

L'été en VAL DE LOIRE

MAGAZINE GRATUIT - EDITION 2026

ESCAPADES
CULTURELLES

LOISIRS
EN FAMILLE



Galas - Visites Matinales

Partez à la rencontre de l'Équitation de Tradition Française

Avenue du Cadre noir - 49400 St-Hilaire St-Florent
02 41 53 50 60 - visites.cadrenoir@ifce.fr
Billetterie : 02 41 53 50 80 - billetterie.cadrenoir@ifce.fr
www.cadrenoir.fr



le Cadre
noir Saumur
ifce

Pour **24,50€***

tes trajets en illimité

en Bus + Tram

avec Fil Bleu



**Commandez dès maintenant
votre carte sur filbleu.fr**

**Tarif incluant la prime transport de 50% minimum
remboursée par l'employeur.*



Syndicat
des Mobilités
de Touraine

Bus Tram Vélo Train

filbleu

Tours Métropole

02 47 66 70 70

filbleu.fr f @ o d

Sommaire

- 4 - 6 - 8** Agenda de l'été
- 9** Jeux : Mots croisés
- 10** Agenda de l'été
- 11** Jeux : Sudoku
- 12** Cinéma
- 13** Les villages de caractère à visiter absolument cet été
- 14-15** Vos activités en Val de Loire
- 16-17** 10 idées pour occuper les enfants pendant les vacances
- 18** Jeux : Mot mystère - Méli-mélo
- 19** Les plus belles boucles à vélo à faire en famille en Touraine
- 20** Horoscope de l'été
- 21** Jeux : Maître mot - Yakazu
- 22** Jeux : Mots fléchés
- 23** Montgolfière : vivre la Touraine vue du ciel
- 24** Les 10 plus beaux coins de baignade pour se rafraîchir en Val de Loire
- 26** Recette
- 28** Les bonnes questions à se poser avant de choisir une formation
- 29** Profitez de l'été pour recharger vos batteries... et vos ambitions
- 30** Quel profil êtes-vous ?
Trouvez la formation qui vous correspond
- 31** Alternance : apprendre un métier, gagner en expérience



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

Directeur général : Jérôme BECHY

Directrice de Régie Publicitaire :

Isabelle BUYTARD CHRETIEN - Tél. 06 43 85 35 21
isabelle.buytard@pressesdetouraine.fr

Conseillères en Communication

Responsables de secteur :

Mélissa NEVES - Elodie MAUBERT

Diffusion : 135 000 exemplaires



MA TOURS'N

TOURS'N
habitat

Elan

TOURS'N
services

TOURS'N
chic

J aime

VAL DE LOIRE

TOURS sport



IMPRIM'VERT®



Partez à la rencontre de l'équitation française



DESTINS LIÉS, LE NOUVEAU GALA

Rendez-vous dans le Grand Manège pour
«Destins liés», le nouveau gala du Cadre noir :
un voyage artistique à travers le temps, hommage
au lien éternel entre l'homme et le cheval.

Vendredi 24 et samedi 25 juillet à 21h

Dimanche 26 juillet à 16h

Vendredi 18 et samedi 19 septembre à 21h

Dimanche 20 septembre à 16h

LES MUSICALES DU CADRE NOIR

LE CADRE NOIR ET L'ORCHESTRE NOUVELLE EUROPE

En 2026, les Musicales accueilleront une collaboration
d'exception entre le Cadre noir de Saumur et l'Orchestre
de la Nouvelle Europe, autour d'un répertoire musical
issu de l'univers du cinéma.

Vendredi 16 octobre à 21h

Samedi 17 octobre à 21h

Dimanche 18 octobre à 16h

LES VISITES

La visite guidée classique : Visite des coulisses du Cadre
noir avec le grand manège, la sellerie et les écuries.

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.
(calendrier sur www.cadrenoir.fr)



le Cadre
noir Saumur
ifce

Avenue du Cadre noir - 49400 St-Hilaire St-Florent
02 41 53 50 60 - visites.cadrenoir@ifce.fr

Billetterie : 02 41 53 50 80
billetterie.cadrenoir@ifce.fr

www.cadrenoir.fr



Jusqu'au dimanche 13 septembre

Un été animé à la Cité Rétro-Mécanique Maurice Dufresne

Installé dans l'ancien Moulin de Marnay, vivez une immersion originale dans l'univers des véhicules anciens, des machines et du patrimoine industriel. Voitures, motos, avions, tracteurs et objets insolites, un site unique qui rassemble plus de 3 000 pièces de collection. Jusqu'au 13 septembre 2026, découvrez la grande exposition Playmobil® « L'Âge des Machines » : Une façon ludique et originale de redécouvrir l'histoire des machines et de l'industrie à travers des mises en scène créatives qui raviront les enfants comme les collectionneurs.

Autre temps fort : le célèbre Cluedo Géant, une enquête immersive à vivre en famille, les dimanches 26 juillet, 16 août et 27 septembre.

Pour les enfants, des ateliers « Création de voiture solaire » les 15, 22, 29 juillet, et les 5, 12 et 19 août.

Avec son parc ombragé, ses espaces de détente et son restaurant « Chez Jeannot », le musée offre une sortie conviviale et intergénérationnelle au cœur de la Touraine.

Infos et programme complet sur www.musee-dufresne.com

Moulin de Marnay - 17 route de Marnay - 37190 AZAY-LE-RIDEAU

02 47 45 36 18 - Ouvert 7j/7 de 10h à 19h - Gratuit moins de 10 ans - Restauration sur place.



Du 15 juillet au 22 août

La Conjuración d'Azay

Spéctacle immersif proposé par le Théâtre des Minuits

Suite au succès de l'édition 2025, les comédiens du Théâtre des Minuits et quelques 200 bénévoles reviennent cet été au château pour vous faire vivre et découvrir pour une nouvelle «Conjuración d'Azay». Nouveau scénario, nouveaux décors. Nous sommes en 1626. Le royaume de France est fragilisé par l'absence d'héritier.

Gaston de France, frère de Louis XIII, convoite le trône et s'oppose à l'autorité grandissante du cardinal de Richelieu. Manipulé par la duchesse de Chevreuse, il se retrouve mêlé à une conspiration visant le cardinal et le Roi. Réfugié à Azay-le-Rideau, Gaston tente d'oublier les tensions politiques en s'abandonnant à de fastueuses festivités, tandis que Louis XIII y envoie secrètement Marie de Médicis et Richelieu pour tenter de ramener à la raison le jeune prince. Sous les masques et la musique baroque, la menace persiste : la conspiration est-elle vraiment terminée, ou un assassin se cache-t-il parmi les danseurs ?

Tarif individuel : 21 € - Moins de 18 ans : 14 € - Moins de 5 ans : gratuit- Billet jumelé visite du château en journée / spectacle : 35 €
Les mercredi, jeudi, vendredi et samedi de 19h à 23h30 - Des départs sont proposés toutes les 10 minutes (dernier départ à 22h) - Durée du spectacle : 1h30
Château d'Azay-le-Rideau
www.azay-le-rideau.fr

Samedi 18 juillet

Jour de Cher - 10ème édition

Jour de Cher est un rendez-vous annuel qui mêle convivialité, propositions artistiques originales, et découverte du patrimoine naturel et patrimonial de la vallée du Cher. Venez à pied ou à vélo accompagner le défilé festif des radeaux, découvrir les maisons éclusières et les barrages à aiguilles, tenter votre chance au championnat du monde de lancer d'aiguilles, puis partager un repas convivial sur le pont avant d'admirer le spectacle pyrotechnique. Une 10ème édition spéciale anniversaire pleine de surprises, de retrouvailles avec des d'artistes que vous avez aimés et découverts lors des éditions précédentes de Jour de Cher mais aussi de nouveautés décalées, émouvantes, surprenantes. Au programme : Une dizaine de compagnies pour souffler nos dix bougies : Les Grooms, Johan Swartvagher, Bjorn Gottschall, Green Line Marching Band, Slow Park, La Charcuterie Musicale, Les Accords Léons, La cantine des Scouts, Cie Courir les Rues, Cie Après l'orage.

Saint-Georges-sur-Cher, Chisseaux, Civray de Touraine, Bléré La Croix en Touraine, Pierre et Athée-sur-Cher
Toutes les informations sur jourdecher.fr



Cet été, faites monde avec Rodin au Musée du Véron



Ève, Auguste Rodin, Exposition FAIRE MONDE - Musée du Véron © Les Musées Châlonnais Vienne et Loire

À Savigny-en-Véron, l'été 2026 s'annonce riche en découvertes au Musée du Véron. Jusqu'au 15 novembre, l'exposition « **Faire Monde #3 avec Rodin** » offre une rencontre inattendue entre les œuvres du célèbre sculpteur Auguste Rodin et le parcours permanent du musée. Dans ce dialogue entre art, anthropologie et patrimoine, les visiteurs sont invités à porter un regard nouveau sur les émotions, les relations humaines, le corps et notre manière d'habiter le monde.

Pendant tout l'été, le musée déploie une belle programmation destinée à tous les publics : familles, curieux, amateurs d'art ou simples promeneurs en quête d'une sortie originale. Ouvert tous les jours en juillet et en août, le site propose de nombreux rendez-vous pour découvrir autrement ses collections et son environnement naturel exceptionnel.

Des animations pour petits et grands

Dès le 1^{er} juillet, l'opération « **L'Été au musée** » lance la saison estivale avec une succession d'ateliers et de visites conçus pour explorer les collections de manière ludique et participative.

Les familles pourront notamment profiter des rendez-vous « **Mercredi Family** », des visites-ateliers où les enfants découvrent les œuvres à travers l'expérimentation, les jeux et les activités créatives.

Les amateurs de patrimoine et d'art apprécieront les visites guidées de l'exposition permanente « **Faire Monde** » ainsi que les rencontres autour des œuvres emblématiques du musée, dont certaines dialoguent avec les créations de Rodin. Cette programmation s'inscrit pleinement dans l'esprit du Musée du Véron, devenu en 2024 un musée d'anthropologie sociale et culturelle où l'art dialogue avec les modes de vie d'hier et d'aujourd'hui.



A VOS AGENDAS

Le 9 juillet : Soirée « **Observez les étoiles** », mêlant découverte scientifique et contemplation du ciel.

Le 17 juillet : Un étonnant Escape Game « **Le découpeur de statue** », inspiré de l'exposition temporaire.

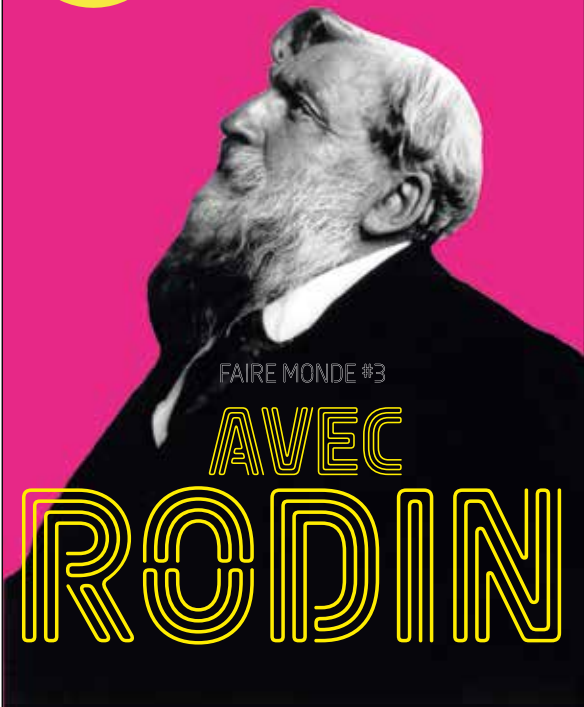
Le 22 juillet : « **Bébé au musée** », une visite sensorielle spécialement conçue pour les tout-petits et leurs parents.

Le 26 juillet : « **Jouez au Musée** », venez vous amuser en famille. Essayez le yoga des animaux, émerveillez-vous en écoutant des contes du monde et profitez de La Petite Kermesse, un mini-parc de jeux joyeux et poétiques. Testez votre adresse, votre sens de l'équilibre, aiguisiez votre curiosité au monde du vivant...



EXPO

JUSQU'AU 15/11 2026



FAIRE MONDE #3

AVEC

RODIN

L'ÉTÉ AU MUSÉE

Tout l'été, découvrez en famille le musée autrement.

Au programme : visites, ateliers et escape games.

> Chaque mercredi du 08/07 au 26/08 *

Visites et ateliers ludiques et sensoriels à vivre EN FAMILLE

> Chaque vendredi du 10/07 au 28/08 *

Visites classiques ou insolites, ateliers et escape games

*sur inscription au 02 47 58 09 05

Programme complet



museeduveron.fr

Musée du Véron - 80 route de Candes
37420 Savigny-en-Véron
02 47 58 09 05



Direction régionale
des affaires culturelles



TOURAINES
Le Département
has-vous-dans-gar!



FONDATION
CHINON
VIENNE
& LOIRE
Communauté de communes

Horaires d'ouverture :

En juillet et août, tous les jours
de 10h à 12h30 et de 14h à 18h

Du 1^{er} septembre au 15 novembre, tous
les jours de 14h à 18h. Fermé le mardi



un équipement
CHINON
VIENNE
& LOIRE
Communauté de communes

© Communication - Châlonnais Vienne et Loire - 2026 - Agence Meunier-BNF

L'été en Val de Loire - Juillet / Août 2026 5



Jeudi 23 juillet

Le fleuve ambulant

Une création théâtrale itinérante à vélo sur le thème de la Loire et son bassin versant. Le Fleuve ambulant c'est 3 descentes de la Loire à vélo de sa source à son embouchure. Un récit ludique, fantastique et débridé qui met en scène une famille qui, pour surmonter un moment difficile, décide de descendre la Loire à vélo. Un événement va faire basculer nos 3 personnages vers un monde onirico-fantaisiste, début d'une descente de Loire où la nature va s'incarner et les interpeller (l'eau, les poissons, les arbres, les algues, le sable, le vent, les écrevisses...). Au cours de ce voyage, ils vont se perdre, se retrouver, se révéler, se déborder, se réparer... et prendre conscience des enjeux environnementaux.

Gratuit
19h - Parc de la Tour à St Cyr sur Loire
Réservation : billetterie.saint-cyr-sur-loire.com

Les 25 et 26 juillet

Les Ilots Électroniques

C'est l'un des rendez-vous de l'été dans l'agglomération de Tours. Dès que le soleil revient, l'association investit les parcs et espaces naturels pour les transformer en pistes de danse. Les Îlots Électroniques organise depuis 2014 des événements musicaux gratuits dans les différents parcs de l'agglomération Tourangelle en après-midi. Deux espaces scéniques serviront d'accueil pour les artistes programmés. Un village associatif, un espace enfant, un espace restauration ainsi que deux bars seront là pour garantir un événement le plus agréable possible au public présent.

Gratuit
de 14h à minuit - Île Balzac à Tours

Mercredi 29 juillet

Balade nocturne à Esvres-sur-Indre

Participez à une balade nocturne au cœur de la nature, à la découverte des sons, odeurs et lumières de la nuit. Une expérience sensorielle unique pour observer la faune crépusculaire et découvrir le lieu sous un autre regard. Prévoir pique-nique, tenue adaptée à la météo, vêtements sombres et silencieux.

Tarifs : 12€ par adulte, 8€ pour les moins de 18 ans.
Uniquement sur inscription. Réservation au 09 81 33 98 17 / 06 85 26 09 02 ou resa@couleurs-sauvages.com, en indiquant (nom, prénom, mail, numéro de téléphone, nombre de places et âge des enfants)
RDV à 21h15, lieu communiqué à l'inscription.
www.couleurs-sauvages.com/agenda/balade-nocturne/



© Ville-de-Tours-F.-Lafite

Dimanche 26 juillet

Foire à l'ail et au basilic 2026

Tous les 26 juillet, et ce, depuis le Moyen-Âge, se tient le jour de la sainte Anne, la traditionnelle Foire à l'ail et au basilic de Tours. Organisée au cœur du quartier des Halles - Grand marché - Victoire et sur la place Châteauneuf, elle regroupe environ 100 exposants. Producteurs d'oignon, d'ail, de basilic, commerçants sédentaires, restauration sur place... Venez nombreux découvrir leurs divers produits !

À l'occasion de la Foire à l'Ail et au Basilic, la circulation et le stationnement seront réglementés à partir du 26 juillet à 0 h 10 jusqu'au 27 juillet à 1h, dans le quartier Halles - Grand Marché - Victoire.

Gratuit
de 8h à 19h - Place Châteauneuf à Tours

Les 30 juillet et 13, 27 août

Concert Allongé

Romances chantées au temps de Balzac avec Delphine Doriola, soprano lyrique et Florent Sepchat / Floriane Héritier, accordéon (en alternance)
Accordéon et voix lyrique vous offrent une parenthèse de douceur, à l'écoute de mélodies sources d'inspiration pour les héroïnes balzaciennes. Dans les cercles artistiques qu'il fréquentait, Honoré de Balzac a croisé compositrices et compositeurs que ce concert fait converser amoureusement autour des récits du romancier. Allongés dans un transat, immergez-vous dans cet univers et traversez la palette des émotions que déclenche la musique dans l'œuvre de Balzac.

Tarifs : 13,50 € / 12,50 € / 8 € (entrée du musée incluse) par du Musée Balzac à Saché (en cas d'intempéries, le concert est donné dans la grange du château)
Réservation obligatoire : <https://billetterie-musee-balzac.departement-touraine.fr/detail-activite/concert-allonge>
Renseignements : 02 47 26 86 50 ou museebalzac@departement-touraine.fr



VIVEZ LA LÉGENDE !

Le grand
spectacle
vivant de
Touraine

4 juillet au
15 août 2026

à 20 min de Tours

La Scénoféerie Semblançay



www.scenofeerie.fr

Un spectacle
unique à vivre
en famille

Du 31 juillet au 2 août

Festival Yzeures'N'Rock 2026

Le festival Yzeures'n'Rock est un événement musical estival devenu incontournable en Indre-et-Loire, à Yzeures-sur-Creuse. Il se déroule chaque année fin juillet / début août, généralement sur trois jours, et propose une programmation éclectique qui met à l'honneur des artistes reconnus, des talents émergents et des découvertes locales, avec en tête d'affiche : Gims, Gaëtan Roussel, Lilly Wood and the Prick, Jean-Louis Aubert, Boulevard des Airs... Entre rock, pop, électro, hip-hop et rap, le festival attire un public nombreux autour d'une ambiance conviviale, festive et chaleureuse, avec camping, restauration, parking et concerts jusqu'à tard dans la nuit.

Informations, programme complet et billetterie : yzeuresnrock.com



Du 2 au 4 août

Les Médiévales de Chinon

Revivez le Moyen Âge à travers des animations et des spectacles pour toute la famille. Pendant trois jours, des animations en continue et plusieurs temps forts vous attendent :

- du combat et des cavaliers émérites ;
- des artistes passionnés qui vous transmettent les secrets des bâtisseurs du Moyen Âge ;
- de la musique entraînante ;
- de la reconstitution historique de très grande qualité ;
- des ateliers pour les enfants ;
- Et bien d'autres surprises !

Pour cette nouvelle édition, le nombre d'artisans présents sera plus important. Vous pourrez repartir avec des souvenirs de qualités de cette édition 2026 des Médiévales de Chinon. Restauration sur place en continue

Tout public
Tarifs : 15€ et 13€
Forteresse Royale de Chinon
billetterie-forteresse-royale-chinon.departement-touraine.fr



© Matt Benson



Lundi 3 août

Balade à vélo

Partez à vélo pour une grande découverte du street-art dans Tours avec un guide conférencier. Au fil des petites rues, des berges, des ponts et dans différents quartiers emblématiques, vous découvrirez les nombreuses œuvres qui ont trouvé leur place dans la ville, avant de rejoindre le Quartier des Arts du Vieux Tours. Il abrite depuis plus de 40 ans une vingtaine d'ateliers d'artistes, artisans et galeristes. Parcours facile de 12 km, pour un large tour d'horizon du street-art dans Tours et un voyage urbain à vélo haut en couleurs.

12 km, pour un large tour d'horizon du street-art dans Tours et un voyage urbain à vélo haut en couleurs.

Tarif : 10€ (Le prix ne comprend pas la location de vélo, l'eau et les affaires personnelles.)
Nombre de participants limité à 12 - Age minimum : 15 ans (sous la responsabilité des parents)
Jeudi 9 juillet de 9h30 à 12h - Lundi 3 août de 16h à 18h30
Rendez-vous 55 rue Bernard Palissy à Tours
Réservation : www.tours-tourisme.fr/preparez-votre-sejour/balades-a-velo/a-velo-tours-cote-street-art/

Les 8 et 9 août

Joutes Equestres au Château du Rivau

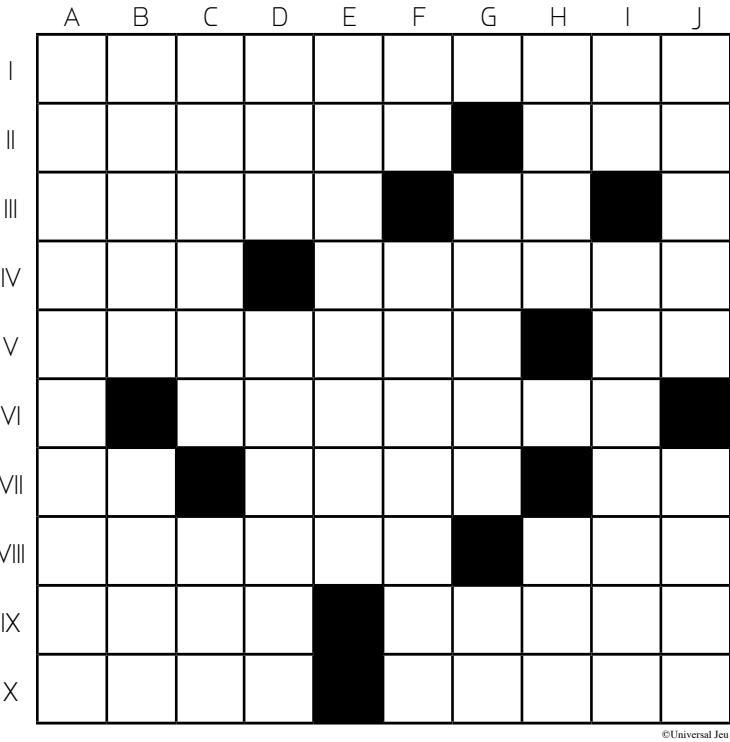
Revivez le temps des tournois de chevalerie et vibrez aux exploits des valeureux chevaliers qui s'affrontent dans les douves du Château à quelques mètres de vous ! Pour la 17ème édition, le Château du Rivau affronte le Château de Langeais dans un tournoi spectaculaire où les seigneurs des deux châteaux combattent en armure comme au XVe siècle. Participez également aux nombreuses animations médiévales (initiation au combat chevaleresque, adoubs, campement médiéval, jeux d'adresse, artisans d'art inspirés par le Moyen Âge, marché médiéval, location de costumes) pour le bonheur de toute la famille.

3 tournois spectaculaires par jour, animés par la Chevalerie initiatique, se dérouleront dans les douves du Château !

Restauration sur place à la Table des Fées et au restaurant gastronomique le Jardin Secret.

Tarifs Joutes : Adultes (14€), enfant de 5 à 18 ans (8€), Étudiants, sans emploi (10€), Forfait famille : 40€ à 44€
Château du Rivau - 37120 Léméré
Infos : <https://www.chateaudurivau.com/fr/>

Mots croisés



HORIZONTALEMENT

I. Trahison. **II.** Confiserie espagnole. Mets asiatique. **III.** Ecrivain norvégien. Vieil accord. **IV.** Venue au monde. Fantassin. **V.** Hautes. Bourgade de Bourgogne. **VI.** Escarpement calcaire de Saône-et-Loire. **VII.** Visrteuse. Laitue de mer. Lycée professionnel. **VIII.** Singer. Vague humaine. **IX.** Met au point. Canal. **X.** Ville de Hongrie.

VERTICALEMENT

A. Parcours descriptif. **B.** Chimiste suédois. Brouillard dense. **C.** Projectiles. Poisson coloré. **D.** Courroux. Cintere. **E.** Jeune prétentieuse. **F.** Adverbe. Productions artistiques. **G.** Pour chasser. Possessif. **H.** Souverain du peuple quchua. Dialecte. **I.** Tellure. Instruments à cordes. **J.** Touchées en plein cœur. État du Brésil.

Retrouvez les solutions en page 10

©Universal Jeu

II AU 16
AOÛT
2026

53^e FESTIVAL
DE MONTOIRE

LOIR-ET-CHER

les cultures
du monde

AZERBAÏDJAN • CORÉE DU SUD
INDE • MEXIQUE • NOUVELLE ZÉLANDE
SLOVAQUIE • SLOVÉNIE • SULAWESI
TAHITI • URUGUAY • USA

02 54 85 35 16
WWW.FESTIVAL-MONTOIRE.COM

L'été en Val de Loire - Juillet / Août 2026 9

Du 14 au 16 août

Fête des peintres et sculpteurs à Montrésor

Plongez au cœur de la création artistique dans un cadre exceptionnel à Montrésor, lors d'une grande exposition en plein air réunissant 114 peintres, sculpteurs et photographes venus de plus de 20 départements français. Pendant trois jours le Pré du Bélier se transforme en véritable galerie à ciel ouvert, offrant une promenade artistique riche en découvertes et en émotions. Vous pourrez y rencontrer des artistes passionnés et échanger autour de leurs œuvres.

Gratuit
de 10h à 19h - le Pré du Bélier à Montrésor
www.peintres-montresor.com/

Les 22 et 23 août

Rue des Arts

La 8ème édition des RUES DES ARTS et ses Rendez-Vous d'Exception vous propose de déambuler au cœur du patrimoine remarquable de Beaulieu-lès-Loches, labellisé «Petite cité de caractère» et «Ville et Métiers d'Art». Un parcours de 2,5 km mènera le public dans les ateliers d'art, l'église, le moulin, les bâtiments caractéristiques, les maisons et les jardins de particuliers... qui seront les écrans des expositions. Venez à la rencontre de 65 artisans d'art et artistes aux savoir-faire remarquables, sélectionnés pour l'exigence de leurs créations uniques. Ils vous accueilleront dans la bonne humeur pour vous faire découvrir leurs métiers d'exception. De nombreuses démonstrations et ateliers découvertes* sont au programme : Poterie, mosaïque, filage du verre au chalumeau, émail sur métal, vannerie, gravure, soufflage du verre, marqueterie...

*ateliers découvertes sur inscription (réservation à partir de juillet sur notre site)

de 10h à 19h - à Beaulieu-lès-Loches
www.rues-des-arts.fr

Du 11 au 20 septembre

Touraine Jazz Festival

Le Touraine Jazz Festival fête ses 40 ans à Montlouis-sur-Loire avec une édition anniversaire placée sous le signe des grandes rencontres musicales et une programmation spéciale pour cet anniversaire. Depuis quatre décennies, le festival fait rayonner le jazz en Touraine en accueillant de grandes figures internationales, des artistes incontournables et de jeunes talents. Pour cette édition exceptionnelle, le public pourra découvrir une série de concerts mêlant tradition, créations contemporaines et projets originaux. Dans une ambiance conviviale et festive, plusieurs soirées musicales permettront de célébrer 40 ans de passion pour le jazz, entre découvertes, émotions et énergie live. Un rendez-vous incontournable pour tous les amateurs de musique, au cœur de la Touraine. En parallèle, le Village conserve son accès libre pour offrir un espace de convivialité et de restauration. Les premières dates de concerts sont déjà connues : le vendredi 18 septembre, la scène accueille le groupe Electro Deluxe et la formation soul The Buttshakers pour une soirée dédiée au groove.

Espace Ligéria et Magic Mirrors à Montlouis-sur-Loire
Programmation et réservation en ligne :
www.jazzentouraine.com



MOTS CROISÉS

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

YAKAZU

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

MOTS FLÉCHÉS

B	V	E	A							
D	E	T	E	C	T	I	V	E		
S	O	N	D	A	G	E	S			
S	T	U	C		T	U		C		
I	R	E	S		E	T	A			
F	A	N		C	E	S	A	R		
L	E	V	E	S		C	P			
D	E	S	O	L	A	N	T	E		
	O	R	L		U		E			
H	A	L	T	E	R	E	S			
R	E	R	E		O	P				
P	R	I	X		G	A	R	E		
E	L		A	N	I	E	R			
E	T	E	R	N	E	L	L	E		

BAIGNEUSE

MOT MYSTÈRE : TIRE-BOUCHONS

MÉLI-MÉLO : CANTAL, CHABIS, CHÈVRE

Solutions des jeux

MAÎTRE MOT

A	I	G	R	E	1
R	I	V	A	L	1
D	E	S	I	R	2
S	E	N	A	T	3
S	O	N	D	E	0
V	I	G	N	E	1
D	R	O	I	T	2
D	E	G	A	T	

SUDOKU

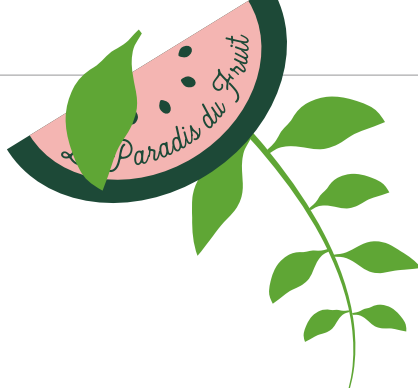
8	5	6	9	3	1	2	4	7
9	1	2	4	5	7	3	6	8
3	4	7	8	6	2	9	5	1
1	2	8	3	9	4	5	7	6
6	9	3	7	8	5	4	1	2
4	7	5	1	2	6	8	3	9
2	3	1	5	7	9	6	8	4
7	8	9	6	4	3	1	2	5
5	6	4	2	1	8	7	9	3

MOYEN

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

DIFFICILE

Sudoku



MOYEN

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

DIFFICILE

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

Voir les solutions en page 10

Cet été,
Goutez
 au
Paradis!

Le
PARADIS
 du
FRUIT

**BAR À JUS MINUTE
 GLACIER – BRUNCH
 RESTAURANT**

Une cuisine **fraîche, saine**
 et **gourmande** pour toute la famille
 et toutes les envies !

Des recettes créatives et savoureuses, préparées avec
 des **fruits et légumes frais de qualité** !

A PARTAGER SANS MODÉRATION

-10%

sur votre addition

Sur présentation de cette pub jusqu'au 13 septembre 2026.
 Offre non cumulable avec d'autres promotions en cours.

C.C. L'HEURE TRANQUILLE - TOURS - 02 47 38 03 96

Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour — www.mangerbouger.fr



L'odyssée

De Christopher Nolan
Avec Matt Damon,
Tom Holland, Charlize Theron

Sortie le 15/07/26

Après la guerre de Troie, Ulysse affronte un voyage périlleux pour retourner à Ithaque, rencontrant en chemin des créatures comme le Cyclope Polyphème, les Sirènes et Calypso.



Spider-Man : Brand New Day

De Destin Daniel Cretton
Avec Tom Holland, Zendaya,
Sadie Sink

Sortie le 29/07/26

C'est un tout nouveau jour pour Peter Parker. Dans un monde qui ne se souvient plus de lui, il poursuit sans relâche sa lutte contre la criminalité. Mais le sentiment d'avoir été oublié par ses amis qui avancent désormais sans lui provoque un changement chez Peter qu'il n'est peut-être pas en mesure de contrôler. Et pourtant, c'est cette mutation qui pourrait être sa seule chance de s'opposer à un adversaire terrifiant.



La fin d'Oak Street

De David Robert Mitchell
Avec Anne Hathaway, Ewan
McGregor, Maisy Stella

Sortie le 12/08/26

Lorsqu'un mystérieux événement cosmique arrache Oak Street à sa paisible banlieue et la transporte vers un lieu inconnu, la famille Platt, désorientée dans ce nouvel environnement hostile, comprend vite qu'il leur faudra rester unis pour survivre.



Tad l'explorateur et la lampe magique

De Enrique Gato

Sortie le 26/08/26

Tad et Sara sont désormais les heureux parents d'Oli, une adorable et intrépide petite fille de deux ans. Le bonheur de la petite famille fait un peu de l'ombre à Mornie, qui a l'impression de passer au second plan. Alors qu'en vacances à Londres la bande met la main sur la Lampe Merveilleuse des Mille et Une Nuits, Mornie formule un vœu inattendu : voyager dans le temps pour retourner à l'époque de sa jeunesse où tout le monde l'adorait. Tad, Sara et toute l'équipe n'ont alors d'autre choix que de partir à la poursuite de Mornie à travers le passé, avant que tout le cours de l'Histoire ne soit modifié...

Les villages de caractère à visiter absolument cet été

Prendre le temps de flâner dans une ruelle pavée, admirer une façade de tuffeau baignée de soleil, s'installer à la terrasse d'un café ou pousser la porte d'un atelier d'artisan... En Val de Loire, les villages de caractère offrent une parenthèse hors du temps. Véritables concentrés d'histoire, de patrimoine et d'art de vivre, ils invitent à ralentir et à savourer la douceur de l'été. Voici notre sélection des incontournables.

Montrésor, un joyau médiéval

Classé parmi les Plus Beaux Villages de France, Montrésor porte admirablement son nom. Dominé par son château et traversé par l'Indrois, le village séduit par ses maisons en pierre blanche, ses balcons fleuris et ses ruelles paisibles. Une promenade jusqu'aux berges offre l'un des plus beaux panoramas de Touraine.

Candes-Saint-Martin, entre Loire et Vienne

À la rencontre de deux fleuves, Candes-Saint-Martin est un véritable tableau vivant. Sa collégiale monumentale domine un dédale de ruelles fleuries où se mêlent maisons de tuffeau, galeries d'art et petites boutiques. À quelques pas, les quais invitent à une balade au coucher du soleil.

Crissay-sur-Manse, le charme de la Renaissance

Avec ses élégantes demeures des XVe et XVIe siècles, Crissay-sur-Manse est souvent considéré comme l'un des plus beaux villages de Touraine. Ici, le temps semble suspendu. On aime s'y promener sans itinéraire précis, en admirant les façades de pierre blonde et les jardins soigneusement entretenus.

Chédigny, le village des roses

Unique en France, Chédigny est le seul village à bénéficier du label « Jardin



remarquable ». Dès la fin du printemps et tout au long de l'été, plus d'un millier de rosiers habillent les façades, les venelles et les placettes. Une véritable explosion de couleurs et de parfums qui fait le bonheur des promeneurs comme des photographes.

Rochecorbon, entre Loire et troglodytes

Accroché au coteau ligérien, Rochecorbon dévoile un patrimoine étonnant. Habitations troglodytiques, caves creusées dans le tuffeau, panorama sur la Loire et vignobles composent un décor unique. Une halte idéale pour associer balade, patrimoine et dégustation des célèbres vins de Vouvray.

Cité royale de Loches

Plus qu'un village, Loches est une cité médiévale remarquablement préservée. Derrière ses remparts se dévoilent ruelles pavées, maisons à colombages, ateliers d'artisans et terrasses animées. Son imposant donjon et son logis royal en font l'une des plus belles escapades patrimoniales du Val de Loire.

Beaulieu-lès-Loches, la discrète

Séparée de Loches par quelques centaines de mètres seulement, Beaulieu-lès-Loches mérite pourtant une visite à part entière. Son abbaye, ses anciennes maisons de chanoines et son atmosphère paisible séduisent les amateurs de patrimoine authentique, loin des foules estivales.

Villaines-les-Rochers, le royaume de l'osier

Connu pour son savoir-faire ancestral, ce village est la capitale française de la vannerie. Plusieurs artisans ouvrent les portes de leurs ateliers pour faire découvrir un métier d'art transmis depuis des générations. Une visite originale, idéale pour repartir avec une création locale.



CANOË, KAYAK ET PADDLE

Ecosport 37

En famille ou entre amis, partez pour l'aventure et découvrez autrement le Val de Loire, patrimoine MONDIAL de l'UNESCO ! Immergez-vous au cœur de cet espace naturel protégé, découvrez de nombreuses espèces d'oiseaux, laissez-vous glisser sans bruit pour tenter d'apercevoir un castor... Prenez le temps qu'il vous faut sur les plages de Loire, admirez, imprégnez-vous de ce moment de détente et des merveilleux paysages que propose la nature. Profitez pleinement de votre journée, toutes nos descentes sont sans limite de temps !

Départ de Tours Centre ou Savonnières
Contactez-nous au 06 22 01 34 67 - www.ecosport-37.fr



VOS ACTIVITÉS en Val de Loire



1€

de réduction par adulte
sur la croisière promenade.

*Offre non cumulable, valable jusqu'au 30 septembre 2026, sur
présentation de ce coupon, uniquement sur la croisière promenade.

CHENONCEAUX EN BATEAUX

La Bélandre

Croisières promenades sur le Cher à bord d'une gabare traditionnelle, découvrez l'histoire de la construction du château de Chenonceau.

Croisières déjeuners et dîners jusque sous les arches et au-delà du plus grand et somptueux château Renaissance du monde.

Bateaux électriques sans permis : soyez CAPITAINE d'un jour.

2 bateaux pique-nique (8 et 12 places),

2 bateaux VIP (12 places) et un espace détente buvette snack.

CHISSEAUX

Maison Eclésiare de Chisseaux - Embarcadère : 10 rue de la Plage
02 47 23 98 64 - contact@labelandre.com - www.labelandre.com



PARC DE LOISIRS & GUINGUETTE

Parc & Guinguette Ligaya

Dans un cadre naturel de 7 hectares, le parc propose des activités inédites comme le karting aquatique électrique ou encore l'e-foil, qui permet de "voler" au-dessus de l'eau. Défi du Totem, gyropodes, trottinettes et quads électriques complètent une offre pensée pour tous les âges. Grande nouveauté : l'ouverture de la Guinguette Ligaya au bord de l'étang. Dans une ambiance convivial et chaleureuse, profitez d'une restauration de qualité et locale, de concerts et d'animations tout au long de la saison. Une expérience hors du commun entre loisirs, nature et moments de partage aux portes de Tours.

MONTLOUIS-SUR-LOIRE

1 Étang des Marais - Privatisation possible.

Renseignements au 07 84 92 91 60 - www.ligaya.fr  



VISITE DES CAVES & 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 belles Cuvées.

MONTRICHARD VAL DE CHER

75 rue de Vierzon - 02 54 32 35 15 - www.monmousseau.com
caves@monmousseau.com

Entre découvertes, loisirs et patrimoine

Que l'on soit amateur de grands espaces, passionné d'histoire, sportif, épicurien ou simplement en quête de moments privilégiés, le Val de Loire regorge d'expériences à vivre tout au long de l'été. Entre activités de plein air, découvertes insolites, balades au fil de l'eau et loisirs pour petits et grands, chacun compose son séjour au rythme de ses envies. Parce que les plus belles vacances sont celles où l'on prend le temps de découvrir autrement, laissez-vous inspirer par notre sélection d'activités incontournables.



-4€* DE RÉDUCTION
sur votre 1^{ère} partie avec le code
PT25BKTO4

*Valable du 6 juillet au 13 septembre 2026.

EXPÉRIENCES KARTING ET GAMING

BattleKart et Echo Squad Tours

À la recherche d'une sortie originale ? Direction Battlekart Tours où le jeu vidéo devient réalité. Ici, vous pilotez de véritables karts électriques sur une piste vidéo-projetée et interactive grâce à la réalité augmentée. Rockets virtuels, Foot, Snake, pool, ou défis coopératifs : de quoi vivre une aventure complète, interactive aussi amusante que palpitante et surtout safe ! L'expérience se poursuit avec Echo Squad, un action game qui vous propulse à bord du sous-marin « le Red Squid ». Les joueurs doivent unir leurs compétences pour relever les défis qui les attendent dans une immersion en réalité augmentée captivante où coopération et stratégie sont les maîtres-mots pour faire face aux dangers des abysses.

NOTRE DAME D'OÉ - ZA de l'Arche d'Oé - 3bis rue Olof Palme
02 46 65 61 56 - www.battlekart.com/fr/tours     



VISITE HISTORIQUE & ATELIERS

Forteresse de Montbazon

Vivez une expérience immersive au cœur du Moyen Âge ! Petits et grands pourront profiter d'animations captivantes : démonstrations de combat en armure, ateliers d'artisanat médiéval, tir à l'arbalète et spectacles vivants qui redonnent vie aux chevaliers et aux bâtisseurs d'autrefois. Les passionnés d'histoire comme les curieux apprécieront les visites guidées interactives, menées par des animateurs en costume d'époque.

Nouveauté 2026 : Des événements nocturnes conviviaux à partager pour vivre une aventure hors du temps : scène ouverte, banquets et soirée à thèmes... Préparez-vous à franchir les portes de l'histoire !

Réservations : 02 47 34 34 10 ou www.fortressedemontbazon.com
Restauration sur place - Parking gratuit
12-14 rue du Château - 37250 MONTBAZON



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 29 novembre.

SAVONNIÈRES
61 route des Grottes Pétrifiantes - 02 47 50 00 09
www.grottes-savonnieres.com

10 idées pour occuper les enfants pendant les vacances

Les vacances sont faites pour s'amuser, explorer et créer des souvenirs. Bonne nouvelle : en Val de Loire, les enfants n'ont pas le temps de s'ennuyer ! Entre châteaux et forteresses animés, aventures en pleine nature, balades au fil de l'eau et activités ludiques, l'Indre-et-Loire est un formidable terrain de jeux pour toute la famille. Voici notre sélection d'idées pour vivre un été riche en découvertes.

Devenir chevalier le temps d'une journée

Les châteaux et les forteresses ne se visitent pas seulement... ils se vivent ! De nombreux sites proposent des livrets-jeux, des parcours d'énigmes, des ateliers créatifs ou des animations médiévales qui plongent les enfants dans l'univers des princes, princesses et chevaliers. Certains domaines organisent même des spectacles, des visites costumées ou des démonstrations d'armes anciennes durant tout l'été.

Partir à la rencontre des animaux

Impossible de résister à une journée au plus près des animaux. Le célèbre ZooParc de Beauval est une excursion incontournable,



mais les fermes pédagogiques de Touraine séduisent également les plus jeunes. Nourrir les chèvres, observer les lapins ou découvrir le métier d'agriculteur : autant d'expériences qui rapprochent les enfants de la nature.

Rouler sur les itinéraires de « La Loire à Vélo »

Grâce à ses parcours sécurisés et son relief accessible, le Val de Loire est une destination idéale pour une balade à vélo en famille. Les pistes longent le fleuve, traversent des villages de caractère et offrent de nombreuses haltes pour pique-niquer ou déguster une glace en terrasse.

Glisser sur l'eau en canoë ou en bateau

Découvrir la Loire, le Cher ou la Vienne depuis l'eau est une aventure dont les enfants se souviendront longtemps. Canoë, kayak ou promenade en bateau traditionnel permettent d'observer la faune, les bancs de sable et les châteaux sous un angle inédit.

Forteresse de Montbazon

Vivez le Moyen-âge

Visites et saynètes animées,

En juillet et Août, ouvert tous les jours de 10h à 19h

Restauration sur place
Parking gratuit

12-14 Rue du Château
37250 Montbazon
 02 47 34 34 10

www.forteresse demontbazon.com

Vos rendez-vous de l'Été !

Tous les 1^{er} vendredis soirs du mois
 Scène Ouverte : Stand -Up, Magie, Musique

Soirées du 13 juillet et 14 août
 Banquets médiévaux avec troubadours, contes et magie à la lumière des flambeaux

29 & 30 août - Grand Tournoi du Faucon Noir
 10 ans après, le tournoi de Béhourd revient plus grand que jamais : combats, partage et immersion médiévale.

Le 3 octobre
 Chasse au trésor, énigmes et défis vous attendent !

1^{ER} LOT À GAGNER
 1 denier de 10g d'or

Faire le plein de sensations dans les parcours aventure

Ponts suspendus, tyroliennes, filets dans les arbres... Les parcs accrobranche accueillent les aventuriers de tous les âges avec des parcours adaptés aux plus petits comme aux adolescents. Une excellente façon de se dépenser au cœur de la nature

Explorer les mondes souterrains

Les caves troglodytiques, anciennes champignonnières et galeries creusées dans le tuffeau intriguent autant qu'elles fascinent. Ces visites offrent une agréable fraîcheur pendant les journées les plus chaudes et permettent de découvrir un patrimoine typiquement ligérien.



Profiter des bases de loisirs

Plages aménagées, baignade surveillée, pédalos, paddle, jeux aquatiques ou structures gonflables... Les lacs et bases de loisirs d'Indre-et-Loire sont les alliés des journées estivales en famille. L'occasion de mêler détente et activités sportives dans un cadre naturel.

Découvrir les Mini-Châteaux

À Amboise, les enfants peuvent admirer les plus célèbres châteaux du Val de Loire... en version miniature ! Une façon ludique d'aborder le patrimoine tout en s'amusant, grâce à un parc conçu à leur échelle.

Profiter des animations de l'été

Marchés nocturnes, spectacles de rue, cinémas en plein air, ateliers créatifs, guinguettes familiales ou fêtes médiévales rythment tout l'été en Touraine. Les offices de tourisme et les communes proposent un programme riche d'animations pour tous les âges.

Observer les étoiles ou s'envoler en montgolfière

Pour terminer les vacances en beauté, rien de tel qu'une expérience hors du commun. Une soirée d'observation du ciel, un pique-nique au bord de la Loire ou un vol en montgolfière au lever du soleil laisseront des souvenirs inoubliables à toute la famille.

Guinguette

DE MONTBAZON

Sur les rives de l'Indre, La Guinguette de Montbazon offre une véritable parenthèse estivale où convivialité, musique et bonne humeur sont toujours au rendez-vous !

Partagez une planche apéritive, savorez une cuisine gourmande et profitez d'une programmation animée cet été :

- **Les vendredis & samedis soirs :**
Concerts live, DJ sets et soirées festives.
- **Les dimanches midis :**
Déjeuners musicaux où gastronomie et musique se mêlent dans une ambiance décontractée.

Pour les kids :
Structures gonflables*, glaces et crêpes !

Ouvert 7J/7 midi et soir
Tapas tous les soirs à partir de 18h30*
Réservation obligatoire pour le restaurant au 02 47 26 29 17

Parc de La Grange Rouge
37250 Montbazon
PARKING GRATUIT
www.guinguette-montbazon.fr

Programmation des événements

Suivez nos actualités sur

* Selon météo

Mot mystère

C	H	E	L	E	M	H	T	S	I	L	A	I	S
E	R	E	D	N	A	U	R	T	G	T	I	L	I
X	A	T	S	I	U	C	E	T	E	R	A	C	H
C	D	A	L	D	V	E	S	I	L	N	E	H	C
U	O	R	I	N	R	E	E	B	O	O	U	A	R
S	U	T	P	A	R	C	R	G	S	S	L	N	O
E	B	S	A	T	O	A	A	T	E	P	A	G	F
R	O	C	S	D	R	T	I	N	I	N	P	E	H
E	U	U	E	E	N	G	R	N	A	R	S	M	E
I	R	U	T	E	M	E	E	V	E	S	T	E	S
F	R	E	P	A	R	E	R	U	I	T	A	N	S
R	E	N	F	L	E	I	V	E	O	N	T	T	O
E	L	A	S	A	N	E	R	V	I	S	U	E	R
A	R	C	E	A	U	A	R	R	O	B	E	S	E

MOT MYSTÈRE :
Ils libèrent les arômes

- ALPINE
ANDINE
ARCEAU
ARROBE
BOURRE
CÉTÉRACH
CHANGEMENT
CHELEM
CODEUR
CUISTAX
DIVERTIR
ENLISÉ
ESSORÉ
EXCUSE
FESSIER
FIÈRES
GÉLOSE
ISTHME
LIPASE
- NASALE
NERVIS
NIRVANA
ORCHIS
PENTAGONAL
PREUVE
RADOUB
RAINETTE
RARETÉ
RENFLÉ
RETAPÉ
RUSTRES
SIALIS
STATUE
STIGMA
STRATE
TERNES
TRUAND

Méli-mélo

En utilisant chacune des 18 lettres du tableau, formez 3 mots de 6 lettres. **Thème : fromage**

A	H	A	T	H	N
C	B	V	C	L	E
S	C	E	I	R	A

Retrouvez les solutions en page 10

SMART & SNACK
Food truck

PLANCHES APÉRO
PANINIS / FRITES
CRÊPES / GLACES
BOISSONS / VINS





Les Berges du Cher
37270 AZAY SUR CHER
06 07 39 43 59

Suivez nos actualités



Les plus belles boucles à vélo à faire en famille en Touraine

Et si les plus beaux souvenirs de l'été se fabriquaient... à vélo ? Entre Loire, vignobles, forêts et villages de caractère, l'Indre-et-Loire offre un terrain de jeu idéal pour les familles. Ici, les itinéraires sont accessibles, les paysages variés et les pauses gourmandes nombreuses. En selle pour une balade au rythme des vacances !



petites routes serpentent entre les rangs de vignes, les caves troglodytiques et les villages de tuffeau. Les parcours restent accessibles tout en offrant de magnifiques points de vue sur la forteresse et la vallée de la Vienne. L'occasion pour les parents de découvrir le terroir, tandis que les enfants profitent des grands espaces. Distance : 15 km environ.

La forêt de Loches : fraîcheur garantie

Lorsque les températures grimpent, la forêt domaniale de Loches devient un refuge apprécié. Les chemins ombragés permettent de pédaler à l'abri du soleil dans une ambiance paisible, ponctuée du chant des oiseaux. Plusieurs circuits balisés sont adaptés aux familles et offrent la possibilité d'observer la faune forestière. Distance : de 8 à 20 km selon les envies.

La Touraine fait partie des destinations françaises où le vélo est roi. Grâce à un relief peu marqué et à un vaste réseau de voies vertes et de petites routes peu fréquentées, petits et grands peuvent pédaler en toute sérénité. Le plus difficile ? Choisir sa boucle.

Autour de Villandry : jardins, Loire et nature

Au départ de Villandry, plusieurs circuits permettent de découvrir les célèbres jardins Renaissance tout en longeant la Loire et le Cher. Les chemins alternent entre digues, chemins agricoles et petites routes ombragées. Une sortie idéale pour une première balade en famille, avec de nombreuses occasions de faire une halte pour admirer le paysage ou pique-niquer au bord de l'eau. Distance : 12 à 18 km selon l'itinéraire.

Le lac de Rillé : une balade au cœur de la nature

Au nord-ouest de la Touraine, le lac de Rillé est une destination parfaite pour une journée en plein air. Une boucle facile permet de découvrir les berges, les espaces boisés et les zones humides où hérons, canards et autres oiseaux trouvent refuge. Les enfants apprécient

particulièrement les observatoires et les nombreuses activités proposées autour de la base de loisirs. Distance : environ 10 km.

Entre Amboise et les bords de Loire

Depuis Amboise, plusieurs parcours familiaux empruntent une partie de « La Loire à Vélo ». Les larges chemins offrent des panoramas exceptionnels sur le fleuve, les îles sauvages et le château qui domine la ville. La balade peut être ponctuée d'une pause glace en centre-ville ou d'une visite du parc des Mini-Châteaux, très apprécié des plus jeunes. Distance : 15 à 20 km.

L'île de la Métairie à Langeais

Moins connue, cette promenade permet de découvrir les paysages ligériens dans une ambiance paisible. Les chemins sont plats et accessibles, parfaits pour les jeunes cyclistes. Au détour d'un sentier, il n'est pas rare d'apercevoir des oiseaux ou des castors ayant laissé leurs traces sur les arbres. Distance : environ 8 à 12 km.

Le vignoble de Chinon en douceur

Qui a dit que les vignobles étaient réservés aux adultes ? Autour de Chinon, plusieurs



Une destination pensée pour les cyclistes

L'Indre-et-Loire bénéficie d'infrastructures particulièrement adaptées au tourisme à vélo. Aires de pique-nique, points d'eau, locations de vélos classiques ou électriques, remorques pour les plus petits et nombreux hébergements labellisés « Accueil Vélo » facilitent les escapades en famille. Les itinéraires sont bien balisés et permettent souvent de rejoindre facilement un château, un marché local ou une guinguette pour prolonger agréablement la journée.



Bélier
21 mars - 20 avril

Amour : L'été réveille ton tempérament passionné. Les célibataires pourraient vivre une rencontre aussi soudaine qu'intense. En couple, la relation gagne en spontanéité, à condition d'éviter les réactions impulsives qui pourraient provoquer quelques tensions. **Forme :** Ton énergie sera élevée tout au long de la saison. Tu auras besoin de bouger, de te dépenser et de relever de nouveaux défis. Veille toutefois à ménager des temps de repos pour éviter la fatigue en fin d'été.



Taureau
21 avril - 20 mai

Amour : Les sentiments sincères sont à l'honneur. Célibataire, tu pourrais être attiré par une personne rassurante et stable. Les couples profitent d'une belle harmonie et de moments simples qui renforcent leur complicité. **Forme :** Tu retrouveras progressivement un excellent équilibre. Les activités en plein air, les promenades et les plaisirs de la table contribueront à ton bien-être, à condition de ne pas en abuser.



Gémeaux
21 mai - 21 juin

Amour : Les rencontres se multiplient et ton charme fait mouche. Une belle surprise sentimentale pourrait naître d'une amitié ou d'un échange inattendu. En couple, l'humour et la communication renforcent les liens. **Forme :** Tu débordes d'énergie mentale mais risques parfois de t'éparpiller. Accorde-toi des moments de calme pour recharger tes batteries et éviter le surmenage.



Cancer
22 juin - 22 juillet

Amour : Les émotions prennent de la profondeur. Les célibataires pourraient vivre une rencontre marquante, tandis que les couples retrouvent une grande tendresse et une meilleure compréhension mutuelle. **Forme :** Ton équilibre passe par le repos et la sérénité. Les séjours près de l'eau ou les moments passés dans un environnement calme auront un effet particulièrement bénéfique.



Lion
23 juillet - 22 août

Amour : Tu rayannes et attires naturellement les regards. L'été favorise les coups de cœur, les déclarations et les rapprochements. En couple, la passion reprend toute sa place. **Forme :** Tu bénéficies d'une excellente vitalité. Ton enthousiasme est communicatif, mais attention à ne pas vouloir en faire trop au risque de t'épuiser.



Vierge
23 août - 22 sept.

Amour : Tu recherches davantage de sincérité que de grands discours. Une rencontre discrète mais prometteuse est possible. Les couples profitent d'un climat propice au dialogue et à la confiance. **Forme :** La forme est stable, à condition de ne pas laisser le stress prendre le dessus. Les activités douces et régulières seront particulièrement bénéfiques.



Balance
23 sept. - 22 oct.

Amour : L'amour occupe une place centrale cet été. Les célibataires multiplient les occasions de rencontre et les couples profitent d'une atmosphère romantique propice aux projets à deux. **Forme :** Tu retrouves un bel équilibre physique et mental. Les activités artistiques, les sorties et les moments de détente participent à ton bien-être général.



Scorpion
23 oct. - 22 nov.

Amour : Les sentiments sont intenses et passionnés. Une relation pourrait évoluer vers quelque chose de plus sérieux. Les couples vivent des moments forts qui renforcent leur attachement. **Forme :** Ton énergie est solide, mais les émotions pourraient parfois te fatiguer davantage que les efforts physiques. Pense à évacuer les tensions.



Sagittaire
23 nov. - 21 déc.

Amour : L'aventure est au rendez-vous. Une rencontre pendant un voyage ou une activité estivale pourrait marquer ton été. Les couples retrouvent enthousiasme et spontanéité. **Forme :** Tu es l'un des signes les plus dynamiques de la saison. Le mouvement, les découvertes et les activités sportives te permettront de conserver un excellent moral.



Capricorne
22 déc. - 20 janvier

Amour : Les relations sérieuses sont favorisées. Les célibataires pourraient construire quelque chose de durable, tandis que les couples consolident leur confiance mutuelle. **Forme :** Tu retrouves progressivement de l'énergie après une période exigeante. L'été t'encourage à ralentir le rythme et à profiter davantage du moment présent.



Verseau
21 janvier - 19 février

Amour : Les surprises sentimentales sont nombreuses. Une rencontre inattendue pourrait remettre certaines certitudes en question. Les couples retrouvent fraîcheur et complicité. **Forme :** Ton esprit est en pleine effervescence. Pour maintenir ton équilibre, pense à alterner activités stimulantes et moments de récupération.



Poissons
20 février - 20 mars

Amour : La romance est au rendez-vous. Les célibataires pourraient vivre une histoire douce et inspirante. En couple, la sensibilité et la tendresse renforcent les liens. **Forme :** Ton bien-être dépendra beaucoup de ton environnement. Le calme, la nature, la musique et les activités créatives seront tes meilleures sources d'énergie.

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.

A	I	G	R	E	1
R	I	V	A	L	1
D	E	S	I	R	2
S	E	N	A	T	3
S	O	N	D	E	0
V	I	G	N	E	1
D	R	O	I	T	2

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.

	3	4				1		
	1							
		2						
7		3						
			3	4			4	
		3						
	1							
						1		

Cet **été**

DESTINATION

Amboise

Chaque été,
les rues de la ville
s'animent au rythme
des marchés nocturnes,
spectacles de rue,
concerts, expositions,
projections de plein air,
festivals culturels,
visites guidées d'Amboise
et des sites touristiques
et patrimoniaux.

Retrouvez l'agenda des sorties sur
www.ville-amboise.fr
&
www.amboise-valdeloire.com

et profitez du **City Pass** proposé
par l'Office de Tourisme du Val d'Amboise

Mots fléchés

ANIMALE		VILLE CHÈRE À MATISSE		NATION		PRIÈRE		ABRUPTÉ
LIMIER	1	HÉLIANTHE		DANS LES BACS		GOUFFRES		
INVESTI- GATIONS DISCRÈTES								
ENDUIT						4		8
				ENTRE AMIS			DÉLICATESSE	
		7		FERMER				
COURROUX					LETTRE GRECQUE			
ADMIRA- TEUR					AGENCE SPATIALE			
		SCULPTEUR FRANÇAIS						
		TOURBILLON CREUX						
OTES						PREMIER COURS		
NAVRANTE						DÉCOUVERTE		
	9				2			
POIDS	OTO-RHINO				POUVOIR ABSOLU		LA DAME DE BEAUTÉ	6
	SUSPEN- SION							
								GÉNITEUR
VALEUR		ÉPOQUE				OPUS		
		TERRE AU LARGE				PLANTE POTAGÈRE		
				STATION				
				EXERCICE				
ARTICLE IMPORTE								
CONTINUELLE			GARDE DES SOTS			3		
				5				

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

Montgolfière : vivre la Touraine vue du ciel

Au lever du jour ou lorsque le soleil décline, la Touraine révèle un visage insoupçonné. Depuis la nacelle d'une montgolfière, les châteaux semblent flotter au-dessus de la Loire, les vignobles dessinent des mosaïques de verts et d'or, tandis que le fleuve déroule son ruban argenté. Une expérience suspendue entre ciel et terre, où le temps paraît ralentir.

Il suffit de quelques minutes pour que le brûleur s'anime, que l'enveloppe colorée se gonfle et que la nacelle quitte doucement le sol. Sans bruit de moteur, presque sans sensation de vitesse, le ballon s'élève avec une étonnante douceur. La Touraine s'éloigne peu à peu, offrant un panorama à 360 degrés dont on ne se lasse jamais.

Au fil des saisons, les paysages changent de palette. En été, les champs de céréales côtoient les vignobles baignés de lumière. Les méandres de la Loire, dernier grand fleuve sauvage d'Europe, serpentent entre bancs de sable, îles et forêts alluviales. Vue du ciel, cette nature préservée prend une dimension presque picturale.

Mais le véritable privilège réside dans la découverte des joyaux du Val de Loire sous un angle inédit. Les silhouettes majestueuses des châteaux émergent des bois et des jardins. Azay-le-Rideau

semble posé sur son miroir d'eau, Villandry dévoile toute la géométrie de ses célèbres jardins à la française, tandis que Langeais, Amboise ou encore Chenonceau racontent plusieurs siècles d'histoire dans un seul regard.



Chaque vol est unique. Contrairement à un avion, la montgolfière suit le vent. Son itinéraire dépend des courants d'air et des conditions météorologiques, ce qui transforme chaque envol en une véritable aventure. Le pilote joue avec les différentes couches d'altitude pour trouver la direction idéale, tandis que les passagers profitent d'un silence presque absolu, seulement interrompu par le souffle puissant du brûleur.

Accessible à la plupart des adultes et aux enfants suffisamment grands pour observer au-dessus de la nacelle, la montgolfière ne demande aucune condition physique particulière. Il suffit d'aimer les grands espaces... et de se laisser porter.

Art Montgolfières

Redécouvrez la beauté de notre région comme vous ne l'avez jamais vue !

“ Vivez une expérience hors du commun, portée par le vent et l'émotion. A bord d'une montgolfière, laissez-vous émerveiller par des vues imprenables sur les plus beaux sites du Val de Loire, notamment Chenonceau, Cheverny, Amboise ou encore Chaumont-sur-Loire. Dès les préparatifs du vol, partagez un moment privilégié avec une équipe passionnée. En couple, en famille ou entre amis, prenez de la hauteur au cœur d'un patrimoine exceptionnel pour un souvenir inoubliable. ”

Réalisez
votre rêve



DEPUIS
21
ANS

02 54 32 08 11 | art-montgolfieres.fr



Les 10 plus beaux coins de baignade pour se rafraîchir en Val de Loire

Lorsque le soleil d'été réchauffe les paysages ligériens, une seule envie s'impose : trouver un coin d'eau où se détendre. Entre lacs aménagés, plages de rivière, bases de loisirs et espaces naturels, le Val de Loire offrent de nombreuses possibilités pour profiter des beaux jours. Voici notre sélection de dix lieux parfaits pour une pause fraîcheur.



Le lac de Chemillé-sur-Indrois

Entouré de verdure, ce vaste plan d'eau est l'un des plus appréciés des familles. Sa plage de sable, sa baignade surveillée en été, ses aires de jeux et ses espaces de pique-nique en font une destination idéale pour passer la journée.

Le lac de Rillé

Au nord-ouest de la Touraine, cette base de loisirs combine baignade, pédalos, paddle, promenade et observation des oiseaux. L'environnement naturel invite autant à la détente qu'aux activités de plein air.

La plage de Montrichard

Sur les rives du Cher, cette plage aménagée séduit par son ambiance conviviale. Les enfants peuvent jouer dans le sable pendant que les plus grands profitent de la baignade ou des activités nautiques proposées sur place.

L'île Balzac à Tours

À quelques minutes seulement du centre-ville, ce vaste espace naturel permet de s'offrir une véritable parenthèse de fraîcheur. Sans être un site de baignade, ses sentiers ombragés, ses prairies et ses bras d'eau constituent un agréable refuge lors des fortes chaleurs.

Le plan d'eau de Château-la-Vallière

Très apprécié des habitants comme des vacanciers, ce plan d'eau propose une plage aménagée, une baignade surveillée en saison et de nombreuses installations pour les familles.

La base de loisirs de Hommes

Ce site offre un agréable mélange entre détente et loisirs. Baignade, jeux pour enfants, pêche, promenade ou pique-nique permettent d'y passer une journée complète dans un cadre verdoyant.

Les bords de Vienne à Chinon

Même si la baignade y est réglementée, les quais ombragés et les berges de la Vienne offrent un véritable havre de fraîcheur. Après une visite de la forteresse, rien de tel qu'une promenade au bord de l'eau ou une pause en terrasse.

Le lac des Bretonnières à Joué-lès-Tours

Très fréquenté l'été, ce grand parc urbain est parfait pour une journée en famille. On y trouve de vastes espaces verts, un parcours de santé, des jeux pour enfants et de nombreux coins ombragés propices au repos.

Les bords de Loire à Amboise

Si la baignade dans la Loire est fortement déconseillée en raison des courants et des bancs de sable mouvants, les quais et les îlots accessibles offrent de magnifiques endroits pour tremper les pieds, pique-niquer ou admirer le fleuve au coucher du soleil.

Les guinguettes au bord de l'eau

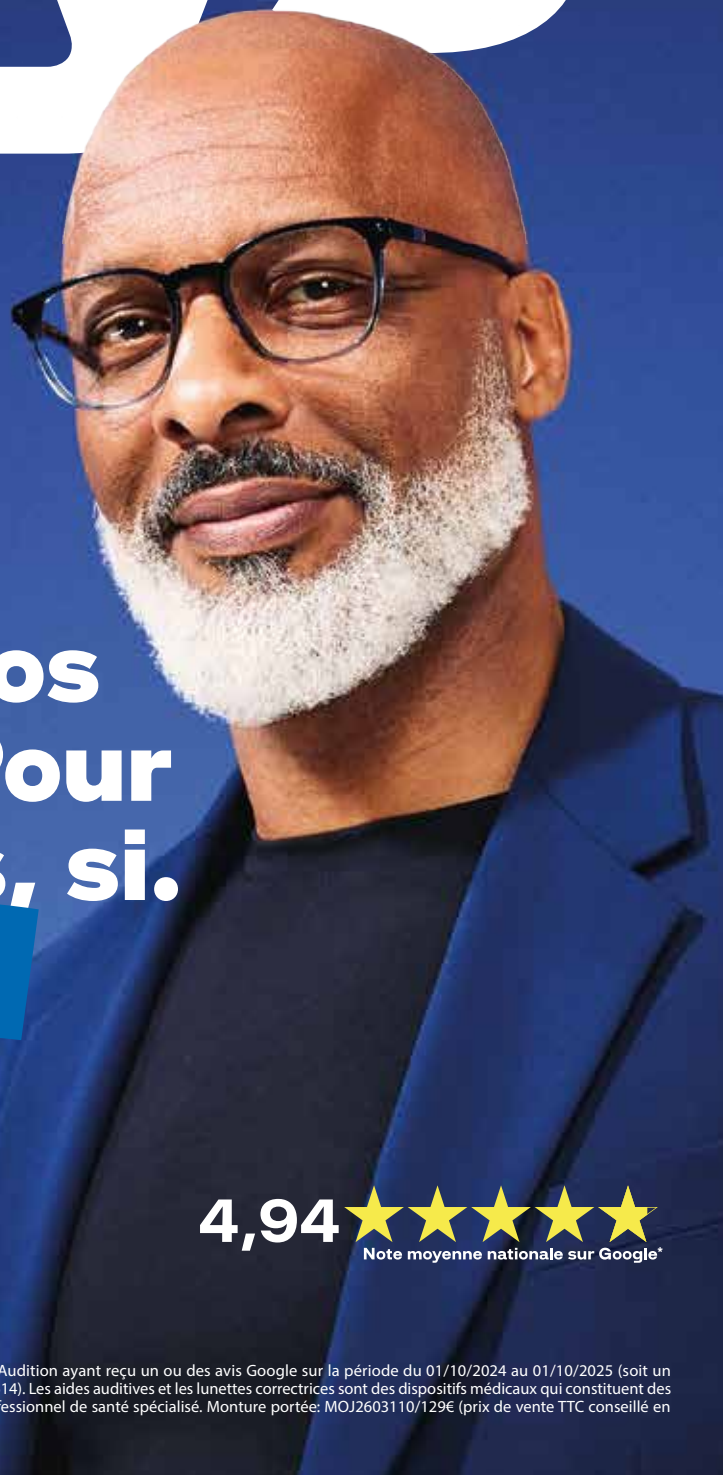
Parfois, le meilleur moyen de se rafraîchir consiste simplement à profiter de l'ambiance ligérienne. Les nombreuses guinguettes installées sur les rives de la Loire, de la Loire ou du Cher permettent de savourer une boisson fraîche les pieds presque dans l'eau, au rythme des concerts et des couchers de soleil.

Profiter de l'eau... en toute sécurité

Le Val de Loire est traversé par des rivières magnifiques, mais leur apparente tranquillité peut être trompeuse. La Loire notamment est un fleuve sauvage où les courants, les profondeurs variables et les bancs de sable rendent la baignade particulièrement dangereuse. Pour se rafraîchir en toute sérénité, privilégiez les plages aménagées et les bases de loisirs où la qualité de l'eau est contrôlée et où la baignade est surveillée durant la saison estivale.

Krys

AUDITION



**On ne peut
rien pour vos
cheveux. Pour
vos oreilles, si.**

KrysTM

AUDITION

4,94 ★★★★★
Note moyenne nationale sur Google*

Krys.com

*4,94 : Note moyenne obtenue sur la base des avis Google de 258 magasins Krys Audition ayant reçu un ou des avis Google sur la période du 01/10/2024 au 01/10/2025 (soit un échantillon de 66,80% des magasins du réseau Krys audition - nombre total d'avis : 1614). Les aides auditives et les lunettes correctrices sont des dispositifs médicaux qui constituent des produits de santé réglementés portant à ce titre le marquage CE. Consultez un professionnel de santé spécialisé. Monture portée: MOJ2603110/129€ (prix de vente TTC conseillé en magasin). Avril 2026. Crédit photo : Louise Carrasco. KGS RCS Versailles 421 390 188.

Fabien DESNOUES Audioprothésiste D.E.

AMBOISE

25, rue Nationale
02 47 23 12 77

BLÉRÉ

50, rue du Pont
02 42 85 00 08

MONTLOUIS/LOIRE

C.C. Les Côteaux
02 47 27 14 67

POCÉ-SUR-CISSE

C.C. Intermarché La Ramée
02 42 85 00 06

FAVEROLLES/CHER

C.C. Carrefour Market
3, rond-point Montparnasse
02 54 32 29 21

Rémoulade de courgettes à la menthe, œufs mollets et gremolata



Pour 4 personnes :
Préparation : 20 min
Cuisson : 10 min

Ingédients :

4 courgettes, ½ bouquet de menthe, 1 c. à c. de vinaigre balsamique, sel, poivre, 2 c. à s. d'huile d'olive, 4 œufs. Pour la gremolata : 1 citron, ½ bouquet de persil, 1 gousse d'ail.

Préparation :

Préparer la gremolata : peler le zeste de citron en bandelettes à l'économe en prenant soin de ne prélever que la partie jaune (la partie blanche étant légèrement amère). Retailler les bandelettes de zeste en tout petits cubes. Hacher l'ail et le persil. Les mélanger au citron. Ajouter un trait d'huile d'olive. Mélanger. Réserver. Faire cuire les œufs 6 min dans de l'eau bouillante additionnée de vinaigre (pour éviter que la coquille ne casse). En fin de cuisson, les plonger dans l'eau froide pour pouvoir les écaler. Réserver. Laver puis râper les courgettes. Dans un saladier, les assaisonner avec le vinaigre balsamique, l'huile d'olive et la menthe ciselée. Saler, poivrer. Mélanger. Servir avec un œuf mollet et parsemer d'un peu de gremolata.

© Interfel



LA DIET SANS DIÈTE

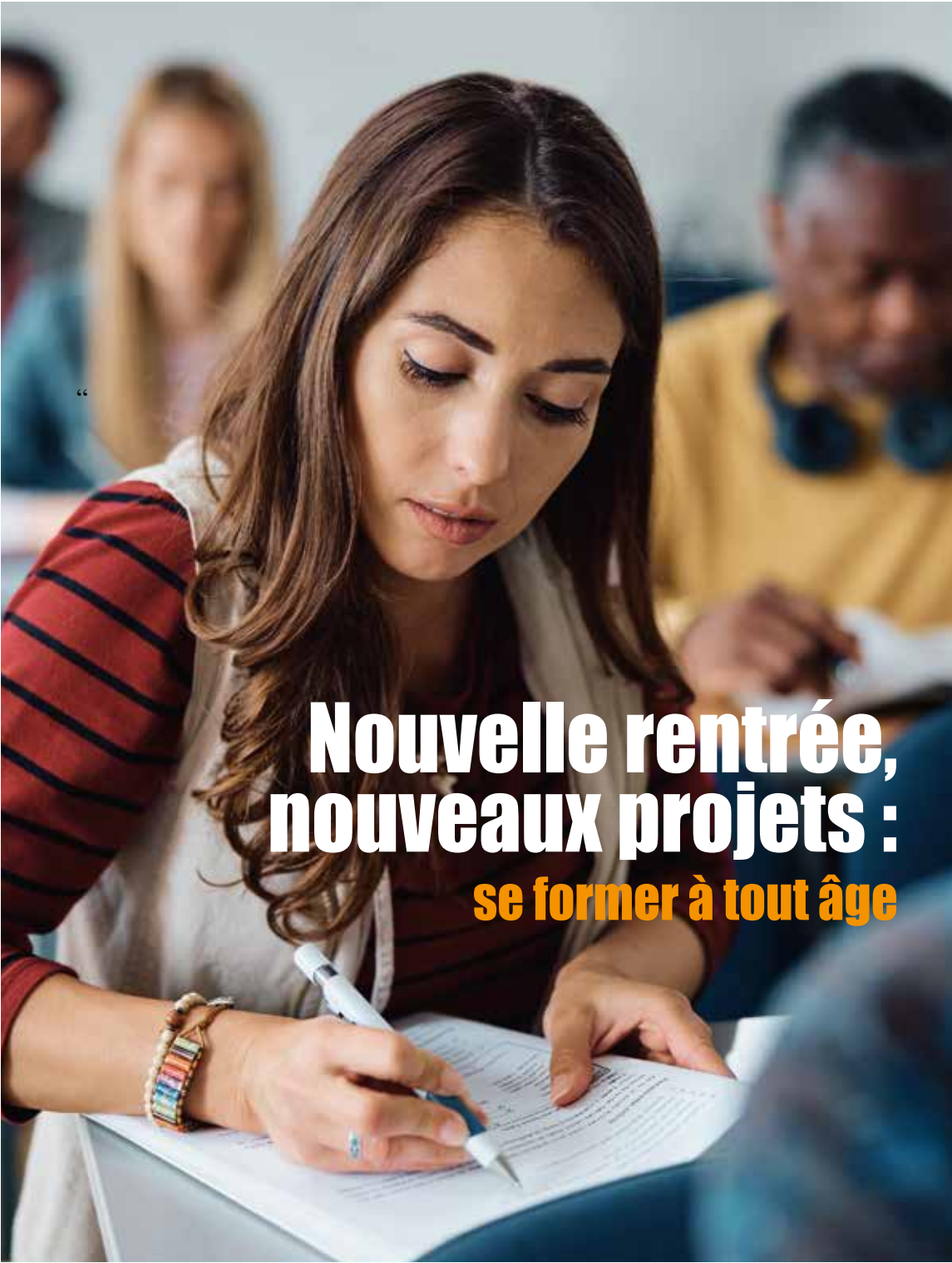
Mathilde Fauguet

Après près de 10 ans d'expérience comme Diététicienne-Nutritionniste, j'ai constaté qu'une perte de poids durable ne dépend pas seulement de l'alimentation, mais aussi de l'organisation au quotidien. J'ai donc créé un programme en ligne pour accompagner les femmes vers une perte de poids durable grâce à un rééquilibrage alimentaire simple et une meilleure organisation, afin d'alléger leur charge mentale. Mon approche repose sur des changements d'habitudes progressifs, sans régime, sans comptage de calories ni pesée des aliments. L'objectif : obtenir des résultats durables, sans frustration ni culpabilité. Les participantes apprennent à manger sereinement, à retrouver confiance en elles, à mieux organiser leurs repas et à adopter des habitudes simples qu'elles peuvent conserver sur le long terme.

Une nouvelle session du programme ouvrira en septembre. Pour en savoir plus ou vérifier si cet accompagnement vous correspond, contactez-moi.

06 21 36 25 48
contact@ladietsansdiete.com
<https://programme.ladietsansdiete.com/>





**Nouvelle rentrée,
nouveaux projets :**
se former à tout âge



La rentrée est souvent synonyme de nouveaux départs. Pour certains, c'est le moment de choisir une orientation, pour d'autres celui de donner un nouvel élan à leur carrière ou d'acquérir de nouvelles compétences. Aujourd'hui, se former n'est plus une étape réservée aux premières années de la vie professionnelle : c'est une démarche qui accompagne tous les parcours.



Les bonnes questions à se poser avant de choisir une formation

Choisir une formation est une étape importante, que l'on soit étudiant, jeune diplômé, salarié ou en reconversion professionnelle. Face à la diversité des parcours possibles, il n'est pas toujours simple de savoir quelle direction prendre. Pour faire le bon choix, quelques questions essentielles permettent de construire un projet cohérent avec ses envies, ses compétences et ses objectifs.

Quel est mon objectif professionnel ?

Avant de s'inscrire, la première question à se poser est : « Où ai-je envie d'aller ? ». Une formation doit avant tout répondre à un projet : découvrir un métier, obtenir une qualification, évoluer dans son entreprise, changer de secteur ou se spécialiser. Prendre le temps d'identifier son objectif permet de choisir un parcours adapté et d'éviter de suivre une formation uniquement parce qu'elle semble intéressante sur le papier.

Quelles compétences ai-je déjà et lesquelles dois-je développer ?

Chaque parcours est unique. Une expérience professionnelle, un diplôme ou des connaissances acquises au fil des années peuvent déjà constituer de solides bases. Faire le point sur ses compétences permet de mieux cibler ses besoins : faut-il acquérir de nouvelles connaissances ? renforcer une expertise ? apprendre un nouveau métier ?

La formation professionnelle offre aujourd'hui de nombreuses possibilités pour développer ses savoir-faire, valoriser son expérience et construire une nouvelle trajectoire professionnelle.

Quel format de formation me correspond ?

Formation courte, parcours diplômant, alternance, formation continue... les possibilités sont nombreuses. L'alternance séduit particulièrement les étudiants qui souhaitent associer apprentissage théorique et immersion en entreprise. Elle permet de découvrir concrètement un métier, de développer des compétences opérationnelles et de se préparer progressivement à l'entrée dans le monde professionnel. Pour les personnes en activité ou en transition professionnelle, choisir un format adapté au rythme de vie et aux contraintes personnelles est également un critère essentiel.

Quels sont les débouchés ?

Une bonne formation doit aussi être connectée aux réalités du marché de

l'emploi. Avant de faire son choix, il est utile de se renseigner sur les métiers accessibles, les secteurs qui recrutent et les compétences recherchées par les entreprises. Une formation professionnalisante permet de gagner en autonomie, de développer des savoir-faire concrets et d'augmenter ses opportunités professionnelles.

Ai-je pensé à toutes les solutions ?

Financement, durée, rythme, accompagnement, reconnaissance du diplôme ou de la certification : autant d'éléments à prendre en compte avant de se lancer. La rentrée est souvent le moment idéal pour faire le point sur ses ambitions et transformer une envie d'évolution en véritable projet. Choisir une formation, c'est avant tout choisir une nouvelle étape de son parcours. En prenant le temps de se poser les bonnes questions, chacun peut trouver la voie qui correspond à ses objectifs et construire son avenir professionnel.

Profitez de l'été pour recharger vos batteries... et vos ambitions

Promis, on ne va pas vous demander de réviser entre deux baignades ou de remplacer votre roman de l'été par un manuel de cours ! En revanche, les vacances sont souvent le moment où l'on prend du recul, où l'on se pose les bonnes questions... et où les meilleures idées germent. Et si cette année, l'une d'elles concernait votre avenir professionnel ? **Faire un bilan de compétences, changer de métier, décrocher un diplôme, monter en compétences ou simplement donner un nouvel élan à sa carrière... Il n'y a pas d'âge pour apprendre, évoluer ou se réinventer.**

Au Greta Centre-Val de Loire, nous accompagnons chaque année des centaines d'adultes dans leur projet de formation. Que vous soyez salarié, demandeur d'emploi, en reconversion ou simplement curieux de découvrir un nouveau métier, nous construisons avec vous un parcours adapté à votre situation et à vos objectifs.

Notre offre couvre une grande diversité de secteurs : industrie, bâtiment, commerce,



tertiaire, numérique, hôtellerie-restauration, santé, services à la personne, logistique, transport, sécurité... Il y a de fortes chances que le métier que vous imaginez fasse déjà partie de notre catalogue !

Du CAP à la Licence, en passant par les titres professionnels, nos formations permettent d'acquérir des compétences recherchées par les entreprises et de préparer des certifications reconnues.

Et parce qu'un projet ne devrait pas s'arrêter à une question de budget, **de nombreuses formations peuvent être financées selon votre situation grâce à différents dispositifs :** Région Centre-Val de Loire, France Travail, Compte Personnel de Formation (CPF)... Nos équipes vous accompagnent pour trouver les solutions les plus adaptées. Choisir le Greta, c'est aussi bénéficier de l'expertise du réseau de l'Éducation nationale, de formateurs expérimentés, d'un accompagnement personnalisé et de formations pensées au plus près des besoins des entreprises qui recrutent. Les plus beaux voyages ne commencent pas toujours par une réservation. Parfois, ils commencent simplement par une décision. Alors, profitez de l'été pour faire le plein d'énergie... et, pourquoi pas, préparer la rentrée qui changera peut-être le reste de votre parcours.

www.greta-cvdl.fr
Tél. : 02 47 21 00 01



Greta

Offrez-vous une (r)évolution professionnelle

Profitez de l'été pour recharger vos batteries... et vos ambitions.



Les idées les plus sérieuses commencent parfois en tongs...





Quel profil êtes-vous ?

Trouvez la formation qui vous correspond

Nouvelle rentrée, nouveau projet ? Que vous soyez étudiant, salarié, en recherche d'emploi ou simplement curieux d'évoluer, il existe une formation adaptée à vos envies et à votre parcours. Répondez aux questions et découvrez quel chemin pourrait vous correspondre !

1. Aujourd'hui, votre priorité est plutôt de...

- A. Découvrir un métier et acquérir rapidement des compétences concrètes
- B. Poursuivre mes études et obtenir un diplôme reconnu
- C. Faire évoluer ma carrière ou changer de voie professionnelle
- D. Développer mes compétences pour rester performant dans mon métier

2. Votre façon d'apprendre, c'est plutôt...

- A. En pratiquant, en testant et en étant directement sur le terrain
- B. En approfondissant des connaissances et en développant une expertise
- C. En combinant théorie et pratique pour avancer progressivement
- D. À mon rythme, avec une formation compatible avec mon activité

3. Ce qui vous motive le plus dans une formation ?

- A. Être opérationnel rapidement et apprendre un savoir-faire
- B. Préparer mon avenir professionnel avec un parcours diplômant
- C. Donner un nouvel élan à mon parcours
- D. Acquérir de nouvelles compétences utiles au quotidien

4. Votre projet professionnel ressemble plutôt à...

- A. Trouver ma voie et découvrir un secteur qui me correspond
- B. Construire une carrière et évoluer vers des responsabilités
- C. Me reconverter ou retrouver une dynamique professionnelle
- D. Renforcer mon profil pour saisir de nouvelles opportunités

Découvrez votre profil

Majorité de réponses A : Le profil "explorateur"

Vous avez besoin de concret et d'action. Les formations professionnalisantes, les parcours courts ou les expériences en entreprise peuvent vous aider à découvrir un métier et à développer rapidement des compétences.

Majorité de réponses B : Le profil "ambitieux"

Vous souhaitez construire un parcours solide et progresser étape par étape. Les formations diplômantes, l'alternance et les spécialisations peuvent vous permettre de préparer votre avenir professionnel.

Majorité de réponses C : Le profil "nouveau départ"

Vous êtes prêt à écrire une nouvelle page de votre parcours. Une formation peut être l'occasion de valoriser votre expérience, d'acquérir de nouvelles compétences et de vous orienter vers un nouveau secteur.

Majorité de réponses D : Le profil "évolution"

Vous avez déjà un parcours et souhaitez continuer à avancer. La formation continue ou la montée en compétences peuvent être de véritables leviers pour évoluer professionnellement.

Quel que soit votre profil, une chose est certaine : il n'y a pas d'âge pour apprendre.

La rentrée est souvent le moment idéal pour faire le point, explorer de nouvelles possibilités et transformer une envie d'évolution en projet concret.



Alternance : apprendre un métier, gagner en expérience

Aujourd'hui, l'alternance s'impose comme une voie privilégiée pour construire son avenir professionnel. En associant enseignements théoriques et immersion en entreprise, elle permet aux jeunes de découvrir concrètement un métier tout en développant des compétences recherchées par les employeurs.

Une première expérience qui fait la différence

L'un des grands atouts de l'alternance est de permettre aux apprenants de mettre immédiatement en pratique les connaissances acquises en formation. Chaque semaine devient l'occasion de faire le lien entre théorie et réalité professionnelle : apprendre, expérimenter, progresser. Cette approche favorise l'autonomie et permet de mieux comprendre les attentes d'un secteur, les méthodes de travail et les savoir-faire indispensables au quotidien.

Dans un parcours professionnel, l'expérience est souvent un véritable atout. L'alternance permet de découvrir le fonctionnement d'une entreprise, de travailler en équipe et de développer des compétences concrètes avant même



l'obtention du diplôme. Cette immersion est aussi l'occasion de construire son réseau professionnel, de gagner en confiance et de mieux définir son projet de carrière.

Une réponse aux besoins des entreprises

Pour les entreprises, accueillir un alternant représente également une opportunité. Elles peuvent former un futur collaborateur, transmettre leurs savoir-faire et accompagner l'émergence de nouveaux talents. Dans de nombreux secteurs, les profils capables de s'adapter rapidement et de maîtriser les réalités du terrain sont particulièrement recherchés. L'alternance s'adresse aujourd'hui à de nombreux profils et permet de préparer des formations allant de différents niveaux de qualification jusqu'aux diplômes supérieurs. Que l'objectif soit de se professionnaliser rapidement, de poursuivre ses études ou de changer de voie, l'alternance offre une manière concrète et progressive de construire son avenir.

DU BAC+2 AU BAC+5 EN ALTERNANCE

AFTEC FORMATION t'accompagne de A à Z sur l'ensemble de ton parcours de formation

- COMMERCE ET VENTE**
 - BTS Management Commercial Opérationnel
 - BTS Négo. et Digitalisation de la Relation Client
 - Licence DEG *Mention Gestion* - Parcours Commerce, Vente et Marketing avec le CNAM Centre-Val de Loire
- COMMUNICATION ET MARKETING**
 - BTS Communication
 - BAC+3 Chargé.e de Communication **NOUVEAU**
Bachelor niveau 6 en partenariat avec l'AIPF
- FONCTIONS SUPPORT**
 - BTS Support à l'Action Managériale
- COMPTABILITÉ ET GESTION**
 - BTS Comptabilité et Gestion
 - DCG Diplôme de Comptabilité et de Gestion
 - DSCG Diplôme Supérieur de Comptabilité et de Gestion

TAKE YOUR FUTURE™

**Prends ton avenir en main*

244 rue Giraudeau - 37000 TOURS | tél. 02 47 36 20 50 | www.formation-aftec.com

ICONIC SUMMER



CÉLÉBRONS

60 ANS
DE SOLAIRES
ICONIQUES

KrysTM

60 **ANS**
DE STYLE

Krys.com

ICONIC SUMMER = ÉTÉ ICONIQUE

Modèle porté : Longchamp / LO795S 001 / 149€ (prix de vente TTC conseillé en magasin), 23/04/2026. Crédit photo : Louise Carrasco. KGS RCS Versailles 421 390 188.

Fabien DESNOUES Opticien

AMBOISE

25 Rue Nationale
02 47 23 12 77

AMBOISE

Z.C La Boitardière
02 47 306 300

POCE/CISSE

C.Cial Intermarché
02 42 85 00 06

MONTLOUIS/LOIRE

C.Cial Les Coteaux
02 47 27 14 67