

VOTRE MAGAZINE ACTUS, CONSO, LOISIRS

# Ma TOURSN

MENSUEL GRATUIT - N° 148 - MARS / AVRIL 2025



## JOURNÉE PORTES OUVERTES

22 mars 2025



© 12/2024 - Compagnons du Devoir - Crédit photo : © AOCDF/Florent Pottier

25 rue de Franche Comté  
37100 TOURS



[www.compagnons-du-devoir.com](http://www.compagnons-du-devoir.com)

En savoir plus





# CROSNIER

*L'univers du Jardin*

LES PROFESSIONNELS POUR VOS EXTÉRIEURS RÉUNIS SUR LE MÊME SITE



**Votre pépinière pour la production et commercialisation de végétaux**

Les **pépinières** Crosnier vous propose toute une gamme de plantes pour votre jardin à découvrir : plantes de haies, arbres d'ombrage et d'alignement, arbustes à fleurs et persistants, plante de terre de bruyère, méditerranéennes...



**Votre paysagiste pour la création de jardins**

Votre **paysagiste** vous propose la conception et la réalisation de votre jardin: Aménagements paysagers, allées & accès, terrasses, palissades, portails, clôtures, bassins & cascades, abords de piscine. Imaginons ensemble votre jardin !



**Votre jardinier pour l'entretien de votre jardin**

Votre **jardinier** prend soin de vos extérieurs toute l'année ! Tonte, débroussaillage, désherbage, taille, entretien des massifs, arrosage, nettoyage et petite maintenance. Bénéficiez de 50% de crédit d'impôts en temps réel pour l'entretien de votre jardin !

# PORTES OUVERTES

## 15 & 16 MARS 2025

2 Chemin des Poulains - 37530 Nazelles-Négron

Pour tous renseignements : 02 47 57 23 95

# EDITO

Un beau mois de mars qui nous donne une belle lueur d'espoir !

Quel plaisir de voir la nature se réveiller, se colorer en nous offrant ses plus belles lumières, ses bourgeons qui ne demandent qu'à éclore.

Il souffle un vent de renouveau pour chacun d'entre nous 😊 !

En ce printemps 2025, c'est le moment de concrétiser vos projets de jardin, d'extérieurs pour être au top dès que l'été sera là 😊 ...

Bonne lecture à toutes et à tous.



Isabelle  
BUYTARD CHRETIEN  
*Directrice de Publication*

**Editeur :** Les Presses de Touraine  
29 rue Bugatti - 37000 TOURS - Tél. 02 47 66 64 10  
[www.pressesdetouraine.com](http://www.pressesdetouraine.com)

**Directeur général :** Jérôme BECHY  
**Directrice de Régie Publicitaire :**  
Isabelle BUYTARD CHRETIEN - Tél. 06 43 85 35 21  
[isabelle.buytard@pressesdetouraine.fr](mailto:isabelle.buytard@pressesdetouraine.fr)

**Conseillères en Communication  
Responsables de secteur :**

Méïssa NEVES - Elodie MAUBERT

**Impression :**  
Imprimerie LES PRESSES DE TOURAINE



[www.pressesdetouraine.com](http://www.pressesdetouraine.com)



## À LA RECHERCHE D'UNE FORMATION EN ALTERNANCE ?



Formez-vous à  
un métier concret  
et utile.

- > Plus de 30 métiers dans 4 filières.
- > Du CAP à l'Executive Master.

25 rue de Franche Comté - 37100 Tours

**02 47 41 39 39**

[www.compagnons-du-devoir.com](http://www.compagnons-du-devoir.com)

# Patio : la cour des grands

**Emprunté aux maisons romaines antiques, le patio est une petite cour à ciel ouvert que l'on retrouve surtout dans les maisons du sud de la France. Véritable havre de paix, il fait l'intermédiaire entre l'intérieur et l'extérieur. Voici comment l'aménager.**



Beaucoup plus intime qu'une terrasse, moins exposé qu'un jardin, le patio est sans aucun doute l'atout charme d'une maison. Cette petite cour à ciel ouvert était notamment très en vogue dans les maisons méditerranéennes d'autrefois et reste appréciée pour sa capacité à nous couper du vis-à-vis et à conserver la fraîcheur en été. Lieu de détente ou de repas, le patio est une véritable pièce qu'il faut savoir aménager.

## Un espace à définir

Pour réussir l'agencement et la décoration de son patio, il faut d'abord définir cet espace : coin repas avec une grande table pour déjeuner au soleil ? Antre végétal pour cultiver ses petits potagers ?

Espace de farniente pour faire la sieste sur un transat ? Les possibilités sont multiples et c'est à vous de fixer son utilité en fonction de vos besoins et surtout de vos envies.

Si le patio est grand, il est bien sûr tout à fait envisageable d'organiser l'espace en différentes parties. On peut ainsi aménager un coin repas et un coin détente, en séparant les deux à l'aide d'un claustra design, d'un mur végétal ou d'un paravent. Mais il ne faut surtout pas

« enfermer » ce lieu pour conserver sa lumière, d'autant plus si les murs qui l'entourent sont dotés de fenêtres.

## Un lieu chaleureux

Ce salon en plein air est donc avant tout un lieu chaleureux qu'il convient d'aménager de la sorte. On mise d'abord sur les assises typiques de la belle saison : transats, coussins de sol, hamacs, méridiennes, chaises

à bascule, canapés moelleux et autres chillennes. On n'oublie pas les petites tables d'appoint ou les bouts de canapé. Les textiles aussi se prêtent bien à l'aménagement d'un patio. On n'hésite donc pas à multiplier les tapis de sol, les

coussins, les tentures et les voiles pour accentuer ce côté chaleureux et cette atmosphère cosy.

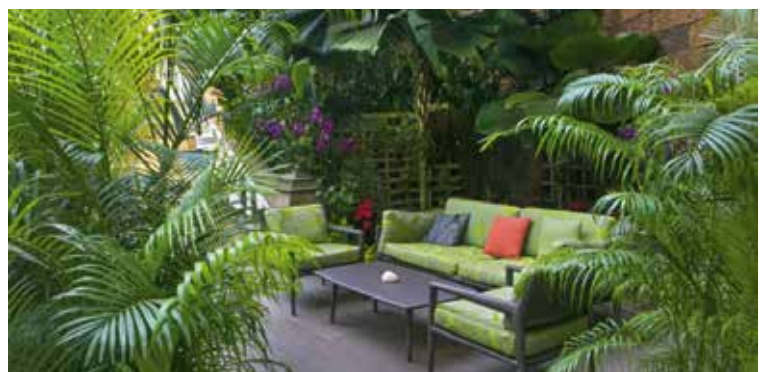
Quelques étagères seront aussi les bienvenues pour déposer des plantes ou des petits accessoires déco (cagettes en bois vintage, paniers en osier...). Pensez également aux jardinières et potagers design, aux lanternes, guirlandes suspendues, photophores et autres lampions qui adouciront l'ambiance une fois la nuit tombée.

## Le végétal, ça nous gagne

Enfin, le patio est le lieu idéal pour exposer ses plus beaux végétaux. Arbres en pots, fleurs, plantes et murs végétaux embellissent en toute simplicité cette petite cour tout en lui apportant un peu d'ombre. Des panneaux de bois peuvent aussi abriter des plantes grimpantes comme la vigne ou la fougère, qui vous permettront d'optimiser au minimum l'espace si vous disposez d'un petit patio et d'éviter d'empiéter sur l'espace de vie. Très tendance, les cactus se plairont également dans une décoration d'esprit exotique ou californienne, tandis que les bambous apporteront davantage la touche zen à cet espace de bien-être.

## Au bruit de l'eau

Au-delà d'une végétation foisonnante, le patio est un lieu de vie qui se prête à merveille à la présence de l'eau. Si la surface disponible vous le permet, il peut être intéressant de faire installer une minipiscine ou un bassin décoratif. Ambiance zen et relaxante assurée ! À défaut, on se contentera d'une fontaine encastrée, comme dans les patios antiques romains, ou d'une fontaine de jardin design beaucoup plus abordable pour les petits budgets.





SERRAULT  
Jardins



Imaginons ensemble  
**VOTRE JARDIN**

10h-18h

Samedi 5 & Dimanche 6 Avril

RENCONTRE  
**AU JARDIN**

**JARDIN D'EXPOSITION**

**LA VILLE-AUX-DAMES**

Présence de producteurs, entreprises et artistes locaux

La Boisselière - 37700 La Ville-aux-Dames

02 47 44 09 98 - [serrault.com](http://serrault.com) [serrault.jardins@serrault.com](mailto:serrault.jardins@serrault.com) @ f

# Le béton désactivé, la star des allées



## Qu'est-ce que le béton désactivé ?

Le béton désactivé, également appelé béton lavé, est un béton décoratif obtenu en alliant une formule de béton adaptée enrichie en gravillons et une technique de coulage de béton particulière. Cette dernière consiste à faire apparaître les graviers par élimination de la couche superficielle du mortier de surface.

## La composition du béton désactivé

Comme tout béton, le béton désactivé est composé d'un mélange de ciment, d'eau, d'éventuels adjuvants, de sable et de gravillons.

Le choix des gravillons est primordial. Selon leur nature, il est possible de jouer sur leur forme (gravillons roulés ou concassés), leurs dimensions et leurs couleurs (exemple : porphyre rouge, quartz blanc, basalte noir, etc.). Le large choix permet au béton de s'intégrer au mieux à l'environnement de l'ouvrage, ou au contraire pour créer un contraste avec celui-ci.

Pour rendre le béton encore plus esthétique, il est possible de mélanger différents granulats de couleurs différentes. Il est également possible de jouer sur la couleur de la pâte de ciment qui enrobe les granulats. Ceci en utilisant

un ciment plus ou moins clair voire un ciment blanc, et éventuellement en ajoutant des pigments colorés au béton.

## Quelles sont les utilisations du béton désactivé ?

Les nombreux avantages que le béton désactivé comporte font de lui un des bétons décoratifs les plus utilisés aujourd'hui.

Il s'emploie aussi bien pour réaliser des ouvrages de voirie et d'aménagements urbains (place, cour, trottoir, chaussée, piste cyclable, parking, rue ou allée piétonne, passage piéton...) que des aménagements pour les particuliers (terrasse en béton, allée de jardin, plage de piscine, allée de garage, descente de garage, aire de stationnement de véhicule...).

## Les avantages du béton désactivé

Les diverses possibilités dans le choix du type de granulat utilisé, de la texture et des couleurs de la pâte de ciment ouvrent de larges perspectives en matière de décoration et de personnalisation.

De plus, il est très résistant aux intempéries et comme tout béton il est durable dans le temps, il est polyvalent, il s'adapte à

toutes sortes de projets. Ce revêtement est très facile d'entretien et son aspect perdurera de longues années sans avoir à fournir trop d'efforts : un simple passage de nettoyeur haute pression suffit à lui redonner son aspect initial.

Ce type de béton est antidérapant : l'exposition des granulats n'est pas seulement esthétique, cela aussi permet au béton désactivé de présenter des propriétés de résistance au glissement. Il est enfin économique : certes plus cher à l'achat que le béton traditionnel, il ne nécessite cependant aucun revêtement ultérieur. En revanche, sa mise en œuvre est plus délicate qu'un béton ordinaire et tout comme le béton décoratif, les finitions sont importantes. Également l'application et le choix du désactivant, ainsi que l'échéance de lavage sont des paramètres à maîtriser. N'hésitez pas à faire appel à un professionnel !



# Le travertin revient dans l'air du temps

Matière minérale noble par excellence, à la fois sobre et résolument élégante, le travertin signe cette année un retour remarqué !

Si le travertin gagne du terrain dans nos demeures depuis ces derniers mois, l'engouement pour cette roche calcaire ne date pas d'hier ! Très prisé par les Romains durant l'Antiquité pour son grain si particulier autant que pour sa robustesse, il était utilisé pour la construction de monuments grandioses, comme les temples, les thermes ou le célèbre Colisée. Également appelé tuf calcaire, il tire son nom de l'italien « travertino », lui-même issu du latin « tiburtinus » qui signifie « pierre de Tivoli », ville dont il a longtemps été extrait. Vous avez le coup de cœur ? Voici comment intégrer le travertin à votre habitat.



décline naturellement dans une riche palette de couleurs, allant du blanc lorsqu'il est pur – son aspect est alors semblable au marbre – aux tonalités brunes, en passant par le jaune, les nuances de rouge et le gris, en fonction des impuretés qu'il contient. Son esthétique n'a d'égale que sa solidité, puisqu'il résiste remarquablement aux chocs et rayures. Certes assez onéreux à l'achat, il constitue cependant un bon investissement sur la durée.

## Une pierre de caractère

Le charme brut du travertin réside dans les nombreuses veines, creux et cavités qui le strient et lui confèrent sa personnalité inimitable, même s'il peut être poli afin d'obtenir un fini plus lisse et brillant. S'il ne se forme qu'aux abords de petites cascades et sources d'eau riches en carbonates, son apparence va varier en fonction des végétaux (algues, mousses) qui se sont calcifiés et fossilisés. Il se

couurs qu'il exhibe son grain poreux. Ne craignant ni les fissures ni la décoloration due aux rayons UV, il est en effet tout indiqué au jardin. Pour insuffler un esprit chic à vos espaces extérieurs, optez pour des grandes dalles en travertin ivoire ; pour un minimum d'entretien et un rendu plus moderne, préférez des carreaux dans des tons gris. De par sa texture rugueuse, il possède des propriétés antidérapantes qui en font également un revêtement intéressant pour les margelles de piscine.

## Comment entretenir le travertin ?

D'un naturel très poreux, ce matériau nécessite un entretien particulier afin de conserver sa splendeur originelle. Afin de le rendre étanche et de le protéger des taches et de l'humidité, il vous faudra appliquer un traitement hydrofuge sur toute sa surface dès sa pose, puis renouveler l'opération tous les trois à cinq ans. Pour le nettoyage quotidien, oubliez les produits ménagers abrasifs et optez pour des solutions naturelles moins décapantes, comme le savon de Marseille ou le savon noir et frottez avec un chiffon doux.

## De la décoration extérieure...

Si le travertin est partout cette année, c'est avant tout pour paver les terrasses, patios et



A votre service depuis 22 ans

# FAITES ÉVALUER VOTRE PROJET !



ENROBÉ • BÉTON DÉSACTIVÉ  
GRANULATS RÉSINES • NIDAGRAVEL®  
GRAVILLONS LIBRES  
ÉVACUATION DE GRAVATS  
ASSAINISSEMENT & TERRASSEMENT

Du lundi au vendredi : 9h - 12h / 14h - 18h



Demandez  
un devis  
gratuit



Garantie  
décennale

Le Carroir Jodel - 37240 Le Louroux - [secretariat@avtp37.fr](mailto:secretariat@avtp37.fr)  
02 47 92 21 19 - [www.avtp37.fr](http://www.avtp37.fr)

# SUDOKU

MOYEN

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

DIFFICILE

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

Retrouvez les solutions en page 22



## ASTUCE DU MOIS

Santé - Beauté - Jardinage - Cuisine...



### Les cendres de bois, des déchets précieux à valoriser

Le chauffage au bois a décidément tous les avantages : même les résidus qu'il produit sont réutilisables ! Au jardin, les cendres de votre cheminée ou de votre poêle sont en effet très utiles.

#### Des résidus de choix

La bonne nouvelle c'est donc que les cendres de votre cheminée se réutilisent facilement. La mauvaise, en revanche, c'est que vous ne pouvez pas vous servir de n'importe lesquelles. Pour donner une seconde vie à ces déchets, il faut opter pour du bois naturel et donc non traité. Il peut s'agir de bûches ou de granulés. À l'inverse, le bois de récupération, comme celui des palettes par exemple, ainsi que le charbon de bois, sont très toxiques. Cette précaution étant prise, il convient tout d'abord de les faire refroidir, de les laisser sécher à l'abri de l'humidité et de les débarrasser des gros morceaux de résidus. Selon leur utilisation, il est d'ailleurs préférable de les passer au tamis.

#### Un engrais pour vos plantes

Les cendres de bois sont riches en sels minéraux, en magnésium, en potasse, en calcium et en phosphore, ce qui en fait de bons alliés pour vos plantes ! Trois en un, ils constituent un très bon engrais pour vos parterres de fleurs et votre potager, servent de répulsif contre les limaces et autres escargots et permettent de protéger vos végétaux. Pour profiter de tous ces bienfaits, il vous suffit de prendre des poignées de cendres sèches et de les répandre sur le sol, au pied de vos plantations ou sur votre pelouse. Mais veillez à ne pas avoir la main trop lourde ! La répartition doit être homogène et pas trop concentrée, sans quoi cela pourrait être nocif. Ne versez pas plus de deux poignées par mètre carré. Attention, il y a toujours une exception à la règle. Les cendres ne doivent pas être répandues sur de la terre de bruyère, des azalées, des camélias ou des rhododendrons car ils ne supporteraient pas ce trop grand apport en calcium.





# APA 37

## AQUILUS

PISCINES La vie en bleu

Les Spécialistes de l'Eau



# PORTES OUVERTES du 27 au 31 mars

**OUVERTURES EXCEPTIONNELLES** : Samedi 29 mars de 9h à 18h - Dimanche 30 mars de 10h à 17h

## > PISCINES

### ROBOTS DE NETTOYAGE



**PRIME A LA CASSE** **100€**  
de produits OFFERTS

pour l'achat d'un robot neuf  
et la reprise de votre ancien robot  
(hors promotion exceptionnelle, non cumulable  
avec d'autres offres, hors Roboos 4x)

### PRODUITS PISCINES ET SPA

**- 20%**

Remise sur tous les  
produits et accessoires  
d'entretien en magasin.

*valable uniquement pour les  
produits facturés en magasin  
du 27 au 30 mars 2025.*

## > BASSINS

### ECLAIRAGE SUR MESURE

Nouvelle gamme d'éclairage  
Connectée Bluetooth



Offre de lancement

**- 10%**

Sur la gamme  
d'éclairage  
Oase Connect

## > POMPES



La récupération  
d'eau de pluie  
c'est gratuit !

C'est le mo-  
ment d'EQUIPER  
VOTRE CUVE



**1 POMPE achetée**  
=  
**Bouche d'arrosage**  
**+ 25 ml de tuyau**  
**+ Raccords OFFERTS**  
\*d'une valeur de 76,07€



## OFFRES EXCEPTIONNELLES A DECOUVRIR EN MAGASIN

Voir conditions en magasin. Non cumulable avec les offres en cours.

Du lundi au vendredi  
de 9h à 12h et de 14h à 18h.  
Le samedi de 9h à 12h.  
Fermé les jours fériés.

## > ARROSAGE

### KIT GOUTTE À GOUTTE

Tuyau goutte à goutte autorégulé ø 16 mm

~~128,15€~~

**59,90€**



**1 couronne 50 ml achetée = les raccords offerts\***

\*d'une valeur de 33,18€

Rue Amélia Earhart - ZI Bois de Plante - 37700 LA VILLE AUX DAMES

02 47 46 47 46 - [www.apa37.com](http://www.apa37.com)

# Cinéma



## The Insider - Black Bag

De Steven Soderbergh

Avec Michael Fassbender, Cate Blanchett, Tom Burke

Sortie le 12/03/25

Au cours de son voyage à la découverte de lui-même, un homme également confronté au devoir d'aimer et de défendre sa patrie, se retrouve à trois carrefours importants de sa vie.



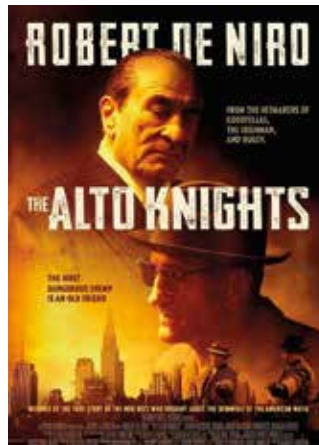
## On ira

De Enya Baroux

Avec Hélène Vincent,  
Pierre Lottin, David Ayala

Sortie le 12/03/25

Marie, 80 ans, en a ras le bol de sa maladie. Elle a un plan : partir en Suisse pour mettre fin à ses jours. Mais au moment de l'annoncer à Bruno, son fils irresponsable, et Anna sa petite-fille en crise d'ado, elle panique et invente un énorme mensonge. Prétextant un mystérieux héritage à aller chercher dans une banque suisse, elle leur propose de faire un voyage tous ensemble...



## The Alto Knights

De Barry Levinson

Avec Robert De Niro,  
Debra Messing, Cosmo Jarvis

Sortie le 19/03/25

Vito Genovese et Frank Costello sont deux patrons du crime italo-américains au milieu du XXème siècle. En 1957, Genovese tente d'assassiner Costello mais il échoue. Ce dernier, blessé par l'attaque, essaie de se retirer de la mafia.



## Minecraft, le film

De Jared Hess

Avec Jack Black, Jason Momoa, Danielle Brooks

Sortie le 02/04/25

Bienvenue dans l'univers de Minecraft où la créativité est essentielle à la survie ! Quatre outsiders - Garrett, Henry, Natalie et Dawn - sont soudainement projetés à travers un mystérieux portail menant à La Surface - un incroyable monde cubique qui prospère grâce à l'imagination. Pour rentrer chez eux, il leur faudra maîtriser ce monde (et le protéger de créatures maléfiques comme les Piglins et les Zombies), tout en s'engageant dans une quête fantastique aux côtés de Steve, expert fabricant.

# Envie de surprendre vos enfants avec un anniversaire royal ?



## Dans cette aventure, c'est la loi du plus fun !

Votre enfant et ses amis partiront à la conquête du royaume à travers 9 épreuves avec notamment la personnalisation d'une couronne, d'un cherche-et-trouve et d'une pinata. Pour finir sur le couronnement royal de votre enfant.



## Pour son BK'nniversaire, on s'occupe de TOUT !

Invitations, accueil, animation, distribution de cadeaux... Des surprises pour ses amis et un cadeau d'anniversaire à choisir pour votre enfant. Pendant 1h45 de folie, votre restaurant Burger King devient leur royaume. Oui, ça commence très (château) fort !

## Les trésors de la cour

Des surprises pour ses amis et un cadeau d'anniversaire à choisir pour votre enfant.



## Que le banquet commence !

En bon chevalier, on est très à cheval quand il s'agit de vous régaler :

- Une glace personnalisée.
- Une boisson de 20cl.
- Un gâteau au chocolat nappé de pâte à tartiner.

Réservation sur [www.burgerking.fr/anniversaire](http://www.burgerking.fr/anniversaire)

## Menu Bon & Pas Cher



# 5€

## Ça coûte un rien !

# 2€ 90



Petit Toasté

# 4€



Menu King Junior



Prix conseillés. Voir la composition des Menus Bons Et Pas Chers et du Menu King Junior sur [burgerking.fr](http://burgerking.fr). King = Roi.  
© 2024 The Coca-Cola Company. Fanta est une marque déposée de The Coca-Cola Company.

BURGER KING FRANCE - CLICHY - SAS AU CAPITAL DE 298 611 503,00 EUROS - RCS NANTERRE N°797 662 867

CHAMBRAY-LES-TOURS

36 rue de Joué

JOUE-LES-TOURS

14 rue Gustave Eiffel

TOURS CENTRE

23 place Jean Jaures

SAINT-PIERRE-DES-CORPS

Centre Commercial les Atlantes

TOURS NORD

326 avenue André Maginot

Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas. [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

Click & Collect

DISPONIBLE SUR  
Google Play

DISPONIBLE SUR  
App Store



## LE PAIN, LE MEILLEUR ALLIÉ DU GOÛTER

Le pain est composé de 65 à 70% de glucides et de 3 à 7% de glucides non assimilables (ou fibres alimentaires). Le glucide est la **principale réserve d'énergie** de notre corps, on le connaît également sous la dénomination de **sucre lent**. Pour le bon fonctionnement de notre cerveau et de notre corps, le corps a besoin de cette réserve d'énergie, stockée pour l'essentiel, dans le foie. Notre cerveau consomme 4 g de sucre dit « rapide » par heure. Or il ne sait pas constituer sa propre réserve et ne dispose de ce fait que d'un quart d'heure d'autonomie. Au-delà, le cerveau va puiser le sucre qui lui est nécessaire dans notre réserve d'énergie. De même une activité physique va puiser également toute l'énergie nécessaire dans cette réserve d'énergie stockée dans le foie. Le pain riche en glucides et

pauvre en lipide (1 à 2% dans un pain courant) constitue donc **l'aliment idéal** pour répondre au mieux au besoin énergétique de notre organisme. **Il ne fait pas grossir**. Sous forme de tartine associée à un produit laitier et à un fruit, le pain assure un **goûter équilibré**. Notons qu'un goûter équilibré doit couvrir 10 à 15% de notre ration énergétique quotidienne. Le secret d'un goûter équilibré, c'est d'y prendre **plaisir**. Alors n'oubliez pas de varier les plaisirs. Le pain se tartine salé, sucré et se décline sous toutes ses formes et ses goûts (pain blanc, au seigle, complet, aux céréales...). **Faites du goûter un mini-repas, une pause plaisir** en respectant ces quelques règles et n'oubliez pas de pratiquer une activité physique régulière. L'OMS préconise 30 min de marche au moins par jour.

## QUELQUES EXEMPLES DE GOÛTER



- Une tranche de pain\* grillée tartinée de chèvre frais parsemé de ciboulette et un verre de jus de fruit.
- Une tranche de pain\* accompagnée de 3 carrés de chocolat et un verre de lait.
- Une tranche de pain\* de campagne accompagnée d'un carré de jambon blanc et d'un verre de jus de fruits.
- Une tranche de pain\* tartinée de confiture et un fruit.

\* Tranche de pain d'environ 40 g pour les enfants et 60 g pour les adultes.

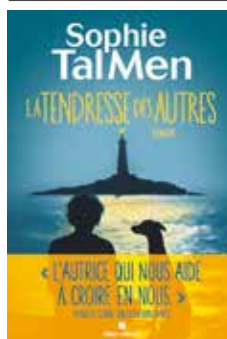
### A quoi sert le goûter ? Qui doit goûter ?

Le goûter nous permet de recharger notre corps en énergie dans l'attente du dîner. Il évite le grignotage avant le dîner. Les enfants sont bien sûr les premiers concernés par le goûter, d'autant que ce mini-repas reste leur repas préféré. Mais le goûter est également conseillé aux adultes pour compenser un déjeûner sur le pouce, une importante dépense d'énergie liée à une pratique sportive intense, ou tout simplement pour entretenir ses forces tout au long de la journée dans le cas des personnes âgées.

Votre Artisan Boulanger respecte les procédés de fabrication et dose consciencieusement ses ingrédients pour vous apporter un produit de qualité artisanale.

# Sélection Culturelle

## LIVRE



### La Tendresse des autres

Sophie Tal Men

Sortie le 12 mars

Parfois, je doute d'être à la hauteur. Et puis je me dis que je ne laisserai personne le faire à ma place. Lorsqu'après un accident son petit garçon se renferme en lui-même et décide qu'il n'est plus capable de marcher, Lucie met sa vie entre parenthèses pour tenter de lui donner à nouveau goût à la vie.

Un parcours de combattante qui met ses émotions, son couple, sa confiance en elle et toute la famille à rude épreuve. Mais un invité surprise vient bousculer leur quotidien et leur donner une belle leçon de vie : d'un accident on peut en faire une aventure ! Et permet à Lucie de comprendre qu'elle ne peut pas tout porter et réparer seule, et qu'il est plus que temps de faire de la place aux gens qui l'entourent... Car ensemble on est toujours plus fort.

## MUSIQUE



### Mayhem

Lady Gaga

Sortie le 7 mars

2025 marquera le grand retour musical de Lady Gaga avec son nouvel album « Mayhem », le 7ème de sa carrière, 5 ans après « Chromatica » son album dance certifié platine en France avec plus de 110,000 ventes ajustées. On y retrouvera « Die With A Smile » en duo avec Bruno Mars certifié platine en France ainsi que « Disease », un single électro-pop dark co-produit par Andrew Watt et Cirkut qui n'est pas sans rappeler les sonorités de ses deux premiers albums.

## DVD



### Vaiana 2

Dana Ledoux Miller, Jared Bush

Sortie le 27 mars

Après avoir reçu une invitation inattendue de ses ancêtres, Vaiana entreprend un périple qui la conduira jusqu'aux eaux dangereuses situées aux confins des mers des îles du Pacifique. Elle y vivra des péripéties comme jamais vécues auparavant.





Du vendredi 14 au dimanche 16 mars

## L'édition 2025 de Théâtravilleret approche

En effet, c'est du 14 au 16 mars que le CRIII organise son 3ème week-end théâtral à l'espace Villeret aux Fontaines, 11 rue de Saussure à Tours. Cette année vous y trouverez du théâtre bien sûr mais pas seulement puisque nous avons la chance d'accueillir Thierry Palem, artiste de la région de Nîmes, reconnu pour son spectacle de chansons théâtralisées autour de Brassens. Une petite restauration sera possible samedi soir entre les 2 spectacles et le bar sera aussi ouvert après !

Tarifs : 10€ / 8€ / 5€

Pass 2 spectacles : 15€

Pass 4 spectacles : 25€

Gratuit - 12 ans

Espace Jacques Villeret - 11 rue de Saussure - 37200 Tours

Informations et renseignements :

02 47 74 56 04 - 02 47 74 56 05

Dimanche 16 mars

## ADEL Show

L'ADEL SHOW est un spectacle solidaire au profit de l'Association ADEL CENTRE qui aide les enfants atteints de leucémie ou cancer, soignés en service oncologie au CHU de Clocheville. C'est une association locale qui œuvre depuis 32ans, les bénévoles ne sont pas salariés et tous les dons vont aux enfants et à leur famille. L'association finance des soins supports, des rêves d'enfants, des sorties, du matériel médical ... pour améliorer leur quotidien et leur permettre d'oublier la maladie. Youyou, fabuleuse artiste locale et marraine de l'association, a conçu ce spectacle en 2022. L'ensemble des artistes viennent bénévolement tout comme Youyou. Le spectacle de cette année est sur le thème de LA FIESTA nous aurons des chanteurs, humoristes, acrobates, ventriloque, mademoiselle, sculpteur sur ballon, magiciens... Le public est convié à venir en tenue de fête s'il le souhaite ! L'ambiance est familiale.

Tout public - Tarifs Adulte : 15€ ;

Enfant moins de 16 ans : 8€.

15h - Nouvel Atrium à Saint Avertin

Réservation conseillée sur :

<https://www.helloasso.com/associations/adel-centre/evenements/adel-show-2025>

Samedi 22 mars

## Fête des vins de Bourgueil à Tours

En plein centre ville de Tours, venez à la découverte des Grands Vins de Bourgueil, une quarantaine de vignerons vous feront découvrir avec panache notre magnifique Cabernet Franc, cépage emblématique et historique de notre belle Touraine. Inauguration officielle à 10 h 30 avec les dignitaires de la Commanderie de la Dive Bouteille de Bourgueil et Saint-Nicolas de Bourgueil. Les traditionnels « Saint-Vincent » récompensent les meilleures cuvées de rosé, de rouge de printemps, de rouge de garde et les meilleurs chenin Blanc issues de parcelles en AOC. Ces trophées, œuvres originales en tuffeau réalisées par la sculptrice Valérie Herlin, seront remis aux lauréats à l'issue de l'inauguration. Présence de nombreux artisans des métiers de bouche.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.

Tarif 3€ (verre de dégustation)

De 10h à 19h - Boulevard Heurteloup à Tours

Retrouvez les informations sur [www.vinbourgueil.com](http://www.vinbourgueil.com)

Dimanche 23 mars

## 20ème EKIDEN de Touraine - Ballan-Miré

L'« Ekiden de Touraine », créé en 2004 par l'ASPTT TOURS sur la commune de Ballan-Miré, est devenue l'une des courses majeures en Indre-et-Loire, dont la renommée dépasse la Région Centre-Val de Loire. Son succès incontestable et grandissant s'est concrétisé, en 2009 et 2012, par l'organisation des championnats de France d'Ekiden. En 2019, ce sont 300 équipes qui ont pris part à cette compétition. En 2020, elle intègre le Top 5 des Ekiden nationaux et est inscrite au « National Série Ekiden » créé par la Fédération Française d'Athlétisme. Une compétition qui bouge. Nouveauté 2025 : un nouveau site village départ-arrivée au Parc Beauverger avec un nouveau parcours propice à la performance. Pour cette 20ème édition, de nombreuses surprises seront présentes !!! Clôture des inscriptions au plus tard le 19/03/2025 à 23h00

à 8h30 - Ballan-Miré - Parc de Beauverger

Inscription en ligne : <https://www.klikego.com/inscription/ekiden-de-touraine-2025/running-course-a-pied/1699681901237-2>



# MG Tours : l'avenir de la mobilité accessible à tous !



MG Motor, marque emblématique de l'automobile, revient en force avec une gamme complète de véhicules modernes, alliant innovation, design et performances accessibles à tous. MG Motor se distingue par son **engagement envers la mobilité électrique et hybride**, proposant des véhicules à la pointe de la technologie avec une autonomie performante, une recharge rapide et des équipements de série ultra-complets.

Que vous recherchiez une **citadine électrique, un SUV familial ou un roadster sportif**, MG Motor a le véhicule idéal pour vous !

**MG4 Electric** : Une compacte 100 % électrique offrant un design dynamique, une

autonomie pouvant atteindre 450 km et une conduite réactive.

**MG ZS EV** : SUV électrique familial, doté d'un intérieur spacieux et d'une autonomie idéale pour tous vos trajets.

**MG Marvel R** : SUV premium aux lignes futuristes et aux performances remarquables, parfait pour une expérience de conduite haut de gamme.

**MG EHS Hybrid** : SUV hybride rechargeable combinant puissance et efficacité pour une conduite respectueuse de l'environnement.

**MG5 Electric** : Le premier break 100 % électrique du marché, alliant praticité, confort et autonomie.

**La Nouvelle MG Cyberster** : Un roadster sportif 100 % électrique avec un design spectaculaire et des performances électrisantes.

## Pourquoi choisir MG ?

**Technologie de pointe** : Équipements de dernière génération avec écrans tactiles, aides à la conduite et connectivité avancée.

**Sécurité optimale** : Tous les modèles sont dotés des dernières innovations en matière d'assistance à la conduite et de protection des passagers.

**Prix compétitifs et garanties avantageuses** : MG propose des véhicules accessibles avec une garantie jusqu'à 7 ans pour une tranquillité maximale.

**Écologie et économie** : Des motorisations électriques et hybrides réduisant l'empreinte carbone tout en offrant des coûts d'utilisation réduits.

Venez découvrir la gamme MG et réservez votre essai chez votre concessionnaire MG Tours à Chambray-lès-Tours.

**Cyberster**  
ROADSTER 100% ÉLECTRIQUE

**ATTIREZ LA TENSION**

Si vous pensez pouvoir résister, vous vous trompez. MG signe son tout 1er roadster 100% électrique, aux lignes envoûtantes et prêt à séduire chaque regard. En un instant, il impose sa présence, comme une invitation à révéler votre vraie personnalité. Laissez la passion prendre le contrôle. Il est temps de soigner votre entrée.

**PORTES OUVERTES**  
les 15 et 16 mars 2025

**A0 gCO<sub>2</sub>/km**

**7 ANS DE GARANTIE**  
OU 150 000 KM

Consommation électrique (min. max.) Gamme Cyberster (wh/km) WLTP : 167-191. Rejets de CO<sub>2</sub> (g/km) WLTP : 0 (en phase de roulage). Règlement 2018/1832. Valeurs au 22/08/2024 susceptibles d'évolution. Plus d'informations sur le site [www.mgmotor.fr](http://www.mgmotor.fr)

\*Norme WLTP. L'autonomie réelle peut différer des données indiquées en fonction du style de conduite, de la vitesse, de l'utilisation de certains équipements et d'autres facteurs (température extérieure, relief de la route...).

Les équipements présentés peuvent être de série, en option ou non disponibles selon les versions. Garantie 7 ans ou 150 000 km. Détails et exclusions sur [mgmotor.fr](http://mgmotor.fr)

Au quotidien, prenez les transports en commun #SeDéplacerMoinsPolluer

**MG Tours** - 64 rue Charles Coulomb à Chambray-lès-Tours  
02 47 80 45 85 - [contact@mg-tours.fr](mailto:contact@mg-tours.fr)



Du 28 au 30 mars

## Week-end équinoxe de printemps - festival WET

Cette saison, le festival WET fête ses 9 ans. Il est devenu un rendez-vous incontournable pour le public tourangeau, les professionnelles et les artistes. La raison de sa vitalité vient du fait qu'il est programmé par la Jeune Troupe du Théâtre Olympia. Un festival accueillant des artistes émergentes programmées par leurs pairs, c'est inédit en France.

Pendant plusieurs mois, les 8 membres de la Jeune Troupe ont sillonné les théâtres et les festivals pour prendre le pouls de la jeune création théâtrale. Ils se sont posé mille questions pour définir leur vision de l'émergence. Ils ont longuement débattu des enjeux dramaturgiques, esthétiques, poétiques et politiques de chacune de ces pièces, pour parvenir à vous présenter une programmation qui témoigne de l'éclectisme et de la vitalité de la jeune création contemporaine.

Le WET trouve désormais sa place dans la cadence des Week-ends de saison au moment de l'équinoxe de printemps. C'est le temps de l'énergie, de la jeunesse engagée, festive et prometteuse. Le temps du renouveau.

Théâtre Olympia, 7 rue de Lucé à Tours  
02 47 64 50 50

Programme complet sur :

<https://cdntours.fr/programmation/festival-wet>



© Gérard Chesneau

Les 29 et 30 mars

## Printemps photographique

Club photo de Chambray

Exposition photographique réunissant 8 clubs photo de l'agglomération tourangelle qui vous présenteront chacun une série de 20 photos sur un thème de leur choix. Gérard Chesneau sera notre invité d'honneur. C'est un photographe passionné par la composition et la lumière, avec lesquelles il sublime ses sujets.

Entrée libre - de 10h à 19h

Salle Godefroy - 17 avenue des Platanes  
à Chambray-lès-Tours

[www.clubphotochambray.com](http://www.clubphotochambray.com)



Samedi 29 mars

## Les Virtuoses

Deux personnages drôles et attachants, prêts à tout pour sortir vainqueur d'un récital explosif. Les Virtuoses est un spectacle unique en son genre, mêlant les univers de la musique classique, de la magie et de la comédie à la Chaplin. Un spectacle sans parole, qui exprime une poésie visuelle et musicale où le merveilleux côtoie le spectaculaire. À quatre mains expertes et espiègles, Les Virtuoses déchaînent le classique avec une délicieuse extravagance, s'amuse avec Vivaldi, Mozart et bien d'autres... Musiciens, comédiens, magiciens, les irrésistibles Virtuoses relèvent le pari fou de concilier la fantaisie et le sérieux, pour réconcilier la grande musique avec tous les publics. Une célébration musicale et onirique, menée tambour battant par deux pianistes explosifs !

Tarifs : 13€ - 5,40€ moins de 10 ans

20h30 - Espace Jean Cocteau à Monts

Réservation en ligne : <https://billetterie.festik.net/monts/>

Samedi 29 mars

*Spectacle*  
**MJLIL** | **SOSIE OFFICIEL DE MICHAEL JACKSON**  
**SAMEDI 29 MARS 2025**

**15H**  
Initiation danse avec choré sur une musique de MJ

**16H30**  
Spectacle/concert avec MJLIL et sa troupe

**17H15**  
Dédicaces + photos

Centre Commercial Chambray



# Nouveau Hyundai INSTER. 100% électrique.

Are you in?\*



함께 할래요?\*

À partir de

**129** €TTC/mois<sup>(1)</sup>

1<sup>er</sup> loyer de 3 400 € TTC  
Bonus écologique de 4 000 € déduits<sup>(2)</sup>  
LLD 37 mois et 30 000 km.

Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo #SeDéplacerMoinsPolluer

**A** 0 gCO<sub>2</sub>/km

B

C

D

E

F

G

Nouveau INSTER, le petit SUV 100% électrique, vous accompagne chaque jour pour sillonner la ville. Et pour vos escapades, vous pouvez compter sur son intérieur modulable qui se plie à toutes vos envies... Découvrez dès maintenant Nouveau INSTER chez votre distributeur Hyundai.

 **HYUNDAI**

**5** ANS

Garantie kilométrage illimitée

\*\*

**8** ANS

Garantie de la batterie

\*\*\*

Consommations mixtes (WLTP) de la gamme INSTER (kWh/100km) : 14.3 – 18.8. Émissions CO<sub>2</sub> (g/km) : 0.

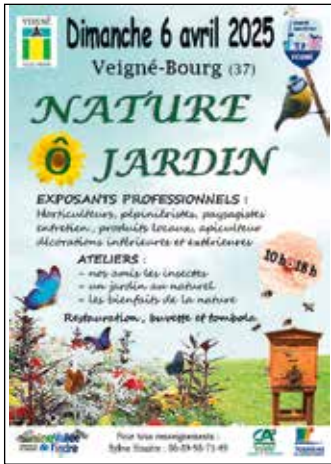
(1) Exemple pour un Hyundai INSTER 42kWh 5 places neuf, hors options, en Location Longue Durée sur 37 mois et 30 000 km maximum. 1<sup>er</sup> loyer majoré de 7 400€ TTC ramené à 3 400€ TTC après déduction du bonus écologique de 4 000€ si éligible<sup>(1)</sup> puis 36 loyers mensuels de 129€ TTC. **Modèle présenté**: INSTER 49kWh Creative avec option. 1<sup>er</sup> loyer majoré de 7 400€ TTC ramené à 3 400€ TTC après déduction du bonus écologique de 4 000€ si éligible<sup>(1)</sup> puis 36 loyers mensuels de 209€ TTC. Hors assurances et prestations facultatives. Offre soumise à conditions, réservée aux particuliers et valable du 01/02/2024 au 31/02/2024 pour toute commande d'un INSTER neuf dans le réseau Hyundai participant (voir conditions en point de ventes). Sous réserve d'acceptation par Hyundai Finance, marque exploitée par Hyundai Capital France, SAS au capital de 155 104 000,00 euros, 69 avenue de Flandre 59700 Marcq-en-Barœul. SIREN 491 411 542 RCS Lille Métropole. (2) Conditions et éligibilité : service-public.fr. \*Êtes-vous prêt(e) ? \*\*La garantie 5 ans kilométrage illimité de Hyundai s'applique uniquement aux véhicules Hyundai vendus initialement par un Distributeur Agréé officiel Hyundai à un client final, conformément aux termes et conditions du carnet de Garantie Entretien & Assistance du véhicule. \*\*\*Les batteries haute-tension de nos véhicules hybrides et électriques sont garanties 8 ans ou 160 000 km.

 **SOFIBRIE**  
AUTOMOBILES

**EOS DES NATIONS**  
— Saint-Cyr-sur-Loire —

**HYUNDAI TOURS**  
78 rue de la Pinauderie  
37540 SAINT-CYR-SUR-LOIRE  
02 47 36 00 47

**Portes ouvertes**  
14-17 mars



Dimanche 6 avril

**Salon «Nature ô Jardin» 2025**

La 7e édition du Salon «Nature ô Jardin» est proposée par l'association du Comité des Fêtes de Veigné ! Des horticulteurs, apiculteurs, pépiniéristes, paysagistes, ...etc exposeront et répondront à toutes vos questions sur le jardinage et la nature. Lors de vos déambulations, vous trouverez plusieurs horticulteurs et pépiniéristes, mais aussi des décorations intérieures et extérieures, des conseils pour créer son potager, des soins santé, des bijoux... Vous pourrez participer à des ateliers pour créer un jardin sans déchets et reconnaître une abeille d'un frelon ! Nous vous attendons nombreux à ce Salon du jardinage et de la nature ! Buvette et restauration sur place. Animations et tombola gratuite.

Entrée gratuite  
de 10h à 18h - Esplanade du Moulin à Veigné

Jeudi 10 avril

**Marcel et son orchestre + Maggy Bolle**

Ils ont une envie, une énorme envie, une envie folle de prendre une grosse portion de plaisir, de se rouler à terre, de redoubler d'irrévérence, de brailler du rock'n'roll, de faire crier les guitares, de cogner sur les tambours, de violenter le piano et de souffler dans les trompettes et les saxophones. Car dans cette époque formidable, comment résister plus longtemps au plaisir de rire de l'hypocrisie bienveillante ? De toute urgence, retrouvons l'insolence ! Alors coiffe ta plus belle perruque, brosse ta moustache et tes moustaches de nombril, fais péter le maquillage et sors ton plus beau déguisement de majorette, Marcel et son orchestre débarque et ça va être fou, fou, fou !

**Maggy Bolle**

Chanter tout haut ce que tout le monde pense tout bas : Maggy Bolle trimballe ses chansons burlesco-comiques depuis maintenant sept ans et propose un spectacle qui ravive à grands éclats de rire les plus belles heures du café-théâtre!

Tarifs : 18€ / 22€ / 25€ à 20h

Le Bateau Ivre à Tours

Réservation en ligne sur :

[www.bateauivre.coop](http://www.bateauivre.coop)



Samedi 12 avril

**Star Academy Tour 2025**

Après le succès du grand retour du Star Academy Tour, la tournée revient pour une nouvelle édition qui s'annonce tout aussi grandiose !

La plus grande tournée francophone de l'année, avec 75 dates à guichets fermés et plus de 450 000 spectateurs, reprend donc avec la promesse d'offrir une fois encore au public de nouveaux moments inoubliables.

Nouvelle saison, nouveaux artistes, nouvelle setlist, le Star Academy Tour fait peau neuve pour vous proposer un tout nouveau show spectaculaire. Au programme : chorégraphies explosives, meilleures reprises de vos chansons favorites et ambiance de folie. Revivez le temps d'un soir, aux côtés de vos académiciens préférés, les meilleurs moments de l'aventure au château.

Ne manquez pas l'événement musical incontournable de l'année et venez vivre l'expérience Star Academy en live !

Tarifs : de 52€ à 74€

20h - Parc expo de Tours

réservation en ligne sur [www.tours-evenements.com](http://www.tours-evenements.com)



# VOS ACTIVITÉS

# en touraine



## VISITE DE CAVE & DÉGUSTATION

### Caves Monmousseau

#### La Cave aux lumières

Découvrez l'univers de la Maison Monmousseau qui élabore depuis 1886 ses vins de fines bulles dans 15 km de galeries souterraines.

Promenez-vous dans les Châteaux de la Loire grâce à une scénographie immersive au cœur de notre dédale de caves de tuffeau.

Terminez enfin votre visite avec la dégustation de nos plus belle Cuvées.

#### MONTRICHARD VAL DE CHER

75 rue de Vierzon - 02 54 32 35 15 - [www.monmousseau.com](http://www.monmousseau.com)  
[caves@monmousseau.com](mailto:caves@monmousseau.com)



## GROTTES À VISITER

### Les Grottes Pétrifiantes

#### Un étonnant voyage au cœur de la Terre

En descendant dans les grottes de Savonnières-Villandry, anciennes carrières de Tuffeau où la Nature, au fil des siècles, a repris ses droits, vous découvrirez un univers fascinant fait de lacs souterrains et de concrétions de calcaire étincelantes.

Les grottes vous accueillent tous les jours jusqu'au 30 novembre.

#### SAVONNIÈRES

61 route des Grottes Pétrifiantes - 02 47 50 00 09  
[www.grottes-savonnières.com](http://www.grottes-savonnières.com)

## VISITE DES FERMES TROGLODYTIQUES

### La Vallée Troglodytique des Goupillières

#### La vie des paysans derrière les Châteaux de la Loire

Dans un cadre naturel exceptionnel de 2 hectares, venez découvrir 3 fermes troglodytiques creusées dans le tuffeau (puits, fours à pain, étables, silo à grain) et leur souterrain-refuge du Moyen-Age. Animaux de la ferme. Potager paysan. Loge de vigne et parcours pédagogique enfant. Fouées tourangelles cuites sur place au four de 12h à 13h30. Planning sur [www.troglodytedesgoupillieres.fr](http://www.troglodytedesgoupillieres.fr)

#### AZAY-LE -RIDEAU

02 47 45 46 89 - [www.troglodytedesgoupillieres.fr](http://www.troglodytedesgoupillieres.fr)





### Vendredis 11 et 18 avril

#### Jeu d'enquête - Crime à Saché

3 juin 1844. Angélique, la cuisinière du château de Saché, vient d'être assassinée. Vautrin, le chef de la Police, se trouve sur place pour enquêter. Jouez entre amis ou en famille pour trouver le coupable !

Tarifs : 10 € plein tarif / 9 € tarif réduit (entrée du musée incluse)  
tout public, accessible dès 9 ans

(présence indispensable d'un adulte minimum par famille)  
15h - Musée Balzac à Saché

Réservation obligatoire dans la limite des places disponibles :  
02 47 26 86 50 ou [museebalzac\[at\]departement-touraine.fr](mailto:museebalzac[at]departement-touraine.fr)

### Dimanche 13 avril

#### Grande vente de livres

Vente à prix symbolique de documents sortis des collections de la Médiathèque. Bandes dessinées, romans, documentaires, CD, albums illustrés : venez nombreux pour offrir une seconde vie à ces documents. Il y en aura pour tous les goûts et tous les âges !

Vente réservée exclusivement aux particuliers.

Entrée libre - de 14h à 17h30 à la Médiathèque de Joué-lès-Tours

### Mardi 15 avril

#### Visite guidée Grand Théâtre de Tours

L'Opéra de Tours et le Service Patrimoine de la Ville de Tours proposent des visites guidées du Grand Théâtre, à la découverte du péristyle, du foyer du public et de la salle de spectacle à l'italienne.

Durant une heure, un guide conférencier présentera le monument d'un point de vue historique tout en décrivant les particularités architecturales de l'unique opéra de la Région Centre-Val de Loire.

Tarifs : 9€, 5€, gratuit - 18 ans  
14h15 - Grand Théâtre de Tours



### Dimanche 13 avril

#### ROCANTO'TRAIL - 5<sup>e</sup> édition

Les départs et arrivées se feront dans l'enceinte du golf d'Ardrée Bluegreen. Nous aurons la chance d'avoir la totalité du domaine du golf pour notre organisation. Les différents parcours emprunteront environ 7 km dans le golf, la suite dans les chemins, les propriétés privées, les difficultés de notre topographie, et toujours un passage autour du plan d'eau, tout cela dans la commune de Saint-Antoine-du-Rocher.

Nous vous proposons deux parcours d'une seule boucle de 14 (inscrit au challenge départemental) et 21 km, les premiers et les derniers kilomètres seront dans le golf, le reste dans le village. Un parcours de 7 km entièrement dans l'enceinte du domaine du golf. Un petit circuit famille enfant/parent, entièrement visible pour les spectateurs devant le club house.

Renseignements et inscriptions sur :  
[rocantotrail.free.fr/](http://rocantotrail.free.fr/)  
contact: [suzel.roumeas@wanadoo.fr](mailto:suzel.roumeas@wanadoo.fr)

### Du 18 au 20 avril

#### Langeais tattoo show

Première convention de tatouages à LANGEAIS !!  
3 jours de folies vous attendent !! Plus de 40 tatoueurs et exposants, des concerts, un cracheur de feu, un magicien, des échassiers et bien d'autres surprises. Nous vous attendons nombreux et nombreuses.

Tarifs : de 3 à 30€  
Gratuit -10 ans (accompagné d'un adulte)  
Vendredi de 12h à 22h - Samedi de 11h à minuit  
Dimanche de 11h à 19h  
Salle In'Ox à Langeais



### Mercredi 16 avril

#### Balade nature au Lac de Rillé

Le Lac de Rillé est un endroit idéal pour se balader tout en prêtant attention à la richesse ornithologique des lieux ! Il s'agit d'un des sites les plus remarquables de Touraine. Venez le (re)découvrir avec nous ! Prévoir des chaussures de marche et des vêtements adaptés à la météo. Nous prêtons des jumelles sur demande.

Tarifs : 10€ / 6€ - de 18 ans  
Rendez-vous à 9h30, sur le parking près de la Digue du Lac de Rillé (à côté de la tour d'observation)  
Renseignements : 06 43 39 68 17 (Français)  
Réservations : [ligeria.nature@gmail.com](mailto:ligeria.nature@gmail.com)  
ou sur [www.ligeria-nature.com](http://www.ligeria-nature.com)

Partez à la rencontre de l'équitation française

# Galas Visites Matinales

## LES GALAS DU BICENTENAIRE

Rendez-vous dans le Grand Manège des écuyers pour assister à un gala du Cadre noir pour célébrer son bicentenaire.

*Vendredi 19 septembre à 21h*  
*Samedi 20 septembre à 21h*  
*Dimanche 21 septembre à 16h*  
*Vendredi 17 octobre à 21h*  
*Samedi 18 octobre à 21h*  
*Dimanche 19 octobre à 16h*

## LES VISITES

**La visite guidée classique :** Cette visite propose de découvrir l'univers du Cadre noir.

**Le Rendez-vous des initiés :** Visite technique qui aborde la formation et le sport de haut niveau.

## LES MATINALES

Tout au long de la saison, découvrez dans le grand manège, le travail des écuyers et de leurs jeunes chevaux.



Avenue du Cadre noir - 49400 St-Hilaire St-Florent  
02 41 53 50 60 - [visites.cadrenoir@ifce.fr](mailto:visites.cadrenoir@ifce.fr)

Billetterie : 02 41 53 50 80 - [billetterie.cadrenoir@ifce.fr](mailto:billetterie.cadrenoir@ifce.fr) - [www.cadrenoir.fr](http://www.cadrenoir.fr)



le Cadre  
noir Saumur  
ifce



Jeudi 17 avril

### Jean-Paul Rouve : L'air de rien

Avec «L'air de rien», Jean-Paul Rouve offre une balade émotionnelle grâce aux textes de ces artistes qu'il admire et leur rend hommage. «L'air de rien» est né de l'envie profonde de Jean-Paul Rouve de proposer au théâtre une manière inédite de raconter l'histoire d'un homme, son intimité, son chemin de vie. De Balavoine à Barbara, de Souchon à France Gall, en passant par Eddy Mitchell ou Renaud, «L'air de rien» est un spectacle entre littérature et musique, qui nous invite à plonger au cœur même de la chanson française : dans les mots. Cette chanson française qui tire sa force de l'humanité qu'elle met en partage, instantanément : des souvenirs, des sentiments, des rêves et des regrets, une universalité.

«L'air de rien» est un spectacle qui rend hommage à la chanson française, et à ces morceaux qui nous marquent, devenant la bande originale de nos plus grands souvenirs. Ce petit air qui accompagne nos plus forts moments de vie.

Tarifs : de 39 à 60€  
20h30 - Espace Malraux à Joué-lès-Tours  
espacemalraux.jouelestours.fr

Samedi 19 avril

### Balade d'initiation aux plantes sauvages comestibles

Découverte d'initiation pour les particuliers: reconnaissance et identification sur le terrain des plantes sauvages comestibles. Venez explorer ces merveilles de la nature à travers une immersion des cinq sens.

Formation collective de 1h30 heures dans 3 milieux naturels différents (Forêt, Prairie et Zone humide), situé à CHAMBRAY-LES-TOURS.

Pour faciliter votre apprentissage, un bref PDF récapitulatif des plantes étudiées vous sera envoyé par email 15 jours après. Ainsi, vous pourrez vous remémorer les informations à tout moment et approfondir vos connaissances sur ces merveilles de la nature.

Tarifs : 25 €/personne (Gratuit - de 12 ans)  
Rendez-vous sur le parking de l'Ecoquartier, 43 Rue René Dumont à Chambray-lès-Tours (attention au sens unique !).  
Sur réservation uniquement (places limitées) :  
<https://savoirsauvetouraine.com/shop/decouverte-des-plantes-sauvages-comestibles/>



Dimanche 20 avril

### Les Dessous du musée : à la découverte du souterrain et des vestiges gallo-romains

Descendez quelques marches et laissez-vous porter par le récit de ce lieu mystérieux au cours d'un voyage dans le temps... Situé dans les fondations du rempart du IV<sup>e</sup> siècle, l'accès au souterrain vous propose un voyage dans le temps de 2000 ans et dévoile des fûts de colonnes, des blocs sculptés, des inscriptions... témoins d'une ville antique aujourd'hui disparue : « CIVITAS TURONORUM LIBERA », la Cité libre des Turons.

Après cette visite, poursuivez à votre rythme la découverte du musée.

Tarifs : Compris dans le billet d'entrée du musée  
8,40 € / 4,20 € / Gratuit  
à 11h, 14h30, 15h30 et 16h30  
Musée des Beaux Arts de Tours  
Sans réservation - Retrait des places possible  
1h avant la visite  
Limité à 18 personnes. Non accessible aux enfants de moins de 10 ans et aux PMR  
mba.tours.fr

Du précédent numéro

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

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

Mot mystère : FATIGUES

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

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

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

3	x	2	+	0	=	6
x	+	x	-			
2	+	6	-	6	=	2
-	-	+	4	3	2	
3	+	4	:	7	=	1
=	=	=	=	=	=	=
3	x	4	-	7	=	5

### Solutions des jeux

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
I	F	R	E	N	E	T	I	Q	U	E
II	L	A	G	U	N	E		L	U	
III	O	I	L		A	C	C	O	T	E
IV	T	E	E	S		K	A	K	I	
V	T	F	I	L	L	E	R		M	A
VI	A	L	I		A	L	T	E	R	
VII	I	E	N	A		S	O	U		A
VIII	S	O	S	I	E		T	R	A	C
IX	O	N		R	A	V	E	N	N	E
X	N	E	V	E	U		E	S	E	

E	C	O	L	E	1
A	N	T	A	N	1
E	C	H	O	S	3
A	T	L	A	S	1
E	N	N	U	I	2
A	C	H	A	T	0
B	I	D	O	N	2
E	N	D	O	S	

D'une ligne à l'autre  
TARIF - TARIR - TARER  
TIRER - VIRER - VIDER

# COMPLÉMENTAIRE SANTÉ



**2 MOIS  
DE COTISATION  
REMBOURSÉS\***

## UNE DENT NE DEVRAIT PAS VOUS COÛTER UN BRAS

**CHANGEZ DE FORMULE ET AUGMENTEZ VOS REMBOUSEMENTS IMMÉDIATEMENT\*\*  
AVEC LA COMPLÉMENTAIRE SANTÉ DU CRÉDIT AGRICOLE.**



**Document à caractère publicitaire.**

\* Remboursement de 2 mois de cotisation pour toute nouvelle souscription du 31/03/2025 au 30/04/2025 à un contrat d'assurance complémentaire santé. Remboursement automatique 94 jours après la prise d'effet du contrat, sous réserve de non-résiliation du contrat ou d'incident de paiement.

\*\* Voir conditions en agence.

Le contrat d'assurance complémentaire santé est assuré par PACIFICA, entreprise régie par le Code des assurances, filiale d'assurances dommages de Crédit Agricole Assurances. PACIFICA, S.A. au capital entièrement libéré de 455 455 425 €. Siège social : 8-10, boulevard de Vaugirard, 75724 Paris Cedex 15 - 352 358 865 RCS Paris. Conditions et événements garantis indiqués au contrat. Le contrat est distribué par votre Caisse régionale de Crédit Agricole, immatriculée auprès de l'ORIAS en qualité de courtier d'assurance. Les mentions de courtier en assurances de votre caisse sont disponibles sur [www.mentionscourtiers.credit-agricole.fr](http://www.mentionscourtiers.credit-agricole.fr) ou dans votre agence Crédit Agricole.

02/2025 - 5010 - Édité par Crédit Agricole S.A., agréé en tant qu'établissement de crédit - Siège social : 12, place des États-Unis, 92127 Montrouge Cedex - Capital social : 9 123 093 081 € - 784 608 416 RCS Nanterre. Crédit photo : Yann Stofer.

# Comment donner un second souffle à son PC avant d'envisager d'en acheter un autre ?

L'attente est bien trop longue. Pour ouvrir le moindre document texte ou pour lancer le dernier épisode d'une captivante série, votre ordinateur met plus de temps qu'il en a fallu pour écrire le premier ou pour tourner le second. Chaque clic est un supplice, chaque action un calvaire. Votre décision est prise, à la prochaine bonne occasion, vous changerez d'ordinateur. Et pourtant... Il est possible de donner une seconde vie à son ordinateur portable ou à son PC de bureau.

## Les premiers gestes qui sauvent

Lorsque votre ordinateur se met en position latérale de sécurité au moindre mouvement de la souris, certains gestes simples peuvent améliorer immédiatement la situation. Dans un premier temps, un grand nettoyage s'impose. Au fil du temps, l'ordinateur accumule des fichiers inutiles, des programmes mal désinstallés, des fichiers temporaires encombrants et des erreurs de registre qui peuvent ralentir considérablement ses performances. Il convient alors de désinstaller les applications dont vous ne vous servez pas, de vider la corbeille et d'écumer vos différents répertoires (Documents, Vidéos, Images, etc.) dont vous supprimerez les éléments inutiles. Au fil des années, de nombreux programmes se sont octroyés le droit de s'exécuter dès le démarrage, ralentissant inutilement

le lancement de la machine et occupant vainement du précieux espace de mémoire vive (RAM). Il faut passer un bon coup de balai dans cet amas de sangsues et ne laisser que le strict minimum. Si vous n'êtes pas sûr de vous, pas de panique : d'excellents logiciels peuvent faire le sale travail à votre place. On peut citer CCleaner Privazer. Ces applications sont payantes, mais disposent d'une période d'essai largement suffisante pour un bon nettoyage de printemps.

## Dans les arcanes des transistors

Autre étape indispensable, il faudra bien penser à passer un antivirus et un antimalware, ces petits logiciels espions qui s'immiscent dans les moindres failles de sécurité et qui pompent discrètement de la ressource. Au passage, on en profitera pour vérifier si l'on n'a pas installé plusieurs antivirus : ces logiciels sont

gourmands lorsqu'ils analysent les disques durs. Pour les malwares, Malwarebytes Free, gratuit pendant deux semaines, est très efficace. Pour les virus, il existe des services de scan en ligne particulièrement performants comme Bitdefender, Safety Check ou Online Scanner. Aucune installation n'est nécessaire. Avec un peu plus de connaissance, vous pouvez vérifier le gestionnaire des tâches (CTRL+ALT+Suppr) et faire le tour des processus qui consomment le plus de CPU. Enfin, si vous vous sentez l'âme bricoleuse, sachez que certaines pièces peuvent être remplacées aisément. Si votre ordinateur a un vieux disque dur à écriture magnétique (HDD), passer à un SSD peut faire office de puissante cure de jouvence. Il en va de même en remplaçant les barrettes de RAM pour augmenter la mémoire vive.

Vous pouvez faire appel à un professionnel agréé et bénéficier du bonus réparation.

# LDLC

CHAMBRAY-LÈS-TOURS

PC FIXE & PORTABLE  
IMAGE & SON  
MONTAGE SUR-MESURE  
PERIPHERIQUES

## RÉPAREZ ET DONNEZ UNE SECONDE VIE À VOS ÉQUIPEMENTS INFORMATIQUES

PROFITEZ DU  
BONUS RÉPARATION  
Jusqu'à 60€\* pour prolonger  
la durée de vie de vos appareils !



GARANTIE  
3 ANS  
GRATUITE



VOTRE EXPERT  
INFORMATIQUE

Particuliers • Professionnels  
Gamers

GARANTIE  
5 ANS  
GRATUITE  
Pour PC portable  
et téléphone



CHAMBRAY-LÈS-TOURS - 02 47 27 35 29

5 rue Thomas Edison - face AUCHAN - ZAC de la Vrillonnerie - chambray@ldlc.com





# Filière comptabilité : Un parcours d'excellence vers le conseil et la relation client



Le secteur de la comptabilité ne cesse d'évoluer, s'orientant de plus en plus vers un rôle de conseil et d'accompagnement des entreprises. Aujourd'hui, les professionnels ne se limitent plus à l'établissement des comptes, mais jouent un rôle clé dans la stratégie financière et la gestion des organisations.

La filière offre ainsi de belles perspectives aux étudiants souhaitant allier techniques comptables et relation client.

## Un parcours de formation complet sur le site d'AFTEC FORMATION à Tours

L'AFTEC de Tours propose un cursus complet

en comptabilité et gestion, permettant aux étudiants d'acquérir les compétences nécessaires pour réussir dans ce domaine en pleine mutation.

• **BTS Comptabilité et Gestion (BTS CG)** : Formation en deux ans, elle permet d'acquérir les bases de la comptabilité, de la fiscalité et du contrôle de gestion.

• **Diplôme de Comptabilité et de Gestion (DCG)** : Ce diplôme bac+3 est le premier palier de formation de la filière expertise comptable. C'est à la fois un parcours technique et pluridisciplinaire.

• **Diplôme Supérieur de Comptabilité et de Gestion (DSCG)** : Formation de niveau bac+5, elle ouvre les portes des postes à responsabilités et constitue un tremplin vers l'expertise comptable.

Ces formations en alternance, offrent une expérience professionnalisante qui contribue à l'employabilité.

## Un métier en mutation : de la comptabilité au conseil

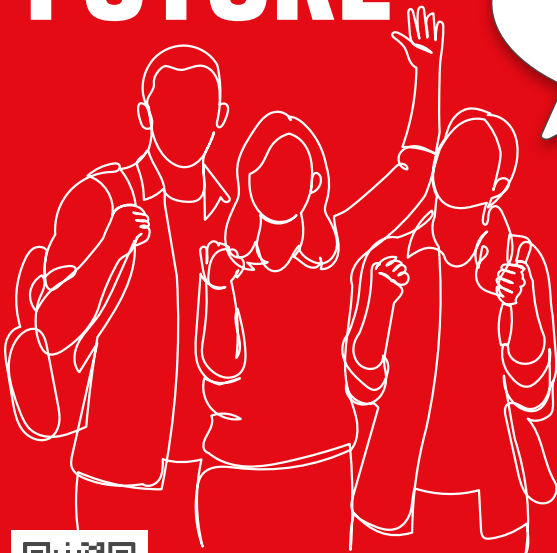
Avec la digitalisation et l'automatisation des tâches comptables, les missions des professionnels se redéfinissent. L'accent est mis sur le conseil aux entreprises, l'optimisation fiscale, la gestion financière et la stratégie d'investissement. Les comptables et experts-comptables sont devenus de véritables partenaires stratégiques des entreprises.

## Opportunités en Touraine et sur le département

La région de Tours offre de nombreuses opportunités pour les diplômés en comptabilité. Avec un tissu économique dynamique, comprenant de nombreuses PME, cabinets comptables et grandes entreprises, les offres d'emplois sont nombreuses.

Les perspectives d'emploi sont variées : collaborateur comptable, auditeur, contrôleur de gestion ou encore consultant en finance d'entreprise. De plus, les évolutions de carrière sont attractives, avec la possibilité d'accéder à des postes de direction financière ou d'ouvrir son propre cabinet.

# TAKE YOUR FUTURE\*



\*Pour ta formation en alternance, prends ton avenir en main avec l'AFTEC

**AFTEC Formation t'accompagne de A à Z sur l'ensemble de ton parcours !**

**PORTES OUVERTES**  
**mercredi 12 mars** de 18h à 21h  
**samedi 15 mars** de 14h à 17h

- **BTS Management Commercial Opérationnel (MCO)**
- **BTS Communication**
- **BTS Négo. et Digitalisat° de la Relation Client (NDRC)**
- **BTS Support à l'Action Managériale**
- **BTS Comptabilité et Gestion**
- **Titre Professionnel Gestionnaire de paie**
- **Diplôme de Comptabilité et de Gestion (DCG)**
- **Diplôme Supérieur de Compta. et de Gestion (DSCG)**

### + NOUVEAU À TOURS :

- **Licence DEG** Mention Gestion  
Parcours Commerce,  
Vente et Marketing

244 rue Giraudeau  
37000 TOURS  
☎ 02 47 36 20 50

**'aftec**  
Alternance Post-Bac  
& Formation Professionnelle

# Sélection VOD Séries

## PRIME VIDÉO



### La Roue du Temps Saison 3

Sortie le 13 mars

Les menaces contre la Lumière se multiplient : la Tour Blanche est divisée, les Ajahs Noirs sont en liberté, de vieux ennemis reviennent aux Deux Rivières, et les derniers Réprouvés sont à la poursuite du Dragon... y compris Lanfeear, dont la relation avec Rand marquera un choix crucial entre la Lumière et les Ténèbres pour tous les deux.

## NETFLIX



### The Electric State

Sortie le 14 mars

Adaptation du roman graphique Tales from the Loop de Simon Stalenhag. Une adolescente réalise que son nouvel ami robot, doux mais étrange, lui a en fait été envoyé par son frère disparu. Elle et le robot partent à la recherche du garçon, découvrant ainsi une vaste conspiration...

## PARAMOUNT+



### Happy Face - Saison 1

Sortie le 20 mars

A 15 ans, Melissa découvre que son père bien-aimé est le tueur en série connu sous le nom de «Happy Face». Aujourd'hui adulte, elle a changé de nom et gardé son secret pendant que son père purge une peine de prison à perpétuité. Après des années sans contact, ce dernier trouve finalement un moyen de se réinsérer dans la vie de sa fille.

## APPLE TV +



### The Studio - Saison 1

Sortie le 26 mars

Matt Remick est le nouveau directeur de Continental Studios, une société de production en difficulté. Alors que leurs films peinent à survivre et rester pertinents, Matt et son équipe tentent de vaincre leurs propres incertitudes tout en affrontant les artistes narcissiques et lâches dirigeants d'entreprise qu'ils croisent.



BB

## Nous avons rencontré Olivier Roynette

qui vous propose une expérience atypique : adopter deux chênes et recevoir en échange votre propre récolte de truffes noires !

### Comment avez-vous eu cette idée originale de proposer l'adoption de deux chênes truffiers aux tourangeaux ?

En faisant planter par des professionnels sur 10 hectares, 2420 duo de chênes truffiers en novembre 2024 sur la commune d'Orbigny, ce projet passionnant nous a fait connaître le monde de la truffe et nous fait rêver chaque jour un peu plus.

Nous souhaitons simplement faire partager cette passion en vous faisant adopter pour 15 ans un petit bout de chez nous et ainsi créer une communauté autour de la truffe noire pour la démocratiser, la faire connaître.

La truffe noire est un véritable joyau de Touraine, à consommer sans modération et qui est ainsi abordable à tout à chacun.

L'adoption est ouverte à tous pour un plaisir gourmet, un cadeau original ; aux entreprises pour une action RSE forte (biodiversité, préservation des sols, captage de CO2) ; et aux chefs cuisiniers qui pourront ainsi sécuriser leur besoin en truffes noires.

### Pouvez-vous expliquer à nos lecteurs le processus d'adoption et la récolte de truffes noires qu'ils pourront recevoir en échange ?

Tout se fait simplement sur notre site, <https://adopte.latruffeduroy.com>, vous adoptez un duo de chênes truffiers parmi nos allées prestigieuses moyennant la somme de 800 € ou 444€/mois. En contrepartie, vous recevrez un certificat d'adoption et 100% des truffes noires du duo durant 15 ans à compter de la fin de la période d'adoption. Les truffes noires vous seront envoyées par Chronofresh à votre domicile chaque année.

Les 1<sup>ères</sup> truffes sont attendues pour décembre 2027.

Un minimum garanti de 4 x 50 grammes de truffes durant les 15 ans est prévu si votre duo n'est pas productif.

Vous recevrez régulièrement des photos de votre duo à qui vous aurez donné un nom et des journées de rencontre seront organisées pour notamment aller caver ensemble.

<https://adopte.latruffeduroy.com>



# La Truffe du Roy

L'excellence de  
la truffe noire  
de Touraine

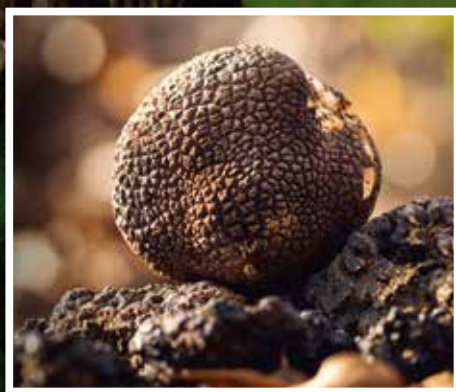
.....

## Adoptez deux chênes truffiers

parmi nos allées  
prestigieuses et rejoignez  
un univers d'exception.

## Recevez le fruit de la récolte

Dès les premières récoltes, l'adoptant perçoit  
l'intégralité de la production de ses chênes truffiers.  
Chaque année, vous recevez vos truffes entières  
directement chez vous, dans les sept jours  
suivants la récolte.



Pour plus de détails contactez Olivier Roynette au +33 (0)6 84 54 75 79  
f @ | <https://adopte.latruffeduroy.com>



## Bélier

21 mars - 20 avril

**Amour :** Apprenez à vous méfier des personnes que vous connaissez peu.

**Travail-Argent :** Vous serez prêt à étudier avec attention les propositions que l'on pourra vous faire. Gardez un esprit critique. **Santé :** Le moral est en hausse et le physique suit. **Humeur :** Semaine plutôt ordinaire.



## Taureau

21 avril - 20 mai

**Amour :** Si vous êtes disponible, vous serez l'épaulé secourable sur laquelle on vient s'épancher. **Travail-Argent :** Lorsque vous sortez de votre réserve, vous en surprenez plus d'un. L'audace paie toujours, vous en serez la preuve vivante.

**Santé :** Vous dispersez votre énergie un peu partout, au gré des besoins des autres sans plus vraiment penser aux vôtres. **Humeur :** Semaine valorisante.



## Gémeaux

21 mai - 21 juin

**Amour :** Essayez de mieux comprendre votre partenaire : il est possible qu'il se sente aussi seul que vous. **Travail-**

**Argent :** Vos initiatives seront bien accueillies par votre entourage. Ce sera le moment de prendre des décisions financières ou d'investir dans des achats utiles. **Santé :** Vous aurez un peu de mal à vous détendre. **Humeur :** Pas le temps de souffler.



## Cancer

22 juin - 22 juillet

**Amour :** Dans le domaine familial, amoureux et amical c'est la douceur, la tendresse et la joie de vivre.

**Travail-Argent :** Entre vos collègues de travail et vous, hélas tout n'est pas rose. Le courant ne passera guère. **Santé :** Des douleurs d'estomac vous préoccupent. **Humeur :** Ce ne sera pas la fête tous les jours.



## Lion

23 juillet - 22 août

**Amour :** Vous ne ménagerez pas vos efforts pour rétablir des liens de complicité avec vos proches.

**Travail-Argent :** Des opportunités intéressantes se présenteront aussi bien sur le plan professionnel que matériel. **Santé :** Il serait prudent de faire surveiller votre taux de cholestérol. **Humeur :** Votre horizon s'éclaircit.



## Vierge

23 août - 22 sept.

**Amour :** Quelques accrochages pourraient se produire avec votre conjoint, mais ils seront sans réelle gravité. **Travail-Argent :** C'est le moment de demander à votre employeur une augmentation de salaire.

**Santé :** Trop de stress pourrait bien avoir raison de vous ! Il faudrait essayer de vous divertir. **Humeur :** Comme ci, comme ça.



## Balance

23 sept. - 22 oct.

**Amour :** Vous serez tenté d'établir des rapports de force avec votre partenaire.

**Travail-Argent :** Restez sur vos gardes, la situation s'éclaircit, mais rien n'est encore sûr. Méfiez-vous des projets utopiques. **Santé :** Adoptez une meilleure hygiène de vie. **Humeur :** Rebondissements possibles.



## Scorpion

23 oct. - 22 nov.

**Amour :** Si vous voulez toujours avoir raison, le dialogue avec votre partenaire se transformera vite en monologue. **Travail-Argent :**

Vous vous laissez porter par la routine professionnelle, tranquillement, sans vous poser de questions. **Santé :** Attention cette semaine il faut surveiller votre alimentation. **Humeur :** La vigilance est de mise.



## Sagittaire

23 nov. - 21 déc.

**Amour :** Votre charisme est en pleine explosion. **Travail-Argent :** Votre travail acharné commence à porter ses fruits. **Santé :**

Il est essentiel de trouver un équilibre entre activité et repos. **Humeur :** Semaine prometteuse.



## Capricorne

22 déc. - 20 janvier

**Amour :** Vous aurez la possibilité de consolider vos liens affectifs. **Travail-Argent :** Vous allez sans doute multiplier les contacts et vous aurez raison. Privilégiez la communication.

**Santé :** Vos défenses naturelles ne seront pas au top. **Humeur :** Vous êtes sur la bonne voie.



## Verseau

21 janvier - 19 février

**Amour :** Les amours des célibataires seront favorisées tout au long de la semaine, à condition d'aller à la rencontre de nouveaux visages.

**Travail-Argent :** Orientez-vous vers les entreprises à moyen et long terme plutôt que vers les actions ponctuelles. **Santé :** Un organisme qui tourne bien rond. **Humeur :** Que du positif pour vous.



## Poissons

20 février - 20 mars

**Amour :** Vous n'aurez guère de temps à consacrer à vos amours. **Travail-Argent :**

Vous vous lancez dans des entreprises, peut-être totalement nouvelles pour vous. **Santé :** Troubles gastriques possibles. **Humeur :** Vous ne pouviez pas mieux rêver.

# CHEZ VIVASON, LE MÊME APPAREIL AUDITIF COÛTE 500€ MOINS CHER EN MOYENNE

Cette enseigne familiale française propose les mêmes appareils auditifs haut de gamme que ses concurrents mais à des tarifs nettement inférieurs, avec des économies dépassant les 1000€. **Explications.**

Lorsque l'on cherche à s'équiper d'un appareil auditif, plusieurs critères entrent en jeu : la performance, la discrétion, le confort, mais aussi le prix, souvent très élevé. Or VivaSon propose les mêmes appareils auditifs de haute technologie que chez les grandes chaînes de l'audition mais pour un coût inférieur en moyenne de 500€. Soit plus de 1000€ d'écart pour une paire d'appareils.

## Un modèle centré sur le client

Depuis sa création en 2006 par Michel Touati, audioprothésiste, VivaSon se distingue par son engagement à fournir une qualité de prestation exceptionnelle à des tarifs accessibles. L'enseigne a donc pris la décision stratégique de réduire ses marges tout en offrant un service personnalisé et un suivi de qualité supérieure. En tant qu'entreprise familiale, VivaSon n'est pas soumise à la pression de ses actionnaires et répercute ces économies directement sur le prix final proposé aux patients. Exemple : le modèle Signia Pure Charge & Go 7 iX de WSA, leader mondial de la fabrication d'aides auditives, y est proposé à 1495€ soit, pour la même paire d'appareils haut

de gamme, 1000€ de moins en moyenne que chez les grandes chaînes de l'audition.

« VivaSon répercute ces économies directement sur le prix final proposé aux patients. »

## Une rare transparence sur les prix

VivaSon est aussi l'un des seuls acteurs du marché français à pratiquer une politique de prix transparente en affichant les prix des appareils sur son site internet. En effet, l'immense majorité des concurrents ne donnent leur prix ni sur internet ni par téléphone, une opacité peu rassurante. Evidemment les tarifs communiqués par VivaSon incluent les divers services de l'audioprothésiste tels que les bilans auditifs réguliers, les réglages personnalisés ou encore la maintenance des appareils, et ce sans limite de temps.

## Une expertise hors pair

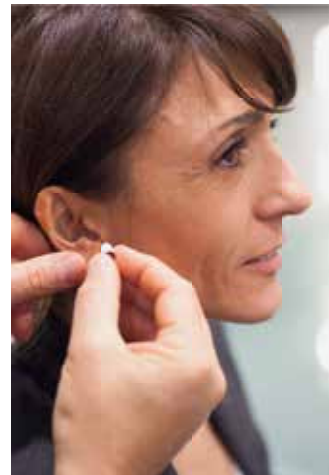
Avec une expérience en audioprothèse de plus de 70 ans sur trois générations, la famille Touati dispose d'un savoir-faire unique en France. Une excellente nouvelle pour les malentendants quand on sait l'importance prépondérante

des réglages et du suivi pour un bon appareillage auditif. Pour être toujours à la pointe de la technologie et de la science, l'enseigne investit massivement dans son Pôle Audiologie ainsi que dans la formation continue de ses audioprothésistes.

La tradition familiale se manifeste aussi par une devise bien particulière, martelée par son fondateur : "Considère chaque client comme un membre de ta famille". Une bienveillance et une volonté farouche d'apporter la meilleure solution à chaque malentendant qui imprègnent tout le réseau, aujourd'hui fort de 100 centres auditifs.

« une expérience en audioprothèse de plus de 70 ans sur trois générations »

En résumé, VivaSon s'impose comme une alternative de choix pour ceux qui veulent accéder aux meilleurs appareils auditifs des plus grandes marques mondiales à un prix abordable. Avec ses économies substantielles, ses services inclus et son engagement envers la satisfaction client, VivaSon redéfinit les standards



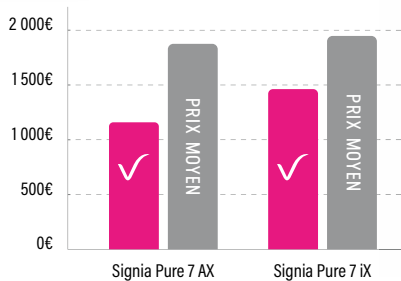
de l'audition en France.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site vivason.fr et découvrez comment bénéficier de ces économies et services exceptionnels.

NB : écarts de prix mesurés sur la base des prix catalogue (avant remise) des appareils de Classe 2 constatés par huissier sur les enseignes distribuant la marque visée parmi les 15 plus grandes en nombre de points de vente.

**Entendez beaucoup mieux**  
**Payez beaucoup moins**

Chez VivaSon,  
le même appareil  
auditif coûte  
**500€ moins cher**  
en moyenne\*



Et jusqu'au 31/03, le chargeur et l'accessoire TV sont offerts !\*

VIVASON TOURS

02 46 65 50 51

6 rue Marceau, 37000 Tours

## Yakazu

Insérez les chiffres dans n'importe quel ordre. Une série de cases blanches correspond à la série de chiffres. Exemple : une série de 2 cases, les chiffres seront 1, 2. Une série de 3 cases, les chiffres seront 1, 2, 3, etc.

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

## Maître mot

Découvrez un mot de 5 lettres à l'aide de tous les mots de la grille. Le chiffre placé à côté de ces mots indique le nombre de lettres qui occupent la même place dans le jeu.

E	C	O	L	E	1
A	N	T	A	N	1
E	C	H	O	S	3
A	T	L	A	S	1
E	N	N	U	I	2
A	C	H	A	T	0
B	I	D	O	N	2

--	--	--	--	--

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
I										
II										
III										
IV										
V										
VI										
VII										
VIII										
IX										
X										

## Mots croisés

### Horizontalement

**I.** Un peu dingue, ou plutôt beaucoup. **II.** Étang littoral. Déchiffré des lettres. **III.** Langue. S'appuie sur un flanc (s'). **IV.** Bases de lancement. Plaquemine. **V.** Suivre à la trace. Adjectif possessif. **VI.** Boxeur. Aluminium. Une troisième fois. **VII.** Victoire d'Empire. Monnaie. **VIII.** Copie conforme. Peur. **IX.** Vague sujet. Ville italienne. **X.** Gamin de la frangine. Aire de vent.

### Verticalement

**A.** On voit rarement sa ligne. **B.** Bat de l'aile. Cinéaste italien. **C.** Poissons de mer. **D.** Sans effets. Note. Zone d'activité. **E.** Cours supérieur. Article. Sous le tablier. **F.** Bassets. **G.** Il nous conduit. Enlève. **H.** C'est entendu. Chambre. **I.** Finale dans le temps. Tranches de vie. **J.** Bien roulée. Arum ou philodendron.

## D'une ligne à l'autre

T	A	R	I	F
V	I	D	E	R

Comment aller du 1<sup>er</sup> au dernier mot en changeant chaque fois une lettre du mot précédent tout en gardant l'ordre des lettres ?

## Chiffres croisés

Remplissez les cases vides pour reconstituer l'ensemble des opérations

3	x		+		=	
x		+		x		-
	+		-	6	=	2
-		-		+		+
	+	4	:		=	
=		=		=		=
3	x		-		=	5

# PFA

Pompes Funèbres Assistance

Depuis 1993



---

**Pompes funèbres  
Marbrerie  
Chambre funéraire**

---



**02 47 28 93 93**

**[www.pfassistance.fr](http://www.pfassistance.fr)**

Av. de la République à Chambray-lès-Tours

# PORTES OUVERTES

du 27 au 31 mars

## OUVERTURES EXCEPTIONNELLES

- Samedi 29 mars de 9h à 18h
- Dimanche 30 mars de 10h à 17h



**FORMATIONS  
GRATUITES**  
Mise en service  
des piscines  
Vendredi 28 mars à 17h,  
Samedi 29 mars à 10h,  
Dimanche 30 mars à 10h30.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE  
au 02 47 46 47 46  
ou [apa37@apa37.com](mailto:apa37@apa37.com)

Nombre de personnes limité. Indiquez vos coordonnées.



## OFFRES EXCEPTIONNELLES A DECOUVRIR EN MAGASIN

ARROSAGE

POMPE

BASSIN

PISCINE

SPAS

ABRIS

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Le samedi de 9h à 12h. Fermé les jours fériés.



**APA 37**

Les Spécialistes de l'Eau

**AQUILUS**  
PISCINES La vie en bleu

Rue Amélia Earhart - ZI Bois de Plante  
37700 LA VILLE AUX DAMES  
02 47 46 47 46  
[www.apa37.com](http://www.apa37.com)

*Faites appel à nos services*



Piscine / Spas / Arrosage / Pompes  
ENTRETIEN - DEPANNAGE  
CONTRATS