

UMA SCHEVENELS,  
LA FLAMME EST  
ENTRE SES MAINS

L'HOMMAGE AUX  
FEMMES  
D'EVA LAMAIGNÈRE

TOUS AUX CÔTÉS  
DE LOUISE



MAG

#  
33

# Slowly

Prendre le temps de vivre dans les LANDES • MARS AVRIL 2024 •



CONCEPTION, POSE,  
HABILLAGE, ENTRETIEN ET  
SERVICE APRÈS-VENTE  
DE VOTRE INSTALLATION.

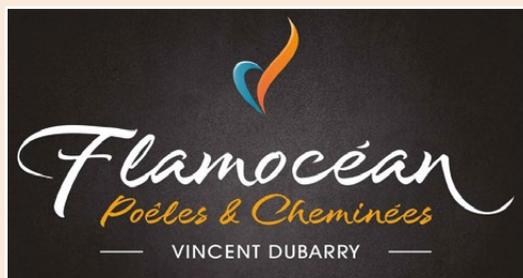


Vous rêvez d'une solution de chauffage  
saine, écologique et économique ?  
Vous recherchez une entreprise familiale où  
prime l'amour du travail bien fait et  
la proximité avec le client ?



Certifié RGE et Qualibois.  
Bénéficiaire de la prime Rénov' et  
du CEE (certificat d'économie d'énergie).

Déplacement sur site  
(Landes et Pays basque).



683, avenue de Larrigan 40150 SEIGNOSSE  
TÉL. : 05 58 42 17 55 contact@flamocean.fr - www.flamocean.fr



## Chers amis de Slowly,

### Édito

Quel endroit plus merveilleux que la côte Sud des Landes pour profiter du retour du printemps ? Tandis que la nature s'éveille et que l'émulation estivale doit attendre encore un peu, les températures clémentes nous permettent de profiter de tous les trésors de la région : l'océan, la pinède, les lacs, les étangs, les barthes ou encore les montagnes basques toutes proches. C'est aussi le moment idéal pour partir à la rencontre des talents locaux, dont la vaste gamme de savoir-faire peut satisfaire toutes vos envies. Que vous rêviez d'un spa ou d'un cours de yoga, que vous cherchiez une nounou, une adresse gourmande, une nouvelle déco ou un salon de coiffure au top, vous serez comblés par les pages qui suivent.

Nous avons aussi tenu à honorer, comme à notre habitude, les associations, artistes et sportifs qui participent à l'élan unique de la région. Bravo à tous !

L'équipe de *Slowly*

### Sommaire



L'hommage  
aux femmes  
d'Eva lamaignère



Balade au  
marais d'Orx



L'imagerie des Landes,  
la culture locale à la  
portée des pitchouns.



Uma Schevenels,  
la flamme est entre  
ses mains



Tous aux côtés de  
Louise



Ladilafé de  
RENAN MAZÉAS



La pause yoga



Festival du conte  
Capbreton



L'agenda

### Les contributeurs



Rédactrice  
Caroline Bouchet  
@en.un.mot



Rédacteur  
Renan Mazéas  
@renanmazéas



Photographe  
Maxime Guerri  
@maxime\_guerri



Photographe  
Audrey Noirot  
www.indigoproductions.fr



Site Internet  
slowlymag.fr



Instagram  
@slowly\_mag



Facebook  
@Slowly Mag

Slowly mag N°33, mars avril 2024

Tirage 12 000 exemplaires. Imprimé sur papier en UE  
Distribution de Léon à Tarnos, dans les Landes

E-mail : slowlymag@gmail.com - Internet www.slowlymag.fr

Directrice : Sandrine Vialatte Tél. 06 99 67 39 10

# L'hommage aux femmes

## d'Eva Lamaignère



### Écllosion d'une artiste

C'est son bienveillant compagnon qui va finalement la convaincre, il y a deux ans, d'offrir sa production aux yeux du public. Et immédiatement, les galeries la contactent : d'abord à Milan, puis à Madrid et à Stockholm, à Paris, Pau, Mont-de-Marsan, etc. Elle participe à diverses foires d'art internationales, exposant notamment aux côtés de son idole Tomas Hammar, et crée sa galerie éphémère à Pau (Passage Carnot).

**Eva** a grandi à la campagne dans le petit village de Renung, près de Mont-de-Marsan. Issue d'une famille d'agriculteurs, elle est la petite dernière et l'unique fille, aux côtés de son frère et de ses cousins. Dans cet univers masculin, elle se forge très tôt un solide caractère. Son refuge, elle le trouve dans le dessin, qu'elle va apprendre et explorer en toute liberté, au moyen de livres et de tutoriels. Adolescente, elle commence à s'intéresser à la peinture, avec une prédilection pour les portraits féminins. Les années de pratique s'enchaînent, sans qu'elle ne ressente ni l'envie ni le besoin de montrer ses créations. Ses parents étant réticents à l'idée qu'elle intègre les Beaux-Arts, elle étudie la sociologie, puis le commerce et le marketing.





## Prôner l'authenticité et la beauté de chacune

C'est dans cette même ville, au sein son atelier aux couleurs claires, musique classique ou opéra à plein volume, qu'Eva s'exprime aujourd'hui, avec une préférence pour les grands formats. Comme quand elle était enfant, elle se consacre aux portraits de femmes, réalisés à l'acrylique grâce à des à-plats de couleur parfaitement délimités - petite déjà, elle ne dépassait jamais en coloriant. Ils sont totalement issus de son imagination. Des couleurs chaudes et naturelles y côtoient toujours une touche de bleu, dans un esprit marocain. Il en émane à la fois beaucoup d'énergie et une grande douceur, qui reflètent l'épanouissement actuel d'Eva. Après une enfance presque virile et des périodes sombres, elle a renoué pleinement avec sa féminité et la coquetterie. Son message : « Aimez-vous, ayez confiance en vous. Nous ne sommes pas qu'un corps, et il existe de la perfection dans tous les défauts ». La superficialité, très peu pour elle !



Les œuvres d'Eva sont en vente sur son site Internet. Vous pouvez également commander des illustrations réalisées à partir de vos photos.

## Transmettre sa passion

Le travail d'Eva a désormais conquis un public nombreux et varié. Aujourd'hui, elle anime également des ateliers pour des associations, des centres de loisirs, des centres de réinsertion, etc., ou encore des journées sur l'acceptation du corps. Il aurait tout de même été dommage que tous ces radieux talents restent cachés, non ?



**EVA LAMAIGNERE**

Instagram: @evalaignere.art Facebook: @Laignere Art

Website: [www.evalaignere.fr](http://www.evalaignere.fr)

(vente en ligne avec envoi France et monde)

Possibilité de visiter son atelier de Pau lors du retrait de votre commande.



# Un printemps éclatant, grâce à Dune & Eau

Les beaux jours sont de retour ! Et pour préparer notre corps à l'arrivée du soleil, rien de tel que le spa Dune & Eau ! Espace de balnéothérapie, sauna, hammam, salle de sport, institut de beauté : les prestations de qualité sont nombreuses dans ce havre de bien-être de 1 600 m<sup>2</sup>. L'équipe, chaleureuse et passionnée, nous réserve quant à elle toujours de jolies surprises.

## UNE NOUVELLE CURE POUR LE PRINTEMPS

Depuis 2024, Dune & Eau vous propose **des cures de 3 soins**, prodigués en institut avec des produits de haute qualité.

L'offre évolue au fil des saisons pour s'adapter aux besoins de votre peau. Un rendez-vous bien-être par mois, c'est un bon programme, non ?

## RENDEZ-VOUS EN AVRIL pour découvrir la cure " Vitalité " !

Celle-ci comprend :

- un **massage africain** (1h),
- une **séance LPG** corps ou visage (35 min),
- un **soin du visage** Vitamine C25 (1h) + une **séance de table hydromassante**.

Tarif : 280 €. La cure donne également accès à l'espace de balnéothérapie, au sauna et au hammam, pour une durée de 2 heures (à utiliser le jour du soin).

À découvrir en mars,



## LE SOIN NOVATEUR YON-KA À BASE DE CBD : LE SLEEP THERAPY.

Ce soin du visage et du dos **déstressant, lissant et réharmonisant** utilise les points d'énergie pour évacuer les tensions et favoriser un sommeil réparateur.



## RÉVEILLONS NOTRE CORPS EN DOUCEUR

Au sortir de l'hiver, nous sommes nombreux à avoir besoin de retrouver tonus et souplesse. Là aussi, Dune & Eau est un partenaire de choix ! En effet, les lieux abritent une **superbe salle de sport** de 150 m<sup>2</sup>. Tout au long de la semaine s'y déroulent de nombreux cours de fitness, Pilates, cuisses-abdos-fessiers, circuit training, danse thérapie, etc. Ce printemps, nous vous encourageons à découvrir l'activité "**Stretching et mobilité**", parfaite pour étirer votre corps et le muscler en douceur tout en déliant vos articulations.

## PROFITONS DES DERNIÈRES NOCTURNES DU MERCREDI !

100 % cocooning, les nocturnes sont un événement incontournable de la région pour les fans de break bien être. Elles prendront fin comme chaque année le dernier mercredi d'avril. Alors savourons encore cette ambiance tamisée, et cette opportunité merveilleuse de clôturer notre journée entre bains de vapeur, sauna, gommage et jacuzzi... L'espace aquadétente vous accueille chaque mercredi jusqu'à 22 heures (évacuation du bassin à 21 h 30, du sauna et du hammam à 21 h 45). Pour une peau toute douce, des kits savon noir + gant de kessa sont en vente à l'accueil (9 €).



## OFFRE SPÉCIALE

Offrez à votre peau une nuit de douceur

Une crème de nuit\* offerte pour l'achat de 145 € de produits de la marque Yon-Ka chez Dune & Eau.



\* Une crème de nuit (Phyto 52 ou Time resist nuit). Dans la limite des stocks disponibles. Offre du 1<sup>er</sup> au 31 mars 2024.





# FAMILY SPHERE, au plus près de nos besoins

Créée en 2006, la franchise Family Sphere apporte aujourd'hui son expertise aux familles à travers toute la France. Dans le sud des Landes, une nouvelle agence de ce réseau leader de la garde d'enfants a récemment ouvert à Saint-Vincent-de-Tyrosse. Christelle Da Silva, sa directrice, nous dit tout sur ce précieux service de proximité.

## UN RELAI DE QUALITÉ POUR LES FAMILLES

Family Sphere vous propose un accompagnement sur mesure grâce à des prestations personnalisées :

- **Garde régulière ou ponctuelle d'enfants à domicile**, dès la naissance, avec repas, bain, coucher, présence durant la nuit, etc.,
- **Aide aux devoirs**,
- **Transport / accompagnement** aux activités et soins médicaux.



## LES +

- **Une équipe réactive**, disponible 7j/7, 24 h/24,
- **Des intervenants professionnels** et expérimentés, recrutés par des experts reconnus,
- **Aucun suivi administratif à réaliser**, vous n'êtes pas l'employeur et l'agence se charge de tout !
- **Une sérénité absolue** : si votre intervenant est absent, son remplacement est immédiatement assuré,
- **Pas de "garde passive"**, tout est mis en œuvre pour stimuler votre enfant !



## FAMILY SPHERE RECRUTE !

Homme ou femme, vous avez plus de 18 ans et le secteur de la petite enfance vous intéresse ? Rejoignez Family Sphere et profitez de : tous les avantages d'un **statut salarié**, la flexibilité d'un **temps partiel**, la stimulation d'une **équipe**, un parcours de **formation continue** enrichissant, un **soutien quotidien** de l'encadrement, dans une ambiance à la fois conviviale et respectueuse. Ici, l'humain fait la force !

*Expérience validée par référence obligatoire et /ou diplôme dans la petite enfance indispensable. Permis B et véhicule fortement recommandés.*

## FAMILY SPHERE SUD LANDES

18, rue de Casablanca 40230 SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE

☎ 05 40 69 04 26

🌐 [www.family-sphere.com/agences/saint-vincent-de-tyrosse](http://www.family-sphere.com/agences/saint-vincent-de-tyrosse)

f @ Family Sphere Pays Basque et Sud Landes

@ familysphere6440



Family Sphere est agréée : pensez aux aides comme le crédit ou la déduction d'impôts, la CMG Paje structure ou encore l'AICI.





# DANS LES ALDUTES

Les sublimes panoramas sont nombreux dans notre fabuleuse région. Aujourd'hui, nous vous emmenons au cœur du Pays basque, dans une vallée au patrimoine riche et varié : celle des Aldudes. Aux portes des Pyrénées, calme et authentique, elle s'étend sur une trentaine de kilomètres et compte 1 000 habitants et 3 villages principaux : Banka, Les Aldudes et Urepel. En toute saison, elle réjouit les fins gourmets comme les amateurs de nature et de randonnée. Ongi Etorri !



## INFORMATIONS UTILES

Distance : environ 10 km (boucle).

Dénivelé + : environ 585 m.

Durée moyenne : 4 h 30 min.

Point haut : 860 m.

Soyez prudents : partez correctement équipés, emmenez eau et nourriture et vérifiez la météo et avant votre sortie.



## ON PREND DE LA HAUTEUR, SUR LE ZARKINDEGI

Le départ de la randonnée se fait depuis le charmant village des Aldudes. Le circuit se poursuit par une montée soutenue en sous-bois, qui offrira en été une ombre bienfaisante. Vous atteindrez ensuite de larges crêtes, sur lequel un chemin bien tracé vous permettra d'admirer les sommets des environs, mais également les pottocks et rapaces qui peuplent les lieux (pensez aux jumelles !). C'est l'endroit idéal pour pique-niquer, sans laisser de trace derrière soi bien sûr ! Le point culminant sera la Zarkindegi, à 860 mètres d'altitude. Le retour se fait en douceur, toujours au cœur d'une nature ondulante et verdoyante.

En raison du dénivelé, cette randonnée demande une bonne condition physique. Elle est toutefois largement accessible, même aux enfants, et ne comporte pas de difficulté particulière. Partez la journée entière pour profiter de la beauté des paysages !

## Pour plus de renseignements

La description de l'itinéraire complet et le tracé sont disponibles sur : <https://www.visorando.com/randonnee-le-zarkindegi-en-boucle-depuis-les-aldud/>

Vous pouvez télécharger l'application mobile



On en profite pour déguster :

- La truite de Banca,
- Les fromages locaux,
- Le porc basque,
- Et bien d'autres délices...

Venez donc à la rencontre des producteurs et commerçants locaux ! Après une bonne marche, vous l'aurez bien mérité !





## Les Halles du Penon

### VENEZ VOUS RÉGALER SOUS LES PINS !

#### QUATRE RESTAURANTS, UN BAR, ET LE BONHEUR FAIT-MAISON POUR TOUS !

Loin du tumulte et de la foule, les Halles du Penon sont un food court à l'offre savamment conçue et à l'ambiance décontractée. Sélectionnés par la mairie de Seignosse, cinq acteurs locaux y apportent des savoir-faire complémentaires et des styles uniques, qui comblent les envies de chacun. Ouvert midi et soir, régulièrement animé de concert, ce lieu de convivialité et de partage vous attend entre pinède et océan pour un apéro entre amis, un afterwork ou encore un repas en famille après la plage.

#### HALLES DU PENON

46, avenue des bruyères 40150 SEIGNOSSE  
☎ 06 48 05 26 42

📱 @hallesdupenon

Ouvertes du 29 mars au 28 septembre 2024. En moyenne saison : jours fériés, vacances scolaires et vendredi, samedi, dimanche.

Du 21 juin à fin août : tous les jours.  
De 11 h à 15 h et de 18 à 23 h.



*Les Halles du Penon, ce sont aussi des concerts, des retransmissions d'événements sportifs, etc. Rendez-vous dans l'agenda p. 44 pour la programmation détaillée.*

#### ROSNY BEER, brasserie landaise incontournable

Installée à Seignosse bourg depuis 2015, ainsi qu'au marché et au port de Capbreton, cette brasserie artisanale a séduit un large public par la qualité de ses produits. Aux Halles, Thomas et son équipe nous désaltèrent de **bières pressions ou bouteilles** (Rosny et autres brasseurs), **du vin du Domaine de La Pointe** (Capbreton), **de cocktails maison légers et de sodas artisanaux**. On craque pour les bières bio aux ingrédients d'Aquitaine, la blonde Kölsch et la blanche aux écorces d'orange, camomille et graines de coriandre. Les bières sont disponibles à la **vente à emporter** également, à des tarifs avantageux. Enfin, sachez que la brasserie se visite sur **réservation** (5 €, une heure de visite avec dégustation).

📱 @rosnybar.lepenon



#### L'ALGUE BLEUE : pour l'amour de la cuisine

C'est ici une **savoureuse cuisine de terroir faite maison** qui vous est proposée.

Côté mer, on déguste **huîtres et crevettes** pleines de fraîcheur, ou encore **des moules et des poissons** sublimés par l'envie de bien nous nourrir et de nous faire plaisir. Côté terre, Patricia, gersoise, nous régale de succulent **canard landais** et de délicieux **tapas**. Envie d'un dessert ? Les crêpes, coupes glacées et banoffees de Christine vous raviront ! Le vin, quant à lui, provient d'un producteur familial et d'Egiategia, qui vinifie sous l'océan, à Ciboure. À moins que vous ne préfériez la **sangria** maison ?

📱 @algue.bleue



#### LA BOCA nous emmène en voyage

Créée en 2021 par Yann, auparavant chef à La Paillote sous le lac, La Boca met à l'honneur la **cuisine fusion Nikkei**, mêlant **influences sud-américaines et japonaises**.

Au menu : les emblématiques **empanadas**, ainsi que divers **ceviches** (poisson blanc, truite du Pays basque, thon rouge) personnalisables. Pour terminer sur une note sucrée, on se régale d'empanadas sucrés, du dessert du moment ou encore d'Alfajores, à base de biscuits et de dulce de leche. Et pour accompagner cela ? Des bières et vins sud-américains bien sûr ! Du foodtruck au banquet avec asado (le barbecue brésilien par excellence), Yann est également le **partenaire idéal de tous vos événements**. 📱 @laboca40

© Photo Layers

#### KACHOU NUT réjouit tous les gourmets

Passionnée de cuisine et de voyage, la polonaise Kasia nous propose **une carte d'ici et d'ailleurs à son image, pétillante et colorée**.

Le **confit de canard** (ferme Garat, Saubrigues) et les **chipirons à la plancha** côtoient la **salade thaïe à la mangue** et aux crevettes. On craque aussi pour les **falafels maison servis avec une salade de grenade à la coriandre**. Afin de combler chacun, des options végétariennes et sans gluten sont disponibles. Pour finir le repas en beauté, on déguste le tiramisu caramel beurre salé et spéculoos ou le fromage blanc fermier à la purée de fruits de saison. Une cuisine du cœur irrésistible ! 📱 @kachou\_nut



#### LAYERS : la street food autrement

Dès 2020, Alexandre et Germain ont conquis leur public grâce à **une streetfood de qualité, 100 % maison** et élaborée au maximum avec **des produits locaux**.

On se laisse tenter sans hésiter par **les burgers au bœuf, au poulet ou végétarien**, avec chaque semaine une édition limitée. On découvre avec bonheur **le tout nouveau kébab au poulet**, servi dans un pain artisanal. Et pour finir, on choisit entre les cookies et le cheesecake maison ou les glaces Romane.

Récemment installé également à Seignosse bourg dans son premier restaurant, le duo du Layers est également un allié de choix pour vos événements, privés comme professionnels ! 📱 @layersfood





# L'imagier des Landes,

## la culture locale à portée des pitchouns.

**V**ous cherchez un cadeau de naissance original ? Un ouvrage adapté à la lecture du soir avec vos tout-petits ou à l'exercice de votre métier auprès de jeunes enfants ? L'imagier des Landes, paru à l'automne dernier, va vous plaire ! Avec ses couleurs pastel, ses dessins évoquant la culture locale et son format adapté aux mini mains, il a déjà séduit un large public, composé de particuliers comme de professionnels. Rassurez-vous, une réimpression est déjà prévue !



## L'hommage de deux enfants du pays

Derrière cet adorable livre, on trouve deux landaises fondamentalement attachées à leur territoire : Anna Passicos et Marion Dando. La première, éducatrice de jeunes enfants et grande lectrice, avait réalisé lorsqu'elle exerçait en crèche qu'il n'existait pas de support landais pour donner le goût du livre aux très jeunes enfants. Depuis, elle rêvait d'en créer un. Quand elle se lance en 2022, avec en tête un imagier, elle se met en quête d'illustrations de qualité. C'est tout près d'elle qu'elle les trouvera, sous la plume de son amie architecte, Marion Dando, enthousiasmée par ce beau projet.



## S'appropriier le livre dès le plus jeune âge

Leur objectif, développer l'intérêt pour le livre des 0-3 ans. Aujourd'hui éducatrice au sein d'un service de pédopsychiatrie à Dax, Anna sait combien, à l'heure du numérique, il est fondamental de stimuler et préserver l'imagination des plus jeunes, de leur apprendre très tôt à aimer ce formidable outil d'évasion et d'apprentissage qu'est le livre.

## Un imagier identitaire

Adultes comme enfants, nous sommes tous conquis par les thématiques et symboles abordés, ancrés dans la vie et les traditions locales : des churros de l'estacade au foulard des férias en passant par la planche de surf, le fronton, les pignes de pin et le maïs, on est à 100 % dans les Landes ! Un vrai bonheur à feuilleter, ainsi qu'un joli moyen de transmettre l'amour de notre patrimoine et d'encourager à sa découverte. Tiens, et si on allait voir une course landaise ce week-end ?

Leur projet 2024 : une courte histoire destinée aux enfants un peu plus grands, toujours sur les Landes bien sûr !



**ANNA PASSICOS ET MARION DANDO**  
*L'IMAGIER DES LANDES*

Paru en novembre 2023. Auto-édition, 14,90 €, tout-carton, conçu pour résister aux manipulations extrêmes ! Disponible dans les librairies de la région : Le Vent Délire (Capbreton), Arabesque (Hossegor), L'esperluette (Soustons), Campus (Dax), Aux feuilles volantes (Saint-Paul-lès-Dax), espace culturel du Grand Mail, etc. Actualités et points de vente sur @@imagierdeslandes

# HYPO-CRÉA & MINÉRAUX



## LE TRAVAIL À FAÇON

Chez Hypo-Créa, vous êtes acteur tout autant que client. Qu'il s'agisse de concevoir votre alliance ou un cadeau d'anniversaire, Rocky saura vous écouter et vous conseiller au mieux. Durant le processus de fabrication, des reportages photos et/ou vidéos vous seront envoyés, retraçant pas à pas la création de votre commande. Car offrir ou recevoir un bijou reste toujours un moment exceptionnel.

le savoir-faire captivant d'artisans passionnés

C'est à Capbreton, face au port, que vous aurez la chance de découvrir les multiples savoir-faire de Rocky. Importateur, lapidaire, bijoutier-joaillier et gemmologue, ce passionné aussi créatif que généreux vous reçoit dans un havre de paix où le temps s'arrête.



## MEILLEUR APPRENTI DE FRANCE 2023 SECTION JOAILLERIE

Un autre talent a rejoint l'atelier. Il s'agit de Ronny, qui n'est autre que le fils de Rocky. **Meilleur apprenti de France 2023**

section joaillerie, il apporte une expertise précieuse et un nouveau regard à Hypo-Créa. Une belle histoire de transmission et de passion familiale partagée comme on les aime chez Slowly !

*Fonte du métal, taille des pierres, sertissage, découpe, etc. : , prenez le temps d'admirer un travail d'orfèvre grâce à l'atelier ouvert sur le magasin.*



## HYPO-CRÉA & MINÉRAUX

Résidence Grand Pavois  
Quai Mille Sabords 40130 CAPBRETON

☎ 05 58 73 78 48

✉ rocky@hypo-mineraux.fr

🌐 www.hypo-mineraux.fr (commande en ligne) **f** @Hypo-Créa & Minéraux

📷 hypo\_crea\_mineraux



# Naturel et moderne, L'ESPACE CARRÉ ZEN prend soin de nous.

C'est après une belle expérience dans la coiffure que Laetitia a ouvert en 2013 à Labenne un salon dédié au bien-être et à la beauté, récemment totalement relooké. Une équipe passionnée de 5 personnes vous y accueille pour des prestations de grande qualité, réalisées avec des produits les plus naturels possible (Hairborist, Rydra botanique, Ybera, Yumi, etc.)



## CÔTÉ ESTHÉTIQUE, VOUS PROFITerez :

- De massages,
- De soins du visage et du corps,
- D'épilations, traditionnelles ou à la lumière pulsée,
- Depuis 2024, de soins profonds du visage avec diagnostic de peau grâce à la machine Yumi (4 à 7 étapes de soin + tunnel Led),
- De services ongles, maquillage, ou encore cils/sourcils (rehaussement, teinture, etc.).



## CÔTÉ COIFFURE, ON ADORE :

- Les coupes hommes, femmes et enfants, incluant les dégradés américains, tapers, casquettes, etc., en vogue chez nos ados !
- Les colorations classiques (à 90 % naturelles) ou végétales (100 % naturelles), réalisées dans le superbe bar à couleurs,
- Les balayages à l'argile,
- Les soins Botox capillaires et lissages au botox,
- Les soins profonds spécial cheveux blonds,
- Les soins spécial alopecie,
- Le corner barbier.



Ici, l'ambiance est chaleureuse et la mission de conseil primordiale. À partir de cette année, Laetitia édite même sa propre revue, dédiée à la beauté en général et mise à disposition des clients dans le salon. Enfin, désireuse de devenir un acteur écoresponsable, elle veille à limiter au maximum son impact sur l'environnement et récolte les cheveux coupés pour les recycler.

## ESPACE CARRÉ ZEN

82, avenue Charles de Gaulle 40530 LABENNE

☎ 09 83 44 22 80 🌐 www.espacecarzen.com

**f** @ Carré Zen **📷** @ carre\_zen\_cote\_coiffure

**📷** @carre\_zen\_cote\_beaute

Ouvert du mardi au vendredi de 9 h à 18 h, le samedi de 9 h à 15 h.

Prise de rendez-vous possible sur [www.planity.com](http://www.planity.com).





# THERMES DE SAUBUSSE :

depuis 1922, un établissement familial et indépendant

Des eaux bienfaisantes, un emplacement privilégié, une équipe aux petits soins : les atouts des thermes de Saubusse sont nombreux ! Et si ce complexe thermal centenaire accueille chaque année environ 2 500 curistes venus de la France entière, il propose également à tous des soins bien-être, des séjours de remise en forme et un restaurant renommé dans toutes les Landes, ouvert 7/7j, midi et soir. Une aubaine pour les habitants de la région et les vacanciers !

## UN TRÉSOR LOCAL

À Saubusse, c'est aujourd'hui la **source de la Raja** qui dispense aux thermes les vertus de son eau chlorurée sodique à 38°C. **Riche en oligo-éléments et en minéraux, elle possède des vertus anti-inflammatoires scientifiquement reconnues.** Une équipe d'une cinquantaine de professionnels se relaie sur place pour vous faire profiter de tous ses bienfaits. L'établissement est notamment **spécialisé en rhumatologie et en phlébologie** : l'arthrose et la fibromyalgie sont ainsi des pathologies prises en charge aux thermes de Saubusse. Vous y apprécierez également le **Pélose**, mélange de tourbe et de l'eau minérale naturelle du site, aux **propriétés relaxantes, revitalisantes et antalgiques.** Cette boue thermique est fabriquée par l'équipe directement sur place. Vous profitez donc d'un produit neuf et débarrassé de toute impureté lors de vos soins.



## UNE ENTREPRISE FAMILIALE DEPUIS 4 GÉNÉRATIONS

C'est au XIX<sup>e</sup> siècle que Saubusse est devenue une station thermale. Ses bains ont été acquis il y a 102 ans par Bernard Laborde, qui a entrepris alors les travaux nécessaires à l'accueil du public : cabines, lingerie, hôtel, etc. Depuis, la **gestion dynamique et passionnée de l'établissement se transmet de père en fils.** C'est actuellement Arthur qui œuvre au quotidien pour vous offrir les meilleures prestations possibles au sein de ce site historique, constamment amélioré par des travaux réguliers de rénovation (piscines, cabines de boue, etc.). Il apporte la plus grande attention à l'**excellence de l'accueil et des soins**, ainsi qu'à la **qualité des équipements et des infrastructures.** Le public apprécie également ici l'**ambiance conviviale d'une station à taille humaine.**



## EN CURE, À LA JOURNÉE OU À LA SÉANCE !

Les thermes de Saubusse se vivent de bien des manières. **Divers forfaits ont ainsi été élaborés** pour répondre à toutes les demandes, que vous ayez besoin d'une cure de trois semaines ou rêviez d'une cure d'une semaine, avec ou sans hébergement / demi-pension / pension complète.



Les habitants de la région, quant à eux, ont la possibilité de s'offrir régulièrement un moment de détente et de lâcher-prise grâce aux **soins de remise en forme à la carte, de la baignoire au modelage.**



Offrez-vous un brumisateur de la merveilleuse eau thermique de la Raja !

## UNE QUALITÉ RECONNUE

Les thermes de Saubusse :

- sont agréés par l'académie de médecine en rhumatologie et phlébologie,
- ont reçu le "TRAVELERS'CHOICE TRIPADVISOR 2022",
- ont obtenu en 2023 le Prix de l'excellence thermique.



## LE FORFAIT "Relaxation totale dans les Landes"

Au programme :  
**5 jours de bonheur et de bien-être !**

- JOUR 1 Hydrojet (20 min)  
+ **gommage du corps.**
- JOUR 2 Hydromassage et aérobain (20 min)  
+ **modelage à la bougie.**
- JOUR 3 Hydrojet (20 min)  
+ **modelage californien.**
- JOUR 4 Hydromassage et aérobain (20 min)  
+ **modelage polynésien.**
- JOUR 5 Hydrojet + hydromassage / Aérobain  
+ **modelage crânien.**

Tarif : 369 €, accès fitness offert.



## UN RESTAURANT ET UN HÔTEL ACCESSIBLES À TOUS

Les thermes de Saubusse disposent également d'un **hôtel Logis de France \*\*\*** avec chambres, studios et appartements, ainsi que d'un **restaurant, Lou Touping, ouvert midi et soir, 7/7 j.** Le chef Bastien Bonalumi propose aux curistes comme aux personnes extérieures une cuisine savoureuse mettant à l'honneur la gastronomie locale, à des prix très raisonnables. L'endroit peut être privatisé pour vos événements privés ou professionnels.



THERMES DE SAUBUSSE  
150, avenue des bains  
40180 SAUBUSSE-LES-BAINS  
☎ 05 58 57 40 00



Parking gratuit.

🌐 [www.saubusse-thermes.com](http://www.saubusse-thermes.com)

📷 @eauthermale.saubusse

📌 @SaubusseThermal Hôtel et hébergement



# Uma Schevenels

la flamme est  
entre ses mains

**LE** 23 mai prochain, une pépite landaise vivra un moment historique. Uma Schevenels, championne de France de skateboard (street) portera fièrement la flamme olympique lors du relai qui aura lieu à Bordeaux. Une expérience incroyable qui s'annonce riche en émotions ! Rencontre avec une athlète en pleine ascension, qui nous en dit aujourd'hui plus sur son parcours et ses projets.

## La communauté des Éclaireurs

Mais avant cela, un événement important l'attend, lui aussi lié aux JO. Car la talentueuse Uma a été sélectionnée pour porter la flamme olympique lors de son passage à Bordeaux le jeudi 23 mai 2024. Un honneur qui la réjouit au plus haut point et un moment qui restera probablement inoubliable. Défileront à ses côtés 23 autres personnes, dont Max Berguin, champion de France de street, également licencié du club de Biarritz, ou encore Vincent Milou, skateur professionnel, champion d'Europe 2019 et plusieurs fois champion de France, qui occupera le poste de capitaine. Bravo Uma !

## Histoire d'une championne

Uma Schevenels est née à Bayonne, au sein d'une famille passionnée par les sports de glisse : ses parents, Laurie et Mathieu, ont pratiqué le snowboard en compétition. C'est le skateboard qui aura la préférence d'Uma, dès son plus jeune âge. En 2013, un bowl est en effet construit juste en face de sa maison de Bénesse-Maremne. Elle s'y rend après l'école pour s'occuper, avec ses amis ou encore son frère Iban, fan de surf. Peu de temps après, conquise par cette nouvelle activité, elle intègre le Santocha Surf & Skate Club, à Capbreton. Elle s'entraîne notamment en bowl, mais réalise rapidement que son élément, c'est le street, une discipline particulièrement technique qui consiste à enchaîner des figures variées en environnement urbain (sur des rampes, des escaliers, etc.). Elle intègre alors le célèbre club de skate de Biarritz, qui dispose d'un des plus beaux parcs de France et même d'Europe. Les compétitions débutent, ce qui va lui permettre d'être détectée et d'intégrer l'équipe de France. Un nouveau rythme s'installe. Les entraînements, les stages et les déplacements s'enchaînent, et les résultats sont là. Lors des championnats de France de street 2022, Uma termine 3e de sa catégorie ; en 2023, à Perpignan, elle est médaille d'or des U16, à 13 ans. Son objectif désormais : être prête pour les JO de Los Angeles 2028.

## UMA REMERCIE :

- Ses sponsors, pour leur soutien dans cette aventure :
- DC Skateboarding, Element Skateboards, Spy Optic et Wallstreet Skateshop (Biarritz),
- Ses parents et ses coachs,
- La Commune de Bénesse-Maremne et Hall4 Skateparks pour l'aménagement de l'aire de street,
- Le Collège d'Angresse, qui facilite son quotidien de sportive de haut niveau en aménageant ses horaires
- Pierre-Antoine Lalaude, photographe de tous les instants

@@chevenels



Photos  
@Pierre-Antoine Lalaude  
@pal\_photo



# Studio Kumiko :

## UNE MULTITUDE DE TALENTS POUR UN MAXIMUM DE BONHEUR

C'est en 2022 qu'Amélie, arrivant tout droit de Belgique, se lance dans une folle aventure : la reprise d'un local de la zone Pédebert, qu'elle nomme : Le Studio Kumiko. Perché en hauteur avec une vue imprenable sur les pins, un lieu convivial et novateur naît. Aujourd'hui, 19 femmes se partagent ce bel espace et vous proposent un beau programme sportif et une offre bien-être au top ! Découvrez ici un aperçu des prestations du Studio Kumiko.

**KUMIKO**  
578 av. de Pascouaou,  
zone Pédebert  
40150 SOORTS-HOSSEGOR  
☎06 48 05 26 42

🌐 <https://www.studiokumiko.fr>  
📷 @studio.kumiko  
📱 @StudiokumikoHossegor



## TATOUAGE

### RONA TATTOO

Au sein du Kumiko, retrouvez le studio privé de Rona et laissez-vous tenter par ses **tatouages fins et délicats**. Respect, empathie et bonne humeur sont les maîtres mots dans son studio. Contactez-la directement sur Instagram pour votre prochain tatouage !  
📷 @kona\_tattoo



## MASSAGES

### EMMA (DRAINAGE RENATA FRANCA ETC.)

Connaissant l'anatomie corporelle sur le bout des doigts, Emma est spécialiste de la **méthode brésilienne de drainage lymphatique manuel Renata França**. Elle pratique également des massages **musculaires et relaxants**.  
📷 @corpsaccord.hossegor 🌐 [www.corps-accord.fr](http://www.corps-accord.fr)

### AMÉLIE (MADEROTHÉRAPIE)

La maîtresse des lieux s'est formée à la **maderothérapie**, une technique de **drainage** faisant appel à des outils en bois. Les résultats sont multiples : réduction de la cellulite, meilleure récupération musculaire, et bien plus encore !  
📷 @maderolandes ☎06 48 05 26 42



## YOGA

Venez découvrir une offre très complète de styles de yoga : les cours peuvent être collectifs (au studio), ou privés (au studio, à domicile ou en extérieur) avec la professeure de votre choix.

### GABRIELLE (VINYASA)

Avec Gabrielle, **le yoga est à portée de tous !** Prenez soin de votre santé de manière **ludique** : méditation, respiration, étirements, équilibre, yoga dynamique, relaxation. Cours collectifs ou privés, de l'enfant à l'adulte. Tous niveaux ! 🌐 [www.gabriellecstex.com](http://www.gabriellecstex.com)  
📷 @yogaavecgabrielle ☎07 54 05 52 02

### MARIE -ÉMILIE (IYENGAR)

Aussi bien pour les débutants, afin d'installer les postures de bases, que pour les plus expérimentés, pour affiner les asanas. L'utilisation de matériel permet **d'adapter et d'approfondir les bienfaits de la pratique**. Également yoga de la femme, pré et post-natal.  
📷 @marieemyoga ☎06 04 46 76 59  
🌐 [www.marie-emilie-yoga.fr](http://www.marie-emilie-yoga.fr)

### ADÈLE

#### (YOGA MOBILITÉ, VINYASA, YIN YANG, HATHA)

Une approche **moderne et fonctionnelle**. Adèle vous guidera avec le sourire et sa good vibe. Yoga mobilité, Vinyasa, Hatha et Yin yang. Elle propose des cours au studio et en extérieur l'été, au lac d'Hossegor et face à l'océan. Event et séjour yoga, surf.  
📷 @adele.shakayoga 🌐 [www.shakayogahossegor.com](http://www.shakayogahossegor.com)

### ALICE ( HATHA FLOW)

Alice vous propose des cours de Hatha Flow. Une **pratique à la fois douce et dynamique**, qui joue avec les énergies du yin et du yang pour se sentir bien dans son corps et bien dans son esprit !  
📷 @aliceochro

### NOÉMIE (PRÉNATAL)

Formée au yoga prénatal via la **méthode De Gasquet**, Noémie vous accompagnera tout au long de votre grossesse afin de vous **préparer doucement à l'accouchement**. En plus de la pratique, Noémie est une oreille très attentive : elle saura **vous écouter, vous guider, vous rassurer**.  
📷 @bodycare\_yoga ☎06 31 23 56 43

### LÉA (VINYASA)

Ses cours de Vinyasa débutent par une prise de conscience statique, qui se poursuit par une **pratique fluide et logique**. La respiration rythme le mouvement et les enchaînements. La séance se finit par un retour au calme, lors d'une relaxation guidée ou musicale.  
📷 @oyananda.yoga ☎06 19 99 33 88



## DANSE / BALLET SHAPE

### MARIE (BALLET SHAPE)

**Inspiré de la danse classique et du Pilates**, le Ballet Shape allie renforcement musculaire profond, cardio, souplesse et mobilité articulaire. Il est accessible à tous. Le corps se sculpte, la posture s'améliore, les douleurs s'atténuent. 📷 @ballet.shape

### CHARLOTTE (STREET DANCE HALL)

Retrouvez Charlotte pour des cours de danse **modern'jazz, dancehall et street jazz**. Diplômée d'état, c'est avec amour et exigence qu'elle partage son art et vous fera voyager au travers de son univers, son vécu et ses expériences.  
🌐 [www.sol-art.net](http://www.sol-art.net) 📷 @sol\_art\_officiel ☎06 83 26 20 78

## BOXE / RENFORCEMENT / STEP

Estelle et Emma vous proposent des cours collectifs mais aussi des coachings privés.



### ESTELLE (BOXE ANGLAISE)

Vous rêvez de boxer mais n'avez jamais osé passer le cap ? Estelle vous accueille pour des **séances de boxe anglaise ludiques et accessibles à tous**, orientées cardio ou combat. Venez vous dépenser et découvrir les multiples bienfaits de cette activité !  
📷 @boxe\_avec\_estelle ☎06 81 06 00 78



### EMMA (RENFORCEMENT/STEP)

Véritable rayon de soleil et pleine d'énergie, Emma vous propose des cours de renforcement musculaire et de step, accompagnée de musique entraînantes ! **Venez sculpter votre corps, vous amuser et vous défouler dans la bonne humeur !**  
📷 @emmaacoaching ☎07 81 02 92 47

# PÂTISSERIE NICOLAS SERRANO

Le délicieux talent d'un enfant du pays



Depuis fin 2023, la cité marine compte une nouvelle adresse (très) gourmande. Pâtissier-chocolatier reconnu, Nicolas Serrano y a en effet créé avec son épouse Jessica une très jolie boutique-atelier, où il nous régale de ses irrésistibles créations.



Commandes et prestations événementiel possibles.



## Une expérience internationale

C'est dans la Pâtisserie Mandion d'Anglet, où ils exerçaient tous les deux il y a une vingtaine d'années, que Nicolas et Jessica se sont connus. Depuis, quel chemin parcouru ! En effet, après avoir travaillé pour plusieurs MOF (Meilleurs Ouvriers de France), Nicolas intègre l'École du Grand Chocolat Valrhona. Le pâtissier en plein essor devient ensuite directeur de la section pâtisserie au sein du réseau international d'écoles Le Cordon Bleu, d'abord à Madrid, puis à Shanghai. Le groupe Valrhona fait alors de nouveau appel à lui, pour concevoir cette fois-ci des recettes et cartes au sein de son secteur Recherche et développement.

C'est quand le manque de la famille se superpose au confinement que le duo décide de revenir s'installer dans les Landes. Tous deux ont le coup de cœur pour un local du boulevard Junqua, qui leur est proposé peu de temps après. Une nouvelle aventure commence.

**POUR PÂQUES :**  
nouvelles créations et nouvelle  
décoration par Jubee !



## Un savoir-faire d'exception

L'ambition de Nicolas et Jessica ? Comblent vos attentes en **vous proposant de bons classiques, tout en revisitant ces derniers d'une touche d'originalité.** Et il est vrai que la bergamote et la main de Bouddha ont tout pour sublimer la tarte au citron... De son séjour en Chine, Nicolas a également retenu l'art de **désucrier les desserts et de faire ressortir la subtilité de tous les arômes qui les composent.**

Derrière une apparente simplicité se cache ainsi un travail complexe : son chou à la crème comprend par exemple une pâte sablée croustillante, un cœur semi-liquide de praliné cacahuète, une crème légère à la cacahuète et une crème vanille. Les visuels, quant à eux, sont époustouflants d'élégance et de régularité. La grande verrière vous permettra d'ailleurs d'admirer le travail d'orfèvre de l'équipe.

## Des délices variés et qualitatifs

Aux côtés de ces magnifiques pâtisseries individuelles, vous trouverez de nombreuses gourmandises 100 % fait maison :

- Des viennoiseries et des jus de fruits / thés / cafés, pour un petit-déjeuner savoureux,
- Des gâteaux basques (crème ou cerise),
- Des tablettes de chocolat,
- Des bonbons au chocolat, disposés tels des bijoux dans leur magnifique écrin,
- Des macarons,
- Des tartinables (caramel beurre salé, pâte à tartiner noisettes, confiture de lait, confiture de fruits de saison, praliné noisette).

Et si vous vous installiez en terrasse pour un profitez ?

## PÂTISSERIE NICOLAS SERRANO

15, boulevard du Docteur Jonqua 40130 CAPBRETON

☎ 05 58 74 69 54

✉ patisserieserrano@gmail.com

📷 @patisserie.serrano f@Serrano Patisserie

Ouvert toute l'année, du mardi au vendredi de 7 h 30 à 13 h et de 14 h 30 à 19 h, le samedi de 7 h 30 à 19 h, le dimanche de 7 h 30 à 13 h.



# “LA VITA È DOLCE\*” AVEC DÉCO & GUSTO !

\*LA VIE EST DOUCE

Les beaux jours sont de retour et pour les célébrer, Jean-Philippe et Marie-Ena nous ont comme toujours concocté une offre à la fois originale et qualitative. Que vous soyez fan de déco ou amateur de gastronomie italienne, le coup de cœur est assuré !

## CÔTÉ DÉCO

Un vent de nouveauté souffle sur la boutique, avec l'arrivée de nombreuses pépites. On craque par exemple totalement pour la nouvelle collection de **Räder**. Elle rassemble d'irrésistibles **petits objets de décoration en porcelaine et céramique**, délicats et raffinés, proposés à des tarifs très abordables. Parfaits pour une idée cadeau comme pour se faire plaisir tout au long de l'année !

La marque **Serax**, quant à elle, nous a conquis par sa collection Marie Michielssen en **céramique non émaillée**. Son effet de matière brute s'inscrit à merveille dans toutes les ambiances nature. Si vous préférez les coloris pop, c'est la  **pomme Bull & Stein fuschia à effet velours** qui attirera votre regard. Autres pièces fortes chez Déco & Gusto : les **vases Serax + Ottolenghi, inspirés des formes et couleurs des masques siciliens**.

Vous recherchez une table basse ou un bout de canapé ? Les **tables Avio**, en chêne massif FSC et au design minimaliste, vous plairont à coup sûr.

En quête d'un tapis de qualité ? Craquez sans hésiter pour un **Kilim pure laine**, confectionné à la main entre Afghanistan et Pakistan.



Les arts de la table sont bien entendu à l'honneur eux aussi : deux nouveaux services, **Lunar et Maldives**, ont ainsi fait leur apparition en boutique. Enfin, on est séduits à 100 % par les **verres Fiorira en méthacrylate**. Résistants à la chaleur et supportant donc parfaitement le lave-vaisselle, ils sont aussi festifs que solides.



## CÔTÉ GUSTO

L'épicerie fine propose elle aussi de nombreuses nouveautés, toujours œuvres de producteurs rigoureusement sélectionnés. On saluera l'arrivée depuis la Calabre des huiles Lucangeli. Vous aurez le choix entre les versions "fruit mûr" (douce et parfumée) et "fruit vert" (plus amère et poivrée) et découvrirez également une huile d'olive à la bergamote aussi surprenante que délicate. Avec vos plats de poissons et desserts à base de fruits, elle créera l'accord parfait ! En parlant de poissons, nous vous recommandons également les filets de sardines pelés et sans arêtes Angelo Parodi, nichés dans leur adorable boîte vintage. Les chips artisanales au vinaigre balsamique ou à la truffe Fox ont également fait leur apparition, et seront des partenaires de choix pour vos pique-nique et apéritifs printaniers.

## LES RECETTES DU MOMENT

Comme une envie d'ensoleiller vos repas ? Préparez dans un premier temps une fricassée de légumes, composée de tomates, de courgettes, d'aubergines, de poivrons et d'oignons. Une fois que ceux-ci sont bien dorés, sublimez-les de morceaux de burrata fondante. Un régal !

Un peu pressé(e) aujourd'hui ? Pour vous régaler en un clin d'œil, les ravioles ricotta-citron sont parfaites. Il suffit d'une bonne salade verte et d'un filet d'huile d'olive pour les accompagner.



Pour vos apéritifs et cocktails dinatoires, laissez-vous séduire par les planches confectionnées par Jean-Philippe à base de charcuteries et d'antipasti de grande qualité. Succès garanti !

**DÉCO & GUSTO** Gastronomie italienne et design  
516, avenue du Touring Club  
40150 HOSSEGOR

☎ 05 58 77 67 62 ✉ [contact@deco-gusto.fr](mailto:contact@deco-gusto.fr)  
📷 [@decogustohossegor](https://www.instagram.com/decogustohossegor) 📺 [@decoetgustohossegor](https://www.facebook.com/decoetgustohossegor)

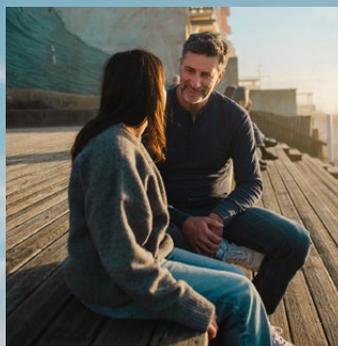
Ouvert toute l'année, du mardi au dimanche, de 9 h 30 à 13 h et de 15 h à 19 h (ouvert tous les jours durant les vacances scolaires, fermé le 25 décembre et le 1<sup>er</sup> janvier).

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.



Aidons Louise à vivre pleinement sa vie et à réaliser son rêve : " Marcher, toujours marcher ".

# Tous aux côtés de Louise !



**LE** 16 mai 2009, Louise Mortara naît avec plusieurs semaines d'avance et débute son existence sous haute surveillance. Peu de temps après, un examen révèle une hémorragie frontale entraînant une infirmité motrice cérébrale. La vie des jeunes parents, Olivier et Émilie, bascule. Pourtant, ils vont trouver la force d'avancer, tout mettre en œuvre pour accompagner au mieux leur enfant et l'aider à acquérir une autonomie de mouvement.

Pour faire un don ou acheter Les contes soufflés, rendez-vous ici :



[www.helloasso.com/associations/la-marche-de-la-poupee](http://www.helloasso.com/associations/la-marche-de-la-poupee)

Les entreprises peuvent également acheter des lots de livres, qui seront offerts à des établissements de soin, des lieux d'accueil, etc.

## Des thérapies coûteuses

Dès le diagnostic, Olivier va entamer de monumentales recherches à travers le monde pour trouver à sa fille les soins les plus adaptés et les moins invasifs possible. Louise va être opérée 4 fois à Barcelone, et y sera également suivie en rééducation fonctionnelle. Elle recevra 4 fois en Inde des soins ayurvédiques par Jag, dont l'oncle n'était autre que le yogi BKS Iyengar. Elle suivra la méthode Biofeedback à Miami. Aujourd'hui encore, elle doit être suivie très régulièrement par un kinésithérapeute spécialisé en neurologie.

Mais ces traitements, ainsi que les équipements nécessaires à Louise, coûtent chers, représentant plusieurs dizaines de milliers d'euros par an pour la famille.

## Comment aider Louise ?

En 2013, ses parents créent donc une association, La marche de la poupée, afin de financer ces voyages thérapeutiques. Formateur spécialisé en Capnotraining et fondateur de la méthode OM Alive, fondée sur la respiration, le mouvement et les relations, il également écrit un très bel ouvrage : Les contes soufflés. Soutenu par des experts internationaux, celui-ci propose 32 exercices de respiration (+ variantes) pour adultes et enfants, présentés sous forme de contes, afin de nous aider à limiter les effets répétés et agressifs des aspects anxiogènes de vies et à mieux gérer nos émotions. **Un joli cadeau à offrir ou à s'offrir, dont les recettes sont reversées à l'association.**

## Une jeune fille pleine de vie

Louise ne souffre d'aucun retard cognitif. Scolarisée en classe de 3e au sein du collège d'Angresse, c'est une élève curieuse, appliquée et douée. Passionnée de cinéma, elle a intégré l'école La Dune du Cinéma (Elsa Michel, Capbreton) et anime une chronique dédiée au 7e art sur Côte Sud FM. Elle rêve aujourd'hui de devenir actrice. Par ailleurs, elle retrouve avec joie ses amis lors de ses cours de danse au sein du Studio d'Arts Chorégraphiques de Capbreton. Un vrai modèle de résilience !

Néanmoins cette belle énergie est troublée non seulement par un légitime sentiment d'injustice, mais également par les difficultés d'accès aux infrastructures ou d'intégration. Il reste donc fondamental que tous, à notre niveau, luttons pour l'inclusion et l'accessibilité.

**LA MARCHÉ DE LA POUPÉE / OLIVIER MORTARA**

☎ 06 37 80 58 71

✉ [lamarchedelapoupee@gmail.com](mailto:lamarchedelapoupee@gmail.com)

🌐 [www.oliviermortara.com](http://www.oliviermortara.com)

📘 @La Marche de la Poupée

📷 @lamarchedelapoupee



Les contes soufflés

Olivier Mortara

Illustrations Anna Mandart et

Louise Mortara 96 pages, 55 €

Une version audio est en cours !



**ILS UTILISENT LES CONTES SOUFLÉS**

Colosse aux pieds d'argile,

Tremplin Autisme Isère,

Service de pédiatrie du

Centre hospitalier de la Côte basque,

Service de pédiatrie

du Centre hospitalier de Dax,

Médiathèques de Soustons et de

Seignosse et Bayonne, Infirmières,

Institutrices,

Parents, grands-parents, etc.

# À chacun sa solution d'ombrage, avec Vue extérieure

Le soleil nous donne indiscutablement le sourire, mais au moment du déjeuner en terrasse ou de la sieste au grand air, nous apprécions aussi une ombre bienfaisante. Et là, notre meilleur allié, c'est Vue extérieure, un superbe showroom où Sylvia et Arnaud nous proposent une gamme d'équipements aussi variée que qualitative. C'est parti pour la visite !

## LES PARASOLS, STARS INDÉMODABLES

Pratique et efficace, le parasol nous abrite du soleil en quelques instants. Sylvia a sélectionné pour vous satisfaire l'entreprise suisse **GLATZ, spécialiste du parasol depuis 125 ans**. Ce savoir-faire vous permet de personnaliser votre équipement selon vos besoins : rond, carré ou rectangulaire, sur mât fixe ou déporté, avec mât en bois ou en aluminium, de petite taille ou de très grande dimension, etc. Il existe même une option avec lumières Led ! La marque Vlaemyck vous propose quant à elle des parasols assortis à son mobilier de grande qualité, pour un esthétisme sans faille. Pour sécuriser l'installation de vos parasols, plusieurs types de socles sont disponibles : fixes, à roulettes, ou avec système de fixation invisible sous les terrasses en bois.



Vue extérieure se charge de la pose de vos équipements.

## AMBIANCE NATURE, AVEC LES OMBRIÈRES EN FIBRES DE COCO

Artisanales, durables, résistantes aux intempéries et imputrescibles, les ombrières La Scourtinerie se déclinent en 14 tailles et 3 formats (carré, rectangulaire et triangulaire). Des réalisations sur-mesure et des modèles renforcés sont également possibles. Elles s'installent en brise-vent, à l'horizontale, inclinées, sur support, etc. terrasses en bois.



Des produits idéaux pour les particuliers comme pour les restaurants, hôtels, cabanes de plage, etc.



## LES PERGOLAS : LA TECHNOLOGIE AU SERVICE DE VOTRE CONFORT

Véritable pièce supplémentaire pour votre habitat, la pergola se décline sous toutes ses formes. Grâce à l'expert français Biossun, vous trouverez notamment ici des pergolas bioclimatiques d'exception, d'une solidité unique et spécialement conçues pour résister aux embruns (labels Qualicoat et Qualimarine). Dimensions et couleur sur-mesure, options d'éclairage, de stores automatisés, de rideaux ou encore de vitres, modes bioclimatique ou étanche, pose en îlot ou façade, modèle rétractable : rien n'est impossible pour Vue extérieure !

## LE RETOUR ULTRA-MODERNE DES STORES-BANS

Pour concevoir sa gamme de stores-bans, c'est le fabricant aveyronnais **Albigès** qu'Arnaud a choisi. Ce dernier collabore lui-même avec 4 entoileurs différents, vous garantissant ainsi un large choix de couleurs, de matières et de grammages. Motorisés ou non, verticaux, avec rétractage automatique ou pas, avec un coffrage ou un lambrequin (pouvant être floqué) : ces produits sur-mesure s'adaptent à toutes vos envies.



## VUE EXTÉRIEURE

34, avenue des charpentiers Z.A. Pédebert 40150 SOORTS-HOSSEGOR  
 ☎ 05 58 90 64 35 ✉ [contact@vuexterieure.com](mailto:contact@vuexterieure.com) 🌐 [www.vuexterieure.fr](http://www.vuexterieure.fr)  
 📷 @vuexterieure 📺 @ Vue Extérieure

Jusqu'au 31 mars 2024, ouvert du mardi au samedi, de 10 h à 12 h et de 14 h à 18 h.  
 À partir du 1<sup>er</sup> avril 2024, ouvert du lundi au samedi, de 10 h à 12 h et de 14 h à 19 h.  
**Déplacement sur site possible dans le 40 et le 64.**



# VOUS AIMEZ DÉJÀ LAKE HOUSE ?

Voici une belle aventure gourmande comme on les aime chez Slowly. Tout commence il y a 3 ans, lorsque Corinne et Béatrice, deux amies de longue date, obtiennent une concession au bord du lac d'Hossegor, cet endroit magique où elles aiment tant marcher. Elles s'associent pour y créer la très chouette Lake House et en confient les fourneaux à Arnaud Laborde. L'alchimie est telle que, animés par l'envie de nous régaler toute



## LAKE HOUSE RESTAURANT : bientôt la réouverture

L'inspiration, Arnaud la trouve auprès de sa femme Lu, originaire de Chine, et de leurs nombreux voyages en Asie. C'est d'ailleurs elle qui officie désormais aux fourneaux de la Lake House en tant que chef. En résulte une carte originale, proposant par exemple des moules façon Tom Yum, un tigre qui pleure ou encore des crispy chipirons, plat signature des lieux. Au fil des saisons, burrataï, tartares et tataki font leur apparition, jamais sans leurs notes de gingembre, basilic, wasabi, kumquat et autres touches exotiques. De nombreuses propositions végétariennes / végan sont également au menu. On apprécie le sublime panorama sur le lac, idéal pour déguster un cocktail, l'accueil convivial et la douceur de l'art de vivre à la landaise. Une adresse 100 % chill incontournable, l'une des rares des Landes à être répertoriée sur Le Fooding ! Lake House réouvre le week-end de Pâques. Alors à très bientôt sur la plage !



*Un emplacement de rêve, parfait pour un break les pieds dans le sable !*

### LAKE HOUSE RESTAURANT

2467, avenue du Touring club  
40150 HOSSEGOR

☎ 05 58 57 46 80  
📷 @lakehousehossegor  
📱 @Lake House Hossegor



Ouvert de Pâques à la Toussaint, en moyenne saison du mercredi au dimanche, en juillet et en août 7j/7, de 9 h 30 à 23 h.  
Capacité : 80 personnes.



# VOUS ALLEZ ADORER TÒA RESTAURANT !

l'année et de s'exprimer pleinement dans une grande cuisine, Corinne, son mari Frédéric et Arnaud s'associent ensuite pour fonder TÒA restaurant. Depuis le 3 janvier dernier, on y retrouve les saveurs envoûtantes qui font le succès de l'équipe, le tout à des tarifs accessibles.

## TÒA RESTAURANT : nouvelle adresse coup de cœur à Pédebert

Le ravissement commence dès que l'on passe la porte : les lieux ont été totalement réaménagés par Sandra Forrest (Studio d'architecture 30.02) et son réseau d'artisans locaux. Ils profitent désormais de jolis volumes et d'une décoration à la fois chaleureuse, soignée et originale. On adore la verrière XXL, les grandes tables parfaites pour les groupes et bien entendu la cuisine totalement ouverte. On y admire les gestes experts d'une équipe passionnée et la beauté des flammes, tandis que d'irrésistibles odeurs parviennent jusqu'à nous. Ici, on retrouve naturellement la cuisine sincère d'Arnaud, 100 % maison, faite avec le cœur et des produits de qualité, souvent locaux (poissons du port de Capbreton, fruits et légumes Barajas, pain La Grigne, etc.).

TÒA est la transcription phonétique du mot « table » en thaïlandais, et c'est autour de ce symbole de partage que nous vous invitons à vous retrouver pour savourer tous ces délices.



### TÒA RESTAURANT

421, avenue de Pascouaou Z.A. Pédebert 40150 SOORTS-HOSSEGOR

☎ 05 58 47 87 33 🌐 [www.toarestaurant.fr](http://www.toarestaurant.fr) 📷 @toarestaurant

Ouvert toute l'année, les lundis, mardis et mercredis de 12 h à 15 h, les jeudis, vendredis et samedis de 12 h à 23 h.

Capacité : 80 personnes.



### ON CRAQUE POUR :

- Le bento du midi (5 éléments, 18 €), parfait quand on travaille dans les alentours,
- La tortilla vietnamienne au crabe,
- L'aubergine confite aux condiments thaï et brisures d'halloumi,
- Le cru de poisson du moment, selon arrivage,
- Les poissons, gambas et brochettes d'agneau à la braise,
- La côte de cochon laquée aux épices en cuisson basse température,
- Le riz au lait de coco, caramel passion et noix de pécan caramélisées.



Privatisation possible pour tous vos événements privés ou professionnels, avec prestations sur-mesure.

# LES AMBITIEUSES : réseau professionnel 100 % féminin, 100 % inspirant !



*Mesdames, vous êtes entrepreneuses ou porteuses de projets ? Vous occupez un haut poste de dirigeante ? Le réseau novateur d'Olivia Roucoules est fait pour vous !*



## DU LUXE À LA PROMOTION DU BUSINESS LOCAL

Sa carrière, Olivia Roucoules l'a commencée à Paris, dans le secteur exigeant de l'événementiel de luxe. Avec Pierre Bergé et Yves Saint-Laurent pour patrons, elle intègre l'école de la rigueur et de l'excellence. Installée dans les Landes, elle prend la direction de Dando Gourmet, avant de devenir directrice commerciale de l'Hôtel-spa Le Splendid, à Dax. En charge de 13 salles de séminaires, elle collabore régulièrement avec différents réseaux de professionnels. Aussi, quand elle quitte l'établissement, c'est riche de rencontres avec des femmes passionnantes. Subjuguée par leur talent, elle décide de leur consacrer la prochaine étape de sa vie professionnelle : la création d'un réseau de business décontracté féminin, qui mettra ces pépites en relation.



Chez Toa  
restaurant à  
Hossegor

## RENCONTRER ET APPRENDRE POUR GRANDIR ENSEMBLE

Ce réseau, elle le souhaite naturellement moderne et haut de gamme. Il rassemble aujourd'hui ses adhérentes cinq fois par an. Chaque édition se tient dans un lieu différent et ultra qualitatif de la région : 70 hectares, Tóa, etc. Un thème est chaque fois défini, en fonction des actualités et des problématiques des Ambitieuses. Car ici, on fait certes de sympathiques et productives rencontres, lors des speed business meetings notamment, mais on apprend également beaucoup, par exemple lors des tables rondes. Intégrer Les Ambitieuses, c'est donc s'offrir la possibilité de monter en compétences tout au long de l'année et de pouvoir partager son savoir-faire avec le réseau.

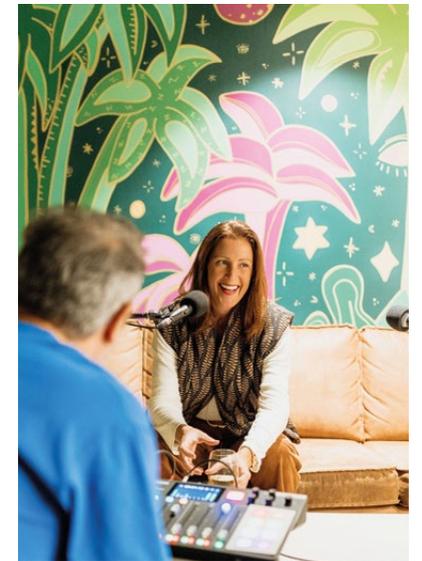
## UNE ÉMULATION BÉNÉFIQUE

Les Ambitieuses se retrouvent chaque fois avec joie et impatience : bienveillance, partage et écoute sont toujours au rendez-vous. Dans la sororité, la parole se libère facilement, on partage les succès comme les échecs et chaque événement entraîne inmanquablement un nouvel élan. Rejoindre Les Ambitieuses, c'est aussi ;

- Intégrer un réseau qui souvent se suffit à lui-même et privilégie les compétences internes,
- Bénéficier d'une mise en avant sur Instagram via des reportages et interviews,
- Se créer de nombreuses opportunités d'affaires, sans obligation de recommandation.

*Les entretiens d'adhésion commencent en mars 2024 pour la rentrée prochaine. Avec 40 places maximum et un seul talent par métier, mieux vaut ne pas tarder.*

*Olivia anime bénévolement son réseau : elle est experte en démantèlement immobilier au sein du groupe Renée Costes Viager depuis bientôt 2 ans. Elle surfe sur une niche très tendance : le marché de l'immobilier en viager et nue-propriété. Elle a également créé une société d'événementiel totalement dédiée aux Ambitieuses : L'Échappée. Car elle est avant tout, elle aussi, une entrepreneuse pleine d'énergie !*



Chez Hejmo à  
Hossegor

## LES AMBITIEUSES

Olivia Roucoules

☎ 06.23.97.36.60

📷 @lesambitieuses\_hossegor

Adhésion annuelle : 290 €, avec 5 rendez-vous entre septembre et juin (en semaine, hors vacances scolaires).





Entre Les Landes, le Gers et le Pays basque, c'est une histoire d'amour...

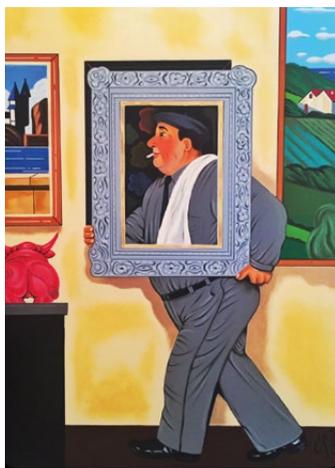
Pas toujours mais dans cette page, ce sont les idées, le talent et le terroir qui se conjuguent cordialement.

Derrière un tableau qui vous séduit, un plat qui vous ravit et même un verre de vin, il y a une volonté, une ambition, il y a donc un Homme.

Les personnages qui vont suivre affichent haut les couleurs du Sud-Ouest, ils nous racontent comment ils sont arrivés au bout de leur projet et c'est toujours romanesque.

Vous qui portez des valeurs dans le cœur, un savoir-faire et l'affection de notre région, faites-le nous savoir : Bon, c'est de l'heure de l'apéro !

► slowlymag@gmail.com



### Aski : changer de vie !

" Mon père me disait : peintre ce n'est pas un métier ! "

" Pour vivre, j'ai fait la plongée au bar Jean , "

" Mes personnages sont ronds, voluptueux, je n'ai jamais peint de femmes maigrettes ! , "

Patrick Cossu quitte Nîmes il y a quarante-cinq ans pour s'installer à Biarritz, il travaille tout d'abord dans le prêt-à-porter puis se fâche très vite avec ses employeurs, il multiplie alors les petits boulots alimentaires comme plongeur et autres... Totalement autodidacte et influencé par Botero, il décide un jour de changer de cap et se lance dans la peinture figurative et naïve. C'est bien pour cela que son surnom nous interpelle : Aski ! ce qui veut dire « assez » en basque, assez de cette vie de galère, en avant la vie d'artiste ! Et il a bien fait : Aski est devenu une figure du Sud-Ouest, ses toiles sont un hymne au Pays basque et à son savoir-vivre : des comptoirs de restaurant avec des bonhommes autour, les marins et la vie du port, des pottoks dans la vallée, un couple dans une berline de luxe le long de la corniche à Biarritz. Un coup de pinceau mordant, des couleurs rutilantes et généreuses, son art se vend dans une vingtaine de pays et on ne peut rester insensible à cette invitation au voyage en Euskadi. On souhaite à cet homme affable et sensible de nous émerveiller encore et encore...  
<https://aski-art.com/>



### Cyril Laudet : Vigneron des sables

A la tête du domaine Laballe à la frontière des Landes et du Gers, Cyril nous parle avec technicité et passion de son métier et de ses projets. Sa famille s'est lancée dans l'aventure agricole en 1820 à travers l'exploitation de l'Armagnac puis, le vin qui arrive sur les terres grâce à son grand père. Mais l'idée de Cyril en 2011, c'est de s'implanter sur le domaine de la Pointe à Capbreton et d'en faire le seul domaine viticole en sable de l'océan en France.

Le " vin des sables " voit le jour en 2018 et, en 2021 il est certifié bio.

" C'est une réelle ambition que d'améliorer l'outil de travail ici et d'être apprécié par les gens du coin. "

Vous pouvez aller visiter le site de Capbreton et découvrir des vignes à 2 pas de l'océan, ce n'est pas banal !

A noter que des événements sont organisés sur place, des concerts, des dégustations bien sûr, alors à vos agendas !

<https://domainelapointe.fr/>

# Je récupère après le surf

avec Adèle

Adèle donne 5 cours chaque semaine au Studio Kumiko pour différents niveaux, styles et besoins de chacun en yoga, vous retrouvez toutes les infos sur son site web [Shakayogahossegor.com](http://Shakayogahossegor.com) ou instagram [@adele.shakayoga](https://www.instagram.com/adele.shakayoga).



C'est au Studio Kumiko dans un cadre naturel et calme que Adèle Shaka Yoga, offre une approche moderne et fonctionnelle du yoga, adaptée aux besoins de chacun.

En tant que surfeuse, le yoga est un outil essentiel de son quotidien, l'aidant à se préparer avant et à récupérer après ses sessions de surf.

Chaque semaine au Studio Kumiko dans la zone Pédebert à Hossegor, elle enseigne un yoga mobilité spécialement conçu pour préparer le corps au surf ou juste pour améliorer votre mobilité et renforcer vos muscles profonds. Voici un échantillon de quelques postures de yoga recommandées après une session de surf pour favoriser la récupération et améliorer votre mobilité.



Chien tête en bas (adho mukha svanasana)

Les pieds à plat si possible, les bras tendus pour former un V avec votre corps, inspirez et expirez profondément. Si vous débutez et que ça tire beaucoup derrière les mollets pliez légèrement les jambes et levez les talons, gardez le dos bien plat. La posture du chien tête en bas soulage les tensions dorsales en étirant et renforçant les muscles du dos. Elle vient également étirer vos ischio-jambiers.



Fente haute en torsion main au sol (Parivrtta Anjaneyasana)

Un genou plié devant vous et l'autre jambe tendue derrière vous. Tournez le torse vers le genou plié. Placez la main opposée au genou plié sur le sol ou sur la cheville pour soutenir votre posture. Étirez l'autre bras vers le haut en direction du plafond. Cette posture vient étirer et renforcer les muscles du dos. Grâce à la torsion de la colonne vertébrale, on vient soulager les tensions accumulées par le surf.



Posture de la tête au genou (Parivrtta Janu Sirsasana)

Étendez une jambe devant vous et pliez l'autre genou, en le laissant tomber sur le côté. Tournez votre torse vers la jambe étendue et amenez votre main ou bras si possible le long de la jambe. L'autre bras vers le ciel en prolongation de l'oreille. Cette posture aide à renforcer et à assouplir les muscles du dos, des hanches et des ischio-jambiers

YOGA MOBILITÉ

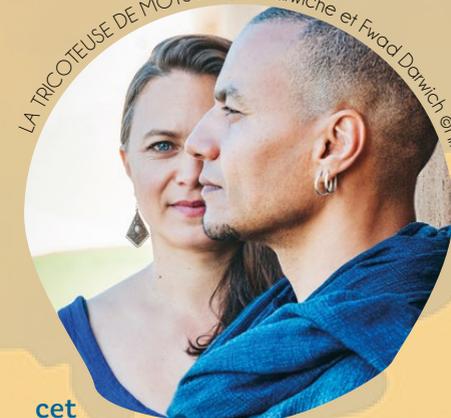


# Festival du conte,

une 35<sup>e</sup> édition  
au bord de l'eau



LA SEXUALITÉ DES INSECTES... / Yannick JAULIN



LA TRICOTEUSE DE MOTS / Layla Darwiche et Fwad Darwich et Hind Halliche

La longévité de cet événement incontournable de la région parle d'elle-même : depuis déjà 35 ans, le Festival du conte réjouit petits et grands par son offre variée et qualitative.

Pour cette édition très spéciale, les spectacles côtoieront l'océan. En effet, la Ville de Capbreton, la librairie Le Vent Délire et les associations Solycate et Grain de Sel transformeront l'esplanade de la Liberté en un fabuleux village où viendront s'exprimer les artistes. La salle Ph'Art du Casino municipal sera elle aussi investie par les talents.

La programmation honorera à la fois les artistes qui ont marqué l'histoire du festival comme de nouveaux conteurs. Au programme : créations, performances, conférences et rencontres, soit 29 rendez-vous proposés par 24 artistes et 2 classes de l'école élémentaire Saint-Exupéry de Capbreton.



WET SIDE STORY / Cie Mechanic



LEVEN CULISANT DES ROMANS D'AMOUR / Lénéaïc Eberlin ©Cie Bardar

Découvrez Jihad, Layla et Najoua Darwiche, Ladji Diallo, Lénéaïc Eberlin, Michel Faubert, Jean-Jacques Fdida, Marien Guillé, Yannick Jaulin, Daniel L'Homond, Pépito Matéo, Frédéric Naud, Abbi Patrix, Myriam Pellicane, Gérard Potier, Alberto Garcia Sanchez, Nadine Walsh ou encore les compagnies de rue : J'ai vu Louisa, Leandro et Mechanic. Le tout présenté par Yohann Métay, maître de cérémonie du festival.

La thématique 2023, qui avait connu un franc succès, sera reprise cette année. Langues, cultures et récits du monde occuperont donc le devant de la scène et seront gage de pluralité, de richesse et de partage !

## FESTIVAL DU CONTE

Conte / arts de la rue / chant / magie / musique

Du 8 au 11 mai à CAPBRETON

Billetterie : Office de tourisme de Capbreton au 05 58 72 12 11

Festik sur [www.capbreton.festik.net](http://www.capbreton.festik.net)

Programme détaillé sur [www.capbreton.fr](http://www.capbreton.fr)



# L'agenda de mars avril

**TOUS LES MERCREDIS SOIR JUSQUE FIN AVRIL**  
Nocturnes au spa Dune & Eau. Voir p. 8.



**DU VENDREDI 15 ET DIMANCHE 17 MARS ALLEZ ON DANSE, DE VIVIEN LHÉRAUX, PAR LES ATELIERS D'ARMANDO ET LES « PARFOIS 7 » (THÉÂTRE)**  
Studio 40 (au-dessus des halles)  
SOORTS-HOSSEGOR  
Participation libre.  
Réservation sur le site de l'Office de tourisme.

**SAMEDI 16 MARS CONCERT DE JOTA B - SPÉCIAL SAINT-PATRICK**  
20 h 30, Le Tube-Les Bourdaines, SEIGNOSSE

**SAMEDI 16 MARS ET DIMANCHE 17 MARS**



**CETASEA FESTIVAL**  
Un événement incontournable pour tous les passionnés de mammifères marins, parrainé par Jean-Marc Barr.  
Réservation sur Helloasso « Cetasea Festival 2024 »  
CASINO MUNICIPAL DE CAPBRETON

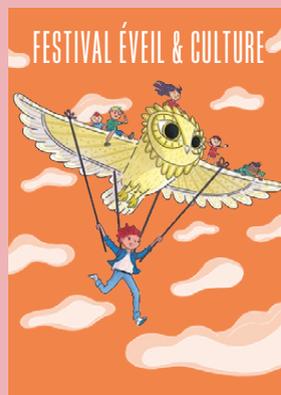
**DIMANCHE & CIE !**  
TOURNEE SPECTACLES EN FAMILLE



- DE 12 ANS : GRATUIT  
ADULTES : 5 €  
Billetterie des spectacles sur cc-macs.org : <https://billetterie.festik.net/mac/s/>



**LES 19, 23 ET 24 MARS**



Pôle Sud, Saint-Vincent-de-Tyrosse  
**FESTIVAL (TRÈS) JEUNE PUBLIC - DE 0 À 5 ANS**  
Dans le cadre de la semaine nationale de la petite enfance, le festival Eveil & culture revient cette année à Pôle Sud avec des propositions de spectacles et d'ateliers pour les petits spectateurs et leurs parents.

Tarifs spectacles :  
adulte : 5€  
gratuit - de 12 ans  
Ateliers et conférences :  
gratuit sur réservation  
Billetterie et réservations sur cc-macs.org : <https://billetterie.festik.net/mac/s/>



**DU VENDREDI 22 AU DIMANCHE 31 MARS SOUTH TOWN JAZZ FESTIVAL SOUSTONS**



**SAMEDI 23 MARS LES PAPETS, DE FRANCIS CANCE, PAR PATRICE BEZIAT ET FRANCIS CANCE**  
Studio 40 (au-dessus des halles)  
SOORTS-HOSSEGOR  
Participation libre.  
Réservation par SMS au 07 69 40 25 41.

○○○○



**BIEN, REPRENONS, de et par Roman Gigo-Gary, Cie Détachement International du Muerto Coco (THÉÂTRE)**  
À partir de 10 ans  
Organisé par l'association  
Scène aux champs  
20 h 30, La Mamisèle, Saubrigues

**SAMEDI 23 MARS CONCERT DE SOUL LEMONADE**  
Organisé par Landes Musiques Amplifiées  
19 h 30, Bistro Kantxa, Saint-Vincent-de-Tyrosse

**VENDREDI 29 MARS SOIRÉE D'OUVERTURE DES HALLES DU PENON, AVEC CONCERT DE REPRIS DE JUSTESSE**



**DIMANCHE 31 MARS JOYEUSES PÂQUES !**

○○○○

**CONCERT DE MANON GASSENG**  
à 12h aux halles du Penon SEIGNOSSE



○○○○  
**COURSE DES 10 MILES DES BAÏNES**  
Départ devant le CERS à 9 h 30 - Course enfants 1 km à 9 h 45, 2 km à 10 h.  
CAPBRETON

**VENDREDI 5 AVRIL CONCERT DE LEKYEKYEKU** à 19h  
aux halles du Penon SEIGNOSSE



**DIMANCHE 7 AVRIL • POULETTE-CREVETTE, PROPOSÉE PAR LA CIE LA BALEINE-CARGO** dans le cadre de la tournée des spectacles en famille

« Dimanche & Cie »  
À 10H + 11H + 16H  
À MESSANGES, dans la salle des associations  
Théâtre et musique / dès 18 mois / Durée 30 mn  
- DE 12 ANS : GRATUIT  
ADULTES : 5 €  
Billetterie des spectacles sur cc-macs.org : <https://billetterie.festik.net/mac/s/>



**VENDREDI 12 AVRIL**



**Jazz / Latin - Cuba CONCERT DE ANA CARLA MAZA, PREMIÈRE PARTIE OKALI**

Organisé par l'association Scène aux champs  
20 h 30, La Mamisèle, Saubrigues

**VENDREDI 12 AVRIL CONCERT DE FRIES**  
à 19h aux halles du Penon SEIGNOSSE



**DIMANCHE 14 AVRIL CONCERT DE THE BARD EXPERIENCE**  
à 12h aux halles du Penon SEIGNOSSE



**VENDREDI 19 AVRIL CONCERT DE OGS**  
Organisé par Landes Musiques Amplifiées  
19 h 30, Bistro Kantxa, SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE

**VENDREDI 19 AVRIL CONCERT DE GAUME**  
à 19h aux halles du Penon SEIGNOSSE



Suite page suivante

# LIBEREZ LE POTENTIEL DE VOS IDEES !!!



Création & reprise d'entreprise

## 26<sup>EME</sup> EDITION • SALON ENTREPRENDRE dans les LANDES®

|                    |                  |                        |                       |
|--------------------|------------------|------------------------|-----------------------|
| <b>04</b><br>AVRIL | <b>06</b><br>JUN | <b>27</b><br>SEPTEMBRE | <b>19</b><br>NOVEMBRE |
| SOUSTONS           | MONT DE MARSAN   | ST-PAUL-LÈS-DAX        | BISCARROSSE           |

**8h30 > 12h30**




**DU VENDREDI 19 AU  
DIMANCHE 21 AVRIL**



**INFINITY TRAIL 2024**  
Une boucle de  
6,7 km autour du lac  
d'HOSSEGOR, à faire toutes  
les heures jusqu'à ce qu'il  
ne reste plus qu'un !

**DIMANCHE 21 AVRIL**

**CONCERT DE  
WOOD SPECIES**  
à 12h aux halles du Penon  
SEIGNOSSE



**DIMANCHE 21 AVRIL**

**CONCERT DE  
COSTAL STRINGS**  
à 19h aux halles du Penon  
SEIGNOSSE



**SAMEDI 27 AVRIL  
CONCERT DE  
KANAZOÉ ORKESTRA  
(MUSIQUES DU  
MONDE)**

Organisé par l'association  
Scène aux champs  
20 h 30, La Mamisèle,  
SAUBRIGUES

○○○○

**SAMEDI 27 AVRIL  
SPECTACLE  
LES MURMURES  
D'ANANKE, PAR  
LE COLLECTIF ARPIS**

À partir de 6 ans  
20 h 30, espace culturel  
Roger Hanin, SOUSTONS

**VENDREDI 3 MAI**

**ENTRE COUR  
ET JARDIN, PAR  
LA COMPAGNIE  
DES BALADINS  
D'AQUITAINE  
(THÉÂTRE)**

Organisé par Landes  
Musiques Amplifiées  
20 h 30, Scène du cinéma,  
SAINT-VINCENT-DE-  
TYROSSE

**DU MERCREDI 8 AU  
SAMEDI 11 MAI**

**FESTIVAL DU CONTE  
CAPBRETON**  
Voir également p. 42/43.



**DU LUNDI 8 AVRIL AU  
VENDREDI 3 MAI**

**PÔLE NAUTIQUE  
YACHT CLUB LANDAIS**

ÉCOLE FRANÇAISE DE VOILE  
SORTIE VOILIER



STAGES & COURS PARTICULIERS :  
OPTIMIST - STAND UP PADDLE  
CATAMARAN - MULTI-ACTIVITÉS

PLAGE DU REY - LAC D'HOSSEGOR  
PORT DE CAPBRETON

**STAGES & COURS  
PARTICULIERS**  
à partir de 6 ans  
Optimist, Stand-up  
paddle, Multi-activités &  
Catamaran

**SORTIE PLAISANCE -  
PORT DE CAPBRETON**  
[www.yachtclublandais.fr](http://www.yachtclublandais.fr)

Tél. : 05 58 43 96 48  
Plage du Rey, Lac  
d'Hossegor



## HERM, COUP DE CŒUR DE MON PETIT COIN MERVEILLEUX

Une deuxième opération est en cours dans ce charmant village idéalement situé entre forêt, océan, services et cures thermales. La livraison des 47 lots aura lieu en mars 2025.

# À HERM, VOTRE PETIT COIN MERVEILLEUX

*Devenir propriétaire d'un terrain viabilisé et d'une habitation légère de loisirs (HLL) à des tarifs défiant toute concurrence, ça vous tente ? Mon petit coin merveilleux, spécialisé dans la transformation de campings en parcs résidentiels de loisirs (PRL) à cession de parcelles, vous propose des lots uniques au cœur de la pinède. Et si vous vous offriez un haure de paix ?*

### COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Derrière ce projet audacieux se trouve l'équipe de commercialisation des Résidences de vacances Soleiluna. Riches de 15 ans d'expérience dans les métiers de l'immobilier, ces experts de l'investissement foncier placent depuis 2019 leur savoir-faire au service de la vente de terrains et d'habitats de loisir en pleine propriété. Après le Var, les Bouches-du-Rhône et le Gers, c'est dans les Landes et la Corrèze qu'ils ont trouvé leurs nouveaux terrains de jeux.



La formule  
terrain  
+  
mobil-home d'occasion  
est accessible  
à partir de  
89 900 euros !

### LE SAVIEZ-VOUS ?

1/3 des acquéreurs vivent à moins de 100 km du lot qu'ils achètent.

## DES OPPORTUNITÉS ACCESSIBLES AU PLUS GRAND NOMBRE

Mon petit coin merveilleux vous propose 3 offres :

- **L'achat d'un terrain nu viabilisé** (eau, électricité, tout à l'égout, téléphone) pouvant recevoir une habitation légère de loisir ;
- **L'achat d'un terrain équipé d'un mobil-home neuf ou d'occasion** (certains lots comportent même déjà un habitat de 10 à 15 ans à rénover, vendu au prix symbolique d'un euro avec le terrain) ;
- **L'achat d'un terrain équipé d'un chalet.**

Ce type de lotissement reste encore rare en France, le plan local d'urbanisme n'y étant pas toujours favorable. **Quelques terrains sont encore disponibles à Herm, profitez-en !**



## TOUS LES AVANTAGES DU CAMPING, SANS LES INCONVÉNIENTS !

La livraison des lots de Herm aura lieu fin mars 2024. Le site a été entièrement rénové. Il sera **ouvert toute l'année et protégé par accès sécurisé**. Ses propriétaires y profiteront d'une **piscine** et d'un **boulodrome**, qui seront autant d'espaces de convivialité, ainsi que d'un service de **conciergerie** (gestion locative, etc.).

Chez Mon petit coin merveilleux, il n'existe **ni obligation de changement dans la durée de votre HLL, ni obligation de marques**, ce qui constitue une liberté très appréciable. Par ailleurs, **aucun droit d'entrée ni de sortie** n'est demandé et les charges de copropriété sont très basses (moins de 100 € par mois). Enfin, pas de risque d'être expulsé (ce qui peut arriver en camping), puisque **vous êtes chez vous**, sur votre terrain !

## UNE TRANSACTION 100 % SÉRÉNITÉ

Ici, vous bénéficiez des mêmes garanties que lors d'un achat immobilier "classique" : il s'agit d'un **achat en pleine propriété avec acte notarié**. Cette solution pérenne est ainsi synonyme de **sécurité absolue et d'un fort potentiel physique et financier** : vous avez la possibilité d'améliorer votre habitat et votre terrain à votre guise, et de louer cet ensemble en saisonnier. Sérieux sans se prendre au sérieux, Mon petit coin merveilleux est le partenaire idéal pour un achat plaisir.

### LA SOLUTION PARFAITE POUR :

- Investir dans une zone en plein essor ;
- S'offrir une résidence secondaire où se détendre ;
  - Préparer sa retraite ;
  - Recevoir des proches ;
  - Générer des revenus locatifs.



Domaine de l'herminière  
55, chemin du tuc 40990 HERM

☎ 05 31 48 73 26 ou

Adrien au 07 87 72 94 30

🌐 [www.monpetitcoinmerveilleux.fr](http://www.monpetitcoinmerveilleux.fr)

📘 @ Monpetitcoinmerveilleux

📷 @ monpetitcoinmerveilleux





# La Lunetterie Landaise



Votre 2ème paire correctrice solaire pour 1 €\*

ACCUEIL, ÉCOUTE, CONSEIL  
[www.lalunetterielandaise.fr](http://www.lalunetterielandaise.fr) • f i

Ray-Ban®

Persol®

VUARNET  
PARIS

OAKLEY

MINIMA  
LUNETTES MINIMALISTES

Mauri Jim®



Nos marques  
de créateurs  
locaux

SEA2SEE

FRENCH RETRO®

etnia O.  
BARCELONA

VOGUE  
LUNETTES

Julbo

WOOW



VOTRE OPTICIEN SPÉCIALISTE  
DE LA VISION DES ENFANTS\*  
Nouveau label depuis avril 2023.



EQUIPEMENT DU SPORTIF\*  
Lunettes galbées adaptées à votre vue.  
Venez nous demander conseil.

Hossegor • Peyrehorade • Tarnos

\*Voir conditions en magasin, demandez conseil à votre opticien