



L'agenda complet sur l'application « Lorient mon Agglo »
et en ligne sur www.lorient-agglo.bzh/actualites/agenda



© Olivier Poulain

CEP Lorient Breizh Basket : objectif Pro B

La section Basket du CEP se professionnalise pour viser la montée en Pro B : nouveaux statuts, projet de centre de formation, esprit d'équipe. Le point par Christian Pasquier, président du club.

Un projet sportif ambitieux

« Notre but est la montée en Pro B, à échéance très courte... Mais ce sera difficile : avec 28 clubs en N1M et seulement deux montées possibles en fin de saison, il va falloir nous battre. D'abord la phase 1 avec 26 matches et les cinq premiers de la poule qui vont en finale. Ensuite la phase 2 : les finalistes de chaque poule qui s'affrontent, et des play-offs pour monter. »

Une nouvelle structure juridique

« Au printemps 2021, l'association du CEP Lorient Basket a créé une SAS (société par actions simplifiée) intitulée CEP Lorient Breizh Basket. Cette société accueille les joueurs professionnels qui évoluent en Nationale 1 masculine, et les jeunes en U18 et U15. L'association existe toujours pour les sections amateurs. Ce nouveau statut nous permet de nous professionnaliser davantage. Un nouveau commercial, un responsable administratif viennent en renfort. »

Une équipe soudée

« L'équipe adhère totalement à ce projet sportif. Nous avons des joueurs polyvalents, motivés, qui sont prêts pour la montée. Ils partagent les valeurs du club, de respect, solidarité, ambition et éthique et exemplarité. On a aussi la chance d'attirer des joueurs de qualité, grâce au projet sportif et au coach, mais aussi grâce au territoire : ils sont heureux et fiers d'être à Lorient. »

Les jeunes en réserve

« Nous voulons créer un centre de formation avec l'équipe pro, les jeunes U15 et U18, et des joueurs de N3. Les jeunes sont de futurs joueurs pros, qui viendront alimenter les équipes premières. Ce projet, d'une échéance de un à deux ans, est aussi très motivant pour tous les jeunes joueurs du territoire. »

Le calendrier des matches sur
www.cep-lorient-basket.bzh



© Stéphanie Benedicto et Jstey

14 janvier

THÉÂTRE Lanester/Quai 9

Catherine Arditi dans Ensemble

Ensemble se déroule autour d'un thème aussi inconnu qu'universel : la normalité. Qu'est-ce qu'être normal ? Cette création veut aborder ces thèmes à travers l'histoire d'Isabella et ses enfants : Miquélé et Sandra. Que se passe-t-il aujourd'hui quand quelqu'un a besoin de nous, parce qu'il ne rentre pas dans le cadre ? Sommes-nous prêts à accepter la différence ? Existe-t-il des vies qui ne valent pas la peine d'être vécues ? Dans cette création, l'auteur et metteur en scène Fabio Marra aborde des problématiques universelles autour de l'individualité et du vivre-ensemble.

<https://quai9.bzh>

EXPOSITIONS

LA MATIÈRE À L'ATELIER D'ESTIENNE

Nouvelle saison à l'Atelier d'Estienne à Pont-Scorff avec un cycle d'expositions intitulé Variations autour de la Matière. La première variation se fera autour du papier, avec Charles Le Hyaric dans une exposition personnelle. L'artiste transformera le lieu avec une installation originale, replaçant la matière dans le champ de la pensée. Charles Le Hyaric explore les infinies possibilités de la matière à travers installations monumentales, petites sculptures, assemblages ou dessins. Il glane des objets, des fragments et des matériaux au gré de ses marches, il cherche et teste des gestes, des papiers qu'il plonge dans l'eau de mer, des végétaux qu'il empreinte sur des feuilles épaisses... Il en résulte des œuvres à la fois légères et imposantes, poétiques et éphémères, qui dessinent un monde original.

CHARLES LE HYARIC, Felis
Exposition monographique
Du 8 janvier au 13 mars
www.atelier-estienne.fr

21 janvier

THÉÂTRE Quéven/Les Arcs

Sanseverino funk et afrobeat

Sanseverino arpente d'autres pistes, d'autres sons et fait un tour du côté des sonorités du funk et de l'afrobeat. C'est en s'inspirant de ces différents mouvements musicaux, tout en restant fidèle à son univers de paroles et à ses éternelles histoires, qu'entouré de deux compères Stéphane Huchard et François Puyalto, il a composé un nouvel album qui laisse une large place aux instruments.

www.lesarcs.bzh



© Cécile RICHARD

SALON



© Adobe Stock

VINTAGE DAY: SOUVENIRS, SOUVENIRS

Pour sa 4^e édition, le Vintage Day s'accompagne d'une foire aux disques, « dont beaucoup de vinyles » pointe Patrick Corbineau, organisateur. Lui-même collectionneur d'objets anciens, dont les disques, Patrick Corbineau aime la nostalgie qui se rattache à ces objets du passé : meubles, publicités anciennes, décoration, vêtements, véhicules, photos, jouets et même tatouages ou relooking façon pin'up... Ils nous rappellent l'enfance, le passé, ce qu'on a connu chez nos grands-mères, comme les vieux téléphones. Le vintage aurait donc toujours la cote ? « C'est comme les vinyles, ça revient à la mode, encore plus après la crise sanitaire : les gens veulent sortir, s'échapper. Ils ont la nostalgie d'un monde d'avant, de leurs souvenirs. Et puis il y a le plaisir de l'objet : un disque c'est aussi une pochette, un design, une histoire. » Annulé en 2021, le Vintage Day séduit 3 000 à 4 000 visiteurs nostalgiques chaque année.

Dimanche 23 janvier
au Palais des Congrès

1^{er} février

THÉÂTRE 📍 Lorient

Moby Dick

Moby Dick est un livre vers lequel on revient, encore et encore, pour à chaque fois découvrir une nouvelle idée. Il est captivant, drôle et rempli d'une étrange sagesse. Artiste norvégienne, Yngvild Aspeli s'est inspiré du roman de Herman Melville pour créer une pièce de théâtre visuel. Avec sept acteurs, une cinquantaine de marionnettes, des projections-vidéo, un orchestre englouti et une baleine taille baleine, elle met en scène ce magnifique monstre de la littérature.

theatredelorient.fr



© DR

Du 18 au 20 février

THÉÂTRE 📍 Quai 9

Trois spectacles en un week-end

L'association La Fontaine aux Chevaux, en partenariat avec la Ville de Lanester, propose Hiver en scène, une formule trois spectacles de théâtre les 18, 19 et 20 février : *Sacco & Vanzetti*, prix de la Ville de Lanester au Festival de Kerhervy, qui relate l'histoire de deux anarchistes, exécutés en 1927 après un simulacre de procès dans une Amérique raciste ; *16 m²*, une comédie délirante de cape et d'épée, et *Hôtel des deux mondes*, un suspense métaphysique entre rêve et réalité, vie et mort, comédie et tragédie, une pièce écrite par Éric-Emmanuel Schmitt. En complément, le vendredi 18 février, un stage de théâtre gratuit pour les jeunes de 11 à 14 ans au ponton animé par Raphaëlle Salama, comédienne et professeur de théâtre (la Cie du Funambule - Lorient).

Billetterie : Quai 9 (Lanester) / 02 97 76 01 47

<https://festival.kerhervy.com/>

19 février

MUSIQUE 📍 Hydrophone

Le nouvel album de Lujipeka

Jeune artiste rennais issu du collectif Columbine, Lujipeka a entamé l'an dernier une aventure en solo, plus que jamais guidé par son goût immodéré pour la liberté, de ton et d'action. Son single, *Putain d'époque*, lui a permis à l'automne de s'installer comme un espoir incontournable de la scène rap francophone. Un pied dans la pop, un autre dans un hip-hop référencé et décalé (comme ont pu l'expérimenter à leur manière ses aînés Orelsan et Lomepal), Lujipeka nous présentera son nouvel album *Montagnes russes*.

www.hydrophone.fr



© Jeremy Sena

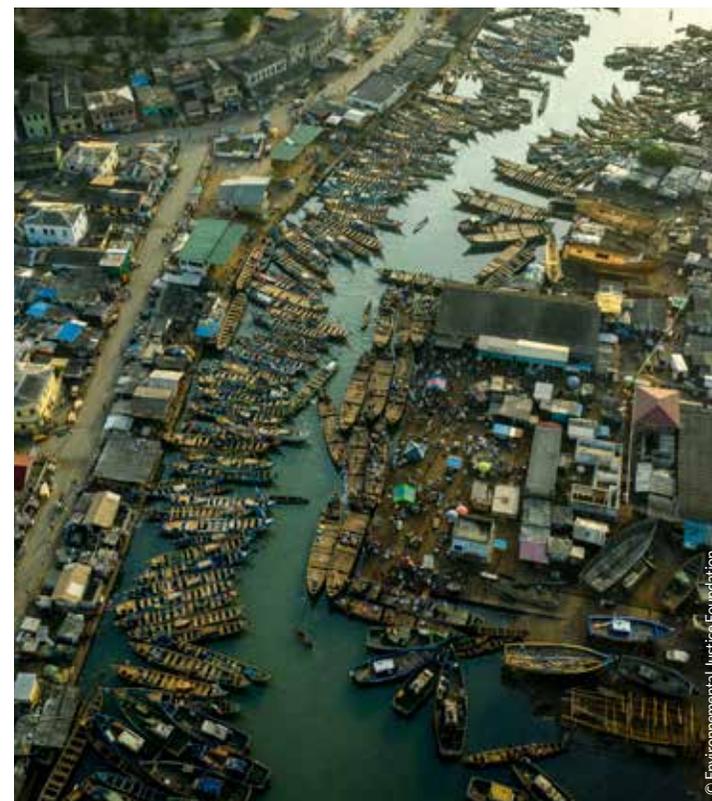
Du 20 au 27 mars

FESTIVAL 📍 Pays de Lorient

Le cinéma rend hommage aux pêcheurs

La 14^e édition du festival de films Pêcheurs du monde, du 20 au 27 mars, veut se placer sur le chemin de l'élan créatif et de l'espoir retrouvés. Elle résonne à l'appel du large, une aspiration pour cet autre monde qu'est la mer. Elle propose, par l'intermédiaire du cinéma, un voyage avec les pêcheurs du monde et une quête de l'esprit. Avec une quarantaine de films, des escales dans plusieurs communes du Pays de Lorient (Lanester, Larmor-Plage, Ploemeur, Riantec, Groix...) et un ancrage à Lorient, salle Ricœur, de multiples rencontres avec les réalisateurs et les gens de la mer, cet appel au large de la 14^e édition invite à une expérience cinématographique originale ! Elle conjugue le cinéma sous tous ses formats, fiction, documentaire, animation...

www.pecheursdumonde.org



© Environmental Justice Foundation

Du **20** au **30** mars

ANIMATIONS 📍 Pays de Lorient

Une semaine sans pesticides

La semaine pour les alternatives aux pesticides se déroulera du 20 au 30 mars sur tout le territoire. De nombreuses associations proposeront des animations sur ce thème, comme Fleurir Lanester à la ferme de Saint-Niau, Nature et Loisirs 56 avec la fabrication de produits d'entretien naturel, un sortie nature sur les plantes sauvages et un jardidon (bourse d'échanges de plants, graines et fruits). Ces animations sont programmées dans de nombreuses communes de l'Agglomération, comme à Riantec et Gestel avec Eau et Rivières de Bretagne, Quistinic avec l'association La Floppée, Pont-Scorff (troc et plantes), ou encore une journée d'animation sur Locmiquélic ou une conférence sur le jardin à Lanvaudan.



Programme complet sur www.lorient-agglo.bzh

29 et **30** mars

THÉÂTRE 📍 Lorient

Le quotidien de l'usine



Ouvrier à la chaîne dans les conserveries de poisson et les abattoirs bretons, Joseph Ponthus écrit jour après jour, sans ponctuation, ligne après ligne, un long poème en prose et raconte le quotidien de l'usine : épuisant, bruyant, répétitif et abrutissant, mais aussi noble, fraternel, nécessaire. Katja Hunsinger et Julien Chavrial rendent hommage à Joseph Ponthus qui voulait que ce texte « fasse sa vie ». Le livre *À la ligne* avait obtenu le Grand Prix RTL/Lire www.theatredelorient.fr

EVÉNEMENT

CARNAVAL DE LORIENT : LA RUE EST À VOUS !

Chars ouvragés et colorés, déguisements variés, confettis et bonne humeur : depuis plus de vingt ans, le carnaval de Lorient réunit petits et grands pour un défilé à thème dans les rues du centre-ville. Près de 2 000 personnes se prêtent au jeu du déguisement et une trentaine d'associations de quartiers ou d'écoles rivalisent de créativité pour construire des chars en lien avec le thème choisi : les quatre saisons. Dès janvier, les petites mains s'activent pour découper, coller, scier, poncer et peindre les formes en carton, en bois ou en tissu qui donneront vie au thème choisi sur les chars. En plus des participants au défilé, le carnaval de Lorient attire des centaines de spectateurs et mobilise une dizaine de troupes professionnelles pour animer la journée : danse, musique, arts de la rue... C'est devenu un rendez-vous populaire d'envergure pour Lorient. Et après deux années de crise sanitaire, il est d'autant plus nécessaire de retrouver la fête dans la rue.

Carnaval de Lorient
Le 26 mars
Parcours entre la place Alsace Lorraine, Place d'Armes et le miroir d'eau

www.lorient.bzh



© Ville de Lorient

15, 16 et **17** avril

MUSIQUE 📍 Rive gauche

Du blues sur la rade

Le festival Blues en rade propose un mélange d'événements gratuits et payants, différentes couleurs de ce style musical plus que centenaire, des propositions acoustiques et d'autres électriques. Point fort du festival la diversité des lieux d'accueil et leur formule : soirée cabaret à Port- Louis, médiathèque, chapiteau et salle Artimon à Locmiquélic, salle audiovisuelle à Riantec. À noter la venue de Slam Allen (États-Unis), le grand retour de l'emblématique groupe breton Doo The Doo ou encore Mr Tchang, « le Jackie Chan de la six cordes ».

À noter que le 5 mars, en préambule du festival, l'association organise un concert à la salle Artimon de Locmiquélic avec la venue de Mac Arnold, un des derniers bluesmen « historiques » à se produire sur scène.

Plus d'infos : www.facebook.com/bluesenrade



© DR

ANIMATIONS

EN IMMERSION DANS UN SOUS-MARIN



© Yann Zecchia

Sur le site de Lorient La Base, plongez au cœur de l'aventure océanique à la Cité de la voile Éric Tabarly et découvrez le véritable sous-marin *Flore-S645* et son musée ! La Cité de la voile vous propose un parcours interactif ponctué de nombreuses manipulations, films, espace jeux enfants 3-6 ans, cinéma dynamique 4D, espace consacré à Éric Tabarly... Pendant les vacances scolaires, des animations complètent votre visite : médiation sur Éric Tabarly, quizz participatif, ateliers en famille... Au sous-marin *Flore-S645*, découvrez une exposition sur la vie à bord, le fonctionnement de ces mystérieux bateaux militaires et terminez par la visite audioguidée du sous-marin. Deux jeux de piste sur tablette pour adultes et enfants animent votre visite.

<https://lorientlabase.fr>

MARCHÉ NORDIQUE

« Marcher à quatre pattes mais debout »

Entraîneur au LAC, Lorient athlétisme club, Jean-Marie Saint-Omer nous explique toutes les vertus d'un sport qui sollicite presque tous les muscles.



©DR

Un sport venu du froid

Pas de surprise. La marche nordique nous vient des pays scandinaves (la Finlande) où elle est pratiquée l'été par les skieurs de fond, tout comme le font les biathlètes avec les skis à roulettes en montagne. Cela permet d'entretenir le physique et la technique en l'absence de neige. Arrivée en France dans les années 2000, la marche nordique a séduit de nombreuses personnes, y compris parmi les plus jeunes.

Une discipline à part entière

La marche nordique est une discipline reconnue par la Fédération française d'athlétisme (FFA) au même titre que d'autres sports plus classiques comme la course à pied, le saut en hauteur ou le javelot. Il existe des compétitions de marche nordique et des challenges régionaux et nationaux. Mais ces épreuves sont rares : la preuve, la première compétition officielle dans le Morbihan se déroulera à Lorient le 19 mars au stade Pouillot.

Circuit ou nature

La marche nordique peut se pratiquer en circuit, comme c'est le cas des licenciés du LAC qui se retrouvent deux ou trois fois par semaine au stade Pouillot à Lorient afin de bien intégrer le geste. Mais bien sûr les adeptes aiment à se balader bâtons en mains, comme le ferait un randonneur, pour des virées de 10 à 15 km.

Une alternative à la course à pied

Ancien coureur à pied, Jean-Marie Saint-Omer, s'est mis à la marche nordique suite à des douleurs aux genoux.

« L'impact au sol est moins fort, explique-t-il. Cela permet de travailler son endurance fondamentale en sollicitant moins les appuis. » La marche nordique lui a même permis de trouver une foulée plus légère et de se remettre au jogging. « Je conseille à tous les coureurs d'alterner les deux types d'entraînements. »

90 % des muscles sollicités

« La marche nordique, c'est marcher à quatre pattes mais debout. » La discipline sollicite 80 à 90 % de la masse musculaire au point que l'on découvre des muscles que l'on ne connaissait pas. Au Lorient Athlétisme Club (LAC), elle est intégrée au pôle athlé forme et santé où l'on retrouve la randonnée et des séances de remise en forme. Mais plus que la performance, on recherche le geste parfait, « source de satisfaction et même d'émotion », explique Jean-Marie Saint-Omer.

Des bienfaits insoupçonnés

Dans son livre, *La Marche nordique facile*, Jean-Marie Saint-Omer énumère une longue liste d'aspects positifs de la marche nordique : la socialisation, la dépense énergétique, l'amélioration du rendement des systèmes cardio-respiratoires, l'activation de bonnes hormones (dopamine, adrénaline, sérotonine...) ou encore l'augmentation de la confiance en soi.

La Marche nordique facile, par Jean-Marie Saint-Omer, éditions Médicis. Disponible en librairie.

RENDEZ-VOUS

On fêtera Saint Patrick le 17 mars

Mieux comprendre cette fête irlandaise avec Pdraig Larkin, patron irlandais du Galway Inn à Lorient

Une fête nationale en off

C'est au départ une fête religieuse qui célèbre saint Patrick, le saint patron de l'Irlande. Saint Patrick aurait évangélisé l'Irlande, s'inspirant d'un trèfle pour expliquer le concept de la Sainte Trinité. Fériée depuis 1903, la journée du 17 mars est un peu notre fête nationale non officielle, qui permet aux Irlandais de revendiquer leur différence.

© Josiane Grand-Collas

Le vert de rigueur

Pour la Saint Patrick, on doit porter quelque chose de vert : cravate, veste, broche... Même si cette idée serait venue de New York, c'est une idée poussée à l'extrême, comme souvent aux États-Unis. Chicago va jusqu'à teinter sa rivière en vert pour l'occasion. Le vert fait référence au trèfle et à la rébellion irlandaise de 1798.

Une fête pour faire la fête

À mon époque, la Saint Patrick était l'occasion de grandes messes dans toutes les églises, suivies de parades et défilés. Pour moi, c'est très important, c'est une journée où l'on se lâche, on fait quelque chose d'irlandais : on mange un irish stew, on met de la tourbe dans la cheminée, on goûte les bières irlandaises ou l'irish coffee, on se retrouve au pub pour faire la fête, chanter, jouer de la musique...

Une fête mondiale

La Saint Patrick déplace des foules impressionnantes, même à l'étranger. New York accueille la plus grande parade sur la 5^e Avenue, avec chars, bagadoù, défilés et plus de 2 millions de spectateurs. À San Francisco, Boston, Chicago aussi, on fête la Saint Patrick, jusqu'à Lorient où l'on peut assister à des défilés et à une très chaleureuse ambiance dans les pubs. Tous les ans on propose des concerts, des ceili fest noz, des animations, notamment grâce au jumelage entre Lorient et Galway.

LA SAINT PATRICK À LORIENT, c'est le samedi 12 mars

Démonstrations et initiations aux danses traditionnelles irlandaises, sessions musicales, présence d'artistes irlandais et du Pays de Lorient. Comme chaque année, les pubs et les boutiques lorientaises se mettront également au vert pour célébrer à l'unisson cette grande fête populaire irlandaise.

En savoir + sur la Saint Patrick à Lorient : www.lorient.bzh