

N°100

PRINTEMPS 2025

LE JOURNAL
DES QUARTIERS EST
DE NANTES
GRATUIT



ZEST UN JOUR,
ZEST TOUJOURS!



N°100

Dans ce numéro...

P. 2/6

VIE DE QUARTIER

Il était une fois...

La Nuit de la lecture

2^e vie pour la gare
de Doulon

P. 7

SOLIDARITÉ

Apprendre le français

P. 8/9

C'EST NOUVEAU !

Des lieux à réinventer

La petite cure est ouverte !

P. 10/11

DÉCOUVERTE

Dans les coulisses
du carnaval
Nouvelles têtes

P. 12/13

FOCUS

8 mars : Paroles de femmes

Qui suis-je ?

Portrait d'une artiste

P. 14/15

COCKTAIL ZEST

P. 16

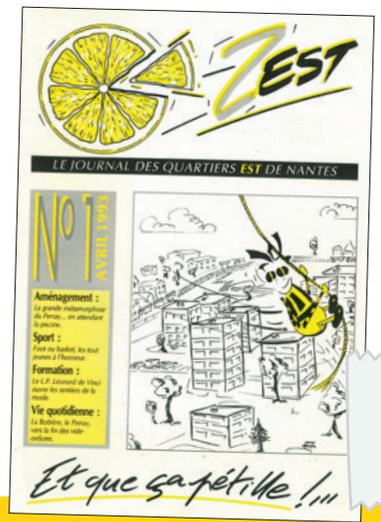
ZESTINO

ÉDITO

98, 99... et de 100 ! Zest publie aujourd'hui son 100^e numéro ! Que de chemin parcouru, de pages noircies depuis la toute première édition en avril 1993. Pour la petite histoire, les journaux de quartiers (Zest a des grands frères à Malakoff, Bellevue, Dervallières et Nantes Nord) naissent début 1990 dans le sillage de la politique de la ville, avec une volonté de donner la parole aux habitants, de valoriser les initiatives, de créer du lien, d'informer sur ce qui se passe juste à côté de chez soi... Bref de valoriser les quartiers. Financé et coordonné par la Ville, le journal est écrit par les habitants et paraît 3 fois par an.

Ce numéro 100, c'est l'occasion de dire 100 fois merci aux reporters bénévoles (les Zesteurs) qui donnent vie à ce journal depuis plus de 30 ans. Ils partent à la pêche aux infos, croquent des portraits, réalisent des reportages, des micro-trottoirs, racontent des tranches de vie... Ils font tout -ou presque- du sommaire à la BD ! Merci à vous aussi, lecteurs qui manifestez votre intérêt et votre enthousiasme à chaque numéro. Pssst, vous voulez un scoop ? Zest est tellement ancré dans le quartier qu'un square à la Bottière va porter son nom !

▶ Valérie Dayant



Zest, c'est...

- Un journal proche des habitants
- Un journal fait par les bénévoles pour informer les habitants et les distraire
- Un porteur de parole
- Un lien entre les habitants
- Un journal d'informations : on est au courant de ce qui se passe dans le quartier
- Un média d'ultra proximité qui sort un peu des standards
- Un moyen de valoriser le quartier et ceux qui y vivent
- Une revue qui dit ce qui s'est fait, ce qui se fait, ce qui va se faire dans le quartier
- Une revue qui permet aux habitants de s'exprimer

▶ Les Zesteurs

Retrouvez Zestino en page 16.
Et vous, qu'en dites vous ?

HIP-OPSESSION À DOULON

Hip-OpSESSION fête ses 20 ans en 2025. Les équipes préparent une édition exceptionnelle, pensée pour célébrer deux décennies de culture hip-hop avec le public nantais. Pour une telle occasion, les festivités s'organisent sur plus de 40 événements, pendant plus d'1 mois, en collaboration avec plus de 25 lieux... dont la Maison de quartier de Doulon ! Pick Up et la maison de quartier vous préparent une grande soirée en plein air. Rendez-vous **le samedi 10 mai de 18h à minuit** pour 4 concerts rap dans le parc de la maison de quartier. A l'affiche : Ben PLG, Youssef Swatt's, Keroué, Black Jeez et DJ Toutencamo.

Plus d'infos et billetterie : www.hipopsession.com

N°100 - Printemps 2025 / Zest est un journal participatif, il est réalisé par et pour les habitants / Mairie annexe de la Bottière / Tél. 02 40 41 61 45 / zest@mairie-nantes.fr
Directrice de la Publication : Anne DELSOL - Coordination : Valérie DAYANT.
Ont participé à ce numéro : S. BEN ALI, C. BLAIS, E. BLAIS, N. BOUJU, A-T. FOURNY, S. HASSINI, O. LE PIMPEC, M. LERAY, M. MOTHES, A. PONGUE, P. RALINCOURT, C. RIBEYRE, M. ROUSSEL, D. SOUFFRAN, D. THORIN. Merci aux habitants, associations et écoles du quartier pour leurs articles et photos. Une : création et mise en scène : Delphine Conception : **STUDIO RIGOM** Crédits photos : Freepik, pikisuperstar / Impression : Le Sillon - Imprigraph.

JOURNAL GRATUIT DISTRIBUÉ SUR LES QUARTIERS EST DE NANTES.
CE NUMÉRO A ÉTÉ TIRÉ À 4000 EXEMPLAIRES.



LE TRI
+ FACILE



BAC
DE TRI



« ON Y CHANTE, ON Y DANSE ! »

Un espace boisé aménagé à l'école de la Bottière. Début janvier, à l'école élémentaire de La Bottière, les enfants ont bénéficié d'un nouvel aménagement dans la cour de récréation : des bancs entourent les arbres.

Monsieur Mady, directeur de l'école élémentaire nous a accueillis pour nous expliquer la démarche.

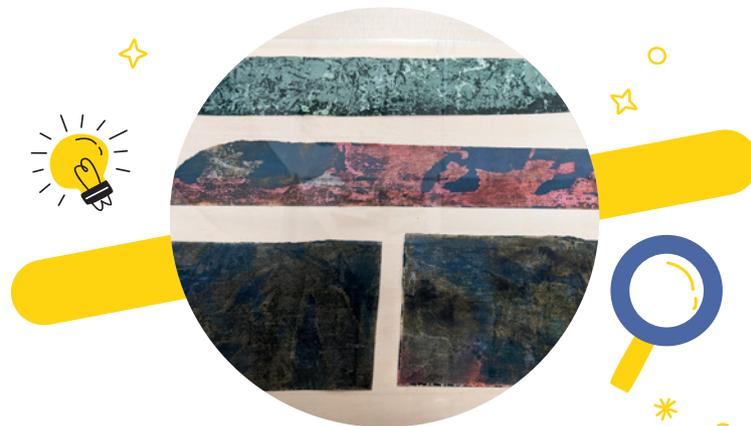
Une nouvelle classe construite dans la cour a justifié l'agrandissement de l'aire de jeux grâce à un espace boisé à proximité.

Lors d'un Conseil d'école, il est décidé de faire appel à l'association des Compagnons Bâisseurs pour la construction de bancs.

Les parents ont, eux aussi, répondu à l'appel, notamment beaucoup de mamans, pour la réalisation de la passerelle qui relie deux bancs autour des arbres. Les enfants ont pu noter le travail que cela avait demandé.

Nous avons pu échanger avec quelques filles sur l'utilisation qu'elles en font : « on se perche dessus, on chante, on danse... »

👉 **Nicole et Mano**



L'histoire de Tao

Un moment d'émotion pour une artiste !

Tao est un petit garçon de 7 ans, scolarisé à l'école de la Bottière. Il est venu visiter l'exposition *Paysages intérieurs n°2* au Pavillon et a découvert le travail de Kelig Hayel sur les empreintes qui parlent du paysage, des bordures... Tao a remarqué une empreinte affichée au mur qui lui a fait penser à un petit morceau de verre que l'on pourrait trouver sur le bord du trottoir. Il est revenu le week-end suivant, avec son papa et sa maman pour leur faire découvrir l'exposition et leur raconter ce qu'il en avait retenu (il avait retenu plein de choses et c'était super dixit Kelig). Il a alors sorti de sa poche un petit morceau de verre, l'a offert à Kelig qui l'a aussitôt intégré à l'exposition, sous une vitrine, en dessous de l'oeuvre remarquable !

👉 **Dominique**

- EN BREF -

LE PRÊT DE JARDIN POUR NOURRIR LES LIENS

C'est l'objectif d'Ecos avec Boutur'âges qui met en relation des particuliers, des structures médico-sociales possédant un jardin avec des jardiniers sans terre. En échange de la mise à disposition d'un carré potager, le jardinier rend un petit service (partage de la récolte ou entretien du jardin par exemple). C'est l'association Ecos qui met en relation jardiniers et propriétaires de jardins. Ecos organise cours de jardinage au naturel, commandes de graines groupées, prêt d'outils, conseils, fêtes conviviales...

Envie de faire pousser le projet ? Vous souhaitez jardiner chez une personne âgée à proximité de chez vous ? Vous disposez d'un jardin et n'avez plus la force de vous en occuper ?

Contactez Ecos au 02 53 78 22 38
jardins@ecosnantes.org

POINT D'INFORMATION NANTES SOLIDAIRE

Fins de mois difficiles, dépenses imprévues ? Des aides existent. Vous avez des questions ? Le PINS est une permanence gratuite et sans rendez-vous.

Sophie Massonneau (opératrice de territoire du CCAS) vous informe et vous conseille sur les aides financières pour votre santé, vos loisirs, votre vie quotidienne...

Prochaines permanences PINS :
10 avril, 27 mai et 25 juin, de 9h30 à 11h30 à la mairie de la Bottière.

Point Conseil Budget : 22 mai et 12 juin, de 14h à 17h à la maison de quartier Bottière.
Rens. 06 33 22 39 65.

OH OH OH ! JOYEUX NOËL

Ce ne serait pas Gaston le clown qui transporte les lutins du Père Noël ? Ils annoncent le début des festivités (et des vacances) à la maison de quartier de la Bottière, le 20 décembre. Au programme : un dragon arc en ciel qui fait de la voltige et un spectacle de feu avec les Cinq saisons du Tao, des lectures impromptues, des ateliers créatifs de cartes de vœux, un conte improvisé au son d'une harpe avec la Cie Sentimensonges, goûter et maquillage avec l'Accoord, et les percussions de Coraçao do Brasil.



FFF FESTIVAL : LA MUSIQUE DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE

À Nantes et dans l'agglomération de nombreux enfants apprennent la musique grâce à l'école. Et ça continue au collège. L'association Col'or a décidé de les rassembler lors d'un festival musical : le fff Festival. 6 orchestres/fanfarses se retrouveront le 16 mai pour un événement musical gratuit et ouvert au public de 17h30 à 21h à la maison de quartier de Doulon. 2 scènes où se produiront notamment l'orchestre du collège de la Colinière ou la fanfare de la Bottière. Un flash mob accompagné par les 200 jeunes musiciens clôturera la soirée. Le fff Festival, c'est un peu l'anniversaire des 10 ans de l'association Col'or.

Jean-Louis Masson, professeur de musique au collège la Colinière :

Je dirige l'orchestre et préside l'association Col'or depuis 2015. Celle-ci offre, à chaque élève, la possibilité d'apprendre un instrument. La musique est transmise à l'oral et il n'est pas nécessaire de savoir lire des partitions. Les instruments sont prêtés aux élèves. L'orchestre se produit une dizaine de fois par an : dans les maisons de retraite, les écoles primaires, au Carnaval de Nantes, au marché de Noël, au festival les Fanfaronnades... chaque fois que l'occasion se présente.

C'est grâce au dispositif « Budgets participatifs » de la ville de Nantes et à tous les bénévoles que ce projet de festival a pu voir le jour. Évidemment, c'est avant tout les musiciens qui sont les premiers acteurs et c'est un énorme plaisir musical partagé ! »

 Jean-Louis



Marché de Noël



Marqueterie, aquarelles, céramique, bougies, mandalas, customisation ou encore couture étaient à l'affiche du marché de Noël organisé par l'Accoord Pilotière au Radar dimanche 8 décembre. De quoi trouver le cadeau parfait à déposer au pied du sapin ! Les couturières de la Pilotière n'ont pas chômé cette année ! Elles en ont cousu des sacs, bananes, pochettes... Elles tenaient également un stand à l'Autre Marché en centre ville. Bravo !



Doulol Comedy Club

C'est dans la course des préparatifs de Noël que je me fais une pause, et pas n'importe laquelle : une pause humour ! Quelle belle idée proposée par la maison de quartier de Doulon en cette période !

C'est donc avec grand plaisir que je me rends au Doulol Comedy Club. Jamel Debouze n'a qu'à bien se tenir ! J'y retrouve des personnes du quartier. La salle se remplit petit à petit.

C'est Bader, le maître de cérémonie, qui nous accueille en musique (avec DJ aux platines) et nous présente les humoristes aussi talentueux les uns que les autres ! La parité est de mise : 3 femmes, 3 hommes. Les sujets tout aussi variés : sur le handicap, les injonctions sociétales, des imitations de Sardou, Julie Doré, la joie de la parentalité positive sans oublier l'épicier de quartier fan des Spice Girls qui en a marre de cette société... On rigole du début jusqu'à la fin !

Le public en redemande : rdv est prévu pour la saison 2 l'année prochaine. C'est le souhait de l'équipe Accoord, mais aussi celui du public qui n'attend que ça. Je repars avec des crampes aux zigomatiques, les seules crampes bien supportables !

 Vinciane



- EN BREF -

UNE VIGNETTE POUR MA VOITURE

Peut-être êtes vous passé à coté de l'info... Depuis le 1^{er} janvier, je dois équiper ma voiture (ou ma moto) d'une vignette Crit'air pour circuler dans Nantes. L'objectif : améliorer la qualité de l'air. La vignette Crit'Air (certificat qualité de l'air) permet de classer les véhicules en fonction de leurs émissions polluantes en particules fines et oxydes d'azote. Les véhicules très anciens (avant 1997) sont interdits de rouler en ville.

Je peux obtenir ma vignette très facilement en ligne sur le site : <https://certificat-air.gouv.fr>. Elle coûte 3,81 €.

SENIORS EN GOGUETTE



Près de 90 convives de plus de 60 ans ont répondu présent au repas annuel organisé par le CCAS à l'occasion des fêtes de fin d'année. Ce 11 décembre au Radar, le chef du Carré des délices a été très applaudi. Et pour cause, on s'est régalé ! Soufflé de betterave au raifort, rillettes de Saint-Jacques, joue de boeuf confite à l'orange et bien sûr la traditionnelle bûche de Noël. Et rien de tel que la musique rythmée du groupe Barbaro pour délier les gambettes. La salle du Radar a pris des allures de boîte de nuit cette après midi-là !

VIE DE QUARTIER



Et si... Raiponce préférait les cheveux courts ?

Pour les Nuits de la lecture 2025, le thème choisi par le ministère de la culture, « les patrimoines », laissait libre cours à la créativité. A la médiathèque Floresca Guépin, le choix s'est porté sur les contes de fées, patrimoine universel, avec des animations diversifiées : création artistique, lecture d'albums, défilé costumé...

En entrant, l'ambiance est très animée. Il y a du monde, les familles sont venues en nombre pour cet événement particulier et festif, qui tombe à pic en ce 25 janvier maussade.

Avec le partenariat de la Ludothèque Accoord de la Bottière, on peut essayer des jeux de sociétés d'antan étalés sur des tables : jeux de plateaux, en bois, des cartes, des puzzles... On rit, on partage, on manipule en oubliant la pluie qui tombe dehors.

Au sous-sol, les jeux vidéo rétro sont de sortie pour qui veut tester Fifa 1998, Mario ou Zelda... Des jeux devenus cultes que les jeunes générations prennent plaisir à découvrir ensemble ou avec leurs parents. Je m'amuse en prenant le joystick de « l'antique » Pac Man (Oups ! Mangé par le fantôme).

L'équipe de la médiathèque présente un spectacle original, revisitant les contes traditionnels et détournant la fin – en leur donnant une histoire alternative. Par exemple : « Et si... Raiponce préférait porter les cheveux courts ? ». Une lecture d'albums rigolos théâtralisée et joyeuse plutôt destinée aux enfants entre 18 mois et 5 ans, mais qui a fait rire le public et s'est terminée en chanson.

Enfin, enfants et adultes ont pu se déguiser en personnages de contes de fées avec des accessoires mis à disposition et défiler !

Une sélection de livres en accord avec le thème était présentée pour un emprunt possible et bien sûr, on pouvait comme d'habitude rendre ou choisir de nouveaux ouvrages. De quoi dévorer les livres et donner envie de lire à tous !

Delphine

UN TIERS-LIEU DANS L'ANCIENNE GARE DE DOULON

Ancienne maison de garde-barrière, la gare a ouvert en 1885, face à la mairie de Doulon. À la fermeture de la ligne Nantes-Chateaubriand la gare, qui a vu passer son dernier train en mai 1980, fut reconvertie en boutique SNCF avec vente des billets de train jusqu'en 2012. Puis, elle fut occupée par une entreprise. Elle devient aujourd'hui un tiers-lieu !

Delphine Gaudet, ancienne commerçante dans le prêt à porter, a répondu à un appel à projets de la SNCF afin de donner une nouvelle vie à la gare.

Delphine a peint et aménagé les lieux pour cette transformation.

Pourquoi créer ce tiers lieu dans la gare ?

C'est parce qu'elle fait partie du patrimoine du quartier, ce qui correspond à l'esprit du tiers lieu.

Et pour quoi faire ?

Pour valoriser l'artisanat et l'entreprenariat. On y trouve des espaces de coworking, bureaux, ateliers, espaces rendez-vous, salles de réunions pour des entreprises, des associations ou des particuliers. C'est aussi un lieu de vie sociale pour réunir les Nantais et les résidents du lieu autour d'animations : parcelles à cultiver, ateliers créatifs ou culinaires, temps de rencontres. Il y a des espaces communs pour tisser du lien avec une grande cuisine et un joli jardin. Côté professionnel, des événements se déroulent chaque semaine.

Le lieu est ouvert depuis septembre, des places sont encore disponibles...

L'appel est lancé !

Madeleine



La gare : 1 boulevard Auguste Péneau

Plus d'infos au 02 85 52 23 80 / alliancelocale@gmail.com / www.alliancelocale-tiers-lieu.fr

TOUS ENSEMBLE POUR APPRENDRE LE FRANÇAIS

Avec l'association Tous Ensemble pour apprendre le français, Lino Abdelhaleam Ali Suliman, médiateur social, est l'initiateur du projet d'apprentissage de la langue française au Beau Tiers Lieu.

Chaque lundi après-midi, au Bô Café, les migrants participent au cours de Causette. Les participants s'investissent dans l'apprentissage de la lecture et de l'écriture du français. Ils sont adhérents au Beau Tiers Lieu. Les migrants en précarité viennent du Soudan, de l'Erythrée et de la Roumanie. Ces personnes sont allophones, elles ne parlent pas le français. La Sagesse de l'Image participe à l'intégration avec le cinéma. Les migrants ont déjà visité le 60 B, le Colibri.



© Anne-Françoise



Les cours au Labo ont lieu le mardi et le jeudi en fin d'après-midi. Le cours d'alphabétisation se déroule de 17h30 à 18h30 avec Arlette et Hélène. Le second cours d'écriture et de lecture débute à 19h jusqu'à 20h30 en compagnie de Bénédicte et Ginou. La méthode utilisée pour apprendre le français se nomme l'alphabet international phonétique syllabique. Les migrants sont assidus aux différentes leçons. La conjugaison des verbes et auxiliaires sert aux conversations. Les élèves parlent de la vraie vie. Le vocabulaire progresse de plus en plus rapidement. Les participants écrivent sur une ardoise plastifiée avec un feutre. Les couleurs aident à distinguer les lettres qui se ressemblent. Les mots sont écrits en couleurs différentes et en alphabet phonétique. La méthode des couleurs pour reconnaître les syllabes a été conçue par Arlette. Les élèves ont des photocopies à disposition pour retenir les leçons.

On aimerait que les écoliers, les collégiens et les lycéens aient autant d'assiduité, de patience et de courage pour apprendre un langage différent pour s'intégrer dans la société !



Lino, avez-vous un message à adresser aux lecteurs de Zest ?

Les bénévoles sont les bienvenus dans l'association Tous Ensemble ! Nous sommes heureux de partager le vivre ensemble et de lutter contre la précarité avec les habitants du quartier Bottière-Pin Sec ! Venez nous rencontrer au Bô Café chaque lundi après-midi !

L'association recherche des fournitures scolaires...

▶ Anne-Françoise

Rens. Lino au 07 81 01 94 36

C'EST NOUVEAU !

INVENTAIRE... À RÉINVENTER !

3^e saison : la ville de Nantes a de nouveau sélectionné des lieux dont elle est propriétaire et qui sont pour l'instant mal, sous, ou pas utilisés. Imaginons une nouvelle vie pour le bassin du Bois Briand et la serre de l'école Julien Gracq...

Le 16 novembre dernier, c'était pour les Nantais la journée de découverte des 10 endroits sélectionnés dans le cadre des Lieux à réinventer. À la suite de ces visites, il s'agissait de répondre à un questionnaire demandant notre ressenti dans ces lieux, et quel avenir, quel usage on y imaginerait. Après, ça devient plus concret : du 1^{er} février au 1^{er} avril, c'est l'appel à projets. Puis la ville fera sa sélection en tenant compte des contraintes matérielles. Pour finir, du 15 septembre au 15 octobre 2025, les Nantais voteront. Deux de ces lieux ne sont pas trop loin de la Bottière. Je les ai visités lors de cette journée « portes ouvertes ».

Le premier lieu, c'est le bassin du Bois Briand.

Il s'agit d'une jolie pièce d'eau qui faisait partie du parc du château du même nom, et date du XVII^e siècle, bien avant la Révolution ! Elle se trouve à proximité de la zone de gros, presque à la frontière entre Nantes et Sainte-Luce. Et justement, c'est une association lucéenne, « Clémentine », qui a animé la matinée du 16 novembre avec une « balade biodiversité » à la découverte de la faune et de la flore.

L'animatrice, Marie-Laure Urvoy, n'avait pas fait les choses à moitié : elle avait apporté et installé une vingtaine de grands panneaux décrivant les espèces qu'on peut rencontrer ici. Et il y en a une quantité incroyable ! Je comprends maintenant le mot biodiversité ! Que de découvertes sur les libellules, demoiselles, éphémères... et puis grenouilles agiles, grenouilles vertes, tritons palmés... L'animatrice indique que les tritons ne sont pas visibles à cette saison, ils sont cachés dans le bois, par exemple sous des tas de feuilles, et qu'il ne faut surtout pas les chercher ni les déranger, ce sont des espèces fragiles et protégées. « *Dans les arbres aussi, on peut voir et entendre plein de bestioles intéressantes, et il y a des chauves-souris* » précise-t-elle. Elle nous montre des photos de chouette chevêche, chouette hulotte, pic épeiche, et nous fait écouter les sons qu'ils émettent : on s'y croirait, au crépuscule...

Quels projets seront proposés pour ce lieu sensible qu'il ne faudra pas défigurer ?



© Philippe



Deuxième lieu : la serre de l'école Julien Gracq.

On ne la voit pas sur la façade de l'école, il faut passer derrière, rue Diane Fossey, pour la découvrir. Elle a été bien utilisée au début par les maîtres et les élèves, moins maintenant. Pour cette journée, elle est occupée par l'association « Ecos », avec un atelier de bouturage ouvert à tous : l'animateur nous montre comment pratiquer cette méthode de reproduction sur beaucoup d'espèces très diverses, par exemple rosiers, vigne, figuiers, hortensias et bien d'autres. Pour continuer sur la taille, celle de la serre est tellement grande qu'on pourrait y juxtaposer différentes activités.



Déjà, des idées ont émergé pour de futures utilisations toujours liées à la culture... par exemple plants de fraisiers proposés par certaines personnes, de fleurs pour d'autres (mais tout ça pourrait cohabiter)... et/ou salle d'expositions, de spectacles, atelier de danse, atelier d'artistes...



Une porte ouverte aujourd'hui à beaucoup d'imagination.
A suivre !

Philippe

« LA PETITE CURE » : UN NOUVEAU CAFÉ-CANTINE ASSOCIATIF AU MANOIR SAINT-LÔ

La cure du Vieux Doulon se réinvente ! Dans un premier temps, le café associatif vous attend pour grignoter, échanger et proposer des activités communes.



Ce lieu a été retenu dans le cadre de l'appel à projets en 2022 en tant que lieu à réinventer. Cette bâtisse, ancien presbytère, située entre l'école Maurice Macé et l'église Saint-Médard, a une longue histoire : construite au XVII^e siècle, elle a été achetée en 1817 par la commune de Doulon...

Abandonnée depuis quelques années, elle est squattée pendant 2 ans : des demandeurs d'asile l'occupent de 2014 à 2016.

En 2021, l'association Génération Tardigrades* répond à l'appel à projets pour cette cure de 500 m² de bâti pour créer un tiers lieu dédié à la transition écologique.

Le vote citoyen retient cette proposition et ses valeurs :

- le bien-être social : la sociabilisation, la lutte contre l'isolement et l'exclusion, l'épanouissement,
- l'« écoptimisme » : la sensibilisation à l'écologie, la lutte contre l'anxiété,
- la participation de toutes et tous, par des créations collectives.

Ainsi, le projet de Génération Tardigrades prévoit :

un jardin pédagogique, une salle de spectacle, un espace de coworking, des événements hors les murs et un café-cantine... Le tiers lieu vous accueillera dans ses murs... fin 2026 !

En attendant, pendant la rénovation de la cure du Vieux Doulon (du très gros oeuvre !), afin que le projet vive, la mairie a mis à disposition un local de 100 m² environ, au 8 boulevard du Manoir Saint-Lô pour abriter le café associatif, nommé « La petite cure », inaugurée le 1^{er} mars.

Des bénévoles y assurent une petite restauration : frites, croque-monsieurs, cookies, tartes et boissons. Pour se restaurer, le vendredi soir et le dimanche matin, une adhésion à prix libre à l'association est demandée.

Vous pouvez suivre les réseaux sociaux pour avoir les informations en temps réel.

**Tout un chacun peut rejoindre
ce projet en tant que bénévole.**



© La cure



Mano et Nicole

Contacts : lacureduvieuxdoulon.fr / cafelacure@gmail.com

*Tardigrade appelé ourson d'eau, animal microscopique qui résiste à des conditions extrêmes



CARNAVAL 2025 : VOYAGE AUTOUR DU MONDE !



Le carnaval, c'est la fête, la joie de vivre, la créativité débordante, la musique et les déguisements ! Visite en coulisses.

Ces 8 et 9 février, l'association NEMO qui coordonne une dizaine d'associations a ouvert les portes de son hangar au public, à deux pas du tram Souillarderie. Quel plaisir de découvrir les coulisses de cet événement, quel émerveillement !

On ne s'imagine pas l'ampleur des travaux nécessaires à la fabrication des chars gigantesques qui vont défiler à Nantes les 30 mars, 5 et 12 avril.

Le thème de l'édition 2025 : « fêtes et carnivals dans le monde ».

En circulant dans les allées, on peut déjà deviner la thématique de chaque char qui s'ébauche petit à petit : Halloween, la fête de la Saint Patrick, le Dia de los muertos, le carnaval de Venise ou le Nouvel An chinois...

Je rencontre Bernard Bouet, membre de l'association « Les Can'aïlles » depuis 2013 qui me donne quelques informations.

Certains éléments sont conservés pour être exposés ou vendus, d'autres recyclés pour faire autre chose.

Les structures des statues/personnages sont en majorité faites d'énormes blocs de polystyrène sculptés, puis recouverts de papier et peints. Les éléments de décors, les automates sont animés par des mécanismes et des moteurs, il y a tout un réseau électrique caché sous le char, le système de son...

Le char des Can'aïlles est tracté par un gros véhicule, mais d'autres chars sont autonomes (autoportés), pilotés par un conducteur caché dans la plate-forme.

Chaque char représente environ 1000 heures de travail, réparties sur 6 mois d'octobre à mars. Bernard et ses acolytes sont présents sur le chantier environ 3 jours par semaine ou le week-end, selon le temps dont ils disposent.

« Préparez-vous à voyager à travers les cultures, les rythmes et les traditions des quatre coins du globe ! »



À la fin d'un Carnaval, l'association NEMO et ses membres se réunissent pour trouver le thème de l'année suivante. Lorsqu'il est décidé, chaque équipe commence à réfléchir à un projet de char en présentant un dessin préparatoire ou une maquette de l'idée.

Le char précédent peut être démonté.

Le char des Can'aïlles représentera la fête vietnamienne du Têt avec un dragon humoristique à sa tête et deux dragonniers jouant des cymbales et du tambour. Une pagode décorée sera en arrière plan et les 13 bénévoles de l'association seront habillés en tenues asiatiques pour défiler.



© Delphine

Je croise ensuite Théo (asso Spirit Team) et Erwan (asso Tip taupe) en plein travail ! Enfants de carnavaliers, ils viennent prêter main forte à leurs parents tous les week-ends. Aujourd'hui, ils grattent la peinture d'une énorme tête afin de pouvoir la réutiliser pour le nouveau personnage de leur char. Ils sont ravis de participer et très enthousiastes. La passion a bien été transmise : Erwan veut être conducteur de char lorsqu'il sera plus grand.

Les diverses associations recherchent des bénévoles pour perpétuer cette belle tradition et continuer à faire rêver les Nantais.



A l'Accoord, c'est confection de costumes !

Antoine Courtin, animateur à l'Accoord Bottière, prépare un défilé avec quelques habitantes du quartier, couturières amatrices, qui souhaitent s'investir dans le projet du Carnaval et s'associer à un collectif.

L'action a déjà été menée en 2023, avec le partenariat de l'association Couture Plaisir sur le thème « Nantes et son histoire » et la confection de costumes de lavandières.

Cette année, il rejoint l'équipe et des Can'aïlles et prévoit de confectionner des costumes de style asiatique pour accompagner le dragon du Têt.

Le tissu rouge soyeux est acheté, encore deux mois pour coudre et préparer des merveilles que nous découvrirons à l'occasion du Carnaval de Nantes 2025 !

NOUVELLES TÊTES



Pauline Moinard Ruppin, entourée de Marc Loiseau et Fabienne Rives Salmon, nous accueillent au cyber

À l'ATDEC

Pauline Moinard Ruppin est la nouvelle responsable de projet territorial de l'ATDEC pour le secteur Est/Erdre. Son parcours dans le management et surtout son investissement au sein de l'association Brio qui accompagne les lycéens dans leur parcours, l'ont conduite à l'ATDEC. « Tout le monde peut réussir ! Je suis moi-même fille d'ouvrier et j'ai un Bac +5. C'est vrai, on n'a pas tous la même ligne de départ, mais il faut y croire et être accompagné. Je veux faire partie de ceux qui donnent ce coup de pouce. »

Et lever tous les freins sur la route de l'emploi, c'est le travail de l'ATDEC qui propose un accompagnement individuel, mais aussi des ateliers divers de techniques de recherche d'emploi, des offres de formations, des visites d'entreprises, des forums de recrutement... et bien sûr des offres d'emplois et de formations affichées dans le hall. L'ATDEC s'adresse aux jeunes de 16 à 25 ans non scolarisés (la Mission Locale) et aux demandeurs d'emploi de plus de 26 ans non bénéficiaires du RSA (le PLIE). En 2024, le site Est a accueilli plus de 11 000 personnes dont près de 1300 pour l'espace cyber ! Pour rappel, l'espace cyber (ouvert à tous) est accessible tous les jours, du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30. Des ordinateurs sont à votre disposition.

Atdec : 9 rue Augustin Fresnel. Tél. : 02 40 49 22 86.
www.atdec.org

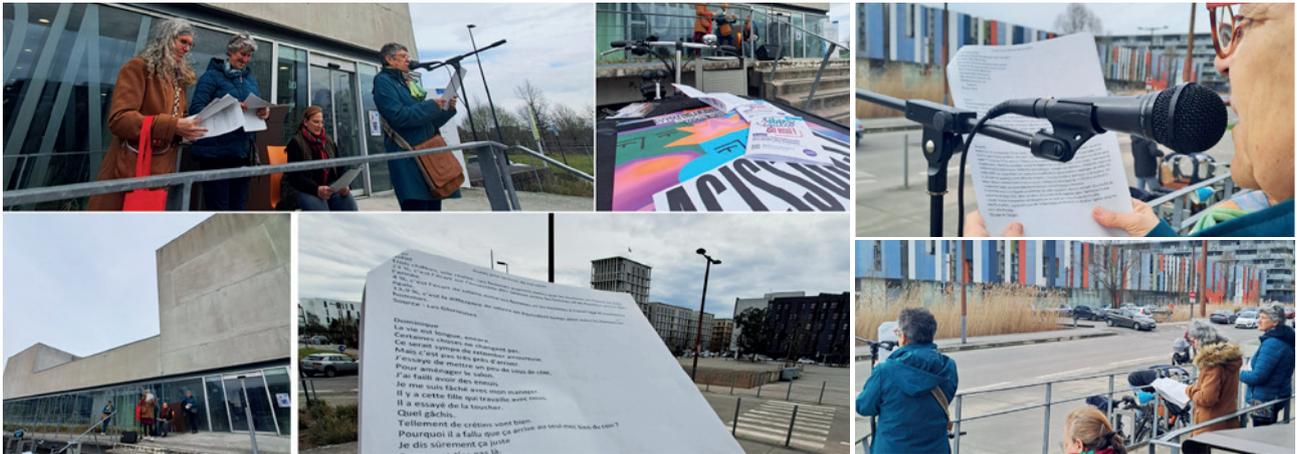


Du changement dans les clubs ados de l'Accoord

Si vous cherchez Clément à la Bottière, passez votre chemin, il est au Port-Boyer ! Abdenour à la Pilo ? Encore raté. Cet hiver, l'Accoord a redistribué les cartes dans les clubs ados du secteur Est, a restructuré l'équipe. JH, Jean-Hussein, ancien responsable du club ado de la Halvêque prend la direction des clubs Bottière et Pilotière. Marie, quant à elle, reste responsable des clubs Doulon/Perray. Quant aux animateurs, ils ont également changé ! L'occasion pour les 11-15 ans de redécouvrir leurs clubs ! « On reste sur ce qui se faisait : sorties, activités artistiques, séjours bivouacs... explique JH qui vient de mettre en place un atelier MAO à la Pilo - un atelier qui avait fait un carton à la Halvêque. N'hésitez pas à venir voir ce qu'il se passe dans les clubs ados. Il y a une proposition assez large... tout le monde peut trouver son bonheur ».

8 MARS : JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES – POURQUOI ?

C'est en 1977 que les Nations Unies officialisent la Journée internationale des femmes, incitant ainsi tous les pays du monde à fêter les droits des femmes. C'est dans ce cadre (avec l'association Clown en Nez Veille) que nous sommes plusieurs lecteur(ice)s à porter la parole d'autrices dans le quartier. À cogiter...



© Clown en Nez Veille

« Je commence à être un peu inquiète, pas tellement sur le plan de l'insécurité liée au trafic de drogue mais plutôt parce que je suis une femme, et que je ne sais pas trop ce que ça veut dire, être **une femme dans un quartier sensible**. »

🗨️ **Siam Spencer**

« On dit... Qu'elles mentent, qu'elles veulent faire leurs intéressantes, ou bien qu'elles courent après l'argent, que quand on parle de **plainte** pour viol, c'est pas sérieux, c'est qu'on est folles. Alors... Quand on sait que 2 à 8 % seulement des plaintes s'avèrent, au bout du compte, mensongères, ça veut dire que 9 fois sur 10, les plaignantes disent la vérité. »

🗨️ **Giulia Foïs**

« **Parler reste un combat**. On pare les mauvais coups comme on peut. On se bat contre des procédures-bâillons et des mythes vivaces qui nous accablent. On a encaissé. On a nagé dans les eaux glacées du calcul égoïste de la résistance patriarcale. On s'est serré les coudes. On s'est défendues. On a parlé plus haut, plus fort, plus nombreuses. On a appris. »

🗨️ **Hélène Devinck**

« On parle de **fémicide** quand un crime est commis envers une femme, avec pour seule raison d'être née fille. Les victimes viennent de tous milieux sociaux, elles sont jeunes ou âgées. Le mot fémicide est très important. Auparavant, on parlait de crimes passionnels, alors que ces crimes sont sexistes et ne sont jamais liés à l'amour. »

🗨️ « **Naître fille** », **Alice Dussutour**

« L'espace public peut-être dangereux pour les filles, surtout lorsqu'elles sont seules. De nombreuses filles ont déjà expérimenté du **harcèlement de rue**, ou même des violences. La faute est souvent mise sur elles. On préfère demander ce qu'elles faisaient dehors toutes seules, la manière dont elles étaient habillées, plutôt que de faire porter la responsabilité par l'agresseur. »

🗨️ « **Naître fille** », **Alice Dussutour**

« Chaque jour, des personnes se battent pour l'**égalité**. Aujourd'hui, rien n'est acquis, mais c'est essentiel d'ouvrir nos perspectives. La condition des filles réunit des enjeux urgents. Elle concerne tout le monde. Que tu sois fille, garçon, non-binaire, trans, j'espère que mon livre « Naître fille » te rendra sensible aux combats féministes, qu'il te donnera envie d'engager des discussions et suscitera chez toi le courage d'agir. »

🗨️ « **Naître fille** », **Alice Dussutour**

« Depuis août 2021, de nombreuses femmes sont allées manifester contre **les talibans** à Kaboul en Afghanistan malgré le danger, dispersées ensuite par des tirs. D'autres continuent de pratiquer leur métier en secret, ou ont posté leurs tenues traditionnelles colorées sur les réseaux sociaux. Un moyen de rappeler que leur culture n'est pas celle prônée par les talibans. »

🗨️ « **Naître fille** », **Alice Dussutour**



Les femmes sont à l'honneur ce 8 mars à la maison de quartier de la Bottière avec le défilé de mode organisé par Couture Plaisir.

© Simon Nwambenen



LES CONSTELLATIONS DE LA CRÉATION



Qui suis-je ?

UNE FEMME INSPIRANTE

Elle a fait beaucoup pour la condition féminine. Elle n'a pas lâché. Cette nantaise sportive de haut niveau mérite d'être connue.

Je suis...

Je suis née en 1884 et décédée en 1957.

Je suis une sportive, nageuse, rameuse et hockeyeuse.

Coubertin refuse que les femmes participent aux JO en 1919.

Je crée les Jeux sportifs féminins en 1922. 70 athlètes ont participé devant 20000 spectateurs.

Je participe aux JO de Suède en 1926.

Ma devise : « le sport féminin a sa place dans la vie sociale au même titre que le sport masculin ».

En 1928, je suis la première (et la seule) femme juge pour des compétitions masculines d'athlétisme.

Je suis une des 10 femmes en or lors des derniers JO de Paris 2024, à côté de Louise Michel (la commune), Simone de Beauvoir (écrivaine), Olympe de Gouges (combats pour les droits des femmes)...

Je suis... Alice Million épouse Milliat

Quand j'ai lu ce qu'elle a fait, c'est sublime. J'aurais pu la connaître ! J'avais 18 ans en 1957.

J'ai toujours admiré les pionnières !

Mamyo



J'ai rencontré l'artiste harpiste Mouna Khalifa.

J'ai été émerveillée par sa gentillesse et son immense talent. Cette compositrice a grandi entre la Mauritanie et la France. Elle a étudié la musique à Saint-Nazaire, Elle réside dans le quartier Bottière depuis 2017 et participe souvent aux Rencontres Enchantées à la Maison de Quartier Bottière.

Mouna, quelle est votre profession ?

Je suis une harpiste et une écrivaine curieuse et inventive. Je joue du piano, je chante, j'écris des poèmes. J'aime la comédie, le théâtre d'impro. Je peins. Je suis heureuse avec les arts. Je crée. J'écoute de la musique toute la journée. J'ai appris à jouer de la harpe à 12 ans. La partition de la harpe se lit comme celle du piano. Ma harpe celtique se nomme Mélusine. Je compose également avec une grande harpe. J'enregistre avec un dictaphone, un téléphone. J'ai toujours une mélodie en tête. J'improvise pendant mes spectacles.

Quelles sont vos réalisations artistiques ?

J'aime être entourée de musiciens confirmés pour accompagner la création de mes œuvres. Cyril Trochu, pianiste et claviériste, a participé à l'album « Katharsis » pour notre groupe Organa. La graphiste Solyria a réalisé le dessin animé « Spirale » de cet album. J'ai participé au Trio Tapanà. Je joue de la harpe dans les festivals locaux. J'accompagne musicalement Theia, Hélène et Enora, Bruno Vni et d'autres. Je chante dans la chorale « Allez chante » animée par Pamphile. Le Jardin des Rouges Gorges de Tanagore permet de me ressourcer et de composer des mélodies. J'y retrouve des poètes. J'ai écrit un recueil de poèmes « J'ai dormi pendant très longtemps » aux éditions du Petit Véhicule. Je prépare un spectacle théâtre et musique avec Jean Audoin de la Compagnie Sentimensonges. J'ai d'autres projets musicaux et littéraires...

Avez-vous un message à communiquer aux lecteurs du journal Zest ?

Je remercie chaque lecteur du journal, de venir aux spectacles musicaux du quartier, d'applaudir et de soutenir les artistes locaux. Les habitants sont invités à partager leurs pratiques artistiques en participant aux soirées Les Rencontres Enchantées et Le Grand Partage au Bô Café. Les films diffusés par La Sagesse de l'Image distraient et informent les passionnés du cinéma. Dans un monde violent, il est primordial d'ouvrir les yeux sur les créatifs luttant pour faire vivre la culture. Ces imaginatifs nourrissent la vie associative. On a besoin des uns et des autres.

▶ Anne-Françoise

Pour en savoir plus : <https://lepetitvehicule.com/>
La musique de Mouna Khalifa est disponible sur YouTube
[Mounakhalifamusique.com](https://mounakhalifamusique.com)

EP « From harp to the moon », Clip « La valse des cœurs brisés »
avec Pamphile, Clip moonharpsproduction@gmail.com

Retrouvez l'agenda
du quartier en ligne :
<https://metropole.nantes.fr>

Pour y contribuer :
[https://openagenda.com/
doulon-bottiere](https://openagenda.com/doulon-bottiere)

LA SÉLECTION DU ZEST :

>26/4

Fleur qui m'entoure

Expo de fin de résidence de l'artiste Julien Go au Pavillon.

📞 Rens. twopoints.contact@gmail.com

15/4

Loto

Organisé par VVEReane. A partir de 13h30 salle du Radar. Et aussi le 6 mai.

24/4

Belote

Organisé par VVEReane. En individuel. A partir de 13h30 au Restaurant intergénérationnel du Croissant. En équipe le 22 mai.

📞 Inscription obligatoire au 06 66 30 32 80

30/4

Inauguration de la Station Bottière

Rendez-vous dès 16h, Station Bottière, à côté du magasin Worldmarket. Au programme : rencontres autour du réemploi, animations, bingo, spectacle musical... À 18h inauguration en musique.

10/5

Concerts plein air

Dans le cadre du festival Hip Opession. A partir de 18h à la maison de quartier de Doulon.

📞 Rens. 02 40 50 60 40.

16/5

Banquet géant

La date du Printemps des voisins sur l'esplanade de la maison de quartier Bottière est fixée ! Zohra et Samira remettent le couvert ce printemps, soutenues par la Maison de quartier. Préparez vos paniers pique-nique et votre bonne humeur. Apéro offert dès 18h30. Venez nombreux !

19/5

Après-midi dansant

Organisé par VVEReane. De 14h à 18h à la maison de quartier Bottière.

22/5

Opéra et fanfare

Le final du jumelage du quartier avec Angers Nantes Opéra. Les choeurs d'enfants, la chorale des femmes, ainsi que l'association Col'or vous proposent un bouquet final en musique. À partir de 16h sur l'esplanade de la maison de quartier Bottière. Gratuit

1^{ER}/6

Relaxation sonore

Pour évacuer la fatigue et le stress. A 10h30 à la maison de quartier Bottière. Et aussi le 22/6.

📞 Rens. aymentantes@gmail.com
06 50 71 36 00.

6/6

Rencontres enchantées

Scène ouverte style cabaret. A 19h à la maison de quartier Bottière.

25/6

Inauguration du plateau sportif

L'ancien city stade de la Bottière s'est offert une nouvelle jeunesse. Un nouveau lieu à découvrir de 10h à 18h. Animations pour tous.

À VOUS DE JOUER !

Sudoku

Dans chaque ligne de cette grille, dans chaque colonne et dans chaque petit carré 3 sur 3, il doit y avoir tous les chiffres de 1 jusqu'à 9 mais une fois chacun.

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

Réponse :

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

Est-ce que le propre à une odeur ?

La réponse est non !

L'air propre n'a pas d'odeur ! Si on sent quelque chose, c'est qu'il y a un composé organique volatile susceptible d'irriter les voies respiratoires. Selon une étude réalisée par l'Ademe (l'Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie), les principales sources de pollution du logement sont :

- les produits d'entretien (52 %).
- les diffuseurs de parfums et désodorisants (48 %).
- les matériaux de construction et de décoration (47 %).
- le tabac (43 %).
- l'humidité (34 %).
- les appareils de chauffage et de cuisson (32 %).
- l'air extérieur (26 %).
- le mobilier (13 %).

Quelques pistes : lavez à l'eau, avec des microfibrés ou produits bios, parfumez les pièces de temps en temps avec 2 gouttes d'huile essentielle de lavande sur un mouchoir posé sur un meuble, fumez à la fenêtre ou sur le balcon, achetez des meubles de seconde main et surtout, aérer les pièces !

👉 Dominique

L'ARBRE AUX QUARANTE ÉCUS

Parmi les arbres remarquables du quartier – et ils sont nombreux – évoquons aujourd'hui le ginkgo, dont le surnom est plus facile à prononcer que le nom ! Il serait originaire de Chine, et considéré comme une sorte de fossile vivant, dernier représentant d'une espèce végétale disparue. On lui attribue de nombreuses propriétés plus ou moins médicales... ou magiques. Mais l'observer est déjà un bonheur : son allure, la disposition de ses branches sur le tronc, la forme de ses feuilles... tout cela est unique. Et puis à l'automne, il passe direct du vert au jaune d'or, une couleur lumineuse, presque flashy, qui finit par former un superbe tapis rutilant sur le sol. Le plus beau du quartier est sans doute celui de la photo ci-contre, qui se trouve devant la fresque décrite page 11 du numéro 99 de Zest.... Mais il y a aussi un petit square triangulaire planté d'une dizaine de spécimens plus jeunes à l'extrémité des rues Roger Astic et Frédéric Mistral. Bonne chance pour les découvrir !

► Philippe



MON LIVRE COUP DE COEUR Nymphéas noirs, de Michel Bussi

Mais que se passe-t-il dans le village de Giverny ? Un meurtre, la police, les suspects... Une vieille femme qui rôde un peu partout.

Une institutrice, une fillette, un chien immortel, des fantômes, des souvenirs.

L'intrigue est dense, l'affaire semble compliquée, on s'y perd !

Michel Bussi, comme à chaque fois, nous balade entre suppositions, fausses pistes et interrogations. On ne lâche pas le livre avant de SAVOIR la fin et de COMPRENDRE le dénouement. Je l'ai même relu deux fois, histoire de trouver toutes les subtilités que j'aurais pu manquer, en vain !

J'ai aimé le ton assez poétique de certains passages, la galerie des personnages et toutes les informations concernant Giverny, l'art et la peinture de Claude Monet.

La trame des époques qui se croisent et se mélangent, (soyez attentifs aux dates) l'histoire d'un amour impossible... Quoique. Un autre indice ? Méfiez-vous des prénoms ! Bonne lecture.

► Delphine



Bons plans

LES TRUCS ET ASTUCES DE CLAUDE

Mauvaises odeurs

Des mains qui sentent l'oignon ? Des doigts qui fleurent l'ail ? Saupoudrez un peu de bicarbonate de soude sur vos mains, puis rincez à l'eau froide. L'odeur disparaît immédiatement. Idem sur les planches à découper.

Tête en bas

Conservez vos bouteilles d'eau gazeuse entamées à l'envers dans votre frigo. Elles conserveront leurs bulles beaucoup plus longtemps.

Frites croustillantes

Pour réussir de belles frites, prenez des pommes de terre bien fermes. Epluchez-les, coupez-les et saupoudrez de sel pour les faire dégorger. Elles seront bien plus croustillantes.

Mangeoire astucieuse

Attachez une ficelle à la pointe d'une pomme de pin bien ouverte. Roulez la pomme de pin dans du saindoux ou une autre matière grasse, puis dans des graines pour oiseaux. Suspendez à une branche.

Des os avec leur moelle

Si vous souhaitez que les os gardent leur moelle lors de la cuisson, enfoncez quelques grains de gros sel à chaque extrémité.

ZESTINO
100%

100% ATTENDU
Il sort quand le prochain numéro ?

100% UTILE

J'aime lire les pages agenda pour connaître tous les événements proches de chez moi ... Pratique quand on n'a pas accès à Internet!

Un journal **100% DIVERSIFIÉ** : recettes, culture, couture, jeux, infos de quartier... j'adore!

100% FAMILIAL
Et intergénérationnel

Un comité de rédaction bénévole **100% MOTIVÉ** pour offrir du contenu aux habitants

Je suis très heureux d'être présent pour le numéro 100 de Zest !

100% BONHEUR

SQUARE ZEST

Psst !
Vous avez vu ?

