avec Toro Loco. Même si ça ne fait pas longtemps qu'on est ouverts, on commence à avoir quelques personnes qui reviennent trois fois par mois. Ou bien qui connaissent le lieu par le biais de leur travail et y retournent le soir avec leur famille. On va également aménager le jardin et ce sera vraiment sympa pendant les journées un peu plus chaudes. »

La Flambée
 Comédie Music-Hall
 NOUVEAU SPECTACLE
 ESSENTIEL
 REVUELAFLAMBEE.COM | 02 43 23 04 21

Jusqu'au 17 décembre
Jouez et tentez de GAGNER

16 PLACES
 pour le nouveau spectacle de
LA REVUE LA FLAMBÉE
 valables jusqu'au 31 janvier 2024

en vous inscrivant gratuitement sur notre site (Rubrique Jeux) le.mans.maville.com

EN IMAGES

Les horaires



PHOTO : J.M.

C une question de style

Du mardi au samedi
De 11 heures à 18 h 30
5 place du Hallai
Contact : 06 76 34 76 18



PHOTO : J.M.



Catherine Aubry lance sa boutique de prêt-à-porter féminin.

PHOTO : J.M.

Une question de style

La boutique de prêt-à-porter Paula devient C une question de style. Catherine Aubry, la nouvelle propriétaire, est de Laval.

Du changement du côté de la Cité Plantagenêt. Depuis mardi 14 novembre, la boutique de prêt-à-porter féminin de la place du Hallai est désormais entre les mains de Catherine Aubry. Une nouvelle aventure qui n'est pas un coup d'essai pour la Lavalloise. Native de la région parisienne, Catherine Aubry a eu plusieurs vies professionnelles. « J'étais coiffeuse à mon compte, depuis l'âge de 21 ans. J'ai vécu cinq ans en Tunisie. Il y a huit ans, je suis arrivée à Laval. Il y avait déjà tellement de salons de coiffure que j'ai préféré ouvrir une petite boutique de 16 m². Petit à petit, j'ai changé, j'en ai ouvert une autre de 50 mètres carrés et ainsi de suite... À Laval, j'ai changé trois fois d'emplacement », raconte-t-elle. C'est l'envie d'un changement de

boutique mancelle. « Je voulais voir autre chose et comme je fais la Foire du Mans depuis six ans, j'ai des clientes ici. J'ai donc vendu ma boutique sur Laval », indique la commerçante qui continuera à faire les allers-retours en train Laval-Le Mans. « J'aime bien faire une coupure et j'aime bien mon chez-moi à Laval », sourit-elle.

« Le souci du détail »

Baignée depuis son plus jeune âge dans l'univers de la décoration, « Mon père était ferronnier d'art, ma mère couturière et mon petit frère brocanteur », Catherine Aubry a développé une sensibilité particulière pour la mode et les belles choses. « J'ai le souci du détail », glisse la gérante pour qui l'originalité prime avant toute chose. « Je trouve qu'on manque

d'originalité dans nos vêtements maintenant. Nous, les femmes, nous nous habillons toutes de la même façon, c'est dommage. Ici, on trouve des vêtements qui se démarquent ». Sur les portants, Catherine Aubry propose uniquement des vêtements en provenance d'Italie. La gérante souhaite habiller « toutes les femmes » et ce, peu importe leur morphologie. « Les tailles vont du 34 au 52 mais attention, il y a deux modèles maximum identiques par article. Il faut venir souvent. »

À 62 ans, la gérante ne manque pas de dynamisme. « J'ai toujours l'énergie pour lancer de nouveaux projets. Je suis quelqu'un qui aime bien travailler », conclut-elle.

Julie Marchand

Julie.marchand@lemans.maville.com

ELLE AIME

La Foire du Mans



PHOTO : ARCHIVES LE MANS MA VILLE

« J'adore ! Ça fait six ans que j'y passe de très bons moments. Et j'adore mes copines de la Foire : clin d'œil à Mathilde et ses collègues. Elles vont se reconnaître »

1 avenue du Parc des expositions

Le Vieux Mans



PHOTO : JM

« Je suis née en région parisienne et Le Vieux Mans et ses vieilles rues me font penser à Montmartre »

La cathédrale

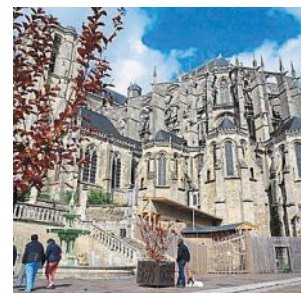


PHOTO : ARCHIVES LE MANS VILLE

« J'aime bien aller m'y poser, même si je ne suis pas croyante. Une cathédrale apaise. »

Place Saint Michel

espaceoptique

OPTICIENS VISAGISTES

0 €* RESTE À CHARGE

CONTRÔLE DE VOTRE VUE OFFERT**

même avec une MONTURE de MARQUE

*Voir conditions en magasin. ** Test non médical.

3 BD RENÉ LEVASSEUR - LE MANS (Passage du Commerce) 02 43 42 94 22

RCS LE MANS 823 004 890





Chaque fiche détachable de l'ouvrage apporte des informations sur le kilométrage et la durée du parcours.

PHOTO : J.M.

Un nouveau guide d'idées balades autour du Mans

Suivez le guide ! Avec son « Carnet de balades », l'Office de Tourisme propose aux marcheurs aguerris et débutants d'explorer 24 circuits autour du boulevard Nature.

S'agit-il d'un ouvrage inédit ou bien d'une réactualisation d'idées balades bien connues des Manceaux ?

Marion Chartier, chargée de projet et d'animation touristique à l'Office de tourisme : Il s'agit de la réactualisation d'un livre publié en 2019 en collaboration avec le Pays du Mans.

Dans cette édition, certains tracés et visuels ont été modifiés. Par exemple, on a enlevé la pratique à cheval, jugée trop dangereuse dans certains endroits.

Avant, il y avait également trois randonnées accessibles aux PMR (personnes à mobilité réduite), sur une fiche spécifique.

Après être allés sur le terrain avec l'association Rand'ôroues pour vérifier l'accessibilité en fauteuil, nous en avons ajouté des nouvelles.

Quel a été votre rôle dans l'élaboration de ce guide ?

J'ai effectué le repérage de toutes les balades qui se trouvent dans le guide, j'ai ainsi pu constater ce qui allait ou n'allait pas sur place.

J'ai réalisé des cartes avec le balisage manquant et tous les

changements de textes et modifié quelques images, certaines étant vieillissantes.

Pourquoi avez-vous opté pour ce format, un ouvrage sous forme de classeur ?

Cela permet de pouvoir ranger les fiches plus facilement et de les détacher pour les prendre avec soi quand on part en randonnée. Le carnet est aussi petit, ce qui est pratique pour partir en balade.

Des itinéraires pour les cyclistes, les marcheurs, les randonneurs...

L'objectif a-t-il été de parcourir tous les quartiers de la ville ?

Oui, le guide est assez représentatif de la ville.

Il y a les incontournables, comme la Cité Plantagenêt. Ensuite, le choix s'est fait par thématique et notamment avec les parcs : Gazonfier, Jardin des plantes, parc Banjan mais aussi ceux du quartier université.

Ça permet de couvrir un large panel de parcs et ce ne sont pas des randonnées très longues.

Il y a aussi dans le guide les balades qui se font à vélo, qui longent les quartiers sud.

Pensez-vous pouvoir satisfaire tous les publics ?

Oui, les cyclistes, les marcheurs, les randonneurs... on a juste enlevé les randonnées accessibles à cheval, même si le boulevard nature reste accessible à cheval, il n'y a pas de soucis là-dessus.

Un petit pictogramme sur chaque fiche indique l'accessibilité.

Quand il y a le logo fauteuil, cela signifie que la randonnée est accessible non seulement aux personnes en situation de handicap avec fauteuil, mais aussi aux poussettes trois roues.

Dans quelle mesure s'inscrit-il dans une démarche écologique ?

Concernant le format papier, les circuits sont aussi accessibles sur le site Sarthe Tourisme. Dans les fiches, on ne parle pas que du patrimoine.

On a aussi des encarts sur l'importance de ce qu'on peut croiser au cours de nos balades, par exemple un arbre mort qui reste important pour telle ou telle espèce.

Avez-vous quelques balades de prédilection, à recommander aux Sarthois ?

Si on veut plutôt rester en ville, celle qui va de l'île aux planches au Gué de Maulny est très sympa. On passe par le street art, le port, l'île aux planches... Il y a pas mal de choses à voir. Côté rural, à Coullaines, ce sont des parcours plutôt courts, on voit un sentier d'interprétation, l'arboretum... C'est un circuit très complet.

Pour finir, à l'Arche de la nature, avec l'itinéraire qui passe à côté de la Maison de la Forêt.

Pourrait-on imaginer un jour un ouvrage collaboratif, avec des idées balades que les Manceaux et Mancelles affectionnent particulièrement ?

Ce n'est pas un projet actuellement mais il faut savoir que les circuits qui sont dans ces carnets proviennent d'associations de randonnée. Le Pays du Mans travaille avec ces dernières, en sachant que certaines réalisent d'ailleurs les balisages sur le terrain, comme à Sargé-lès-le-Mans par exemple.

Julie Marchand

julie.marchand@lemans.maville.com

« Carnet de balades »



PHOTO : LE MANS MÉTROPOLE

Disponible à la vente à l'Office de tourisme, à la librairie Thuard, librairie Doucet et Cultura.

Tarif : 9 euros

Contact (Office du Tourisme) : 02 43 28 17 22

LA SELECTION...

... de la rédaction



PHOTO : J.M.

De l'île aux Planches au Gué de Maulny (fiche n°4). Pour apercevoir les œuvres réalisées par des artistes de street-art au **Gué de Maulny**, découvrir l'ancienne **manufacture des Tabacs**, avant de rejoindre le **Port du Mans** pour admirer la statue «**L'Envol**» de Paul Landowski.



PHOTO : J.M.

De l'Huisne à l'étang de pêche, à l'Arche de la Nature (fiche n°22)

Depuis la **Maison de l'Eau**, ancienne usine de production d'eau potable de l'agglomération, la balade se poursuit vers l'**Abbaye royale de l'Epau**, avant de rejoindre le boulevard Nature. Sur le chemin, vous pourrez admirer les **arbres remarquables** (frêne, chêne, bouleau) autour de l'étang de pêche, le **Moulin des Noyers** qui accueille une minoterie depuis 1908 ou encore la **Maison de la Prairie** avec sa ferme et son jardin potager.

LMTV Sarthe : une chaîne locale au service des Sarthois

Depuis trente ans, LMTV Sarthe propose une programmation originale et régulière aux Sarthois. Aujourd'hui, la chaîne de télévision a besoin du soutien de ses téléspectateurs.

Quelle est la signification de LMTV Sarthe pour vous ?

Pascal Brulon, président de la chaîne : LMTV est une vieille histoire, une histoire de trente ans. Ça signifie que LMTV est l'une des toutes premières chaînes locales de France. Moi je préfère dire une chaîne de proximité puisque notre volonté est d'être le plus proche possible des gens qui nous regardent.

Pas seulement la proximité géographique mais aussi celle intellectuelle, sensitive. Les rapports qu'on a avec les gens sont des rapports directs. On les rencontre, on les voit, ils peuvent agir directement. On travaille en toute transparence et surtout dans un système qui ne doit pas être un système de showbiz en mettant une distance entre les uns et les autres.

« Depuis le début, on s'efforce d'aller trouver ce qui fait la spécificité et l'originalité »

Ça fait trente ans donc et c'est la 3^e ou 4^e télé qui, je pense, s'est créée sur le câble, exclusivement sur Le Mans, dans un premier temps. C'était une fréquence analogique qui était diffusée uniquement sur l'agglomération du Mans à partir d'une antenne placée sur la tour Émeraude en centre-ville.

Quand la TNT est arrivée, on a eu automatiquement droit à diffuser en TNT et là on a une couverture beaucoup plus importante sur plusieurs départements. Aujourd'hui LMTV est aussi sur toutes les box : Orange, Bouygues, SFR et Free sur toute la France. Elle est aussi en streaming sur lmtv.fr sur Twitch.

Quelle est l'histoire de la création de la chaîne ?

En 1991 ou 1992 le canal 8 du réseau câble du Mans n'était pas utilisé. Ce canal était à disposition de la ville et elle pouvait en faire ce qu'elle voulait. J'ai organisé une grande soirée où j'ai invité tous les décideurs locaux, économiques, sportifs, etc. J'ai fait venir des spécialistes de la télévision et on a lancé l'idée de créer cette chaîne. Encore fallait-il que la ville accepte. Elle a pris une décision positive, environ deux ans plus tard.

Après, on a fait des essais sur ce canal qui était vide, en diffusant un match de basket, de foot et un jeu. On avait une



Le président de la chaîne, Pascal Brulon (à gauche) avec une partie de l'équipe de LMTV Sarthe.

PHOTO : LP

audience de 30 %, comme aujourd'hui.

Quelle est votre philosophie, vos valeurs ?

LMTV est une chaîne qui veut valoriser les initiatives locales, qu'elles viennent des particuliers, des associations, d'organismes, d'entreprises. Notre souhait c'est de montrer qu'il se passe plein de trucs autour de nous qu'on ne connaît pas, des gens un peu marrants, originaux, un peu différents. Et on arrive à le faire je crois.

« Les Sarthois ont une chance folle d'avoir une télévision locale »

Le traitement de l'information se fait d'une manière bienveillante. Notre idée est d'aller chercher l'intérêt de la création de telle ou telle chose. Donc depuis le début on s'efforce d'aller trouver ce qui fait la spécificité et l'originalité de ce qui se passe autour de nous. Après on s'efforce d'être bienveillant, mais on joue quand même le rôle d'un média sérieux. Ainsi, quand l'actualité n'est pas positive, on l'annonce telle qu'elle l'est.

Les Sarthois sont-ils au rendez-vous ?

C'est assez fabuleux de constater qu'on a une audience d'une stabilité exceptionnelle. Après un peu plus de vingt ans, selon Médiamétrie (études qui se font par téléphone et exclusivement auprès des Sarthois), 32-36 % des Sarthois regardent LMTV. C'est beaucoup de monde. C'est bien un mass media. On constate que certains grands événements sarthois, tout ce qui tourne autour de l'automobile en fait, ça cartonne. Cette année, on a multiplié les audiences par 4 ou 5, pendant ces événements, et on est devenu l'une des premières chaînes locales en France.

Et l'importance d'avoir une chaîne de télévision locale, c'est aussi de montrer le local à l'extérieur.

Pourtant en ce moment vous vous trouvez dans une période difficile. Comment expliquez-vous cela ?

La télévision locale est un média fragile. Il n'y a pas de modèle économique qui tienne, il n'y a pas d'aide de l'État ou des spécificités fiscales qui nous permettraient de nous différencier et de « gagner de l'argent », il n'y a pas de finan-

cement obligatoire nulle part, etc.

Donc on a peu de moyens depuis le début. En résumé, ça coûte cher de faire de la télévision.

« On n'arrête pas de renouveler sans cesse nos contenus »

Comme il y a 10 ans, quasiment jour pour jour, on est obligés de faire un appel au peuple pour effectivement nous donner un coup de pouce et faire prendre conscience aussi que la télévision, ça ne se fait pas tout seul, ça demande des moyens !

Il y a très peu de télévisions locales en France, une quarantaine. Les Sarthois ont une chance folle. Ils ont une télévision qui fait plein de choses depuis longtemps pour eux sans que ça leur coûte. Si éventuellement ils peuvent participer un peu ça nous paraît plutôt juste et surtout, ils n'ont pas besoin de donner beaucoup, ça peut nous sauver et nous permettre de continuer, de repartir sur un nouveau pied.

Si les Sarthois qui nous regardent un peu régulièrement

donnaient chacun deux euros, on sortirait de nos soucis actuels.

Comment peut-on contribuer ?

Il y a une cagnotte en ligne, il y a des polos qui vont être mis en vente bientôt, toujours en ligne et on peut s'inscrire au club LMTV. Il est ouvert aux particuliers, aux associations, aux entreprises et aux collectivités.

Quels sont quelques projets à venir ?

On se remet en cause en permanence et ça, c'est ce que les gens ont probablement du mal à imaginer. On n'arrête pas de renouveler sans cesse les contenus, les types d'émission, etc. On a plein d'idées en tête et d'envies, il y a des choses qu'on arrive à faire et d'autres pas.

Parmi les projets on a pour but de développer clairement les événements et la retransmission de ceux-ci quand c'est possible.

Site web : lmtv.fr

Lorela PRIFTI

lorela.prifti@lemans.maville.com

« L'autohypnose a changé ma façon d'être »

Hypnothérapeute au Mans, Isabelle Robineau, 42 ans, cosigne un ouvrage sur les pouvoirs de l'autohypnose, à base d'exercices simples à réaliser seul.



PHOTO : J.M.

Qu'est-ce que l'autohypnose ?

Isabelle Robineau : C'est un apprentissage qui permet aux gens de se mettre eux-mêmes en état d'hypnose, par différentes techniques. Comme lors d'une séance hypnose sauf que là, en l'occurrence, on pratique seul. La seule contrainte de cette pratique, c'est que la personne doit garder une partie suffisamment consciente pour gérer sa séance. L'autohypnose n'est pas quelque chose de magique mais ça peut être un vrai outil pour aider les gens.

Comment l'intégrer dans son quotidien ?

À tout moment de la journée, à partir du moment où l'on en a envie, par le biais d'un ancrage : un geste, un mot, une image, qui va nous aider à nous replonger dans cette séance d'hypnose. Ça peut être à tout moment, au supermarché, au bureau...

Y a-t-il des contre-indications ?

Oui, pour toutes les maladies mentales,

dépression, schizophrénie... Il faut que les gens se rapprochent de leur médecin spécialiste. En aucun cas, l'autohypnose peut se substituer à un avis médical ou à un traitement. Enfin, on ne pratique pas l'autohypnose lorsqu'on conduit, qu'on cuisine, ou toute autre situation qui peut s'avérer dangereuse.

Qui peut nous apprendre à pratiquer ?

Toutes les personnes qui sortent de mon cabinet ont systématiquement des exercices d'autohypnose. On démarre un travail en cabinet mais c'est important que les gens soient acteur de leur changement. On peut aussi s'aider avec des audios, disponibles via un QR Code dans le livre.

Quel est votre parcours ?

Je viens du monde de la santé, je suis pédicure-podologue. A coté, j'ai ouvert mon cabinet d'hypnothérapeute en 2020, après plusieurs formations.

L'hypnose m'a toujours intriguée. J'étais quelqu'un de très introvertie, l'autohypnose a changé ma façon d'être. Tous les blocages que j'avais – la peur de parler en public, le regard des autres – ne me freinent plus. J'ai aussi très peur des araignées : avant, c'était une peur qui me paralysait. Aujourd'hui, ce n'est pas ma meilleure amie mais je vais réussir à gérer sa présence.

Quels sont les points que vous abordez dans ce livre ?

L'idée est d'apprendre aux gens à construire leur propre séance selon leurs besoins et d'aller chercher le protocole qui leur convient. À la fin, il y a un index qui répertorie les demandes les plus courantes concernant le stress, l'anxiété, le sommeil, les addictions ou encore la perte de poids.

Julie Marchand

julie.marchand@lemans.maville.com

L'OUVRAGE

« L'autohypnose adaptée à vos besoins »



PHOTO : ED. DAUPHIN

Auteurs : Isabelle Robineau

et Julien Lachaume

Sortie : novembre 2023

Editeur : Dauphin

Prix : 22 euros

Disponible dans les librairies mancelles

Contact : jhypnotiz@gmail.com

Site : <https://www.jhypnotiz.com/>

Se mettre en état hypnotique en quatre étapes

1. Définir son objectif. « Ça peut être vouloir changer quelque chose dans son comportement, gérer une addiction, une émotion ou encore juste chercher une relaxation, ou s'amuser en explorant des recoins de notre imagination. »

2. Utiliser une méthode d'induction hypnotique. « Elle dure quelques minutes en fixant un point, en se concentrant sur nos ressentis internes, en utilisant la respiration ou des mouvements automatiques. Plus on pratique, plus ça va vite. »

3. Faire le protocole de changement. « On en propose vingt dans l'ouvrage, à choisir selon son objectif. S'il s'agit de trouver la sérénité, on peut se replonger dans un lieu qu'on aime, une plage, un paysage de montagne... ou se replonger dans un souvenir. »

4. Revenir à son état de conscience. « Comme une partie de nous reste suffisamment consciente, il suffit de se reconnecter à son environnement, de reprendre conscience de la position de son corps dans la pièce et on revient à soi-même. »

AUJOURD'HUI, TOUS LES
EMBALLAGES ET LES **PAPIERS**
SE TRIENT.

Cet encart d'information est mis à disposition gratuitement au titre de l'article L. 541-10-18 du code de l'environnement.

Cet encart est élaboré par Citeo.

MOTS FLÉCHÉS

JEUX PROPOSÉS PAR **RCF JEUX**

MALADIE INFANTILE	▼	TYPES LOUCHES	▼	GROUPE PUISSANT	▼	BELLE ADRESSE	▼	EXTRÊMISTES	▼	POS-SÉDONS	▼	ÊTRE VICTIME DU FROID (S')
ACHETER UN BIEN	▼	UN RELATIF	▼	ÔTA LA GOUSSE	▼	BATZ OU BRÉHAT	▼	ENREGISTRÉ EN PUBLIC	▼	CHIFFRES ROMAINS	▼	
▶								SUBTIL	▶			
EXAMEN MÉDICAL	▶											
FACTEUR	▶											
▶								COUP DE SONNETTE	▶			
								AORTE				
ESPACES D'ATTRAC-TIONS	▶	CÔTÉ OÙ L'ON VOIT LE JOUR POINDRE	▶			BAVARD COLORÉ	▶			DIREC-TION	▶	
▶						AU-DELÀ DU MAL	▶			MOT D'AJOUT	▶	
						DE LA POÉSIE AUSSI...	▶					GRAVE QUESTION POUR HAMLET
						ÉMINENT	▶					
POINTS À RÉ-SOUDRE	▶	ÎLE DES VAHINÉS	▶					IL SUIV SA VOIE	▶			
▶		INDIQUE LA RAISON	▶					INFLO-RESCENCE	▶			
						ANGLE DE MURS	▶			DES TRAVAUX	▶	
						COURS DE TURIN	▶			DEVANT LIBITUM	▶	
ET TOC !	▶			SE FAIRE FORTE-MENT SENTIR	▶							
CÉPAGE DU BOR-DELAIS	▶							IL EST ENGAGÉ PAR LE JOUEUR	▶			
▶												
								SUPPRIMER UN ÉLÉMENT DU TEXTE	▶			

SUDOKU

Facile

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

SOLUTIONS

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

MOTS FLÉCHÉS

M	E	R	L	O	T	O	R								
N	A	P	A	R	P	A	R								
H	I	C	S	A	R	E	T	E							
T	A	H	I	L	I	T	E	R							
P	A	R	C	S	P	R	O	S	E						
S	O														
P	R	E	S	O											
O	N														
A	U	S	C	U	L	T	A	T							
A	C	Q	U	E	R	L	I	V	E						
S	T	A	U												

Stop aux vieux clichés !

Ici, l'hiver, on ne fait pas que tricoter.

Venez profiter d'animations variées pendant quelques jours de vacances dans notre **résidence seniors**.

Remboursée*
 si vous emménagez

02 43 89 65 00


LES JARDINS D'ARCADIE
 Résidences pour nouveaux seniors

24 bis rue Albert Maignan - Le Mans

RCS PARIS 428130702 - Cetty Images - Remboursement des frais d'hébergement de votre semaine découverte pour toute signature d'un contrat long séjour dans les 3 mois qui suivent la fin du séjour. Le remboursement se fera sous forme d'avoir à valoir sur la première facture. Offre non cumulable et valable du 01/11/2023 au 29/02/2024.



Du 17 au 27 novembre 2023

La qualité à prix léger.

+ de 3000
produits à prix imbattable

DARTY LE MANS-RUAUDIN
1 bd des Hunaudières – Family Village

RCS : Rennes B804 785 350
BLACK FRIDAY = VENDREDI FOU



Ouverture dimanche 26 novembre 10h à 18h