

LOISIRS VERANDA
VERANDAS ■ STORES ■ VOILETS ■ FENÊTRES

Crédit d'impôt 30% - Éco-prêt à taux zéro
Renseignez-vous dès aujourd'hui!

BÉNÉFICIEZ DE CONSEILS PERSONNALISÉS

Prenez le soleil avant les autres

Migné-Auxances - 05 49 51 67 87 - www.loisirs-veranda.fr

Une réalisation Veranda-Profils Système Photographie Sophie LLOYD

▶ Hebdomadaire gratuit d'information de proximité ▶ du mercredi 1^{er} au mardi 7 juin 2016

Société ▶ P. 3

Ces réseaux qui crèvent l'écran



MUSIQUE P.6

Le retour en grâce du vinyle



ENVIRONNEMENT P.9

Ils visent le zéro déchet

DOSSIER P.11-13

Du bien-être avant l'été

PORTRAIT P.23

Vincent Royet, l'Euro au micro



7apoitiers.fr ▶ N°312

Photo : DR - Mickaël Planès

INTERSPORT LE SPORT COMMENCE ICI

À PARTIR DU 25 MAI
L'ÉTÉ VOUS ALLEZ ADORER !

39.99 € **24.99 €** **-37%**

JACK & JONES

TOILE HOMME - JACK & JONES Tige et doublure textile - Semelle intérieure textile - Semelle élastomère
Du 40 au 45 - Coloris gris : réf. 1215638, bleu : réf. 1215628, blanc : réf. 1215629, noir : réf. 1215639

Chasseneuil - Poitiers sud - Châtellerault PARTENAIRE DES MARQUES

BUSINESS DATING

Crédit Agricole

Concours créateur/repreneur d'entreprise

Concours créateur/repreneur d'entreprise

Le Crédit Agricole de la Touraine et du Poitou organise avec ses partenaires une nouvelle édition du Concours Business Dating Crédit Agricole / Concours créateur et repreneur d'entreprise



1- Fort de son succès depuis son lancement en 2012

Le Crédit Agricole de la Touraine et du Poitou conforte à nouveau son engagement auprès des professionnels sur son territoire en lançant avec ses partenaires la 5^{ème} édition du concours Business Dating Crédit Agricole en Vienne et la 4^{ème} édition en Indre-et-Loire. Banque incontournable des professionnels, le Crédit Agricole de la Touraine et du Poitou affirme son implication dans l'économie locale, en donnant un «coup de pouce» aux créateurs et repreneurs d'entreprise dans le commerce et l'artisanat de la Vienne et de l'Indre-et-Loire que ce soit en micro-crédit ou en financement traditionnel.

Le principe est simple : 7 minutes pour convaincre le jury final...

Le Crédit Agricole se veut innovant dans sa démarche en permettant à des porteurs de projet de défendre pendant 7 minutes leur dossier devant un jury final composé de représentants des partenaires influents sur le secteur de l'économie locale.



2. Sélection :

- Les inscriptions auront lieu du 24 mai 2016 au 02 août 2016 sur le site du Crédit Agricole : ca-tourainepoitou.fr/businessdatingcreditagricole. La date limite de retour des dossiers est fixée le 1^{er} septembre.
- Une pré-sélection des dossiers sera effectuée en Vienne et en Indre et Loire.
- Les candidats présélectionnés viendront présenter leur dossier à l'oral en demi-finale organisée entre le 13 et le 30 septembre 2016.
- A la fin de de cette sélection 16 finalistes seront retenus pour participer à la finale de leur département.

3. Grandes finales :

- Le 3 novembre 2016 les 16 candidats de la Vienne sélectionnés viendront défendre leur dossier lors de la grande finale à Poitiers.
- Le 4 novembre 2016 les 16 candidats de l'Indre-et-Loire sélectionnés viendront défendre leur projet lors de la grande finale à Tours.
- A l'issue de chaque finale, 4 gagnants seront récompensés 2 pour l'artisanat, 2 pour le commerce, et cela aux travers de 2 catégories : une en microcrédit et une en crédit.
- 2 « prix du public » et 8 « prix d'excellence » seront également décernés.
- Pas de perdants sur ce concours, chacun des 16 finalistes repartira avec un cadeau.

Depuis la 1^{ère} édition de nombreux secteurs d'activités ont été récompensés :

Entreprise de conseils en développement, boutique de création de bijoux et d'accessoires de mode, atelier de conservation et de restauration d'arts graphiques, cabinet d'expertise pour la prévention et la valorisation des déchets, Pizzeria, activité touristique avec l'organisation de balades « hors des sentiers battus », et du télé secrétariat.

Le Crédit Agricole sur le marché des professionnels (1) c'est :

- 136 agences
- 4 agences entreprises
- 2 agences dédiées aux professionnels
- 64 caisses locales
- Plus de de 527 000 clients

Une équipe dédiée aux professionnels (2) :

- 71 chargés de clientèles professionnelles et 8 responsables de marchés spécialisés : interlocuteurs privilégiés pour financer un investissement en crédit classique ou crédit-bail, préparer l'installation et la transmission, réaliser un bilan patrimonial.
- 16 conseillers spécialement formés pour répondre aux attentes des professionnels en matière d'assurances de biens et de personnes.

Pour plus de renseignements contactez l'agence du Crédit Agricole la plus proche de votre domicile ou de votre projet.

Tél : 098 098 89 89 (3)



réseaux sociaux ▶ Arnault Varanne - avaranne@np-i.fr

Le nouvel avatar de la vidéo live

Besoin de reconnaissance

C'est le nouveau refuge de nos vies, une caverne intime exposée paradoxalement au regard de tous les internautes. Plus de vingt-cinq millions de Français s'affichent au quotidien sur les réseaux sociaux, en toute conscience. L'image y supplante de plus en plus l'écrit, la vidéo « chaude » s'y taille la part du lion... et les émoticônes servent de baromètre de popularité. Ainsi vont les relations humaines au XXI^e siècle. A l'intérieur des familles, on s'envoie des SMS et on communique par Facebook. Entre ami(e)s, on s'amuse à mélanger ses visages sur Snapchat. La liste des passe-temps numériques serait ici trop longue à établir. Au-delà des pratiques, des questions philosophiques affluent. La frontière entre vies privée et publique a-t-elle définitivement disparu ? La convivialité s'accommode-t-elle désormais d'un smartphone ? Le besoin de reconnaissance passe-t-il par son propre succès numérique ?... Les dérives récentes liées à Periscope donnent à réfléchir sur notre niveau de conscience collective. Être ou ne pas être connecté, vaste débat de société.

Arnault Varanne

Les applis Periscope et Facebook Live connaissent un succès croissant auprès du grand public, notamment des ados. Suicide en direct, agression gratuite... Ce nouveau mode d'expression sans filtre interroge, y compris les sociologues.

Elle avait 19 ans, s'appelait Océane et a mis en scène sa propre disparition sur Periscope, le 10 mai dernier. La mort en direct. Macabre publicité pour une appli de vidéo live, dont le nombre d'utilisateurs ne cesse de croître dans l'Hexagone. Ils seraient plus de dix millions. Passe encore la sortie du footballeur parisien Serge Aurier sur son entraîneur et ses coéquipiers, au début du printemps. Avec le sui-

cide de l'ado dans l'Essonne, on a franchi un palier dans l'horreur et d'autres dérives -lynchage diffusé sur Snapchat, détenus filmant leur quotidien...- ne laissent pas d'inquiéter.

« Des dérives, il y en a toujours eu, avec tous les outils, tempère Marion Haza, psychologue clinicienne, docteur en psychopathologie clinique et intervenante à l'université de Poitiers. *Simple- ment, aujourd'hui, l'image a pris une telle place dans nos sociétés qu'elle permet de dire quelque chose de soi, qu'on exprimait avant par l'écrit. On est de plus en plus dans le registre de l'extimité* (notion développée par le psychanalyste Serge Tisseron, Ndlr), avec une exposition aux autres et une attente d'interaction. » Rien n'aurait donc vraiment changé depuis l'émergence de l'happy slapping, apparu il y a une dizaine d'années. Seuls les

canaux de diffusion et l'instan- tanéité modifient l'approche du phénomène. Alors, faut-il vraiment s'émoouvoir ?

« ON VIT, ON AIME, ON MEURT... »

« On vit, on aime et on meurt aujourd'hui avec les réseaux sociaux numériques », fait remarquer Laurence Allard, maître de conférences en sciences de la communication et chercheuse à l'université de Paris 3. *Il y a de plus en plus d'usages télé-spectatoriels sur Internet. On regarde le web comme on regardait la télévision hier.* » Et on observe surtout ses contemporains dans l'ordinaire de leur quotidien. « Les ados, notamment, font de leur vie banale des œuvres d'art. Regardez le nombre de vidéos tournées dans les salles de cours... », appuie la spécialiste. De nouvelles normes de

communication seraient ainsi à l'œuvre, sans que l'on sache vraiment si elles fluidifient les relations ou éloignent les individus.

« Tôt ou tard, la vidéo live se banalisera, comme les selfies avant elle », estime Camille Alloing. L'enseignant-chercheur à l'icomtec de Poitiers observe d'ailleurs la transformation des réseaux avec un certain amusement. Il faut dire que de rachat -Periscope appartient à Twitter- en ajout de fonctionnalités nouvelles, les plateformes rivalisent d'imagination pour capter une audience maximale. « Et à ce jeu-là, Facebook a une longueur d'avance », remarque Camille Alloing. *30% des Américains déclarent ne s'informer que par ce réseau.* » Qu'à cela ne tienne, Facebook and co font désormais partie intégrante de nos vies et même au-delà...

Réseaux sociaux et vidéo, le nouveau miroir de l'âme ?

7 à poitiers @7apoitiers
www.7apoitiers.fr

Éditeur : Net & Presse-i

Siège social : 10, Boulevard Pierre et Marie Curie
Bâtiment Optima 2 - BP 30214
86963 Futuroscope - Chasseneuil

Rédaction :
Tél. 05 49 49 47 31 - Fax : 05 49 49 83 95
www.7apoitiers.fr - redaction@7apoitiers.fr

Régie publicitaire :
Tél. 05 49 49 83 98 - Fax : 05 49 49 83 95
Fondateur : Laurent Brunet

Directeur de la publication : Laurent Brunet
Rédacteur en chef : Arnault Varanne
Secrétariat de rédaction/Graphisme : Pauline Chasselaine
Impression : IPS (Pacy-sur-Eure)
N° ISSN : 2105-1518
Dépôt légal à parution
Tous droits de reproduction textes et photos réservés pour tous pays sous quelque procédé que ce soit.
Ne pas jeter sur la voie publique.

« Protégez votre habitation contre le vol et le vandalisme »

DAITEM

500€⁺ DE REMISE

Votre expert SÉCURITÉ vous propose jusqu'à

Alarma

Vidéo surveillance

Détection incendie

OFFRES SPÉCIALES DU 15 MAI AU 31 JUILLET 2016

ODPP – LAURENTIN
93 bis Grande Rue - Jaunay Clan
Tél. 05 49 52 00 47

PROXEO

Pourquoi lui ?

Tour à tour manager, restaurateur, agent immobilier, commerçant, organisateur de salons et aujourd'hui producteur, Didier Lambert est un véritable touche-à-tout. Il connaît le centre-ville de Poitiers comme sa poche.

Votre âge

« 53 ans. »

Une qualité

« Persévérant. Je me relève toujours. »

Un défaut

« Impatient. »

Une phobie

« Les serpents. »

Une folie

« Je suis un peu fou dans l'ensemble (rires). »

Votre surnom

« Quelques copains me surnomment « Didi ». »

Ce que vous écoutez comme musique

« De tout, sauf du rap. J'aime les vieux groupes comme Scorpions. »

Un livre de chevet

« J'apprécie les biographies d'hommes politiques. Leur parcours est bien souvent passionnant. »

Votre plat préféré

« J'adore les pâtes, que je mange à toutes les sauces. »

Une devise

« Ce qui ne te tue pas te rend plus fort. »

L'endroit où vous sentez le mieux

« Dans une salle de spectacle. »

Que détestez-vous ?

« L'hypocrisie, le mensonge, la mauvaise foi, la prétention, les « moi-je ». »



DIDIER LAMBERT, LE LOUP BLANC DE POITIERS

Aujourd'hui producteur de spectacles, Didier Lambert a vécu de multiples vies à Poitiers. Le Niçois d'origine s'y sent à l'aise. En centre-ville, il est connu... comme le loup blanc.

Arrivé par... hasard ou né ici ?

« Je suis arrivé à Poitiers il y a vingt ans. À l'époque, mon épouse et moi habitons Nice. Nous étions venus rendre visite à mes beaux-parents et j'ai eu un coup de cœur pour Poitiers. À tel point que nous avons décidé

de nous y installer. »

La première image de Poitiers

« Le Printemps, une véritable verve ! Je suis bien content que le bâtiment ait été rénové. »

Un café le matin

« Au « Moulin à Café ». L'ambiance y est très sympa et j'y croise toujours des gens que je connais. »

Un dîner en amoureux

« La Bonne Quille. Tout y est délicieux et fait-maison. »

Un point de vue insolite

« La Grand'Rue. Ce n'est pas un point de vue, mais elle est inso-

lite. Elle est tellement longue ! On y trouve des galeries d'art et commerces très variés que l'on ne voit nulle part ailleurs. »

Un bâtiment remarquable

« L'Église Notre-Dame. On ne peut pas y couper ! »

Une verrue

« Le boulevard du Pont-neuf. Tous les commerces y ferment les uns après les autres. C'est d'une tristesse... »

Votre quartier préféré

« Le quartier Notre-Dame, plein de vie. C'est le cœur de Poitiers. »

Le regard...

des autres sur Poitiers

« Une petite ville de province touristique. Il faut remercier Le Futuroscope. »

Les Poitevins sont...

« Accueillants, ouverts d'esprit et cultivés. »

Vous dans quelques années, ici ou ailleurs ?

« Mon port d'attache restera Poitiers car j'y ai tous mes amis et mon réseau, mais je serai amené à beaucoup bouger... »

La personnalité qui symbolise Poitiers

« Le Père Patrice Gourrier. J'aime beaucoup cet homme, qui possède des valeurs humaines exceptionnelles. »

L'oréal vous offre le cinéma en 2016 !

Pour l'achat de 2 produits L'Oréal, vous recevrez chez vous une carte de cinéma valable toute l'année 2016 !
1 place achetée = 1 place offerte ! * Voir conditions en magasin

INVITEZ GRATUITEMENT QUI VOUS VOULEZ TOUTES LES SEMAINES PENDANT TOUTE L'ANNÉE

1 PLACE OFFERTE

* Plus de 40 séances offertes, soit une valeur de 236€ de cinéma. Offre valable 1 fois par semaine pendant toute l'année 2016.

Forfait Homme :
shampooing + coupe + coiffage 16€

Forfait Dame :
shampooing + coupe + brushing cheveux courts 30€

Forfait Junior Garçon -15 ans :
shampooing + coupe + séchage 14,50€

Forfait Junior Fille -15 ans :
shampooing + coupe + séchage 23,50€

Forfait Mariage ou cérémonie

L'essentiel

SALON DE COIFFURE MIXTE

Ouvert du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 19h
+ Vendredi de 9h à 19h non stop
+ Samedi de 8h à 14h

55, rue des Deux Communes
86180 Buxerolles
05 49 45 71 03

L'essentiel Buxerolles

Tulipa, acte 2

La 2^e édition de l'événement « Tulipa, cri de cœur » se déroule vendredi et samedi, à Poitiers et Béruges. Un rendez-vous solidaire au service d'une noble cause : la lutte contre le cancer, sous toutes ses formes.

Pour un coup d'essai, ce fut un coup de maître. En mai 2015, Sako Bolanga avait porté sur les fonts baptismaux la première édition de Tulipa, cri de cœur en latin. Une manifestation à nul autre pareil, qui avait permis de récolter 1 622€ au profit de la Ligue contre le cancer de la Vienne. Rebelote cette année pour l'ancienne basketteuse professionnelle, « vainqueur » de trois cancers^(*) et plus que jamais motivée à l'idée de « sensibiliser le grand public » à ce fléau absolu. Vendredi, c'est donc sur la place d'Armes que la grande dame -cf. n°262- et son armée de bénévoles battront le rappel du partage et de la lutte.

A partir de 18h, « la musique adoucira les maux », avec des voyages sonores de la Polynésie à la métropole, de l'Afrique au Pacifique. Le groupe poitevin « Christophe Ravet et les Rolling Sonotones » se fera un plaisir de clore cette première soirée, sur les coups de 21h. Un autre événement devrait mobiliser les foules, aux Salons de Blossac celui-là. Entre 14h et 17h, il sera question de la « reprise du travail après une longue maladie et des perspectives professionnelles offertes aux malades ». « C'est un vrai tabou et il y a beaucoup de méconnaissance de la part des chefs d'entreprise et même des collectivités », reconnaît Sako Bolanga. Le groupe Prévia,



Photo : DR

La première édition de Tulipa avait permis de récolter 1 622€ au profit de la lutte contre le cancer.

spécialiste de la santé et du management au travail, animera ce temps fort.

D'AUTRES OBJECTIFS À LA RENTRÉE

Le samedi, Tulipa Hope & Fight Cancer remettra le couvert. Rendez-vous toujours place Leclerc, où des démonstrations de jeux et sports variés seront proposés au grand public. Place de la Répu-

blique, un village « bien-être et esthétique » prendra également ses quartiers d'été tout l'après-midi. Enfin, l'abbaye du Pin, à Béruges, abritera dès 20h un dîner de gala, dont les profits iront à la Ligue contre le cancer. Sako Bolanga attend deux cents convives... et le chanteur Sweem, aperçu dans l'émission The Voice. « Plus il y aura d'argent récolté, plus nous pourrons aider des

femmes et des hommes atteints d'un cancer à mieux vivre », renchérit la fondatrice de Tulipa. Qui lorgne déjà d'autres projets, notamment auprès des scolaires. Quand on aime...

Retrouvez le programme de l'événement sur la page Facebook « Tulipa Hope & Fight Cancer ».

(*) Elle est atteinte du syndrome de Lynch.

500 Ferrari au Vigeant

Un autre événement en faveur de la lutte contre le cancer se déroule, vendredi, samedi et dimanche au Vigeant. Sport et Collection, dont ce sera la 22^e édition, est organisé en partenariat avec le CHU de Poitiers et le Rotary Club de Civray-Sud-Vienne. Comme à l'accoutumée, cinq

cents Ferrari et autres bolides défilent pendant trois jours sur le circuit automobile. En 2015, la manifestation a permis de collecter 250 000€, portant ainsi à 3,45M€ le total des dons versés au CHU en deux décennies. Plus d'infos sur www.sportetcollection.info.

CHANTIER

La Cité judiciaire en marche



Le lancement officiel du chantier de la future Cité judiciaire a eu lieu, vendredi dernier, en présence du ministre de la Justice, Jean-Jacques Urvoas. L'Etat investit 54M€ dans les travaux de rénovation et d'agrandissement de l'ancien lycée des Feuillants. Député-maire de Poitiers, Alain Claeys s'est dit « ému » que ce projet voie enfin le jour, après neuf ans de turpitudes politico-financières. Les magistrats emménageront dans leurs nouveaux murs en 2019. Le futur palais de justice abritera la cour d'appel, le tribunal de grande instance, le tribunal d'instance, le conseil de prud'hommes et le tribunal de commerce, aujourd'hui implantés dans cinq lieux distincts de la ville. La Cité regroupera huit salles d'audience, dont une d'assises. Près de trois cents magistrats et fonctionnaires y travailleront.

NOUVELLE JAZZ

AUDACIEUSE,
MALINE
& POLYVALENTE



NOUVEAU HR-V

BRANCHE
JOLIEUR
& STYLE



HONDA
The Power of Dreams[®]

POITIERS AUTO SPORT
ZAC des Montgorges (face à l'aéroport)
05 49 88 80 40
www.honda-poitiers.fr





culture ▶ Marc-Antoine Lainé - malaine@7apoitiers.fr

Le retour du vinyle



Chez Plexus Records, en haut de la Grand'Rue, le vinyle est roi.

SOLIDARITÉ

Bientôt un Welcome Poitiers ?

Autour de Marie-Odile et Benoît Weeger, Amelia Gracie, Colette Carreyre et Vincent Le Roux, un collectif citoyen est en cours de structuration pour faciliter l'accueil de migrants à Poitiers. Sur la base du projet « Welcome Bordeaux », ils entendent se faire l'intermédiaire entre des Poitevins volontaires pour proposer un hébergement et des familles souvent à la rue, dans l'attente d'une place en Centre d'accueil pour demandeurs d'asile. Une réunion d'information se déroulera le jeudi 9 juin, à 20h, au pôle enfance de la Maison des Trois-Quartiers (Aux 3 Soleils), 3, rue Grignon de Montfort. Le rendez-vous servira d'assemblée générale à la future association. Contact : welcomepoitiers@outlook.fr

POLITIQUE

Alain Claeys : « Tout ne peut pas être fait... »

Silencieux depuis les révélations sur l'augmentation significative du nombre d'adhérents au Parti socialiste de la Vienne, le député-maire de Poitiers sort de sa réserve. Dans un communiqué, Alain Claeys indique qu'il ne « cautionnera jamais des pratiques entachées d'irrégularité ». « Tout peut être dit en démocratie, tout ne peut pas être fait. » En creux, l'élu dépeint aussi les valeurs que son successeur doit incarner pour lui succéder à l'Assemblée.

Plus d'infos sur notre site Internet.

Pour la quatrième année consécutive, les ventes de disques vinyles augmentent en France. Alors que l'industrie du disque est en perte de vitesse, la galette vintage séduit une clientèle intergénérationnelle, attirée par l'objet et le rituel d'écoute. À Poitiers, certains disquaires en ont même fait leur spécialité.

Ne cherchez pas de CD, vous n'en trouverez pas. Chez Plexus Records, le vinyle est roi. Dans la petite boutique du haut de la Grand'Rue, les clients de tous âges affluent, à la recherche de la perle rare. Hip-hop, musiques

électroniques, rock, jazz... Il y en a pour tous les goûts. Dans un coin du commerce, une platine en libre service permet même aux mélomanes d'écouter avant d'acheter. On est loin des codes de la consommation musicale actuelle. « Il y a un certain effet de mode, explique Guillaume Saintillan, gérant de Plexus Records, ouvert depuis quatre ans. Certaines personnes trouvent cool d'avoir une platine chez elles et de pouvoir mettre un disque en soirée. On reçoit également la visite de jeunes DJ, qui découvrent le mix avec des vinyles. Nos clients les plus âgés, eux, n'ont tout simplement jamais décroché. »

En 2015, un peu plus de 750 000 vinyles se sont écoulés en France. Selon le Syndicat national de l'édition phonographique, « les ventes sont en

hausse pour la quatrième année consécutive » et représentent 2,3% du marché physique en volume. Bien qu'il reste encore marginal par rapport au CD, le vinyle connaît une seconde jeunesse. Beaucoup prédisaient pourtant sa mort au début des années 2000.

« UNE MEILLEURE QUALITÉ D'ÉCOUTE »

Aujourd'hui, même les grandes enseignes reviennent au vinyle. À la Fnac, par exemple, plusieurs bacs sont consacrés aux 33 tours. Même constat chez Gibert Joseph, où le vinyle côtoie le CD dans le rayon musique. Théo Sébillet, 24 ans, vient régulièrement jeter un œil aux dernières nouveautés. « J'écoute principalement sur Internet, mais quand quelque chose me plaît vraiment, je préfère l'acheter

en vinyle, explique le jeune homme. La qualité d'écoute est meilleure et c'est une pièce vraiment unique. »

Pour Guillaume Saintillan, « il est clair que certains acheteurs sont avant tout séduits par l'objet ». « Le contenu et le contenant ont la même importance, reprend Virginie Lyobard, directrice de la Fanzinothèque. Un soin particulier est accordé à l'élaboration des pochettes. A la Fanzino, nous réalisons des sérigraphies pour les albums des artistes des micro-labels poitevins. » Selon une récente étude de l'institut de sondage ICM, relayée par la BBC, près de la moitié (41%) des acheteurs de disque vinyle n'écourent pas leurs nouveaux albums. Plus surprenant encore, 7% d'entre eux ne disposent d'aucun appareil pour l'écouter à la maison.

Osez la Différence
Tout le Charme d'une Décoration d'extérieur d'Exception

Charme & Déco
Coups de cœur d'hier et d'aujourd'hui

Votre boutique d'objets déco & cadeaux ouverte du mardi au samedi de 14h30 à 19h & le dimanche de 15h à 19h.

à Vouillé
PARKING GRATUIT

4, La Gasse aux Vieux - 86190 Vouillé
05 49 42 85 22 - contact@charme-et-deco.fr
400 m. après la gendarmerie, direction Parthenay

www.charme-et-deco.fr

ASTRON VIDÉO
l'agence de communication par l'image,
N°1 auprès des artisans,
commerçants de proximité,
chefs d'entreprise de TPE, PME

ASTRON VIDEO

film corporate
identité visuelle
reportage vidéo
animation 2D, 3D
prise de vue drone
film en relief sans lunette
stratégie de communication
moyens techniques audiovisuels

05 49 46 52 82
astronvideo.com
contact@astronvideo.com
8, rue Evariste Galois - BP 50181
86960 FUTUROSCOPE

La part des anges

Plus de six mois ont déjà passé depuis que le triste épisode du Bataclan a terminé de rendre Paris morne. Le pays s'embourbe dans une communication sans dialogue à tous les niveaux. Les médias n'osent plus parler de quoi que ce soit. L'économie est largement ralentie, sans pour autant qu'un seul début de solution soit proposé...

Fut-ce la disparition mystérieuse de mon chat au printemps ? Était-ce l'alternance des robes légères avec des soirées soupes au coin du feu ? Serait-ce lié à mon incompréhension des problématiques salariales, soulevées par des syndicats ultra-minoritaires, en inadéquation complète avec le monde du travail actuel ? Mon sentiment de vivre à contre-temps se faisant trop fort, je décidai

de rentrer quelques jours dans ma Bretagne nord pour réfléchir à ces mauvais enchaînements.

Comme il est de notoriété publique qu'il pleut toujours en Bretagne, je pris le temps de faire deux heures de yoga, seule dans la lande fleurie de coquelicots, bleuets et autres astéracées. Il n'était pas 17h et le soleil illuminait encore la baie vierge de tout visiteur intempêtif, ses rayons détendant ma nuque. Me laissant absorber par la ligne d'horizon, je me fondis bientôt dans cette mer calme et fraîche, vivifiant bain à quatorze degrés.

Un bruit singulier troubla soudain ma brasse-coulée. Rien pourtant à la surface, ni planche à voile, ni canot. Le curieux son reprit... Et je compris. À

portée de bras ou presque, un phoque se tenait là, moustaches fournies et air goguenard, comme heureux de trouver un(e) camarade de jeu. Rarement, j'ai ressenti plus intense et durable bonheur de vivre.

J'aime à imaginer depuis que ce phoque fait sa part des anges. Du tristounet bilan comptable, à la discussion impromptue des variétés de betteraves avec le cuisinier de Steven Spielberg sur la place du Marché, aucun événement ne vint me tourneboulé. Et si finalement c'est un phoque qui, malgré son poids, doit m'alléger de mes soucis, veiller sur moi et me rendre le sourire à chaque fois, pourquoi pas !

Mauve Leroy



Mauve Leroy

31 ans. Entrepreneur. fondatrice et gérante de Quand Les Poules... et Poils de Carotte (www.quandlespoules.fr) Se déplace toujours avec de nouveaux projets dans ses carnets, un sourire sur le visage et des toupies dans les poches.

J'aime : relever des défis, les critiques constructives, regarder la pluie glisser sur les carreaux, lire, écrire et écouter de la musique en même temps, voyager sans bagage en soute, cuisiner (bio) pendant des heures, le café serré sans sucre au comptoir.

J'aime pas : qu'on oublie la négation du « Je n'aime pas », la lâcheté et l'hypocrisie, devoir faire la queue pour des paperasses, les amertumes... sauf si c'est du chocolat noir sans lécithine.



Maison mal isolée ? Factures trop élevées

Bénéficiez de la prime énergie
pour isoler votre maison

**PRIME
ÉNERGIE**

NOUVEAUTÉ
2016

Propriétaire ou Locataire
Maison individuelle de + de 2 ans

- > Jusqu'à 100 % de votre isolation remboursée* <
- > Pas d'avance de frais (exclusivité Maupin) <

Isolation haute performance : mise en place d'un isolant floconné
d'une épaisseur de 31,5 cm [résistance thermique R7] • Produit ACERMI

CONTACTEZ-NOUS ET BÉNÉFICIEZ DE LA PRIME* !

* Selon les conditions d'éligibilité

MAUPIN RGE
L'isolation pour votre Confort QUALIBAT

Le spécialiste de votre isolation
depuis 28 ans !



ZAC d'Anthyllis - 86340 FLEURÉ

05 49 42 44 44 ou www.maupin.fr

initiative ▶ Florie Doublet - fdoublet@7apoitiers.fr

L'Adie vient en aide aux entrepreneurs

Jusqu'au 3 juin, l'Association pour le droit à l'initiative économique (Adie) lance sa campagne de communication « Créez votre boîte, où que vous soyez ». Depuis 2014, cent soixante-treize entrepreneurs ont été soutenus dans la Vienne.

« Je n'avais plus envie de me lever le matin pour travailler. » James Lavergne ne regrette pas d'avoir « *changé de vie* ». L'ex-technicien d'atelier dans une entreprise de camping-car est aujourd'hui un chef d'entreprise épanoui et motivé. Cette existence nouvelle, il la doit en partie à l'Association pour le droit à l'initiative économique. En 2015, la structure a accompagné cinq cent quatre-vingt-douze entrepreneurs picto-charentais. James, lui, a surtout bénéficié de conseils dans l'élaboration de son projet. « *J'ai inventé un jeu de construction basé sur l'assemblage de différentes pièces géométriques* », explique-t-il. Le « X form infini » -c'est son nom- a été testé auprès d'écoliers qui n'ont pas boudé leur plaisir. « *Des professeur(e)s d'école m'ont rapidement réclamé des boîtes de jeu*, raconte James. *Avec l'Adie, nous avons donc établi un plan financier. J'ai pour objectif de vendre vingt boîtes de jeu par mois, à 45€ l'unité.* »

Le gérant de « G.ni innovation » se sent prêt à relever le défi. « *75% des entrepreneurs de l'Adie sont confiants ou optimistes quant au devenir de leur entreprise* », affirme Thomas Tignon, délégué territorial Poi-



James Lavergne et Vongsay Phathoumvong ont bénéficié d'un coup de pouce de l'Adie pour démarrer leur activité.

tu-Charentes de l'association. Ils ont raison : le taux de pérennité des activités à trois ans atteint 69%.

374 910€ DE PRÊTS

Mieux encore, certains patrons se lancent dans une nouvelle affaire... Après le « Select' », inauguré il y a un an, rue Sylvain-Draut, à Poitiers, Vongsay Phathoumvong va ouvrir un

deuxième établissement à La Palmyre. « *L'aide et le soutien de l'Adie ont été prépondérants*, assure-t-il. *Mon conseiller m'a aidé dans la constitution de dossiers administratifs et de mon business plan. Je suis davantage doué pour la cuisine que pour les papiers* », sourit-il. Vongsay a également obtenu un micro-crédit à hauteur de 8 000€ pour le « Select' ».

« *Cela représente environ 15% de mon investissement de départ* », détaille-t-il. 6 000€ lui ont également été octroyés pour monter le « Paradise Thai ». Un coup de pouce « *non négligeable* ». L'année dernière l'Adie Poitou-Charentes a prêté 374 910€ ! 50% des bénéficiaires étaient demandeurs d'emploi ou inactifs. Un motif d'optimisme...

Une semaine pour convaincre

La semaine d'information « Créez votre boîte, où que vous soyez », lancée par l'Adie, vise à présenter les solutions s'offrant à celles et ceux qui sont tentés par la création d'entreprise. Ce vendredi, de 13h à 18h, vous pourrez, par exemple,

découvrir les témoignages de chefs d'entreprise soutenus par la structure, au Centre d'animation de Beaulieu.

Tout le programme sur www.adieconnect.fr

COMMERCE

Benoît Delsuc rempile

Réunie en assemblée générale, le 19 avril dernier, l'association des commerçants de Poitiers le Centre a élu ses nouveaux administrateurs, mi-mai. Sans surprise, Benoît Delsuc a été reconduit à la présidence des commerçants du plateau, poste qu'il occupe depuis janvier 2014.

SERVICES

Le Crédit Agricole ouvre son centre d'affaires

Après la construction de son nouveau siège social, à Poitiers-Touffenet, le Crédit Agricole de la Touraine et du Poitou a achevé son deuxième projet structurant, en l'occurrence un centre d'affaires de 5 300 m² dédié à ses collaborateurs. La banque emploie 1 500 personnes, réparties sur deux départements et compte 528 000 clients. Au final, le Crédit Agricole aura investi plus de 30M€ dans son projet CAP Poitiers.

CONCOURS

Deux mini-entreprises poitevines à Montrouge

L'épreuve régionale du championnat des mini-entreprises du programme Entreprendre pour apprendre (EPA) a livré son verdict. Deux projets poitevins, Light'on (école de la deuxième chance de Châtelleraut) et Pental'eat (MFR de Chauvigny), ont gagné leur ticket pour la finale nationale, qui se déroulera les 7 et 8 juin, à Montrouge.

UN JARDIN EXTRAORDINAIRE

PIQUE-NIQUE

SAMEDI 4 JUIN, DÈS 19H

Installation végétale
réalisée par le service des Espaces Verts de la Ville de Poitiers

FOIRE AUX PLANTES

DIMANCHE 5 JUIN, À PARTIR DE 9H






Zéro déchet, pari tenu ?

limiter sa production de déchets, c'est possible. Mais ne plus en générer du tout, cela paraît (très) compliqué... Des Poitevins ont pourtant essayé de relever le défi, s'appuyant sur l'expérience de Béa Johnson, auteure du best-seller « Zéro déchet ».

Béa Johnson est une véritable star outre-Atlantique. Cette Française, installée aux Etats-Unis avec sa famille, est à l'origine du mouvement « Zéro déchet ». Chaque année, elle jette l'équivalent... d'un bocal d'un litre et demi. La jeune femme fait des adeptes partout dans le monde. À Poitiers, Sophie, jeune femme de 25 ans, s'est inspirée de son mode de vie. Elle remplit un container de trois cent soixante litres par an. À titre de comparaison, une famille française de quatre personnes « produit » vingt-quatre litres de déchets... par jour ! « C'est très simple, j'ai suivi toutes les recommandations de Béa Johnson,



Marine et Alice tentent de réduire de manière drastique leur production de déchets.

assure-t-elle. Refuser ce dont on n'a pas besoin, remplacer tous les produits jetables par un équivalent réutilisable, composter les déchets organiques et recycler ce qui peut l'être. Je suis célibataire et sans enfant, c'est sans doute

plus facile pour moi. »

« FAIRE SA PART »

Cécile ne dit pas le contraire. Cette pétillante maman de 38 ans est une adepte du « less waste » (moins de déchets).

« Béa Johnson met la barre très haut. En ce qui me concerne, je consomme de manière responsable, je n'achète aucun produit préparé et veille au suremballage... », explique l'enseignante, qui réside à Lusignan. Elle ne jette qu'un sac d'ordures par mois. « J'ai passé toute mon enfance sur l'île de Ré et, à chaque fois que je rends visite à mes parents, je ramasse des saletés sur la plage. Je ne veux pas contribuer à la création du huitième continent. »

Pour Marine et Alice, la naissance de leurs enfants a constitué un déclic. « Nous voulons pouvoir nous regarder dans le miroir dans vingt ans et leur dire que nous avons fait notre part », expliquent les jeunes femmes. Début mai, les mères de famille ont lancé leur blog « Jememetsauvert.fr » (lire ci-contre), dans lequel elles partagent leurs astuces pour « sensibiliser sans culpabiliser ». « Non, nous ne nous nourrissons pas exclusivement de graines et, oui, nous nous lavons ! », sourit Alice. Alors, allez-vous relever le défi ?

BLOG

Les conseils de Marine et Alice

Sur leur blog « Jememetsauvert.fr », Marine et Alice partagent leurs astuces pour une consommation responsable. Elles privilégient les biocoops et les marchés. « Nous visons le zéro emballage, explique Alice. Nous achetons la grande majorité de nos produits en vrac et à la coupe. » Dans leur salle de bain, plus de coton, mais des lingettes lavables. Quant à l'hygiène féminine, Marine teste les éponges, les cups et les serviettes en tissu.

Les jeunes femmes cuisinent des produits locaux, souvent bio.

« J'achète par exemple une cagette de pommes, que je transforme en compotes, je remplis ensuite des gourdes lavables », détaille Alice. Pas si compliqué...



Accueil sur rendez-vous au

05 49 59 30 81

- 4^e et 3^e EA
- Bac professionnel Services aux personnes et aux territoires
- Bac professionnel conseil - vente
- CAP Petite Enfance (apprentissage - FC)
- Animateur en Gérontologie (apprentissage - FC)

ALTERNANCE
 50 % Stages • 50 % MFR





Maison Familiale Rurale
8 rue Emilien Fillon - GENÇAY - www.gencay.mfr.fr



LE MARCHÉ DE LÉOPOLD

MAGASIN BIO

PARCE QU'ÊTRE VOTRE SPÉCIALISTE BIO NOUS DONNE AUSSI DES RESPONSABILITÉS



Nous avons décidé d'augmenter le nombre des produits en vrac dans nos magasins afin de vous permettre d'avoir plus de choix tout en consommant de façon éco-responsable.

Zone du Grand Large- 50 avenue du 11-Novembre - 86280 St Benoît

Du lundi au samedi de 9h30 à 19h15 sans interruption.

LA BAIGNOIRE
POITIERS

NOTRE MÉTHODE
MINCEUR

Expertise
Action
Accompagnement

RÉSULTATS

OFFREZ UNE CARTE-CADEAU
SUR LA BOUTIQUE EN LIGNE !

www.labaignoire-poitiers.fr

55, rue Louis Pasteur - Poitiers | Tél. 09 84 01 23 69 | Stationnement gratuit juste en face

AQUABIKEING INDIVIDUEL - MINCEUR - COACHING

LE MOIS POUR
TOUT ENTENDRE

BILAN AUDITIF GRATUIT

ESSAI D'AIDES AUDITIVES
GRATUIT PENDANT 1 MOIS

SUIVI PERSONNALISÉ

Prenez rendez-vous dès maintenant pour tester votre audition
dans le centre près de chez vous 05 49 55 01 70

32, place de Provence POITIERS - 24, rue des Grandes Écoles POITIERS
2, grand Rue MONTMORILLON - 12, rue des Fayolles SAVIGNÉ
Parc commercial CAREO - LOUDUN
53, rue des Limousins CHÂTELLERAULT - 11, rue du marché CHAUVIGNY

AUDITION MUTUALISTE
VOTRE AUDITION. NOTRE PRIORITÉ.

Prescription médicale obligatoire.

maladie auto-immune

► Arnault Varanne - avaranne@np-i.fr

L'enfer de la sclérose en plaques



Isabelle Machon se bat pour que le Sativex soit commercialisé.

Atteinte d'une Sclérose en plaques depuis 1995, la Poitevine Isabelle Machon exhorte le Président de la République à « faire avancer le dossier du Sativex », un anti-douleurs à base de cannabis, dont la mise sur le marché français est bloquée.

« faire avancer le dossier ». « Il faut que nous puissions utiliser ce médicament et avoir un peu de répit dans la lutte face à la maladie... Vous ne pouvez pas rester indifférent devant tant de souffrance ! », indique-t-elle dans son courrier. A défaut de Sativex, Isabelle reçoit des doses de corticoïdes, jusqu'à 1 gramme par jour. « J'alterne entre des séjours de trois jours au CHU et des perfusions à mon domicile », précise-t-elle.

C'est une maladie sournoise, dont les progrès de la science n'ont, jusque-là, jamais ralenti la progression. La sclérose en plaques toucherait un peu plus de 100 000 personnes en France, environ 600 dans la Vienne. A l'instar de Laurent Puisais, qui a entamé une nouvelle grève de la faim, le 7 mai dernier, les patients attendent avec une grande impatience la commercialisation du Sativex. Ce spray anti-douleurs à base de cannabis est disponible dans la plupart des pays européens mais, en France, les négociations achoppent toujours sur des questions financières. Pour le plus grand désarroi d'Isabelle Machon.

Comme des dizaines de milliers d'autres Français, elle se déplace cependant avec difficulté et les douleurs articulaires l'handicapent lourdement. A l'occasion de la Journée mondiale dédiée à la maladie, mercredi dernier, l'Association sclérose en plaques Initiative actions (Asepia) a battu le rappel de la mobilisation. « Beaucoup de gens ne connaissent pas les problématiques rencontrées par des personnes atteintes de « SEP » », estime Corinne Yvon, présidente de l'association. Sophrologie dynamique, soirées à thèmes, conférences sur les traitements... Asepia multiplie les actions, mais admet son impuissance face aux décisions politiques. Le combat d'Isabelle Machon n'en est que plus louable.

« UN PEU DE RÉPIT... »

Cette Poitevine de 49 ans, atteinte de « SEP » depuis 1995, a écrit au Président de la République pour lui demander de

Contact : Asepia - Corinne Yvon, présidente. Courriel : asepia@live.fr

Santé-Bien être

► **nutrition** ► Florie Doublet - fdoublet@7apoitiers.fr

Gare aux régimes farfelus

En termes de régimes, il existe tout... et n'importe quoi. Diététicienne et nutritionniste à Chasseneuil-du-Poitou, Emilie Juteau fait le tour des méthodes à la mode, dont les conseils minceurs sont parfois totalement inefficaces, voire dangereux pour la santé.

LE RÉGIME PALÉOLITHIQUE

Il prône une alimentation basée sur le mode de vie de nos ancêtres à l'âge de pierre. En clair, il repose sur une diète excluant céréales, légumes secs, laitages, sucre, sel - parce que ces aliments apparaissent seulement au néolithique- et favorise les protéines animales et végétales. Evidemment, les produits transformés et/ou industriels sont

prohibés. « Il n'est jamais bon d'exclure totalement un produit, estime Emilie Juteau. Cela peut créer des carences. Les produits laitiers, par exemple, peuvent être consommés deux à trois fois par jour sans problème ! On remarque également l'absence de féculents, or c'est le carburant du corps... » Certes, vous perdrez sans doute du poids, mais pas dans les meilleures conditions.

LE RÉGIME SANS GLUTEN

« A l'origine il est destiné aux personnes atteintes de cœliaque, une maladie digestive entraînant une intolérance au gluten. Mais pour celles et ceux qui n'en souffrent pas, il n'y a aucun intérêt à observer ce régime », explique la professionnelle.

LA CURE DÉTOX

Attention danger ! « Que ce soit

le chou, le pamplemousse ou le raisin, se nourrir d'un seul type d'aliment pendant plusieurs jours crée inévitablement de grosses carences », assure la nutritionniste. La perte de poids est très rapide, mais entraîne le fameux effet « yoyo ». « Dans un premier temps, on se sent en petite forme, car le corps se met en « économie d'énergie ». Puis, de peur d'être une nouvelle fois privé de « carburant », il stocke la nourriture. Et on reprend le poids perdu, voire davantage. »

LE RÉGIME HYPER-PROTÉINÉ

Le docteur Dukan, aujourd'hui radié de l'Ordre des médecins, a largement contribué à populariser ce régime. « À proscrire, prévient la diététicienne. Il sollicite beaucoup les reins qui éliminent les protéines et crée,

là encore, des carences. »

LE VÉGÉTALISME

Les « vegan » ne consomment aucun produit d'origine animale. Pas de viande, de poisson, d'œufs, de lait ou de miel. « Le végétalisme entraîne une perte de poids qui peut être durable si le régime est bien équilibré, estime Emilie Juteau. En revanche, on trouve la vitamine B12 essentiellement dans la viande et le poisson, donc il faudra forcément passer par la case compléments alimentaires. »

ALORS, POUR QUEL RÉGIME OPTER ?

Optez pour celui qui correspond à votre mode de vie et votre hygiène alimentaire. « On parle avant tout d'équilibre, assure l'experte. Il ne faut pas créer de frustrations, sinon la perte de poids ne sera pas pérenne. »



La saison du barbecue est ouverte !

L'odeur du barbecue est dans l'air chez Plaisirs Fermiers ! A partir de juin et pendant tout l'été nous vous proposons plein d'options pour composer votre barbecue ! Nos côtes de bœuf bio, des saucisses assaisonnées ou natures, des magrets juteux, des savoureuses brochettes et beaucoup plus sont prêts pour rendre votre barbecue inoubliable !

Venez découvrir les vraies saveurs fermières et retrouvez le plaisir de bien manger !

PLAISIRS FERMIERES
De nos fermes à votre panier

Ouvert du mardi au jeudi de 10h à 19h et du vendredi au samedi de 9h à 19h
Votre magasin de producteurs 1, rue Gustave Eiffel 86000 Poitiers 05 49 52 41 78 - www.plaisirs-fermiers.fr



► **médecine alternative** ► Florie Doublet - fdoulet@7apoitiers.fr

La nature au service de la santé

ENSEIGNEMENT

Formez-vous au modelage thaï

Implantée à Poitiers, « Le Lotus Blanc » est l'unique école de modelage thaï du département. Son fondateur et directeur, Xavier Hlavacek, y enseigne différentes techniques : le modelage abdominal, la relaxation coréenne, le modelage thaï à l'huile... « Mon premier séjour en Thaïlande date de 2006. J'ai ensuite suivi plusieurs stages avant de partir à Chiang Mai, où j'ai vécu de 2008 à 2013. J'y ai reçu l'essentiel de ma formation », explique-t-il. Ses élèves ont des profils très variés : du simple amateur souhaitant exercer dans un cadre privé au professionnel, soucieux de se perfectionner et/ou de découvrir de nouvelles techniques. « J'ai même enseigné à des kinésithérapeutes, affirme-t-il. La fourchette d'âge est également très large : de 20 à 70 ans. » Les formations proposées durent de quelques heures à plusieurs jours, en fonction de la technique enseignée. De manière générale, le modelage thaï s'exerce sur un fût de cinq à six centimètres d'épaisseur. Le « masseur » travaille avec tout le poids de son corps afin d'apaiser les tensions et d'apporter de la relaxation.

Tarif à la journée : 150€.
Renseignements :
www.lelotusblanc.com
ou 06 31 21 86 44.

Naturopathe à Poitiers, Anne Bonnin dispense des conseils liés à l'alimentation, la libération du stress ou encore l'activité physique. Méconnue, sa profession s'appuie sur des méthodes « naturelles » et repose sur l'écoute du corps... et de l'esprit.

Il y en aurait deux mille en France. Les naturopathes exercent une profession non reconnue, mais qui attire pourtant de plus en plus de personnes en souffrance... Dans son cabinet de la rue des Quatre-Roues, à Poitiers, Anne Bonnin reçoit des clients de toute la région « et même au-delà ». Infirmière diplômée d'Etat, la Poitevine a choisi de se former à cette discipline « davantage tournée vers la prévention et l'éducation à la santé ». Mais concrètement, que recouvre le terme naturopathie ? Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), il s'agit d'un « ensemble de méthodes de soins, visant à renforcer les défenses de l'organisme, par des moyens considérés comme naturels et biologiques ». « En fait, je m'appuie sur l'énergie vitale de l'organisme, détaille Anne Bonnin. Quand quelqu'un vient me voir pour un problème digestif, des maux de tête, de l'arthrose, une lombalgie, des acouphènes ou un surpoids, je ne m'attache pas aux symptômes, je recherche leur origine. Ma démarche est « causaliste ». Le corps peut réagir à des problèmes



Naturopathe et iridologue à Poitiers, Anne Bonnin peut déceler des problèmes de santé en vous regardant dans les yeux...

plus profonds qu'il n'y paraît. » Souvent, ces problèmes seraient liés à des troubles de la digestion. « D'ailleurs, quand on demande « comment allez-vous ? », on veut savoir si notre interlocuteur va bien... à la selle. »

REGARDEZ-MOI DANS LES YEUX...

La praticienne, diplômée du « Collège européen naturopathie traditionnelle holistique » (Cénatho), considère la personne dans « sa globalité ». « J'accorde

beaucoup d'importance à l'hygiène physique, mentale, émotionnelle. Et je m'appuie sur l'alimentation, la libération du stress, l'activité physique, mais aussi les modelages bien-être, la réflexologie, la respiration, les plantes, les minéraux... » Anne Bonnin possède une autre corde à son arc : l'iridologie. Cette technique, utilisée en médecine non conventionnelle, repose sur l'examen des motifs et des couleurs de l'iris des yeux pour déceler des informations sur la

santé du patient. « Je constate, par exemple, des troubles digestifs ou un stress important. » Les tarifs varient en fonction de la nature et de la durée des prestations. Comptez entre 30 et 80€. Dans tous les cas, un diagnostic préalable est nécessaire pour orienter les soins.

Du 3 au 6 juillet, stage « jus, détox, méditation et yoga », avec Anne Bonnin. Contact et renseignements au 06 82 57 37 51 ou par courriel à annebonnin@naturopathe-poitiers.fr



Et vous, où en êtes-vous avec votre poids ?

Votre bilan nutritionnel personnalisé
Votre suivi hebdomadaire gratuit
Large gamme de produits exclusifs

Dietplus Jaunay-Clan - 9, Grand rue
05 49 62 46 91 Dietplus Jaunay-Clan



Le spécialiste du rééquilibrage alimentaire

Bientôt l'été... Le compte à rebours a commencé !

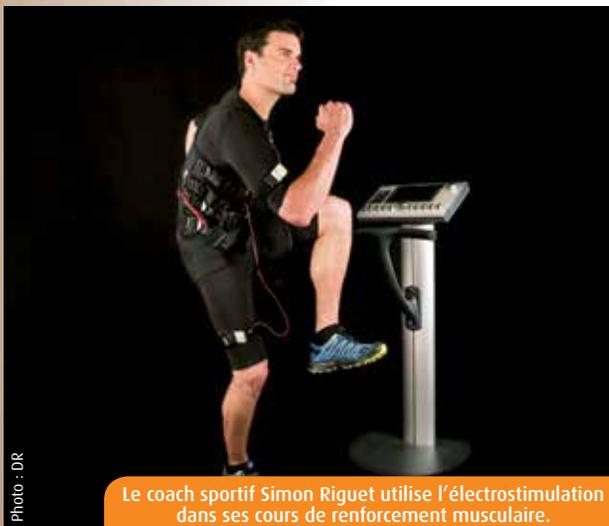
Profitez de votre bilan nutritionnel personnalisé

Offert*

(Electro) **stimulez**-vous !

Coach sportif dans la Vienne, Simon Riguet propose à ses clients une nouvelle technique d'électrostimulation complète, développée en Allemagne. La machine Miha Bodytec permet de gagner du temps et de l'efficacité pour entretenir son corps. Explications.

Au premier abord, cela ressemble à un attirail futuriste. Harnachés dans des tenues faites d'électrodes et de câbles, les participants du cours de fitness enchaînent les exercices de musculation. Squats, flexions, steps... Pendant vingt minutes, pas une de plus ! Grâce à la machine d'électrostimulation Miha Bodytec, Simon Riguet promet un programme de renforcement complet, en un temps réduit. Le coach sportif poitevin utilise cette nouvelle technologie depuis quelques mois seulement, mais les retours sont



Le coach sportif Simon Riguet utilise l'électrostimulation dans ses cours de renforcement musculaire.

déjà très positifs. « La machine stimule huit à dix groupes musculaires simultanément, explique-t-il. À la différence des autres procédés électrostimulants, le sportif est actif. La contraction musculaire est plus importante et permet un résultat optimal en un temps réduit. » Infirmière, Béatrice a été sur-

prise par l'efficacité de Miha Bodytec. « Dès le début, on ressent l'ensemble des muscles sollicités. Au fil des séances, les progrès apparaissent de manière significative. »

PERFORMANCE ET POLYVALENCE

Encore peu répandue dans la

région - Simon Riguet est le seul à utiliser cette technologie-, l'électrostimulation active tend à se développer. À l'échelle internationale, bon nombre de sportifs renommés, « parmi lesquels Usain Bolt, Christine Arron, des joueurs de football », ont intégré ce procédé à leur programme de renforcement musculaire. « J'ai beaucoup utilisé l'électrostimulation quand j'étais joueur, confirme Oliver Kieffer, ancien membre de l'équipe de France de volley-ball. Je pense que c'est un outil indispensable pour être performant dans la durée. » Prisé des sportifs de haut niveau, le système Miha Bodytec se démarque aussi par sa polyvalence. « On peut l'utiliser pour de la rééducation fonctionnelle, perdre du poids, améliorer la circulation sanguine, diminuer les maux de dos, traiter la cellulite... », reprend Simon Riguet. Vous êtes encore sceptique ? Testez le Miha Bodytec en contactant Simon Riguet au 06 26 56 94 17 ou sur la page Facebook Tech Your Body Poitiers.

REMISE EN FORME

Sauna et hydro-modelage pour être au top

Nouvellement ouvert au « Village Plein-Sud », le centre de remise en forme « Envigo » propose des séances d'aquabiking en cabines privées, mais pas seulement... Le sauna japonais est une machine fonctionnant avec un rayonnement infrarouge. Tout comme le sauna traditionnel, son objectif est de vous faire transpirer de manière à éliminer les toxines et drainer le corps, sauf que vous avez la tête à l'extérieur de la machine. Le lit d'hydro-modelage fonctionne, lui, avec des jets d'eau recouverts d'une membrane. Une vingtaine de programmes sont proposés.

Tarif à la séance : 36€. Pack de séances de 139€ à 699€. Renseignements : 09 86 25 86 05.

Gasnier PISCINES & SPAS

- Depuis 25 ans à votre service -

l'esprit piscine

SPA
ÉLU MEILLEUR ACHAT EN 2015*

Une nouvelle gamme avec un design exceptionnel
*À venir découvrir et essayer dans notre showroom.

À partir de 5 650€ TTC 5 ans de garantie inclus | Du lundi au samedi - Mignaloux-Beauvoir - 05 49 56 96 04 - www.hotSpring.fr

► enseignement ► Marc-Antoine Lainé - malaine@7apoitiers.fr

Les classements de la complexité

Chaque année, les palmarès des meilleurs lycées, écoles d'ingénieurs et de commerce sont publiés dans la presse. S'appuyant sur des milliers de données, ils s'articulent autour de critères bien précis. Le « 7 » a choisi de s'intéresser aux méthodologies des éditeurs.

Qu'il est loin le temps où les lycées français étaient classés exclusivement en fonction de leur taux de réussite au baccalauréat. Sur le site du magazine L'Étudiant on découvre ainsi que le premier lycée du palmarès 2016 est... Notre-Dame de la Viste, à Marseille. Dans les vingt premiers, pas de signe des prestigieux établissements parisiens Henri-IV et Louis-le-Grand. « Nos méthodes de classement ont évolué, prévient immédiatement Philippe Mandry, rédacteur en chef à L'Étudiant. Il y a dix ou quinze ans, on ne s'intéressait qu'à la réussite absolue. Depuis, le ministère a décidé de mettre en place de nombreux indicateurs traduisant l'apport spécifique d'un lycée à ses élèves. » Les palmarès « Lycées » des journaux, qui s'appuient sur des données fournies par le gouvernement, tiennent ainsi compte de la « valeur ajoutée » des établissements, autrement dit de leur capacité à faire progresser les élèves. « Un taux de réussite « attendu » est estimé pour chaque lycée, en fonction de plusieurs paramètres, dont l'origine sociale de ses élèves. La note de valeur ajoutée correspond



Chaque année, le magazine L'Étudiant publie des palmarès classant les lycées et établissements d'enseignement supérieur.

à la différence entre les taux de réussite réel et attendu. » Dans la Vienne, on note ainsi la bonne place du lycée Jean Moulin, à Montmorillon, mieux noté que Camille-Guérin à Poitiers, alors que leurs taux de réussite sont identiques (97%). Ce constat est également valable pour les établissements d'enseignement supérieur, à la seule différence que les données ne proviennent pas du ministère.

DES PALMARÈS PERSONNALISABLES

Pour Anne-Ségolène Abscheidt, directrice de l'Escem et créatrice d'une start-up d'orientation, « il n'y a pas de véritable connexion entre le classement

et la réalité ». « C'est biaisé, les écoles répondent elles-mêmes aux questionnaires qui servent ensuite à les évaluer. Pour faire gonfler leur note, certains établissements retirent par exemple les formations les moins « rémunératrices » et ne retiennent que celles où le salaire moyen de leurs diplômés est élevé. » Pour parer à ce genre de pratiques, le magazine L'Étudiant mène dorénavant des enquêtes auprès des anciens élèves. « Nous travaillons pendant plusieurs mois sur la vérification des données transmises par les établissements, reprend Philippe Mandry. On ne mesure désormais plus la qualité d'une école dans son

ensemble, mais formation par formation. » Grâce à ses différentes sources, le magazine est en mesure de dévoiler, sur son site, les palmarès des grandes écoles, personnalisables par l'internaute en fonction de plusieurs critères. On y apprend, par exemple, que l'Ensm est dans le Top 25 des écoles d'ingénieurs en matière d'excellence académique et que les cursus de l'Escem occupent les 11^e et 12^e rangs des formations postbac en trois ans. Mais sur le seul critère « labels de qualité et suivi des diplômés ». Pour explorer les classements avec vos propres paramètres de recherche, rendez-vous sur letudiant.fr.

ENSIP

Une victoire pour les Ingénieuses



Mi-mars, nous vous annonçons la participation de quatre étudiantes de l'École nationale supérieure d'ingénieurs de Poitiers (Ensip) au concours Ingénieuses (voir numéro 301). Cette compétition récompense, chaque année, les meilleurs projets étudiants de lutte contre les stéréotypes. Sarah, Célia, Marie et Alexia se sont rendues à Paris, le 19 mai, pour présenter leur travail à un jury de professionnels. Les futures ingénieuses ont remporté le prix du projet le plus original. L'Ensip a été récompensée pour ses actions en faveur de l'égalité des sexes et de la promotion des métiers d'ingénieuses.

CONCOURS

Le lycée de Civray lauréat de C.Génial

Le club scientifique du lycée André Theuriot de Civray a remporté, fin mai, la finale nationale du concours C.Génial. Grâce à leur concept de lunettes pouvant rendre la vue à des personnes atteintes de dystrophie de la cornée, les jeunes lycéens ont décroché leur billet pour la finale européenne, qui se déroulera à Bruxelles courant juillet.

Site entièrement modernisé
Stockage sans traitement insecticide

ENTRÉE GRATUITE

PORTES OUVERTES

ST LÉGER DE MONTBRILLAIS

SAMEDI 4 JUIN 2016

Dégustation de vins de Saumur par des vignerons locaux

À PARTIR DE 14H

► **football** ► Marc-Antoine Lainé - malaine@7apoitiers.fr

L'Euro se joue aussi **en prison**



Photo : Archives NP-1

La prison de Vivonne accueillera, les 10 et 15 juin, les joueurs de l'AS Cheminots Poitiers-Biard.

À l'occasion de l'Euro 2016, qui se déroule en France à compter du 10 juin, les joueurs de l'ASC Poitiers-Biard disputeront deux matchs face à des détenus du centre pénitentiaire de Vivonne. Une manière de promouvoir les valeurs du football entre les murs de la prison.

Pour les joueurs de l'AS Cheminots Poitiers-Biard, la saison n'est pas tout à fait terminée. Si les championnats fédéraux ont touché à leur fin le mois dernier, il reste aux licenciés du club deux matchs à dis-

puter... en prison ! Les 10 et 15 juin, l'ASCPB alignera son équipe pour disputer une rencontre amicale face à des détenus du centre pénitentiaire de Vivonne, en préambule des matchs de l'équipe de France à l'Euro. « Nous sommes convaincus que le football permet de créer du lien social, explique Thomas Baloge, président du club. À travers cet événement, nous voulons partager avec les détenus les valeurs fortes de ce sport, telles que le respect, la tolérance, le partage, et leur faire savoir qu'il y aura toujours un club près à les accueillir à leur sortie de prison. »

« **CURIEUX ET IMPATIENTS** » À l'ASCPB, les joueurs ne

parlent que de ça. « *Tout le monde est ravi, curieux et impatient, sourit Alexis Bitau-deau, licencié. Il a même fallu refuser des volontaires !* » Une vingtaine d'éléments feront le déplacement à Vivonne, pour disputer les deux rencontres, « dans des conditions normales, avec des arbitres officiels ».

« CASSER LES PRÉJUGÉS »

Tous mettront les pieds en prison pour la première fois de leur vie. « Nous avons dû montrer patte blanche et prouver que nos joueurs avaient un casier judiciaire vierge. L'objectif est aussi de casser les préjugés, en leur permettant de découvrir un monde

méconnu trop souvent victime de critiques négatives. » Afin de financer l'opération, l'ASCPB a récolté 1 000€ via une campagne de crowdfunding. « Nous offrirons aux détenus des maillots aux couleurs de l'équipe de France, reprend Alexis Bitau-deau. Pour participer à ce match, ils ont dû se tenir à carreau. C'est une forme de récompense pour eux. » À l'issue des rencontres, les joueurs partageront un moment de convivialité avec leurs adversaires du jour. Cet événement s'inscrit dans le cadre de l'opération « Biard fête l'Euro », qui s'achèvera avec l'assemblée générale du club, le 19 juin... jour de France-Suisse !

VITE DIT

BASKET

Saison terminée pour le PB

Le PB86 n'a pas réussi à se qualifier pour les demi-finales des playoffs de Pro B. Les troupes de Ruddy Nelhomme ont été largement dominées, samedi, par l'ALM Evreux (65-81), dans la manche décisive.

MARATHON

Kiriu s'impose au sprint

Le Kenyan Felix Kiptotich Kiriu a remporté, dimanche, le marathon Poitiers-Futuroscope, en 2h16'37". Le semi a été dominé par son compatriote Emmanuel Nakiridi Elim (1h05'02").

FOOTBALL

La jeunesse au pouvoir

Le 30^e anniversaire du Challenge européen du Futuroscope se déroule, ce week-end, à Jaunay-Clan. Seize équipes des catégories U14 et U15 se disputeront le trophée. A Chasseneuil, les U11 et 13 le samedi, les U15 le dimanche s'en donneront à cœur joie au stade des Ecluzelles.

ÉVÈNEMENT

Fitness'tival au Creps

La 2^e édition du Fitness'tival aura lieu, ce samedi, au Creps de Boivre. Venez vous essayer à la zumba, le bodypump, le TRX, le step... et l'haltérophilie !

De 12h30 à 20h. 3€. Plus d'infos sur la page Facebook « Fitness'tival ».

L'information 7 jours sur 7
www.7apoitiers.fr

RETROUVEZ-NOUS
sur les réseaux sociaux
Facebook et Twitter

7 Poitiers

7 à Poitiers sur facebook

@7apoitiers sur Twitter

NOUVEAU A POITIERS

Miha Bodytec commence là où les méthodes traditionnelles s'arrêtent !

Du 1er au 30 juin 2016
1 pack de 10 séances acheté = 2 séances supplémentaires offertes

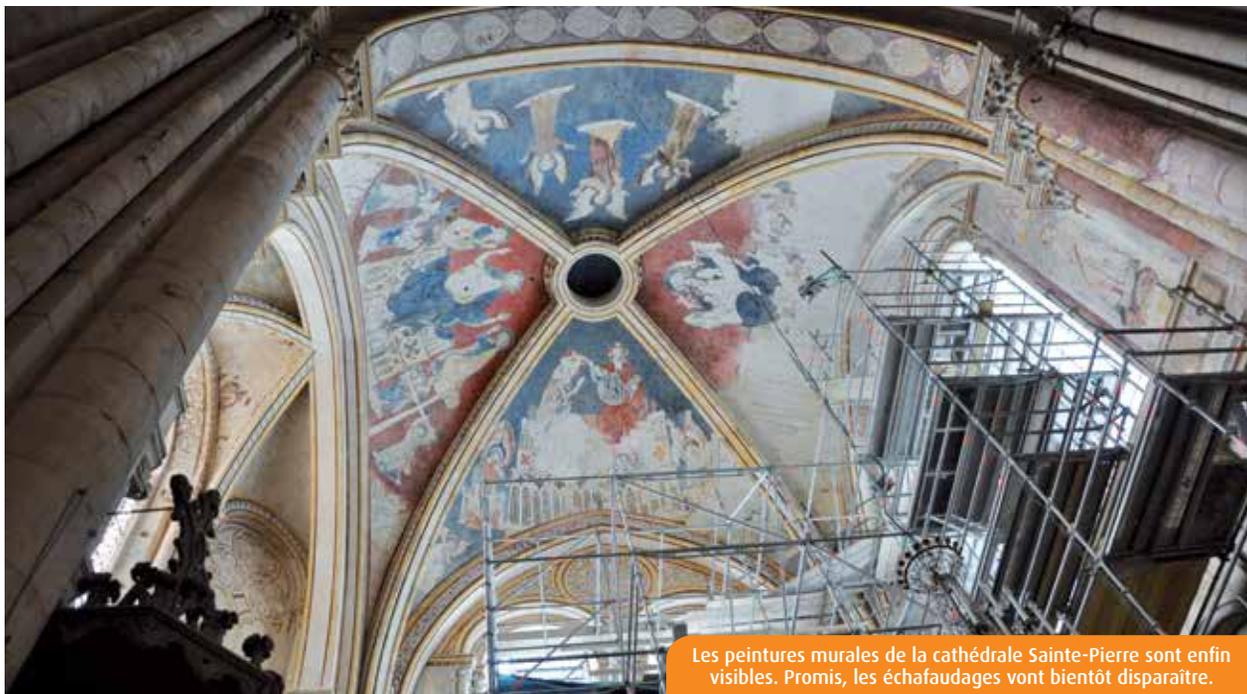
Réservez votre séance d'essai gratuite en contactant

Simon 06 26 56 94 17
www.techyourbody.fr

► **découverte** ► Florie Doublet - fdoublet@7apoitiers.fr

La cathédrale Saint-Pierre

livre ses secrets



Les peintures murales de la cathédrale Sainte-Pierre sont enfin visibles. Promis, les échafaudages vont bientôt disparaître.

MUSIQUE

• Samedi 4 juin, à 18h, « Elektra », à la médiathèque de Poitiers.
• Dimanche 19 juin à partir de 11h30, « La Chèze musicale », à la salle des fêtes de Latillé.

DANSE

• Samedi 25 juin, stade de danse « coupé-décalé », au profit de Zaka Africa, aux Couronneries.

THÉÂTRE

• Samedi 11 juin, à 21h et dimanche 12 juin, à 17h, « Le Chat noir », à la salle des fêtes de Quinçay.

ÉVÉNEMENTS

• Samedi 4 juin, à 21h30, « Certifié Conforme... » de Stéphane Guillon, au palais des congrès du Futuroscope.

Le grand public peut enfin admirer les peintures murales découvertes sur les parois du transept sud de la cathédrale Saint-Pierre. Cette fresque exceptionnelle fera date dans l'histoire des arts.

Depuis quelques semaines, un véritable trésor s'offre à la vue des Poitevins et touristes, au sein de la cathédrale Saint-Pierre. La bâche qui recouvrait les peintures murales du XIII^e siècle, situées dans le transept sud de l'édifice, a été enlevée début mai, après plus d'un an de chantier. Les infiltrations d'eau ont abimé certaines zones, mais la

plupart des décors restent dans un état de conservation exceptionnel. « Il n'y a pas d'équivalent en France », assure Anne Embs, conservatrice des Monuments historiques. Sur 650m², s'étalent des scènes du Jugement dernier. « On y voit notamment le couronnement de la Vierge face à un cortège d'anges musiciens. Le Christ juge, entouré de la Vierge et de Saint-Jean, Abraham accueillant les âmes des élus, ceux qui iront au paradis... »

D'après l'experte, ces fresques auraient été peintes entre 1270 et 1300. « Nous avons effectué une datation stylistique, explique-t-elle. Vraisemblablement, plusieurs artistes du nord de la France, qui connaissaient

bien l'art parisien, ont collaboré à la création de l'œuvre. Les pigments utilisés proviennent de différents minéraux, tels que l'ocre (doré), le cinabre (rouge) et l'azurite (bleu). »

DES TRÉSORS ENDORMIS

Ce magnifique décor a sans doute été commandé par le « Chapitre des chanoine »^(*), voire par l'évêque lui-même. L'Eglise, ses fidèles et de hauts dignitaires l'ont financé. « On sait simplement qu'une telle œuvre a dû coûter extrêmement cher », déclare Anne Embs. Depuis la découverte des peintures, la cathédrale connaît une affluence record. Et elle pourrait encore grimper car l'édifice n'a pas livré

tous ses secrets... Si l'on en croit Anne Embs, d'autres peintures se cacheraient sous le badigeon de la voûte. « Nous avons réalisé des sondages et, effectivement, de nouvelles œuvres attendent d'être révélées. » La cathédrale Saint-Pierre n'est pas le seul monument de Poitiers à renfermer des fresques murales encore dissimulées. « Saint-Radegonde et Notre-Dame, notamment, sont concernées, assure la conservatrice. Nous attendons que la Ville prenne l'initiative de lancer des chantiers... » Le message est passé.

^(*) Ensemble des moines ayant pour mission de s'occuper de la vie de la cathédrale.

ÉVÉNEMENT

Less Playboy Is More Cowboy

La septième édition du festival Less Playboy Is More Cowboy, organisé par l'association L'Oreille est Hardie et le Confort moderne, a lieu ce week-end, à Poitiers. Ce vendredi, le Plan B recevra, vers 23h, les artistes Kane West, Pizza Noise Mafia et C.C. Le samedi, à partir de 16h, le centre-ville de Poitiers accueillera K-X-P, Omar Di Bongo, Astronautalis, Solids et bien d'autres musiciens aux influences hétéroclites. Des soirées qui s'annoncent prometteuses...

Plus d'infos sur la page Facebook Less Playboy Is More Cowboy.

ANIMATION

La Grand'rue, une belle plante

Pour fêter l'arrivée de l'été, l'association de La Grand'rue lance l'événement « Un jardin extraordinaire ». Du 3 au 13 juin, retrouvez dans cette longue artère une installation végétale surprenante, réalisée par le service des espaces vert de la Ville. Un pique-nique géant sera organisé, samedi, à partir de 19h, avec des stands de restauration et des animations musicales. Le lendemain, à partir de 9h, une foire aux plantes se tiendra dans la rue piétonne et des professionnels partageront leur passion du végétal.



• 4 et 5 juin, « Rendez-vous aux Jardins », à l'Atelier des Quatre-Roues, à Poitiers.
• Samedi 4 et dimanche 5 juin, salon du livre, aux Salons de Blossac, à Poitiers.
• Dimanche 19 juin, dès 13h, « Croq'Folies », au stade de Migné-Auxances.

EXPOSITIONS

• Jusqu'au 31 mai, « Trait de femmes », par Gilles Thomas, au Dortoir des Moines de Saint-Benoît.
• Jusqu'au 9 juin, peintures de Raynald Letertre, à la boutique Le Temps Cerise.
• Jusqu'au 30 juin, « Identité #2 » au Local.
• Jusqu'au 30 juillet, « Formes Nues », à la Maison de l'Architecture.
• Jusqu'au 1^{er} septembre, « Imaginaires d'espèces », à l'Espace Mendès-France.

Journalistes en herbe

VITE DIT



CONFÉRENCE

Tout savoir sur le Proiciel de gestion intégré

Ce mercredi, le SPN vous invite à participer à un petit déjeuner-conférence autour du Proiciel de gestion intégré (PGI) dans l'entreprise. Olivier Canal, co-créateur de la SSII « Cadr'in situ » animera ce moment et vous fera découvrir le secret d'une implémentation réussie. « Le PGI peut s'adapter aux exigences et aux processus de votre métier (...) et ainsi vous aider à optimiser vos processus de gestion, à maîtriser vos coûts, maximiser vos ventes et gérer vos ressources humaines », estime le dirigeant.

Renseignements et inscriptions sur www.spn.asso.fr/le-pgi-dans-lentreprise/

CROWDFUNDING

Zaama Faso a besoin de vous

Les 8, 9 et 10 juillet, l'association poitevine « Zaama Faso » souhaite organiser un festival dédié à l'« interculturelité ». « Zaka Africa » restituera l'ambiance d'un village africain, avec des stands faisant office de cases, dans lesquelles un bénévole présentera sa culture, sa langue et ses coutumes. Pour que cet événement voie le jour, l'association a lancé une campagne de financement participatif via la plateforme KissKissBankBank. L'objectif est fixé à 1 500€.

Rendez-vous sur www.kisskissbankbank.com

Lemo et Medly sont deux médias du web administrés par des lycéens poitevins. Si le premier s'est très vite spécialisé dans la culture sous toute ses formes, le second ambitionne de devenir une référence nationale en matière d'actualité lycéenne. Portrait croisé.

QUI SONT-ILS ?

Medly est le nouveau nom donné au média « Presse nationale lycéenne », lancé en mai 2015 par plusieurs lycéens sous l'impulsion de Lucas Wozniak, alors élève en 1^{er} au lycée Victor-Hugo et élu au conseil national de la vie lycéenne. L'équipe est aujourd'hui composée de quarante journalistes en herbe, tous lycéens, et de vingt-cinq membres de gestion, chargés d'encadrer les apprentis reporters. « Notre but est de diffuser la démocratie éducative, en proposant quelque chose de concret

à ceux qui souhaitent s'exprimer, explique Lucas Wozniak. Nous recrutons les journalistes bénévoles sur leur motivation et non sur leurs compétences. »

Lemo est un webzine né l'an passé au Lycée pilote innovant international de Jaunay-Clan, dans le cadre d'une activité complémentaire de formation (ACF). Porté par un bureau très actif, il s'est depuis structuré en junior association et diffuse un flux multimédia régulier via la plateforme Wordpress. « Nous sommes un média très ouvert, pas uniquement à destination des jeunes, explique Félix Perier, trésorier de Lemo. Nous proposons des contenus faciles d'accès, concis et dans l'esprit web. »

QUELS SUJETS ABORDENT-ILS ?

Pour coller à son statut de « média lycéen », Medly traite de l'actualité éducative, politique, économique, culturelle, sociale et médiatique. « Notre objectif est de donner à nos lec-

teurs suffisamment de matière pour qu'ils se construisent leurs propres opinions », précise Lucas Wozniak. Fort de son implantation nationale, le site propose des interviews de figures connues du grand public, parmi lesquelles Alain Juppé, François Rebsamen, Stéphane Le Foll ou le rappeur Georgio.

Lemo s'est, quant à lui, spécialisé dans la culture sous toutes ses formes. Grâce à des partenariats avec le Tap et certains festivals, il peut envoyer ses jeunes pousses sur le terrain pour les initier au reportage et à l'interview. « Les acteurs du monde culturel nous soutiennent dans notre démarche et nous offrent un accès que nous ne pourrions pas avoir en tant que simples citoyens », appuie Félix Perier.

L'AVENIR

Chez Medly, l'ambition est claire : devenir le premier média lycéen du pays. Lucas Wozniak n'écartera pas une future professionnalisation du site. Il entend créer

des clubs de débats et inviter régulièrement des personnalités, pour qu'elles s'expriment sur des sujets chers aux jeunes. « Nous sommes également en train de conclure un partenariat avec le ministère de l'Éducation nationale pour produire, à partir de la rentrée, le contenu rédactionnel d'un magazine distribué dans l'ensemble des lycées français. » Du côté de Lemo, l'heure est à l'expansion sur l'ensemble du territoire. La plateforme devrait bientôt devenir une association loi 1901. Mais à la différence ce Medly, le webzine préfère laisser carte blanche à ses contributeurs, en ne leur imposant aucun format particulier. « Chacun est libre de publier un texte, court ou long, une vidéo, un son, une photo, reprend Félix Perier. Nous voulons garder un aspect grand public, avec une production totalement libre. » Lemo vient de lancer un vaste appel à candidatures pour recruter quarante rédacteurs de tous âges en France.

interco@ayaline.com
Tél. 05 49 41 46 00

www.e-interco.com

Nous rendons accessibles aux collectivités de toutes tailles une solution innovante, **e-interco**, et un accompagnement jusque-là réservés aux grandes organisations.

e-interco Solution globale de création de sites internet-extranet

- Conçue pour accompagner les évolutions de votre interco
- Simplicité avec les packs e-interco
- Extensible à toutes vos communes
- Accompagnement par des experts du secteur public



RELOOKEUSE



COIFFEUR



ESTHÉTICIENNE

« SOS Fashion » est de retour ! Chaque mois, nous proposons à l'un de nos lecteurs de gagner un relooking complet, en partenariat avec le centre commercial des Cordeliers.

Alain est passé entre les mains de nos trois experts poitevins : Alice Toubas, conseillère en image, Yann Pourrouquet, coiffeur et coloriste. Audrey Arnaud, esthéticienne. Les professionnels du look ont eu une journée pour transformer. Découvrez le résultat...

► Par Florie Doublet - fdoublet@7apoitiers.fr

★ Alice démarre par la « colorimétrie ». Alain est « **automne intense** ».

★ La relookeuse passe ensuite à l'étude de la MORPHOLOGIE de notre candidat.

Alain est un V : ses épaules sont légèrement plus larges que son bassin. C'est la silhouette considérée comme idéale pour l'homme.



LES FAUX PAS À ÉVITER : **des vêtements trop amples** qui ne mettent pas la CARRURE EN VALEUR.

À PROSCRIRE : les hauts larges.

A PRIVILÉGIER : les vêtements aux **coupes ajustées**. Misez sur les pantalons « droits » et les vestes cintrées.

- Automne intense -



SES COULEURS : marron, turquoise, jaune moutarde, orange, rouge, kaki et doré.

Fiche d'identité

Nom : Alain ★ Âge : 43 ans

Demandeur d'emploi

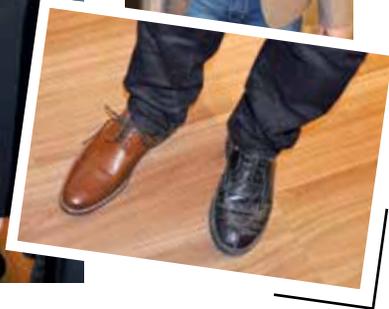
Motivations : « Je porte le même style de vêtements depuis des années. J'ai besoin d'un coup de pouce pour changer de style. »





• C'est parti pour le SHOPPING. Alain a adopté un style décontracté et très classique. Il aimerait s'orienter vers un **look plus chic et moderne**. Alice a cerné ses attentes et a sélectionné des tenues adaptées à sa morphologie et à sa colorimétrie.

Dans un premier temps, le candidat essaye des polos aux couleurs chaudes, comme le rouge et l'orange. Les essayages se poursuivent, avec un festival de tenues plus différentes les unes que les autres. Alain opte pour **un jeans à la coupe ajustée**, accompagné d'une chemise à motifs et d'une belle veste. A ses pieds, notre relooké porte des chaussures en cuir marron, qui permettent d'ajouter une **touche de raffinement**. Et voilà le travail !



• Place à la COIFFURE. Pour **rééquilibrer les volumes du visage**, il faut redessiner la barbe. Yann délimate la zone de rasage et démarre la tondeuse ! Une fois cette opération effectuée, le coiffeur passe à la coupe. Il veut lui redonner de la densité et **camoufler la calvitie naissante** d'Alain. Une couleur en racine donne l'illusion d'une chevelure davantage fournie. La transformation est remarquable.



• SÉANCE COCOONING ! Audrey s'empare de la machine « dual », qui fonctionne grâce aux ultra-sons. Elle raffermi les tissus, apporte un **« coup d'éclat »** à la peau et s'avère particulièrement efficace sur les quelques rides du front d'Alain. Pas d'inquiétude, la séance est totalement indolore. L'esthéticienne applique ensuite un **masque hydratant** et le laisse poser vingt minutes sur le visage d'Alain. Et hop, notre candidat est tout neuf !



FLASHÉZ-MOI POUR ACCÉDER À NOTRE VIDÉO
OU RENDEZ-VOUS SUR WWW.7APOITIERS.FR



BB Je suis étonné du changement ! Je vais faire davantage attention à mon look. **Alain** BB

- UN IMMENSE MERCI À TOUS NOS PARTENAIRES -

Alice Toubas, « Alice et Vous », www.aliceetvous.fr, 06 06 66 00 67 Yann Pourrouquet, « Yann K », 12, boulevard Grand-Cerf, Poitiers, 05 49 41 87 17 Audrey Arnaud, « Lamba Blanc », 2, rue Sadi Carnot, Poitiers, 09 83 09 86 22

Galerie commerciale des Cordeliers, à Poitiers. Astron Vidéo, rue Evariste-Galois, Jaunay-Clan, 05 49 46 52 82

Retrouvez la liste des boutiques participantes sur notre site www.7apoitiers.fr



côté passion ▶ Lucile Bonnin - redaction@7apoitiers.fr

Bestiaire sur porcelaine

Corinne Pelletier se passionne pour la peinture sur porcelaine. La Buxerolloise a choisi d'intituler ses œuvres « Les curiosités de Lucile ». Bénévole au SPA, elle reverse la moitié de ses gains à l'association. Quand la passion rencontre l'engagement...



Corinne Pelletier a aménagé son propre atelier de peinture sur porcelaine.

♈ BÉLIER (21 MARS > 20 AVRIL)
Une vie affective très prolifique. Vous aurez des facilités à vous ressourcer pendant votre sommeil. Beaucoup de travail et de parasitage.

♉ TAUREAU (21 AVRIL > 20 MAI)
Profitez des bons moments pour poser les bases de votre avenir. Essayez de vous détendre pour rester efficace. Vous êtes moins sensible aux effets pénibles de votre travail.

♊ GÉMEAUX (21 MAI > 20 JUIN)
Vous attirez les personnes qui correspondent à votre idéal amoureux. Écoutez votre corps pour vous sentir bien. Beaucoup de changements positifs dans votre vie professionnelle.

♋ CANCER (21 JUIN > 22 JUILLET)
Vous êtes un peu en décalage avec votre partenaire. Votre entourage risque de vous prendre beaucoup d'énergie. Dans votre travail, vous avez l'art de la négociation.

♌ LION (23 JUILLET > 22 AOÛT)
Le besoin de stabilité cotoie vos besoins passionnels. Votre forme évolue vers l'équilibre. Une semaine idéale pour reprendre les études ou une formation.

♍ VIERGE (23 AOÛT > 21 SEPT.)
Votre vie amoureuse s'annonce sereine et harmonieuse. Seul le surcroît de travail peut amoindrir votre vitalité. Bonne ambiance dans le milieu professionnel.

♎ BALANCE (22 SEPT. > 22 OCT.)
Votre vie sentimentale évolue. Isolez-vous pour décompresser. Vie professionnelle dynamique et intense.

♏ SCORPION (23 OCT. > 21 NOV.)
Vous avez besoin de sécurité affective. Surveillez davantage votre consommation de sucre. Dans le travail, vous envisagez des perspectives inédites.

♐ SAGITTAIRE (22 NOV. > 20 DEC.)
Votre vie sentimentale va vers plus de stabilité. Vous ressentez un élan nouveau pour les efforts longs et soutenus. Dans le travail, les nouveaux projets fusent de toute part.

♑ CAPRICORNE (21 DEC. > 19 JAN.)
Vous baignez dans une atmosphère sentimentale paisible. Vous avez des facilités pour harmoniser vos énergies. Vous allez devoir accélérer la cadence sur le plan professionnel.

♒ VERSEAU (20 JAN. > 18 FÉVRIER)
Vous vous interrogez sur votre vie intime. Votre forme se stabilise avantageusement. La trop grande conformité de votre milieu professionnel freine votre créativité.

♓ POISSONS (19 FÉVRIER > 20 MARS)
Vous aurez à cœur de mieux comprendre votre partenaire. Votre créativité et votre ressort mental sont au beau fixe. Votre inventivité est votre meilleur atout dans le travail.

Corinne Pelletier déteste s'ennuyer. À 48 ans, cette femme pétillante et dynamique est directrice adjointe d'une entreprise spécialisée dans la prise en charge de personnes âgées. Son temps libre, elle le consacre aussi, depuis 2007, à l'association Secours et protection des animaux (SPA) de Poitiers. En rentrant du bureau, pas question de s'installer dans le canapé pour regarder la télé, car cette habitante de Buxerolles nourrit une autre passion. Corinne a aménagé, chez elle, un atelier de peinture sur porcelaine baptisé « Les curiosités de Lucile ». Il lui apporte sérénité et apaisement. L'artiste a toujours adoré ce prénom, qui lui a servi pendant ses études. « C'est mon moment à moi. Cette activité demande beaucoup de minutie et de concentration, mais elle me permet de m'évader un peu du quotidien. »

PASSIONNÉE ET GÉNÉREUSE

Dans sa collection, Corinne compte une centaine d'œuvres,

dont des dessins très colorés et humoristiques. « Mes sources d'inspiration sont très variées », insiste-t-elle. Du simple magazine aux albums pour enfants, elle privilégie les motifs accrocheurs et figuratifs. « Ce n'est pas parce que l'on fait de la peinture sur porcelaine qu'on doit rester classique : il faut de l'originalité ! » Un chaton bleu

suspendu à un fil à linge, une légende en mode « avis de recherche »... La passionnée multiplie les clin d'œil au SPA dans ses réalisations. Dingue de chats, elle les peint plus souvent qu'à son tour. Une fois sa peinture finie, elle met les objets au four pendant quatre heures. Et le tour est joué ! Corinne reverse la moitié des

bénéfices de ses ventes au SPA. Le reste lui sert à payer ses fournitures (50€ par mois). Tasses, sucriers, coupelles et assiettes décorées s'écoulent dans les événements organisés par le SPA, comme le bric-à-brac, les collectes... La peintre donne aussi généreusement à l'association poitevine Hope. C'est ce qu'on appelle de l'altruisme.

SUDOKU

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

Moyen

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

Difficile

LOISIRS CRÉATIFS

Médium, support inédit pour les peintres

Sophie Bros, alias « Sofi3d », est une grande consommatrice de loisirs créatifs.

Dans la série des détournements d'objets ou matériaux de leur fonction initiale, c'est au tour du médium de trouver sa place dans la rubrique créative. Pas la peine de le chercher dans les rayons de loisirs créatifs, c'est au rayon bois des grandes enseignes de bricolage qu'il se dénicher. N'ayant pas l'intention de me lancer dans la réalisation de meubles, je lui ai trouvé une autre utilité : il remplace les toiles à peindre, les grains en moins ! Pour quelques euros, vous repartez avec une planche d'1,5m x 60cm (ou d'un autre grand format) et de 2mm d'épaisseur. Avec un simple cutter, vous pouvez à votre guise découper des morceaux de la taille de votre futur tableau. Un coup de cutter côté pile, un autre côté face, on plie et cela se coupe tout seul. Un petit coup de papier de verre pour éliminer les



bavures et le support est prêt. Pour des tableaux de très grands formats, il est bon de prévoir un médium plus épais afin d'éviter qu'il ne gondole avec le temps. Les magasins de bricolage peuvent vous faire des découpes. Avant de lâcher vos talents d'artiste, je vous conseille de passer une couche de Gesso,

un apprêt idéal pour que la peinture accroche mieux. Après, c'est à vous de faire jouer les pinceaux (acrylique, gouache et même huile !). Le médium a tendance à matifier les couleurs, donc une couche de vernis s'impose.

Pour vos questions : sofimaginaire.canalblog.com

ADOPTEZ LES !

SOKETTE est une belle croisée labrador d'1 an et demi, âge estimé par le vétérinaire. Elle a été trouvée sur la commune de Benassay, mais personne ne l'a réclamée. C'est une chienne vive et attachante, qui vous accompagnera dans vos balades et sera toujours partante pour des séances de câlins. Elle a besoin de vivre dans une maison avec un jardin bien clôturé. Sokette est vaccinée et identifiée par puce électronique. Venez la rencontrer au refuge SPA de Poitiers, elle vous y attend !



CHEWIE la rouquine est une chatte un peu timide au départ. Cette jolie demoiselle d'à peine 3 ans ne connaît pas vraiment les humains et le contexte du refuge n'est pas le meilleur pour ce genre de découvertes. Elle a besoin d'être rassurée et de prendre confiance. Sa gourmandise pourra être un atout pour vous aider à l'apprivoiser, car Chewie est une épicurienne qui apprécie les bonnes pâtées ! La demoiselle attend désormais sa famille pour la vie, celle qui saura lui donner un foyer doux et chaleureux, de la confiance, de la patience et énormément d'amour. Elle est vaccinée, identifiée et stérilisée.



- Refuge SPA de La Grange des Prés -
05 49 88 94 57 - contact@spa-poitiers.fr

7 À LIRE

► Cathy Brunet - redaction@7apoitiers.fr

« Une autre vie »

L'INTRIGUE : Julia mène une vie bien établie à Londres. Entre un mari chirurgien et un fils ado, elle fait un peu de photo. Mais un jour, sa sœur Kate est retrouvée morte dans une ruelle sordide de Paris. A partir de là, Julia veut découvrir les circonstances de sa mort. En menant l'enquête, elle s'aperçoit que Kate était adepte des sites de rencontres sur Internet. Pour Julia c'est certain, le tueur est inscrit sur l'un de ces sites et elle va le trouver. Elle décide d'éplucher l'historique de l'ordinateur de sa sœur et de lancer la traque. L'appât, c'est elle, mais le tueur l'ignore !



d'une femme mariée et ses rendez-vous adultères bien cachés, l'auteure nous balade entre la monotonie du foyer et la surexcitation des escapades amoureuses. Une femme qui, malgré l'amour qu'elle porte à son mari, se retrouve prise au jeu de la séduction avec, en toile de fond, la recherche de la vérité. A lire absolument !

« Une autre vie »
de S.J. Watson
Editions Sonatines.

NOTRE AVIS : Un deuxième roman au suspense et aux rebondissements incroyables. L'histoire vous tient en haleine tout au long de ses 445 pages. Entre la vie bien tranquille

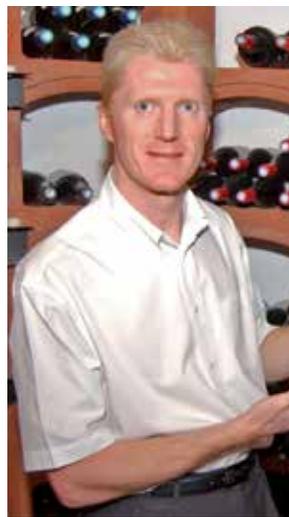
ŒNOLOGIE

Bordeaux Rive droite-Rive gauche

Après un parcours dans l'industrie aéronautique, Didier Perraud se consacre à sa passion du vin depuis 2007, un concept autour des grands crus, des vieux millésimes et de la gestion de cave.

« Il est vraiment difficile de s'y retrouver en Bourgogne. » C'est souvent ce que j'entends dire. Certes, je suis Bourguignon et le découpage du vignoble bourguignon m'est assez familier. Mais dans le Bordelais, tout n'est pas si simple non plus et il me semble intéressant de vous éclairer afin de mieux comprendre le vocabulaire communément utilisé. On parle souvent de Rive droite et Rive gauche pour situer les différentes appellations. Mais à quoi cela correspond-il ?

La Dordogne et la Garonne se jettent dans la Gironde, au nord de Bordeaux et au sud de Blaye. Sur la Rive droite de la Dordogne, on trouve les appellations de Fronsac, Pomerol, Saint-Emilion et ses satellites, et Castillon. En remontant la rive droite de la Gironde, on arrive dans les Côtes de Blaye et de Bourg. Tout ceci forme



la Rive droite du vignoble bordelais. Sur la Rive gauche de la Garonne, en partant du sud de Langon pour remonter jusqu'à Bordeaux, il y a un défilé de belles appellations, Sauternes, Barsac, les Graves et Pessac-Léognan. Au nord de Bordeaux, en remontant sur la pointe du Médoc (Rive gauche de la Gironde), nous retrouvons les appellations

prestigieuses de Margaux, Pauillac, Saint-Julien et Saint-Estèphe, mais aussi les Médoc (au Nord), les Haut-Médoc (au Sud) et les appellations Moulis et Listrac-Médoc, positionnées entre Margaux et Saint-Julien. Tout ceci forme la Rive gauche du vignoble bordelais. Et puis, il y a cette large bande entre la Rive droite de la Garonne et la Rive gauche de la Dordogne, que l'on appelle l'Entre-Deux-Mers. C'est davantage un vignoble de petits coteaux, où l'on trouve les appellations Bordeaux-Saint-Macaire, Loupiac, Cadillac, Ste-Croix-du-Mont -elles font face à Sauternes et Barsac- et les premières Côtes de Bordeaux. La majeure partie de cette vaste bande de terre compose l'appellation Entre-Deux-Mers, laquelle est connue pour ses vins blancs secs dégustés notamment avec les fruits de mer. Voilà, il vous reste maintenant à tout mémoriser pour vous y retrouver beaucoup plus facilement !

Contact : dperraud@famouswineselect.fr Tél. 06 08 62 41 00.



Film d'action de Bryan Singer, avec James McAvoy, Michael Fassbender, Jennifer Lawrence, Oscar Isaac, Sophie Turner (2h24).

▶ Marc-Antoine Lainé - malaine@7apoitiers.fr

Scénario apocalyptique

Le dernier volet de la saga Marvel, « X-Men : Apocalypse », est en tête du box-office national. Dans cet opus, où les mutants doivent empêcher la fin du monde, le grand spectacle est au rendez-vous. Au point de rendre le scénario quelque peu tangible.

Depuis les origines de la civilisation, Apocalypse, le tout premier mutant, a absorbé de nombreux pouvoirs. Devenu à la fois immortel et invincible, il est adoré comme un dieu. Se réveillant après un sommeil de plusieurs milliers d'années et désillusionné par le monde qu'il découvre, il réunit de puissants mutants, dont Magneto, pour nettoyer l'humanité et régner sur un nouvel ordre. Raven et Professeur X vont joindre leurs forces pour affronter leur plus dangereux ennemi et sauver l'humanité d'une destruc-

tion totale.

Il y a de quoi s'y perdre dans la chronologie des épisodes X-Men. Les réalisateurs successifs de la saga aiment tant revenir en arrière qu'il leur arrive parfois de s'égarer. Ainsi, Apocalypse souffre d'un scénario ponctué d'incohérences, tant narratives que circonstancielles. Sorti de ce constat, l'ensemble est visuellement époustouffant et séduira les amateurs de films bourrés d'effets spéciaux. Côté casting, on découvre non sans satisfaction les premiers pas de Sophie Turner (Sansa dans Game Of Thrones) sur grand écran. Les prestations de James McAvoy, Michael Fassbender et Jennifer Lawrence portent à elles seules ce dernier volet de la franchise Marvel. On sent que la course à l'audience bat son plein entre les sagas Avengers et X-Men. Avec succès, si l'on en croit les entrées de cet Apocalypse. Après une semaine d'exploitation, le film est en tête du box-office français.

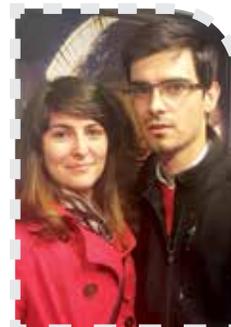
Ils ont aimé... ou pas



Maxime, 20 ans
« J'ai passé un bon moment. J'ai lu tous les comics de la saga X-Men et je dois dire que je suis partagé sur ce nouvel opus. Sur une échelle de 1 à 10, je lui donne 7. Pour moi, le meilleur épisode de la saga reste « L'Affrontement final ». »



Laurane, 19 ans
« J'ai bien aimé, mais j'ai bloqué sur quelques incohérences scénaristiques, notamment l'âge des personnages principaux. Je recommanderai quand même ce film à mes amis, parce que c'est un grand spectacle visuel à découvrir au cinéma. »



Thibaud et Amélie, 21 ans
« On a l'impression qu'ils ne savent plus quoi faire pour surprendre le spectateur. Les effets spéciaux sont certes spectaculaires, mais aussi très ordinaires. Ça manque d'intelligence dans la conception. On s'éloigne de la trilogie originale. C'est dommage. »



A gagner
20
places



7 à Poitiers vous fait gagner vingt places pour assister à la projection du film « Retour chez ma mère », du lundi 6 au dimanche 12 juin, au Méga CGR Fontaine.

Pour cela, rendez-vous sur www.7apoitiers.fr et jouez en ligne

Du mardi 31 mai au dimanche 5 juin inclus.

Retrouvez tous les programmes des cinémas sur 7apoitiers.fr

Il monte le son

Vincent Royet. 37 ans. Ex-speaker officiel du Stade poitevin volley et du PB86. S'apprête, un an après l'Euro de basket, à officier pendant l'Euro de foot, du côté de l'Allianz Riviera de Nice. Signe particulier : n'oublie pas d'où il vient.

Par **Arnault Varanne** - avaranne@np-i.fr

Sa vie est une course sans fin. De Poitiers à Périgueux, du Mans à Nice. De son job d'animateur radio à sa passion du micro et des foules. Aussi loin qu'il se souvienne, Vincent Royet a toujours eu le verbe haut et la voix claire. Deux qualités qui lui ont très tôt ouvert les portes de la foire agricole d'Alençon ou de Rennes. « *Je ne me souviens plus de la ville ! Ce que je sais, c'est qu'à 16 ans, ce fut la meilleure des écoles, au contact de « vraies » gens.* » Alors qu'il s'apprête à s'envoler vers la Côte d'Azur, où il sera speaker officiel pendant l'Euro de football (10-28 juin), le Poitevin d'adoption garde ces souvenirs au chaud, comme un précieux talisman.

« *Mes parents m'ont souvent dit que quand on ne savait pas où aller, il valait mieux savoir d'où on venait...* » Issu d'un « milieu

modeste », le fils de comptable et de prof de gym a retenu la leçon, arpégeant d'abord ses gammes d'ambianceur (sic) à Lawson-Body, sous la houlette de Jean-Michel Roche, avant de filer au Dolmen pour « participer à l'ascension du PB86 jusqu'à la Pro A ». Avec, entretemps, un intermède à la Grand-Goule. Son assurance micro en main et sa prestance ont séduit les aficionados pendant une paire d'années. « Il y a eu un vrai phénomène basket à Poitiers et j'y ai contribué à ma manière. Quand je revois de temps en temps Jacques Monclar (ancien joueur, entraîneur et aujourd'hui consultant, Ndlr) à Paris, et que je lui parle de SuperMez, il en rigole encore... »

« **J'EN PROFITE À FOND !** »

A l'instar d'autres Poitevins, le matinalier de France Bleu Péri-

gord a su « se vendre ». Notamment dans la Sarthe, où il assure l'animation des soirées basket à Antarès. « *C'est une passion viscérale, j'aime ça. Je sais que tout peut s'arrêter du jour au lendemain, alors j'en profite à fond !* » Derrière les flonflons de la réussite et la satisfaction d'animer une enceinte de 27 000 âmes - à Lille, pendant l'Eurobasket 2015-, se nichent aussi quelques points de fragilité. A commencer par « *une vie privée un peu délaissée au détriment du reste* ». Il l'assume.

De façon plus ponctuelle, il y eut cette polémique avec les supporters de la « Roja », pourtant championne d'Europe en France en septembre dernier. Lesquels l'ont accusé, sur les réseaux sociaux, de parti-pris pendant la finale opposant l'Espagne à la Lituanie. « *Au départ, les messages m'ont fait rire. Mais les*

tweets d'insultes et menaçants envers ma famille m'ont enlevé le sourire. J'ai été affecté, c'est vrai... » Vincent Royet, victime collatérale de l'inimitié franco-espagnole ? On se pince pour le croire...

Il y a peu de chances que pareille mésaventure lui arrive à Nice, où il officiera le temps de quatre matchs : Pologne-Irlande, le 10 juin, Espagne-Turquie, le 17, Suède-Belgique, le 22 et un huitième de finale, le 28. Trois semaines dans la peau de l'homme-orchestre de l'UEFA. « *Je suis frappé par le professionnalisme des organisateurs, admet le Poitevin. Tout est écrit à la virgule près, avec un début d'animation trois heures avant le match, l'annonce des partenaires... Il n'y aura aucune impro !* »

« **JE ME CONSIDÈRE AVANT TOUT COMME UN PRIVILÉGIÉ** »

Charge aux « team speakers », qui seront à ses côtés, de mettre le feu à l'Allianz Riviera en cas de but. Ce « *costume étroit* », Vincent le portera comme un premier communiant. Avec une « *immense fierté* ». « *Je me considère avant tout comme un privilégié et c'est une expérience très enrichissante à vivre, qui me permettra de côtoyer de nouvelles personnes.* » Et tant pis si l'ambiance pré-insurrectionnelle dans l'Hexagone contraste avec la joie

d'un événement comme l'Euro. « *Notre métier, c'est un peu de faire semblant, que les gens oublient leurs problèmes personnels l'espace de quatre-vingt-dix minutes, esquisse-t-il. Dans ce registre, Vincent Royet excelle. Sa voix claire et son verbe haut sont ses meilleurs atouts.*



NOUVELLE VOLVO V40 AFFIRMEZ VOTRE DIFFÉRENCE

À partir de 280 €/mois⁽¹⁾, sans apport ni condition,
LLD 36 mois et 30 000 km jusqu'au 31 août 2016



VOLVOCARS.FR

(1) Exemple de Location Longue Durée sur 36 mois et 30 000 km pour la location d'une **Volvo V40 T2 Kinetic** aux conditions suivantes : 36 loyers mensuels de 280 €. Offre réservée aux particuliers dans le réseau participant jusqu'au **31/08/2016**. Sous réserve d'acceptation par Cetelem Renting, RCS Nanterre 414 707 141, 20, avenue Georges Pompidou, 92300 Levallois-Perret, N° ORIAS : 07 026 602 (www.orias.fr). Conditions sur volvocars.fr.

Modèle présenté : VOLVO V40 T3 BM6 152 ch Momentum avec options, LLD en 36 loyers de 620 €.

Gamme VOLVO V40 : Consommation Euromix (l/100 km) : 3.2 à 5.9 - CO₂ émis (g/km) : 82 à 137.

Cachet Giraud
AUTOMOBILES

1 RUE FRANÇOIS COLI - ZA DU VIGNAUD
86 BIARD - Proche Aéroport  - 05 49 37 29 15
www.cachet-giraud.fr