



Lire p. 7

Trémentines : tous à vélo



Lire p. 2

Centre-bourg de Saint-Paul-du-Bois



Lire p. 3

France Alzheimer 49 & maladies apparentées



Lire p. 11 à 14

Le May-sur-Èvre - Ma commune sans pesticide

La Municipalité, le Conseil Municipal de Jeunes et le Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement Loire Anjou invitent la population à l'opération Ma commune sans pesticide, ce samedi 23 mars.

Depuis le 1^{er} janvier 2017, la Loi sur le zéro phyto oblige les collectivités à désherber autrement qu'avec des produits chimiques. Ainsi, l'interdiction des pesticides concerne les Municipalités qui ne peuvent plus les utiliser dans les parcs et autres espaces verts accessibles au public. Les particuliers sont également concernés par la Loi. En effet, depuis le 1^{er} janvier 2019, la vente et l'usage des pesticides chimiques seront interdits aux particuliers. Ainsi, la Municipalité et le Conseil Municipal des Jeunes (CMJ) souhaitent sensibiliser les Maytais pour adopter le désherbage au naturel des trottoirs et des jardins privés. La population est donc invitée à

découvrir les solutions alternatives, en collaboration avec le Centre Permanent d'Initiatives à l'Environnement (CPIE) Loire Anjou, ce samedi 23 mars, dès 10 h, à la mairie.

Il est également recommandé aux particuliers de se débarrasser dès maintenant de leurs stocks de pesticides en les amenant à la déchetterie de l'Ériboire.

Infos :

Mairie

1 rue Saint-Michel au May-sur-Èvre

Tél. : 02 41 63 80 20

mairie@lemaysurevre.com

urbanisme@lemaysurevre.com



Trémentines - Tous à vélo !

Ce dimanche 24 mars, de 10 h à 17 h, le complexe de l'Èvre accueille la journée d'animations gratuites Tous à vélo !, avec distribution de lots Sécurité routière, piste pédagogique pour enfants, jeux et quiz Sécurité routière, randonnée, etc.



et destinée aux enfants de 5 à 13 ans sera installée, afin de les familiariser à la pratique du vélo et au respect de la signalisation routière.

De plus, des jeux et quiz sur la Sécurité routière, avec des lots à gagner (bandes réfléchissantes, kits réparation, etc.) seront proposés.

Deux randonnées « cartopartie » seront également au programme. Le but est de (re)découvrir la commune, de cartographier et d'identifier les infrastructures manquantes afin de rendre les quartiers plus sûrs et plus accessibles à vélo. Les départs seront donnés à 10 h et à 14 h.

Côté pratique, les participants à cette journée pourront trouver des ateliers conseils et réparations pour rouler sur un vélo correctement équipé (éclairage, catadioptrés, freins, etc.), mais également le marquage Bicycode®, qui consiste à graver sur le cadre des vélos un numéro unique et standardisé, réfé-



rencé dans un fichier national. Celui-ci permet la restitution des vélos volés à leurs propriétaires.

Enfin, de l'initiation aux gestes qui sauvent sera également intégrée à cette journée, pour découvrir comment réagir en cas d'accident de vélo.

Pour faire de cette journée familiale et

conviviale une réussite, un seul mot d'ordre : tous à vélo !

Infos :

Mairie, 1 rue d'Anjou à Trémentines

Tél. : 02 41 62 55 25

mairie@tremontines.com

www.tremontines.com

ISSN 1774-458X

N°514 · Du 20 au 26 mars 2019

Synergences hebdo est un journal gratuit d'information diffusé sur l'ensemble des communes de l'Agglomération du Choletais, réalisé par l'Agence pour la Promotion du Choletais : 16 avenue Maudet - 49300 Cholet

Tél. : 02 44 09 25 20

synergences-hebdo@choletagglomeration.fr

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : John Davis

DIRECTEUR DE LA RÉDACTION : Patrice Brault

pbrault@choletagglomeration.fr - 02 44 09 25 23

ASSISTANTE : Laure Parpaillon

lparpaillon@choletagglomeration.fr

02 44 09 25 20

RÉDACTION - COMPOSITION ET AGENDA :

> Séverine Chiron - 02 44 09 25 19

(responsable d'activité Rédaction)

schiron@choletagglomeration.fr

> Envela Mahé

emahé@choletagglomeration.fr

02 44 09 25 18

> Benoît Retailleau

bretilleau@choletagglomeration.fr

02 44 09 25 24

MAQUETTE - PUBLICITÉ : Lucie Brochard

lbrochard@choletagglomeration.fr - 02 44 09 25 27

PHOTO DE UNE : Golf de Cholet - Cholet Sports Loisirs

PHOTOS : Synergences hebdo et Étienne Lizambard

IMPRESSION : Riccobono - 44810 Héric

DISTRIBUTION : Adrexo - 49280 La Séguinière

TIRAGE : 51 100 exemplaires

DÉPÔT LÉGAL : à parution



Saint-Paul-du-Bois - Embelli, le centre-bourg peut compter sur une offre commerciale multi-services

Le centre-bourg de la commune a fait peau neuve l'an dernier. De quoi mettre en valeur la Maison du théâtre d'un côté, l'hôtel-restaurant et le commerce de l'autre, ce dernier s'enrichissant désormais de services postaux.



Un bassin symbolisant la source du Layon orne désormais la place devant la Maison du théâtre.

L'an dernier, la Municipalité de Saint-Paul-du-Bois a profité des obligations faites par le Plan d'Accessibilité de la Voirie et des Équipements (PAVE) qui vise à rendre accessible aux personnes handicapées et à mobilité réduite l'ensemble des circulations piétonnes, des espaces de stationnement et des bâtiments publics, pour revoir en même temps l'aménagement des places devant les commerces et la Maison du théâtre.

Devant cette dernière notamment, on retrouve « une réplique de la source du Layon » souligne Olivier Vitré, maire. De quoi mettre en valeur la salle qui, par son nom, rend hommage à la longue histoire qui lie la commune au théâtre. « C'est notre salle des Fêtes; elle est climatisée et peut accueillir 350 personnes » précise l' élu.

Des services postaux

Presqu'en face, la réfection de l'autre place « des commerces, puisque pour nous, c'est le centre des commerces » a permis de mettre un peu plus en évidence la supérette, propriété de la commune, comme l'hôtel-restaurant attenant. Rapa-triée voilà 7-8 ans dans le centre-bourg, celle-ci a été réaménagée et s'est enrichie, au fil des années, d'un

tabac-presse (qui propose désormais également les jeux de grattage et de loterie) et d'un dépôt de pain depuis novembre dernier. « Ce commerçant a également repris les tournées de pain qui constituaient 75 % du chiffre d'affaires de l'ancien boulanger, précise Olivier Vitré. Il n'apporte que des avantages et peut multiplier différents produits en service à domicile. C'est assez atypique et c'est pour ça que ça marche. »

Depuis cette semaine, ce commerce propose également les services postaux, alors que la commune ne possédait pas de bureau de poste auparavant! « C'est une vraie création, grâce à la conseillère départementale Myriam Dubois, qui a défendu ce projet de relais poste. »



La commune a racheté cette vieille maison pour la raser et y installer le salon de coiffure.

L'ancien Spar démoli

Le centre-bourg saint-paulais va encore évoluer cette année puisque la commune a acheté la maison en face de la mairie, « l'ancien Spar » précise Olivier Vitré. Il s'agit d'un ensemble de trois bâtiments « qui doit être démoli en juin ». À la place, la Municipalité va construire le nouveau salon de coiffure et réaliser des espaces de stationnement supplémentaires. L'actuel salon de coiffure, dans la continuité de la supérette, va permettre à cette dernière de s'agrandir.

« Ce que je souhaite maintenant, c'est améliorer le cadre verdoyant du bourg et, en parallèle, développer une signalétique dynamique par rapport au théâtre » conclut le premier élu.

Vent du Lys

L'association Vent du Lys, qui porte le projet d'exploitation du parc éolien de la Grande Levée à Chanteloup-les-Bois et Vezins, organise une réunion afin d'informer comment rejoindre les 150 premiers actionnaires avant le lancement des travaux, ce jeudi 21 mars à 20 h 30, à la salle Saint-Louis à Coron.

Inscriptions à Ani'M Sports vacances de printemps

Pour faire découvrir à vos enfants plusieurs activités sportives pendant les vacances de printemps, pensez à les inscrire à Ani'M Sports Vacances ! (animations aux habitants de Cholet et du Puy-Saint-Bonnet). Les plannings d'activités sont disponibles auprès du service Mon Espace Citoyen et consultables sur monespacecitoyen.cholet.fr. Infos au 02 72 77 24 26 (choix 1) Inscriptions : jusqu'au mer. 27 mars sur monespacecitoyen.cholet.fr Tarif unique : 2,50 € la séance

N'oubliez pas les paroles

L'émission de France 2 N'oubliez pas les paroles est de passage à Angers le mercredi 3 avril prochain. Si vous aimez chanter - et jouer - et que la chanson française vous passionne, venez représenter votre ville! Inscription dès maintenant au 01 49 17 84 20 ou <https://inscription.nopl.fr>

Avis aux artistes

L'association Vihiers patrimoine organise son 22^e Salon des Arts, au château de Maupassant à Vihiers, commune de Lys-Haut-Layon, les samedi 4 et dimanche 5 mai et samedi 11 et dimanche 12 mai prochain. Il est encore temps, pour ceux qui le souhaitent, de s'inscrire, au 06 70 31 11 78 ou 02 41 75 88 32 ou vihierspatrimoine@gmail.com

Fontaine des Auteurs recherche des bénévoles

La troupe théâtrale Fontaine des Auteurs à Bégrolles-en-Mauges ouvre ses portes. Toute personne sensibilisée par le théâtre, que vous soyez intéressée pour jouer, mettre en scène ou que vous souhaitiez aider aux décors, son et lumières, costumes, maquillage ou coiffure, la troupe vous accueillera avec grand plaisir. Infos : Sylvie Huteau 06 43 69 46 34 ou sylvie.huteau@live.fr

L'actu en bref...

Veziens - Nouveau : un Conseil Municipal d'Enfants

Le Conseil Municipal des Enfants (CME), composé de douze membres élus des écoles de l'Èvre et Saint-Joseph, s'est réuni pour la première fois le mercredi 6 mars, autour de Cédric Van Vooren, maire de Veziens.



Mairie de Veziens

Les enfants du CME, accueillis par Cédric Van Vooren, d'adjoints et de conseillers municipaux, ont été munis d'une écharpe tricolore, symbole de leur engagement citoyen.

La Municipalité de Veziens a décidé de mettre en place un Conseil Municipal des Enfants (CME), lieu d'apprentissage de la citoyenneté et de la démocratie.

« Celui-ci revêt divers objectifs, tels que découvrir le fonctionnement d'un Conseil Municipal et le rôle des élus, partager des idées et initiatives afin d'améliorer le cadre de vie des enfants et imaginer les meilleures façons de s'épanouir au sein de notre collectivité » indique Cédric Van Vooren, maire de Veziens.

Le CME est composé de 12 enfants, à savoir six de l'école publique de l'Èvre et six de l'école privée Saint-Joseph, issus de classes allant du CE2 au CM2, élus jusqu'en mars 2020. Les élections se sont tenues à bulletin secret en janvier dernier, au sein des écoles.

Le premier CME a eu lieu le mercredi 6 mars dernier, en mairie, en présence de Cédric Van Vooren, Valérie Choimet, adjointe au maire en charge de l'Enfance, Nadia Bouhatmi, adjointe à la Vie associative et culturelle, Marylène Cotenceau et Linda Derouineau, conseillères municipales.

Après un tour de table et la présentation des enfants et des élus, le fonctionnement d'un conseil municipal

leur a été expliqué, ainsi que la fonction des adjoints au maire et de leurs commissions.

Les deux projets pour lesquels ils seront sollicités leur ont été présentés. Le premier porte sur l'intégration d'animaux en écopâturage au bassin de rétention qui se fera dans le courant de l'année.

Le second concerne le projet d'aménagement de la Coulée des Douves, avec aires de jeux, terrain multisport, appareils de musculation, etc.

Après leur avoir donné une nouvelle fois la parole afin de leur permettre de faire part de leurs idées, les enfants ont été invités à visiter la mairie et à partager un goûter.

Le CME se réunit une à deux fois par semestre et le prochain se tiendra au mois de juin.



Infos :
Mairie
Place Flandres
et Dunkerque à Veziens
Tél. : 02 41 49 02 60

Nouvelle association : Salut La Famille

Les personnes confrontées à la maladie, l'enfermement, la douleur, sont invitées à se rapprocher de la nouvelle association Salut La Famille, dont le principe est la solidarité par la mise en relation, via des rencontres réelles et virtuelles, des informations, de la prévention, des conseils. L'association est également à la recherche de bénévoles pouvant mettre à profit les expériences ou savoir-faire, notamment pour développer son application (étudiants par exemple).
Infos : salutlafamille.assoc@gmail.com
Facebook et Youtube : Salut La Famille
Salut La Famille 10353 49303 Cholet
Cedex 49300 Cholet

Parcours Permanent d'Orientation

Profitez d'une balade en famille dans les parcs choletais pour découvrir les Parcours Permanents d'Orientation créés par la Ville de Cholet.
Infos au 02 72 77 23 62 ou cholet.fr

Cholet - Des fées, princes, dragons et sorcières débarquent au collège Trémolières

Quand école et collège travaillent sur un projet commun, il en résulte des créations artistiques et des contes sortis de l'imagination des enfants, des rendez-vous au spectacle, des rencontres enrichissantes...

Depuis la rentrée, la classe de 6^eF du collège Trémolières s'active à la création de contes illustrés. Clémence Nayral, professeur de Français et Frédérique Prokop, professeur d'Arts plastiques, encadrent le projet. « Il a fallu faire preuve d'imagination pour créer les histoires et de créativité pour leur donner vie. Le résultat est bluffant » assurent les professeurs.

Ce projet a trouvé tout son sens au cours du mois de février dernier. Les élèves ont travaillé pendant deux jours avec Élodie Coudray, illustratrice plasticienne, qui les a initiés à son métier et aidés dans leur travail pour créer des livres qui illustrent leurs contes. Découpage, collage, travail des matières, des couleurs, linogravure... un projet d'envergure!



À l'issue de ce travail technique, les collégiens ont pu faire partager leurs créations aux élèves de CM1 et CM2 de l'école Chambord, proche du collège Trémolières. Par petits groupes, ils ont lu leur conte et montré leurs illustrations. Le projet s'est clôturé par un après-midi au Jardin de Verre pour assister, avec des élèves de l'école Chambord, au spectacle Alice qui a éveillé tous leurs sens.



Les prochaines étapes sont prévues pour la fin de l'année: les collégiens présenteront à leurs parents leurs réalisations et découvriront ensemble les travaux extérieurs réalisés par des élèves de l'école Chambord, toujours à partir de leurs contes, et installés dans le parc voisin aux deux établissements.

Collège Trémolières

Cholet - L'asso de la semaine : FFMAS 49

La Fédération Française de Métiers de l'Assistanat et du Secrétariat (FFMAS) de Maine-et-Loire réunit des assistantes de tous domaines pour échanger sur des thèmes liés à leur métier, et faire reconnaître leur profession.



Synergences hebdo

Nom: FFMAS 49

Présidente: Nathalie Cassin

Adresse: lycée La Providence
33 boulevard Gustave Férié à Cholet

Tél.: 06 61 51 39 30

Courriel: fmmas49@gmail.com

Web: www.fmmas49.fr

En décembre 2000, l'association @assistant.Connexion voit le jour à l'initiative de quatre étudiantes en BTS assistant de direction au lycée La Providence de Cholet. En 2009, elle adhère à la Fédération Française de Métiers de l'Assistanat et du Secrétariat (FFMAS) puis organise, en décembre 2010, le premier congrès national des assistantes à Cholet. En septembre 2014, @assistant.Connexion, change de nom pour devenir la FFMAS Maine-et-Loire. Ancrée dans le tissu associatif professionnel du Choletais, la FFMAS 49 propose un programme riche à ses adhérents: conférences sur entrepreneuriat,

les soft skills (compétences comportementales, ndlr), le réseautage... « *L'objectif de l'association est de réunir des assistant(e)s de tous les domaines (direction, manager, comptable, qualité, etc.), rappelle Nathalie Cassin, présidente, pour échanger sur des thèmes liés à notre métier, apprendre et actualiser nos connaissances, rester en lien avec les évolutions du métier et anticiper les mutations et enjeux de demain, proposer aux assistantes des repères et outils pour développer ses compétences, accompagner les étudiants, se fédérer autour des métiers de l'assistanat dans une démarche de valorisation de*

la profession par notre affiliation à la fédération française. »

L'association choletaise rassemble une quarantaine d'adhérentes qui se rencontrent une fois par mois, autour de conférences, de visites d'entreprises, d'ateliers professionnels ou encore de rencontres conviviales.

La prochaine animation est une conférence, qui se déroulera le vendredi 29 mars à 18h à Eurespace à Cholet. À cette occasion, l'association accueillera Muriel Pringez, cheffe d'entreprise « *décidée et engagée dans de nombreuses activités* ». "Oser sa vie professionnelle" sera le thème de son intervention.



4^{ème} / 3^{ème} | BAC PRO | CAP | BTS
FORMATION ADULTES | CQP | TITRE PROFESSIONNEL
TAUX DE RÉUSSITE 89% | TAUX D'INSERTION 90%

FORMATIONS PAR ALTERNANCE

PORTES
OUVERTES

Vend. 29 MARS

de 17h à 20h

Sam. 30 MARS

de 9h à 17h



MFR JALLAIS
02 41 64 11 20
www.mfr-jallais.fr

4^{ème} - 3^{ème} (en alternance)
SERVICES AUX PERSONNES
VENTE EN ESPACE RURAL
VENTE - ANIMATION
ACCUEIL



CFP JALLAIS
02 41 64 15 65
www.cfdjallais.fr

GESTION / COMMERCE
(comptable, gestionnaire, manager, dirigeant d'entreprise, perfectionnement)
HÔTELLERIE / RESTAURATION
(Cuisinier Gestionnaire de collectivités, perfectionnement)
AGRICULTURE (technicien Agricole, conducteur d'engins agricoles, salarié avicole)



MFR CHOLET
CFA LA BONNAUDERIE
02 41 75 60 30
www.cfa-bonnauderie.com

4^{ème} - 3^{ème} (en alternance)
SERVICES AUX PERSONNES
VENTE EN ESPACE RURAL
VENTE - ANIMATION
CUISINE ET ARTS DE LA CUISINE
RESTAURANT
COMMERCE / SERVICE EN RESTAURATION
BOULANGERIE
PÂTISSERIE
PIZZAIOLO

Seulement le samedi 30 MARS



MFR CHALONNES/LOIRE
02 41 78 02 07
www.mfr-chalonnes.org

4^{ème} - 3^{ème} (en alternance)
HORTICULTURE
MARAÎCHAGE
PÉPINIÈRE
PAYSAGE
VIGNE ET VIN

Seulement le samedi 30 MARS

Cholet - Des Choletais à Oldenburg

Des membres de Cholet France-Allemagne ont vécu un séjour apprécié chez leurs amis d'outre-Rhin.



Cholet France-Allemagne

Selon la tradition, la soirée dégustation d'anguilles dans une auberge a été suivie d'un rinçage des mains... au schnaps !

Du mercredi 27 février au dimanche 3 mars derniers, dix adhérents de Cholet France-Allemagne sont partis à Oldenburg, ville allemande jumelée avec Cholet.

Au programme de leur séjour, Kohlfahrt (littéralement, « route du chou », soit une tradition locale festive qui commence par une randonnée ponctuée de haltes gourmandes et se finit par la dégustation de chou dans une auberge), réception à la mairie, concert et rencontre avec Tobias Gotting organiste oldenbourgeois.

« *Durant ces séjours où nous sommes toujours accueillis dans les mêmes*

familles, il s'agit surtout du plaisir de retrouver tous nos amis d'Oldenburg : Joachim, Anneliese, Ludwig, Wolkard, Ulli, Catherine et tous les autres que nous voyons avec joie. Ces grands moments d'amitié témoignent du jumelage Cholet-Oldenburg, depuis plus de 20 ans » se réjouit Jean-Luc Moreau, président de Cholet France-Allemagne.

Infos :

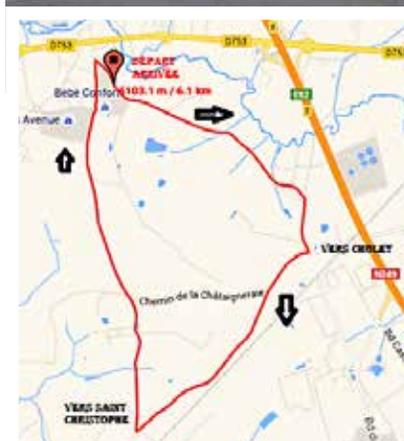
Facebook : Association Cholet France Allemagne

La Séguinière - Grand prix cycliste

Le 31^e Grand prix cycliste de La Séguinière se tient ce dimanche 24 mars.



La Séguinière Vélo Sport



s'articuleront autour de la zone de La Ménardière (à proximité du Circuit des Marques).

Au programme : à 10 h, départ de la course cadets, avec neuf tours de circuit, soit 54,9 km ; à 14 h, départ de la course minimes, avec cinq tours de circuit, soit 30,5 km puis, à 15 h 30, départ de la course 3^e catégorie et juniors, avec 17 tours, soit 103,7 km.

La Séguinière Vélo Sport, en collaboration avec Saint-Léger Cyclisme, organise ce dimanche 24 mars le 31^e Grand prix cycliste de La Séguinière, parrainé par les artisans, commerçants et industriels.

Trois courses sur un circuit de 6,1 km

Le Grand prix de La Séguinière attire chaque année un peu plus de 220 coureurs répartis sur les trois courses. Le départ sera donné rue des Deux-Sèvres à hauteur du n° 13.

À noter que la circulation se fera uniquement dans le sens de la course, selon l'arrêté municipal.

GRETA
La référence formation

Tout savoir sur l'usage de votre CPF formation

Réunion au GRETA du Choletais
Vendredi 29 mars
à 14h00

Participation du fongecif pays de la loire

02 41 49 06 50

RÉNOVAL
l'espace s'invente sur terre

EXTENSIONS. VERANDAS. PERGOLAS

"ON LEUR A DEMANDÉ LA LUNE..."

... ILS NOUS ONT APPORTÉ L'ESPACE !"

84 RUE FRANÇOIS DE CHABOT - 49360 YZERNAY
AGENCE EXPO ST-GERMAIN-SUR-MOINE | Tél. 02 41 49 15 49

Cholet - Envie de vous essayer au golf ?

Le golf de Cholet participe une nouvelle fois à l'opération Tous au golf à partir de ce lundi 25 mars. C'est l'occasion d'aller fouler le green choletais et de découvrir les bases de ce sport.

De ce lundi 25 mars au dimanche 31 mars, le golf de Cholet participe à l'opération nationale Tous au golf, qui consiste en des journées d'initiation collective gratuites, dont le but est de découvrir les bases du golf.

Les créneaux d'initiation durent 1 h 30 et sont encadrés par les moniteurs diplômés d'État du club: Laurent du Bouexic et Olivier Mila. « Nous acceptons 12 personnes par créneau. Vous découvrez l'environnement du golf, le club-house et les clubs avant de partir taper des balles au practice et au putting-green » précisent ces derniers.

De ce lundi 25 mars au vendredi 29 mars, les créneaux proposés sont de 17 h 30 à 19 h. Le samedi 30 mars, il est également possible de s'inscrire de 16 h à 17 h 30 en plus du créneau de 17 h 30 à 19 h. Le dimanche 31 mars, trois pos-



Golf de Cholet

sibilités sont offertes: de 11 h à 12 h 30, de 14 h à 15 h 30 ou de 16 h à 17 h 30.

Ces initiations sont aussi bien ouvertes aux adultes qu'aux enfants et adolescents souhaitant découvrir la pratique du golf. Nul besoin d'avoir une tenue spécifique, il convient juste de porter des vêtements confortables et des chaussures plates, de type tennis ou basket.

Et à ceux qui seraient séduits par cette expérience, le club propose une formule découverte, en cours individuel ou collectif, pendant cinq mois, qui comprend 12 leçons d'une demi-heure avec un moniteur et la mise à disposition du matériel, l'accès au parcours école et à la zone d'entraînement.

Inscriptions :

Tél.: 02 41 71 05 01 ou golf@csl-cholet.fr

Sortie(s)

Lys-Haut-Layon/Vihiers - Quatre rendez-vous au Cinéfil

En plus des rituels CinéMôme et CinéCafé, le Cinéfil propose un CinéRencontre et un CinéDoc ce mois-ci aux spectateurs.



Le chant du loup, un film sur l'univers des sous-marins.

Le Cinéfil, le cinéma de Vihiers, commune déléguée de Lys-Haut-Layon, fait le plein de séances spéciales ce mois-ci.

À commencer, ce mercredi 20 mars, à 20 h 30, par un CinéRencontre pour la première projection de **Le chant du loup**, drame français avec François Civil, Omar Sy, Reda Kateb et Matthieu Kassovitz, qui se passe dans l'univers de la Marine nationale et plus spécialement

dans celui des sous-marins. L'occasion pour l'équipe du cinéma d'accueillir l'amiral Antoine Beaussant, sous-mariner.

Ce jeudi 21 mars, à 20 h 30, pour la sortie nationale du documentaire **Vincent & moi**, l'équipe propose un CinéDoc avec la participation de l'Association Départementale des Amis et Parents d'Enfants Inadaptés (ADAPEI) 49.

Le mercredi 27 mars, à 17 h, viendra le tour des enfants avec le CinéMôme. Ce mois-ci, le jeune public pourra voir **La petite fabrique de nuages**, un film d'animation de 46 min., également projeté le samedi 30 mars à la même heure.

Enfin, le lundi 1^{er} avril, à 20 h 30, les cinéphiles pourront découvrir le premier film de Nathan Ambrosioni, **Les drapeaux de papier**, avec Noémie Merlant et Guillaume Gouix, primé au festival Premiers plans d'Angers en février dernier, lors d'un CinéCafé.

Infos :

Cinéfil, place Saint-Jean à Vihiers
Programme 24 h/24 au 02 41 75 83 66
lecinefilvihiers@gmail.com
www.cine-vihiers.fr

Tarifs :

6 € plein, 5 € réduit,
4 € moins de 14 ans, 3 € CinéMôme

Portes ouvertes des écoles :

Pour visiter les locaux, rencontrer les enseignants, poser des questions, inscrire votre enfant, prenez date :

> À Cholet

La Fontaine

Ce vendredi 22 mars, de 16 h 30 à 19 h, l'école maternelle La Fontaine, 56 rue du Chêne à Cholet, organise ses portes ouvertes. Infos au 02 41 62 25 81

Saint-Exupéry

Une porte ouverte de l'école maternelle et élémentaire Saint-Exupéry, 26 rue Grignon de Montfort à Cholet, est organisée ce vendredi 22 mars, à partir de 16 h 45. En outre, une exposition d'arts visuels est à découvrir en maternelle. Infos au 02 41 62 05 63

La Girardière

L'école La Girardière, 63 rue de La Girardière à Cholet ouvre ses portes ce vendredi 22 mars, de 17 h à 18 h 30. Infos au 02 41 62 15 82

Les Turbaudières

Le groupe scolaire Les Turbaudières, rue des Orfèvres à Cholet, propose ses portes ouvertes ce vendredi 22 mars, de 17 h à 19 h. Infos au 02 41 62 05 89

La Bruyère

Le vendredi 29 mars, de 17 h à 19 h, le groupe scolaire public La Bruyère à Cholet, organise ses portes ouvertes, à savoir l'école maternelle, située 6 rue Jean de la Bruyère et l'école élémentaire, au 4 rue Jean de la Bruyère.

Les Richardières

Le samedi 30 mars, de 10 h à 12 h, l'école maternelle Les Richardières, 8 rue Jean-Jacques Rousseau à Cholet, ouvre ses portes. Infos au 02 41 62 05 26

> Au Puy-Saint-Bonnet

La Chevallerie

Le samedi 30 mars, de 10 h à 12 h, l'école primaire publique La Chevallerie, rue des Templiers au Puy-Saint-Bonnet, ouvre ses portes. Infos et demandes de rendez-vous au 02 41 56 41 83

> Au May-sur-Èvre

Jean Moulin

Le samedi 30 mars, de 10 h à 12 h, l'école primaire Jean Moulin, place Marcel Taupin au May-sur-Èvre organise ses portes ouvertes. Infos au 02 41 63 82 44

L'actu en bref...

Saint-Paul-du-Bois - Le May-sur-Èvre

Bulle et Bob dans la cuisine

Ce spectacle gratuit est proposé ce mercredi 20 mars par le réseau des bibliothèques du Choletais.



Bulle et Bob passent l'après-midi chez leur grand-mère Miette et décident de faire des gâteaux. Dans la cuisine, ça tambouille, ça popote, ça mouline...

Autour d'une histoire toute simple, un quotidien fait de rires et de

poésie, voilà des chansons légères comme de la farine, douces comme le miel, un rien épicées, et gourmandes avec ça!

Des chansons interprétées par Natalie Tual dans le spectacle *Bulle et Bob dans la cuisine*, proposé ce mercredi 20 mars, dans le cadre du programme *Les toques attaquent* du réseau E.changes et des bibliothèques du Choletais, à 11h à la maison du théâtre à Saint-Paul-du-Bois et à 16h au Maytiss bar, à l'espace Léopold Sédar Senghor au May-sur-Èvre.

Infos:

Tél. 02 72 77 22 67 ou 02 72 77 20 03
e-changes.cholet.fr

Spectacle gratuit pour enfants de 3 à 7 ans, durée: 30 min.

LES TOQUES
ATTAQUENT!



Lys-Haut-Layon/Vihiers - Le Jardin de Verre en balade avec Patrik Cottet Moine

L'artiste humoriste jouera son spectacle *Compagnie des zèbres* ce samedi au Cinéfil.



Si vous ne connaissez pas déjà Patrik Cottet Moine, c'est vraiment le moment de le découvrir, ce samedi 23 mars, à 20h30, au Cinéfil, place Saint-Jean à Vihiers, commune déléguée de Lys-Haut-Layon. Grâce à son langage international, il est une des grandes révélations de l'humour de ces dernières années. Patrik joue de son sens aigu de l'observation, et réus-

sit ainsi, avec fantaisie, à entraîner son auditoire dans des situations et des décors des plus inattendus. Tout en humour et finesse, son univers peut être tout aussi attendrissant qu'extravagant, mais ne tombe jamais dans le piège de la caricature grotesque.

Dans son spectacle *Compagnie des zèbres*, joué des centaines de fois, en France, dans toute l'Europe, au Japon, en Chine, au Canada, Patrik Cottet Moine interprète une dizaine d'histoires sans parole, où défilent, entre autres, un torero, un musicien, un flic ou encore une tennismen déjantée... Ouvrez grand vos oreilles, vos mirettes et attendez-vous à de grands éclats de rire devant cet énergumène!

Billetterie:

Bureau d'info touristique de Vihiers
Tél.: 02 41 49 80 00

Tarifs:

11 € adulte, 5,50 € scolaire, étudiant et demandeur d'emploi

Mazières-en-Mauges - La Romagne

La recette des crêpes...

en chansons

Avec le réseau des bibliothèques, les papilles des tout-petits s'éveillent et l'appétit grandit à travers un spectacle musical proposé le mercredi 27 mars.

Le réseau des bibliothèques du Choletais propose le mercredi 27 mars, à 10h30 à la salle Saint-Jean à Mazières-en-Mauges et à 16h30 au foyer-logement La Verte vallée à La Romagne (durée: 30 min.), le spectacle *J'ai faim*, de la Compagnie L'embrasure. Un spectacle musical gratuit, à partir d'un an, rythmé par la recette des crêpes, inspiré d'un souvenir d'enfance: « à la maison, c'était crêpes tous les samedis soir. La fréquence de ce rituel a toujours suscité l'enthousiasme familial et la convivialité. Alors, au moment de créer un spectacle jeune public, les crêpes se sont très naturellement retrouvées au centre! D'ailleurs, j'ai tenu à ce qu'elles soient réellement partagées avec le public à la fin » précise Nadège Rigalleau,



l'interprète du spectacle.

Infos:

Tél.: 02 72 77 22 67 ou 02 72 77 20 03
e-changes.cholet.fr

Saint-Christophe-du-Bois - Concert de printemps de la chorale Passacaille

Ce samedi 23 mars, la chorale Passacaille propose son concert de printemps, à 20 h, en l'église.

Passacaille, chorale exclusivement féminine et dirigée par Lydia-Jai Descamps, invite le public à son concert de printemps, ce samedi 23 mars, à 20 h, en l'église de Saint-Christophe-du-Bois. Elle accueille pour l'occasion la chorale Tourne Sol de La Bruffière (85).

La chorale Passacaille existe depuis de nombreuses années et sa devise est « Chanter en chœur avec plaisir ».

Elle participe à plusieurs concerts, interprète un répertoire varié, entre chansons françaises et chants étrangers.

Les personnes qui souhaitent rejoindre cet ensemble vocal peuvent se faire connaître.



Infos:

mo.manceau@orange.fr

Tarif:

6 €, gratuit pour les moins de 16 ans

Expositions

Lys-Haut-Layon/Trémont - Le domaine de Chantemerle ouvre ses portes

Durant deux week-ends, le domaine de Trémont propose des dégustations et la découverte des vignes.

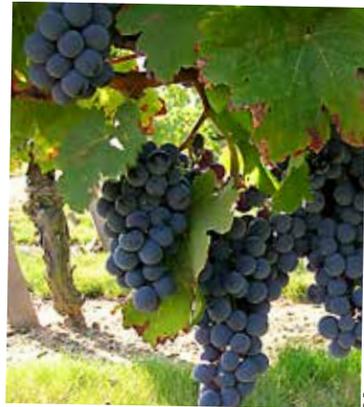
Ces samedi 23 et dimanche 24 mars, ainsi que les samedi 30 et dimanche 31 mars, le domaine de Chantemerle à Trémont, commune déléguée de Lys-Haut-Layon, organise deux journées portes ouvertes. À cette occasion, la famille Laurilleux propose un week-end riche en animations.

Outre la dégustation des vins du domaine, librement ou accompagnée, avec un buffet campagnard permanent gratuit, les visiteurs pourront, en exclusivité, découvrir le Coteaux du Layon cuvée Chantemerle 2015.

Un parcours fléché permettra de sillonner les vignes à sa guise et, ainsi, découvrir les richesses du terroir.

Sur place seront présents quelques exposants, proposant des charcuteries basques, des terrines de volaille, des bijoux, de la décoration créative, du miel...

Ceux qui le souhaitent pourront déjeuner sur place. Au menu: filet de



truite en gelée à la russe, cuisse de volaille à l'Angevine de Chantemerle et gratin sarladais, ardoise de fromages et tartelette poire-chocolat.

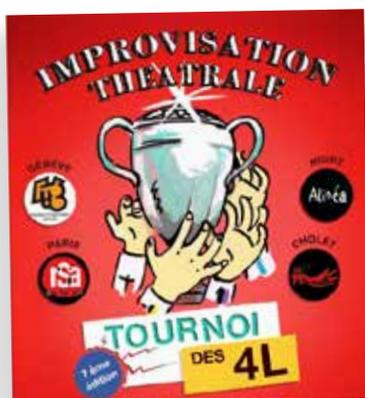
Infos et réservations:

Domaine de Chantemerle,
4 rue de Chantemerle à Trémont
Tél.: 02 41 59 43 18
ou chantemerle-49@wanadoo.fr

Tarif repas : 22 €

Cholet - Le tournoi des 4L des Z'improbables

Trois autres équipes en plus de celle des Z'improbables vont venir improviser sur scène pour ce 7^e tournoi des 4L les samedi 30 et dimanche 31 mars.



Les samedi 30 et dimanche 31 mars, les Z'improbables organisent leur tournoi des 4L. Durant deux jours, quatre équipes « de haut vol » vont s'affronter lors de matches d'improvisation théâtrale.

À cette occasion, les Z'improbables de Cholet recevront l'Alinéa de Niort, la

RSA de Paris et la FIG de Genève. Les thèmes au programme seront: « lancer de chaussons » et « rires garantis ». Qui va remporter le 7^e trophée? C'est vous qui allez en décider!

Les matches de qualification auront lieu le samedi 30 mars à 20h au Bar'OUF tandis que les finales se dérouleront le dimanche 31 mars à 14h30 au Jardin de Verre.

Réservations:

pour le samedi 30 mars:
<http://bit.ly/Barouf4L2019>
ou Facebook: les Z'improbables
ou par SMS au 06 16 33 59 87
pour le dimanche 31 mars:
le Jardin de Verre au 02 41 65 13 58

Tarifs:

7 €, 4 € réduit
gratuit moins de 12 ans

La Tessoualle - La beauté en poésie

Dans le cadre du Printemps des Poètes, la bibliothèque Bouquin bouquine propose, jusqu'au dimanche 31 mars, une exposition sur le thème de la beauté.



pour les plus jeunes (dessins du plus beau nuage, de la plus belle fleur réalisés par les enfants du centre de loisirs, des Matinées Récréatives et du multi-accueil), des ateliers poétiques pour les plus grands pour exprimer la beauté, un atelier d'écriture pour s'amuser à écrire sous forme d'acrostiches le mot beauté.

L'exposition *La beauté ça ne se mange pas en salade* a été inaugurée en présence des Reines de La Tessoualle (photo ci-dessus). Elle est à découvrir jusqu'au 31 mars prochain.

Infos:

Bibliothèque Bouquin Bouquine
1 place du Souvenir à La Tessoualle
Tél.: 02 41 70 53 22

DEVENEZ PROPRIÉTAIRE D'UN LOGEMENT NEUF
Le Val de Moine à Cholet

T4 Clés en main

175 000 € TTC - Hors frais de notaire

RT 2012

Tél : 02 41 75 65 13
developpement@slh-habitat.fr

Sous conditions de ressources selon le dispositif PSLA

slh
Société Libre Habitat
L'HABITAT À DIMENSION HUMAINE

Expositions

Cholet - 25^e édition de Primavera au profit de l'association Théodora

L'exposition printanière des Lions Club de Cholet revient pour la 25^e année et s'ouvre aux visiteurs jusqu'au jeudi 28 mars.

Primavera 2019, la 25^e édition de l'exposition printanière du Lions Club Cholet Cité et du Lions Club Cholet Mauges, se déroule des jeudis 21 mars au 28 mars, à la salle des expositions de l'Hôtel de Ville-Hôtel d'Agglomération. Elle se tient au profit de l'association Théodora.

Les «docteurs Rêves»

Créée en 2000, l'association Théodora a pour mission de contribuer au bien-être des enfants hospitalisés et des enfants handicapés, en leur offrant des visites d'artistes professionnels appelés les «docteurs Rêves». Au près de chaque enfant, les artistes de Théodora improvisent et les aident à s'échapper un moment de l'univers hospitalier et à retrouver leur monde à eux, fait de rires,



Christian Vassort



Thierry Bamas

24 artistes exposés

Les membres des Lions Clubs de Cholet et leurs présidents Gilbert Frouin (Cholet Cité) et Pierre Baudry (Cholet Mauges) ont invité de nombreux artistes. Parmi eux :

- des peintres :

Francine Cordier, Aurore Coye de Brunélis, Jean-Luc Deschard, Carole Gaïa, François Halie, Patrick Héline, Juan (Jean-Michel

- une photographe :

Cuca (Sophie Carlot)

- des sculpteurs :

Thierry Bamas, Yannick Bouillault, Gérard Clisson, Fanny Gaignard, Claude Lahaye, Natali (Nathalie Huon), Pamon (Patricia Monnier), Sandrine Ramona.

Le vernissage de Primavera 2019 aura lieu ce jeudi 21 mars, à 18h30, et accueillera des représentants de Théodora qui démontreront toute l'importance de la mission des «docteurs Rêves».

Ouverture de l'exposition :

> du jeudi 21 au jeudi 28 mars, de 14 h à 19 h

> le samedi 23 mars, de 10 h à 12 h 30 et de 14 h à 19 h

> le dimanche 24 mars, de 14 h à 18 h

de magie, de jeux, d'imagination et de fantaisie.

Depuis octobre 2011, des «docteurs Rêves» visitent les services de pédiatrie, de néonatalogie et des urgences pédiatriques médicales du Centre hospitalier de Cholet.

Clavelloux), Annabelle Joussaume, Jacques Lebot, Man's (Emmanuel Barriquault), Jeanne Mathieu, Noro (Daniel Nouraud), Françoise Papail, Annick Vallenet, Christian Vassort

La Séguinière - Exposition artistique

Une exposition artistique investit la salle des Fêtes de La Séguinière, ces samedi 23 et dimanche 24 mars.



Mairie de La Séguinière



et Bégrolles-en-Mauges à participer à l'exposition artistique se tenant le samedi 23 mars, de 14 h à 19 h et le dimanche 24 mars, de 10 h à 18 h, à la salle des Fêtes de La Séguinière.

Cet événement vise à rassembler toutes formes de créations artistiques telles que la peinture, la sculpture, la photographie, le dessin, la poterie, le patchwork, la vannerie, l'art floral, la broderie, la poésie, la mosaïque, le scrapbooking, les loisirs créatifs etc. L'entrée est gratuite.

Infos :

Association Poterie Loisir
5 bis rue de la Garenne

à La Séguinière

assopoterieloisirlaseg@gmail.com

Les associations de Poterie Loisir de La Séguinière et l'Association Culturelle et de Loisirs Intercommunale (ACLI), invitent les artistes amateurs de La Séguinière, Saint-Christophe-du-Bois, La Romagne, Saint-Léger-sous-Cholet

Nuaillé - Une cloche à voir de près

Une des cloches de l'église est exposée à l'Espace Culturel de la Boissonnière, avant son départ pour restauration.



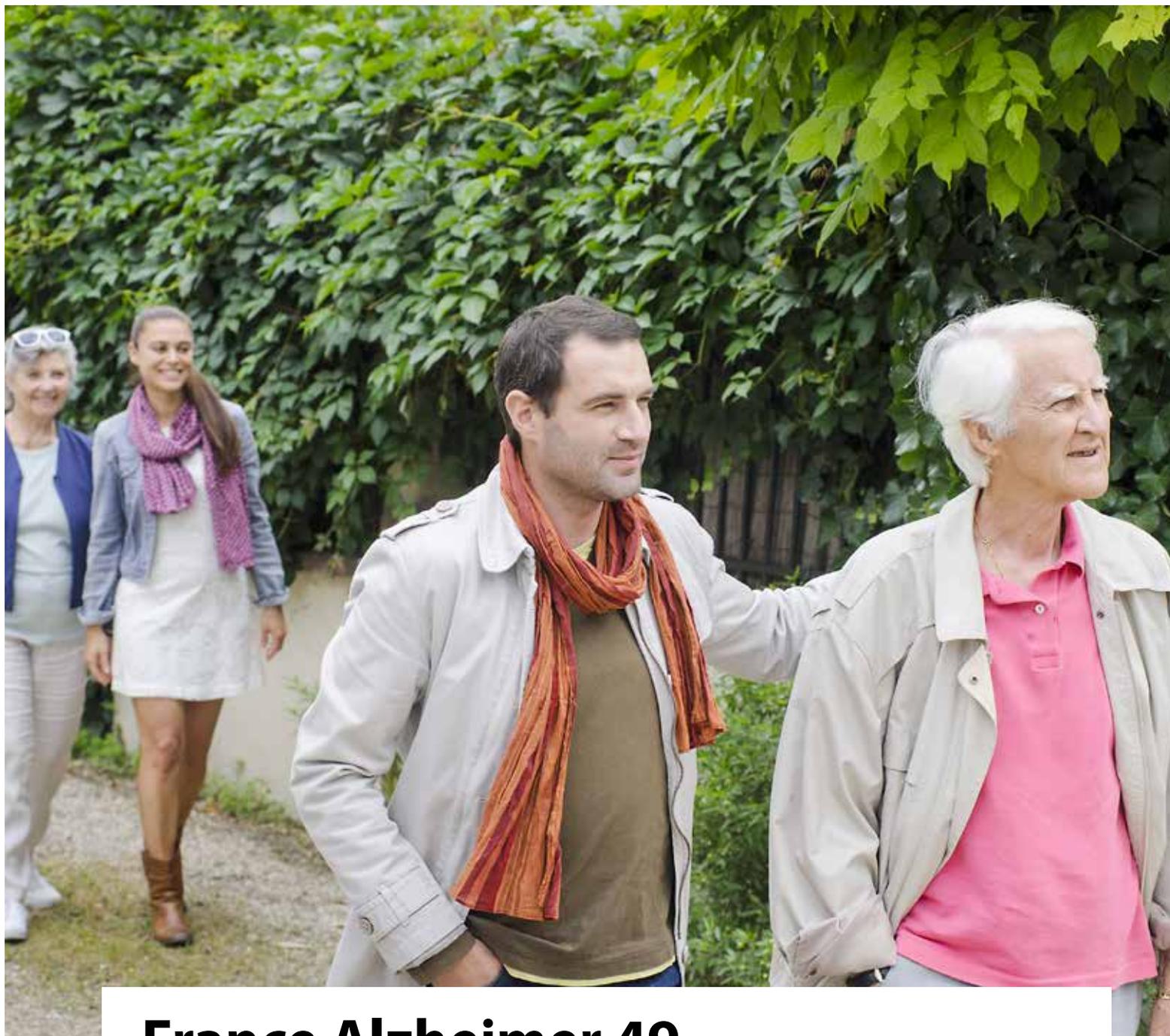
Mairie de Nuaillé

Lors de la visite annuelle de maintenance des cloches de l'église Saint-Étienne de Nuaillé, des signes de vieillissement ont été relevés. Pour l'une, il s'agit de la vétusté de la mise sur billes, pour la seconde, d'un éclatement du noyau central. Les travaux de restauration, confiés à la société Bodet, vont être menés en partenariat avec la Fondation du Patrimoine, à travers un mécénat public et une subvention d'investissement.

Mais alors que la cloche nommée Émilie Caroline va être réparée sur place, l'autre, Marie Eulalie Pie est exposée

au public qui peut ainsi voir de près ce patrimoine bien connu pour ses sonneries rythmant la vie de la commune, avant de partir dans les ateliers de restauration. Cette exposition se tient à l'Espace Culturel de la Boissonnière (salle Guy Chouteau) jusqu'au vendredi 29 mars, chaque jour (sauf le dimanche), de 15 h 30 à 18 h. L'entrée y est libre et gratuite.

Parallèlement, et dans le même espace, une collection de vieux écrits et de photographies issus des archives paroissiales, est également visible.



France Alzheimer 49 & maladies apparentées

Informier, soutenir, encourager, former, accompagner, sensibiliser... l'association France Alzheimer est une Union d'associations présentes dans toute la France, au service des personnes malades et de leurs familles. Elle est reconnue d'utilité publique depuis 1991. En Maine-et-Loire, France Alzheimer 49 & maladies apparentées œuvre sur l'ensemble du territoire et, notamment, dans l'Agglomération du Choletais. Récemment, un nouveau local de permanences, proposé par la Ville, a d'ailleurs ouvert ses portes à Cholet, complétant ainsi l'offre déjà existante. De multiples activités sont également mises en place pour les aidants et les aidés afin de ne pas rester seuls face à la maladie.

L'histoire de FA49

1987 : création par six familles de SOS Alzheimer
 1988 : affiliation à France Alzheimer
 1990 : SOS Alzheimer devient Anjou Alzheimer
 1997 : création des antennes de Cholet, Segré et Saumur
 1999 : création de l'antenne de Baugé
 2008-2009 : Anjou Alzheimer devient France Alzheimer 49
 2010 : mise en place des formations aidants et bénévoles
 2011 : création de l'antenne de Doué-la-Fontaine
 2012 : ouverture d'une permanence au service Neuro-Gériatrie du CHU d'Angers
 2014 : création de l'antenne de Loire-Layon-Aubance-Lys
 2017 : 30^e anniversaire

Les missions

France Alzheimer & maladies apparentées est la seule association de familles reconnue d'utilité publique dans le domaine de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées. Composée de 97 associations départementales, France Alzheimer & maladies apparentées bénéficie d'un maillage territorial qui lui permet d'être au plus près des familles et des personnes malades.

« Ses missions sont d'accompagner et soutenir les personnes malades et leurs proches, informer et sensibiliser l'opinion publique et les pouvoirs publics, contribuer aux progrès de la recherche et former les professionnels, les proches aidants et les bénévoles » précise Marie-Florence Frouin, animatrice de territoires Cholet-Mauges, animatrice en Snoezelen et ancienne assistante de soins en gériatrie auprès des personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer.

France Alzheimer & maladies apparentées, c'est :

> **l'écoute** : par l'organisation de permanences d'accueil décentralisées et par la mise en place de groupes de parole animés par des psychologues

> **l'aide** : par des formations aux aidants et par une participation financière (aide au répit des aidants, aide aux soins corporels du malade, sous conditions de ressources)

> **le conseil** : par la connaissance de leurs droits juridiques et des dispositions de protection du malade et des aidants et par la mise en place des différentes étapes de la prise en charge du malade au regard de l'évolution de la maladie

> **la représentation** : auprès des pouvoirs publics (Union Nationale France Alzheimer), des gestionnaires d'établissements et associations de maintien à domicile, du corps médical, des partenaires et des médias.



Les activités et animations

Halte relais Alzheimer & maladies apparentées

> Pour les aidants et les aidés

> À Montilliers

SSIAD, 2 impasse des Vallons

Lundis 25 mars, 29 avril, 27 mai et 24 juin

De 14 h à 17 h

> Au Puy-Saint-Bonnet

Espace Convivial, rue Victor Ménard

Lundis 25 mars, 29 avril, 27 mai et 24 juin

De 14 h 30 à 17 h

Au sein de cette Halte relais, sont proposés des moments de convivialité, d'échanges partagés et des activités séparées qui préparent l'aidant familial à passer le relais à d'autres « encadrants » le temps d'un après-midi. Cette pause non thérapeutique est destinée aux couples aidant-aidé et est assurée par des psychologues et bénévoles de l'association.

Des ateliers de médiation animale, de gymnastique bien-être (Siel Bleu), de l'art-thérapie, des sorties... sont mis en place.

Nouveau : atelier de mobilisation cognitive

> Pour les aidés

> Cholet

16 rue du Docteur Charles Coignard

Lundis 18 et 25 mars, 1^{er}, 8 et 29 avril, 6, 13, 20 et 27 mai et mercredi 24 avril

De 10 h à 12 h

Au travers d'activités ludiques, cet atelier thérapeutique est indiqué aux personnes malades, vivant à domicile, au stade débutant ou modéré de la maladie sans troubles du comportement. Il favorise l'expression des capacités préservées et permet également de partager un temps convivial et riche socialement. Il procure du plaisir, du bien-être et augmente la confiance et l'estime de soi. Il est animé par Alexia Waller, psychologue formée par l'Union Nationale France Alzheimer et est gratuit pour les adhérents à l'association.

« Un second groupe ouvrira en septembre 2019. De plus, des bénévoles sont recherchés pour les secteurs de Jallais, Saint-Macaire-en-Mauges et Cholet-Mauges » insiste Marie-Florence Frouin.



« Quand la maladie est à un stade c...

Formation des aidants

> Pour les aidants

> À Cholet

Équipe Spécialisée Alzheimer, 20 bis rue d'Italie

Mardis 26 mars, 9 et 23 avril

De 10 h à 16 h 30

> À Cholet

EHPAD Nazareth, 46 rue de Pineau

Vendredis 10 et 24 mai et 7 juin

De 10 h à 16 h 30

Chaque année, depuis 2009, des formations gratuites sont destinées aux aidants de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée (qu'elles vivent à domicile ou en structure). Ces formations sont animées par un binôme-formateur, un psychologue et un bénévole ayant accompagné un proche touché par la maladie. Tous deux ont été formés par l'Union Nationale France Alzheimer. La formation allie apports de connaissances et mise en commun des expériences et des vécus.

Pour y participer, l'inscription est obligatoire auprès de FA49 au 02 41 87 94 94 et la présence de l'aidant est nécessaire aux trois sessions. « À la suite de cette formation, cinq entretiens d'une heure sont mis en place entre le psychologue et l'aidant afin de continuer à l'accompagner au mieux et assurer un suivi » précise Marie-Florence Frouin.

D'autres formations des aidants sont proposées sur le territoire Cholet-Mauges, comme au Longeron, à Valanjou ou encore à Beaupréau. En outre, si vous ne pouvez pas assister à une formation en présentiel, France Alzheimer et maladies apparentées propose un guide d'accompagnement en ligne sur francealzheimer.org (onglets « Nos formations », puis « Les aidants »). Gratuit et accessible 24 h/24, il informe sur les spécificités de la maladie et vous fait partager les bonnes pratiques d'accompagnement au quotidien.

Atelier de relaxation

> Pour les aidants

Les ateliers de relaxation sont mis en place pour apporter un moment de détente aux aidants, leur permettre de souffler, faire face au stress et se reposer. Ces ateliers sont assurés par un professionnel formé aux techniques de relaxation avec un diplôme reconnu de sophrologie, yoga ou tai-chi-chuan.



« avancé, le toucher, le regard, la musique, les odeurs sont des clés pour garder le contact avec le proche. »

Marie-Florence Frouin, animatrice de territoires FA49 Cholet Mauges et animatrice en Snoezelen

Nouveau : le Jardin de Sidonie

> Pour les aidants et aidés

> À Cholet

Santé Services Choletais, 20 bis rue d'Italie
Mercredis 27 mars, 24 avril, 29 mai et 26 juin
De 14 h 30 à 16 h

Séances gratuites pour les adhérents de France Alzheimer 49 (cotisation annuelle 34 € ou 42 € pour un couple)

Durant cet atelier, Thomas Landreau, animateur et professionnel-partenaire de Art et Nature (Maulévrier), invite les personnes malades à se repérer : observer la nature pour déterminer la saison, se remémorer leurs gestes d'autrefois : ratisser, tailler, semer... Ils jardinent ensemble en échangeant souvenirs, conseils et sensations. « *Le Jardin de Sidonie est ouvert depuis peu à Cholet et rencontre un franc succès. Il permet de travailler et évoquer de nombreuses thématiques. C'est un lieu de repère des saisons, mais aussi du cycle de la vie. Il est plein de réminiscences et appelle l'éveil des sens par les odeurs, les couleurs, le toucher. Ce jardin est aussi source de partenariats, notamment avec l'association L'Outil en Main qui a réalisé nos balconnières* » souligne Marie-Florence Frouin. Le Jardin de Sidonie est situé au 20 bis rue d'Italie à Cholet, au sein de Santé Services Choletais et l'Équipe Spécialisée Alzheimer (lire p. 14).

Séjours vacances-répît

> Pour les aidants et les aidés

Les séjours vacances-répît Alzheimer sont organisés chaque année d'avril à octobre dans différentes régions touristiques de France. Ils sont adaptés aux différentes situations vécues par la personne atteinte de la maladie et son aidant : séjour « détente », séjour « aidants isolés », séjour « malades jeunes », séjour « répît ». Encadrés par des bénévoles et des professionnels spécialement formés, ils offrent à la personne malade et à son proche des moments de répît, de partage et de découverte.

Groupes de parole

> Pour les aidants

Le groupe de parole est un lieu animé par un psychologue de l'association. C'est un espace de soutien et d'écoute où les aidants familiaux se rencontrent et échangent sur l'accompagnement d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer.

Atelier musicothérapie

> Pour les aidants et aidés

> **Au Puy-Saint-Bonnet (avec Jean-Marie Chevrier)**
Espace Convivial, rue Victor Ménard
Lundis 15 avril, 20 mai et 17 juin
De 14 h 30 à 17 h

> **À Cholet (avec Armelle Rabier)**
16 rue du Docteur Charles Coignard
Mercredis 3 avril, 15 mai et 5 juin
De 14 h 30 à 17 h

La musicothérapie est une méthode de détente, de bien-être et d'accompagnement qui s'appuie sur les bienfaits du monde sonore, corporel et musical. Sous forme ludique et accessible à tous, l'activité musicale, animée par des psychologues et musicothérapeutes, participe au plaisir d'être ensemble et à une re-connexion avec soi-même. Deux ateliers complémentaires sont proposés : celui du Puy-Saint-Bonnet met en avant les capacités à émettre un son et celui de Cholet privilégie le bruitage et les quiz musicaux.

Permanences d'aide et d'écoute

> Ouvertes à tous

> À Cholet

• **Permanences sans rendez-vous :**

- **dernier lundi du mois, de 9 h 30 à 12 h, au 16 rue Coignard à Cholet**

- **certains mardis au Centre hospitalier de Cholet, de 15 h à 17 h, à la Maison des Usagers (dates précisées par téléphone)**

• **Prise de rendez-vous possibles au 0789593157 ou par mail : fa49-cholet@francealzheimer49.fr**

Dans chaque territoire, vous pouvez rencontrer des bénévoles de l'association pour convenir de rendez-vous individuels et obtenir des informations.

Le calendrier des activités et des formations proposées tout au long de l'année est disponible auprès de France Alzheimer 49 & maladies apparentées à l'association départementale et/ou à l'antenne du territoire Cholet-Mauges.



Infos :

> **Territoire Cholet-Mauges :**
France Alzheimer 49
& maladies apparentées
16 rue du Docteur Coignard à Cholet
Marie-Florence Frouin,
animatrice de territoires
Tél. : 0789593157
fa49-cholet@francealzheimer49.fr

> **Association départementale :**

France Alzheimer 49
15-17 rue de Jérusalem
49100 Angers
Tél. : 0241879494
secretariat@francealzheimer49.fr
www.francealzheimer49.org



Horaires de diffusion **En supplément :**

Mardi à 13 h 30, 17 h 15 et 20 h

Mercredi à 6 h 30, 14 h 45, 18 h 10 et 21 h

Jedi à 6 h et 10 h 30

Vendredi à 8 h 30, 13 h 45, 18 h 10 et 21 h 30

Samedi à 9 h 20, 15 h et 19 h 10

Dimanche à 8 h 05, 12 h, 16 h 05 et 21 h 10

Lundi à 10 h 15, 14 h 05 et 21 h 30

Box Orange Canal 378 ou www.tlc-cholet.com



L'Équipe Spécialisée Alzheimer (ÉSA)

L'Équipe Spécialisée Alzheimer (ÉSA) propose des séances d'accompagnement à domicile et personnalisées. Elles sont prescrites par le médecin traitant ou un spécialiste pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées à un stade précoce, léger ou modéré.

La quinzaine de séances annuelles (100 % prises en charge par l'assurance maladie) est réalisée, sous condition d'acceptation et de participation active du patient. Elles sont encadrées par une coordinatrice, une ergothérapeute, une psychomotricienne et une assistante de soins en gérontologie. Elles visent à entretenir

l'autonomie de la personne malade et à adapter son environnement quotidien à l'évolution de la maladie, sensibilisent à la prévention des chutes, proposent des activités de stimulations cognitives et sociales et permettent une écoute et des conseils pour les aidants.

Infos :

Équipe Spécialisée Alzheimer (ÉSA)
20 bis rue d'Italie à Cholet
Tél. : 02 41 29 59 88
esa.choletais@gmail.com
www.sante-services-choletais.fr



La maladie

En chiffres

Dans le monde : près de 25 millions de personnes sont touchées par la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée. La maladie serait héréditaire dans 1 % des cas seulement.

En France : plus de 900 000 personnes sont diagnostiquées malades d'Alzheimer ; près de 225 000 nouveaux cas sont décelés chaque année et 32 000 personnes malades sont âgées de moins de 65 ans.

Dans le Maine-et-Loire : il y a environ 10 500 personnes malades, dont environ 120 personnes de moins de 60 ans.

Selon Marie-Florence Frouin, « **50 % des personnes malades d'Alzheimer sont diagnostiquées et 50 % ne le sont pas** ».

Les signes d'alerte

La maladie d'Alzheimer est une maladie neuro-dégénérative évolutive du système nerveux central, qui se traduit par des lésions cérébrales majeures. Ces lésions provoquent une altération qui entraîne peu à peu une diminution progressive des fonctions cognitives. Parallèlement, des modifications de l'humeur et du comportement peuvent apparaître. « **Les principaux signes d'alerte de la maladie sont la perte de la mémoire récente, une désorientation dans le temps et dans l'espace, un problème de langage (le manque du mot), la perte de jugement et de raisonnement, la difficulté à planifier et organiser son temps, la modification de l'humeur et du comportement, la difficulté dans la réalisation des gestes du quotidien, la dépression, le repli sur soi, la rupture du lien social** » détaille Marie-Florence Frouin.



En cas d'installation durable de plusieurs de ces troubles, il est nécessaire de consulter son médecin.

La recherche

C'est en 1906 qu'Aloïs Alzheimer, neuropathologiste allemand, identifie et décrit avec précision les effets provoqués par la maladie. Il reconnaît deux anomalies caractéristiques de la maladie : une dégénérescence des neurones (la dégénérescence neuro fibrillaire) et un dépôt anormal d'une protéine à l'extérieur des neurones (les plaques séniles). En 1985, les protéines A-Bêta et Tau, à l'origine des lésions caractéristiques de la maladie d'Alzheimer, sont identifiées.

Dotée de deux conseils scientifiques, en sciences médicales et en sciences humaines et sociales, l'association France Alzheimer est un partenaire incontournable de la recherche. Elle a déjà financé plus de 300 projets de recherche à hauteur de 12 millions d'euros. « **Actuellement, la recherche étudie bon nombre de facteurs susceptibles de favoriser la maladie : l'environnement, la génétique, le vieillissement de la population, etc.** » indique Marie-Florence Frouin.

Le bénévolat



L'évolution constante et croissante de la maladie d'Alzheimer annonce aujourd'hui 900 000 personnes diagnostiquées en France, dont 10 500 dans le département du Maine-et-Loire. À ce jour, aucun traitement curatif n'existe. C'est dire à quel point FA 49 a besoin de bénévoles pour mener à bien ses actions et son développement auprès des malades et des aidants.

« Un malade, c'est toute une famille qui a besoin d'aide » est une formule éloquent, véritable et exigeante si l'on veut rompre l'isolement des malades et leurs aidants, instaurer un maillage départemental de liens, de conseils, d'aide et de soutien.

C'est pourquoi les bénévoles de FA49 contribuent au bon fonctionnement et à l'animation de toutes les activités qui sont proposées dans ce département.

Bénévole à France Alzheimer 49, c'est :

- agir pour une cause, la faire connaître
- s'engager de façon responsable, partager des valeurs et principes communs
- mettre à profit ses propres compétences dans un nouvel environnement
- bénéficier de formations et d'apprentissage dans de nouvelles expériences
- élargir son réseau relationnel, s'ouvrir aux autres
- se faire plaisir dans chacune de ses actions.

Consciente du rôle essentiel joué par les bénévoles dans l'aide aux personnes malades, France Alzheimer et maladies apparentées fait de leur formation une priorité. Il en va tout simplement de la qualité des réponses apportées quotidiennement aux personnes malades et à leurs familles. Enrichissantes, rassurantes, dynamisantes...

Infos : benevoles.francealzheimer.org

Cholet - Concert : Raphaële Lannadère

Ce vendredi 22 mars, le Jardin de Verre fait place à la chanson française, avec Raphaële Lannadère.



D'abord, elle a été L; puis elle a été elle, c'est-à-dire Raphaële Lannadère; puis de nouveau L pour l'album *Chansons* sorti en février 2018. Raphaële revient à l'essence de sa musique, c'est-à-dire des textes aussi réalistes que poétiques. Il est produit par Clément Ducol et Maxime Le Guil qui ont arrangé ses mélodies avec un quatuor à cordes et quelques notes de harpe. *Chansons* à texte, aux échos réalistes ancrés dans la tradition de la grande chanson française, mais dont l'habillage musical s'ouvre vers d'autres horizons : rock, trip-hop ou tango.

Avec une voix bouleversante qui vous

agrippe et ne vous lâche plus, L est de retour avec un nouvel opus. Si comme toujours, la mélancolie et une certaine gravité sont au cœur de *Chansons*, cela ne vient jamais plomber cet album qui irradie d'une joie libératrice. Un parfait antidote à nos temps troublés.

Ce concert est à retrouver au Jardin de Verre, ce vendredi 22 mars, dès 20 h 30.

Infos et réservations :

Jardin de Verre, 13 bd G. Richard à Cholet
Tél. : 02 41 65 13 58 - www.jardindeverre.fr

Tarifs : 15 € normal,

11 € abonné, 7 € jeune, 31 € famille

Cholet - L'ONPL au Théâtre Saint-Louis

L'Orchestre National des Pays de la Loire (ONPL) est en concert ce mardi 26 mars.



Le Britannique Ben Glassberg, 23 ans, a réalisé le Grand Chelem en 2017 lors de la finale du concours de jeunes chefs à Besançon en raflant tous les prix ! Le voici à l'œuvre pour diriger deux grands succès de Mozart : l'*Ouverture de Don Giovanni* et sa célèbre *40^e Symphonie* si populaire. Et l'on pourra également entendre le premier *Concerto pour violon* de Mendelssohn, rarement joué car dissimulé dans l'ombre du second, et interprété de façon inédite par la

lauréate du concours Long-Thibaud-Crespin, la soliste Diana Tishchenko. Les jeunes talents sont à l'honneur ce mardi 26 mars, dès 20 h 30, avec l'Orchestre National des Pays de la Loire.

Infos et réservations :

Théâtre Saint-Louis, rue Jean Vilar à Cholet
Tél. : 02 72 77 24 24 - culture.cholet.fr

Tarifs : 23 € normal, 21 € réduit,
15 € abonné, 11 € très réduit,
9 € abonné très réduit

Cholet - Zoom sur... l'art et la chronophotographie

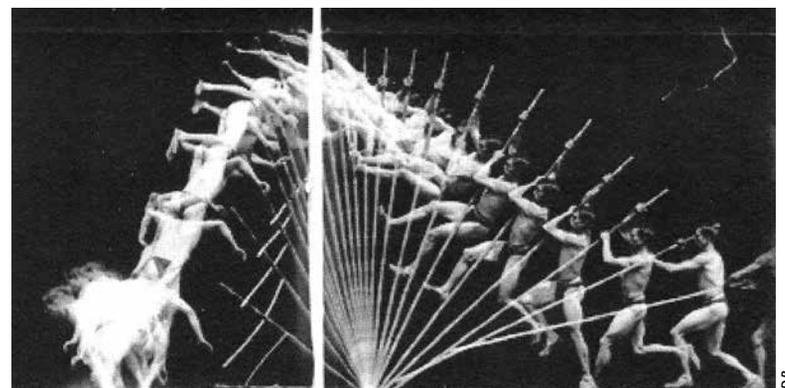
La chronophotographie, technique scientifique destinée à analyser le mouvement, a été inventée dans les années 1870 par Étienne-Jules Marey et Eadweard Muybridge. Un zoom est proposé sur ce sujet au Musée d'Art et d'Histoire, ce samedi 23 mars.



La chronophotographie, cette technique scientifique destinée à analyser le mouvement, est inventée dans les années 1870 par Étienne-Jules Marey

et Eadweard Muybridge.

Au début du XX^e siècle, les artistes avant-gardistes sont frappés par le dynamisme des images produites



par les deux scientifiques. À l'instar de Thorvald Helleesen, plusieurs d'entre eux reproduisent dans leurs toiles l'effet produit par la chronophotographie pour donner la sensation du mouvement.

Ce zoom sur l'art et la chronophotographie, se tenant ce samedi 23 mars, à 15 h, au Musée d'Art et d'Histoire, sera

suivi de la diffusion du film *Étienne-Jules Marey, la science au réveil des arts* de Julia Blagny, Anne Bramard-Blagny et Josette Ueberschlag.

Infos :

Musée d'Art et d'Histoire
27 avenue de l'Abreuvoir à Cholet
Tél. : 02 72 77 23 22 - culture.cholet.fr
Entrée gratuite

Cholet - 10^e édition de la Semaine d'Information sur la Santé Mentale

La Semaine d'Information sur la Santé Mentale (SISM) s'adresse au grand public. Chaque année, les professionnels, les usagers-citoyens, leurs proches et tous les partenaires organisent des manifestations d'information et de réflexion.



Les représentants du collectif organisateur (Ville de Cholet, Agglomération du Choletais, Centre hospitalier, GEM Soleil, Association Choletaise d'Entraide et de Réadaptation Sociale et Union Nationale des Amis et Familles de Malades Psychiques - UNAFAM.)

Depuis 30 ans, les secteurs publics de santé mentale, les associations de familles et d'usagers de la psychiatrie et les élus organisent, dans toute la France, au mois de mars, la Semaine d'Information sur la Santé Mentale (SISM) proposant des manifestations à destination du grand public. Cette nouvelle édition a pour thème: La santé mentale à l'ère du numérique. Pour la 10^e édition choletaise, diverses actions sont conduites par le collectif organisateur qui propose des animations grand public de sensibilisation au handicap psychique sous l'angle des nouvelles technologies (voir encadré ci-contre).

« La santé mentale est une vraie pré-occupation. Le sujet est encore tabou, il faut le déstigmatiser car cela peut arriver à tout le monde, s'ac-

corde à dire le collectif, qui précise: *selon les chiffres, un jeune sur deux et une personne sur quatre sera touchée par une maladie mentale (dépression, schizophrénie, bipolarité, troubles anxieux, difficulté à réguler ses émotions) au cours de sa vie.* »

Pour Paul (prénom d'emprunt), 41 ans, les troubles bipolaires sont apparus à l'âge de 23 ans. « Mon handicap est invisible mais il entraîne des hauts et des bas, des très hauts et des très bas. Je suis bien entouré par ma famille et j'ai de bonnes personnes autour de moi, ça m'aide. Le traitement quotidien normalise mon comportement mais la maladie me met des barrières pour construire ma vie sentimentale et familiale. » Son message: « Ne pas juger, nous sommes des êtres humains avant tout! »

Pour Valérie, 42 ans, les souffrances du passé sont devenues trop lourdes à porter. « Je poursuis mon travail de deuil du passé pour retrouver ma liberté physiquement et mentalement. Aujourd'hui, mon traitement permet de stabiliser mon état émotionnel mais je continue mon suivi et je participe à beaucoup d'activités, sportives notamment, encadrées par des structures. » Ses messages: « Chacun est unique. Il faut prendre soin de soi. Carpe diem. La vie est belle! »

Infos:

Tél.: 02 44 09 26 50

sds@choletagglomeration.fr

Clip vidéo « Et toi, tu en penses quoi de la maladie psychique? » sur cholet.fr

Au programme

> Découvrez une rétrospective illustrée des 10 années de SISM et des partenariats engagés sur le Choletais à travers l'exposition: « *Santé mentale: 10 ans de mobilisation sur le Choletais* ». Elle est visible du lundi 25 au dimanche 31 mars, place Rougé à Cholet.

> Du lundi 25 au dimanche 31 mars, la campagne d'affichage « *Et alors* » sera diffusée à Cholet. Elle a été réalisée par l'Union des associations « Les couleurs de l'accompagnement » (Auvergne-Rhône-Alpes) qui œuvre autour des questions liées au handicap psychique. Plusieurs villes l'ont déjà relayée. Cinq visuels représentant des scènes du quotidien avec un message percutant seront affichés dans la ville pour sensibiliser le grand public aux questions de santé mentale. Bousculer les représentations et éveiller les consciences sera le challenge à relever par cette campagne.

> Le clip vidéo « *Et toi, tu en penses quoi de la maladie psychique?* », réalisé en collectif par les adhérents du GEM Soleil et les usagers des CATTP de Cholet et Beaupréau, est à voir sur cholet.fr et à diffuser largement. Visant à déstigmatiser la maladie psychique et à lutter contre les idées reçues, il a impliqué tous les acteurs qui œuvrent en partenariat autour des questions de santé mentale, à savoir: les professionnels, les familles, les bénévoles, les élus...

La suite du programme dans Sh N° 515...

Cholet - Le suicide : une conférence pour en parler

Comment vivre ce deuil violent ? Pourquoi l'église a-t-elle changé d'attitude ? Une conférence avec Yves Clercq, psychologue et le père Matthieu Lefrançois, diplômé en éthique, est proposée le mercredi 27 mars. L'entrée est libre.

Il y a en France, en moyenne, 27 décès par jour par suicide. Une conférence à deux voix, avec Yves Clercq, psychologue et le père Matthieu Lefrançois, diplômé en éthique, se tient le mercredi 27 mars, à 20 h 30, à l'amphithéâtre de La Bruyère à Cholet.

S'adressant à tous, quelle que soit la religion, cette conférence vise à ouvrir un chemin de sens et de parole sur ce qui semble absurde et tabou. Elle sera suivie d'un moment d'échanges où il sera possible de poser des questions

anonymement, par écrit. Les réponses seront apportées à toute l'assistance.

Cette conférence sera introduite par le témoignage de Roselyne Boutillier-Morille, elle-même touchée par le suicide de son fils. « Brusquement, tout s'écroule. C'est l'impensable, l'inconcevable qui se produit. À un moment, j'ai recherché un groupe de parole à Cholet, mais à mon grand étonnement, rien n'existait. Cette conférence peut être le début de quelque chose : la création d'un groupe de parole, d'une associa-

tion, d'autres conférences. Je souhaite briser les tabous du suicide, extravertir le sujet et sensibiliser les gens à cette problématique qui fait tant de ravages. C'est un sujet qui nous concerne ou qui nous concernera tous de près ou d'un peu plus loin, un jour ou l'autre. »

Toutes les personnes confrontées au suicide d'un proche ou ressentant quelqu'un de leur entourage en danger sont invitées à assister à cette conférence.

De même, les personnes souhaitant



participer de façon régulière à un groupe de parole ou faire part d'un besoin particulier sur ce sujet peuvent se rapprocher de Roselyne Boutillier-Morille à cette occasion.

Solidarité

Cholet - **Dumbo** en projection pour **Espoir en tête**

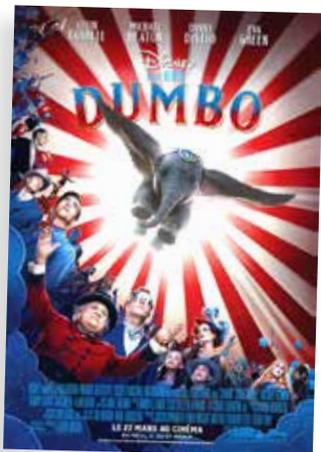
Portée par le Rotary Club, l'opération Espoir en tête soutient la recherche sur le cerveau. Une projection du film de Tim Burton permettra de collecter des fonds.

La réussite de l'opération Espoir en tête, organisée au niveau national par le Rotary ainsi que par le Rotary Club Choletais, a pour objectif de collecter des financements pour la recherche fondamentale sur le cerveau et sur les nombreuses maladies invalidant les patients.

Depuis 13 ans, les dons se sont élevés à 11 836 582 € et ont financé 82 équipements de très haute technologie, livrés et installés auprès des centres hospitaliers et laboratoires sur l'ensemble du territoire français.

La collecte se fait par la vente de billets de 15 € répartis ainsi : 7 € pour la place de cinéma et 8 € pour la dotation globale (déductibilité fiscale possible sur impôt).

Le nouveau film de Tim Burton, **Dumbo** est un conte fantastique qui satisfera les enfants et petits-enfants. Il



s'agit de l'histoire d'un éléphant aux immenses oreilles moqué par les enfants jusqu'au jour où ils se rendent compte qu'il vole comme un oiseau. La séance est fixée au mercredi 27 mars à 18 h au Cinémovida à Cholet.

Grâce à Espoir en tête, plus de 60 équipes de recherche sur le cerveau et sur ses pathologies ont été dotées, depuis 2005, de matériels de recherche conséquents et pertinents !

Infos : espoir-en-tete.org ou rotary.org
ou Tél. : 06 79 54 54 99
Tarif : 15 € la place
(vente de billets sur place)

Nuaillé - **Solidarité** entre habitants

Le transport solidaire, service proposé depuis 2015, crée de la solidarité entre habitants, au-delà des transports.



DR.

À l'instar de nombreuses autres communes de l'Agglomération du Choletais (AdC), un service de transport solidaire existe à Nuaillé, piloté par le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS). Mis en place depuis 2015, il a totalisé plus de 110 sorties l'an dernier. Un groupe de bénévoles s'organise en planifiant une à deux semaines de permanence tous les quatre mois à tour de rôle. Quant au nombre de bénéficiaires, il varie, certains ayant des besoins réguliers et d'autres plus ponctuels. « *La plupart sont des gens qui ne conduisent plus, mais il peut également s'agir de personnes plus jeunes ayant perdu momentanément leur permis* » explique Françoise Potier, adjointe au maire de Nuaillé en charge

de la Culture et de la Communication, également vice-présidente du CCAS. Le Centre Socioculturel Intercommunal (CSI) Chloro'fil a accompagné Nuaillé, mais également d'autres communes de son territoire dans la mise en place de ce service, à la même période. « *Le transport solidaire répond à un règlement très cadré et est principalement sollicité pour des déplacements dans les communes voisines, comme Trémentines ou Cholet, pour des courses, l'achat de médicaments ou des rendez-vous médicaux. Chaque bénéficiaire s'acquitte des frais kilométriques. Mais au-delà, ce service crée du lien entre les habitants. Lors des épisodes de grand froid ou de canicule par exemple, certains bénévoles vont de leur propre initiative vérifier que leurs services vont bien. D'autres ont pris l'habitude d'aider les personnes transportées à faire leurs courses. Ceci est à leur bon vouloir, rien n'est exigé* » conclut l'élue.

Infos :
Mairie
12 rue Germaine de Terves à Nuaillé
Tél. : 02 41 62 75 18

AdC - **Les aventures de Suzette**

Le CLIC IGÉAC propose différentes solutions de services à domicile pour aider les personnes âgées dans leurs travaux du quotidien.



Finis l'hiver, le printemps arrive ! Suzette a des idées plein la tête pour embellir son salon : déplacer son grand buffet pour libérer de l'espace, descendre ses cartons de livres à la cave, accrocher de nouveaux rideaux autour de la baie... Mais elle prend conscience qu'elle n'a jamais été une grande bricoleuse et qu'avec ses douleurs de dos, elle ne pourra pas faire ces petits travaux toute seule.

Elle pense alors au Centre Local d'Information et de Coordination Instance Gérontologique de l'Agglomération du Choletais (CLIC IGÉAC) : « *ils sauront vers qui m'orienter* » estime-t-elle. Suzette décide d'y aller sans tarder pour avoir la liste des multiservices à domicile.

Infos :
CLIC IGÉAC
Pôle Social - 24 av. Maudet à Cholet
Tél. : 02 41 30 26 34
clic.choletais@gmail.com
www.clic-igeac.org
Horaires d'ouverture :
Du lun. au ven. de 9 h à 12 h
et de 14 h à 17 h, le vendredi matin
uniquement sur rendez-vous.
Rendez-vous possible à domicile

Cholet - **Les Restos toujours mobilisés**

La campagne d'hiver se termine mais la campagne d'été prend la relève...

La campagne d'hiver des Restos du Cœur s'est terminée le vendredi 15 mars dernier. La campagne d'été, elle, commence ce jeudi 21 mars, à partir de 8 h 30, tous les jeudis, jusqu'à fin novembre (excepté du lundi 15 au vendredi 26 juillet pour cause de fermeture annuelle).

Les inscriptions qui se tiennent les jeudis, de 9 h à 12 h, ont déjà commencé et continuent chaque matinée de distribution, soit le jeudi, de 9 h à 12 h.

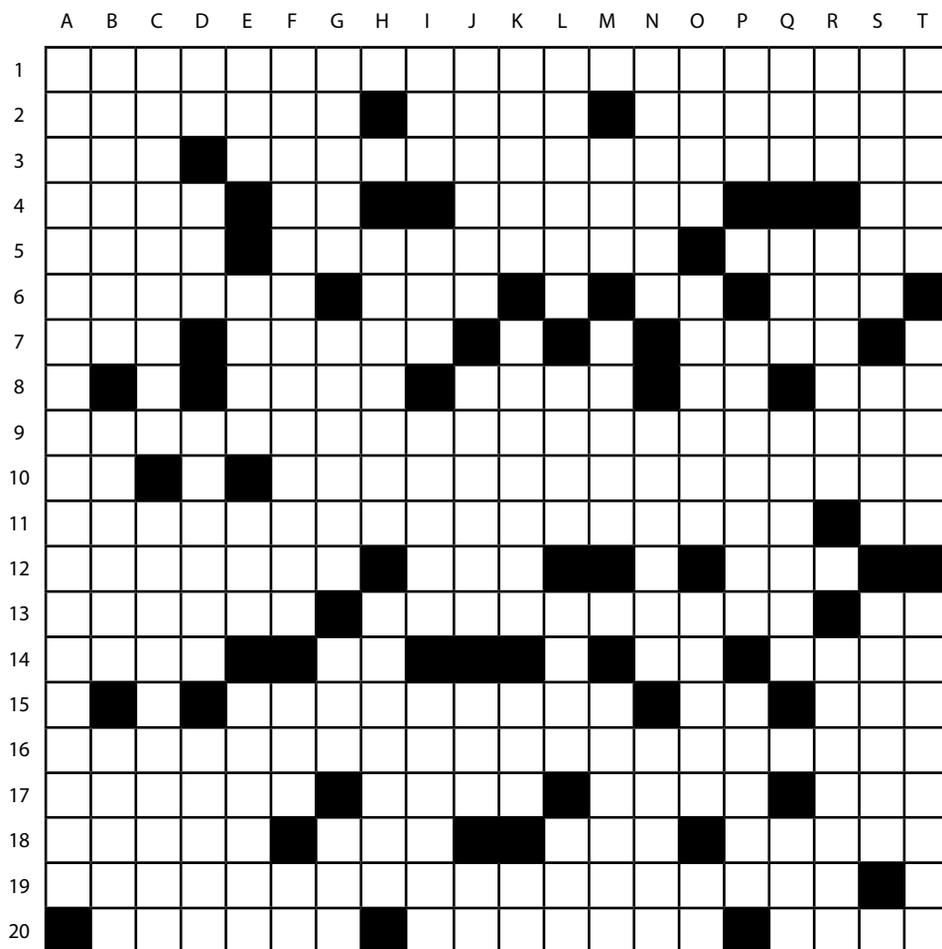
« **On compte sur vous !** »

En 1985 était lancée la première campagne des Restos du Cœur et 8,5 millions de repas avaient été distribués. 34 ans plus tard, les besoins des personnes démunies sont toujours là et les 72 000 bénévoles des Restos se



mobilisent toute l'année pour y répondre, au sein des 2027 centres que comporte l'association. En France, 8,8 millions de personnes vivent sous le seuil de pauvreté. Soit plus de 14 % de la population (source : INSEE, septembre 2017).

Infos :
Les Restos du Cœur
22 rue de la Hollande à Cholet
Tél. : 02 41 71 90 11



Horizontalement :

1. Épopée mythologique de J.R. Tolkien (4 mots) – 2. Tragédie d'Euripide - Refus moscovite - Nouvelle de P. Mérimée – 3. Début de délire - Œuvre étrange et poétique avec R. Mitchum (4 mots) – 4. Ville hongroise - Au centre d'Enna - De fer pour Berlin jusqu'en 1989 - Début de round – 5. Suivi de die, ne fixe pas de date - Pamphlet contre la terreur hitlérienne de et avec C. Chaplin (Le) - Poète français auteur de Le cornet à dés – 6. Épousée par la droite - Psitt - Demi dada - Grecque – 7. phonét' : N'est pas parti - Au singulier, humaine de É. Zola - Sujet ottoman – 8. Ruminant - Fleur mal effeuillée - Disque compact - Le mur abattu, a retrouvé sa sœur (sigle) – 9. Roman de J. Steinbeck (5 mots) – 10. Début d'épopée - Une allégorie de la condition humaine de I. Bergman (3 mots) – 11. Opéra-bouffe de J.B. Pergolèse (La) (2 mots) - Cardinaux opposés – 12. Annonces aux cartes - Coule au pub - Chevalier espion – 13. Réunions de troupes - Film de E. Kazan (5 mots) - Le thallium – 14. Tissu - Rapporteur - Moitié de mari - Fit son nid – 15. Satire baroque de F. Fellini (La) (2 mots) - Fin de mode - Appat vivant – 16. Roman de E.M. Remarque (6 mots) – 17. Peintre français moderne - Grand violon - Cercle - Lancement – 18. Consistant - Vigile au capitol - Voiture à cheval - Entrelace – 19. Réquisitoire anti armée de S. Kubrick (Les) (4 mots) – 20. Notent en abrégé - Fleurs - Nicolas II, le dernier

Verticalement :

A. L'échec des ambitions humaines d'après B. Buzatti (4 mots) – B. Poèmes de Ronsard, Duino, etc. - Araignée des jardins - Bois du petit-lait – C. Habitants présumés de la lune - Réutilisant – D. Bout d'écran - Métro - Porcelaine - Employé couramment – E. Un plumard en portefeuille - Muscle (abrév.) - Coup gagnant sur court - Croquis – F. La seule œuvre d'Alain-Fournier (Le) (2 mots) - Risque - Deux points opposés – G. Non pas - Traits d'union - Rivière roumaine - Jaune, blanc, gris, etc. – H. On ne se soucie plus guère de sa première - Fixais au fond de l'eau – I. Tissu sans motifs - Règles plates - de b. en h. : Vagues - de b. en h. : Sa terre fut découverte par Dumont d'Urville – J. en remontant : C'est mourir un peu - Foliole - Habille - Le bout du nez – K. Oubli de promesse - Satires médiévales - Nourrice de Dionysos - Donnée en fosse – L. D'abord primaires - Acte royal - Construisit la ligne Siegfried (en désordre) - Durillon – M. L'entrée de Ceuta - Innover - Ventilation minière – N. Le scénariste de Mayerling - Germes ayant mal poussé - Distingué – O. Attache en pagaille - Voûtes ou commune - Avec Énée dans un opéra de H. Purcell - Lame de seiche – P. Plus nuls avec un «U» - Appuyée, le dos contre - de b. en h. : Non fondée – Q. Cardinaux sans Nord - Pomme - Mécano à reconstituer - Apatride – R. Habitant - Essence ou agrément - Fleurs jaunes – S. Pièce de A. Jarry (2 mots) - Acteur devenu mythe - Sélectionnait sur le volet – T. de b. en h. : Sel de sodium - Suivi de Belli, c'est un cas de guerre - ... de vivre pour l'acteur précédent (2 mots)

RÉPONSES EN PAGE 22

animations

■ Du mer. 20 au sam. 23 mars/Lys-Haut-Layon/Vihiers

Temps de motricité

L'association des assistantes maternelles Relais Assistantes Maternelles (RAM) du centre socioculturel Le Coin de la rue organise des temps motricité destinés aux enfants âgés de 0 à 6 ans, accompagnés de leurs parents, grands-parents, professionnels de la petite enfance.

Pour les particuliers : de 10h à 11h30 et de 15h à 17h mercredi sur inscription et de 10h à 12h30 samedi en accès libre en présence d'une psychomotricienne.

Pour les professionnels : de 9h30 à 10h15 et de 10h30 à 11h15 vendredi, sur inscription, en présence d'une psychomotricienne.

Inscriptions au 0961 52 10 38 ou au 02 41 56 16 62

Salle des loisirs

■ Ven. 22 mars/Cholet

Les petits plats dans l'écran

Commencez en beauté votre week-end en redécouvrant quelques moments hautement culinaires du cinéma. Public adulte, animation gratuite. Infos au 02 72 77 22 67 ou 02 72 77 20 03 ou e-changes.cholet.fr

À 18 h, médiathèque **Élie Chamard, espace médiation (RDC), rue Travot**



■ Sam. 23 mars

Saint-Léger-sous-Cholet

Bourse aux jouets et matériel de puériculture

L'Association Enfance Loisirs et Animation (AELA) organise sa bourse aux jouets et matériel de puériculture. Les dépôts se déroulent ce ven. 22 mars de 17 h 30 à 20 h et la reprise des invendus, ce sam. 23 mars, de 14 h à 14 h 30. Les fiches dépôts sont à remplir en amont et à demander par courriel à : info.bbmarche@gmail.com

Tarif : 0,25 € par article déposé. 10 % des ventes sont reversés à l'association organisatrice

De 9 h à 13 h, foyer municipal

■ Dim. 31 mars/Cholet

Vide-greniers

Organisé par l'APEL de l'école Sainte-Marie-des-Turbaudières. Accueil des exposants dès 7 h. Tarif : 5 € le mètre linéaire. Infos et réservations au 06 70 04 89 05 ou apel.cholet.stemarie@ec49.net

De 8 h à 18 h, cour de l'école, 11 rue des Couteliers (entrée par le stade de rugby Roland Geneste)

■ Dim. 31 mars/Toutlemonde

Vide-greniers

15^e édition du vide-greniers organisé par la Concorde Basket Toutlemonde. Restauration sur place. Installation dès 8 h, aucun matériel fourni. Infos et inscriptions au 02 41 64 45 96 ou 06 81 27 06 68

Tarifs exposant : 3,50 € le mètre linéaire, 9 € les trois

De 9 h à 18 h, salle de sport

Belote

■ Ven. 22 mars/Cléré-sur-Layon

Organisé par le club Rayon de Soleil. Tarif : 6,50 €
À partir de 13 h 30, salle des Fêtes

■ Ven. 22 mars/Cholet

Tarif : 4,50 €. Infos au 02 41 65 97 41
À 14 h, maison d'animation la Haie,
10 avenue de l'Europe

■ Lun. 25 mars/Cholet

Tarif : 5 €. Inscriptions avant ce jeu. 21 mars
au 02 41 65 46 70
À 14 h, résidence Foch, avenue Foch

■ Mar. 26 mars/Vezins

Le Club de l'Espérance de Vezins organise son grand
concours de belote du Printemps ouvert à tous. Un
lot pour chaque participant et un lot de consolation.
Tarif : 6,50 €
Inscriptions à partir de 13 h 15,
Maison Commune des Loisirs

■ Mar. 26 mars/Cholet

Tarif : 4,50 €
À 14 h 30, résidence Notre-Dame, 7 rue Tournerit

■ Mer. 27 mars/Saint-Christophe-du-Bois

Organisé par l'UNC. Tarif : 7 €
Inscriptions dès 13 h 30, salle des Fêtes

Loto

■ Ven. 22 mars/Saint-Christophe-du-Bois

Tarif : 2 € la carte. Infos au 02 41 58 69 48
À 14 h 30, maison d'animation l'Ormeau,
2 rue de l'Ormeau

■ Mar. 26 mars/Cholet

Tarif : 2 € la carte. Infos au 02 41 62 50 32
À 14 h, maison d'animation la Maisonnée,
14 rue de Spaak

■ Mer. 27 mars/Cholet

Tarif : 3 € la carte. Infos au 02 41 62 85 79
À 14 h 30, résidence Notre-Dame, 7 rue Tournerit

Poker

■ Dim. 24 mars/Cholet

Tournoi freeroll Les origines du poker organisé par la
section poker de l'ASPTT Cholet. 800 € de lots. 10 %
du field récompensés. Restauration sur place.

Inscription gratuite, uniquement pour les plus de
18 ans, sur www.cholet.asptt.com
À 9 h, 21 rue du Carteron

Palets

■ Ven. 29 mars/Chanteloup-les-Bois

Concours de palets laiton sur planche de plomb, en
doublette (palets non fournis). Buvette et sandwiches
sur place. Un lot pour chaque participant. Tarif : 7 €
Infos : Facebook : ComiteChanteloupLesBois
À 20 h 45 (inscriptions dès 20 h), salle des Fêtes

Tac-tik

■ Dim. 31 mars/Saint-Léger-sous-Cholet

9^e Tournoi de tac-tik organisé par le club de volley-
ball, dans une ambiance familiale. Sur place, bar et
crêpes. Nombreux lots à gagner. Tarif : 6 €
Inscriptions obligatoires avant le mer. 27 mars.
au 06 95 05 40 12 ou esslvolley@laposte.net
À 14 h (ouverture des portes dès 13 h 30),
salle de la Prairie

■ Sam. 23 mars/Cholet

Séance de dédicaces

L'auteure Siana viendra dédicacer son livre *Frères
d'enchantement*.
À partir de 15 h, librairie Prologue,
le Passage culturel

■ Sam. 23 et dim. 24 mars/Cholet

Marché de créateurs et salon de thé

Organisé par dix créateurs-exposants.
De 10 h à 19 h (sam.) et de 14 h à 18 h (dim.),
Espace Cholet, 85 rue Nationale

■ Mar. 26 mars/Cholet

Le cercle des lecteurs gourmands

Un cercle de lecture spécial, où seront mis en
valeur le noir du chocolat le plus amer, du café
le plus corsé et des romans façon Norvège... Et,
tout au contraire, le rose des dragées, du sucre
glace coloré et des grandes sagas dont on ne se
lasse pas... Public adulte, animation gratuite
Infos au 02 72 77 22 57 ou e-changes.cholet.fr
À 18 h, médiathèque Élie Chamard, espace
médiation, rue Travot

■ Mer. 27 mars/Cholet

Soirée lecture poétique

L'association choletaise Poésie à l'Ouest propose
une soirée dédiée à un poète, à l'une de ses
œuvres ou à son univers lyrique. Ce mercredi
: Victor Hugo. Présentation et lecture des
Châtiments, atelier de lecture à voix haute animé
par Anne-Sophie Robert.
De 18 h à 19 h 30, salle Araya, Hôtel de Ville-
Hôtel d'Agglomération

■ Sam. 30 mars/Cholet

Cours de cuisine : spécial macarons

Le centre de formation continue Jeanne Delanoue
propose des cours de cuisine, ouverts à tous. Tarif :
47 €. Inscriptions (places limitées) au 02 41 63 74 74
ou auboisdron@jeannedelanoue.com
De 8 h 30 à 13 h 30, Jeanne Delanoue,
11 bd Jeanne d'Arc

■ Sam. 30 mars/Cholet

Réunion de La Leche League

Réunion d'information sur l'allaitement maternel.
Gratuit sur inscriptions au 09 50 36 78 96
ou emillie@free.fr ou 02 41 70 61 02
ou alix.limousin@lillfrance.org
De 10 h à 12 h, lieu précisé à l'inscription

■ Mer. 3 avril/Cholet

« Après le film, on joue »

Dans le cadre du festival Adaptations, la Ludothèque
propose un après-midi jeux sur le thème du loup.
En parallèle, trois films seront projetés : *Balto*, *Lou-
lou et autres loups...* (courts-métrages) et *Princesse
Mononoké*. Cinémovida fait gagner huit places duo
parent-enfant par film. Pour jouer, rendez-vous à la
Ludothèque pour glisser un bulletin dans l'urne.
De 13 h 30 à 18 h, Cinémovida (1^{er} étage)

■ Du lun. 8 au ven. 12 avril/Cholet

Stages de pêche

Organisés par le CISPA, pendant les vacances de prin-
temps. Conditions d'inscription : s'acquitter de la carte
de pêche des Crocodiles de la Moine, partenaires des
stages, à 6 € pour les moins de 12 ans. Tarif : 14 € par
après-midi. Infos et inscriptions au 02 41 49 80 60 ou
info@cispa.fr
De 14 h à 17 h, port de Ribou

Le Printemps de la Fac

L'association Art'am a comme missions de coordonner
et d'impulser les animations imaginées par les étudiants
du Choletais pour dynamiser leur Campus. De nombreux
projets prennent forme, dont Handi'week et Fun and Run.

■ Du lun. 25 au ven. 29 mars/Cholet

> Handi'week

Handi'week est une semaine de sensibilisation aux han-
dicaps :

- Lun. 25 mars : découverte du handibasket et soirée
culturelle avec la Fabrique Chorégraphique (danse) et
l'atelier théâtre de l'Association Aphasique Choletaise
- Mar. 26 mars : initiation à la Langue des Signes Française,
de 16 h 30 à 18 h 30 (réservations obligatoires, gratuit) et
repas dans le noir au restaurant La Pincée de Sel (réserva-
tions obligatoires, 8 € la place)
- Mer. 27 mars : conférence « Le handicap psychique,
t'handi quoi? »
- Jeu. 28 mars : Handi'time, un temps d'échange qui réu-
nit associations et professionnels du handicap avec des
ateliers de découverte, dont une séance de sophrologie
(réservations obligatoires, gratuit)
- Ven. 29 mars : parcours en fauteuil roulant autour du
Campus

Infos et réservations au 07 77 72 27 37 ou contact.
handiweek@gmail.com ou assoartam@gmail.com

■ Mer. 27 mars/Cholet

> Fun and Run

Une course de 5 km par équipe de quatre étudiants com-
posée de deux binômes de filières différentes. La course
est rythmée de défis, animations et autres obstacles à
franchir, de 17 h à 21 h. La soirée se clôturera par un verre
de l'amitié et la remise des lots.

Inscriptions : funandrun.cholet.wixsite.com
Infos : assoartam@gmail.com

conférences

Université du Temps Libre

■ Jeu. 21 mars/Cholet

Géopolitique

Au programme : Source de conflits entre les pays riverains. Tarif: 20 €
Infos au 07 82 11 53 99

De 14 h 30 à 17 h, salle Paul Valéry, Hôtel de Ville-Hôtel d'Agglomération

■ Lun. 25 mars/Cholet

Histoire de l'art

Au programme : Autour du romantisme. Tarif: 25 €
Infos au 02 41 56 22 42

De 14 h 30 à 16 h 30, salle Paul Valéry, Hôtel de Ville-Hôtel d'Agglomération

■ Jeu. 21 mars/Cholet

La vie et l'œuvre de Nelson Mandela

Conférence animée par Alain Houlou, professeur agrégé, spécialiste des cultures Wolof et Seereer, à l'occasion de la Journée Internationale de la Francophonie. Gratuite et ouverte au public. La remise des diplômes du Concours d'Éloquence organisé par l'Agglomération du Choletais aura lieu à 14 h 30.
Infos au 02 44 09 25 06 ou 02 44 09 25 29

À 13 h 45, Domaine Universitaire du Choletais, amphithéâtre Senghor

■ Ven. 22 mars/Cholet

Connaissances du Monde : La Guyane

Le film *La Guyane - Terre de richesses et d'aventures* sera projeté en présence de son réalisateur, Michel Aubert. Tarifs: 9 € plein, 4,50 € pour les moins de 25 ans, gratuit pour les moins de 12 ans

Réservations auprès de Cinémovida

Infos: connaissancedumonde.com

À 15 h 30 et à 20 h, Cinémovida

■ Ven. 22 mars/Cholet

« Mieux comprendre son ado »

Le cycle de conférences-débats, en partenariat avec l'École des Parents et Éducateurs (EPE), se poursuit avec le thème: « Mieux comprendre son ado pour mieux vivre ensemble ». Cette conférence ouverte aux parents et aux ados sera animée par Agnès de Kervénoaël de l'EPE. Une garderie gratuite est proposée, sur inscription (les parents doivent prévoir le repas des enfants). Infos et inscriptions au 02 41 65 13 88 ou [famille.horizon@wanadoo.fr](mailto:horizon@wanadoo.fr)

De 18 h à 20 h, centre social Horizon

musique

■ Mer. 20 mars/Cholet

Classe de Maître autour de la direction de chœur animée par Nicole Corti

La cheffe d'orchestre et de chœur Nicole Corti vient apporter toute son expérience lors de cette résidence qui place l'importance du chant dans l'apprentissage de l'instrument. Entrée libre et gratuite

■ Jeu. 21 mars/Cholet

Une heure avec : le piano

Un temps pour découvrir les instruments, les voix et

rencontrer les enseignants des classes concernées.

Entrée gratuite sans réservation

À 18 h 30, auditorium J.-S. Bach

■ Sam. 23 mars/Cholet

Une heure avec : le chant, le théâtre et le piano

Un temps pour découvrir les instruments, les voix et rencontrer les enseignants des classes concernées.

Entrée gratuite sans réservation

À 16 h, salle Rossini



Les Z'éclectiques : Collection Printemps

■ Ven. 29 mars/Cholet

Le Zec Tour accueille Ezra (beatboxer) & Alex (vidéaste, sculpteur) de la Compagnie Organic Orchestra. À l'occasion de l'événement « Une nuit à la médiathèque » les deux performeurs présenteront leur spectacle.

Gratuit et ouvert à tous. Infos, billetterie et programmation complète : leszectectiques.com

À 20 h 30, médiathèque Élie Chamard

■ Ven. 5 avril/Cholet

Cette collection Printemps, électro-hip-hop, veut faire découvrir les tendances du moment et défendre une scène alternative. Au Jardin de Verre, trois artistes sont invités: Malik Djoudi, Léonie Perret et Degree. Tarifs: 7 € et 15 €

Infos, billetterie et programmation complète : leszectectiques.com

À 20 h 30, Jardin de Verre

danse

■ Sam. 23 mars/Saint-Christophe-du-Bois

Thé dansant et soirée dansante

L'association chacha disco invite à danser le paso, la valse, le madison, le disco, le rock, le tango, le chacha, le fox-trot, le charleston, le boléro, le slow, la bachata, la java, la rumba, le mambo, le twist, ou encore des danses de ligne, sur des musiques des années 80 ou des tubes d'aujourd'hui. Thé dansant et soirée dansante animés par Patrice Jounier. Tarif: 8 €

Infos au 06 67 26 71 17

asso.chachadisco@gmail.com

<https://assochachadisco.wixsite.com/monsite>

De 14 h 30 à 19 h (thé dansant) et de 21 h à 1 h 30 (soirée dansante), salle des Fêtes

■ Dim. 24 mars/Le May-sur-Èvre

Goûter dansant

L'association Tic Tac Rock de Cholet propose un goûter dansant avec, au programme : rock, lindy hop, west coast swing et danses en ligne. Boissons à volonté, brioche et friandises.

Tarifs: 8 € adhérent, 10 € non adhérent, 5 € enfant de moins de 12 ans

Infos: www.tictacrock.fr ou tictacrock@tictacrock.fr

De 15 h à 20 h, salle Jean Ferrat, 1 rue Saint-Michel

■ Jeu. 28 mars/Cholet

Après-midi dansant

La Guinguette de la Goubaudière propose un après-midi dansant avec l'orchestre Thierry Simon.

Ouvert à tous. Ambiance assurée. Tarif : 7,50 € bois-

sons et collation comprises. Infos au 02 41 65 58 09

De 14 h 30 à 19 h, salle de la Goubaudière, port de Ribou

■ Sam. 30 mars/Trémentines

Soirée dansante spéciale célibataires

Organisée par l'Association Avec Vous en Contact et en Communication (AVECC). Soirée animée par un DJ. Tarifs : 10 € l'entrée (brioche et boisson offertes) et 1 € le vestiaire. Infos au 06 29 37 41 14

À partir de 21 h, salle Azura

■ Dim. 31 mars/Vezins

Bal du printemps

Le Club de l'Espérance organise un après-midi dansant ou son bal du Printemps avec l'orchestre Guy Roberto, ouvert à tous. Entrée payante, boissons et goûter offerts

À 14 h 30, Maison Commune de Loisirs

■ Sam. 13 avril/Saint-Léger-sous-Cholet

Soirée dansante toutes danses

Organisée par Divers'Danses, animée par DeeJay Guy. Crêpe party sur place. Tarif : 25 €, café et thé offerts

Inscriptions jusqu'au mer. 3 avril à envoyer à Bernard Charrier, 8 rue de la Gabelle, Saint-André-de-la-Marche - 49450 Sèvremoine

Infos au 06 14 45 02 70 ou diversdanses@gmail.com

ou www.diversdanses.com

De 20 h à 2 h, salle de la Prairie



Les randonnées pédestres d'AVF

Différents circuits sont proposés par l'association Accueil des Villes Françaises (AVF). Infos au 02 41 49 02 15 lors des permanences les lun., mar. et jeu., de 14 h à 17 h.

■ Mer. 20 et 27 mars et 3 avril/Cholet

Grands circuits

Le 20 mars « Les rives de la Crume » aux Landes-Génusson (9,5 km), le 27 mars « Sacré-Cœur à l'aérodrome » à Cholet (8,4 km) et le 3 avril « Dans les pas de La Roche-Jacquelin » à Saint-Aubin-de-Baubigné (8,5 km).

Départ à 8 h 45, parking square É. Littré

■ Jeu. 21 et 28 mars et 4 avril/Cholet

Petits circuits

Le 21 mars « Circuit des jonquilles » à Saint-Christophe-du-Bois (6 km), le 28 mars « Sentier de la Fourche » à La Plaine (5,2 km) et le 4 avril « Chemin du Frêne » à Nuillé (7 km).

Randonnée semi-nocturne

■ Ven. 22 mars/Lys-Haut-Layon/Trémont

L'Anjou Lys-Haut-Layon trails VTT Club organise une randonnée VTT semi-nocturne de 30 km. Deux circuits pédestres de 4 et 10 km sont également prévus. Ravitaillement sur le circuit et apéritif offert à l'arrivée. Tarif: 4 €

Infos au 07 85 95 07 13 ou 06 81 80 53 99

À partir de 19 h, salle des loisirs

■ Ven. 22 mars/Cholet

Football

Le SO Cholet reçoit Marignane Gignac lors de la 27^e journée de National.

À 20 h, stade omnisports, av. A. Manceau

■ Sam. 23 mars/Cholet

Basket

Cholet Basket reçoit Gravelines-Dunkerque lors de la 23^e journée de Jeep Élite.

À 20 h, salle de La Meilleraie, av. Marcel Prat

■ Dim. 24 mars /Nuillé

Semi-marathon

Les Foulées nuillaises organisent leur 34^e Semi-Marathon du Massif Forestier. Inscriptions possibles sur place en fonction des courses: 8 km nature à partir de 9 h 50, tarif: 12 €; semi-marathon à partir de 9 h 55, tarif: 15 €; courses enfants, gratuites, à partir de 12 h 15. Infos sur www.semi-marathon-nuille.com

À partir de 7 h 30, salle de sport

■ Dim. 24 mars/Cholet

Rugby

Le RO Cholet reçoit Nantes en championnat Honneur.

À 15 h, stade Roland Geneste, 4 rue des Céramistes

■ Du lun. 8 au ven. 12 avril et du lun. 15 au ven. 19 avril/Cholet

Stages multisport

Pendant les vacances de printemps, le CISPA propose des stages multisport: tir à l'arc, VTC et escalade en activités terrestres, voile et canoë-kayak en activités nautiques. Tarif: 14 € par après-midi

Infos et inscriptions au 02 41 49 80 60 ou info@cispa.fr

De 14 h à 17 h, port de Ribou

■ Du lun. 8 au ven. 12 avril/Cholet

Stages découverte du tennis 4-9 ans

Le Tennis Club de Cholet organise des stages de tennis pour tous les enfants âgés de 4 ans à 9 ans.

Tarif: 8 € par jour. Infos: Thierry Albert, professeur de tennis au 06 98 77 01 41

De 16 h à 17 h, Ribou

■ Du dim. 18 au sam. 24 août/Cholet

Stage BACH

Le Badminton Associatif CHOletais (BACH) organise un stage à La Bourboule (63) ouvert aux jeunes de 12 à 17 ans. Au programme: badminton, marche en montagne, sport collectif... Tarif: 350 €

Infos au 06 26 41 25 26

ou bach49@badminton-cholet.fr

■ Ven. 22 mars/Cholet

Soirée bien-être

Pour le prix d'une entrée à 8 €, vous accédez à différents espaces: bassins ludiques, balnéo (un hammam, deux saunas), tisanerie en dégustation libre et ateliers zen: massage amma assis, réflexologie palmaire, luminothérapie (avec les lunettes PSIO), auto-massage. Pour le prix d'une entrée à 33 € s'ajoute un massage de 30 minutes (réservations obligatoires et limitées aux plus de 18 ans pour les créneaux horaires suivants: 20 h 15, 20 h 50, 21 h 25, 22 h, 22 h 35). Infos et réservations au 02 41 71 64 20

De 20 h à 23 h, Glisséo, av. Anatole Manceau

■ En mars/Cholet

ASPTT: activités de bien-être

Des places sont encore disponibles pour les activités bien-être: le mardi de 14 h 30 à 16 h 30 en calligraphie et de 20 h à 21 h en sophrologie et le mercredi de 19 h à 20 h en relaxologie.

Infos et inscriptions au 02 41 58 77 58

ou cholet@asptt.com

ou www.cholet.asptt.com

21 rue du Carteron

■ Mar. 2 avril/Cholet

Atelier d'auto massage en réflexologie plantaire

Venez découvrir une méthode douce issue des traditions chinoises avec Julie Tudeau, praticienne en réflexologie plantaire. Un moment de détente pour rééquilibrer votre organisme et apaiser les maux du quotidien.

Tarif: 6 € sur inscription au 06 27 34 62 44

ou equilibre.reflexologieplantaire@gmail.com

De 12 h 30 à 13 h, Espace Cholet,

85 rue Nationale

■ Jeu. 4 avril/Saint-Christophe-du-Bois

« Où sont mes limites ? »

Simple Pause propose un atelier sur le thème « Où sont mes limites ? ». Fatigue, angoisses, insomnies, irritabilité, etc. Le surmenage et les obligations peuvent être l'origine de ces symptômes. Il est possible que vous-même ou vos proches soyez concernés ? Prenez le temps avec Simple Pause !

Ce thème sera abordé avec du do-in, du qi-qong, de la réflexologie plantaire, du brain gym, de la relaxation, des points d'acupuncture et un point théorique médecine traditionnelle chinoise. Enfin, les participants échangeront autour du thé Yakuzen. Infos et inscriptions: simplepause.ateliers@gmail.com ou au 06 27 34 62 44

Tarif: 18 € l'atelier non adhérent

Page Facebook: Simple Pause

De 19 h à 20 h 15, Maison Communale des Loisirs

expositions

■ **Jusqu'au dim. 24 mars/Cholet**

African ancestors

À l'occasion de la Semaine africaine organisée pour ses résidents, la résidence Services Foch, en association avec la galerie d'art tribal Primitive-Roots, propose une exposition ouverte au public. Celle-ci est ponctuée par une soirée vernissage exposition-vente, « L'Afrique des ancêtres », ce vendredi 22 mars, accessible sur inscription, à partir de 18 h. Une partie des recettes sera reversée à l'association. Inscriptions : jusqu'à ce mer. 20 mars au 06 29 66 08 78 ou contact@primitive-roots.com

13 avenue du Maréchal Foch

■ **Jusqu'au ven. 29 mars/Le May-sur-Èvre**

Exposition de peintures

Passionné depuis son enfance, le peintre Thierry Martin parcourt les paysages d'Anjou et de Bretagne. Il peint essentiellement au couteau ou au pinceau afin de transcrire sur sa toile la beauté que lui offre la nature.

Du mar. au ven., de 13 h 30 à 18 h,

hall de l'Espace Culturel Léopold Sédar Senghor

■ **Jusqu'au dim. 31 mars/Cholet**

Le chat de Schrödinger

Le chat de Schrödinger est le nom d'une célèbre expérience visant à montrer que ce qui est une réalité dans le champ de la physique quantique (le fait qu'un électron puisse être dans plusieurs états différents en même temps) ne peut pas s'appliquer à l'échelle de notre réalité. Ainsi, dans cet exemple, un chat ne peut pas être à la fois vivant et mort. Aurore Pallet interprète cette expérience d'un point de vue purement poétique. Exposition en partenariat avec l'École d'Arts du Choletais. Visite gratuite dans le hall du musée (l'accès aux salles reste aux tarifs habituels). Infos au 02 72 77 23 22

Musée d'Art et d'Histoire

■ **Jusqu'au dim. 22 sept./Cholet**

Faux-semblants

L'exposition de 2016 *Les artistes ont la fibre* rassemblait les vingt années d'acquisition d'art du Musée du Textile et de la Mode. De la réunion de ces pièces est née une réflexion sur la définition de l'art textile. Les œuvres

sont-elles textiles par la nature des matériaux qui les composent, par ce qu'elles représentent ou par les techniques mises en œuvre? L'exposition *Faux-semblants* entraîne le visiteur dans une réflexion sur l'apparence. Les artistes se jouent de nous et nous proposent des contresens, des trompe-l'œil...

Ayez l'œil car rien n'est tout à fait ce qu'il paraît être!

Infos au 02 72 77 22 50

Musée du Textile et de la Mode



David Sykes

théâtre

■ **Ven. 22 et sam. 23 mars/Yzernay**

Séance de variétés

Sketches, danses et chants proposés par le Foyer des jeunes pour financer ses activités. Une partie de la recette sera reversée à l'association Les blouses roses. Tarifs: 6,50 €, 3,50 € moins de 11 ans, gratuit moins de 6 ans
Réservations au 06 52 19 18 17

À 20 h 30, salle Saint-Georges

■ **Ven. 22, sam. 23 et dim. 24 mars/Cholet**

Le Temps de jouer

Pour le second week-end de représentations, Le Temps de jouer permet à des troupes de théâtre amateur du territoire de se produire devant un public familial et connaisseur.

> Vendredi 22 mars - 20 h 30 - Les Z'improbables: Match d'improvisation

Les Z'Improbables de Cholet rencontrent Les Givrés de l'Impro d'Angers (représentation au profit de Loisirs Pluriel et du Comité Oumar Diallo). Réservations: les.zimprobables@gmail.com ou 06 16 33 59 87 (par SMS)

> Samedi 23 mars - 20 h 30 - La Mékané Cie : *L'émission*

« Jusqu'où peut nous mener notre désir de célébrité? Qui participera à l'émission de télévision? »

> Dimanche 24 mars - 15 h - Comédie Chapoulis :

On choisit pas sa famille

Tarif unique: 5 € par représentation. Billetterie: sur place 30 minutes avant le spectacle ou sur réservation auprès des compagnies. Infos: cholet.fr

Théâtre Interlude

■ **Sam. 23 mars/Bérogrolles-en-Mauges**

Ma voisine est folle

La pièce de Georges Maudry est jouée par la troupe théâtrale la Fontaine des Auteurs.

Tarifs: 7 € adulte, 3 € enfant entre 7 et 14 ans

Réservations au 02 41 58 72 34 les mar., mer. et jeu. de 18 h à 20 h

À 20 h 30, salle du Gué Brien

■ **Du sam. 23 mars au dim. 7 avril**

Puy-Saint-Bonnet et Cholet

On choisit pas sa famille

La troupe théâtrale Comédie Chapoulis présente son nouveau spectacle *On choisit pas sa famille*, une comédie en deux actes de Jean-Christophe Barc. Il s'agit d'une chronique familiale explosive entre deux clans de province au cours d'un mariage pas comme les autres qui se déroule dans le couloir de la salle des Fêtes d'une petite ville bretonne. Une comédie grinçante et parfaitement juste qui n'a d'autres prétentions que de faire rire!
Tarif: 10 €. Infos et réservations au 06 77 55 25 49
Les représentations ont lieu :

- sam. 23, 30 mars et 6 avril, à 21 h,

- ven. 29 mars (séance au profit de l'association SACHA qui soutient les enfants défavorisés en Inde - Réservations : sacha.association@gmail.com ou 06 12 42 58 19) et 5 avril, à 21 h,

- dim. 31 mars et 7 avril, à 15 h

Théâtre au Puy-Saint-Bonnet

- dim. 24 mars, à 15 h

Théâtre Interlude à Cholet

■ **Jusqu'au ven. 5 avr./Saint-Paul-du-Bois**

Pour être servie, Madame est servie

L'Association d'Éducation Populaire joue *Pour être servie, Madame est servie*, une comédie d'Éric Beauvillain. Tarif: 10 €

Les représentations auront lieu :

- samedi 23, 30 mars et 6 avril à 20 h 30,

- dimanche 24, 31 mars et 7 avril à 14 h 30,

- mardi 26 mars à 20 h 30,

- vendredi 5 avril à 20 h 30.

Réservations au 02 41 75 42 26 de 17 h 30 à 20 h 30 tous les jeu. et ven.

ou www.costumes-et-theatre-saintpauldubois.fr

Salle du théâtre

Réponses des mots croisés en page 18

1. LE SEIGNEUR DES ANNEAUX - 2. ÉLECTRE - NIET - COLOMBA - 3. DEL - LA NUIT DU CHASSEUR - 4. EGER - NN - RIDEAU - RO - 5. SINE - DICTATEUR - JACOB - 6. ÉÉIRAM - HEP - DA - PHI - 7. RST - BÊTES - RAÏA - 8. DAIM - SOER - CD - RDA - 9. DES SOURIS ET DES HOMMES - 10. EP - LE SEPTIÈME SCEAU - 11. SERVANTE MAÎTRESSE - NS - 12. TIERCES - ALE - EON - 13. ARMÉES - À L'EST D'EDEN - TL - 14. REPS - ON - RI - AIRA - 15. DOLCE VITA - DE - VIF - 16. À L'OUEST RIEN DE NOUVEAU - 17. RAYSSE - ALTO - ROND - TIR - 18. ÉPAIS - OIE - CAB - NATTE - 19. SENTIERS DE LA GLOIRE - 20. STÉNOS - AZALÉES - TSAR

A. LE DÉSERT DES TARTARES - B. ÉLÉGIES - ÉPEIRE - LAPES - C. SÉLÉNITES - EMPLOYANT - D. EC - RER - SÈVRES - USITÉ - E. ITL - ABDO - ACE - DESSIN - F. GRAND MEAULNES - OSE - EO - G. NENNI - TIRETS - OLT - ORS - H. CHEMISE - ANCRAIS - I. UNI - TES - SEMAL - EILÉDA - J. RITRAP - SÉPALE - VET - EZ - K. DÉDIT - SOTTIES - INO - LA - L. ÉTUDES - ÉDIT - TOTD - CAL - M. CEU - CRÉER - AÉRAGE - N. ACHARD - SMEGER - NOBLE - O. NOAU - ARCHES - DIDON - OS - P. NLS - ADOSSÉE - EUDNI - Q. EOS - API - MCEONA - ART - R. AME - CHARME - IVETTES - S. UBU ROI - DEAN - TRIAIT - T. XAROB - CASUS - LA FUREUR



Une escrimeuse choletaise sur le podium

Samedi 2 et dimanche 3 mars - Cholet

Tous les tireurs de M9 (moins de 9 ans) à M15 (moins de 15 ans) de l'Épée choletaise, soit deux tireurs en M13 et autant en M15, participaient aux championnats régionaux d'escrime à Loué (72).

En M13, Alexandre Templeraud termine 8^e et Gaspard Weber 14^e tandis qu'en M15, Mélanie Coendo termine 3^e (à droite sur la photo) et Benjamin Treton 9^e.

L'Épée choletaise

Fête de l'arbre : 18 000 arbres à Cholet !

Vendredi 8 mars - Cholet



La Fête de l'arbre est l'occasion d'illustrer tout l'intérêt de la collectivité en faveur de l'embellissement de la ville, ce que le maire, Gilles Bourdouleix, a souligné en mettant en avant le travail au quotidien des agents municipaux en charge du suivi des aménagements paysagers, sous la responsabilité de l'adjointe au maire en charge des Quartiers, de la Voirie et des Espaces verts, Annick Jeanneteau.



La nouvelle Maison de l'Enfance Favreau inaugurée

Vendredi 8 mars - Cholet

Après un an et demi de travaux, la nouvelle Maison de l'Enfance du quartier Favreau a été inaugurée par Gilles Bourdouleix, maire de Cholet, président de l'Agglomération du Choletais (AdC), Florence Jauneault, maire déléguée du Puy-Saint-Bonnet, John Davis, adjoint au maire et 1^{er} vice-président de l'AdC, Isabelle Leroy, vice-présidente du Conseil régional et de l'AdC, adjointe au maire en charge de la Famille et de la Petite Enfance et de nombreux élus, en présence de Pascal Letort, président de la CAF 49. Une belle réalisation qui s'inscrit dans la rénovation de ce quartier.

Fête du timbre : un voyage dans le temps

Samedi 9 mars - Cholet

Inaugurée par Roger Massé, adjoint au maire de Cholet, vice-président de l'AdC en charge de la Politique culturelle et Jean-Pierre Gabillard, président de l'Amicale Philatélique Choletaise, la 12^e édition de la Fête du timbre a été très appréciée par les nombreux visiteurs. Une belle récompense pour les organisateurs de cette exposition qui permettait aussi de voyager dans le temps.



Synergences hebdo adapte ses parutions !

En raison des prochaines vacances et des jours fériés à venir, les parutions de *Synergences hebdo* sont modifiées, prenez les devants !

- > Synergences hebdo N°517 couvrira la période du **10 au 23 avril**.
Pour vos diffusions à ces dates, contactez la Rédaction, au plus tard, le **lundi 25 mars**.
- > Synergences hebdo N°519 couvrira la période du **1^{er} au 14 mai**.
Pour vos diffusions à ces dates, contactez la Rédaction, au plus tard, le **lundi 15 avril**.
- > Synergences hebdo N°522 couvrira la période du **29 mai au 11 juin**.
Pour vos diffusions à ces dates, contactez la Rédaction, au plus tard, le **lundi 13 mai**.
- > Pour vos parutions estivales, contactez la Rédaction dès maintenant.

Toutes nos coordonnées sont à retrouver en bas de page 2.



Panorama (suite)



Très surprenants Choletais !

Samedi 9 et dimanche 10 mars - Cholet

Les Dogs se sont invités en playoffs après une fin de phase régulière des plus convaincantes. Classés 7^e, ils recevaient leurs homologues de Cergy-Pontoise (95), seconds et prétendants à la montée en ligue Magnus. Sur la série des cinq matches, les deux premiers ont été joués à Glisséo et les Dogs les ont remportés de fort belle manière 4-3 et 3-2. Les trois autres rencontres se jouaient en région parisienne, au moment où nous mettions sous presse, pour une place en demi-finale.

Randonnée des 2 lacs

Dimanche 10 mars - La Tessoualle

L'ensemble des bénévoles de l'En Avant La Tessoualle (EAT) Cyclo, VTT et Marche ont été heureux du moment partagé avec les participants à la Randonnée des 2 lacs, qui s'est déroulée sous un ciel clément. L'EAT Cyclo VTT prépare maintenant le défi VTT 2019 : Roc en Sèvre, où quatre parcours permettront de passer une journée à profiter et arpenter les coteaux de la Sèvre nantaise. Retenez cette date : le dimanche 23 juin prochain.



Semi-marathon du Massif forestier de Nuillé : venez encourager les coureurs

Dimanche 24 mars - Nuillé

Soutenu par l'Agglomération du Choletais, le Semi-marathon du Massif forestier de Nuillé accueille près de 3 000 participants sur les différentes épreuves à partir de 9 h 50. Le départ (photo), toujours impressionnant, est à ne pas manquer. Et 1 heure et 4 min. plus tard vous assisterez à l'arrivée du vainqueur, suivi par ceux qui seront plus ou moins marqués par les 21,097 km de l'épreuve.



Les Fouilles Nuilléaises