

# NANTES SENIORS

N° 60

HIVER  
2022

GRATUIT

INFOS, CULTURE & LOISIRS EN LOIRE-ATLANTIQUE

## LE THÉÂTRE DE JEANNE

ABONNEZ-VOUS AU RIRE ET À LA BONNE HUMEUR !  
TOUT SAVOIR SUR L'ABONNEMENT 2021/2022 : [WWW.THEATRE-JEANNE.COM](http://WWW.THEATRE-JEANNE.COM)

### LES GRANDES COMÉDIES



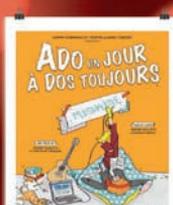
**Ils s'aiment**  
LE SPECTACLE DE VOS FÊTES !  
DU 08 DÉCEMBRE AU 16 JANVIER  
DU MER. AU SAM. 20H30 - DIM. 17H  
+ 21, 27 ET 29 DÉC. 20H30  
+ 24 DÉC. 19H ET 20H ; 31 DÉC. 18H,  
20H ET 22H



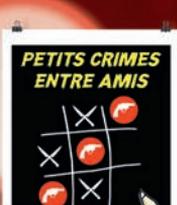
**LE MARI  
DE MA FEMME**  
DU 19 JANVIER AU 6 FÉVRIER  
DU MER. AU SAM. 20H30 - DIM. 17H



**MON  
RENAUD  
PRÉFÉRÉ**  
DATE EXCEPTIONNELLE  
MARDI 1ER FÉVRIER  
20H30



**ADO UN JOUR  
À DOS TOUJOURS**  
DU 9 AU 27 FÉVRIER  
DU MER. AU SAM. 20H30 - DIM. 17H  
+ 14 FÉV. 20H30



**PETITS CRIMES  
ENTRE AMIS**  
DU 2 AU 20 MARS  
DU MER. AU SAM. 20H30 - DIM. 17H

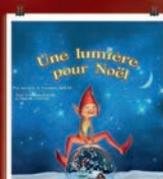
### SPECTACLES JEUNE PUBLIC



**GABRIOLO,  
MALCETTE  
ET LA LETTRE À PÈRE NOËL**  
DU 10 AU 15 DÉCEMBRE  
MER. 14H30 - SAM. 16H  
+ 11 NOV. 16H ET 12 DÉC. 15H



**AU BOUT  
DU CONTE...**  
DU 14 NOVEMBRE AU 5 DÉCEMBRE  
DIM. 15H



**UNE LUMIÈRE  
POUR NOËL**  
DU 18 AU 30 DÉCEMBRE  
SAM. 18 DÉC. 16H  
+ DIM. 19 ET 26 DÉC. 15H  
+ 20 ET 27 DÉC. 14H30  
+ 21, 22, 23, 28, 29 ET 30 DÉC. 14H30 ET 16H  
+ 24 DÉC. 15H

[THEATRE-JEANNE.COM](http://THEATRE-JEANNE.COM) | 06 99 10 76 05 | 5 RUE DES SALORGES 44100 NANTES

### VOYAGE



A la découverte  
de René Lalique

### BALADES

Les Sables d'Olonne



### AUTO



La renault 4

[festival-trajectoires.com](http://festival-trajectoires.com)

# TRA

14>30  
JANVIER  
2022

# JEC

# TOI

FESTIVAL  
DE DANSE

# RES

**Nantes, Rezé, Saint-Herblain, Haute-Goulaine, Saint-Nazaire.**



Pendant les confinements de ces 18 derniers mois, nombreux sont ceux qui ont appelé à plus de proximité, à aller vers l'autre, à la solidarité, au (mieux)vivre ensemble, à se tourner vers les acteurs économiques locaux, à s'occuper de ses proches etc... à l'approche des fêtes de Noël on constate que la préoccupation principale est...le risque de manquer de jouets, ou d'huitres ou de foie gras ou que sais-je...alors en effet jamais depuis des décennies nous n'avions entendu parler de pénuries, de manque de matières premières etc... ces soubresauts de notre économie basés sur la consommation et la mondialisation ne sont que provisoires. Rien à côté de ce qui nous attend avec les conséquences du changement climatique. Alors on peut se poser la question, est-ce le chacun pour soi qui va l'emporter ou allons nous devenir collectivement (c'est indispensable) responsables ? Les résultats de la COP 26 ne sont guère encourageants... C'est le moment ou jamais de prendre de bonnes résolutions pour la nouvelle année ! Bonnes fêtes à toutes et à tous !

Toute l'équipe de Nantes Seniors.

Sommaire ■

ACTUALITÉS

2 Le renouveau des quartiers Nord et Paradis sur Nantes

4 Sélection Shopping

BIEN-ÊTRE

6 Naturopathie

BALADE  
LOISIRS

10 Balade aux Sables d'Olonne

14 Découverte René Laliue

AUTOMOBILE

18 Dossier spécial "Renault 4L"

LECTURE

22 Ne t'arrête pas de courir - Mathieu Palain

SORTIES

24 Les théâtres

26 Sorties culturelles

TERROIR

30 Le coin du Terroir

RECETTE

32 Recette de Nadine

**Théâtre de Poche Graslin**

**DU RIRE ET DE L'EMOTION !**

Suivez-nous !

6 AU 22 JANVIER

27 JANVIER AU 5 FEVRIER

24 FEVRIER AU 5 MARS

10 AU 19 MARS

RÉSERVATIONS : 02 40 47 34 44 · theatredepochegraslin.fr · 5 rue Lekain, 44000 NANTES



## RENOUVEAU DES QUARTIERS NORD ET PARIDIS SUR NANTES

**D**eux grands chantiers sont annoncés pour la route de Paris à proximité du centre Paridis et pour le quartier Nantes Nord.

Le projet « Paridis 21 » a été voté par les élus de Nantes Métropole : d'ici à 2030 la zone de la route de Paris, sur 20 hectares, accueillera 32 000 m<sup>2</sup> de bureaux, 370 nouveaux logements (dont 30% de logements à prix abordables), 25 000 m<sup>2</sup> de commerces supplémentaires, 15 000 m<sup>2</sup> de loisirs, services et restaurants et 4 500 places de stationnement avec la construction d'un parking silo. Le projet fait de la route de Paris un « boulevard paysager » repensé pour intégrer les mobilités

douces et des transports en commun en site propre ainsi que l'enfouissement des lignes à haute tension. Le site va devenir un véritable quartier, avec 1 quart de surface paysagée.

600 emplois seront créés dans le commerce et les loisirs, 2 000 dans le tertiaire.

Le quartier de Nantes Nord fait quant à lui partie des secteurs qualifiés de « quartier d'intérêt national à transformer » par l'Agence nationale pour la rénovation urbaine. L'enveloppe de 533 millions d'euros est partagée entre les divers bailleurs, les aménageurs, collectivités et l'Anru. Sur 15 ans, les travaux viseront à ouvrir le quartier et varier les types d'habitats. Les grands axes urbains vont être requalifiés, la surface commerciale va croître de 8 000 m<sup>2</sup>, 2 500 logements sociaux vont être réhabilités et 1 100 nouveaux seront construits. Le centre commercial de la Boissière va être démolé pour laisser place à de nouveaux immeubles et une maison de santé pluriprofessionnelle doit ouvrir en 2023. Le but est d'améliorer la convivialité et les connexions avec les autres quartiers.

# Offres

N'importe  
Quoi !!!



yeti-creationgraphic.fr 06 49 31 00 33



NANTES  
*Côté Sud*

LE CABARET D'AUJOURD'HUI

Saison 2021-2022

[www.cotesud-cabaret.fr](http://www.cotesud-cabaret.fr)



**Pantoufles à Pépère - Charentaises**

*Fabriquées en Charente avec pour la plupart, des tissus Français Intérieur en 100% pure laine vierge*

**Aux pieds des Anges**

3, rue de Verdun - Nantes

aux-pieds-des-anges.com - **59,00 €**



**Box de Noël LAPSA pour chien ou chat**

*Box personnalisée remplie de friandises, jouets, peluche... Et de surprises pour les propriétaires !*

*Disponible en édition limitée*

**LAPSA**

lapsa.fr - **22,00€**



**Mélange à pancakes, 500g - Canada's Finest**

*Mélange de farine de blé et d'avoine BIO, de sel de mer (moulu sur pierre) et de poudre à lever, il ne reste qu'à mettre le lait et l'œuf et votre petit déjeuner est prêt !*

**Le comptoir de Québec**

7, rue Saint Léonard - Nantes

comptoir-de-quebec.com - **5,50 €**



**Calendrier de l'Avent**

*Garni de délicieux bonbons chocolatés, de caramels au beurre salé ou encore de nougats tendres aux amandes*

**Maison DV**

6, place du Change - Nantes

maisondv.fr



**Lovebox**

*La première application pour prendre soin de ses proches au quotidien. Faites des messages d'amour à vos proches !*

**Lovebox**

fr.lovebox.love - 124,99 €



**Stepper "Twist"**

*Avec un guidon de soutien pour une utilisation sûre et confortable, ce stepper est idéal pour travailler les fessiers, abdominaux et jambes grâce à sa "double action".*

**L'homme moderne**

12, rue La Fayette- Nantes

lhomme moderne.fr - 129,00 €



**Coffret "Un bain d'hydratation", Cattier**

*Coffret permettant une hydratation complète de la peau. Un cadeau parfait à offrir ou à s'offrir !*

*Masque tissu hydratant, 20g - Brume hydratante multi-protectrice, 100 ml - Mini eau micellaire démaquillante, 50ml (Offerte)*

**Marie Nature**

2, rue Paré - Nantes

marienature.fr - 18,95 €



**Dîner-Spectacle au Cabaret La Plume Rouge**

*Plusieurs formules proposées : Formule Féérie & Formule Divine*

**Cabaret La Plume Rouge**

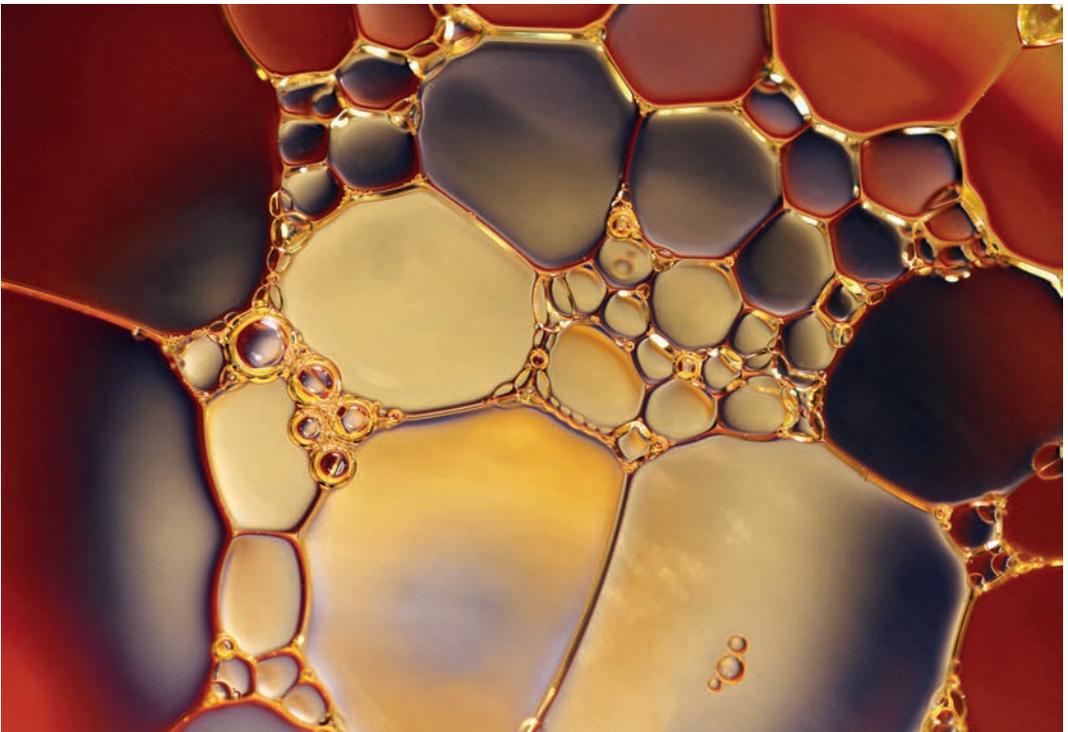
53, rue de la Brière - La Chapelle des Marais

laplumerougecabaret.com - De 49,00 à 75,00€ (hors soirée de la Saint-Sylvestre)

## LA NATUROPATHIE

**L**e gras, un ami qui vous veut du bien !  
Le saviez-vous ? Le cerveau est composé de 60% de gras. Le gras constitue 20% de la masse corporelle de l'homme et 25% chez la femme. Il est indispensable au bon fonctionnement de notre organisme. Comment en faire notre meilleur allié ?

« Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré et trop salé ». Ce slogan, sorti en 2007 et imposé aux publicités alimentaires dans le cadre du PNNS (Plan National Nutrition Santé), nous a fortement incité à limiter certains aliments et certains apports, pourtant essentiels à notre bonne santé. En effet, pour fonctionner à 100%, notre corps a besoin de glucides (les sucres lents et rapides), de protides (les protéines) et de lipides (les matières grasses). Aussi surprenant que cela puisse paraître, 35% des calories fournies, par notre alimentation, doivent provenir des matières grasses. Ce taux passe à 40%, lorsque nous atteignons 65 ans.





*les  
animations*

**Nantes**

*en*

*les  
illuminations*

**Fêtes!**

*les marchés  
de Noël*



**À PARTIR DU  
19 NOVEMBRE**



*les  
marchés*

Retrouvez le programme sur [metropole.nantes.fr/nantesenfetes](http://metropole.nantes.fr/nantesenfetes)

**NANTES  
CENTRE-  
VILLE**  
VRAIS MOMENTS  
NANTAIS!



UNAG

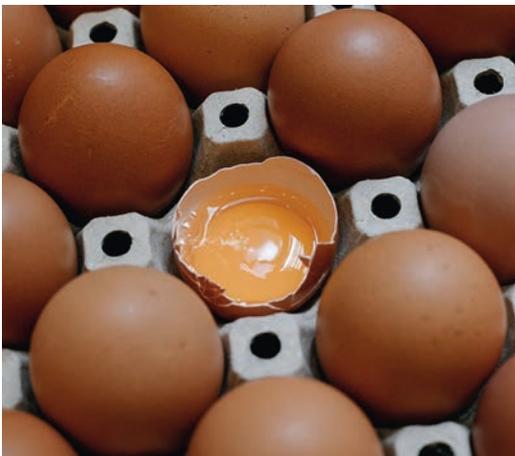
plein  
centre

ALL NANTES 02 40 41 9000  
[metropole.nantes.fr](http://metropole.nantes.fr)



### **Mais à quoi sert le gras ou les lipides ?**

Le gras, c'est notre énergie. Il constitue la structure des membranes de nos cellules. Il joue un rôle de transport des hormones et des vitamines liposolubles (c'est-à-dire qu'elles ont besoin de gras pour être utilisées) A, D, E et K. Il fortifie notre structure osseuse. Il contribue au développement de nos fonctions physiologiques et psychologiques. Il joue un rôle clé dans notre système immunitaire. Mais surtout, il est vital pour notre cerveau. Ce dernier est principalement constitué de graisses. Il est donc essentiel, pour



son bon développement, et ce, dès le plus jeune âge (et jusqu'au plus vieux), de lui fournir un apport nutritionnel de qualité, même en matières grasses.

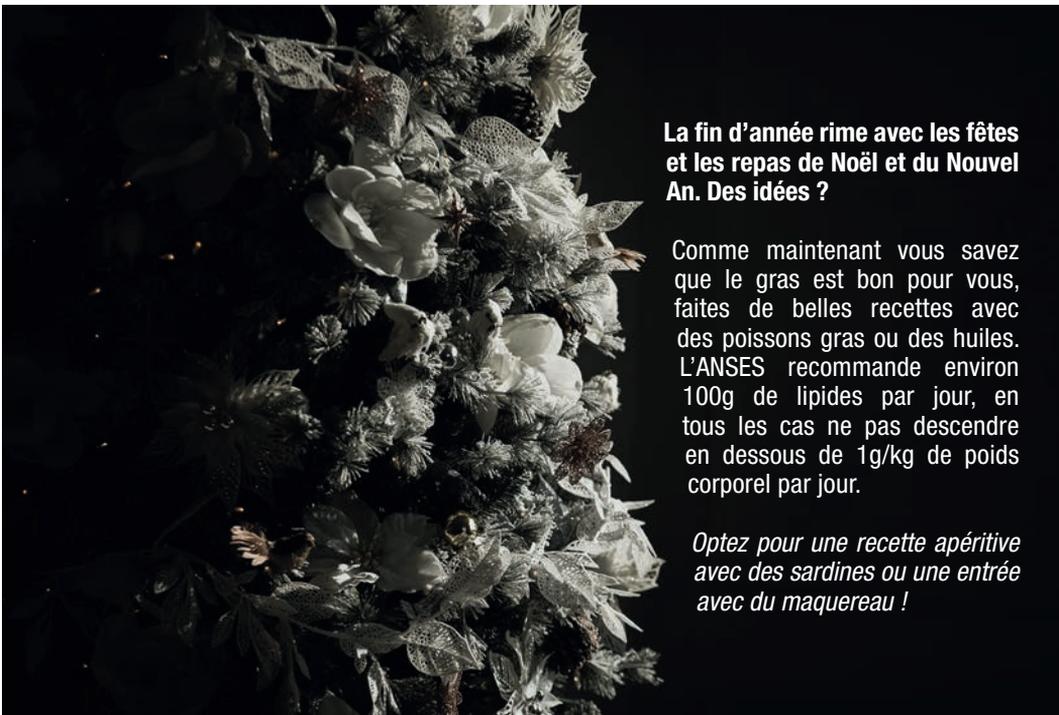
### **Mais quelles sont les matières grasses de qualité ?**

Le jaune d'œuf, les viandes, les poissons gras (maquereau, sardines, thon en conserve, saumon, truite, omble...), le beurre (animal et végétal) et les huiles.

J'insiste sur les huiles. (ce n'est pas par hasard, s'il y a encore un siècle, on nous faisait boire une cuillère d'huile de foie de morue, tous les matins). Nous n'en consommons plus assez. Or, il s'agit là d'une source riche en Oméga 3 et en Oméga 6, acides gras, là encore, dits essentiels car le corps ne les fabrique pas.

Elles favorisent le renforcement de notre système immunitaire et aident à prévenir contre les cancers, les maladies cardio-vasculaires, Alzheimer, les rhumatismes, les infections... et autres pathologies. Mais pour qu'elles soient efficaces, il ne faut pas se contenter d'une seule huile (tournesol et olive étant les plus consommées). Il faut varier les plaisirs !

Alors précipitons-nous sur les huiles de noix, de lin, de sésame, de colza, d'arachide, de noisette, de coco, de pépins de raisin... Elles ont toutes des propriétés différentes, très bonnes, pour le corps.



### **La fin d'année rime avec les fêtes et les repas de Noël et du Nouvel An. Des idées ?**

Comme maintenant vous savez que le gras est bon pour vous, faites de belles recettes avec des poissons gras ou des huiles. L'ANSES recommande environ 100g de lipides par jour, en tous les cas ne pas descendre en dessous de 1g/kg de poids corporel par jour.

*Optez pour une recette apéritive avec des sardines ou une entrée avec du maquereau !*

## RECETTE DE BOULETTES DE SARDINES

### Environ 14 boulettes

- 2 boîtes de sardines (environ 300g)
- 1 oignon
- 1 jaune d'oeuf
- Ciboulette
- 1 c. à c. de paprika fumé et du poivre



Boulettes de sardines © Ba Hiba

Ecrasez les sardines et mélangez tous les ingrédients. Faites des boulettes. Etalez sur une feuille de papier sulfurisé. Mettre au four (préchauffez à 180°C), 20 minutes.

## RECETTE DE CITRONS FARCIS AU MAQUEREAU

### Pour 4 personnes

- 2 citrons bio
- 2 boîtes de maquereaux à l'huile d'olive
- 2 c. à s. de câpres
- 2 yaourts à la grecque
- 1 avocat
- 2 c. à c. de moutarde à l'ancienne
- 1/2 bouquet de persil, le jus de citron, poivre
- Oeufs de saumon (pour la déco)



Citrons farcis au maquereau © Jean Bono

Coupez les citrons en 2. Evidez-les en gardant le jus et faites une découpe, en dessous, pour qu'ils soient stables. Dans un plat, mélangez les ingrédients, maquereau écrasé, avocat en morceaux et persil ciselé (sauf les oeufs de saumon). Mettre du jus de citron (goûtez et rajoutez en fonction). Mettre au frais au moins une heure. En les sortant, mettre du persil et des oeufs de saumon, pour la touche déco.

***Et passez de belles fêtes de fin d'année 2021 !***



© Alexandre Lamoureux  
Destination Sables d'Olonne

## BALADE AUX SABLES D'OLONNE

**P**endant les fêtes, pourquoi ne pas passer quelques jours en terres Vendéennes ?  
**Tourisme, histoire, nature, gastronomie : tour d'horizon des plaisirs Sablais pour un séjour farniente et bon vivant !**

### Un littoral riche

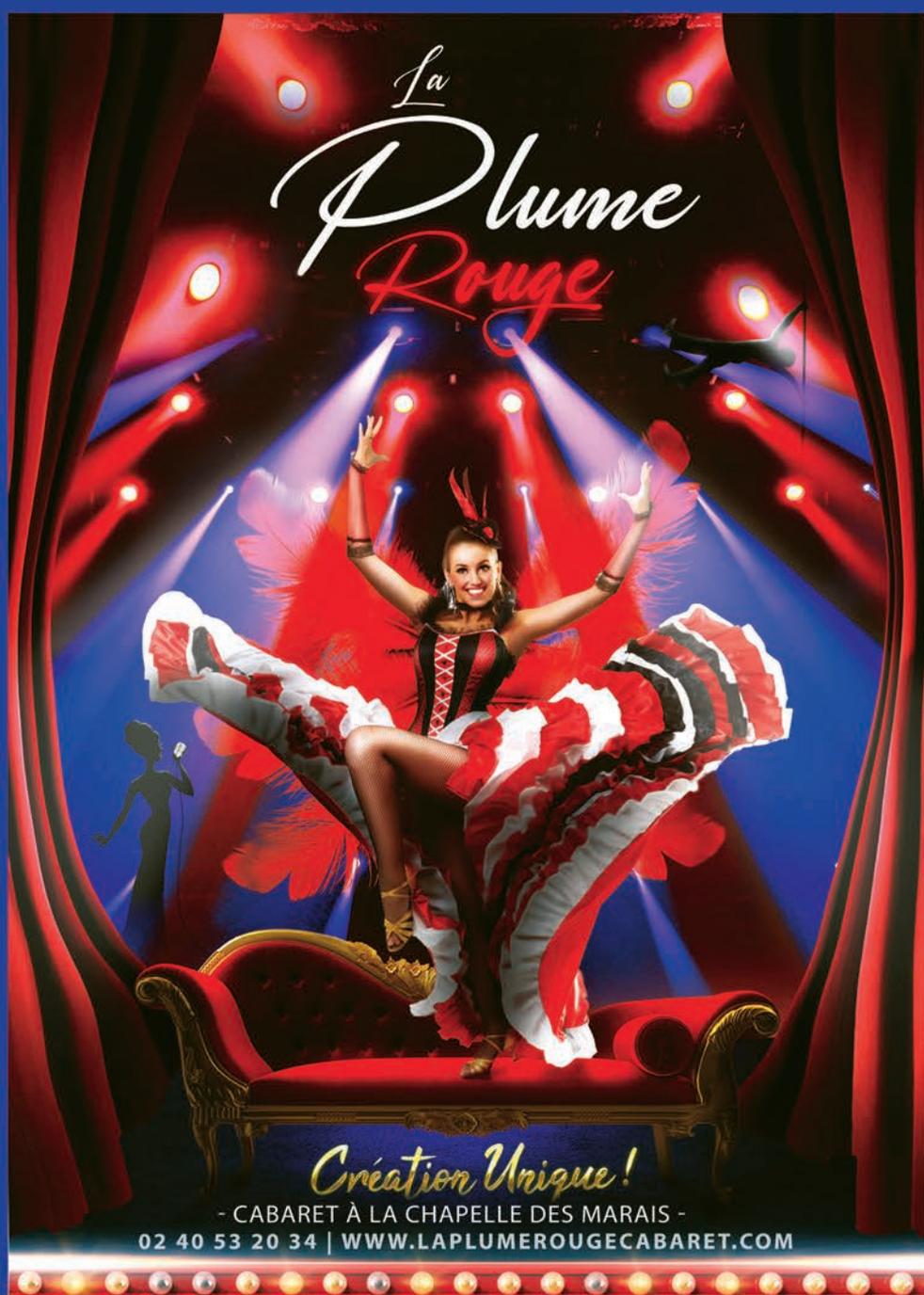
Les Sables d'Olonne, c'est avant tout un emplacement géographique de choix : situé sur la côte vendéenne, en bordure de Loire-Atlantique, la ville dispose d'un accès à l'océan qui fait son charme et sa splendeur. Dans le quartier de la Chaume, on peut se balader de la forêt côtière jusqu'aux dunes en admirant la végétation qui les recouvre tel un tapis de verdure. Ici, pas de monticules de sables à la manière de la dune du Pyla, mais des vastes champs de coquelicots qui rougeoient au soleil couchant. Cette forêt est l'endroit rêvé pour les promenades et les piques niques, en plus de son importance historique : en effet, c'est au 15<sup>ème</sup> siècle qu'elle est créée, entièrement constituée de pins, afin de stabiliser les dunes qui ne cessaient de reculer sur les terres habitables. Non loin de là, il faut profiter de la vue de la jetée Saint Nicolas, une corniche préservée bordée de rochers et de dunes. Elle présente un sentier littoral sauvage parfait pour

les balades à pied ou à vélo, qui rappelle par certains aspects les côtes bretonnes du Finistère. A cent mètres de là, le phare de l'Armandèche surplombe les environs, majestueux belvédère magnifié par les embruns d'une mer haute et mouvementée. Datant de 1968, il est le dernier phare construit en France. De nombreuses plages jalonnent la côte, notamment celle du Veillon, jouxtant l'estuaire de Payré (classé site remarquable de Vendée). Sauvage et constituée de sable fin, elle se cache derrière les dunes et propose une langue de sable qui s'aventure dans l'océan avant d'être submergée à marée haute.

### Le Quartier de la Chaume

Cité précédemment, ce quartier est le plus vieux de la ville. Anciennement un village de marins-pêcheurs, il est désormais un quartier résidentiel très typique, avec ses ruelles étroites bordées de maisons basses peintes à la chaux. La rue Tourne Bride est sûrement la plus représentative de ces lieux chargés d'histoire. Outre sa forme singulière, parsemée de coudes et d'impasses, on peut y apercevoir dans un jardin un Pou, outil traditionnel qui servait à faire sécher les filets de pêche. En passant par la place Sainte-Anne et sa fresque en trompe l'œil datant de 1997, on arrivera le long du « passage », le canal qui sépare la Chaume du centre-ville des Sables. Sur les berges trônent la Tour d'Arundel & le château Saint-Clair, emblèmes du quartier. Construit entre le 14<sup>ème</sup> et le 15<sup>ème</sup> siècle sur une forteresse plus ancienne (11<sup>ème</sup> siècle), le château abrite aujourd'hui le musée de la mer et de la pêche. En haut de la tour, on peut visiter le tout premier phare de Vendée.

# La Plume Rouge



- CABARET À LA CHAPELLE DES MARAIS -  
02 40 53 20 34 | [WWW.LAPLUMEROUGECABARET.COM](http://WWW.LAPLUMEROUGECABARET.COM)

*Le Cabaret La Plume Rouge*  
vous invite à passer des Soirées Exceptionnelles !

*Soirées Spectacles* dès 39€ avec la nouvelle Revue *La Plume S'Allume !*  
& *Dancing* avec orchestres

Plus d'infos :  
02 40 53 20 34 et [www.laplumerougecabaret.com](http://www.laplumerougecabaret.com)



Le puit de l'Enfer © Les Sables d'Olonne Tourisme

### Une ville chargée d'histoire

Le centre piétonnier regorge de sites incontournables architecturalement et historiquement parlant. A ne pas louer, le bijou de construction que sont Les Halles. Construites originellement en 1810, elles sont réaménagées en 1890 dans la continuité du pavillon Baltard, un monument parisien imaginé par l'architecte éponyme sous Napoléon III et qui sera salué par des personnalités comme Eiffel ou Verlaine (« Les dentelles de Vulcain » selon ses propres mots). En 2021 d'ailleurs, les Halles des Sables d'Olonne finissent 7ème au concours du plus beau marché de France. A deux pas de là, un autre lieu au fort potentiel insolite attire notre regard : la rue de l'Enfer. En effet, avec ses 40cm de large au sol, elle est inscrite au Guinness Book des records comme la rue la plus étroite au monde ! Pour voir plus grand, il suffit de se diriger vers le remblai qui borde la plage et qui nous offre une jolie balade vers le centre piéton. Ce n'est pas à proprement parler un remblai, mais plutôt une succession de promenades construites à l'origine pour contrer les assauts de la mer et de l'ensablement. Depuis des rénovations entre 2008 et 2013, le remblai se caractérise désormais par la priorité donnée aux piétons, aux vélos ainsi qu'à la végétation de bord de mer. Bordant l'allée, de villas balnéaires datant du 19ème siècle allient architecture typique d'une ville côtière et éléments audacieux et respectueux de l'histoire des lieux. A noter la présence en pays d'Olonne de nombreux moulins plus ou moins bien conservés, véritable témoignage de la production de farine au cours des siècles. Idéalement

positionnés en plein vent sur le haut des dunes du littoral, on recense jusqu'à 18 moulins au 11ème siècle, l'âge d'or de l'industrie meunière de la région.

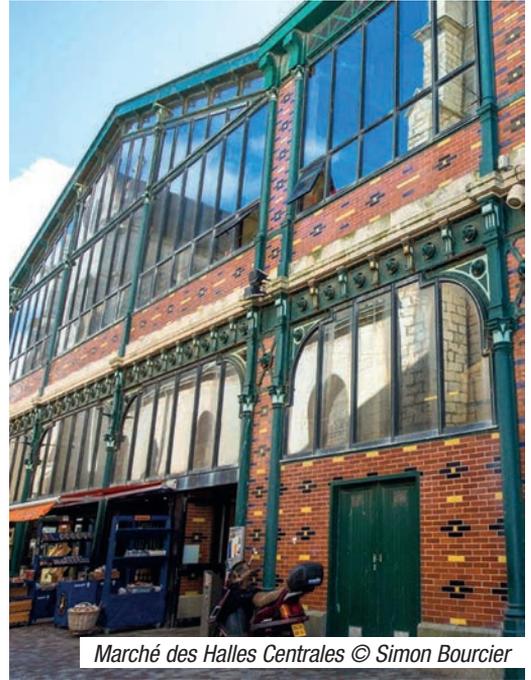
### Une nature sauvage et variée

En retrait du littoral, des zones de marais situées au nord des sables abritent une faune et une flore riche et spécifique. Rendez-vous à l'observatoire de réserve ornithologique de l'île d'Olonne pour observer les oiseaux dans leur milieu naturel (de préférence tôt le matin ou tard le soir). Des volatiles oui, mais aussi des chevaux, des moutons, et l'occasion de profiter de la superbe luminosité à ces heures de la journée. Dans des décors qui rappellent à certains instants la Camargue, il sera même possible de visiter les environs en bateau ou en canoë (plus sportif !). Plus classique, on peut se rabattre sur le vélo, meilleur moyen de locomotion pour profiter comme il se doit de ces paysages pittoresques. Mais on retrouve cet aspect sauvage dans d'autres endroits de la ville, notamment près du Puit de l'Enfer sur la côte sauvage. Derrière ce nom intrigant se cache une faille perpendiculaire au front de mer dans laquelle les vagues s'engouffrent avec fracas à marée haute. Attention néanmoins, c'est un site non protégé, alors pas besoin de s'approcher de trop près pour profiter du spectacle. Toujours dans un environnement naturel, le port Bourgenay et sa digue proposent différents types d'excursions et de promenades en mer afin de découvrir le littoral vendéen. Ce petit port de plaisance familial propose même des sorties d'initiation à la pêche.

### Loisirs et gastronomie

Piscine et bainé, diners aux chandelles, dégustation de vins,...il y a toujours de quoi agrémenter une échappée Sablaise ! La ville propose de très beaux terrains de golf, des activités de parachutisme et d'équitation, et est très bien équipée en matière de cyclisme (pistes cyclables,...).Mais par-dessus tout, en tant que ville de départ du Vendée Globe, les Sables d'Olonne propose une offre très diversifiée de sports nautiques et de glisses, dans ses nombreuses écoles de surf et de voile. De toute manière, la ville reste un spot idéal pour amateur de belles vagues. Pour petits et grands, on pourra faire un détour par l'Ecozoo, qui en plus de s'engager concrètement dans la préservation de la biodiversité locale nous permet de découvrir de multiples espèces étonnantes et exotiques : pandas roux, lions de l'Atlas, gibbons à mains blanches, etc. Trois hectares de végétation foisonnante et d'animaux menacés et peu représentés dans les autres structures. Et après l'effort, le réconfort ! Installez-vous dans l'un des nombreux restaurants de la ville. De la brasserie à la crêperie en passant par les spécialistes de crustacés, un large choix s'offre à nous. On trouvera de nombreux comptoirs proposant de déguster des huîtres, notamment au port de la Guittièrre (le plus petit de France). Ici, on se fera servir des huîtres à la coque brune au goût particulier très apprécié des fins gourmets. N'oubliez pas de réserver pour une bonne place !

*En résumé, il y en a pour tous les goûts et tous les âges aux Sables d'Olonne ! De quoi passer un séjour chargé en bons souvenirs.*



Marché des Halles Centrales © Simon Bourcier



**ANDÉGAVE**  
COMMUNICATION

- Diffusion
- Régie publicitaire et éditions
- Street Marketing
- PAO
- Impression
- Digital

andegave-communication.fr

## L'UNIVERS LALIQUE

**R**ené Lalique S'est rendu célèbre par ses bijoux aux dessins inspirés du monde animal et aux matières originales. La marque s'est fait connaître du grand public grâce aux flacons de parfums dans l'entre 2 guerres puis s'est forgée une image luxueuse en passant du verre au cristal. Aujourd'hui en pleine renaissance la marque offre une histoire et des expériences originales.

Artisans d'art, René Lalique est à l'origine un joaillier, bijoutier puis verrier. Il s'est fait connaître avec des bijoux originaux représentant des insectes ou encore le paon et le serpent, utilisant des matériaux nouveaux pour l'époque comme le verre, l'émail, le cuir ou des pierres semi-précieuses. On retiendra le fameux Pectoral à la libellule, chef d'œuvre très admiré à l'Exposition universelle de 1900 et que porta la tragédienne Sarah Bernhardt.

En 1910, Lalique innove en créant des flacons pour le parfumeur François Coty. Auparavant tous les parfums se contentaient de flacons utilitaires, sans dessin particulier. Puis dans les années 20, ce sont les collections de vases, coupes, chandeliers et même bouchons de radiateurs de voitures qui sont lancés dans une industrialisation des objets d'art. Il crée

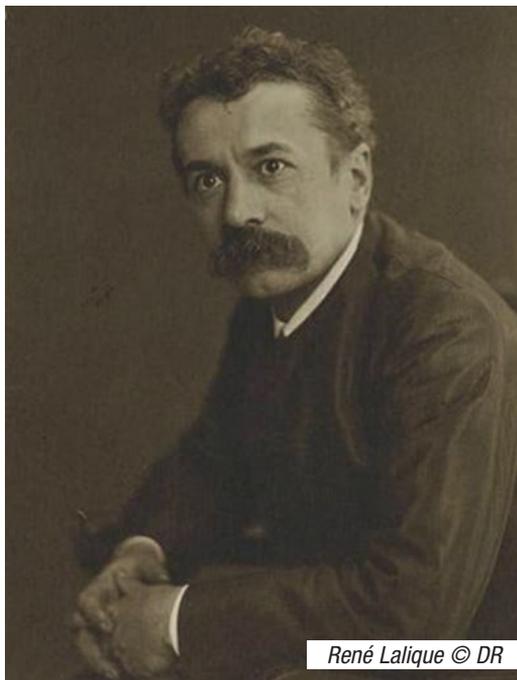
également des effets esthétiques : le satiné Lalique et les verres opalescents.

En 1936, des réalisations monumentales voient le jour comme la fontaine des champs Elysées (disparue depuis) ou encore la salle à manger des premières classes du paquebot Normandie.

En 1945, c'est son fils Marc qui lui succède et fait passer la manufacture du verre au Crystal. La société reste dans la famille Lalique jusqu'en 2008. C'est depuis l'homme d'affaire suisse Silvio Denz qui développe la Maison Lalique.

A Nantes, il n'existe pas de boutique Lalique (à Bordeaux oui), les galeries Lafayette sont distributeurs de la marque cependant. Pour vivre l'expérience Lalique il faudra donc se rendre dans une boutique à Bordeaux ou à Paris...

**Mais, d'autres lieux sont proposés par la marque :**



René Lalique © DR



Villa René Lalique © Lalique

### La Villa René Lalique

La Villa René Lalique à Wingen-Sur-Moder, en Alsace, accueille aujourd'hui un hôtel ultraraffiné classé cinq étoiles et un restaurant gastronomique deux étoiles au Guide Michelin. La décoration est signée Lady Tina Green et Pietro Mingarelli.

Cette ancienne villa construite pour René Lalique en 1920 connaît un nouveau destin et devient la vitrine du savoir-faire et de l'expertise de la Maison Lalique.



Château Lafaurie-Peyraguey © Lalique

Le musée présente plus de 650 œuvres créées par René Lalique et ses successeurs. De la joaillerie au cristal actuel en passant par le verre, c'est un univers de lumière et de transparence qui est présenté, dans un écrin signé Jean-Michel Wilmotte.

### L'hôtel restaurant Lalique au château Lafaurie - Peyraguey

Racheté en 2014 par Silvio Denz, le Château Lafaurie-Peyraguey ouvre ses portes sous un nouveau jour. Repensé comme un hôtel de luxe doté d'un restaurant gastronomique, l'établissement a été entièrement décoré par Lady Tina Green et Pietro Mingarelli, designers d'intérieur.

Cet hôtel-restaurant Lalique composé de dix chambres et trois suites se veut être la convergence de quatre univers : le vin, le cristal, la gastronomie et l'hospitalité.

C'est Jérôme Schilling, ancien chef exécutif à la Villa René Lalique aux côtés du chef triplement étoilé Jean-Georges Klein, qui est à la tête du restaurant, d'une quarantaine de couverts, une étoile MICHELIN depuis 2019.

## PASSAGE SAINTE-CROIX NANTES

20/11/21 — 19/03/22

ENTRÉE LIBRE

9 rue de la Bâclerie

44000 Nantes

[passagesaintecroix.fr](http://passagesaintecroix.fr)

[expo-arts-islam.fr](http://expo-arts-islam.fr)

#artsislam

# ARTS DE L' ISLAM

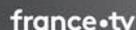
UN PASSÉ  
POUR UN PRÉSENT

TRÉSORS DU LOUVRE,  
DES COLLECTEURS NATIONALES  
ET DES RÉGIONS  
EXPOSITIONS / 10 VILLES

Soutenu par



PASSAGE SAINTE-CROIX





The Glenturret Lalique Restaurant © Lalique

### The Glenturret Lalique Restaurant

Situé au cœur de la distillerie The Glenturret - acquis par Lalique Group en association avec l'entrepreneur suisse Hansjörg Wyss en mars 2019 - au pied des collines de Crieff, l'établissement installé sur les rives de la Turret propose à ses clients une offre culinaire et un accueil d'exception dans la campagne idyllique du Perthshire.

Le Restaurant The Glenturret Lalique est dirigé par le Chef Mark Donald, qui occupait précédemment le poste de Chef du Number One, le restaurant étoilé Michelin de l'hôtel Balmoral à Édimbourg. L'établissement de 30 couverts promet une expérience gastronomique unique en Écosse.

### Une production dynamique et une créativité retrouvée :

#### 2011 | LANCEMENT DE LALIQUE ART

Au travers de ce nouveau département, la Maison met son savoir-faire au profit d'artistes majeurs de l'Art contemporain, de fondations et de designers d'exception afin de créer des œuvres uniques et extraordinaires.

Avec sa première pièce, la Victoire de Samothrace

d'Yves Klein par Lalique, réalisée en collaboration avec Yves Klein Archives, Lalique Art renoue avec le savoir-faire exceptionnel de la cire perdue.

#### 2012 | RENAISSANCE DE LA HAUTE JOAILLERIE ET DE LA JOAILLERIE LALIQUE

En 2012, l'Odysée du Feu Sacré est la collection qui signe la renaissance historique de la Haute Joaillerie et de la Joaillerie Lalique, lorsque la Maison revient aux sources originelles de son fondateur : le maître joaillier René Lalique.

#### 2014 | LANCEMENT DE LA COLLECTION NOIR PREMIER

Lalique présente pour la première fois une collection exclusive constituée de cinq parfums. Sublimées par des ingrédients hors pairs, les fragrances révèlent des facettes inédites de familles olfactives à la beauté intemporelle.

Avec le lancement stratégique de la collection "Noir Premier", Lalique écrit un nouveau chapitre de son histoire. Le parfumeur cristallier diversifie ainsi son offre avec des créations pointues et sélectives destinées à une clientèle d'initiés.

# EAU SPORT & SPA



PARCOURS



SPA



FORME

POUR TOUT ABBONNEMENT\*  
**1 MOIS OFFERT**

Découvrez nos offres  
Sport et Bien-être sur

[www.aquatonic.fr/nantes](http://www.aquatonic.fr/nantes)



## AQUATONIC

NANTES CARRÉ LAFAYETTE

\* Offre valable jusqu'au 30/09/2021. Voir conditions en club.  
© Photo : TMSM. © Création : Agence Bellecour Conseil.



## LA RENAULT 4

**C**ette année Renault fête les 60 ans de la 4L. Au-delà de sa popularité cette voiture est un véritable monument de l'automobile française. Avec plus de 8 millions d'exemplaires vendus dans plus de 100 pays du monde, la 4L a su convaincre pendant 60 ans !

En 1956, Pierre Dreyfus, le PDG de Renault, trouve l'industrie automobile trop conformiste et déclare :

*"La voiture ne doit plus être des fauteuils et une malle. Faites-moi donc un volume !"*

Il lance le projet 112, une voiture adaptée à une société en pleine évolution qu'il voit polyvalente : à l'aise en ville, à la campagne, en semaine, le week-end, pour le travail ou pour les vacances, la voiture qui plaira aux hommes mais aussi aux femmes, aux jeunes comme aux plus âgés.

Née en 1961 la Renault 4 prend la suite de la 4cv sur les chaînes d'assemblage. Cette nouveauté est lancée pour concurrencer la 2cv de Citroën mais se veut plus

polyvalente, on la surnommait la voiture blue-jean.

Les principales qualités vantées par Renault sont l'absence de graissage, le circuit de refroidissement fermé ne nécessitant pas d'appoint d'eau, le grand débattement de la suspension, la carrosserie vissée sur le châssis facilitant les réparations et le volume de charge grâce à son hayon arrière. C'est aussi la première traction avant de tourisme construite par Renault.

Au Salon de l'auto, 200 Renault 4 sont exposées dans la rue, et mis à disposition des automobilistes. Grâce à cet événement "Prenez le volant !" plus de 60.000



Renault 4L © Group Renault Communication



Renault 4L © Group Renault Communication

parisiens découvrent les qualités d'un modèle bientôt emblématique.

La 4L se répand et devient vite la voiture de référence, loin des conventions et du conformisme social, au design et aux équipements simples, et le tout pour un prix fixe et abordable : 350 000 francs ! Les acheteurs sont séduits par son plancher plat et son ouverture arrière facilitant le chargement : le futur hayon. Sa carrosserie à deux volumes offre une banquette arrière modulable et en fait une voiture polyvalente, entre l'utilitaire et la familiale.

### Génération 1980 - 1990

Rapidement devenue voiture fétiche d'une génération, la 4L s'est démocratisée en France et est vite devenue la "voiture à vivre". Elle est la voiture de tous, qui gomme les catégories sociales et s'adapte à toutes les cultures. Renault 4 se décline en de nouvelles séries : Safari, GTL, Sixties, Jeunesse, et se crée une place auprès des professionnels qui l'habillent à leurs couleurs (La Poste, Darty etc.).

### Bye-Bye : La campagne du grand départ

En 1992, la 4L tire sa révérence en beauté. Une série spéciale de 1000 exemplaires est mise en production : la "Bye Bye". Basée sur la version Clan, chaque modèle sort de l'usine avec sur son tableau de bord une plaque numérotée de 1000 à 1.

E L D E N



SERVICE IMMOBILIER POUR LES SÉNIORS

AGENCE IMMOBILIÈRE ET SERVICES POUR SÉNIORS  
à Nantes et sa périphérie

02 51 85 25 16  
CONTACT@ELDEN-IMMOBILIER.COM



#### UNE OFFRE GLOBALE

- Recherche d'un logement adapté
- Coordination du déménagement et de l'emménagement
- Conseils et transactions immobilières

#### POUR DÉMÉNAGER EN TOUTE SÉRÉNITÉ

- Pour soulager votre charge mentale
- Pour faciliter votre prise de décision
- Pour sécuriser la bonne exécution de votre projet

### La voiture culte et intemporelle

30 ans plus tard, la 4L est toujours présente dans le monde automobile. Les passionnés se retrouvent aux 4 coins du monde avec des exemplaires restaurés, modifiés, mais toujours incontournables. Les 4L Trophy réunissent des "Trelleurs" pour des raids à travers le monde, là où d'autres testent les capacités de leur Renault 4 lors du Meeting 4L International.

### Au volant

En montant à bord on constate tout de suite l'étroitesse de la voiture, épaule contre épaule on est loin du gabarit XXL des citadines d'aujourd'hui. Idem pour le poids, une 4L pèse 720 kg, un poids plume qui permet une certaine vivacité malgré un tout petit moteur. On adore le maniement de la boîte de vitesse dont la queue de vache est située au milieu en haut du tableau de bord. On a un peu

peur aussi à cause de suspension hyper souples au grand débattement, c'est impressionnant mais pas plus dangereux que ça... En tout cas le dépaysement est garanti et on s'amuse vraiment à son volant. Il faut juste anticiper un peu le freinage, assuré par 4 tambours et pas vraiment violent... Bref il faut juste conduire en étant attentif aux autres, on devrait faire conduire une 4L dans les autos écoles ça aurait du bon !

Pour qui veut sa 4L il y a l'embarras du choix des versions : les plus anciennes avec leurs chromes, la chic Parisienne, les dernières versions Clan et Bye Bye ou encore les fourgonnettes avec leur ouverture en cou de girafe.

Tout récemment confirmé, le retour de la mythique 4L sous forme d'un crossover électrique néo-rétro est prévu courant 2024 (720 kg ce sera sûrement juste le poids de la batterie...).



Renault 4L © Group Renault Communication

# Baroque en scène

## Saison 21-22

Retrouvez la programmation  
avec les lieux et les dates sur  
[www.baroque-en-scene.com](http://www.baroque-en-scene.com)

**Plus noir que noir**  
ICTUS

**Concert de Noël**  
**Concertos de Bach**  
STRADIVARIA

**Les Variations Goldberg**  
DUO MÉLISANDE

**Le Malade imaginaire**  
**Comédie-ballet**  
**de Molière et Charpentier**  
LES MALINS PLAISIRS  
LE CONCERT SPIRITUEL  
LA COMPAGNIE L'ÉVENTAIL

**Michael Haydn**  
**Missa Sancti Hieronymi**  
STRADIVARIA  
CHŒUR ARIA VOCE

**Le Mariage forcé**  
**Comédie-ballet**  
**de Molière et Lully**  
LES MALINS PLAISIRS  
LE CONCERT SPIRITUEL  
LA COMPAGNIE L'ÉVENTAIL

**Les suites de danses**  
**d'Élisabeth Jacquet**  
**de la Guerre**  
MARIE VAN RHIJN

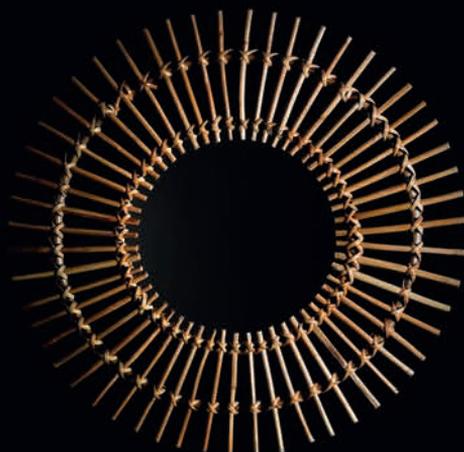
**Tafelmusik**  
**Georg Philipp Telemann**  
**& Michel Richard Delalande**  
ENSEMBLE AMARILLIS

**Partenope de Haendel**  
LES ARTS FLORISSANTS  
LE JARDIN DES VOIX

**Histoire d'Air(s)**  
ENSEMBLE TARENTULE

**Arca Ostinata**  
NINO LAISNÉ

**Vespro ideale**  
MACADAM ENSEMBLE  
ARIA VOCE



**Cité**  
La  
CONGRÈS / NANTES

LA  
SOU  
FFLE  
RIE  
REZE

**ANGERS  
NANTES  
OPERA**

# NE T'ARRÊTE PAS DE COURIR

## MATHIEU PALAIN

**C'est toujours un réel plaisir que de tenir dans les mains un livre des Éditions l'Iconoclaste ! D'abord parce que cette maison porte bien son nom, ensuite pour son format, ses couvertures lumineuses, ses titres et logo en relief, sans oublier le talent des écrivain.e.s publié.e.s !**

**Aujourd'hui nous vous présentons un véritable coup de cœur ! L'ouvrage de Mathieu Palain, *Ne t'arrête pas de courir*.**

Mathieu Palain est journaliste indépendant, passé par Libération et la revue XXI. Après Sale gosse, il nous livre ici son deuxième ouvrage.

C'est un écrivain qui s'inscrit dans la lignée des auteurs de littérature du réel ; ses talents de portraitiste font merveille.

Toujours attiré sans bien savoir pourquoi (p.322) par le milieu pénitentiaire, côté détenus, il nous narre dans cet ouvrage l'incroyable parcours de Toumany Coulibaly! Du même âge que celui-ci, l'auteur a également grandi dans le même coin de l'Essonne.

**Cambrioleur de haut- vol la nuit .... Athlète de haut- niveau le jour.**

Sélectionné en équipe de France du 400 mètres, il devient rapidement un élément clé. En 2015, le soir même de son sacre de Champion de France, il cambriole une boutique de téléphones portables ! L'auteur tente d'analyser cette addiction qui dévore Toumany depuis le CM2 ; celui-ci n'agit pas par besoin d'argent, mais bel et bien pour une nécessité de reconnaissance ; il nous l'explique d'ailleurs à la fin du livre.

**Une plongée dans l'athlétisme français.**

Que vous soyez sportif ou pas, vous allez ressentir l'émotion procurée par tous les interlocuteurs et entraîneurs de Toumany Coulibaly et également par l'énergie dantesque déployée pour courir un 400m! Nous croisons des noms d'athlètes connus et des entraîneurs passeurs de rêve qui en toute discrétion tentent de sortir certains athlètes de ces passes

difficiles ; le talent de l'auteur est à son comble pour nous transmettre leur farouche envie de briser ces trajectoires néfastes, en accompagnant les athlètes avec ferveur.

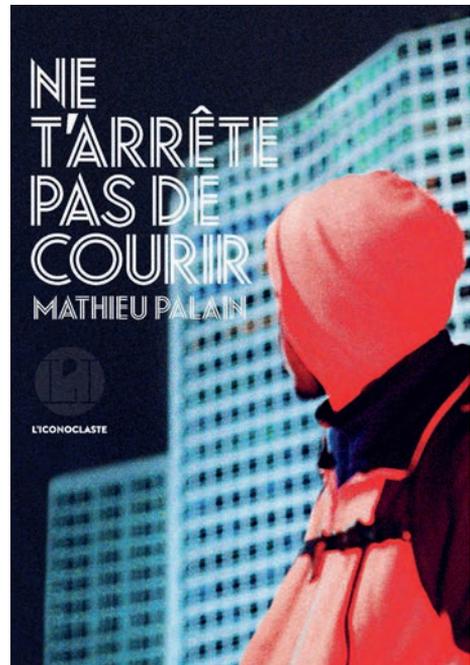
**Justice, la même pour tous ?!**

Mathieu Palain ne s'encombre pas de demi-mesure et argumente ...C'est implacable ! Nous croisons également des femmes en détention qui nous renseignent sur les possibilités de maternité dans les prisons de femmes !

**Un livre toujours écrit avec un zeste d'humour, parfois grinçant mais jamais gratuit !**

Le travail d'introspection, le besoin de comprendre et les nombreux échanges de l'auteur avec Toumany Coulibaly, au parloir ou à l'extérieur ne doivent pas être considérés comme de l'angélisme béat ; il se confronte à la réalité et nous emmène dans un véritable parcours de vie qui lui fait dire « *qu'il ne faut jamais s'arrêter de courir et que c'est au bout du chemin que l'on trouve la liberté* »

**Vous aussi courez acheter ce livre, à la vitesse du spécialiste du 400 m, si vous le pouvez, ou gardez votre souffle pour vous immerger dans cet ouvrage passionnant et profondément humain!**



*Ne t'arrête pas de courir* – Mathieu Palain – Éditions l'Iconoclaste – 19 €

# Nouveau !



à La Chapelle-sur-Erdre  
Un projet **élégant**  
et **confidentiel**

du **T2** au **T4**



**CISN**  
Promotion  
immobilière

**02 40 40 25 00**  
**cisn-promotion.immo**





## CE SOIR, C'EST THÉÂTRES !

**R**iche programme que nous proposons les théâtres Nantais en cette fin d'année. Focus sur la programmation hivernale de trois salles renommées : Le Théâtre de Jeanne, Le Théâtre de Poche Graslin & Le Théâtre 100 Noms. Que retentissent les trois coups !

### Comédie & émotion à l'honneur

Au Théâtre de Jeanne, on entre dans l'hiver sur les chapeaux de roues avec une comédie mythique et intemporelle : « Ils s'aiment ». Originellement écrit par Muriel Robin et Pierre Palmade, qui l'interpréta à sa création en 1996 avec Michelle Laroque, on ne présente plus ce chef d'œuvre 100% humour durant lequel deux comédiens abordent les situations de toute vie de couple, les déboires, les engueulades, les repas houleux et les discussions téléphoniques à double sens. Cette fois, c'est le directeur du Théâtre de Jeanne lui-même, Thierry Patru, qui monte sur les planches pour défendre le rôle masculin. Ce comédien de métier s'offre comme partenaire de jeu Céline Roucher, comédienne émérite et pluridisciplinaire que le Théâtre de Jeanne invite pour la première fois !

Dans un cadre plus intimiste, et lors d'une date unique et exceptionnelle, replongez dans l'univers d'un pilier de la chanson Française avec « Mon Renaud préféré ». Pendant ce tour de chant, Julien Sigalas et Etienne Champollion retracent plus de 40 ans de carrière à travers les titres les plus connus du poète anarchiste, mais également certaines raretés trop injustement méconnues. De « Manu » à « Mistral

Gagnant » en passant par « Hexagone » ou « La Médaille », laissez-vous porter par cette rétrospective tendre, poétique et rebelle.

### Pour petits & grands

Le Théâtre de Poche Graslin propose en décembre une adaptation pour enfants à partir de 4 ans du fameux texte d'Alphonse Daudet : « La chèvre de Monsieur Seguin ». Nous avons tous entendu des dizaines de fois cette histoire : après avoir eu successivement six chèvres qui finissaient par s'enfuir en cassant leurs cordes, Monsieur Seguin persiste et en adopte une septième, Blanquette. Hélas pour lui, c'est de toutes ses chèvres la plus têtue et la plus éprise de libertés. Théâtre d'objets, d'ombres et de marionnettes, jeux de lumière, changements de costumes et de récits... Une aventure extraordinaire faisant part belle à l'imaginaire et à l'inventivité de son public. Alors partez pour la quête de liberté de la petite chèvre la plus célèbre de l'histoire, et engagez-vous dans un monde rempli de poésie, de trouvailles et d'humour. La nostalgie a du bon parfois !

Encore l'adaptation d'une pièce mythique, et pas n'importe laquelle : « Le Père Noël est une ordure ». Pari osé que celui de reprendre la pièce du Splendid, véritable institution qui a marqué de son humour grinçant les années 70. Eclipsé par l'adaptation au cinéma de Jean-Marie Poiré en 1982, cette comédie remonte sur les planches dans une nouvelle mouture ! Back to 1979, la nuit de Noël, durant laquelle Pierre & Thérèse répondent aux appels téléphoniques de Détresse-Amitié. Vont se succéder une douce idiote enceinte jusqu'aux yeux, un travesti malheureux, un cuisiner yougoslave et un père-noël acerbe et ordurier, nous menant jusqu'à un bouquet final de quiproquos et de délires. C'est cela oui...

HANGAR À BANANES | NANTES

# THÉÂTRE 100 NOMS

THÉÂTRE - HUMOUR - IMPROVISATION - JEUNE PUBLIC

Une production Théâtre 100 Noms

# LE PRÉNOM



De MATTHIEU DELAPORTE et ALEXANDRE DE LA PATELLIERE

**LA PIÈCE INCONTOURNABLE !**

**ACTUELLEMENT**

THÉÂTRE

## CHRISTOPHE ALÉVÊQUE



MÂLE 29/07/1963

**VIEUX CON**

#clubdesvieuxcons

www.alerveque.com

**20 JANVIER ET 21 AVRIL**

HUMOUR

Le Théâtre 100 Noms  
à côté avec ACME théâtre

## LE PORTEUR D'HISTOIRE

UNE CRÉATION D'ALEXIS MICHAUX



**MOLIERES 2014**  
MEILLEUR AUTEUR  
MEILLEURE MISE EN SCÈNE

"Un défi à l'ennui" TELERAMA  
"Un délicieux moment de poésie" POINT DE VUE  
"Brillante, hâletante, un tour de force" LE CANARD ENCHAÎNÉ  
"Une extraordinaire aventure littéraire" JIB

**À PARTIR DU 31/01**

THÉÂTRE

Une production Théâtre 100 Noms

## La famille Bijoux

AVEC VOUS JUSQU'AU BOUT !



« A mourir de rire »  
DeJunks Magazine

« Vous n'en revendrez pas ! »  
Carrouel Héloïse

« Mortel »  
Le journal du Maître

**ACTUELLEMENT**

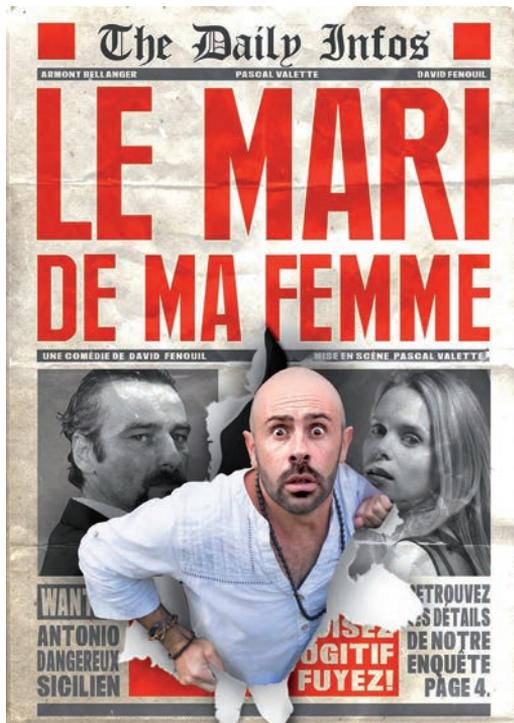
THÉÂTRE

theatre100noms.com | 02 28 200 100

## THÉÂTRES NANTAIS : LES TEMPS FORTS EN DÉBUT 2022

**A**près une année 2020 morcelée, contrainte aux annulations et aux reports, plus que jamais nous avons besoin des émotions que procurent la scène et le spectacle vivant. Tour d'horizon des temps forts de ce début d'année.

Tout d'abord, coup de projecteur sur le théâtre de Jeanne, salle Nantaise spécialisée dans la comédie et le spectacle pour enfants. Une programmation riche et pétillante nous y attend, avec par exemple en Janvier *Le Mari de ma Femme*, une comédie dans la plus grande tradition du théâtre Boulevard ! Gros succès sur les scènes françaises depuis sa création, cette comédie enchaîne les situations rocambolesques, les mensonges et les quiproquos, le tout servi par un trio explosif.



Fin janvier, un spectacle pour les plus jeunes avec *La Chèvre* de M. Seguin, grand classique de la littérature d'Alphonse Daudet. Marionnettes, jeux d'ombres, chansons, jeux de lumières, costumes, une réhabilitation esthétique et poétique de ce grand classique pour

enfants. *Saint-Valentin l'oblige*, en Février place au mariage et à l'amour avec *Oui !*, comédie romantique où un couple dépassé par l'organisation de leur mariage fait appel à un spécialiste. Par l'auteur du gros succès *Dîner de famille*, cette pièce plébiscitée par la critique et le public après plus de 800 représentations ravira tout les âges de public. Pendant les vacances d'hiver, un spectacle de magie théâtralisé et comique au nom à rallonge, *Dalpaz dans EURÉKADABRA*, l'aventure co(s)mique ! Un moment interactif pendant lequel les enfants et les plus grands pourront découvrir un laboratoire scientifique, un professeur pas vraiment sérieux et son assistante qui ne l'est pas davantage, tout deux adeptes d'expériences étonnantes servies dans un décor soigné et graphique. Illusions, gags, effets visuels, disparitions et apparitions, autant de mise en scènes créatives et enchanteresses pour satisfaire tout le monde !

Dans une salle de théâtre à l'Italienne, entre velours rouge et ornements dorés, le Théâtre 100 Noms propose également une programmation éclectique et de qualité. Sélection des spectacles à ne pas manquer. En Janvier, une soirée d'improvisations libres, *Chaos*. C'est le public qui détermine les points de départ du spectacle : personnage principal, lieu et situation. A partir de là, la pièce nous interroge sur la notion de destin, sur l'importance de nos actes et de nos choix, sur leurs significations et leurs poids. L'occasion de voir une pièce unique, produite une seule fois puisque les cartes sont redistribués à chaque représentation. Mi-Janvier, une pièce de théâtre parodique, *Batman Contre Robespierre* sans aucun rapport avec le fameux justicier au casque de chauves-souris tout de noir vêtu. L'histoire d'un homme qui du jour au lendemain va tout perdre sans l'avoir mérité et sans comprendre pourquoi. L'histoire du combat invisible de deux visions de la justice dans la vie d'un homme d'aujourd'hui. Initialement prévu en Mars, puis en Novembre, et enfin reporté en Janvier, une farce loufoque et sociale à ne pas rater.

Place à l'humour en Février, avec des one-man-show. Notamment la revue de presse de Christophe Alévêque. On ne présente plus cet humoriste engagé, qui a tout au long de sa carrière défendu ses idées et ses partis pris radicalement sociaux. Dans sa revue de presse, il écume les articles de journaux et les programmes radiophoniques pour traiter pêle-mêle les élections, les politiques, les faits-divers, les petites phrases des uns et les grosses fortunes des autres. Cynisme, satire et impertinence garantis ! Toujours dans le rire, *Dedo* revient après deux stand-up, *Prince Des Ténèbres* et *Killing Joke*. Pour cette soirée durant laquelle il rode son prochain spectacle (et sobrement appelé... *Rodage*), l'humoriste, loin des clichés sur le métal et les métalleux, nous parle de l'absurde, de la vie, et de tout ce qu'il y a entre les trois. Tout un programme !

**onpl** ORCHESTRE NATIONAL  
DES PAYS DE LA LOIRE

# Concerts du Nouvel An



Véronique Gens *soprano*  
Hervé Niquet *direction*

**onpl.fr**  
Tarifs :  
de 7 à 35€

Nantes · La Cité  
JEUDI 30 DÉCEMBRE · 20H  
VENDREDI 31 DÉCEMBRE · 19H

50 ANS DE MUSIQUE  
SAISON 2021-2022

## POÈTE ROCK INCLASSABLE

---

**Le 20 janvier prochain, Charlélie Couture sera de passage à la salle Paul Fort pour présenter son dernier album, un disque imprévu écrit sur un coup de tête.**

Il fait partie de ces artistes qui depuis leurs débuts n'ont jamais ralenti la cadence : plus de 20 albums depuis la fin des années 70's, mais aussi de multiples

talents dans bon nombre de domaines artistiques : peintre, photographe, vidéaste... Avec son dernier né, le très joliment nommé « Trésors cachés & perles rares », Charlélie Couture propose une relecture de son œuvre et de son histoire à travers des chansons revisitées, mais aussi certains titres inédits. Avec son verbe si personnel et son flow si particulier, l'interprète de « L'histoire du loup dans la bergerie » nous livre un blues social poétique et fabuleux, sans fioriture ni superflu : simplement la voix, les textes et les mélodies de ce grand auteur-compositeur. Une dose d'humour et de lucidité terriblement contagieuse !

---

## MURRAY HEAD, L'ÉTERNEL RÉVOLTÉ

---

**En s'imposant comme une pierre angulaire de la musique folk dans les années 60, Murray Head a marqué les esprits de toute une génération, notamment grâce à un album : le mythique « Say It Ain't So » qu'il viendra interpréter dans son intégralité le 17 décembre 2021 à la Cité des Congrès.**

Il est de ces albums qui fait partie de nos vies, qui marque nos souvenirs et traverse l'histoire : quel

meilleur exemple que « Say It Ain't So » de Murray Head, véritable brio folk et contestataire qu'une génération entière écoutera en boucle tandis qu'il continue de séduire les plus jeunes. La partie émergée de l'immense carrière du musicien et chanteur, qu'on a aussi connu acteur à la télé comme au cinéma, auteur ou encore compositeur de bandes originales. Mais si le grand public retient (à raison) un album, c'est bien celui-là, et son titre éponyme devenu culte. A l'occasion de cette tournée, il réinterprétera l'intégralité de ce monument de la musique folk, souvenirs émus pour certain, redécouverte pour d'autres. Mais pour tous, un voyage dans le monde de Murray Head, jonché de rock et de ballades fleurant bon les sixties. Un vent frais de liberté et de révolte !

---

## BLUESMAN COMME PERSONNE

---

**Plus de 50 ans de carrière pour celui qu'on présente comme la voix du blues-rock français : Paul Personne, guitariste émérite, qui derrière son timbre chaud et rocailleux et les grondements de sa Gibson dépeint ses coups de gueule avec force et fracas.**

De ses débuts en groupe à sa reconnaissance en solo, Paul Personne a su développer au fil des

années ses capacités de mélodiste exceptionnel et de parolier de talent. Parmi ses nombreuses collaborations, le parolier d'Alain Baschung, Boris Bergman, Hubert-Félix Thiéfaine ou encore Jean-Louis Aubert. Mais c'est pour son nouvel album solo sorti en 2019 « Funambule (Ou Tentative De Survivre En Milieu Hostile) » qu'il sera au Stereolux le 23 novembre 2021. La promesse d'une soirée chaude et électrique, dans le monde sombre et solitaire de cet amoureux d'Eric Clapton et de BB King. Il dégaine sa vision d'un monde qui trébuche, loin des volontés mercantiles de la gloire et des paillettes : il chante la liberté d'être et de faire, dans la pure tradition rock qu'il emprunte en unique héritage. En prévision d'une soirée intimiste, robuste et directe.

WWW.DECEMBRE-GOBINIERE.FR  
TEL. 02 51 80 89 13

# EN FIN D'ANNÉE ON (S') OFFRE DU THÉÂTRE !

## 22 au 31 déc. 2021

au théâtre de La Gobinière d'Orvault

15H - LA POUBELLE AU ROI DORMANT  
EN SOIRÉE - VERTIGES DE L'AMOUR





Sophie et sa cave Millésime

## CAVE MILLÉSIME

**M**illésime est une cave à vin et spiritueux mais pas que, vous pouvez y trouver des produits locaux, un lieu où l'on aime discuter de vin, de domaine et faire découvrir des cépages grâce aux connaissances de Sophie qui connaît absolument tous ses vins et saura vous conseiller suivant vos goûts, envies etc...une bonne adresse testée et approuvée !

218 Rue Paul Bellamy - 44000 Nantes  
vin@cavemillesime.com  
cavemillesime.com



## LES CARMÉLITES

**C**ette crèmerie et cave vous propose une variété de produits qui vous fera faire un tour de France depuis leur crèmerie. Ce fromager choisit ses produits selon la qualité du produit et ceux qui les fabriquent en prenant une particulière attention au respect du bien-être animal et de l'environnement. Il sélectionne des fromages fermiers BIO fabriqués localement, en France et en Europe avec un savoir-faire. Il favorise le lien avec les producteurs locaux en allant chercher lui-même ses produits pour une grande fraîcheur. Les Carmélites c'est aussi une cave de vins bio/naturels provenant de Loire et de Touraine.

15 rue de Verdun, 44000 Nantes. Quartier cathédrale  
02 40 47 19 24  
lescarmeliteslacremerie.fr

# LES CONFÉRENCES RENVERSANTES

Tout au long de l'année, rendez-vous à Stereolux pour un cycle de conférences renversantes, mêlant découverte d'un lieu de spectacle et histoire de l'art ! À découvrir dans son intégralité ou à picorer selon vos goûts et vos humeurs.

MAR 14 DÉC : **EN SCÈNE !**

MAR 11 JAN : **LES MÉTIERS DE L'OMBRE OU DE PLEINE LUMIÈRE**

MAR 1ER FÉV : **DANS LE MYSTÈRE DES LOGES**

MAR 15 MARS : **ON SE REGARDE, ON SE CONNECTE...**

MAR 5 AVR : **LE MONDE DES COULISSES**

INFOS & RÉSERVATIONS :  
**STEREOLUX.ORG**

**Stereolux**

## TARTE SALÉE À MA FAÇON

---

### Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 2 c. à s. de maïzena
- 500 g de fromage blanc 20%MG
- 100 g de gruyère râpé
- Gouda en tranches
- 200 g de lardons nature
- 3 œufs
- 2 c. à s. de moutarde
- Tomates cerises
- Romarin ou estragon lyophilisé ou autre suivant les goûts
- Sel et poivre



### Préparation :

Préchauffer le four à 180°C

Verser la maïzena dans un saladier. Mélanger un à un les œufs et la maïzena.

Verser le fromage blanc, les lardons, le sel et le poivre. Mélanger entre chaque ajout.

Disposer le fond de tarte dans un moule à tarte. Piquer avec une fourchette. Étaler la moutarde et verser votre préparation.

Couper en 2 les tomates cerises et répartir sur la tarte.

Disposer des morceaux de gouda entre les tomates ainsi que le gruyère râpé.

Ajouter en pluie l'aromate choisi.

Enfourner et laisser cuire 40 minutes.

*.... et bon appétit !*

**EDITION, RÉGIE:** JMD PUBLICITÉ MÉDIA - **RESPONSABLE DE LA PUBLICATION:** Jean GANACHAUD - **REDACTION:** Gilles GRÉGOIRE - Nino Wallez - **CONTACT COMMERCIAL:** Gilles GRÉGOIRE - 02 40 73 88 06 - gilles.andegave@outlook.fr - **VOUS DÉSIREZ ANNONCER UN SPECTACLE OU TRANSMETTRE UNE INFORMATION? GILLES.ANDEGAVE@OUTLOOK.FR** - Date limite de réception : le 15 précédant la parution - **OÙ TROUVER NANTES SENIORS :** Office de Tourisme de Nantes Métropole - commerces de proximité - salles de spectacles - chez tous les annonceurs et sur plus de 800 points... **CONCEPTION :** Benjamin THOMAS - Elise MONTAROU - Louise ANFRYE **DIFFUSION :** Andégave Communication 9, rue Jean Mermoz - 44980 SAINTE-LUCE / LOIRE - 02 40 73 88 06 - **IMPRESSION** Imprimedia

Dépôt légal à parution - Cette édition a fait l'objet de soins attentifs. Les modifications pouvant intervenir après sa parution et les erreurs éventuelles ou omissions ne sauraient engager la responsabilité de la société JMD Publicité Média. N° de ISSN en cours.



*« Pouvoir rester chez moi  
c'est essentiel »*

Téléassistance, aides financières,  
aménagement du logement...

**DES SOLUTIONS POUR  
VIVRE CHEZ VOUS**

loire-atlantique.fr/**bienvieillir**

UN ENGAGEMENT  
**DU DÉPARTEMENT**

**Loire  
Atlantique**

CONCERT  
**GOLDMEN**  
TRIBUTE 100% GOLDMAN



**06/01/22**  
CITE DES CONGRES



**ZAZ**  
ORGANIQUE TOUR

**21/02/22**  
CITE DES CONGRES



**THE RABEATS**  
PLAY THE BEATLES SINGLE 30 YEARS  
BEST OF THE BEATLES

**26/02/22**  
ZENITH

ABBA MANIA  
LE CONCERT ÉVÈNEMENT I  
BEST BEAT



**27/02/22**  
ZENITH

LAURENT BAFFIE  
SE POSE DES QUESTIONS



**27/02/22**  
CITE DES CONGRES

ASAF AVIDAN



**15/03/22**  
ZENITH

KAD MERAD  
LIONEL ABELANSKI  
CLAUDIA TAGBO



**18/03/22**  
CITE DES CONGRES

BONNIE TYLER  
LIVE 2022  
CELEBRATING 70 YEARS  
BIRTHDAY BONNIE TYLER  
The Bonnie Tyler Concert



**20/03/22**  
CITE DES CONGRES

LE DANIELARY  
CASINO PARIS



**22/03/22**  
CITE DES CONGRES

Elodie Poux  
Le Syndrome du Playmobil



**27/03/22**  
CITE DES CONGRES

VAIS J'ETAIMER  
LES PLUS GRANDS SUCCÈS DE MICHEL SARDOU



**29/03/22**  
ZENITH

LAVILLIERS  
EN CONCERT  
NOUVEL ALBUM



**01/04/22**  
ZENITH

Un chalet à Gstaad



**22/04/22**  
CITE DES CONGRES

JEFF PANALOGUE  
AVENTURE



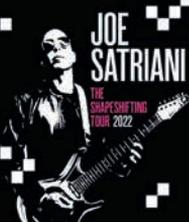
**30/04/22**  
ZENITH

THE ROCKY MAN  
A tribute to Sir



**12/05/22**  
CITE DES CONGRES

JOE SATRIANI  
THE SHAPESHIFTING TOUR 2022



**02/06/22**  
CITE DES CONGRES

Informations et réservations  
en points de vente habituels  
ou sur [www.kproduction.fr](http://www.kproduction.fr)

