



# L'écho

JUIN 2026

Dépôt légal 2ème Quadrimestre 2026  
ISSN 0753-5066  
Journal publié à 11 600 exemplaires

# d'angers sud-est

**DIMANCHE**

**20 SEPTEMBRE 2026**

**de 8h30 à 17h30**

**VIDE-GRENIERS**

**Parc St Léonard**

**37 rue Gabriel Lecombre  
ANGERS**

**Spécial  
Activités  
2026-2027**

**Bourse aux vêtements  
Automne - Hiver 2026  
DU 3 au 7 Septembre**



02 41 45 19 71

*Direction Publication: Christian QUANTIN*

*Équipe rédaction : D.Touchais, C.Gasnier, M.C. Jaudouin et toute l'équipe de porteurs bénévoles*

Publié par l'Association Des Habitants St Léonard - Justices - Madeleine

[www.adh-asso.fr](http://www.adh-asso.fr)

L'écho d'angers sud-est juin 2026 page 1

Courriel : [adh.asso@free.fr](mailto:adh.asso@free.fr)



## MOT DES COPRÉSIDENTES

La saison 2025 2026 s'achève. A l'issue de cette année nous constatons que le nombre des adhérents est resté à peu près stable et que les activités se sont déroulées sans problème au bénéfice de tous les pratiquants.

Déjà la rentrée se profile avec la perspective des inscriptions dont vous trouverez les dates plus loin.

Nous vous invitons à vous organiser afin que le maximum d'inscriptions puisse être effectué en ligne via la plate-forme HelloAsso.

Pour la rentrée nous proposons un cours supplémentaire de yoga sur chaises le mercredi et un cours supplémentaire de dessin sculpture le mardi après-midi, Attention ce cours de dessin sculpture n'aura lieu que si le nombre de participants est suffisant.

**Côté animations 4 dates à retenir :**

- représentations théâtrales ; KNOCK, pièce présentée par le groupe théâtral de l'A.D.H. Le samedi 27 juin à 20h30 et le dimanche 28 juin à 15h00 au trois mâts (entrée gratuite)

- Bourse aux vêtements automne hiver, du 3 au 7 septembre.

- Notre vide greniers le 20 septembre parc St Léonard

Si vous vous sentez isolés, si vous aimez les jeux, nous vous rappelons que le club St Léonard activités jeux de cartes et de société est ouvert toute l'année et l'été jusqu'au 14 juillet, vous avez la possibilité de vous inscrire à tout moment aux permanences du secrétariat.

Beaucoup d'entre nous se souviennent d'André Alleaume bénévole avec sa femme Hélène pendant 20 ans au club S Léonard. Il nous a quitté le 5 mai.

L'A.D.H. te remercie pour tout ce que tu as donné pour elle et renouvelle toutes ses condoléances à ta famille.

Quelques changements au sein de notre association.

Pascale métayer intervenante couture, Pascal Métayer bénévole au tarot, Muriel secrétaire bénévole, Pierrette Debray bénévole peinture sur soie et Christian Quantin bénévole informatique nous quittent.

Le conseil d'administration tient sincèrement à vous remercier pour votre implication.

Nous avons le plaisir d'accueillir à la couture Quentin Alleau (auto entrepreneur), au secrétariat Jean Noël Puech (bénévole), à la peinture sur soie Marie Françoise Choynet et Marie Andrée Gallard (bénévoles) et pour le troisième cours de yoga sur chaises, Pauline André (auto entrepreneur).

Bienvenue à vous tous dans notre association.

Poursuivons nos objectif pour faire vivre les valeurs de l'association

**Rassembler, Participer, S'épanouir, Animer**

D'ici là nous vous souhaitons une très bonne lecture de cette édition et surtout de passer un bel été.

Christine GASNIER et Claudine PIMBERT

## INFOS VIDE-GRENIERS

**Il se déroulera  
le dimanche 20 septembre**

Sur le Parc St Léonard au 37 rue Gabriel Lecombe

**Inscriptions obligatoires**

Elles auront lieu de 14h00 à 19h00

Au siège del'ADH, 330 rue St Léonard, 49000 ANGERS.

- Le mardi 08 septembre

- Le mercredi 09 septembre

Tarif pour résidents des trois quartiers: 10€

Tarif pour les extérieurs : 13€

**PAIEMENT PAR CHEQUES**

Se munir d'une pièce d'identité et d'un justificatif de domicile.

Sur place : Buvette Sandwichs et viennoiseries

**Ce vide-greniers est réservé uniquement aux  
NON PROFESSIONNELS.**



## BOURSE AUX VÊTEMENTS AUTOMNE HIVER 2026



**ADULTES—ENFANTS—PUÉRICULTURE—GROSSESSE**

**ORGANISÉE PAR L'A.D.H ST LÉONARD ANGERS :  
AU 3 MÂTS PLACE DES JUSTICES À ANGERS  
DU JEUDI 3 AU LUNDI 7 SEPTEMBRE**



**Dépôt :** Jeudi 3 septembre  
de 10 h à 19 h

**Vente :** Vendredi 4 septembre  
de 9 h à 19 h

**Vente :** Samedi 5 septembre  
de 9 h à 12 h

**Reprise :** Lundi 7 septembre  
de 16 h à 18 h 30 impératif

**Dépôt limité à**

**deux listes par famille :**

(adultes : pas de chaussures ni accessoires ;  
enfants : chaussures jusqu'à la pointure 30)

soit 1 liste de 7 articles enfants +

1 liste de 7 articles adultes ; soit

2 listes de 7 articles enfants ; soit

2 listes de 7 articles adultes

+ 1 liste puériculture 10 articles

Ne sont retenus que les vêtements en bon état, à la mode. Tous les vêtements non repris le jour et horaire limite indiqué seront remis à une oeuvre sociale (sac complet avec €)

**Participation aux frais :**

**1 € par liste déposée (paiement en espèces) + 10 % retenus sur la vente  
Règlement des achats uniquement en espèces**

**RENSEIGNEMENTS : 06 86 79 50 47 - 06 10 31 79 99 - WWW.ADH-ASSO.FR**

## INSCRIPTIONS ACTIVITÉS A.D.H. 2025-2026

Cette année les inscriptions en ligne via HelloAsso s'effectueront du **15 juin au 22 août 2026**.

Le règlement via cette plate-forme s'effectuera en **un seul paiement**. Pour les personnes qui ne souhaitent pas passer par Internet, il y aura des permanences de 14H00 à 18H00 pour les inscriptions aux dates suivantes :

- Mercredi 26 août
- Vendredi 28 août
- Mercredi 2 septembre
- Vendredi 4 septembre
- Lundi 7 septembre

Les adhérents qui souhaitent faire un règlement en plusieurs fois devront s'inscrire pendant ces permanences.

- Cette année les activités démarreront

**le 14 septembre.**

C'est pourquoi la date limite des inscriptions est fixée au 7 septembre.

**ATTENTION !** Passée cette date, les INSCRIPTIONS seront éventuellement possibles sous réserve de places et uniquement aux permanences du secrétariat.

**RAPPEL :** L'adhésion annuelle à l'A.D.H. de 12€ est obligatoire et à régler avec le montant de ou des activités.

(Une ou plusieurs activités = 12€ d'adhésion).

Bonne inscription et à bientôt dans vos activités.

## ACTIVITÉ TAROT

Nous accueillons avec plaisir toutes et tous, de tous niveaux sauf débutants. 2 tournois internes, une galette des rois et un repas partagé agrémentent notre saison. Venez nous retrouver dans la convivialité à la salle Paul Bert au 12 rue d'Assas 49000 ANGERS. La salle se trouve dans le quartier de la Madeleine. Si besoin, vous pouvez stationner sur place.

**Jeudi de 14h à 18h**

**Lieu : Salle Paul Bert** (12 rue d'Assas, 49000 Angers)

**Début le 17 septembre Tarif : 20 € pour 30 séances Animation par équipe de bénévoles**

## ANGLAIS

En utilisant une base de cours et un thème pour chaque cours avec un support (vocabulaire écrit, un enregistrement, ou vidéo) le groupe va apprendre à parler et utiliser le vocabulaire pour communiquer en anglais.

Les Thèmes : demander son chemin en anglais et poser des questions aux autres dans les situations ludiques. Comment communiquer dans les magasins ou au téléphone. Pour ceux qui sont à l'aise : parler de l'actualité et utiliser les bases de texte de la presse anglophone et la littérature d'écrivains anglais.

**ANGLAIS INITIÉ CONSOLIDATION** Pour ceux qui ont déjà une petite base en anglais et veulent la consolider pour voyager, visiter leur famille ou amis à l'étranger

**Jeudi 18H15 - 19H30**

consolider pour voyager, visiter leur famille ou amis à l'étranger

**ANGLAIS PERFECTIONNEMENT** Pour ceux qui ont déjà une bonne connaissance de l'anglais et

**Mercredi 18H15 – 19H30**

voulant se perfectionner dans l'expression anglaise.

**Intervenante : Anna DESFONTAINES**

**Lieu : Salle Mutualisée René Brossard**

**début des cours**

**Mercredi 16 septembre**

**ou Jeudi 17 septembre**

**Tarif 190€ pour 30 séances**

## ATELIER SMARTPHONE ANDROÏD

Pour apprendre à mieux l'utiliser, venez avec votre appareil ainsi qu'avec vos questions pour trouver des réponses.

**Il y aura 2 sessions identiques : Chaque session proposera 6 séances**

**1<sup>ère</sup> session : Automne à partir du mardi 10/11/2026 2<sup>ème</sup> session : Printemps à partir du mardi 09/03/2027**

Vous pourrez trouver des renseignements complémentaires sur le site : [adh.asso.fr](http://adh.asso.fr)

**Lieu : Salle mutualisée René Brossard le mardi de 18h00 à 19h30 Intervenant Franz MORAINÉ**

**Tarif 10€ pour 6 séances**

NB : le support de cet atelier est identique à celui proposé les années précédentes

## CODE DE LA ROUTE (Remise à niveau)

**Intervenants bénévoles :**

**Horaires 15h-17h00**

**Résidence Autonomie des Justices 4 rue Manet**

**Tarif 10€**

**Mardi 17 novembre 2026**

L'Atelier de Laurent



Boulangerie - Pâtisserie

Béatrice et Laurent Bourget  
368 rue St Léonard



Angers



Tél : 02 41 663 494

**HORAIRES D'OUVERTURE**

Lundi au Vendredi Samedi  
6H30 à 19H30 6H30 à 19H00

**FERMÉ le Dimanche**



**Crédit Mutuel**

**Caisse d'Angers Saumuroise**

36, place des Justices  
49000 ANGERS

Téléphone : 02 41 21 49 49

Courriel : [39407@creditmutuel.fr](mailto:39407@creditmutuel.fr)

# GARAGE PROVOST

Entretien Réparations Toutes Marques  
Véhicules Neufs et Occasions

## 02 41 68 49 65

81, Rue Saumuroise - 49000 Angers

**Anselme de BULOIS**

**Adeline MOTHAS**

Agents généraux

Assurances Auto - Moto - Habitation  
Complémentaire Santé  
Professionnels et Entreprises  
Banque et Placement

131 rue de la Madeleine - 49 000 Angers  
agence.adbm@axa.fr

**02 41 45 09 22**

N° orias 07 030 655

N° orias 22 002 031

# ÉTIENNE

Fromagerie - Épicerie fine - Cave

La Madeleine - ANGERS

**Crédit Agricole**  
**ANGERS COUBERTIN**  
**ANGERS LES JUSTICES**

Contactez-nous au :

**02 41 68 22 55**



ANJOU MAINE

Caisse régionale de Crédit Agricole Mutuel de l'Anjou et du Maine, société coopérative à capital variable agréée en tant qu'établissement de crédit - 414 993 998 RCS LE MANS. Société de courtage d'assurances immatriculée au Registre des Intermédiaires en Assurance sous le n°07 023 736. Siège social situé 77 avenue Olivier Messiaen, 72083 Le Mans Cedex 9 - 12/2023

Mutuelle  
de Poitiers  
Assurances



**Florian du ROSTU**

Agent Général d'Assurance Exclusif

**ANGERS**

81 boulevard de Coubertin

**02 41 87 90 00**

agence.florian.du-rostu@mutuelledepoitiers.fr

Société d'Assurance Mutuelle à cotisations variables régie par le Code des Assurances

**TOUTES ASSURANCES - Particuliers et Professionnels**  
Auto | Habitation | Santé | Accidents de la Vie | Épargne et Retraite

## ATELIER VANNERIE

Cet atelier a pour but d'initier les participants à différentes sortes de vannerie, utilisation de matériaux différents selon les projets (massette, joncs, osiers ou autres)

L'initiation se déroulera sur 2 jours avec 2 groupes :

- groupe du matin de 9h à 12 h
- groupe de l'après-midi de 13h30 à 16h30

- les mercredis 25 novembre 2026

**Tarif 75€**

- et 02 décembre 2026

Intervenante Nathalie MERLET

Lieu : Salle de la Baraterie (entrée par le boulevard de la Marianne)

## BIEN ÊTRE OLFACTIF

L'atelier permet de faire deviner ou reconnaître des odeurs à l'aide de sticks aromatiques, touche parfumeur ou roll-on, et ensuite d'évoquer des souvenirs ou anecdotes inspirés par l'odeur identifiée. Stimuler, grâce aux odeurs, la mémoire et la communication orale. La force des odeurs incite à redécouvrir des émotions, des ressentis.

Vous pourrez trouver des renseignements complémentaires sur le site :

[adh-asso.fr](http://adh-asso.fr)

Intervenante : Alexandra VERRIERE

Lieu : Salle de La Baraterie(entrée par le boulevard de la Marianne)

Les mercredis de 18h00 à 19h30

14 octobre 2026, ou 3 février 2027,  
ou 14 avril 2027.

**Tarif 15€ par séance**

## CARTONNAGE

Le cartonnage s'adresse aux débutant(e)s comme aux confirmé(e)s quel que soit l'âge. Il requiert de la précision et de la patience dans la réalisation des différentes étapes (coupe, collage, habillage...) des boîtes ou objets souhaités. Individuellement prévoir un crayon de bois, un cutter, un réglet de 30 cm, du carton (2mm), de la colle, un bloc-notes, papiers et chutes de tissu. Accompagnement et assistance personnalisés.

Lieu : Salle René Brossard Animatrice : Maryline GRENON

Mardi de 14h à 17h :

**Tarif : 199€ pour 30 séances**

**Début le 15 septembre 2026**

## CHORALE

La Chorale "la Corentine" qui regroupe une trentaine de Choristes aborde un programme varié allant des chants contemporains, à la musique du monde, au classique et même à la musique ancienne.

Elle se produit en concert, soit avec d'autres chorales, comme cette année 2024-25, en mai dans l'église St Léonard. Cela se passe dans la joie et la bonne humeur, et nous vous invitons à nous rejoindre, si, comme nous, vous aimez chanter et surtout partager de bons moments musicaux et conviviaux.

Si vous êtes un homme n'hésitez pas à vous inscrire car nous recherchons des éléments masculins pour permettre d'harmoniser et d'équilibrer les voix. Rendez-vous donc en Septembre pour une nouvelle saison tout en musique.

Animatrice: Catherine Guth Lieu:Salle privative René Brossard

(330 rue Saint Léonard, 49000 Angers)

Mercredi de 20h à 22h

**Tarif : 93€ pour 30 séances**

**Début le 16 septembre 2026**

### CLUB LECTURE

Discussion agréable d'échanges autour d'un livre. Livre unique mensuel choisi et proposé par les participants.

**Le vendredi de 14h30 à 16h selon le calendrier suivant :**  
**25 septembre 2026, 16 octobre, 20 novembre, 18 décembre,**  
**15 janvier 2027, 19 février, 19 mars, 16 avril, 21 mai et 18 juin.**

**Intervenante bénévole: Marie Jeanne BAUVAIS**

**Lieu : Salle privative René Brossard Tarif 10€**

### CLUB PHOTOS

**Vous avez envie d'échanger autour de la photo ?**

**N**ul n'a besoin de s'y connaître sur le sujet pour rejoindre le club.

Nous voyons les techniques de base : prise de vue, profondeur de champ, maniement de l'appareil (compact, reflex, hybride) et autres thématiques.

Nous faisons des sorties le vendredi et parfois le dimanche en relation avec un thème étudié.

Nous partageons avec des photographes professionnels. Nous exposons nos photos.

Nous sommes tous amateurs de différents niveaux. Nous nous entraînons mutuellement, échangeons et partageons nos connaissances dans une belle ambiance.

**Animation par une équipe de bénévoles**

**Lieu : Salle mutualisée René Brossard**

(330 rue Saint Léonard, 49000 Angers) **Vendredi de 20h30 à 22h30**

**Tarif : 30€ pour 30 séances**

**Début le 18 septembre 2026**

### CLUB ST LÉONARD

**V**ous êtes isolé ou pas, vous voulez faire de nouvelles rencontres, ce club ne demande qu'à vous accueillir. Cela permettrait ainsi de le rendre encore plus vivant et d'envisager la mise en place de jeux de société divers.

**Ce club fonctionne même pendant les vacances scolaires.**

Vous pourrez vous inscrire aux dates des permanences indiquées en page 2.

**Animation par une équipe de bénévoles :**

**Lieu salle René BROSSARD Mardi et Jeudi de 14h00 à 17h00**

**330 rue St Léonard Tarif : 20€ début 15 septembre**

### CLUB TRICOT/CROCHET

**M**esdames (et peut-être Messieurs !) Vous aimez tricoter ? aux aiguilles ? au crochet ? Alors venez nous rejoindre, nous nous retrouvons tous les mercredis.

Vous pourrez bénéficier de l'expérience des tricoteuses expérimentées, mais aussi partager votre savoir-faire.

Chacun(e) a le loisir de réaliser ses propres tricots, mais a aussi la possibilité de tricoter pour donner à des Associations humanitaires, sachant qu'il y a un fond de laine à disposition à cet effet.

**Animatrice : Catherine Guth Lieu : Salle privative René Brossard**

**Mercredi de 14h à 17h**

**Tarif : 40€ pour 30 Séances**

**Début 16 septembre**

## IMM & BILIER & CONSEIL

Nicolas GERNIGNON  
TRANSACTION - GESTION LOCATIVE - LOCATION

**Agence des Justices**  
291 rue Saumuroise - 49000 ANGERS  
02 41 66 73 37  
contactj@immobilieretconseil.com

**Agence de la Madeleine**  
195 rue Volney - 49000 ANGERS  
02 41 76 11 58  
contactm@immobilieretconseil.com

Salon de coiffure mixte

## IMAGE EN TÊTE

184, rue de la Madeleine  
**02 41 68 33 83**  
Horaires d'ouverture

Du mardi au vendredi de 9h00 à 19h00  
le samedi de 8h00 à 13h00  
Fermé le dimanche et le lundi



**100% Fabrication Maison**  
186 rue Saumuroise  
49000 Angers  
**02.41.66.65.41.**

**Horaires d'ouverture**

du	}	7H00 / 14h00
Lundi		15h00 / 19h00
Au	}	7h00 / 14h00
Vendredi		7h00 / 13h00
Samedi		
Dimanche		



## GAUTIER BATIMENT



MACONNERIE - BETON ARME Qualification 2112 - 2142 - 8621



info@gautier-batiment.fr - www.gautier-batiment.fr

Tél 02 41 66 97 60

Services Funéraires  
CITEAU

## POMPES FUNÈBRES

Prévoyances Obsèques

2 agences pour mieux vous accompagner 24h/24

ANGERS (Les Justices) • 138 rue Saumuroise • 02 41 66 96 38

TRÉLAZÉ • 28 rue Jean Jaurès • 02 41 69 90 80

Opérateur funéraire habilité par la préfecture du Maine-et-Loire - www.services-funeraires-citeau.fr



# Amæ

Déléguée en toute sérénité


**Assistante  
externalisée**

Chefs d'entreprise, artisans, associations...  
confiez-moi vos tâches administratives et  
concentrez-vous sur votre cœur de métier

**Devis gratuit !**

AMAE Services  
55 rue Eugène Delacroix  
49000 Angers

**07 49 16 02 67**

muriel@amae-services.fr

**Taxi Les Ponts de Cé**

 Transport de malades assis  
toutes distances conventionnées

**7/7 jours**

Chu, Clinique, Dialyse, Kiné, Orthophoniste..  
Transport privé ou professionnel, Gare,  
Aéroport toutes distances

**06 99 19 16 73**
**allosyltaxi@gmail.com**

SIRET 88154228600011

**Du Mercredi au Dimanche de 7H00 à 19h00**
**Fermé Lundi**
**et Mardi**
**ARTISAN**


200 rue Saumuroise 49000 Angers tel 02 41 66 35 86


 Vente de véhicules neufs, occasions et financements  
Entretien réparation toutes marques

**Pascal Berthelot**

Atelier: 09 86 15 05 07

Tél.: 02 53 20 78 32

384 rue St Léonard

Mail: saint.leonard.auto@gmail.com

49000 Angers

**www.saintleonardautomobiles.fr**
**PRIME**

VTC



Particulier ou professionnel, pour  
vos déplacements dans les  
environs d'Angers ou hors  
département, offrez vous le  
confort d'un Mercedes Classe V  
avec chauffeur privé



06.85.85.84.13

Tarif identique de 1 à 7 passagers

## CONFÉRENCE SÉCURITÉ

Comment se protéger au mieux des arnaques sur Internet, messagerie, téléphonie.

Sécuriser ses mots de passe, déjouer les faux sites et les annonces frauduleuses.

Venez découvrir et adopter des réflexes simples pour profiter du numérique avec confiance.

Conférence pour apprendre mais aussi pour échanger et répondre à vos questions.

**Intervenant Franz MORAINÉ**
**Lieu : Salle mutualisée René Brossard**
**De 18h00 à 20h00**
**Mardi 6 octobre 2026 ou Mardi 02 février 2027**
**Tarif gratuit**

## COUTURE

Le cours de couture s'adresse aux débutantes comme aux confirmées.

débutantes : apprentissage de la machine et ses divers points , réalisation de sacs, pochettes, déco, vos idées , vos envies...

confirmées : relevé de patron , aide à la réalisation technique de votre projet , et à la retouche.

A votre disposition : 5 machines et 3 sur-jeteuses. Convivialité et échange d'idées sont au rendez-vous de ce cours de couture.

**Lieu : Salle mutualisée René Brossard**
**Animateur: Quentin ALLEAU**
**Couture 1** Jeudi 14H00 – 16H00

**Couture 2** Vendredi 10H00 - 12H00

**Couture 3** Vendredi 14H00 - 16H00

**Couture 4** Vendredi 16H30 - 18H30

**Tarif : 155 € pour 27 séances**
**Début le 17 ou 18 septembre**

## DANSE EN LIGNE

La danse en ligne c'est une succession de pas qui composent une chorégraphie, chaque pas et/ou partie sont détaillés chaque semaine, puis nous mettons en pratique la chorégraphie entière.

Mais la danse en ligne c'est aussi et surtout, un moment de détente de convivialité avec les adhérents (es), et un lâcher prise, on ne se prend pas la tête, on va à son rythme.

Pas de tenue obligatoire, seulement la recommandation de chaussures (latino) spécifiques à la danse en ligne. La danse en ligne s'effectue en solo, en ligne, mais au sein d'un groupe. Les chorégraphies sont très diversifiées sur des musiques très variées.

**Intervenante bénévole DANNY**
**Lieu: Salle Paul Bert**
**(12 rue d'Assas, 49000 Angers)**
**Mardi de 14h30 à 15h45**
**Tarif : 40€ pour 30 séances**
**Début 15 septembre**

**DANSES**

Passionnée de danse depuis son plus jeune âge Ludivine, l'animatrice, a longtemps pratiqué le Modern Jazz, puis s'est tournée vers les danses de couple (latines et standards) et enfin vers les danses en ligne (solo latino, country et new line dance). Formée à l'Institut de Formation en Danses de Société (à Arras) pour les danses de salon et à la Fédération Francophone de Country et Line Dance et diplômée de ces écoles, elle vous propose de venir découvrir, redécouvrir ou perfectionner ces disciplines dans une ambiance festive et conviviale où le partage et le plaisir sont à l'ordre du jour.

**Animatrice : Ludivine BESSON**

**Lieu : Salle Paul Bert**

(12 rue d'Assas, 49000 Angers)

**Le Vendredi**

**DANSES 1 COUNTRY de 18H - 19H**

**DANSES 2 NEW LINE, SOLO LATINO de 19H - 20H**

**DANSES DE COUPLES NIVEAU 1 (0-2 années) de 20H - 21H**

**DANSES DE COUPLES NIVEAU 2 (2 années et +) de 21H - 22H**

**Tarif : 120€ pour 30 Séances**

**Début le 11 septembre 2026**

**DESSIN PEINTURE 1**

Initiation et perfectionnement aux différentes techniques du dessin et de la peinture.

Expression et projets individuels, à travers la technique de son choix : croquis, pastel, aquarelle, peinture acrylique, peinture à l'huile...

**Animatrice : Sylvia GUINAUDEAU**

**Salle de la Baraterie**

**Entrée par le boulevard de la Marianne à proximité de Super U**

**- Lundi 14h00 - 16h00**

**Tarif : 249€ pour 30 séances**

**Début le 21 septembre**

**GUITARE**

La guitare est l'instrument convivial par excellence, facilement transportable et excellent compagnon des chanteurs...

Que vous soyez débutant ou confirmé, nous vous proposons une méthode évolutive et personnalisée qui vous permettra d'atteindre au plus vite votre autonomie.

Christophe vous enseignera les techniques essentielles au bon apprentissage de l'instrument.

Motivé et passionné, il n'est jamais trop tard pour commencer la guitare.

**Animateur : Christophe CHAUVIN**

**Lieu : Le CORMIER**

(Justices près du Super U)

**Guitare 1 Débutant - Mardi 19h30 - 20h30**

**Guitare 2 Moyen - Mardi 20h30 - 21h30**

**Guitare 3 Moyen - Mercredi 19h15 - 20h15**

**Guitare 4 Avancé - Mercredi 20h15 - 21h15**

**Guitare 5 Débutant - Jeudi 19h30 - 20h30**

**Guitare 6 Avancé - Jeudi 20h30 - 21h30**

**Tarif : 165€ pour 30 Séances**

**Début mardi 15 ou mercredi 16 ou jeudi 17 septembre**

**Helen Doron English**

**COURS & STAGES D'ANGLAIS**  
de 3 mois à 18 ans

**EXCELLENCE  
EXPÉRIENCE  
EXPERTISE**

Cours d'essai et test de niveau offerts!

269 rue Saumuroise  
02.44.01.38.06  
angers@helendoron.com




**Maison BARTHELAIX**

Pâtissier - Boulanger - Chocolatier - Glacier - Cocktail

3, rue Saumuroise 49000

“ La Passion du chocolat ”

02 41 66 79 36



**RÉAU Christophe**

Artisan Plaquiste - Isolation  
Créateur d'espaces

1 rue Costes et Bellonte . 49000 ANGERS

02 85 34 52 66 / 06 76 28 45 44  
contact@reau-plaquiste.fr

RGE ECO artisan  
ENTREPRISE QUALIFIÉE  
QUALIBAT

**-10% sur votre contrôle technique(\*)**

**AUTO CONTRÔLE VOLNEY**

RDV 24h/24h sur ct49.fr

**02 41 88 45 37**

**117 Rue Volney ANGERS**

Ouvert du lundi au vendredi de 8h10 à 18h50. Fermé le samedi

Votre contrôle en 40 mn  
Parking assuré  
Près de chez vous

**ANGERS**



\* Sur présentation de ce coupon avec la carte grise



## GYMNASTIQUE DOUCE

Avec l'avancée en âge, les muscles s'affaiblissent et les articulations se détériorent. Des solutions existent pour retarder et même prévenir ce processus.

La Gym douce est une activité physique adaptée et ludique délivrée en cours collectifs. Elle s'adresse à tous ceux qui ont besoin d'une gymnastique qui puisse s'adapter à leur rythme. Elle ne comporte pas d'exercices violents, trop difficiles ou trop rapides. On y exerce la fonctionnalité des muscles et des articulations, et la capacité à se mouvoir aisément.

**Coordinateur: Siel Bleu**

### GYM DOUCE CHAISE 1

**Lieu : Salle Paul Bert**

(Exercices utilisant la chaise en position assise d'intensité faible) (12 rue d'Assas, 49000 Angers)

**Mardi 10h45 - 11h45**

**30 Séances**

**Tarif : 110€**



### GYM DOUCE CHAISE 2

**Lieu : Salle René Brossard**

(Salle Paquebot)

(Exercices utilisant la chaise en position assise d'intensité faible)

**Vendredi 10h30 - 11h30**

**30 Séances**

**Tarif : 110€**



### GYM DOUCE CHAISE ÉQUILIBRE 1

**Salle René Brossard**

(Salle Paquebot)

(Exercices utilisant la chaise en position assise et en position debout)

**Mardi 14h30 - 15h30**

**30 Séances**

**Tarif : 110€**



### GYM DOUCE CHAISE ÉQUILIBRE 2

**Salle René Brossard**

(Salle Paquebot)

(Exercices utilisant la chaise en position assise et en position debout)

**Mardi 15h45 - 16h45**

**30 Séances**

**Tarif : 110€**



### GYM DOUCE TAPIS

**Salle René Brossard**

(Salle Paquebot)

(Exercices alternant les exercices debout et les exercices sur tapis d'intensité modérée)

**Mardi 9h15 - 10h15**

**30 Séances**

**Tarif : 110€**

**Début le mardi 15 ou le vendredi 18 septembre**



LUNDI au VENDREDI

9H-19H

SAMEDI 8H30-16H

351 rue Saint-Léonard

49000 ANGERS

02 41 66 90 28

**SB** Création



commandes >>  
sur internet :

[saintleonardterroir.com](http://saintleonardterroir.com)

Magasin

Lundi }  
Mardi } 8h30-13h00  
Mercredi } &  
Jeudi } 16h-19h30  
Vendredi }  
Samedi } 8h30-13h00  
          } 15h00-19h30  
Dimanche 8h30-13h30



Saintleonardterroir.com

SITE DE PRODUITS LOCAUX



L'ANJOU A VOTRE TABLE



Produits locaux

Choix à la carte

02 41 66 58 65



**NC ARCHITECTE**

**N**

ÉCOUTE CRÉATION DURABLE RÉSILIENCE

**Noëlle Cognolato-Lavaud**

Tél : 06 72 90 38 71

[noelle.architecte@gmail.com](mailto:noelle.architecte@gmail.com)

## Etablissement PLANCHENAULT

Orthopédiste-Orthésiste-Podologiste

124 rue saumuroise 49000 ANGERS

02.41.74.31.28

[acte.orthopedie@hotmail.fr](mailto:acte.orthopedie@hotmail.fr)

### Horaires :

Le Lundi : 14h-18h

Du Mardi au Vendredi : 9h-12h et 14h-18h

Le Samedi : 9h-12h

*RDV via Doctolib ou par téléphone*



## GYMNASIQUE PRÉVENTION DES CHUTES

Vous voulez mettre toutes les chances de votre côté pour garder vos capacités physiques en évitant les chutes ?

► Alors inscrivez vous à ce cours

**Coordinateur : Siel Bleu**

**Lieu : Salle mutualisée René Brossard**

**Jeudi 10h30 - 11h30**

**Tarif : 110€ pour 30 Séances**



## GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

Ambiance conviviale. Toutes les parties du corps sont travaillées: abdominaux, fessiers, cuisses, pectoraux, dorsaux, etc...Utilisation de matériel:ballons, cordes à sauter, haltères..

Coordinateur : Siel Bleu

### GYM ENTRETIEN 1

(Exercices alternant les exercices debout et les exercices sur tapis d'intensité élevée, exercices cardio)

Lieu : Salle Paul Bert (12 rue d'Assas, 49000 Angers)

Mardi 17h30 – 18h30 **30 Séances** **Tarif : 150€**

oooooooooooooooooooo

### GYM ENTRETIEN 2

(Exercices alternant les exercices debout et les exercices sur tapis d'intensité élevée, exercices cardio)

Lieu : Salle René Brossard (Salle Paquebot)

(sous réserve de salle)

Jeudi 09h15 – 10h15 **30 Séances** **Tarif : 150€**

## Horaires de permanences.

Notre nouveau secrétaire, Jean Noël, vous accueillera aux permanences administratives

le mardi

de 16H00 à 18H00

Et le jeudi

De 17H00 à 19H00

au secrétariat situé au

330 rue St Léonard

(Sauf pendant les vacances scolaires)

Tél : 02 41 45 19 71

## MOSAÏQUE

L'atelier mosaïque est ouvert à tous, débutants ou non. Aucune compétence de départ n'est nécessaire.

Vous découvrirez la richesse des matériaux avec lesquels nous travaillons, le jeu des couleurs, des coupes et des agencements qui font une mosaïque réussie.

Vous pourrez créer de petits ou grands objets de décoration et même des décors pour habiller votre intérieur (douche, crédence de cuisine, tapis de sol, totem pour le jardin...).

La mosaïque peut être une activité méditative car elle se fait à petits pas et avec concentration mais ça n'empêche pas qu'il y a de l'ambiance à l'atelier !

Cette activité est encadrée par Marie CONNAN, mosaïste professionnelle qui vous guidera au cours des différentes étapes de création.

Petite bibliothèque spécialisée et matériaux sont à disposition des élèves.

Tenterez-vous l'aventure ?

Intervenante : Marie CONNAN

Salle de la Baraterie (Entrée par le boulevard de la Marianne)

Mardi 10h00 – 12h00

Tarif : 225 € pour 23 séances

Début le 15 septembre

Librairie



Au Bonheur des Mots

• LA MADELEINE •

24 rue Desmazières  
49000 Angers

Patricia THIERRY Énergéticienne  
Suivez votre âme, elle guide vos pas !

✦ Accompagnement - Guidance ✦  
Soins énergétiques – Bien être

Nettoyage des lieux, privés et professionnels

Tel 06 15 41 36 96  
Site : patriciathierry.com  
Les justices - 49000 ANGERS

INSTITUT DE BEAUTÉ

Belle & Zen

245 RUE SAUMUROISE - 49000 ANGERS  
02 52 09 50 29

EPILATIONS  
SOIN DU VISAGE  
SOIN DU CORPS  
HEADSPA

Rdv en ligne



f w i




JOURDAIN PATRICE

Travaux de bricolage / jardinage  
Angers et alentours

Tel : 07.82.69.83.33  
jourdain.patrice@hotmail.fr

Adresse:  
8 rue Galilée  
49000 Angers



isoclar

MENUISERIE & ISOLATION

FABRICANT & POSEUR

Fenêtres - Portes - Stores - Dépannage  
Bardage - Isolation - Portails - Pergolas

www.isoclar.fr - 02 41 88 44 50

RECONNU GARANT ENVIRONNEMENT

RGE



## CABINET DE CHIROPRAxie

Camille Janin

La chiropraxie, la thérapie manuelle pour votre dos, vos articulations, votre bien-être

Elle est indiquée pour tous, sans distinction d'âge

"La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social"  
Définition de l'OMS

95, RUE CHEVRE 49000 ANGERS  
RENDEZ-VOUS SUR DOCTOLIB OU  
AU 06 77 55 07 53



## NUTRITION

Vous avez envie de mieux manger, pour votre bien-être ou pour votre santé?

Nous vous proposons 8 séances de 1h30 chacune sous cette forme :

- 4 Apports théoriques
- 4 Ateliers cuisine

Nous aborderons principalement les thèmes ci dessous:

- L'équilibre alimentaire pour tous et toutes,
- L'importance des familles alimentaires,
- Les produits laitiers,
- Les régimes connus ou moins connus,
- Le thème sera choisi en fonction des besoins des participant(e)s.



**Intervenant : José CRESPO Salle privative René Brossard**

**1 Lundi par mois de 14h30 à 16h00**

**Les 12 octobre, 9 novembre, 7 décembre 2026, 4 janvier, 1er février, 8 mars, 5 avril et le 3 mai 2027**

**Tarif 75€ pour 8 Séances**

## ŒNOLOGIE

Vous souhaitez découvrir l'univers du vin dans une ambiance décontractée ? Venez nous rejoindre lors des prochaines séances d'œnologie animées par des intervenants passionnés. Aucun pré-requis n'est nécessaire, venez simplement avec votre envie de passer un bon moment !

Au programme :

- 6 séances de dégustation le jeudi soir de 20h à 23h environ. - Une sortie dans un domaine viticole un samedi - Un dîner accords mets et vins au restaurant (prix du repas non compris dans le tarif de l'activité).

**Coordinateurs bénévoles :**

**Salle mutualisée René Brossard (330 rue St Léonard)**

**Jeudi 20h00 – 23h00**

**Tarif : 160 € pour 8 séances**

**Calendrier remis à la 1ère séance**

**Début le jeudi 8 octobre 2026**

## PEINTURE SUR SOIE

La peinture sur soie est une activité accessible à tous. Différentes techniques sont utilisées, il n'est donc pas indispensable de savoir dessiner.

Pour débiter, l'association dispose de cadres ainsi que de pots de couleurs.

Les réalisations peuvent être variées : foulards, coussins, tableaux, abat-jour, bijoux, cartes de vœux...etc. selon les souhaits et compétences de chacun(e).

Les participant(e)s ont l'habitude de partager leurs connaissances et de s'entraider.

**Animatrices bénévoles**

**Salle mutualisée René Brossard (330 rue St Léonard)**

**Cours 1 - Lundi 9h15 – 11h45**

**Cours 2 - Lundi 14h00 – 16h30**

**Tarif : 129 € pour 24 séances**

**Début le 14 septembre**

## PEINTURE SUR PORCELAINE

Dans cet atelier, peindre sur porcelaine est avant tout un temps de plaisir et de détente. Donc aucun stress ! Nul besoin de savoir dessiner au préalable, mais simplement, l'envie de peindre et de décorer la porcelaine, que vous aurez amenée, avec les motifs de votre choix. Vous apprendrez comment utiliser les pigments et les pinceaux pour un beau rendu, serez guidés pour l'agencement de vos motifs et la mise en peinture... Une fois prêt et peint, le support est cuit dans le four de l'association, et vous verrez comme c'est sympa de le découvrir et de l'admirer la semaine suivante.

Goût des couleurs, patience, précision et délicatesse sont nécessaires, autant que d'apprécier le bon moment passé ensemble.

Alors, à vos pinceaux et porcelaine !

**Animatrice : Nathalie LECOUFFE**

**Salle René Brossard (330 rue St Léonard)**

**Vendredi 9h00 - 12h00**

**TARIF : 288€ pour 26 séances**

**Début 18 septembre**



Quel plaisir de se retrouver pour marcher, s'aérer, se détendre, se rencontrer, échanger. Quelle merveilleuse façon de découvrir les nombreux sentiers longeant les cours d'eau, escaladant les coteaux, traversant les forêts ou tout simplement sinuant à travers la campagne angevine..

### RANDO DIMANCHE

**R**andonnée du dimanche (moyenne 10 Kms). Promenade dans les environs d'Angers.

**Animateurs bénévoles**

**Lieu : Départ du Trois Mâts**

**13H30 – 17H : Une fois par mois**

**Tarif : 16 € pour 10 sorties Reprise dimanche 13 septembre**

### RANDO JEUDI

**T**ous les 15 jours, le groupe s'élance sur un circuit de 8 à 10 km, soit 2 H à 2H 30 de marche. Chacun peut marcher à son rythme. Ce n'est pas une compétition.

**Animateurs bénévoles**

**Lieu de départ : Église St Léonard**

**Deux fois par mois**

**Tarif 23 € pour 20 sorties**

**Reprise jeudi 24 septembre**

### RANDO BALADE

**B**alade découverte du dimanche (moyenne de 6 Kms).

**Animatrices bénévoles**

**Lieu de départ : Trois Mâts**

**Une fois par mois de 13H30 à 17H**

**Tarif 16 € pour 10 sorties Reprise dimanche 27 septembre**

### RELAXATION SONORE

Anthony vous propose un temps de relaxation sonore et de reconnexion à soi. À travers les vibrations des instruments et les sons enveloppants, cette parenthèse vous invite à ralentir, relâcher les tensions du quotidien et retrouver un espace de calme intérieur. C'est un moment pour déposer ce qui pèse, accueillir ce qui est présent en vous et vous laisser porter par une expérience favorisant le ressourcement, la détente profonde et l'harmonie entre le corps, les émotions et l'esprit. Offrez-vous une pause pour revenir à l'essentiel : vous-même. " Au plaisir de partager ce voyage sonore avec vous."

**Animateur : Anthony Soulard**

**Lieu : Résidence Autonomie des Justices (4 rue Manet, Angers)**

**1 lundi sur 2 de 19h00 à 20h00**

**Tarif : 125€ pour 18 séances**

**Début le 14 septembre**

**Les séances auront lieu selon un calendrier fourni par l'intervenant**

### SCULPTURE 1

**I**nitiation et apprentissage de modelage sur différentes argiles avec suivi personnalisé où chacun s'exprime dans la réalisation de toutes sortes de créations. Les objets des adhérents seront cuits dans un four.

Participation à une animation de fin d'année.

**Animatrice Sylvia GUINAUDEAU**

**Salle de la Baraterie (Entrée par le boulevard de la Marianne)**

**Lundi 18h30 - 20h**

**Début le 14 septembre**

**Tarif : 183€ pour 30 séances**

### SCULPTURE 2 / DESSIN 2

**C**e cours permettra aux participants (tes) de pratiquer au choix le dessin ou la sculpture.

**Animatrice : Sylvia GUINAUDEAU**

**Salle de la Baraterie (Entrée par le boulevard de la Marianne)**

**Mardi 18h15 - 20h15**

**Début le 15 septembre**

**Tarif : 249€ pour 30 séances**

### SCULPTURE 3 / DESSIN 3

**C**e cours est identique à **SCULPTURE 2 / DESSIN 2** et ne sera mis en place que s'il y a 8 inscrits minimum.

**Animatrice : Sylvia GUINAUDEAU**

**Salle de la Baraterie (Entrée par le boulevard de la Marianne)**

**Mardi 14h00 - 16h00**

**Début le 15 septembre**

**Tarif : 249€ pour 30 séances**

La Sophrologie est à la fois une méthode de relaxation et une méthode de développement personnel. Elle permet d'acquérir, par un entraînement régulier, une plus grande qualité de conscience. Elle s'appuie sur un ensemble de techniques visant à renforcer l'équilibre entre le corps, le mental et les émotions.

Par l'apprentissage de la respiration, de la concentration, de la relaxation, du mouvement, et de la visualisation, nous reprenons conscience de tous les phénomènes qui sont en nous.

**Intervenante :** Isabelle RENEY

**Lieu :** René BROSSARD

**Lundi 18h45 - 20h15**

**Mardi 10h30- 12h00**

**Tarif 200€ pour 25 séances**

**Début 14 ou 15 septembre**

## THÉÂTRE

Vous avez envie de monter sur scène, venez nous rejoindre pour préparer une pièce dont une représentation aura lieu en fin d'année, au mois de juin.

**Intervenante :** Rose TEXIER

**Lieu :** Salle René Brossard

**Jeudi 20h -22h**

**Tarif 250€ pour 30 séances**

**Début 18 septembre**

## YOGA

Le yoga s'adresse à tous, femmes et hommes..Il peut se pratiquer à tout âge et ne demande aucune compétence mais suppose un bon état physique .

La mise en place de la respiration profonde au cours de la relaxation permet de dénouer les blocages en douceur.

Une tenue souple est souhaitée pour ne pas entraver les mouvements.

Le tapis n'est pas fourni, coussin et matériel divers sont fournis par l'association mais il est recommandé d'apporter un tissu ou une serviette pour créer son espace personnel et une petite couverture est appréciée pendant la relaxation.

L'inscription au cours de yoga suppose un engagement à une pratique régulière.

**Intervenante:**Lydie RENOUX

**Lieu :** Salle René Brossard (salle Paquebot)

**Yoga 1 - Lundi 16h30 – 18h00**

**Yoga 3 - Jeudi 16h30 – 18h00**

**Tarif 160€ pour 30 séances**

**Yoga 2 - Lundi 18h15 – 19h45**

**Yoga 4 - Jeudi 18h15 – 19h45**

**Début le 15 ou 18 septembre**

**Fin le 15 juin ou 11 juin 2026**

## YOGA SUR CHAISE

Adapté à toutes et tous, quel que soit l'âge ou la condition physique, ce yoga doux se pratique assis ou debout avec l'aide d'une chaise comme support. Les séances d'une heure visent à améliorer la souplesse, la respiration, l'équilibre et la détente mentale, tout en respectant les limites de chacun. Une pratique idéale pour entretenir son corps en douceur, apaiser le stress et retrouver vitalité et sérénité au quotidien.

**Intervenante:**Lydie RENOUX

**Lieu :** Salle René Brossard (salle mutualisée)

**Yoga 1 Mercredi : 14h00 – 15h00**

**Yoga 2 Mercredi : 15h15 – 16h15**

**Intervenante:** Pauline ANDRÉ

**Lieu :** Salle René Brossard (salle mutualisée)

**Yoga 3 Mercredi : 16h30 – 17h30**

**Tarif 120€ pour 30 séances**

**Début le 16 septembre**

**SUPER**



*Les Justices*