Synergences hebdo
le journal de l'Agglomération du Choletais
N°563
Du 25 nov. au 1er déc. 2020
Retrouvez-nous sur www.cholet.fr

LE PARC ORIENTAL
AUX COULEURS DE L'AUTOMNE

DANS CE NUMÉRO

Consommons local !
Lire p. 7, 8 et 9

Banque alimentaire
Lire p. 15

Téléthon
Lire p. 16

Lire p. 4

Cholet - Budget municipal 2021 : maîtrise et volontarisme

Le Rapport d'Orientations Budgétaires (ROB), travail préparatoire à l'élaboration du budget 2021 qui sera soumis au vote en décembre prochain, a fait l'objet d'un débat (DOB) à l'occasion du conseil municipal du 9 novembre 2020.

« Le contenu du Rapport d'Orientations Budgétaires confirme la gestion saine et maîtrisée des deniers publics municipaux. La Ville de Cholet poursuit son action en privilégiant le cadre de vie et le développement harmonieux de son territoire. Elle cherche à conserver un service public de qualité en maîtrisant ses dépenses et en impulsant une stratégie d'investissement confortant son attractivité.
Tenant compte du contexte financier très contraint pour les collectivités locales depuis quelques années (- 22,5 millions d'euros de baisse cumulée de dotations de l'État depuis 2013) et de la pandémie de Covid-19, la Municipalité réaffirme son choix de limiter la pression fiscale exercée sur les contribuables choletais, dans la continuité des engagements pris » précise un communiqué de presse émanant de la mairie de Cholet. Les taux communaux sont donc reconduits pour 2021 et restent ainsi inchangés depuis 2018, à savoir :
• 16,85 % pour la taxe d'habitation,
• 28,27 % pour la taxe foncière sur les propriétés bâties,
• 47,86 % pour la taxe foncière sur les propriétés non bâties.
La Ville de Cholet prévoit également près de 11 millions d'euros de subventions et de participations en 2021 (SDIS, CCAS, associations notamment).

Une stratégie volontariste d'investissement pour les Choletaises et les Choletais

La Municipalité engagera plus de 14 millions d'euros en 2021 pour les équipements publics. Voici une liste non exhaustive des principaux projets :
• environ 2 millions d'euros pour l'entretien des équipements relevant des dépenses de fonctionnement (entretien de la voirie, des bâtiments),
• 1 976 000 € pour les opérations d'entretien et d'amélioration des équipements communaux,
• 1 610 000 € pour les travaux sur le quartier Favreau,
• 1 355 795 € pour les opérations de réparation des voiries, des trottoirs, et de l'éclairage public,
• 851 300 € pour l'extension du cimetière de la Croix de Bault,
• 734 000 € pour les opérations relatives à l'entretien des parcs et jardins,
• 500 000 € pour le nouveau boulodrome,
• 500 000 € pour la salle omnisports Darmaillacq,
• 430 000 € pour la nouvelle cuisine centrale,
• 360 000 € pour la nouvelle salle des fêtes,
• 350 000 € pour l'aménagement du quartier de la gare,
• 235 000 € pour le dispositif « Action Cœur de Ville »

Quelques données et ratios complémentaires
0 : c'est la variation en pourcentage des taux communaux de fiscalité pour les contribuables Choletais
10,56 années : c'est la capacité de désendettement de la collectivité
9 % : c'est la capacité d'autofinancement, soit 5 395 135 €
59 959 967 € : recettes réelles de fonctionnement
54 564 832 € : dépenses réelles de fonctionnement

ISSN 1774-458X
N°563 · Du 25 nov. au 1er déc. 2020

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 : Patrice Brault
Directrice de la Rédaction : Séverine Chiron
schiron@choletagglomeration.fr - 02 44 09 25 19
Responsable d'activité administration : Laure Parpaillon
lparpaillon@choletagglomeration.fr
02 44 09 25 20
Rédaction :
> Envela Mahé
emahe@choletagglomeration.fr - 02 44 09 25 18
> Benoît Retailleau
bretailleau@choletagglomeration.fr
02 44 09 25 24
> Élodie Lorre
elorre@choletagglomeration.fr - 02 44 09 25 23
Maquette - Publicité : Lucie Brochard
lbrochard@choletagglomeration.fr
02 44 09 25 27
Photo de Une : Vincent Ripaud
Photos : Synergences hebdo et Étienne Lizambard
Impression : Riccobono - 44810 Héric
Distribution : Adrexo - 49280 La Séguinière
Tirage : 51 100 exemplaires
Dépôt légal : à parution

Pour diffuser vos annonces dans Synergences hebdo, pensez à contacter la Rédaction trois semaines (minimum) avant la date de l'événement.

AdC - Une Cantelupienne offre de la visibilité aux commerces fermés

Jessica Maingot a créé, dès le démarrage du reconfinement, une page Facebook recensant tous les commerces du Choletais poursuivant leur activité, malgré leur fermeture administrative.

Elle n'est pas commerçante, elle n'est pas touchée personnellement par les fermetures administratives liées à la crise sanitaire et, pourtant, dès le premier samedi du reconfinement, Jessica Maingot a créé une page Facebook venant en aide aux activités impactées. *« Cette démarche m'est venue très spontanément. J'ai eu mal au cœur pour tous ces petits commerces qui ont été obligés de fermer et j'ai eu envie d'aider ceux qui s'adaptent pour continuer à tourner, malgré leur fermeture »*.
C'est ainsi que sur la page nommée *En soutien aux petits commerces du Choletais*, chaque commerce totalement fermé et géographiquement situé dans l'une des communes de l'Agglomération du Choletais peut présenter son nouveau fonctionnement : système de livraison, commandes à emporter, etc. (lire aussi pages 7 à 9).

À l'heure où nous écrivons ces lignes, plus de 1 300 personnes sont abonnées à cette page qui regroupe une soixantaine de commerçants.

Soutien des commerçants en faveur des soignants

Cette marque de solidarité en a appelé une autre : la Cantelupienne, assistante indépendante de profession, avec Aximo Travo et L'immo by Aximo ont organisé un jeu-concours, au profit des soignants du Choletais. 15 lots ont été constitués grâce aux nombreux commerces choletais volontaires pour faire ce geste en faveur de ceux qui travaillent en hôpital, en Ehpad, en libéral. Ce concours, lancé le mercredi 18 novembre, fera l'objet d'un tirage au sort le mercredi 2 décembre.

Informations en date du 17 nov., susceptibles d'être modifiées en fonction du contexte sanitaire.

AdC - Quel est votre gentilé ?

Savez-vous comment se nomment les habitants de chacune des communes du territoire de l'Agglomération du Choletais ?

> **Bégrolles-en-Mauges :** Bégrollaise et Bégrollais

> **Cernusson :** Cernussonaise et Cernussonais

> **Chanteloup-les-Bois :** Cantelupienne et Cantelupien

> **Cholet :** Choletaise et Choletais

> **Le Puy-Saint-Bonnet :** Puy-Saint-Bonnetaise et Puy-Saint-Bonnetais

> **Cléré-sur-Layon :** Cléréenne et Cléréen

> **Coron :** Coronnaise et Coronnais

> **La Plaine :** Plainaise et Planais

> **La Romagne :** Romagnonne et Romagnon

> **La Séguinière :** Ziniéraise et Ziniérais

> **La Tessoualle :** Tessouallaise et Tessouallais

> **Le May-sur-Èvre :** Maytaise et Maytais

> **Les Cerqueux :** Cerquoise et Cerquois

> **Lys-Haut-Layon :** Pas de nom attribué

> **La Fosse-de-Tigné :** Fosséenne et Fosséen

> **Le Voide :** Vihiersoise et Vihiersois

> **Les Cerqueux-sous-Passavant :** Cerqueunaise et Cerqueunais

> **Nueil-sur-Layon :** Nueillaise et Nueillais

> **Saint-Hilaire-du-Bois :** Saint-Hilairoise et Saint-Hilairois

> **Tancoigné :** Tancoignéenne et Tancoignéen

> **Tigné :** Tignéenne et Tignéen

> **Trémont :** Trémontaise et Trémontais

> **Vihiers :** Vihiersoise et Vihiersois

> **Maulévrier :** Maulévraise et Maulévrais

> **Mazières-en-Mauges :** Maziéraise et Maziérais

> **Montilliers :** Monteglésienne et Monteglésien

> **Nuaillé :** Nuaillaise et Nuaillais

> **Passavant-sur-Layon :** Passavantaise et Passavantais

> **Saint-Christophe-du-Bois :** Christophorienne et Christophorien

> **Saint-Léger-sous-Cholet :** Saint-Légeoise et Saint-Légeois

> **Saint-Paul-du-Bois :** Saint-Paulaise et Saint-Paulais

> **Somloire :** Somloiraise et Somloirais

> **Toutlemonde :** Toutlemondaise et Toutlemondais

> **Trémentines :** Trémentinaise et Trémentinais

> **Vezins :** Vezinaise et Vezinais

> **Yzernay :** Yzernéenne et Yzernéen

Cholet - Deux options à l'étude pour le carnaval 2021

Costumes chamarrés, musique et cotillons… le retour du carnaval de Cholet a été programmé les 18 et 24 avril 2021 pour les défilés de jour et de nuit, si les conditions sanitaires le permettent. Le manque de visibilité et de connaissance sur la situation, dans les mois à venir, incite néanmoins Cholet Événements à prévoir et préparer une alternative quant à l'organisation de la manifestation, ponctuée de festivités pendant une semaine. Une réunion de concertation a eu lieu le 18 octobre dernier avec l'ensemble des équipes de carnavaliers pour en définir les contours. « ***Il est envisagé, en cas d'impossibilité de mise en œuvre ou d'annulation à la date initialement prévue, un carnaval qui se déroulerait les 25, 26 et 27 juin 2021,*** détaille la commission carnaval de Cholet Événements. ***L'organisation de ces deux alternatives est menée parallèlement, afin de pouvoir prendre toutes les décisions nécessaires avec sérénité, accompagnée d'une réflexion aboutie. Pour que vive le carnaval, notre carnaval de Cholet.*** » Après l'annulation de 2020, petits et grands Choletais n'espèrent que ce retour…

L'ACTU EN BREF…

> Maison de l'Orientation

*Les permanences de la Maison de l'orientation à **Lys-Haut-Layon** sont maintenues. Elles ont lieu le vendredi, de 9 h à 12 h, à la mairie de **Vihiers**, sur rendez-vous au 02 44 09 26 60.*

> Plan Climat Air Énergie Territorial

***L'Agglomération du Choletais** élabore son Plan Climat Air Énergie Territorial (PCAET). La large concertation et la sensibilisation auprès des habitants du territoire sont perturbées. Le spectacle **Atmosphère Atmosphère** prévu au Jardin de Verre, à Cholet, et la projection du film **Qu'est-ce qu'on attend ?** prévue à Lys-haut-Layon, sont annulés. Pour autant, la concertation continue.*

Un diagnostic est réalisé. Il est destiné à dresser une photographie à un instant donné et à identifier les principaux enjeux pour le territoire Choletais. Un questionnaire est en ligne et accessible jusqu'au 31 décembre sur cholet.fr. Quelles actions importantes serait-il nécessaire de mettre en place pour lutter efficacement contre le changement climatique et la pollution de l'air ? Comment adapter nos activités, nos modes de vie ou encore nos productions pour garantir un territoire durable dans les années à venir ? Les réponses reçues permettront de déterminer les priorités en matière de lutte contre les impacts du dérèglement climatique, spécifiquement pour l'Agglomération du Choletais, dans le cadre des thématiques prévues par la Loi.

> Annulation du Tour de Cholet

*Le contexte sanitaire actuel empêche la bonne tenue de la 40e édition du Tour de **Cholet**, événement incontournable du mois de décembre, organisé avec le concours de nombreux bénévoles, prévu initialement le dimanche 6 décembre prochain. La Ville invite d'ores et déjà les Choletais à cocher la date du dimanche 5 décembre 2021 sur leur calendrier, pour faire le tour de la ville, à pied, en courant, à vélo ou en trottinette, et ainsi la découvrir autrement.*

> Contact Info Solidarité

*En cette période de confinement, le numéro unique Contact Info Solidarité 06 35 83 47 24 est à nouveau accessible, du lundi au vendredi, de 10 h à 12 h 15 et de 13 h 30 à 17 h 30. Il s'agit de guider et d'accompagner les **Choletais** les plus fragiles et les plus isolés.*

Les habitants concernés ont également la possibilité de contacter la permanence Contact Info Solidarité par mail : solidarite.covid19@choletagglomeration.fr

Maulévrier - Le Parc oriental aspire à plus de notoriété

Plus grand jardin japonais d'Europe, le Parc oriental de Maulévrier, a attiré 155 000 visiteurs l'an dernier. Désormais, il souhaite passer à la vitesse supérieure et se faire connaître plus largement.

Le Parc oriental n'aura guère eu le temps de montrer ses couleurs automnales aux visiteurs cette année.

Vincent Ripaud

Comme chaque année à pareille époque, le Parc oriental s'est paré de ses couleurs automnales. L'automne, une période de changement très appréciée au Japon appelée le kōyō. La tradition veut qu'au Pays du soleil levant, on « chasse » en cette saison les feuilles rouges. Cette coutume, appelée momijigari, consiste à se promener dans les jardins et à apprécier la beauté des feuilles des arbres, notamment des érables japonais. *« Le Parc oriental propose une expérience singulière à chacune des saisons, avec en commun la contemplation des quelque 300 espèces de végétaux réparties sur plus de 12 ha*, indique Alain Caillé, le nouveau directeur du site maulévrais. *Sa découverte est un moment particulièrement apprécié de nos visiteurs, à la recherche de dépaysement et de grands espaces végétalisés propices à la sérénité. »*

Une année particulière

Des couleurs que les fidèles du parc japonais n'auront guère eu le temps d'apprécier cette année, puisque la fermeture du parc – qui n'entre pas dans la catégorie des parcs et jardins autorisés à rester ouverts puisqu'accessibles gratuitement – prévue à la mi-novembre comme tous les ans, a été automatiquement avancée au 29 octobre, date du début du reconfinement. Une année forcément particulière puisque le hanami, la fête des cerisiers en fleurs à peine annoncée, le Parc oriental était contraint d'attendre la fin du premier confinement pour n'ouvrir que le 20 mai.

Malgré tout, le site, qui restait sur une évolution de l'ordre de 10 à 15 % du nombre annuel de ses visiteurs ces dernières années, en accueillant 155 000 l'an dernier, a tout de même attiré 120 000 personnes cette année. *« Ce n'est pas si catastrophique. Nous avons réussi à limiter la casse »* souligne Fabrice Jeanneteau, responsable de la communication du parc.

Développer sa notoriété

Accueillir encore plus de visiteurs, c'est ce à quoi s'emploie le Parc oriental à présent. Début octobre, Jean-Pierre Chavassieux, ancien maire et vice-président de l'Agglomération du Choletais, désormais président de l'association du parc, recevait dans les allées du jardin Thomas Sirdey, fondateur de Japan Expo, le troisième salon le plus important de France après ceux de l'agriculture et de l'auto, qui ne connaissait pourtant pas les lieux et Anne Genetet, députée des Français d'Asie, d'Océanie et d'Europe orientale. Le but de cette rencontre provoquée par le député de la circonscription : attirer un peu plus les regards sur le parc maulévrais qui, avec Terra Botanica, le château d'Angers et l'abbaye royale de Fontevraud, forme le quatuor des sites les plus visités du Mainet-et-Loire. *« Le but est vraiment de faire connaître le lieu à des pourvoyeurs de réseaux et développer sa notoriété au-delà des frontières locales, voire nationales »* précise Fabrice Jeanneteau. Un objectif est d'ores et déjà fixé : franchir la barre, d'ici dix ans, des 200 000, voire 250 000 visites.

En attendant, une association pour la promotion et la création d'un réseau européen des jardins japonais a été créée, avec, à sa tête, Jean-Pierre Chavassieux et un conseil d'administration composé d'universitaires français et japonais. Déjà pressenties cette année, les Rencontres internationales autour du paysage japonais seraient accueillies en octobre 2021 à Maulévrier.

Le saviez-vous ?

L'accès au Parc oriental est gratuit pour les Maulévrais. Une particularité qui séduit beaucoup de nouveaux habitants et peut même en inciter certains à s'installer définitivement à Maulévrier. D'autant que le parc, on l'a déjà dit, change non seulement d'aspect en fonction des saisons, mais évolue également. Il y reste en effet des espaces à aménager. Cette année par exemple, des travaux ont été entrepris pour un nouvel aménagement après la pièce d'eau. Il y a donc toujours une bonne raison pour venir et revenir au Parc oriental.

AdC - L'OT au service du Choletais !

Cette année, plus que jamais, on joue la carte de la solidarité !

Les cartes et chèques cadeaux, c'est LA solution facile et avec laquelle on est sûr de marquer des points !

Pour faire le plein de sensations à l'Autre Usine, pour des achats à l'Autre Faubourg, dans les commerces de Cholet Vitrines et même sous les Halles de Cholet (nouveauté 2020), offrez une carte ou des chèques cadeaux pour consommer local !

Infos :

Disponibles en vente en ligne et retrait magasin sur : https://www.ot-cholet.fr/boutique/cheques-et-cartes-cadeaux-1.html

Le saviez-vous ?

> Sur son « portail covid-19 », l'Office de Tourisme propose aux visiteurs un accès à une carte interactive, aux services livraison ou retrait en magasin, aux informations de la Ville de Cholet et de l'Agglomération du Choletais, etc.

Infos : https://www.ot-cholet.fr/covid-19-confinement-2.html

> L'équipe de l'OT reste joignable (du lun. au sam, de 9 h 30 à 12 h 30 et de 14 h à 18 h)
Tél. : 02 41 49 80 00
SMS au 07 55 51 47 64
info-accueil@ot-cholet.fr

Informations en date du 17 nov., susceptibles d'être modifiées en fonction du contexte sanitaire.

Alvéole

Président : Sylvain Loiseau

Tél. : 06 76 94 78 37

Courriel : loiseau.sylvain@hotmail.fr

Fer de lance de l'animation du Puy-Saint-Bonnet, l'association Alvéole réunit en son sein différentes activités sportives et culturelles proposées dans la commune.

Créée en 1969, La Ruche, gérée par Familles rurales, gérait le centre aéré du Puy-Saint-Bonnet. Alvéole a pris le relais en 1993, indépendante de la confédération nationale, pour s'occuper de l'accueil de loisirs et réunir différents groupes qui volaient de leurs propres ailes : danse, aquagym, badminton, stretching. « *C'était une volonté du maire de l'époque qui voulait mutualiser les moyens. L'ambition aujourd'hui, c'est toujours d'apporter diversité et dynamisme à la commune* » assure Sylvain Loiseau, président de l'association depuis deux ans, épaulé par un bureau restreint mais efficace : Nathalie Huvelin, secrétaire, Stéphane Tesson, trésorier et Marie-Annick Boissinot, membre.

Alvéole compte environ 120 adhérents, qui s'adonnent, pour une large majorité au renforcement musculaire, auprès du seul professeur, salarié à temps partiel, de l'association, Stéphane Dixneuf : « *Depuis un an, nous avons même un cours réservé aux membres d'Atout Cœur, des personnes qui ont besoin d'un suivi adapté en raison de pathologies cardio-vasculaires* ».

Côté sportif, le badminton réunit également une vingtaine de joueurs amateurs chaque mercredi soir, alors que les passionnés d'art peuvent se consacrer au patchwork et aux loisirs créatifs, à la peinture à l'aiguille et la broderie, ou à la peinture. Le groupe Accros d'Art propose même une exposition tous les deux ans.

Historiquement, Alvéole gère aussi les collectes de sang dans la commune, avec près de 80 donneurs réguliers. « *Nous recherchons toujours des bénévoles pour assurer les permanences, qui sont très prisées.* »

Les prochaines auront lieu les jeudi 14 janvier et mardi 31 août 2021, dans la grande salle du Puy-Saint-Bonnet. L'association reste ouverte à de nouvelles propositions pour étendre son offre de loisirs et les adhérents sont toujours les bienvenus. Les inscriptions sont possibles tout au long de la saison, pour une somme modique.

Maulévrier - La bibliothèque en mode commande-retrait

Fotolia

Depuis le 14 novembre dernier, la bibliothèque Lire et Délire de Maulévrier, qui avait cessé ses activités avec la mise en place du confinement, a recommencé à fonctionner sous la forme d'un biblio'drive. « *Les lecteurs peuvent réserver par courriel ou téléphone et peuvent emprunter le même nombre d'ouvrages qu'avant, soit six* », précise Jeanne Suteau, bibliothécaire.

Pour commander, il faut d'abord vérifier sur **e-changes.cholet.fr**, la disponibilité du titre convoité en veillant bien à cocher « Maulévrier » dans la liste des bibliothèques du réseau. Ensuite, la réservation ne se fait pas via e-changes mais directement par courriel, en indiquant nom, prénom, numéros de carte et de téléphone, les titres des ouvrages désirés avec les noms de leur auteur. Par téléphone, la réservation est possible le jeudi de 9 h à 12 h et le vendredi de 14 h à 16 h. Dans les deux cas, « *les demandeurs reçoivent une confirmation de réservation et un créneau horaire pour le retrait* », indique la bibliothécaire.

Les commandes sont à retirer à la permanence de la bibliothèque, le mercredi de 17 h à 19 h et le samedi de 10 h à 12 h, où il est demandé de venir seul. Les retours des livres sont également possibles à ces moments-là. Évidemment les gestes barrières doivent être respectés : sens de circulation, distanciation physique et port du masque. À leur retour, les livres sont placés en « quarantaine » durant trois jours.

Réservations :

Tél. : 02 41 55 09 08

bib_maulevrier@choletagglomeration.fr

L'ACTU EN BREF...

> La Ville de Cholet adapte les animations de Noël

Les fêtes de fin d'année sont, bien entendu, impactées par le contexte sanitaire lié à la pandémie de Covid-19. Comme dans de nombreuses villes en France, le marché de Noël de ***Cholet****, installé sur la place Travot, est annulé. Il en est de même pour la 23e édition du spectacle de la crèche vivante, rendez-vous incontournable du mois de décembre. La Ville de Cholet souhaite que la magie de Noël soit malgré tout au rendez-vous. De plus amples informations seront transmises dans les prochaines semaines.*

> Jardin de Verre : remboursement des spectacles annulés

Un lien destiné à expliquer au public les conditions de remboursement des spectacles annulés au Jardin de Verre, à ***Cholet****, est mis en place :*
http://www.jardindeverre.fr/communique-billetterie/
Cette page est actualisée régulièrement en fonction de l'évolution de la situation.
Infos : Jardin de Verre
13 bd Gustave Richard à Cholet
Tél. : 02 41 65 13 58
www.jardindeverre.fr

> Précision : marchés

Dans notre édition N° 561, nous indiquions en page 20 un marché à ***Cholet*** *le mercredi matin, place Travot mais celui-ci n'a malheureusement plus lieu depuis plusieurs mois. Par ailleurs, nous indiquions également un marché à Cholet le dimanche matin. Celui-ci se déroule, en fait, à* ***Saint-Léger-sous-Cholet****, place du 15 décembre 1863, de 8 h à 13 h.*

> Fermeture état civil

Le service état Civil de l'Hôtel de Ville de ***Cholet*** *sera exceptionnellement fermé les samedis matin 26 décembre 2020 et 2 janvier 2021.*
Infos : Hôtel de Ville, rue Saint-Bonaventure, BP 32135, 49321 Cholet Cedex

> Collecte de sang

Une collecte de sang est organisée à la salle des sports Mocrat, avenue Mocrat à ***Cholet****, de 8 h 15 à 12 h 15, ce samedi 28 novembre. Avant de vous y rendre, prenez rendez-vous sur : mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr*
Infos : adsbcholet@free.fr

Découverte d'un métier

Cholet - Alexis Brisard, poissonnier... comme son père et son grand-père !

Alexis Brisard est devenu poissonnier, suivant l'héritage familial, rouvrant une boutique indépendante, la seule du centre-ville de Cholet en dehors des Halles.

Synergences Hebdo : En quoi consiste votre métier ?

Alexis Brisard : J'achète des produits de la mer, pêchés de préférence par des petits bateaux sur la côte atlantique, et je dois les mettre en valeur pour les clients. J'assure la transformation : lever les filets, cuire les crustacés (bulots, bigorneaux, langoustines…), préparer les poissons entiers, etc. L'accueil et le conseil aux clients sont surtout de grandes plus-values.

J'espère pouvoir ouvrir très prochainement un espace dégustation à l'étage de la poissonnerie et en terrasse, avec un poisson du jour le midi, des plateaux de fruits de mer le soir.

S. H. : Qu'est-ce qui vous anime ?

A. B. : J'avais le désir de recréer une affaire familiale, de suivre un héritage, puisque mes grands-parents ont eu une poissonnerie dans les années 1950 à Cholet, d'abord dans les anciennes halles place Travot, puis rue Notre-Dame dès 1968. Mon père l'avait reprise et elle fut détruite en 2008, lors du réaménagement du centre-ville et la création des Arcades Rougé. Je me réjouis de poursuivre ce savoir-faire, de travailler un produit frais de manière artisanale et d'accompagner les clients dans leurs choix.

S. H. : Quel cursus faut-il suivre pour devenir poissonnier ?

A. B. : Il existe un CAP poissonnerie, qui, malheureusement, est déserté aujourd'hui. Pourtant, il manque de poissonniers et c'est un métier passionnant.

Infos :

LaBriz'
11 rue Notre-Dame à Cholet
Tél. : 06 60 74 56 96

Maulévrier - Batistyl habitat poursuit son développement

Batistyl habitat a dernièrement racheté la société L'idée aluminium, située à quelques pas de son siège. Le groupe maulévrais renforce, ainsi, sa position sur le marché de la menuiserie.

Le 1er août dernier, le groupe Batistyl habitat s'est porté acquéreur de la société L'idée aluminium, basée à proximité de son siège social à Maulévrier. Créée en 1986 sous le nom de société David Charles, L'idée aluminium avait été rachetée en 2009 par Philippe Bruneau, ancien responsable commercial de Kawneers, fabricant de profilés aluminium. Spécialisée dans la fabrication de menuiseries et ensembles composés en aluminium dédiés au marché tertiaire et habitat architectural, L'idée aluminium propose des solutions techniques en partenariat avec Wicona, fabricant de profilé aluminium du groupe Hydro, et Kawneer. Cette société comprend 15 salariés répartis entre l'atelier de fabrication et les services administratifs, pour un chiffre d'affaires de l'ordre de 3 millions d'euros.

Plan de recrutement

Batistyl habitat avait déjà racheté, en 2017, la société Menuiseries Vinçonneau Delaunay, basée à Doué La Fontaine, spécialisée dans la fourniture et la pose de menuiseries et agencements pour l'habitat et le tertiaire. Avec cette double acquisition, le groupe Batistyl habitat renforce sa division Affaires et chantier, en complément des solutions Schüco proposées depuis de nombreuses années : des compétences sur-mesure et complémentaires en ensembles composés aluminium frappes, portes, coulissants, murs rideaux, verrières, portes repliables… et des savoir-faire spécifiques (sécurité feu, pare-balles, respirant) qui font de l'offre Batistyl l'une des plus complètes du Grand Ouest.

Parallèlement, pour accompagner sa croissance et un marché de la menuiserie porté par une volonté des pouvoirs publics d'amélioration de l'habitat, l'entreprise lance un vaste plan d'une cinquantaine de recrutements sur l'exercice 2020-2021, aussi bien en agences qu'au siège social, à travers de multiples profils : chargé d'affaires, technicien installateur…

Infos :

Batistyl habitat
10 rue de l'Europe à Maulévrier
Tél. : 02 41 49 49 50
www.batistyl-habitat.fr

Une offre globale

Créé en 1991, le groupe Batistyl habitat fabrique et commercialise des menuiseries et fermetures en PVC et aluminium (environ 120 000 par an). Implantée à Maulévrier, Batistyl Habitat distribue ses produits sur les régions Ouest (Nantes, Rennes, Maulévrier), Sud-Ouest (Bordeaux et Bayonne), Nord et Île de France (Le Havre, Rouen et Caen) et Centre (Orléans). L'entreprise emploie 420 personnes pour un chiffre d'affaires de 62 millions d'euros lors du dernier exercice.

Batistyl Habitat, c'est :

- une offre globale (fenêtres, portes d'entrée, portes de garage, volets roulants…) pour des chantiers complets,
- une logistique apte à livrer sur chantier à la demande des clients,
- neuf agences en régions et trois plateformes logistiques pour une relation de proximité,
- une force de vente de 46 technico-commerciaux,
- une division technique aluminium pour des solutions spécifiques (marché tertiaire ou projets architecturaux).

Informations en date du 17 nov., susceptibles d'être modifiées en fonction du contexte sanitaire.

AdC - Confinement : les restaurateurs adaptent leur activité

À Saint-Léger-sous-Cholet

> Saudeau Traiteur

Saudeau Traiteur propose de la vente à emporter : menu du jour et plateaux-repas la semaine du lundi au vendredi (réservation minimum 24 h à l'avance), hamburgers-frites les vendredis et samedis de 19 h à 20 h 30 (commande jusqu'à 24 h à l'avance), cinq plats uniques au choix du vendredi soir au dimanche midi (commande jusqu'à 24 h à l'avance), planches apéritives, plateaux de fruits de mer, deux menus prestiges les samedis et dimanches (commande jusqu'à 48 h à l'avance).
Les commandes sont à effectuer par courriel ou téléphone et à retirer en drive* à l'entreprise (règlement à l'enlèvement de la commande).
Pour la quinzaine de Noël une carte spécifique sera proposée (voir sur le site Internet et la page Facebook)

Infos :

Saudeau
Les Audouins à Saint-Léger-sous-Cholet
Tél. : 02 41 56 24 30
saudeau.sarl@wanadoo.fr
www.traiteur-saudeau.fr
Facebook : Saudeau traiteur

À Cholet

> Restaurant du golf

Le restaurant du golf propose des bocaux à emporter ou à vous faire livrer, avec des menus différents chaque semaine et des plats chauds, préparés par le chef à partir de matières brutes. Les commandes doivent être passées avant 11 h le jour même. Une consigne d'1 € est demandée pour les grands bocaux, et de 0,50 € pour les petits, restituée au retour de ces derniers.
La livraison est possible à Cholet, pour un supplément d'1 € par menu ou gratuitement à partir de 8 menus.

Infos :

Restaurant du golf
Allée du Chêne Landry à Cholet
Tél. : 06 76 59 66 11
restaurantdugolfcholet@gmail.com
www.restaurantdugolfcholet.com/click-and-collect

> La Dolce Vita

Le restaurant propose des pizzas et plats, ainsi que des formules du jour avec entrée, plat et dessert. Consulter la carte sur le site Internet avant de passer commande par téléphone.

Infos :

La Dolce Vita
90 rue Saint-Bonaventure à Cholet
Tél. : 02 41 58 81 01
sarl.elena@yahoo.fr
www.restaurant-la-dolce-vita.fr

> À la bonne heure

Le restaurant propose des pizzas, plats chauds, plat du jour, salades, pâtisseries et boissons, avec une formule entrée-plat-dessert à partir de 8,50 €. Possibilité de commander par téléphone à partir de 9 h et de retirer sur place du lundi au vendredi, de 11 h 30 à 14 h 30.

Infos :

Centre commercial PK3
Route des Sables à Cholet
Tél. : 02 41 62 55 09
cafdm423@groupe-casino.fr

À Bégrolles-en-Mauges

> Plaisirs et délices Traiteur

Le traiteur Plaisirs et délices propose, en vente à emporter, ce vendredi 27 novembre, de la paella avec crevettes, poulet, moules, cabillaud, calamars (10 €). À commander au plus tard le mercredi précédent. Les repas sont à retirer le vendredi, de 17 h à 20 h. Les plats sont conditionnés en barquette 100 % recyclable. Ils peuvent se conserver à 4° pendant trois jours. Une carte de produits faits maison est également proposée pour les fêtes de fin d'année (box apéritif, foie gras, magret de canard, chocolats, macarons, etc.). La date limite des commandes est le mardi 15 décembre.

Infos :

Plaisirs et délices Traiteur
24 rue des Maffois à Bégrolles-en-Mauges
Tél. : 02 41 63 81 59 ou 06 45 81 52 95
www.plaisirsetdelicestraiteur.com
plaisirsetdelicestraiteur@gmail.com
Facebook : PlaisirsetDelicesTraiteur

À Lys-Haut-Layon

> Le Relais de Somloire

Menu à emporter à 13 € (entrée, plat, dessert et café) du lundi au vendredi inclus, de 12 h à 13 h 30. Burger frites à 7,50 € de 19 h à 20 h 30 le vendredi. Commande à récupérer au restaurant.

Infos :

Le Relais de Somloire
4 place du Souvenir à Somloire
Tél. : 02 53 69 99 57
beyrie.xavier@neuf.fr

À Yzernay

> Au Café du coin

Le restaurant propose deux ou trois menus par jour (entrée, plat et dessert) pour 12,90 € avec boisson en supplément.
La commande peut se faire par téléphone ou Facebook jusqu'à 13 h 30, possibilité de livrer ou de venir la chercher.

Infos :

Rue François de Chabot, 49 360 Yzernay
Tél. : 02 41 28 37 16
sarlsurot@orange.fr

À La Séguinière

> Côté Bistrot

Le restaurant a mis en place un service de plats à emporter du lundi au vendredi, de 12 h à 14 h (commandes prises à partir de 10 h). Le soir, les mardis, vendredis et samedis, de 18 h à 21 h (commandes prises à partir de 16 h).
Les commandes sont à passer par téléphone et à retirer au restaurant.
Carte de produits frais et faits maison. La carte de vente à emporter comprend au choix un plat du jour, deux variétés de salade, des desserts maison, des burgers-frites ainsi que des boissons. Les plats sont tous à 10 € et la formule avec dessert à 13 €.

Infos :

Côté Bistrot
Zone commerciale de la Ménardière
5 rue des Artisans à La Séguinière
cotebistrot5@gmail.com
www.cotebistrot.fr

En cette période de crise sanitaire, Leroy Merlin Cholet offre aux entreprises et commerces un affichage et la possibilité de venir deux jours pour présenter leur activité.
Un espace leur sera dédié pour un maximum de visibilité et la prise de commande clientèle sera possible.
Ce service est totalement gratuit.

Informations en date du 17 nov., susceptibles d'être modifiées en fonction du contexte sanitaire.

AdC - Confinement : les commerçants adaptent leur activité

À La Tessoualle

> L'Art Sucré, pâtissier-chocolatier

Pâtisseries, créations originales, classiques revisités… Toute la gamme est en vente à emporter sur commande via le site ou par téléphone, du mardi au vendredi, de 8 h à 12 h et de 15 h à 19 h et le samedi de 8 h à 12 h. Commandes 48 h minimum avant le retrait qui s'effectue sur rendez-vous.

Infos et commandes :

L'Art Sucré
3 rue d'Elbée à La Tessoualle
Tél. : 06 18 44 06 94
lartsucre@gmail.com
www.lart-sucre.fr
Facebook et Instagram : lartsucre

> Les 3 boutiques

Une boutique dans un lieu atypique rempli d'histoire où s'entremêle, au fil des pièces, une sélection d'objets déco, art de la table, accessoires, univers enfants. Le magasin Les 3 boutiques est fermé mais disponible. Il suffit de consulter la boutique en ligne via les posts Instagram ou Facebook, puis de contacter la boutique. Les modalités de retrait et de règlement seront alors convenues. Le retrait à la boutique se fait sur rendez-vous et la livraison est possible à partir de 30 € d'achat. Toute demande particulière peut aussi être formulée, Les 3 boutiques y répondra avec plaisir.

Infos et commandes :

Les 3 boutiques
3 avenue de la Vendée à La Tessoualle
Tél. : 09 87 31 90 93
contact@les3boutiques.fr
Facebook et Instagram : les3boutiques.fr

À Saint-Léger-sous-Cholet

> L'Histoire d'une Fleur, fleuriste

Fleuriste à domicile proposant des livraisons à domicile (gratuites pendant le confinement, jusqu'à 10 km autour de Saint-Léger-sous-Cholet et tarif réduit au-delà). Il est aussi possible de réserver des bouquets par téléphone, courriel, SMS et de venir les chercher à l'atelier, sur rendez-vous. Les créations sont présentées sur les réseaux sociaux et l'envoi de photos par courriel ou SMS est possible sur simple demande.
Au choix : fleurs coupées, bouquets, compositions, fleurs séchées, et en ce moment, décorations de Noël.

Infos et commandes :

L'Histoire d'une Fleur
Tél. : 06 20 62 63 82
lhistoire.dune.fleur@gmail.com
Facebook :
lhistoire.dune.fleur.saintlegersouscholet
Instagram : lhistoire.dune.fleur

Au May-sur-Èvre

> Cave et Gourmandises, caviste

Cave et Gourmandises est ouvert du mardi au samedi, de 14 h 30 à 18 h.
Le commerce a mis en place un service gratuit de livraison aux alentours du May-sur-Èvre.
Un service de commande par téléphone et des rendez-vous en boutique sont possibles à toute heure.
Cave et Gourmandises propose des compositions, des cadeaux, des spécialités de la région, des paniers gourmands à tous les prix.

Infos et commandes :

Cave et Gourmandises
Zone d'Activité du Bordage au May-sur-Èvre
Tél. : 02 41 75 62 08
cave-gourmandises@bbox.fr

> Bulle d'évasion

Mise en place d'un click & collect** pour les produits cosmétiques Matis et Fleurs de bach. Les commandes des produits de maquillage Pupa sont possibles par téléphone, du lundi au vendredi, de 14 h à 20 h. Le retrait des commandes Internet ou téléphoniques se fait uniquement sur place, du lundi au vendredi, de 16 h à 20 h.
L'achat de bons cadeaux (envoyés par courriel ou imprimables) est également disponible sur le site Internet.

Infos et commandes :

Bulle d'évasion
6 rue chanoine Tessedre au May-sur-Èvre
Tél. : 02 41 71 02 18
bulledevasion49@gmail.com
https://app.flexybeauty.com/bulle-d_evasion---le-may-sur-evre/home
Facebook : Bulle d'évasion
Instagram : bulle_devasion

À Cholet

> Bitume

Le magasin Bitume propose un service de commande et retrait, pour choisir puis venir chercher sa paire de chaussures, du lundi au samedi, de 9 h à 20 h, sur rendez-vous. Pour prendre rendez-vous, il faut utiliser le site Internet de Bitume, envoyer un message sur les différents réseaux sociaux ou téléphoner.

Infos et commandes :

Bitume
32 rue Georges Clemenceau à Cholet
Tél. : 02 41 75 23 18
eurl.sypa@gmail.com
bitumestore.com
Instagram : Bitumecholet
Facebook : Bitume - Cholet
Snap : magasin.bitume

> Avenue des Fleurs

La boutique Avenue des Fleurs propose des plantes vertes et fleuries ou des bouquets de fleurs coupées et compositions pour tous les événements (anniversaire, plaisir d'offrir, obsèques…). Elle est ouverte en drive* ou en livraison du lundi au vendredi, de 9 h 30 à 13 h et de 15 h 30 à 18 h 30, et le samedi de 9 h 30 à 13 h. Les commandes peuvent être effectuées par téléphone ou sur la boutique en ligne.

Infos et commandes :

Avenue des Fleurs
172 rue de Lorraine à Cholet
Tél. : 02 41 49 89 95
avenuedesfleurs.cholet@gmail.com
www.monfleuriste-cholet.fr
Facebook: @AvenueDesFleursCholet

Informations en date du 17 nov., susceptibles d'être modifiées en fonction du contexte sanitaire.

> À louer vaisselle

Spécialisé dans la location de vaisselle et matériels de réception ainsi que la décoration de table (serviettes, nappes, chemins de table, etc.), À louer vaisselle propose de commander par téléphone, courriel ou via le site Internet et de retirer la commande sur rendez-vous, du lundi au vendredi.

Infos :

À louer vaisselle
5 rue de Blois à Cholet
Tél. : 02 41 55 81 82
contact@alouer-vaisselle.com
www.alouer-vaisselle.com

> Circuit Courses

La plateforme Circuit Courses propose un large choix de produits de qualité, issus de commerces locaux : crèmerie-fromagerie, primeur-maraîcher, boucherie-charcuterie-traiteur, caviste, boulangerie-pâtisserie, épicerie bio et vrac, poissonnier et traiteur de la mer. Composez votre panier en ligne, choisissez un créneau parmi les jours de drive disponibles, réglez en ligne et venez retirer votre commande sur l'un des deux sites.

Infos :

> Parking du magasin Sucré-Salé
2 rue du Layon à Cholet
> Table du Fleuron des Mauges
2 avenue du Commandant de Champagny
à Cholet
https://circuitcourses-cholet.olineo.fr/

> Tootelek

Le magasin d'électroménager et de literie propose un système de commande et retrait (permanences du lundi au samedi, de 14 h à 17 h) et de livraison à domicile.

Infos :

Tootelek
10 rue du Lac Erié
Zone de l'Écuyère à Cholet
www.tootelek.fr

> Be To BiB

La boutique propose café, thé et chocolat à emporter, toute la journée, du mardi au samedi, de 10 h à 13 h 30 et de 16 h à 19 h 30, ainsi que des produits en commande et retrait : caviste, articles de cave, cadeaux de Noël. La livraison est possible.

Infos :

Be To BIB - Les Arcades Rougé
Rue du Petit Conseil à Cholet
Tél. : 02 41 49 95 85 ou 06 38 40 57 49
ou 06 09 11 26 19
www.betobib.com/eshop

> L'Appart Chic

Estelle, coach en image, propose sur son site des bons cadeaux pour des privatisations, des cours de maquillage, des prestations avec l'analyse de votre dressing, afin de vous aider à mieux associer les vêtements et apporter un souffle de fraîcheur et de modernité dans votre quotidien. Elle propose également une sélection de vêtements féminins, originaux et colorés, de la taille 36 à 42 et de bijoux en acier inoxydable. Retrait possible uniquement sur rendez-vous, directement à l'Appart Chic, du lundi au samedi, de 10 h à 17 h 30. Envoi possible.

Infos :

L'Appart Chic
6 place du Mail à Cholet
www.lappartchic.com
Tél. : 06 20 38 36 26

> Une Terre Un Objet

Virginie Philippe, céramiste, propose des objets de décoration ou objets utiles, pièces uniques, 100 % cholétaises, cadeaux idéaux pour les fêtes, à choisir et commander sur le site « Faire mes courses » : sélectionner la ville de Cholet, puis aller sur la boutique Une Terre Un Objet, choisir ses objets préférés puis le retrait sur rendez-vous.

Infos :

Une Terre Un Objet
8 rue Nationale à Cholet
Tél. : 06 85 98 07 41
contact@uneterreunobjet.fr

À Lys-Haut-Layon

> Bijouterie Périvier

Click & collect** pour la vente de bijoux et montres (retrait en drive*, livraison et envoi possible).
En drive, possibilité de récupérer ou déposer des réparations de bijoux et de montres.
Le magasin est ouvert en drive du mardi au vendredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 19 h, le samedi de 9 h à 12 h.
Vous pouvez commander via la page Facebook ou faire vos demandes par courriel.
Livraison à domicile gratuite dans un rayon de 25 km autour de Vihiers.
Envoi colis par la poste (frais de port de 5 €).

Infos :

Bijouterie Périvier
25 place Charles de Gaulle à Vihiers,
Lys-Haut-Layon
Tél. : 09 81 90 20 98
bijouterieperivier@gmail.com
Facebook : @bijouterieperivier

> Salon de coiffure Hair de douceur

Le salon propose la vente de shampoings, soins, coiffants, sur rendez-vous à la demande. Pas de jours ou horaires fixes, il s'adapte à la demande et aux clients. En cas de besoin, il suffit d'envoyer un message ou d'appeler pour réserver et convenir d'un rendez-vous ensemble. Le paiement s'effectue sur place lors de la remise du/des produits.

Infos :

Hair de douceur
4 place Saint Gervais, La Plaine
Tél. : 02 41 30 64 51
hair.de.douceur@gmail.com
Facebook : @HairDeDouceur
www.kalendes.com/hairdedouceur/
#/welcome

> Salon de coiffure The Box Coiffure

Le salon propose le click & collect** pour ses produits, coffrets de Noël, cartes cadeaux… Il suffit de réserver par téléphone ou Internet et, ensuite, de récupérer sa commande directement au salon. Les produits sont visibles via la page Facebook The box Coiffure.

Infos :

Centre Commercial Super U à Vihiers
49310 Lys-Haut-Layon
Tél. : 02 41 56 16 10
www.thebox-coiffure.fr

> Rouge et Noir boutique

Magasin de prêt-à-porter homme et femme, en jeannerie, sport-ville et cérémonie.
Si vous ne pouvez plus venir vous habiller à la boutique Rouge et Noir, c'est la boutique Rouge et Noir qui viendra à vous.
Allez sur www.rougeetnoir-boutique.fr (onglet Nos collections) et visualisez les vêtements de la collection. De nouveaux modèles sont régulièrement photographiés.
Contact par téléphone ou courriel afin d'échanger sur vos besoins. Possibilité de visualiser les modèles ensemble et en direct dans la boutique via l'application WhatsApp. Sélection des articles et de plusieurs modèles selon votre demande. Dépôt de la sélection à votre porte ou dans le coffre de votre voiture devant la boutique. Prenez le temps de les essayer, reprise des articles qui ne conviennent pas le lendemain (ils sont mis en quarantaine), même si aucun article ne convient.
Les retouches restent gratuites.

Infos :

Rouge et noir boutique
3 rue de l'Europe à Vihiers
Lys-Haut-Layon
Tél. : 06 72 31 91 33
rouge-et-noir@orange.fr
www.rougeetnoir-boutique.fr
Facebook : rouge et noir boutique

drive : service au volant
****click & collect : commande et retrait***

Cholet - La Polyclinique du parc réorganise ses activités

Face au contexte sanitaire actuel, la polyclinique choletaise réorganise ses services pour répondre aux besoins du territoire.

Comme tous les acteurs de santé, la Polyclinique du parc de Cholet a mis en œuvre les directives de l'Agence Régionale d'Hospitalisation en organisant une déprogrammation de ses activités chirurgicales et médicales dans une proposition adaptée aux besoins du territoire choletais. Pour ce faire, l'établissement a diminué de 20 % son activité habituelle pour pouvoir répondre aux besoins d'hospitalisation nécessaires au département.

Sur le site de la Chauvellière, afin de prendre en charge les patients Covid + si nécessaire, une unité de neuf lits Covid + a été organisée en médecine sur les 43 installés. L'hôpital de semaine de 15 lits en chirurgie a été fermé et les 47 autres lits sont maintenus.

L'établissement prépare également une extension de ses lits d'unité de surveillance continue afin d'accueillir des patients sortants de réanimation et désengorger les services de réanimation autorisés.

Les programmations opératoires sont adaptées pour limiter les besoins en lits d'hospitalisation conventionnelle et en ressources humaines et favoriser les séjours en ambulatoire dès que se peut.

Sur le site d'Arcole, l'activité d'hôpital de jour en SSR a été totalement déprogrammée pour pouvoir ouvrir, une unité pouvant accueillir jusqu'à 12 patients Covid +.

Les consultations non programmées restent ouvertes 7j/7 de 8 h à 20 h.

AdC
Les basses-cours face à la grippe aviaire

Devant la recrudescence de cas d'influenza aviaire (virus H5N8), hautement pathogène en Europe dans l'avifaune sauvage, les détenteurs de volailles ou autres oiseaux captifs destinés uniquement à une utilisation non commerciale, sont appelés à la vigilance.

Le Maine-et-Loire étant classé en risque élevé, il convient de confiner les volailles ou mettre en place des filets de protection sur la basse-cour. Dans tous les cas, il faut exercer une surveillance quotidienne des animaux.

Par ailleurs, l'application des mesures suivantes, en tout temps est rappelée :

- protéger le stock d'aliments des oiseaux sauvages, ainsi que l'accès à l'approvisionnement en aliments et en eau de boisson des volailles ;
- aucune volaille (palmipèdes et gallinacés) de la basse-cour ne doit entrer en contact direct ou avoir accès à des oiseaux sauvages et des volailles d'un élevage professionnel ; il faut limiter l'accès de la basse-cour aux personnes indispensables à son entretien et ne pas se rendre dans un autre élevage de volailles sans précautions particulières ;
- il faut protéger et entreposer la litière neuve à l'abri de l'humidité et de toute contamination sans contact possible avec des cadavres. Si les fientes et fumiers sont compostés à proximité de la basse-cour, ils ne doivent pas être transportés en dehors de l'exploitation avant une période de stockage de deux mois. Au-delà de cette période, l'épandage est possible ;
- il faut réaliser un nettoyage régulier des bâtiments et du matériel utilisé pour la basse-cour et ne jamais utiliser d'eaux de surface : eaux de mare, de ruisseau, de pluie collectée… pour le nettoyage de l'élevage.

Si une mortalité anormale est constatée, conserver les cadavres dans un réfrigérateur en les isolant et en les protégeant et contacter son vétérinaire ou la direction départementale en charge de la protection des populations.

Infos :

Pour connaître la zone dont vous dépendez : http://agriculture.gouv.fr/espace-professionnelmesures-et-indemnisations
Rubrique : Gestion des nouveaux cas d'influenza aviaire H5 N8 en Europe

Cholet - Deux actions pour la journée mondiale de lutte contre le Sida

S'il ne fait plus la une de l'actualité, le Virus de l'Immunodéficience Humaine (VIH) reste actif partout dans le monde, les nouvelles contaminations se concentrant sur le continent africain. En France, fin 2017, environ 175 000 personnes vivaient avec le sida. 6 000 nouvelles contaminations ont été enregistrées en 2019. Dans les Pays de la Loire, en 2019, 4 799 personnes séropositives ont bénéficié d'un suivi médical, 169 personnes ont découvert leur séropositivité dont 15 % à un stade avancé.

Deux actions à Cholet

Ainsi, la journée mondiale de lutte contre le Sida, programmée le 1er décembre, demeure essentielle. Depuis 2007, le Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic (CeGIDD), en partenariat avec le collectif choletais qui réunit une quinzaine de structures, œuvre à la mise en place d'actions à l'occasion de ce temps fort. Cette journée, qui s'adresse à tous les publics, est un temps de solidarité vis-à-vis des personnes touchées par la maladie, mais également un temps de sensibilisation aux infections sexuellement transmissibles (IST). Cette année, le thème est « s'aimer, se respecter, se faire dépister ».

Au regard du contexte sanitaire, les actions initialement prévues par le collectif choletais à la Mission locale du Choletais, aux Paniers du Planty, à la résidence Habitat Jeunes du Choletais, au lycée de la Mode, au CHRS La Gautrèche, au lycée Jeanne Delanoue, à Eurespace et au centre social K'léidoscope n'auront pas lieu. Les structures partenaires tiennent malgré tout à maintenir deux actions d'information, de sensibilisation et de dépistage gratuit du Sida et des IST :

- le lundi 30 novembre et le mardi 1er décembre, de 13 h à 18 h, au CeGIDD, au Centre hospitalier de Cholet (Pavillon Femmes Parents Enfants), sur rendez-vous,
- le mardi 1er décembre, de 9 h à 18 h 30, au Centre de planification et d'éducation familiale, sur rendez-vous.

Infos :

> Centre hospitalier de Cholet
1 rue de Marengo à Cholet
Tél. : 02 41 49 68 81
> Centre de planification et d'éducation familiale
26 avenue Maudet à Cholet
Tél. : 02 41 46 20 30

Informations en date du 17 nov., susceptibles d'être modifiées en fonction du contexte sanitaire.

LE LOGEMENT ? PARLONS-EN !

Autrefois Comité Interprofessionnel du Logement (CIL), Action Logement a pour objectif de faciliter l'accès au logement et, ainsi, à l'emploi. Ses missions principales sont d'accompagner les salariés dans leurs mobilités résidentielle et professionnelle ainsi que construire et financer des logements sociaux et intermédiaires. Action Logement tient particulièrement à venir en aide aux jeunes actifs, aux salariés précaires ou en situation de mobilité, ou encore à ceux qui doivent faire face à un accident de la vie entraînant une baisse de revenus significative.

ActionLogement

Depuis plus de soixante-cinq ans, la vocation du groupe Action Logement, acteur de référence du logement social et intermédiaire en France, est de faciliter l'accès au logement pour favoriser l'emploi.
Action Logement gère paritairement la Participation des employeurs à l'effort de construction (PEEC), versée par les entreprises assujetties, dans le but de soutenir ses deux missions principales :
> Accompagner les salariés dans leurs mobilités résidentielle et professionnelle, par des services et des aides financières qui facilitent l'accès au logement et donc à l'emploi.
> Construire et financer des logements sociaux et intermédiaires, prioritairement dans les zones tendues, en contribuant aux enjeux d'écohabitat, d'évolution de la société, et de mixité sociale.

LOUER | ACHETER | FAIRE DES TRAVAUX | BOUGER | SURMONTER DES DIFFICULTÉS

Des aides pendant la crise sanitaire

Pour les salariés du secteur privé, fragilisés par la crise sanitaire, Action Logement accorde 300 € d'aide préventive aux impayés de loyers ou dépenses de logement : loyer charges comprises ou mensualité du prêt immobilier, à raison de 150 € par mois sur deux mois maximum, accessibles sous conditions d'éligibilité et dans la limite des fonds disponibles.

Pour les salariés saisonniers du secteur agricole, Action logement accorde jusqu'à 600 € pour payer les frais d'hébergement : 150 € par mois, renouvelables trois fois maximum dans la limite de 600 € par ménage, accessibles sous conditions d'éligibilité et dans la limite des fonds disponibles.

Le service d'accompagnement social recherche des solutions afin de surmonter des difficultés dans le parcours logement. C'est un service dédié aux salariés du secteur privé confrontés à des difficultés personnelles et/ou professionnelles imprévisibles qui génèrent un déséquilibre financier et/ou viennent fragiliser le maintien dans leur logement ou empêchent l'accès à un logement.

Les salariés bénéficient d'un accompagnement personnalisé afin d'identifier et de rechercher des solutions adaptées. Cet accompagnement est gratuit et confidentiel.

Si vous êtes salarié d'une entreprise du secteur agricole, bénéficiez du service Agri-Cil-Pass assistance.

Quelles aides pour les locataires ?

L'aide Mobili-Pass®

Le financement de la mobilité professionnelle avec l'aide Mobili-Pass®, qui s'adresse aux salariés du secteur privé, facilite la mobilité professionnelle et rend possible une subvention et/ou un prêt à taux réduit. Ces aides peuvent être sollicitées dans les six mois suivant la date d'embauche, de mutation ou d'envoi en formation dans le cadre d'un plan de sauvegarde de l'emploi.

L'aide Mobili-Jeune®

L'aide Mobili-Jeune® est une subvention permettant de prendre en charge une partie du loyer (entre 10 € et 100 € maximum) chaque mois et pendant un an. Elle s'adresse aux jeunes de moins de 30 ans, en formation en alternance (sous contrat d'apprentissage ou de professionnalisation) au sein d'une entreprise du secteur privé non agricole.

La garantie Loca-Pass®

L'avance et la garantie Loca-Pass®, qui s'adressent aux salariés du secteur privé de moins de 30 ans, permettent de financer gratuitement le montant du dépôt de garantie demandé par le bailleur, dans la limite de 1 200 €.

La garantie Visale

Vous êtes propriétaire et vous souhaitez louer votre bien ? La garantie Visale est pour vous…

> Un gage de tranquillité

Visale s'adresse à tous les jeunes de moins de 30 ans, les salariés nouvellement embauchés ou en mobilité professionnelle. La garantie prend en charge tous les impayés de loyers, charges comprises, pendant toute la durée du bail et dans la limite de 36 mensualités, ainsi que les dégradations locatives.

> Une solution 100 % web et rapide

Vous obtenez votre contrat de cautionnement en quelques clics et effectuez toutes vos démarches depuis votre espace personnel. Dès qu'un impayé est déclaré, vous êtes réglé rapidement. Action Logement se charge ensuite de recouvrer la créance de votre locataire et d'engager, éventuellement, la résiliation du bail.

> Une efficacité démontrée

Visale, c'est trois ans d'expérience et déjà plus de 100 000 contrats signés grâce à la confiance des clients bailleurs. Visale, c'est une garantie certifiée par Action Logement, acteur engagé en faveur de l'accès et du maintien dans le logement des salariés, depuis plus de 60 ans.

Aide à la mobilité

Vous êtes salarié, ou titulaire d'une promesse d'embauche, dans le secteur privé, ou demandeur d'emploi, vous pouvez bénéficier d'une subvention de 1 000 € pour déménager près de votre lieu de travail ou de formation et louer votre nouvelle résidence principale et obtenir un coup de pouce pour déménager.

Un partenaire incontournable pour l'Agglomération du Choletais

Dans le cadre de sa politique locale de l'habitat, l'Agglomération du Choletais travaille avec l'ensemble des acteurs du logement. Et Action Logement fait partie de ses partenaires.

Tout d'abord, depuis 2018, Action Logement est l'un des partenaires importants du Programme Action Cœur de Ville de Cholet.

D'autre part, et sur tout le territoire de l'AdC, Action Logement propose un ensemble de subventions et de prêts aux salariés du privé pour réaliser leurs travaux, comme par exemple les travaux de rénovation énergétique, les travaux d'aménagement de salle de bain pour les séniors ou pour les personnes en perte d'autonomie.

Action Logement propose également aux étudiants et aux salariés du privé le dispositif Visale qui est une caution locative gratuite garantissant le paiement du loyer et des charges locatives à leur propriétaire en cas de défaillance de paiement.

Action Logement accompagne aussi les salariés du privé pour trouver un logement locatif public et privé.

C'est parce que tous les salariés du privé du Choletais peuvent bénéficier de ces nombreux avantages que l'AdC soutient et relaie les différents dispositifs d'Action Logement.

ActionLogement

Quelles aides pour les propriétaires ?

De nombreuses aides et conseils sont apportés aux propriétaires, qu'il s'agisse d'acheter un logement, d'y apporter des modifications ou de le rénover.

Prêt accession, jusqu'à 40 000 € de prêt à un très faible taux d'intérêt

Le prêt Action Logement s'adresse aux salariés du secteur privé souhaitant acquérir un logement neuf ou ancien (avec ou sans travaux), faire construire une maison individuelle, et toutes les opérations d'accession sociale. Il permet d'emprunter jusqu'à 40 000 € au taux nominal de 0,5 %.

Conseil en financement immobilier, vous aider à devenir propriétaire

Vous souhaitez obtenir un crédit immobilier à des conditions plus avantageuses ? La société filiale réalise gratuitement votre plan de financement et vous propose la solution de financement la plus adaptée à votre projet et à votre situation (apport, durée, taux, montant de prêt, etc.).

Le prêt agrandissement, jusqu'à 20 000 € d'emprunt à un très faible taux d'intérêt

Vous avez un projet d'extension ou de surélévation de maison et souhaitez obtenir un prêt pour réduire vos coûts ? Action Logement propose le prêt agrandissement, un prêt d'un montant maximal de 20 000 € à taux d'intérêt fixe de 0,5 %.

Aide à la rénovation énergétique, jusqu'à 20 000 € pour vos travaux de rénovation énergétique

Vous êtes propriétaire occupant votre logement, salarié(e) du secteur privé, vous souhaitez réaliser des travaux d'économie d'énergie dans votre logement ? Vous pouvez bénéficier d'une aide jusqu'à 20 000 € et un prêt complémentaire (si vous êtes propriétaire bailleur, l'aide s'élève à 15 000 €). Ce prêt concerne, en priorité, les travaux d'isolation thermique des murs, planchers ou combles. Si le diagnostic technique ne requiert pas de travaux d'isolation, l'aide doit financer au moins le remplacement du système de chauffage ou l'équipement de chauffage ou d'eau chaude sanitaire utilisant une source d'énergie renouvelable.

Aide à l'adaptation du logement au vieillissement, jusqu'à 5 000 € pour aménager votre salle de bains et vos sanitaires

Vous êtes salarié(e) ou retraité(e) du secteur privé et en perte d'autonomie ou une personne âgée de 70 ans et plus, retraitée du secteur privé et vous souhaitez adapter votre douche, votre lavabo et vos sanitaires pour vivre sereinement chez vous ? Vous pouvez prétendre à un prêt de 5 000 €.

Prêt travaux d'adaptation du logement au handicap

D'un montant de 10 000 €, il s'adresse aux salariés du secteur privé et permet de financer les travaux d'accessibilité de l'immeuble (construction d'une rampe d'accès, élargissement de places de stationnement, etc.), d'accessibilité et d'adaptation du logement (suppression de marches, élargissement de portes, etc.).

CIL-Pass assistance

Le service d'accompagnement social est un service gratuit dédié aux salariés du secteur privé ou demandeurs d'emploi depuis moins de 12 mois ayant des difficultés à accéder à un logement ou à se maintenir dans le leur. Il propose une assistance et des solutions adaptées.

Lys-Haut-Layon

Un registre pour sortir de l'isolement

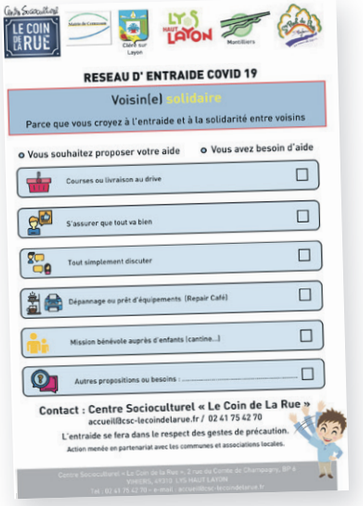
Dans les circonstances sanitaires liées à la Covid-19, la commune de Lys-Haut-Layon met en place un registre afin de pouvoir contacter et conseiller les personnes isolées en cas de situation exceptionnelle (épidémie, canicule, inondation...)
Les personnes fragiles et isolées, personnes âgées ou en situation de handicap, peuvent, à leur demande ou par requête d'un tiers, figurer sur ce registre. Ces informations permettront au Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de contacter et conseiller ces personnes en cas de situation exceptionnelle. Ce registre est confidentiel, déclaré à la CNIL, et ne pourra être consulté que par un nombre restreint de professionnels du CCAS soumis au secret professionnel.
Qui peut figurer sur ce registre ?
- Les personnes de plus de 65 ans, seules ou en couple, isolées
- Les personnes de 60 ans reconnues inaptes au travail
- Les adultes en situation de handicap

Inscriptions :

Solène Vielle
Tél. : 02 41 75 42 70
ccas@lyshautlayon.fr

Cernusson - Cléré-sur-Layon - Lys-Haut-Layon - Montilliers - Saint-Paul-du-Bois

Le réseau d'entraide Covid-19 a repris du service



Avec ce nouveau confinement, le centre socioculturel le Coin de la rue a remis en place son réseau d'entraide Covid-19, qui repose sur le principe du voisin solidaire. *« C'est un réseau qu'on relance*, confirme-t-on au Coin de la rue. *Nous avons recontacté toutes les personnes qui s'étaient manifestées durant le premier confinement, aussi bien les bénévoles que les personnes aidées. Cette fois, le contexte n'est pas tout à fait le même car certains bénévoles travaillent et ont moins de disponibilités. Les personnes qui en bénéficient sont surtout des personnes isolées qui, en ce moment, ont besoin qu'on aille chercher leur vaccin contre la grippe ou leur faire de petites courses. Ce service vient en parallèle au transport solidaire et au repair café. »*
Sur l'affichette présentant l'initiative, envoyée dans toutes les mairies concernées, on peut voir que les domaines d'entraide concernent les courses, donc, mais aussi, tout simplement, le fait de s'assurer que tout va bien ou discuter, s'occuper des enfants, assurer un dépannage ou prêter un équipement électrique, une dernière ligne restant ouverte à toute autre proposition. *« C'est vrai qu'en ce moment, une panne de télévision ou d'informatique peut s'avérer particulièrement problématique. »*
Les personnes intéressées pour être bénévoles ou bénéficiaires doivent s'adresser au centre socioculturel.

Infos :

Le Coin de la rue
2 rue du Comte de Champagny à Vihiers
Lys-Haut-Layon
Tél. ; 02 41 75 42 70
accueil@csc-lecoindelarue.fr

Cholet -

La Banque alimentaire maintient une collecte revisitée du vendredi 27 au dimanche 29 novembre

La crise actuelle pousse chacun à se réinventer. La Banque alimentaire n'y échappe pas. Chaque année, fin novembre, plus de 300 bénévoles s'activent habituellement à l'entrée des magasins pour la collecte nationale, qu'il a fallu repenser cette année, pour la sécurité des membres de l'association et des donateurs. Ainsi, ces vendredi 27, samedi 28 et dimanche 29 novembre, aucun sac ni tract ne sera distribué. Quelques cartons seront à disposition pour déposer des produits, mais les clients des supermarchés du Choletais et des Mauges sont surtout invités à faire un don en caisse, de 2, 5 ou 10 €. Sachant que 5 € permettent par exemple de donner trois repas aux bénéficiaires de plus en plus nombreux. *« Nous enregistrons une augmentation de 5 % des demandes dans notre secteur pour atteindre 2 250 colis mensuels. Nous sommes relativement privilégiés, car cela peut monter jusqu'à 25 % dans certaines régions de France, mais nos stocks ont par contre diminué plus qu'ailleurs, de l'ordre de moins 30 %, n'ayant pu réaliser la collecte départementale d'avril. Ils fondent à vue d'œil. Le mois d'octobre a été catastrophique. Nous avons servi 2 500 colis à 500 familles, un colis étant pour une personne, deux colis pour deux personnes, etc., soit une augmentation de 252 colis rien que ce mois-ci,* déplore Bernard Rezeau, président de l'antenne locale. *Nous ne pouvons donc pas nous priver de cette collecte dématérialisée, en espérant qu'elle porte ses fruits, avec des bénévoles quand même mobilisés pour informer et guider. Ensuite, nous aurons l'avantage de pouvoir étaler nos achats dans le temps et de n'acheter que ce dont nous avons vraiment besoin, les produits de première nécessité. Le tri sera aussi facilité et plus sécurisé pour nos bénévoles. Ce rendez-vous est vraiment crucial ».* Il rapporte d'ordinaire 28 tonnes de produits.

Infos :

BANQUES ALIMENTAIRES

Banque alimentaire
13 rue du Planty à Cholet
Tel : 06 70 51 06 90
ba.cholet@orange.fr
Pour faire un don :
monpaniersolidaire.org/cholet

Cholet - Téléthon : des animations annulées, l'appel aux dons maintenu

L'association Vive la vie – comité Téléthon de Cholet ne peut organiser les animations pour lesquelles elle s'investit chaque année, mais reste mobilisée.

Les bénévoles de l'association Vive la vie, le comité téléthon de Cholet, espèrent pouvoir, comme les années précédantes, distribuer des bons de deux euros dans certains supermarchés choletais. Après passage en caisse, ces deux euros sont reversés au téléthon.

En raison du contexte sanitaire, des mesures en vigueur et des nombreuses données encore inconnues à l'heure actuelle, l'association Vive la vie, pilotant le Téléthon à Cholet, a pris la dure décision d'annuler la quasi-totalité de ses animations. Il en est de même pour la plupart des organismes extérieurs partenaires (entreprises, associations…).
Ainsi, le traditionnel repas cabaret, la soirée chorale, les randonnées mais aussi le loto Michelin, la soirée multisports Grégoire, la soirée salsa organisée par Cholet Salseros et bien d'autres animations encore n'auront pas lieu cette année.
Vive la vie espérait pouvoir maintenir le village place Travot mais, en raison de l'évolution de l'épidémie et de l'incertitude quant à une poursuite du confinement début décembre, la décision d'annuler cet évènement a aussi été prise, ***« à contrecœur car c'est l'esprit du Téléthon et la visibilité sur le terrain »*** regrette Jean-Pierre Soury, coordinateur et président de l'association choletaise. D'autre part, le Téléthon ne peut pas se permettre d'être un vecteur du virus.
Le Téléthon, c'est deux jours de fête et de collecte de dons pour venir en aide aux malades et à leur famille, mais c'est aussi l'espoir de traitement et des avancées médicales.

Cette année, le comité ne pourra pas reverser les 47 044 € que les Choletais avaient généreusement donnés en 2019 puisque les animations de terrain ne se feront pas.
Le comité espère cependant maintenir la distribution des bons de 2 € dans certains supermarchés. Là encore, il espérait étendre l'opération, mais si celle-ci est effectivement menée à bien, ce sera sans doute dans un format réduit. Le comité travaille toujours sur la question.
Toutefois, les dons, quel que soit le montant, restent possibles. Vive la vie est habilitée à recevoir vos dons qu'elle transmettra intégralement à l'AFM-Téléthon. Un reçu fiscal sera également envoyé aux donateurs. Le marathon télévisé aura bien lieu les vendredi 4 et samedi 5 décembre. M. Pokora sera le parrain de cette édition si particulière dont le slogan est : La force de guérir #Tropfort.
Le comité lance un appel à la générosité des Choletais pour leur contribution à la recherche et à l'accompagnement des malades.

Infos :

http://cholet.blogs.afm-telethon.fr/
Facebook : Cholettelethon/

Pour faire un don :

Deux possibilités :
> envoyez un chèque à l'ordre de l'AFM-Téléthon à Alain Michel, trésorier de Vive la vie 24 rue Jean Jaurès 49300 Cholet
> ou sur la cagnotte en ligne officielle du Téléthon de Cholet : https://soutenir.afm-telethon.fr/telethoncholetais

AdC - Les aventures de Suzette

Suzette reçoit la visite de son amie Martine qui aide son père dépendant. Elle lui parle du confinement puis de la canicule, qui ont été difficiles à supporter pour son père. Sans parler du reconfinement… Martine a bien senti que la santé et l'autonomie de son père avaient encore baissé et qu'il demande de plus en plus d'attention et de présence. ***« J'aimerais parfois prendre du temps pour moi, mais comment ?*** s'interroge-t-elle. ***Je fatigue de plus en plus mais je ne sais pas vers qui me tourner. »***
Suzette la comprend mais elle ne vit pas la même situation que Martine. Elle l'invite à prendre contact avec les coordinatrices du Centre Local d'Information et de Coordination Instance Gérontologique de l'Agglomération du Choletais (CLIC IGÉAC) qui mettent notamment en place des formations à destination des aidants, dont certaines sont programmées prochainement à Cholet : « Être enfant et aidant : qui suis-je ? » les vendredis 4 et 18 décembre, et « Accompagner un proche atteint de la maladie de Parkinson » les mercredis 9 et 16 décembre. ***« Tu vas pouvoir discuter avec d'autres aidants***, l'informe-t-elle. ***N'hésite pas à demander aux coordinatrices du CLIC que ton papa bénéficie d'une compagnie pendant ton absence, qui pourra l'aider dans ses gestes, au besoin. »***

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 actuellement uniquement sur rendez-vous
> À Vihiers (2 rue du Comte de Champagny), uniquement sur rendez-vous
> Rendez-vous possible à domicile

Informations en date du 17 nov., susceptibles d'être modifiées en fonction du contexte sanitaire.

Calendrier de l'Avent : dernière ligne droite pour le fabriquer vous-même !

S'il est bien connu pour faire patienter les enfants à l'approche de Noël, cette année, il présente également l'avantage de constituer une activité de bricolage bienvenue à l'heure du confinement. Le 1er décembre arrivant à grands pas, voici une sélection d'idées faciles et rapides pour le réaliser soi-même.

Né en Allemagne au XIXe siècle, le calendrier de l'Avent est apparu pour faire patienter les enfants jusqu'à Noël. À l'époque, on offrait chaque matin une image pieuse. Cette tradition s'est rapidement répandue et les premiers calendriers ont été commercialisés avec 24 cases et, petit à petit, les chocolats sont arrivés pour remplacer les images.

Contenu personnalisé

Les enfants peuvent être associés à la fabrication du calendrier de l'Avent. Ils seront d'autant plus ravis d'ouvrir chaque case, chaque pochette ou cadeau. Ceci dit, n'oubliez pas de le remplir en cachette pour garder la part de mystère et de surprise qui rend cette tradition aussi unique !

Et si vous ne souhaitez pas offrir du chocolat ou des petits cadeaux tous les jours aux enfants, pourquoi ne pas y glisser des activités ? Voici quelques idées… et il y en a plus que 24 !

- décorer le sapin de Noël,
- installer la décoration dans la maison,
- lire un livre de Noël,
- préparer le repas préféré de l'enfant,
- écrire la lettre au Père Noël,
- confectionner des biscuits de Noël,
- prendre une photo de famille (la même pose chaque année),
- faire une soirée de jeux de société,
- donner un jouet à un enfant dans le besoin,
- faire une soirée autour du feu,
- fabriquer une maison en pain d'épices,
- lancer une chasse aux couleurs dans la maison,
- regarder un film ou un dessin animé de Noël en famille,
- préparer des gourmandises à offrir,
- écrire ou dessiner des cartes de Noël,
- choisir, ensemble, une nouvelle tradition familiale des fêtes,
- accorder un privilège à choisir par l'enfant,
- écouter et entonner des chants de Noël,
- offrir un bon pour un bain coloré ou moussant,
- dîner aux chandelles,
- réaliser une couronne de Noël,
- manger sur la table basse,
- faire le repas « à l'envers » en commençant par le dessert,
- faire une soirée crêpes,
- réaliser une fresque, un dessin collectif,
- offrir 30 minutes de jeu exclusif avec papa ou maman,
- construire une cabane dans la maison ou à l'extérieur,
- regarder des photos en famille,
- confectionner le gâteau préféré de l'enfant,
- faire une soirée massages,
- raconter son meilleur souvenir de Noël,
- fabriquer une pomme de pin-margarine pour nourrir les oiseaux,
- faire des chocolats maison,
- jouer à cache-cache,
- préparer la décoration de la table de Noël,
- etc.

Toute idée est bonne à prendre, l'essentiel est de faire plaisir.

D.R.

Et pourquoi pas un calendrier de l'Avent inversé ?

Vous pouvez aussi confectionner un calendrier de l'avent inversé avec la participation des enfants : l'idée est de mettre un article qui ne sert plus dans une boîte, chaque jour, et d'en faire don pour Noël ou début janvier.

Une belle façon de rendre l'entraide amusante et concrète en cette période de l'année et de faire participer toute la famille.

D.R.

Compte à rebours en chocolats

Pour les fans de chocolat, une évidence : le calendrier de l'Avent chocolaté. Sur des chocolats traditionnels, écrivez au chocolat les chiffres du mois. Attention, on a dit un par jour !

Martha Stewart

Une guirlande de chaussettes esseulées

Vous ne savez pas quoi faire des chaussettes qui ont perdu l'autre moitié de leur paire ? La guirlande de chaussettes est faite pour vous ! Pour la réaliser, il vous suffira d'accrocher vos petites chaussettes avec une petite pince à linge en bois et de les garnir de vos attentions. N'oubliez pas de coller un petit sticker chiffre et le tour est joué !

Atelier rue verte

Un arbre de l'Avent

Simple, très nature et facile à reproduire. Pour le réaliser, il faut quelques branches de noisetier auxquelles sont accrochés des sachets en papier kraft ou de votre composition, remplis de surprises et simplement décorés de pochoirs.

Zess

Un calendrier suspendu à une branche

Et si vous ne disposez que d'une branche, cette solution est à retenir : à l'aide de crochets, suspendez-la au mur. Un peu de ficelle, des paquets cadeaux numérotés et garnis de jolies surprises et, pour que l'effet soit total, glissez une petite guirlande lumineuse pour éclairer l'ensemble.

D.R.

Des étoiles dans un panier

Cette très belle idée est aussi simple que poétique… Les cadeaux se glissent dans des étoiles (ici, réalisées en papier kraft, mais tout papier coloré de récupération fera l'affaire) et les étoiles numérotées se posent dans un panier à salade vintage, ou toute autre boîte à trésor que vous aurez sous la main !

AdC - Les ludothécaires livrent leurs coups de cœur pour Noël

Si la période ne prête guère à sourire, jeux et jouets peuvent redonner du baume au cœur. Les ludothécaires choletais partagent leurs préférences du moment, pour quelques idées cadeaux de Noël, des tout-petits aux plus grands.

Le coup de cœur d'Orianne, ludothécaire et passionnée de jeux de construction

Bio Blo

Ce jeu de construction, fabriqué à partir de bois et de plastique recyclé, offre des heures de jeu aux enfants, dès 3 ans. Avec les briques très légères et colorées, petits et grands peuvent créer une multitude de réalisations éphémères.
Écologique, lavable et distrayant !

Le coup de cœur de Steeven, ludothécaire et jeune papa

Malle d'éveil

Les tout-petits peuvent s'éveiller avec cette malle remplie de jolis trésors colorés, en tissu doux et agréable : un livre sensoriel à toucher, une balle de préhension en forme de poussin, une marionnette à grelots, etc.

Le coup de cœur de Tiphaine, ludothécaire et tante d'une petite fille

Poussette et poupons

Grâce à son ergonomie, cette poussette 3 en 1, équipée d'un système de freinage, propose une alternative parfaite entre le trotteur et la poussette, pour s'initier à la marche. Aux couleurs neutres, le siège possède une double position et peut être retiré du socle pour en faire un cosy, qui sera idéalement utilisé pour les poupons Minikiss Animal. Vêtus de costume de lapin, renard ou cerf, ils sont souples et très légers, facilitant la préhension.

Le coup de cœur de Vanina, ludothécaire et maman aimant jouer en famille

Gloutons

À partir de 5 ans, 2 à 4 joueurs

Mêlant adresse, observation et rapidité, ce jeu se partage en famille, avec des petits comme des grands, grâce à des variantes qui le complexifient. L'objectif pour chaque glouton est de gagner un maximum de cartes objectifs, en attrapant au plus vite avec la pince les ficelles demandées, selon leur couleur et leur taille.

Le coup de cœur de Miklos, ludothécaire et fan de grands jeux

Grand Bois

À partir de 8 ans, 2 à 4 joueurs

Dans ce jeu de stratégie familial, chacun doit partir à la chasse aux châtaignes d'or, en faisant se promener le plus d'animaux possible de son clan. Avec les tuiles, qui doivent impérativement chevaucher une autre et agrandir la forêt, chaque joueur peut ruser pour placer ses animaux et faire disparaître ceux des adversaires.

Le coup de cœur de Mélodie, adepte des jeux d'ambiance

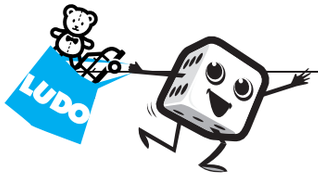
Top ten

À partir de 14 ans, de 4 à 9 joueurs

Dans ce jeu d'ambiance coopératif, chacun des joueurs doit répondre à une question drôle ou farfelue en fonction de son numéro, juste avec un mot, un bruit ou même un mime. Le Cap'ten est ensuite chargé de remettre les réponses dans le bon ordre selon le thème pour faire gagner son équipe.

Des jeux et jouets disponibles en retrait

En cette période de confinement, la ludothèque est fermée au public. Il n'est donc pas possible de jouer sur site. Néanmoins, la réservation de jeux et de jouets est possible en ligne, via le service commande et retrait : **e-changes.cholet.fr**. Les abonnés peuvent choisir leurs jeux et jouets favoris et les retirer auprès des ludothécaires.
Pour la bonne santé de tous, respectez les gestes barrières.



Infos :

Ludothèque - Arcades Rougé
30 rue Bretonnaise à Cholet
Tél. : 02 72 77 23 44
ludotheque@choletagglomeration.fr
e-changes.cholet.fr

Horaires d'ouverture :

Mardi, jeudi et vendredi, de 10 h à 12 h et de 14 h à 18 h
Mercredi et samedi, de 10 h à 18 h

La médiathèque pense à vous !

AdC- Les coups de cœur littéraires de la médiathèque

Pendant cette nouvelle période de confinement, l'équipe de la médiathèque Elie Chamard de Cholet propose de partager ses coups de cœur littéraires et, ainsi, d'offrir de passionnantes lectures et/ou d'agréables découvertes.

Ce qu'elles disent - Miriam Toews, chez Le Temps apprivoisé, 2019, 224 pages

Entre 2005 et 2009, des femmes de la colonie mennonite de Manitoba en Bolivie ont été battues et violées. Le roman évoque ce fait divers qui a secoué cette communauté de chrétiens baptistes isolée. En l'absence des hommes partis à la ville, huit femmes se réunissent en secret dans un grenier à foin. Analphabètes, elles changent leur destin avec l'aide de l'instituteur, qui écrit leurs récits.

L'avis de Chloé

Entre 2005 et 2009, des viols et autres violences à l'encontre des femmes ont eu lieu dans la communauté mennonite de Manitoba en Bolivie. La femme de lettres Miriam Toews décide de parler de cet événement en le romançant, elle a elle-même vécu dans une communauté de chrétiens baptistes. Ce roman est poignant et montre qu'ensemble des femmes peuvent faire preuve de courage pour dire « stop » au monde masculin qu'on leur impose.

Du côté ensoleillé de la rue - Dina Rubina, chez Macha, 2019, 446 pages

Katia, jeune femme ouzbek a une vie difficile faite de petits trafics ou de plans louches en tout genre. Elle se retrouve enceinte d'un petit truand qui ne veut qu'une chose qu'elle avorte, alors que l'avortement est interdit dans le pays. Plusieurs années plus tard, Vera est la fille de Katia, elle mène une vie de bohème avec un artiste peintre qui la pousse à peindre parce qu'elle a du talent, parce que la peinture est sa vie et qu'elle lui permet de s'ouvrir aux gens.

L'avis de Chloé

Dina Rubina nous conte ici l'histoire de deux femmes qui vivent, se résignent et se battent avec la vie. La femme de lettres nous donne à voir la vie des femmes en Ouzbékistan, un pays où il était illégal d'avorter et où il était fortement recommandé de se marier. Elle nous raconte la vie pauvre de ces gens, qui luttent sans relâche pour avoir un quignon de pain et la paix dans leur foyer. Elle veut nous montrer des femmes battantes qui ne veulent pas se laisser aller à une vie où un homme leur dirait quoi faire.
Un roman dense et intéressant qui nous donne à voir des figures féminines fortes.

Le palais des orties - Marie Nimier, chez Gallimard, 2020, 254 pages

Quelque part en France, une campagne modeste, une ferme où tout serait à reconstruire, entourée de champs d'orties. Nora et Simon vivent là avec leurs deux enfants. Ils gagnent leur vie avec une plante que tout le monde arrache. Loin des exploitations à grande échelle, loin de l'agriculture bio et raisonnée. C'est la débrouille. Et puis, un jour, arrive une jeune fille avec son sac à dos. Frederica. Fred fait du woofing. Contre le gîte et le couvert, elle offre ses bras.

L'avis de Céline T.

Un roman autour d'une passion naissante entre deux femmes que presque tout oppose. Nora, mère de deux enfants, travaille d'arrache-pied avec son mari Simon, dans la culture de l'ortie. Frederica, jeune femme délurée, vient leur prêter main forte dans le cadre du programme WWOOF. Le woofing consistant à donner de son temps pour aider les exploitants de fermes biologiques en échange du gîte et du couvert. On suit le point de vue de Nora dans ce récit. J'ai beaucoup aimé la description de son trouble et de ses émotions face à cette situation totalement inédite et imprévue ! On se plaît également à découvrir la culture de l'ortie, dans cette campagne perdue quelque part en France. Car c'est également un témoignage sur un choix de vie : loin des exploitations à grande échelle, Nora et Simon sont engagés dans une démarche écologique et durable, avec les difficultés que cela implique, mais sans jamais tomber dans le cliché.

Sleeping beauties - Stephen et Owen King, chez Albin Michel, 2018, 827 pages

Dans le Comté de Dooling, une étrange épidémie qui touche le monde entier, commence à se répandre parmi les femmes et les fillettes. La prison pour femmes du Comté est également touchée. Les femmes se recouvrent d'un étrange voile blanc dès lors qu'elles s'endorment. Et malheur à celui qui tenterait d'enlever ce voile, la malade se réveille alors, prise d'un accès de violence incontrôlable. Les hommes commencent à perdre les pédales, inquiets pour leurs épouses et pour leurs filles. Seule une femme, Evie, semble immunisée. Est-elle la solution ? Le remède ?

L'avis de Héléna

Sleeping Beauties est un roman « plutôt épais » de Stephen King, coécrit avec un de ses fils, Owen King. Il s'agit là d'un roman fantastique comme l'auteur en a le secret et dans le style qu'on lui a toujours connu :
- une multitude de personnages (71 exactement, eh oui, je les ai listés pour me repérer) ; des personnages variés aux caractères approfondis, des personnages ambigus, dérangeants, attachants et fantastiques évidemment… ;
- un récit mené tambour battant dès que l'histoire est posée (décor, personnages et contexte) ; pas trop de longues et fastidieuses descriptions mais toujours très minutieuses et précises ne laissant aucune zone d'ombre que ce soit au décor comme aux protagonistes ;
- un sujet intriguant ; une femme mystérieuse mise en prison après avoir agressé très violemment deux hommes dans une caravane ; un cocon qui enveloppe chaque femme qui s'endort, cocon semblable à celui qu'une araignée tisse pour emprisonner les victimes prises dans sa toile ;
- le truc en plus ; sous le couvert de cette étrange histoire, les deux auteurs s'interrogent sur le rôle des femmes dans la société mais surtout sur leur devenir dans le monde impitoyable des hommes ; que serait un monde sans femmes et un monde sans hommes ?
Bref, ce long roman de Stephen King mérite lecture pour les fans du maître US. On retrouve tous les éléments qu'on aime : une écriture directe et efficace, des personnages terriblement humains et des moments de violence sanglante.

e-changes LE RÉSEAU CONNECTÉ DES BIBLIOTHÈQUES DU CHOLETAIS

Infos :
www.e-changes.cholet.fr/blog/

Le Conservatoire pense à vous !

En cette période de confinement, le Conservatoire reste mobilisé auprès de ses élèves et assure la continuité de ses cours, à distance. En revanche, tous les événements culturels – concerts, spectacles, conférences, etc. – sont, comme partout ailleurs, annulés. Pour continuer à nourrir votre curiosité, Vincent Jaspard, professeur de théâtre, livre des paroles d'artistes sur leur désir de faire du théâtre. Emmanuelle Vakaryn, professeure de danse de caractère, livre un nouveau volet de l'histoire de la danse avec la danse baroque. Enfin, Sébastien Rabiller, professseur de culture musicale au Conservatoire retrace la grande épopée de l'histoire de la musique avec au programme de cette semaine, la Renaissance. Voici les nouveaux « épisodes », à découvrir dans cette édition.

Le désir de faire du théâtre : paroles d'artistes

> Sur le rapport initial au théâtre

Denis Podalydès, comédien, sociétaire à la Comédie Française : *« Cela a dû commencer très jeune avec mon frère aîné : on faisait des petits jeux théâtreux avec des marionnettes, on collait deux lits l'un contre l'autre pour monter dessus et créer des sketches pour les parents ou les petits frères. Puis à l'école, j'ai pris très rapidement goût à la récitation. J'adorais apprendre des textes par cœur. Cela compensait aussi une timidité très vive et qui m'embarrassait beaucoup, mais quand je récitais quelque chose, je n'avais plus la même voix et je sentais le regard changer, donc j'étais très valorisé par cela. »*

> Le journal *Théâtres* a interrogé des artistes de tous les horizons sur leur rapport personnel au théâtre.

Pourquoi faites-vous du théâtre ?

Léonore Confino, autrice, comédienne : « *Pour que les problèmes fassent semblant d'avoir un début et une fin.* »

Jeanne Candel, comédienne, metteuse en scène : « *Pour intensifier le sentiment de la vie et pour rire aussi avec d'autres.* »

François Morel, comédien, auteur : *« Pour apprivoiser ma peur, pour partager des émotions, pour me rendre meilleur, pour me lancer des défis, pour me rassurer, pour faire des connaissances, pour être quelqu'un d'autre, pour me sentir vivant, pour rire, pour pleurer, je fais du théâtre. »*

Christophe Rauck, metteur en scène, comédien : *« Si au commencement était le verbe, alors il est aussi important de parler que de manger, de dire que de boire, de construire des récits que de construire des pays. »*

Jean-Luc Moreau, comédien, metteur en scène : *« Je fais du théâtre parce que lorsque je meurs sur scène… Je me relève pour saluer le public ! »*

Jean-Michel Ribes, metteur en scène, auteur : *« Pour tenter de créer une issue de secours à la réalité »*

> Jouer au théâtre et jouer au cinéma :

Fabrice Luchini, acteur : *« Au théâtre, ce qui développe l'apprentissage, c'est l'élargissement du sentiment : il y a beaucoup moins de possibilités de cet ordre au cinéma, à cause du morcellement de la partition… le privilège du théâtre, c'est que les acteurs ont un mois pour ne faire que chercher, en ne fixant pas encore leur jeu : c'est une période merveilleuse de travail, de répétition. Ensuite commence le travail subtil. Ce qui n'est pas le cas au cinéma où le maximum de jouissance, c'est quand on a un plan-séquence de quatre minutes : alors on jouit parce qu'on répond à l'autre. Le métier d'acteur de théâtre a les mêmes vertus que le sport : respiration, fatigue, contrôle, conscience et économie du parcours… Au cinéma, ce sont des thèses absolument différentes : tu reviens, abandonnant tous ces efforts - je dirais musculaires - à la vérité de ta nature. »*

Léonore Confino

François Morel

Fabrice Luchini

Jeanne Candel

> L'art de l'acteur :

Louis Jouvet, acteur, metteur en scène, chef de troupe, professeur au conservatoire : *« L'art de l'acteur, c'est « Écoute et réponds » : Quand tu sauras faire ça, tu pourras être un acteur ».*

La danse baroque ou « belle danse »

C'est aux XVII[e] et XVIII[e] siècles que naît la belle danse. Elle est dansée par la cour du roi essentiellement, accompagnée par le maître à danser (professeur de danse) et son violon.

Louis XIV, très grand danseur, aime se mettre en scène et va utiliser la danse pour montrer au monde politique sa grandeur… Il va jouer un rôle essentiel dans la mise en valeur de la danse en créant l'Académie royale de la danse en 1661, aujourd'hui l'Opéra de Paris !

Il va s'entourer des meilleurs (Jean-Baptiste Lully, compositeur, Molière, librettiste et Raoul-Auger Feuillet pour la chorégraphie).

Il demande à Feuillet d'écrire le premier manuel autour de la danse, celui-ci publie en 1700 ***Chorégraphie ou l'art de décrire la danse par caractères, figures et signes démonstratifs***, où déjà plus de 500 pas et figures vont être répertoriés.

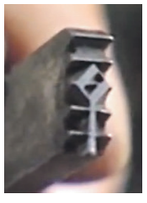
Parmi les danses baroques, on trouve : le menuet, la Sarabande, la Pavane, la Gavotte.

Louis XIV

Les petites histoires... de la grande Histoire de la musique : la Renaissance

Une histoire à lire et à écouter...

Il fixe l'objet. Son regard semble tantôt attentif à ce qu'il voit, tantôt plongé dans les pensées du projet dont il vient d'avoir la révélation. Doucement, ses doigts glissent sur le papier et tournent les pages de l'ouvrage. Facilité de lecture, écriture nette et correcte, sans faute, lisible sans lunettes… grâce à ce livre, son projet semble évident. Il sait que depuis environ 50 ans, les ouvrages imprimés commencent à se propager dans toute l'Europe et contribuent à diffuser plus largement (et plus rapidement) le savoir et les connaissances. En séjour chez Guidobaldo 1er, duc d'Urbino, Ottavio Petrucci découvre ces imprimés venus d'Allemagne et projette de partir pour Venise afin d'y ouvrir son atelier d'imprimerie, à l'image de ceux qui florissent dans les grands centres intellectuels européens. Le sien, cependant, sera particulier et d'un genre nouveau : ce qu'il souhaite, c'est adapter la technique du caractère mobile qui a permis à Gutenberg d'éditer à plusieurs centaines d'exemplaires sa fameuse bible à 42 lignes. Mais nul écrit religieux, feuillet politique ou autre poème sortiront de ses presses. Lui, il éditera de la musique.



Caractères mobiles d'imprimerie littéraire (ci-dessus) et fragment de portée et de note de musique.

En 1501 paraît ainsi le premier recueil de musique imprimée ***Harmonice musicae odhecaton***, comprenant des chansons françaises à trois ou quatre voix. À l'image de Gutenberg qui, en imprimant la Bible, était sûr de la rentabilité de l'entreprise, Petrucci sait que le répertoire polyphonique français constitue une manne intéressante pour sa « start-up ». Car en ce début du XVIe siècle, les hommes ont bien pris conscience de la formidable révolution culturelle qui est à l'œuvre en Europe depuis une centaine d'années. Ils ont soif de connaissance et de culture auparavant réservées aux princes et aux ecclésiastes. Maintenant tout cela devient accessible à (presque) tous.

Baptisée « Rinascità » par les humanistes italiens du Quattrocento, cette nouvelle ère se caractérise dès ces premières manifestations par une rupture avec les derniers siècles passés et la (re)découverte des connaissances et des arts de l'Antiquité. En musique, les polyphonies profanes de la fin du Moyen Âge (période appelée Ars Subtilior) étaient quant à elles parvenues à un tel degré de complexité que seuls quelques érudits étaient à même d'en apprécier les subtilités ***(écoute 1)***.

« Succès » de l'époque

En rupture avec le passé, les polyphonistes de la Renaissance recherchent donc l'équilibre entre les voix, au service du texte poétique qui doit rester intelligible. La musique se met alors au service du texte comme dans la chanson polyphonique ***Mille Regretz*** dont le poète, probablement belge, reste inconnu. Ce poème connut un grand succès car de nombreux compositeurs l'ont mis en musique. Parmi toutes ces versions, celle de Josquin Desprez (ou Des Pres ou Des Prez…) est sans nul doute la plus célèbre ***(écoute 2)***.

Josquin Desprez (~1440 - ~1521)

Josquin Desprez, surnommé « Prince de la musique » par ses contemporains, a été l'un des compositeurs les plus influents de la Renaissance. Probablement originaire de Saint-Quentin (dans l'Aisne), sa carrière est exemplaire. On le retrouve de l'Italie aux Pays-Bas, que ce soit au service du pape, de Louis XII et d'autres princes ou grands de ce monde. Son génie et sa science de la composition s'illustrent dans tous les genres, religieux (messes, motets) ou profanes (chanson polyphonique). Sa réputation est telle qu'on entend dire de lui : ***« Les musiciens font ce qu'ils peuvent des notes, Josquin en fait ce qu'il veut ! »***

Pas étonnant qu'Ottavio Petrucci lui ait dédié nombre de pages dans ses éditions, contribuant ainsi à la renommée de l'artiste dans toute l'Europe et en un temps record (chose inimaginable auparavant quand les ouvrages étaient recopiés à la main).

Les instruments de la Renaissance.

Dans la première moitié de la Renaissance, le grand genre polyphonique s'installe, mais il est difficile d'entendre la différence entre une chanson polyphonique profane ou une œuvre religieuse, si ce n'est au niveau de la langue, vernaculaire pour la première et en latin pour la seconde. En effet, les techniques d'écriture et les combinaisons vocales sont communes aux deux genres. Si pendant le Moyen Âge, le répertoire vocal avait la primauté pour les innovations stylistiques, c'est du répertoire profane que viendront les principales innovations musicales de la Renaissance et parmi elles, le développement d'un répertoire musical dédié aux instruments (quasiment « interdits » dans le répertoire religieux jusqu'au XVIIe siècle.).

Vocal et instrumental

Revenons à ***Mille regretz*** de Josquin… pour évaluer le succès d'une œuvre, les musicologues font un peu comme à notre époque à savoir, dénombrer les « reprises » qui en sont réalisées par d'autres artistes. Et pour ***Mille regretz*** elles sont nombreuses et usent de toutes les instrumentations possibles : voix et luth ***(écoute 3)***, viole de gambe et luth ***(écoute 4)***, cornet à bouquin et orgue ***(écoute 5)***, etc. Il serait fastidieux d'énumérer toutes ces versions et leurs variantes (car à l'époque rien n'est figé et tout peut s'adapter). Peu à peu c'est tout le répertoire vocal que s'approprient les familles d'instruments afin de se constituer à leur tour un répertoire spécifique. Car la deuxième moitié de la Renaissance verra le développement du genre instrumental qui s'émancipera progressivement du répertoire vocal, prédominant depuis le Moyen Âge.

Violes, flûtes à bec, hautbois et dulcianes, sacqueboute, toutes ces familles donnent une idée de la richesse des timbres instrumentaux de l'époque ***(écoute 6)***. Progressivement, tous ces instruments se voient dédiés des recueils entiers de musique imprimée, notamment des recueils de danses et de musiques de divertissements dont raffolent les courtisans de la cour ***(écoute 7)***. Avec les idées humanistes et les possibilités de l'imprimerie, apparaissent aussi les premières méthodes pour apprendre l'art de « toucher » les instruments.

Si la frontière entre les deux mondes, vocal et instrumental, se dessine doucement, ils cohabitent néanmoins constamment et se complètent grâce à l'émergence de nouveaux genres qui délaissent peu à peu le grand genre polyphonique du XVe siècle. Ainsi, le madrigal (en Italie) et l'air de cour (en France) illustrent et expriment musicalement les passions humaines, des plus nobles aux plus friponnes ***(écoute 8)***.

À l'aube du XVIIe siècle, la polyphonie à trois ou quatre voix du siècle précédent, n'est plus à même de servir le texte poétique pour en illustrer musicalement le sens expressif. Et c'est la savante alchimie entre voix et instrument qui va progressivement donner naissance au genre majeur de l'époque baroque, l'Opéra… mais ça, c'est une autre histoire.

Lecture guidée :

Tapez sur youtube les recherches suivantes :
> écoute 1 : ***Baude Cordier Tout par compas***
> écoute 2 : ***Mille regretz Hilliard***
> écoute 3 : ***Mille regretz Josquin Narvaez***
> écoute 4 : ***Mille regretz lute viols***
> écoute 5 : ***Mille regretz cornetto***
> écoute 6 : renaissance instruments
> écoute 7 : ***Banquet du roy***
> écoute 8 : ***Pierre Guedron En ce bois si beau***

Le Service des Sports pense à vous !

Mathieu Benjamin Sylvie Éric Emmanuel Isabelle

Alors que le confinement empêche enfants et adultes de pratiquer leur activité sportive habituelle, toute l'équipe du service des Sports de la Ville de Cholet se mobilise pour vous proposer des exercices ludiques pour bouger à la maison. Chaque semaine, jusqu'à ce que la pratique des activités soit à nouveau possible, retrouvez un programme à suivre en famille. Dans ce numéro, les éducateurs sportifs vous invitent à vous échauffer dans les règles de l'art et à vous amuser avec une séance de cirque. Alors, on chausse ses baskets, on pousse un peu les meubles, et c'est parti !

L'échauffement

Pourquoi ?
L'échauffement fait partie intégrante de la vie du sportif. Comme son nom l'indique, l'échauffement a pour but d'augmenter la température corporelle. C'est un élément indispensable lors d'une séance de sport pour :
- limiter le risque de blessures,
- améliorer l'efficacité des mouvements,
- se préparer mentalement à l'effort (augmentation de la concentration, augmentation de la motivation, etc.).

Comment ?
Un échauffement bien réalisé doit être progressif, structuré et adapté en fonction de l'objectif ou de la discipline pratiquée. Il doit se composer d'une phase générale et d'une phase spécifique. La durée d'un échauffement varie en fonction du type d'effort qui va suivre (intensité), de la durée de la séance et de la forme du pratiquant. Plus l'effort à produire sera violent (haute intensité), plus l'échauffement doit être complet.

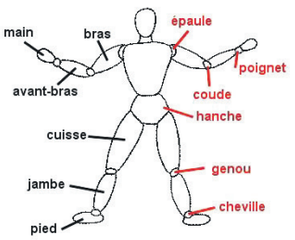
D.R.

Il n'existe pas d'échauffement universel parfait car celui-ci dépend de nombreux facteurs, mais le respect d'un certain nombre de règles de base permet de diminuer les risques lors de la pratique d'une activité sportive. Il est d'ailleurs important et vivement conseillé de varier son échauffement pour éviter la routine.
Voici quelques indications et les étapes à prendre en compte dans l'élaboration d'un échauffement simple à la maison.

> Échauffement ostéo-articulaire :

Mobilisation articulaire : effectuer des mouvements lents en faisant attention à son placement. Les mouvements ne doivent pas engendrer de douleur.

Il faut mobiliser chaque articulation pendant environ 10 secondes en variant les mouvements et le sens de rotation.



> Échauffement cardiovasculaire :

Durée : 3 à 5 minutes sans s'arrêter : footing, corde à sauter, tapis de course, rameur, vélo d'appartement, etc.

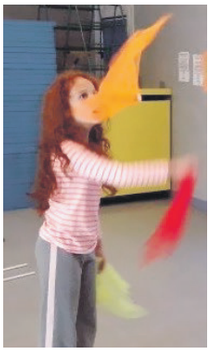
D.R.

Allez hop hop hop, c'est parti !

D.R.

C'est le cirque à la maison

Je prends les foulards de maman



Je lance mon foulard vers le ciel et…

je le regarde se poser sur le sol comme une plume,

je le regarde descendre et je le rattrape avant qu'il ne touche le sol,

je le laisse redescendre et je le rattrape avec ma main quand il arrive devant mon ventre,

je le rattrape avec mon pied, mon dos, mon coude, ma tête…

Je peux aussi prendre plusieurs foulards.

Je peux les lancer à quelqu'un.

Je fabrique mes balles de jonglage

Je prends une paire de chaussettes hautes et je les roule en boule l'une dans l'autre.

Je lance la balle vers le ciel et je la rattrape
- avec mes mains,
- dans mon tee-shirt,
- avec un chapeau ou ma casquette.

Je pose la balle en équilibre :
- sur ma tête,
- sur le dessus de mon pied,
- sur mon poing fermé.

Je peux aussi :
- poser la balle sur mon poing fermé, la lancer vers le ciel et la rattraper,
- poser la balle sur ma tête, la pencher et la rattraper dans ma casquette,
- trouver de nombreuses autres idées !

Je fais mon spectacle !

Pour ton numéro, enchaîne plusieurs mouvements avec un fond musical.

Cérémonie du 11 novembre

Mercredi 11 novembre - Cholet

En hommage aux Morts pour la France, le président du Souvenir Français François-Michel Soulard, le maire de Cholet et président de l'Agglomération du Choletais Gilles Bourdouleix, le sous-préfet de l'arrondissement de Cholet Mohamed Saadallah, le commissaire Thierry Beausse et le lieutenant-colonel Denis Caillaud, délégué militaire départemental adjoint, se recueillent devant le Monument aux Morts, place du 77e Régiment d'Infanterie.

Cérémonie du 11 novembre

Mercredi 11 novembre - Le Puy-Saint-Bonnet

La traditionnelle cérémonie commémorative de l'Armistice de la Première Guerre mondiale s'est aussi déroulée au Puy-Saint-Bonnet, en présence de Florence Jauneault, maire de la commune déléguée et de Jean-Paul Brégeon, 1er adjoint au maire de Cholet en charge des Associations Patriotiques, sous la conduite du maître de cérémonie, Jean-Luc Devillers.

L'Espace culturel André Guiblet ouvre bientôt

Vendredi 13 novembre - Vihiers-Lys-Haut-Layon

L'Espace culturel André Guiblet abritera prochainement la bibliothèque et l'école de musique de Lys-Haut-Layon. Les travaux doivent se terminer le 18 décembre. L'école de musique y emménagera entre Noël et le Nouvel an, puis, la bibliothèque suivra dès les premières semaines de l'année 2021.

Photographions local !

Agglomération du Choletais

Pixabay

Photographes amateurs, clubs photos, photographes professionnels, *Synergences hebdo* vous ouvre cette page Panorama pour partager vos images de paysages d'automne, de lieux insolites, d'éléments du patrimoine, de trésors architecturaux, etc. C'est le moment de mettre votre lieu de résidence en valeur !
Pour ce faire, adressez vos photos et descriptions à : schiron@choletagglomeration.fr