

Rendez-vous MARS



jusqu'au 11 « LA LUTTE CONTRE LE CANCER »

EXPOSITION

Médiathèque
Lamartine

Exposition proposée par le Comité Lozère de La ligue contre le cancer. Vernissage le 1^{er} mars à 17h. *Entrée libre. Renseignements : 04 66 65 36 66.*

jusqu'au 3 VACANCES D'HIVER

JEUNESSE

Antirouille et
Fontanilles

Les 2 et 3 à 13h30 : cuisine, poker et tournois FIFA à Fontanilles. *Tarif : 1 €.* Accueil et activités libres pour les 11-17 ans les après-midi du lundi au vendredi. *Inscriptions et renseignements : 04 66 42 61 47.*

mercredi 1^{ER} L'HISTOIRE DE LA CATHÉDRALE ET L'USAGE DES GARGOUILLES

PATRIMOINE

Départ de l'OTI
15h30

Découverte de l'histoire de la cathédrale et de l'usage des gargouilles suivie d'un atelier manuel de confection d'une gargouille en argile. Matériel fourni. Repartez avec votre création. Nombre de personnes limité. *Durée : 2h, tarif: 5€/enfant, gratuit pour l'accompagnant dont la présence est obligatoire. Inscriptions obligatoires : 04 66 94 00 23.*

du 2 au 28 « PRINTEMPS DES POÈTES »

LITTÉRATURE

Médiathèque
Lamartine
Entrée libre
Renseignements :
04 66 65 36 66

Jeu 2 à 20h : Soirée poético musicale proposée et animée par le Centre Poétique Léon Bourrier en présence des chanteurs Fabrice Léonard, Michel Gazagne, etc., suivie d'une scène poétique sur le thème des « Frontières ». **Mardi 14 :** > 16h30 : Remise des Prix des Jeux Poétiques Mendois 2023, dont le grand prix de la Ville de Mende. Proposée par le Centre Poétique Léon Bourrier en partenariat avec Les Amis de la médiathèque Lamartine.



> 17h30 : Danièle Nicolas et Jean-Vincent Martinez du duo « CouLémo » des Hautes Cévennes présenteront leur spectacle de poésie et contrebasse, suivi du verre de l'amitié. **Du 14 au 28 :** Exposition « De pas à pages... » des poèmes primés au concours Jeux Poétiques Mendois 2023, organisé par le Centre Poétique Léon Bourrier, en partenariat avec les Amis de la médiathèque Lamartine.

vendredi 3 VISITE GUIDÉE DE LA CATHÉDRALE ET DE SON CLOCHER

PATRIMOINE

Départ de l'OTI
10h
Renseignements :
04 66 94 00 23

Découvrez la cathédrale Notre-Dame et Saint-Privat puis gravissez les 240 marches du clocher nord avec notre guide. Nombre de personnes limité. *Accès au clocher interdit aux - de 10 ans. Durée : 2h, tarif: 5€/adulte, 3€/enfant de 10 à 18 ans.*

vendredi 3 VISITE GUIDÉE DU CENTRE HISTORIQUE

PATRIMOINE

Départ de l'OTI
15h

Visite du centre historique de Mende et de l'ancienne pharmacie. Nombre de personnes limité. *Durée : 2h, tarif: 5€/adulte, 3€/enfant de 10 à 18 ans, gratuit jusqu'à 9 ans inclus. Renseignements : 04 66 94 00 23.*

Rendez-vous MARS



les 4 et 5 « ONZE ROAD AGAIN »

CONCERT

Théâtre de Mende

Samedi à 14h et 20h
Dimanche à 14h30

Onzième édition des concerts de l'association 48 de Cœur : chanteurs, musiciens et danseurs reprennent les plus grands tubes de la chanson française et étrangère pour la bonne cause : la recette du spectacle sera reversée à l'association des Restos du cœur de la Lozère. *Tarif : 18 €. Billetterie : Hyper U Cœur Lozère à Mende. Renseignements : association48decoeur@gmail.com*



dimanche 5 VIDE-GRENIER

VIDE-GRENIER

Halle Saint-Jean
7h à 18h

Vide-grenier organisé au profit des Amis de la maison de retraite de Chaldecoste. Buvette et restauration sur place. *Renseignements : 06 77 23 26 10.*

du 6 au 24 « FEMMES ET CRÉATION MUSICALE »

EXPOSITION

Maison de ma Région
8h30-12h/13h30-17h

Exposition proposée, dans le cadre du Mois de l'Égalité, sous forme de parcours historique pour s'interroger sur les principales raisons qui mènent les femmes à être, encore aujourd'hui, très minoritaires dans le secteur de la création musicale. Vernissage le mardi 7 mars à 18h. *Entrée libre. Renseignements : 04 67 22 89 51.*

mardi 7 « RIEUCROS : UNE NOUVELLE APPROCHE »

CONFÉRENCE

Salle Jean-Jaurès
17h30

Conférence proposée par le Centre d'Etudes et de Recherches Benjamin Bardy et animée par Michèle Descolongs. *Entrée libre. Renseignements : 04 66 65 24 46.*

mardi 7 « GEORGE BALANCHINE »

DANSE

Cinéma Le Trianon
19h45

Le cinéma Le Trianon vous propose le ballet « George Balanchine » en direct du Palais Garnier. *Renseignements : 04 66 94 01 10.*

mercredi 8 « DES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES CONJUGALES ET INTRA-FAMILIALES »

PROJECTION

Maison de ma Région
14h à 16h

Diffusion, dans le cadre du Mois de l'Égalité, du procès fictif sur les violences sexistes et sexuelles conjugales et intra-familiales.

Sur inscription au 04 67 22 89 51.

Rendez-vous MARS



du 9 au 8/04 « L'HYDRE UNIVERS TORDANT SON CORPS ÉCAILLÉ D'ASTRES »

EXPOSITION

Maison Consulaire
Mercredis : 15h-18h
Jeudis : 17h-20h
Samedis : 10h-13h

Saison Culturelle

Pour cette exposition, Emilie Losh a choisi de présenter des œuvres qui reflètent son intérêt pour les formes qui oscillent entre simplicité et complexité. En tentant de tirer le fil de son propre processus de création, Emilie s'interroge également sur la façon dont le vivant peut générer son propre souffle et le disperser en empruntant de multiples embranchements. Il s'agit là d'observer l'écheveau du monde, de prendre du recul ou de l'altitude puis de se rapprocher pour tenter d'en défaire les nœuds, d'en retrouver le point d'origine et renouer ensuite avec la beauté discrète des formes. *Vernissage jeudi 9 mars à 18h, en présence de l'artiste. Entrée libre. Exposition co-accueillie par L'Enfance de l'Art - Vallon du Villaret et le Théâtre de Mende.*



samedi 11 11^E « FÊTE DES PEUPLES »

FESTIVITÉ

Halle Saint-Jean
à partir de 18h

Soirée de rencontres, d'échanges et de partages entre Lozériens et personnes de différentes nationalités présentes sur le territoire. Au programme : danses portugaises et orientales, concerts et expositions de peintures et photos. Présence de structures gonflables. Repas (pâtes à la bolognaise, tarte et boisson) offert dans la limite de 600 personnes. *Entrée libre. Inscription obligatoire avant le 5 mars : fetedespeuples48@gmail.com – 04 66 49 24 60.*



mardi 14 « FEMMES ET MUSIQUE »

RADIO

Maison de ma Région
12h30 à 13h30

Emission radio en direct de la Maison de ma Région avec 48 FM, dans le cadre du Mois de l'Égalité. Avec la participation de compositrices contemporaines mais aussi d'un historien de la musique, spécialiste des compositrices d'avant le 20^{ème} siècle. *Sur inscription : 04 67 22 89 51 / maisonregion.mende@laregion.fr.*

mardi 14 « KARNAVAL »

CINÉ-CLUB

Cinéma Le Trianon
20h15
Renseignements :
04 66 65 38 84

Le Malambo est la deuxième danse traditionnelle en Argentine après le tango. C'est une danse réservée aux hommes chaussés de bottes solides. Le jeune Cabra prépare le Carnaval et sa compétition de Malambo. Pour acquérir une paire de bottes, il accepte de passer un colis en Bolivie... L'ambiance, c'est la plus grande force de ce film captivant et étonnant. C'est aussi un beau portrait d'adolescent face à ses défis. Une ode à la joie de vivre. *Drame argentin (2020) réalisé par Juan Pablo Felix proposé par le Ciné-club mendois.*

Rendez-vous MARS



jeudi 16 « SALON TAF »

EMPLOI / FORMATION

Espace événements
Georges-Frêche
9h à 17h

Ce salon, organisé par la Région Occitanie Pyrénées-Méditerranée, en lien étroit avec Pôle Emploi, la Mairie de Mende, la Mission Locale Lozère et ses partenaires, offre la possibilité à chaque visiteur quel que soit son statut, de pouvoir accéder en un même lieu à toutes les informations en matière de formation et d'activité professionnelle. Le but du salon est de permettre à chaque visiteur d'être accompagné sur la définition de son projet professionnel, de découvrir les offres de formations et de trouver un emploi en rencontrant directement les entreprises qui recrutent. *Entrée libre. Renseignements : 04 67 22 89 51.*

jeudi 16 « POURQUOI PAS ! »

THÉÂTRE MARIONNETTES

Espace des Angés
18h30
Renseignements
et inscription : OTI
04 66 94 00 23

Saison Culturelle

Ce n'est pas l'histoire d'un papa ou d'une maman, mais d'un PAPAN désireux d'avoir un enfant... Pourquoi ne serait-ce pas les papas qui donneraient naissance aux enfants, les nourriraient au sein, changeraient leurs couches et s'occuperaient d'eux pour leurs premiers pas dans la vie ? Ce spectacle doux et décalé bouscule gentiment nos a priori sur la répartition des rôles entre les parents. Duo pour un homme et une marionnette, Pourquoi pas ! Dépeint avec humour et sans parole cette relation enfant-parent, tendre et universellement partagée. *Spectacle co-accueilli avec la Ligue de l'Enseignement Fédération Lozère.*



du 18 au 1/04 « ÉTONNANTES VOYAGEUSES AUTOUR DU MONDE »

EXPOSITION

Médiathèque
Lamartine

Exposition proposée par le CIDFF Lozère à l'occasion de la Journée Internationale Pour Les Droits des Femmes. Vernissage le 24 mars à 17h30. *Entrée libre. Renseignements : 04 66 65 36 66.*

mardi 21 SOIRÉE COURTS-MÉTRAGES

CINÉMA

Salle Urbain-V
20h15

Films surprises à découvrir le jour de la séance. *Proposée par le Ciné-club mendois. Renseignements : 04 66 65 38 84.*

mercredi 22 « LES COLLECTIONS MUSÉALES DE LOZÈRE : CONSERVATION PRÉVENTIVE ET CURATIVE »

CONFÉRENCE

Salle Jean-Jaurès
17h30

Conférence proposée par le Centre d'Etudes et de Recherches Benjamin Bardy et animée par Isabelle Darnas, conservatrice en chef du patrimoine au conseil départemental de la Lozère. *Entrée libre. Renseignements : 04 66 65 24 46.*



jeudi 23 ATELIER CRÉATIF

ATELIER
Salle Benjamin Bardy
14h à 16h

Atelier créatif organisé par l'association France Alzheimer Lozère à destination des personnes malades accompagnées de leurs proches. Une animatrice et un bénévole vous accueillent autour des thèmes de l'expression et la création, de la confiance en soi, de l'échange et du partage, de la détente et convivialité et de la stimulation et du maintien des capacités. *Entrée libre. Renseignements et inscriptions : 04 66 65 92 32.*

samedi 25 « PIÈCE SANS ACTEUR(S) »

THÉÂTRE PERFORMANCE
Espace des Anges
20h30
Renseignements et billetterie
OTI : 04 66 94 00 23
Saison Culturelle

Si François Gremaud & Victor Lenoble partagent un goût pour le décalage et la poésie à peu de frais, ils ne lésinent surtout pas sur les possibilités d'agiter l'esprit du public. Hallucinations ? Simulation ? Suite à leur fructueuse première collaboration, « Partition(s) », ils ont manifesté le désir de poursuivre leur grisant et passionné dialogue sur les processus créatifs en écrivant une pièce de théâtre, sans acteurs. Pour autant, leur ambition n'en est pas moins que de faire un spectacle « drôle, simple, émouvant, poétique, philosophique ». C'est un rappel aussi qu'une décroissance de moyens n'engendre pas nécessairement une décroissance ni du plaisir, ni de la pensée. Élaboré à partir d'expérimentations et d'improvisations, ce théâtre est avant tout un théâtre de recherche et ne cesse de montrer combien le réel est fragile. *Avec le soutien de l'ONDA (Office National de Diffusion Artistique).*



mardi 28 « ACCOMPAGNER L'ENFANT ET L'ADOLESCENT DANS SES APPRENTISSAGES »

CONFÉRENCE
Salle Urbain V
20h30

Conférence proposée par l'association Naître et Grandir et animée par Catherine Legros, formatrice, conférencière et autrice, sur le thème : nourrir la confiance et la motivation des enfants et adolescents au quotidien. La conférencière abordera les points suivants : développer la confiance et l'estime en s'arrêtant sur ce qui fonctionne bien; comment par notre posture, nos paroles, nos questions stimuler l'autonomie donc la motivation de notre enfant ?; appréhender et renforcer les conditions nécessaires pour faciliter l'apprentissage de mon enfant. *Entrée libre. Renseignements : 06 62 55 85 93 / naitregrandir48@gmail.com.*

mercredi 29 « L'INSTINCT DE SURVIE »

CONFÉRENCE
Salle Jean-Jaurès
17h30

Conférence proposée par le Centre d'Etudes et de Recherches Benjamin Bardy et animée par Marie Candelot. *Entrée libre. Renseignements : 04 66 65 24 46.*

jeudi 30 « LA TENDRESSE »

THÉÂTRE
Théâtre de Mende
20h30
Renseignements et billetterie
OTI : 04 66 94 00 23
Saison Culturelle

Et si le cœur des hommes était aussi un foyer de tendresse, de sentiments et de vulnérabilités ? Pour La Tendresse – pensé en diptyque – Julie Berès et son équipe sont allés à la rencontre de jeunes hommes pour les questionner sur leur lien à la masculinité, à la virilité, à la façon dont ils se construisent dans leur sphère intime. Il y a eu la rencontre déterminante avec huit d'entre eux, issus de parcours (break, hip-hop, danse classique) et de milieux différents. À travers des fragments de pensées, de révoltes, de nostalgies paradoxales entremêlés de récits fictionnés avec les auteurs, le plateau devient un lieu performatif de partage où se dessine, par la puissance de la danse et l'engagement des corps, l'histoire de cette génération de jeunes hommes. *Avec le soutien de l'ONDA (Office National de Diffusion Artistique).*



du 31 au 2/04 « SALON HABITAT & IMMO »

IMMOBILIER
Espace événements
Georges-Frêche

Ce salon s'adresse aux particuliers qui ont des projets de construction, de rénovation, des besoins d'entretien ou des envies d'améliorations de leur habitat. *Organisé par la Ville de Mende en collaboration avec Tout un Événement. Entrée libre. Ouverture : vendredi de 14h à 19h, samedi de 10h à 19h et dimanche de 10h à 18h. Renseignements : 09 82 60 68 82.*



MAISON SOLIDAIRE Espace Jean Jaurès - 10, rue Charles Morel
Renseignements et inscriptions : Tél. 04 66 31 30 44 - Mail : maison.solidaire.cias@coeurdelozere.fr

Lieu d'accueil Enfant/Parent
« L'entre Deux » :
Espace convivial qui accueille les enfants âgés de moins de 6 ans accompagnés de leur(s) parent(s) ou d'un adulte référent.
Gratuit sans inscription
• Les lundis de 16h à 18h30
• Les mercredis de 9h30 à 12h
• Les vendredis de 9h30 à 12h

Jeudi 2 18h
Soirée belote et jeux de société
Venez à la belote et à des jeux de société. Buffet partagé. *Gratuit.*

Tous les lundis à partir du 6 14h
Echecs ou promenade
Optez pour une partie d'échecs ou une promenade. *Gratuit.*

Vendredi 10 et 24 14h à 16h
Atelier Dessin « Les arts solidaires »
René vous fait découvrir le dessin et ses techniques.
Sur inscription. Matériel fourni. Adhésion MS + cotisation annuelle 20 €.

Samedi 11 10h-12h
« Signer avec bébé » par Naître et Grandir
Rencontre autour de la langue de signes qui aide nos bébés à communiquer plus facilement. Accueil par Julie et Anne-Laure. *Gratuit. Renseignements et inscriptions (si possibles) : naitregrandir48@gmail.com*

Jeudi 16 13h30-16h30
Atelier linguistique anglais
Atelier linguistique ludique en anglais animé par la Velay Académie. Correspondance avec des Américains. *Gratuit. Sur inscription.*

MAISON DE QUARTIER FRANÇOIS MITTERRAND
Fontanilles - 14, Place de la Fraternité
Renseignements et inscriptions : Tél. 04 66 31 30 44 - Mail : maison.solidaire.cias@coeurdelozere.fr

Lundi 6 et 20 10h à 11h
Contelicot
Ateliers de comptines et découvertes d'albums pour parents et enfants de 3 jours à 3 ans. *Gratuit*

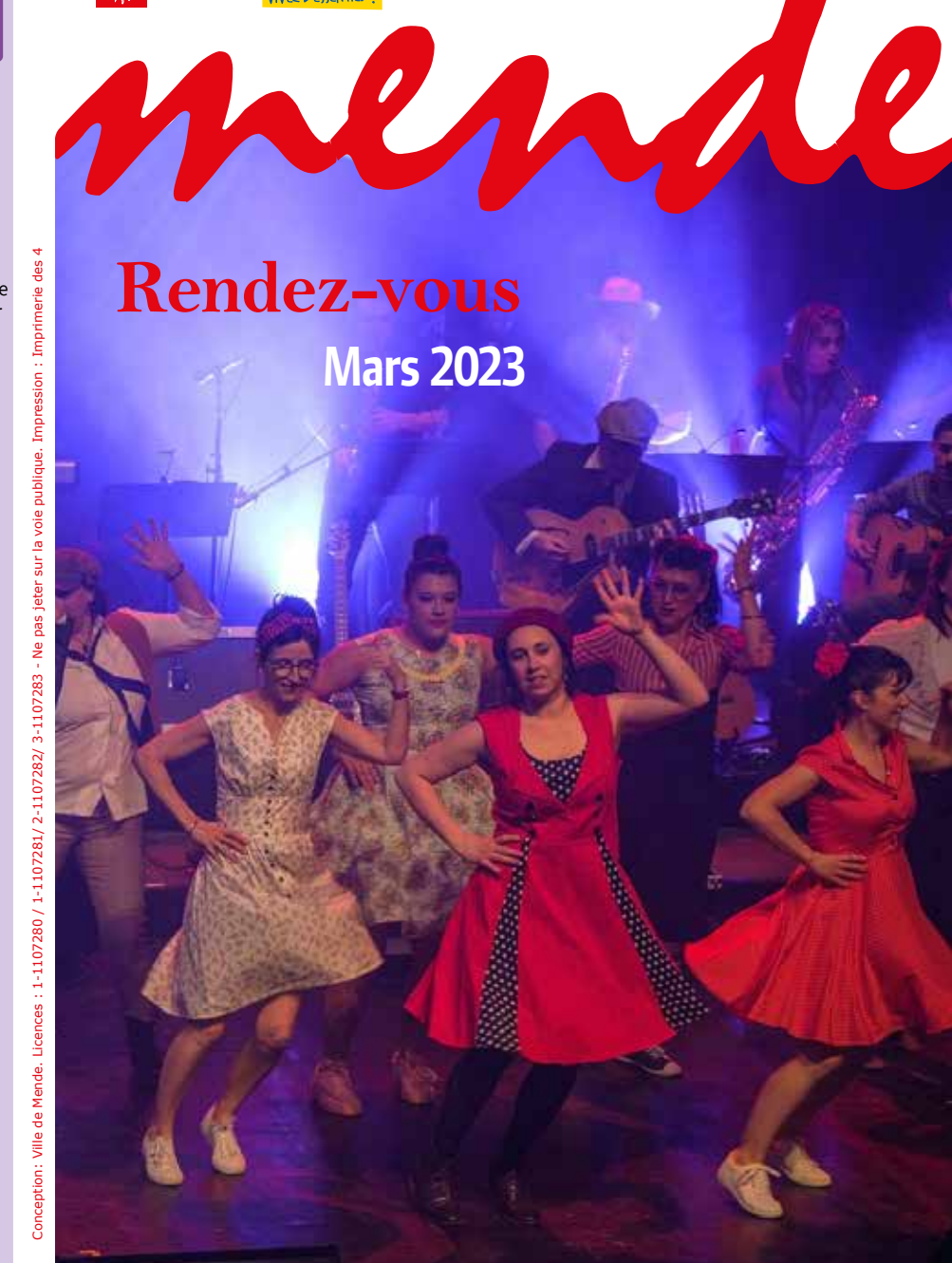
Vendredi 17 9h à 13h
Atelier échange de savoir-faire cuisine
Une adhérente de la Maison Solidaire vient vous initier à la confection d'une salade et toasts, filet mignon façon tajine et trifle à la pêche.
Tarif: 4 €/personne. Sur inscription.

Samedi 18 9h45-16h30
« CYCLO-SHOW » par Naître et Grandir
Naître et Grandir fait venir CYCLO-SHOW en Lozère ! Une approche originale, ludique et interactive pour aborder avec sérénité les changements du corps à la puberté, apprendre à respecter son corps et à se faire respecter. Pour filles de 10 à 14 ans accompagnées par leur maman, tante, marraine.... *Tarif: 30€/ duo. Renseignements et inscriptions : 06 62 55 85 93 / naitregrandir48@gmail.com*

Lundi 20 18h
Atelier jardinage
Echanges autour de la plantation de semis de tomates cerises.
Gratuit.

Mardi 21 17h30 à 19h
Papa/Maman, ce soir c'est moi qui cuisine !
Atelier culinaire pour les enfants de 17h30 à 19h puis prise du repas avec les parents.
Tarif: 5 €/enfant. Sur inscription.

Samedi 25 10h30 à 12h
Atelier percusion
Atelier percusion en partenariat avec l'ALPA.
Gratuit. Sur inscription.



Rendez-vous
Mars 2023

Conception : Ville de Mende. Licences : 1-1107280 / 1-1107281 / 2-1107282 / 3-1107283 - Ne pas jeter sur la voie publique. Impression : Imprimerie des 4

(*) : Participation de 1€ par personne.
Tarif annuel des adhésions de janvier à décembre : Habitants la Communauté de Communes « Cœur de Lozère » : 8 €/famille ou 5 €/personne.