

Angers

Le Courrier de l'Ouest

Abonnements et portage : 02 41 808 880 (non surtaxé)

Rédaction d'Angers :
4, bd Albert-Blanchoin BP 10728 49007 Angers cedex 01
Tél : 02 41 255 255 - Fax : 02 41 87 75 03
redac.angers@courrier-ouest.com

Siège : 4, bd Albert-Blanchoin BP 10728
49007 Angers cedex 01 - Tél. : 02 41 68 86 88

Annonces légales :
Tél. : 02 99 26 42 00 - Fax : 0 820 309 009 (0,12€/mn)
annonces.legales@medialex.fr

Petites Annonces : Tél. : 0 820 000 010 (0,12€/mn)

Publicité : Précom, 35, rue du Château d'Orgemont
BP 50946 - 49009 Angers cedex 01

Tél : 02 41 25 34 10 - Fax 02 41 44 53 20

Avis d'obsèques : Tél. : 0 810 060 180 - Fax : 0 820 820 831

À RETENIR

MÉDECIN

Le 400 Coups passe à partir d'aujourd'hui « Le Médecin qui répare les femmes », portrait du docteur Denis Mukwege, ancien étudiant en gynécologie au CHU d'Angers. La fondation du Dr Mukwege a un relais angevin qui reçoit les dons : Association France-Kivu, chez Mme Jeanne-Marie Samson, 12 Allée Pissarro, 49240 Avrillé. Un reçu fiscal sera envoyé en retour.

Mon œil

Tout l'art de la verticalité

Bien qu'on s'amuse à raser les forêts tropicales pour confectionner de tristes terres cultivables, l'avenir de la terre agricole n'incite pas à l'optimisme. Les villes grignotent les campagnes et la démographie mondiale promet treize milliards d'habitants à la fin du siècle. Il restera alors une alternative : faire pousser les plantes verticalement ! Ce qu'on peut voir actuellement au Salon du végétal semble montrer toute l'étendue de ces promesses ! Au moins en rêve.



AUJOURD'HUI

- 9 h 30 à 10 h 30. **Conférence** « Le jardin d'école, un support pédagogique et écocitoyen », par Florence Boucard, chargée de mission à Terre des sciences, au parc des expositions.
- 9 h 30 à 11 h 30. Découverte de la **réserve ornithologique**, rendez-vous au parking du camping du Lac de Maine. 2,50 €, gratuit pour les moins de 6 ans. Renseignements et inscriptions : Maison de l'environnement, 02 41 22 32 30.
- 10 heures à 18 heures. « **Asian day** » : journée consacrée à la culture asiatique (jeux vidéos, mangas, arts martiaux...), au centre Marcel-Menet.
- 15 h 15. **Musique/théâtre** : « La Première neige », par la Compagnie Les Pieds Bleus, pour les plus jeunes, aux Trois-Mâts, place des Justices. De 4 € à 6 €. Réservation : 02 41 66 02 02.
- 15 h 30. **Atelier en famille « A main levée »**, avec un médiateur, à partir de 6 ans, au musée des Beaux-Arts. De 4 € à 7 €. Réservation : 02 41 05 38 38.
- 21 heures. **Boeuf blues**, au Challenge, 12, place Mendès-France.

A L'AGENDA

Philosophie et pédagogie Montessori. Du lundi 22 au vendredi 26 février, 9 heures à 12 h 30 et 13 h 30 à 17 heures, 37, rue Montesquieu, Angers. Organisateur : Nascita Montessori Angers. Découverte de la pédagogie de Maria Montessori et ses applications de 0 à 6 ans ; étapes de l'évolution de l'enfant et ses besoins ; création et organisation d'environnements adaptés ; présentation détaillée des matériels ; temps de manipulation ; jeux de rôle : interaction adulte/enfants. Contact : 02 85 52 07 73, formations@nascita-angers.fr

PRATIQUE

Urgences

Pompiers. 18.
Police secours. 17.
SAMU (urgences vitales). 15.
Médecin de garde (urgences non vitales). 02 41 33 16 33, de 20 heures à minuit.
Urgences CHU. 02 41 35 37 12.
Urgences pédiatriques CHU. 02 41 35 44 27.
Urgences Clinique de l'Anjou. 02 41 44 70 70.
Urgences dentaires (week-end). 02 41 87 22 53.
Centre antipoison. 02 41 48 21 21.
Clinique de la main. 02 41 86 86 41.
Pharmacie de garde. 3 237.

Loisirs

Piscines. Jean-Bouin, de 12 heures à 19 h 45. Monplaisir et Belle-Beille, fermées. La Roseraie, de 12 heures à 13 h 15, de 14 h 30 à 16 h 45 et de 17 h 15 à 19 h 15. AquaVita, de 10 heures à 19 h 45 (bassins balnéo et nordique, espace enfants) et de 14 heures à 19 h 45 (espace glisse).
Patinoire. De 10 heures à 12 heures (jardin de glace réservé aux familles avec enfants de moins de 14 ans) et de 14 h 30 à 17 h 30.

Utile

Marchés. Quartier La-Fayette, place La-Fayette ; Monplaisir, boulevard Allouneau.
Déchetteries. La Baumette et Villechien, de

L'escrime pour vaincre le cancer

Depuis la rentrée, le SCO escrime propose un entraînement adapté aux personnes atteintes d'un cancer du sein. Une activité qui permet de compléter la rééducation et de sortir du milieu hospitalier.



Angers, salle Jean-Bouin, 28 janvier. Brigitte participe, chaque jeudi, aux entraînements d'escrime de Carmen Varzaru.

Émilie LONGIN
emilie.longin@courrier-ouest.com

Chaque jeudi, Brigitte (1) a le même rituel. À 18 heures, direction la salle d'armes pour son entraînement d'escrime. La pimpante sexagénaire, qui pratique ce sport depuis septembre dernier, n'aurait pourtant jamais imaginé revêtir la tenue blanche. Tout d'abord parce qu'elle n'y avait pas pensé, mais aussi parce qu'elle ne s'en serait pas sentie capable.

Et pour cause ! Brigitte a dû se battre contre un cancer du sein, en 2012. Opération, chimiothérapie, radiothérapie... Chaque geste du quotidien peut devenir douloureux en une

fraction de seconde. Aujourd'hui en rémission, elle suit un traitement qui lui cause des douleurs dans les jambes et les épaules. Autant dire que tenir une lame de 500 grammes, faire des moulinets et la mettre au-dessus de sa tête pour se protéger de son adversaire, cela lui semblait plus que compromis ! « Quand on m'en a parlé, j'ai trouvé ça inouï, insensé, confie-t-elle. J'ai cru que j'avais mal entendu, car l'escrime fait travailler les épaules... »

« Je n'imaginai pas faire travailler mon corps »

Cette rééducation par le sport, elle la doit à Loïc Faivre, l'enseignant

en activités physiques adaptées du centre Paul-Papin. « Avant je n'étais pas sportive. J'avais un travail physique, mais pas le temps pour faire du sport régulièrement. Je n'imaginai pas faire travailler mon corps, qui est sous tension... »

Brigitte se rend à une séance, en septembre, « par curiosité ». Très vite, elle tombe sous le charme de la discipline, et de la maîtresse d'armes, Carmen Varzaru. Il faut dire que l'enseignante partage quelque chose avec ses élèves : elle aussi a été atteinte d'un cancer, pas du sein mais du col de l'utérus. « Elle vit les choses un peu comme nous », assure Brigitte.

« Je sais ce que ça fait d'être fatigué, confirme la maîtresse d'armes. Quand

je suis sortie de mon cancer, j'ai voulu donner un coup de main. Voir que mon enseignement de l'escrime rend service à quelqu'un me rend heureuse. Je me sens utile. »

Pendant une heure, Brigitte en oublierait presque sa maladie, si la douleur ne venait pas la titiller. « Même si on a des douleurs, on ne se décourage pas. Quand je viens ici, pour faire chanter le sabre » comme dit Carmen, je suis enchantée ! »

En quelques mois, Brigitte ressent déjà les bienfaits de ce sport sur son corps. « Dans mon quotidien, je rectifie mes gestes, ma posture... Et puis, c'est un plaisir de venir ici que de aller chez le kiné ! »

(1) Prénom d'emprunt

Les Pinkladies voguent vers Venise



Les Pinkladies ont mis guère plus de six heures pour effectuer les 32 km à Venise.

Si l'escrime n'est proposée que depuis la rentrée 2015 par l'ICO, le canoë a fait son apparition en 2014. Et remporte un franc succès.

Mi-mai, l'équipe angevine des Dragon Pinkladies paiera de nouveau sur les 32 kilomètres de la Vogalonga dans les canaux de Venise, après leur aventure italienne de 2015. « C'est un projet qui nous tient à cœur », assure Katia Simon, porte-parole de l'équipe. Cette année nous avons eu environ dix nouvelles inscrites. On s'est dit qu'il fallait repartir avec cette nouvelle équipe. C'est un défi contre soi-même, il faut se surpasser. » À l'approche de l'événement, les entraînements hebdomadaires vont se renforcer. Sans jamais atteindre les fameux 32 kilomètres avant le

jour J, qui représentent près de six heures de navigation. « L'an dernier on n'avait pas testé avant de partir. On est poussé par l'adrénaline, l'émotion. C'est un réel bonheur de ramer dans ce cadre mythique, il y a un dépassement de soi ».

Mais la participation à la Vogalonga n'est pas le seul projet de l'année pour l'équipe. « Nous aimerions acheter nos propres bateaux », glisse Katia Simon. Jusque-là, les canoës étaient prêtés au club par le comité départemental. L'acquisition de deux canoës C9, pour 7 200 euros, permettrait de « pérenniser cette activité ». Et aussi de les mettre aux couleurs de l'équipe. « Ils seront roses avec des dragons dessus ! »

<http://angers-pinkladies-ckc.blogspot.fr/>

3 QUESTIONS À... Loïc Faivre

« Le sport réduit le risque de rechute »

Loïc Faivre est enseignant en activités physiques adaptées à l'Institut de cancérologie de l'Ouest.

1 Quelle est l'importance du sport lorsqu'on est atteint d'un cancer ?

Le sport est encouragé, et même fortement recommandé lorsqu'on est malade. Les bénéfices ne se font pas en une semaine, mais avec une pratique minimum de trois mois. Dès la prise en charge à l'ICO, le patient a la possibilité de commencer une activité physique, même pendant une chimiothérapie ou après une chirurgie. Le but est de sensibiliser à une pratique régulière : on estime que le sport réduit de 30 à 50 % le risque de rechute.

2 Que faites-vous pendant ces cours de sport ?

Il y a deux types d'activités : la marche nordique en extérieur, et le renforcement musculaire en intérieur. Attention n'oubliez pas une salle de musculation. C'est avant tout pour solliciter un maximum de muscles, avec du gainage, des étirements... Il y a aussi du



Loïc Faivre. Photo Josselin CLAIR.

canoë-kayak, avec un bateau à huit rameurs, et de l'escrime depuis la rentrée 2015.

3 Quelle population entraînez-vous ?

Ce sont principalement des femmes atteintes d'un cancer du sein qui sont prises en charge au Centre Paul-Papin. Généralement elles ont entre 40 et 60 ans, et sont déjà impliquées dans d'autres activités. Les hommes atteints de cancer sont en général plus âgés.

Faits divers

Renversé en fauteuil roulant place Hérault

Un homme qui circulait en fauteuil roulant place Hérault, à Angers, a été renversé par une voiture, hier vers 17 h 30. Il a été secouru par les sapeurs-pompiers et par le Samu, puis conduit aux urgences du CHU.

Fuite de gaz à Seiches

Les pompiers ont été appelés à 14 h 50 hier, au lieu-dit Beauchêne, à Seiches, en raison d'une fuite de gaz sur la voie publique. Des travaux de terrassement avaient entraîné la rupture d'une canalisation de quatre bars. Huit personnes ont été confinées dans trois habitations.

EN BREF

Spectacles

Arnaud Ducret vous fait plaisir. Humour. Mercredi 24 février, 20 h 30, Grand Théâtre. De 26 à 36 €. Réservation : 02 47 49 80 03

Gabriel - La suite. Théâtre. Devenir père sur le tard, pour un humoriste quinquagénaire (entre quadra et quinquat) en ces temps de crise mondialisée et de morosité rampante, ça valait bien un spectacle. Du jeudi 25 au samedi 27 février, 19 h 30, au Restau-Théâtre, 14, rue Garnier. Tarif : 45 € spectacle + repas (boissons non comprises). Réservation : 02 41 72 84 26, aurestau-theatre@orange.fr, aurestau-theatre.com

Loisirs

Jeux de sociétés. Mercredi 17 février, 18 heures, à la maison Païpaï, 49, rue du Pré-Pigeon. Risk, échecs, cartes, Dixit, Skip Bo, Milles-bornes. Bar et restauration sur place. Gratuit. Contact : communication.assopaipa@gmail.com

Courses hippiques. Réunion Premium trot : 8 courses et les meilleurs drivers qui s'affrontent. Pour les enfants, balades à poneys et goûter sont offerts (pas d'inscription). Visite gratuite de l'hippodrome pour tous (inscriptions à l'accueil). Jeudi 18 février, 12 heures à 16 h 30, hippodrome d'Angers, chemin de la Chabolais. 5,50 €, gratuit jusqu'à 18 ans. Contact : 02 41 37 07 57, societedescoursesangers@wanadoo.fr

Christian Robin dédicace « La Loire romantique ». Christian Robin, professeur de littérature française à l'Université de Nantes jusqu'en 2010, publie « La Loire romantique » (Petit Pavé). Il guide sur les traces d'Hugo, Michelet, Dumas, Stendhal, et surtout Balzac, ces écrivains inspirés par la Loire ou qui l'ont évoqué dans leur œuvre. Samedi 20 février, 16 à 18 heures, librairie Contact, 3, rue Lenepveu.

Annoncez vos manifestations avec

Infolocale.fr

Le Courrier de l'Ouest