

ICIMAGAZINE

L'actu des commerces & entreprises près de chez vous !



PAGE 3

Les Jardins d'Arcadie

Un cadre de vie serein



Le Martray

Hôtel-restaurant

En mars 2022, Marie et Laurent deviennent les troisièmes heureux propriétaires de l'hôtel-restaurant Le Martray. D'origine lyonnaise, le couple décide de poursuivre son expérience d'accueil touristique dans une région chargée de souvenirs ! En collaboration avec un cabinet d'architecture, ils renouvellent les lieux dans un esprit "résolument Ré", jouant avec des couleurs douces, pastel et boisées. L'hôtel dispose de 15 chambres conviviales et le personnel de l'hôtel se montre particulièrement serviable. Certains apprécieront une sublime vue sur l'océan, tandis que d'autres préféreront le charme des marais. Côté restaurant, Marie et Laurent mettent en avant une carte de produits frais et locaux. Vous profiterez d'une terrasse arborée, d'un bar ouvert toute la journée, offrant un large choix de vins. Venez découvrir ce lieu emblématique entre mer et marais rassemblant Rhétiens et voyageurs de tous horizons !

🏠 Fermé dimanche soir et lundi. 10 route d'Ars à Ars-en-Ré. Tél. 05 46 29 40 04.
www.hotel-le-martray.com
contact@hotel-le-martray.com
 📍 Hôtel Le Martray
 🍽️ Hôtel restaurant Le Martray



AG Clim 17

À votre disposition

UNE ENTREPRISE SPÉCIALISÉE DANS L'INSTALLATION, L'ENTRETIEN ET LE DÉPANNAGE DES CLIMATISATIONS ET POMPES À CHALEUR.

AG Clim 17 répond à toutes vos demandes, en matière de PAC air-air, air-eau ou de climatisation. Vous avez prévu de faire remplacer votre chaudière fioul ou gaz ?

AG Clim 17 effectue l'installation, la maintenance et le dépannage des pompes à chaleur et de la climatisation.

L'équipe de cette entreprise locale vous accompagne dans les démarches administratives afin que vous puissiez bénéficier des aides de l'état et/ou de la prime CEE. Sachez qu'AG Clim 17 assure aussi un service de révision des pompes à chaleur air-air ou air-eau ainsi qu'un service de dépannage. Envie de découvrir le matériel installé par la société ? Venez au showroom !

Les + : RGE Qualipac - Devis gratuit.

📞 Tél. 05 46 55 14 83. agclim17@gmail.com
www.agclim17.fr



PAGE 3

Musée-boutique de la sardine

Visite et saveurs



PAGE 14

Phaz'elec

Un électricien disponible et réactif !



La clinique du mobile

Réparation d'écran, changement de batterie, accessoires



REDONNEZ UNE SECONDE VIE À VOTRE APPAREIL

- **Réparation smartphones et tablettes**
- **vente de téléphones reconditionnés**



le mobile
rochelais

OFFRE DE FORFAITS MOBILE

- Service client local
- Couverture France & UE
- Conseil en magasin
- Remise sur réparations
- Prêt de téléphone
- Échange d'accessoires



 **Ancré sur son territoire**

Retrouvez-nous dans notre réseau de boutiques ou sur Internet

SAINT-MARTIN-DE-RÉ
C/commercial des Corsaires

LA FLOTTE-EN-RÉ
8 rue la Croix Michaud



WWW.CLINIQUE-DU-MOBILE.FR
WWW.LEMOBILEROCHELAIS.FR





ICIMAGAZINE CHEZ
TOUS LES ANNONCEURS
PRÉSENTS DANS LE
MAGAZINE. AINSI QUE :

Dans chaque commune du nord au sud (de Rivedoux aux Portes) : Tous les offices de tourisme, toutes les mairies, cabinets médicaux, supermarchés (Leclerc, Intermarché, Carrefour Market, épicerie et supérettes, La Ferme des Producteurs ReUnis (Au Bois-Plage)), les boulangeries (sauf La Couarde), les bureaux de tabac, et PMU, tous les commerces présents dans le magazine en cours, la Maline à La Couarde, le musée Ernest Cognacq à St-Martin, Les Frères de la Côte à Ars, les laveries automatiques, la pharmacie de La Couarde, le Café de La Plage à La Couarde, le Café Les Colonnes, le Lever du Soleil, le PMU, à St-Martin, certains hôtels de luxe (Hôtel de La Jetée, Hôtel de Toiras, Le Peu Breton, Hôtel de La Marée, Hôtel Le Martray...), certains campings (Camping de l'Océan, Camping des Dunes, Camping Les Grenettes)...

ÉDITION & RÉALISATION
Groupe Icimédia
5, route des Mosaïques
17610 Chézac
Tél. 05 46 74 26 26
info@icimagazine.com

DIRECTEUR DE PUBLICATION
Laurent Hervé
RESPONSABLE DE PRODUCTION
Sandra Lais
RÉDACTION
Anne-Sophie Grenier
Margaux Courtécuisse
Mélanie Da Cunha
Vanessa Rakotobe
Stéphanie Guérineau
CORRECTION
Frédérique Gareyte
GRAPHISME
James Célabert
Victor Chentrier
IMPRESSION
Imprimerie Fabrègue
DISTRIBUTION
BOÎTES AUX LETTRES
Pays de l'île de Ré :
15 000 ex. par MédiaPost
ISSN 2108-3509

CONSEILLÈRE EN COMMUNICATION
PAYS DE L'ÎLE DE RÉ



Caroline Vespignani
07 71 32 27 43
caroline@icimagazine.com

Toute reproduction même partielle du contenu est interdite sans l'accord écrit du magazine. Tous les reportages d'entreprises, commerces et associations à but lucratif sont à caractère publi-informatif et relèvent de la responsabilité des annonceurs.



Les Jardins d'Arcadie

Un cadre de vie serein

DÉBUT 2022, UNE NOUVELLE RÉSIDENCE SERVICES POUR SENIORS OUVRIRA SES PORTES AU BOIS-PLAGE-EN-RÉ.



Créés en 2006, Les Jardins d'Arcadie ont ouvert en France une cinquantaine de résidences seniors et prévoient la réalisation de 40 nouveaux projets à l'horizon 2025. Envie d'en savoir plus ? Rendez-vous sur leur site www.jardins-arcadie.fr

Située à l'emplacement de l'ancien hôtel Les Gollandières, au cœur du Bois-Plage-en-Ré, la résidence services pour seniors Les Jardins d'Arcadie offrira un cadre de vie propice à la sérénité.

Les personnes âgées apprécieront d'habiter à deux pas de l'océan et des commerces, pour se sentir totalement autonomes et impliqués dans la ville.

La structure comptera 99 appartements, du simple T1 au T3. Cette résidence n'est pas un EHPAD car les logements sont loués à des retraités encore autonomes et actifs qui recherchent de la sécurité, de la convivialité et du confort. Les résidents peuvent vivre seuls ou en couple sans aucun souci.

Avec des services inclus dans la redevance mensuelle, comme la conciergerie, la présence du personnel 24h/24, le ser-

vice de coordination ou encore les animations, cette nouvelle résidence se veut un lieu plein de vie où règne sérénité, autonomie et liberté.

Pour se libérer des contraintes du quotidien, chaque locataire choisit, selon ses besoins, des prestations qui lui facilitent la vie : restauration 7j/7, aide à domicile, blanchisserie... Le salon ou encore la salle d'animation sont des lieux propices aux rencontres. Des échanges, des conférences et différents partenariats avec la vie associative locale seront organisés pour donner, aux résidents et non-résidents, la possibilité de découvrir des activités et d'y participer.

Envie d'en savoir plus et de visiter les appartements témoins ? Rendez-vous dans l'espace commercial des Jardins d'Arcadie !

22, avenue de la Plage à Bois-Plage-en-Ré. Tél. 08 00 00 63 15 (service et appel gratuits).

À REDÉCOUVRIR

Musée-boutique de la sardine

Visite et saveurs

QUE FAIT CETTE SARDINE À VÉLO À RIVEDOUX ?

La réponse se trouve dans cet endroit éclectique qu'est le Musée-boutique de la sardine, situé à Rivedoux-Plage. Vous y découvrirez les deux cents ans d'histoire de la conserverie, grâce à plus de 800 pièces rassemblées et exposées : boîtes de sardines, objets publicitaires, plans, cartes postales anciennes, etc. Agnès Gay et Jean-Paul Sonner viennent de reprendre la boutique, créée il y a 3 ans par Serge Léger. Fraîchement débarqués de Bourgogne, ces heureux nouveaux propriétaires vous accueillent chaleureusement. C'est par l'intermédiaire de l'émission SOS village de TF1 qu'ils ont décidé de se lancer dans cette aventure afin de pérenniser l'existence de ce lieu plein d'attrait. Vous pourrez y acheter les délicieuses sardines "La Maraisienne", en bocaux et en boîtes, aux saveurs de l'île de Ré : pineau, fleur de sel, miel et moutarde, salicorne et macaron (plantes des marais). Ces produits sont tous issus d'un circuit court et l'objectif des propriétaires est d'étoffer la boutique de nouvelles denrées venant de producteurs locaux.

Dans cet espace original, à la fois boutique et musée, la sardine est mise à l'honneur sous de nombreuses formes et attise la gourmandise, la curiosité et la nostalgie de chacun.

Ouvert du mardi au samedi, 10h-12h30/16h-19h, et le dimanche, 10h-12h30.
183 rue Albert Sarraut à Rivedoux-Plage. Tél. 06 65 16 37 51.
www.museedelasardine.com





La Java des Baleines

CONCERTS, SPECTACLES, BAR ET FOOD TRUCKS À L'ÎLE DE RÉ

VIVEZ UN MOMENT INOUBLIABLE !

Situé à l'entrée du village de Saint-Clément, le chapiteau-guinguette La Java des Baleines est un lieu unique qui réunit les Rhétois trois mois par an, depuis 2018. Ce festival accueille un public multigénérationnel et de tous horizons, dans un cadre festif, atypique et surprenant, éveillant les sens et la curiosité de chacun. Gérée par l'association locale "Label Oyat", la partie culturelle et artistique du festival est axée sur le développement d'une programmation qui valorise les talents de l'île de Ré. Avec plus de soixante spectacles et concerts par an, ce festival est l'un des principaux lieux de diffusion artistique de Charente-Maritime. Telle une place de village à l'ambiance conviviale, La Java des Baleines est un espace où il fait bon vivre avec les autres. Vous y trouverez de nombreuses animations, stages et ateliers, ainsi qu'une aire de jeux pour enfants et le plaisir de pouvoir vous restaurer sur place, grâce aux food trucks ! Découvrez la programmation de l'été sur www.lajavadesbaleines.fr et franchissez les portes d'un univers plein de surprises, aux allures de cirque !

Nouveauté du mois de juin 2022 : Vibrez au son du flamenco, de la rumba et du jazz manouche lors du festival de musique "Gipsy Island", avec, entre autres, la présence des musiciens du groupe Gipsy Kings !

Terre-plein du Moulin Rouge, 1 rue de la Mairie à Saint-Clément-des-Baleines.
Tél. 06 35 30 01 10. djukbaa@yahoo.fr



BRÈVES

Rénovation énergétique des logements

Les services du CRER (Centre régional des énergies renouvelables) proposés par la communauté de communes, avec le soutien de la Région Nouvelle-Aquitaine et de l'État, délivrent des conseils gratuits, neutres et indépendants. Conseiller énergie : Tél. 05 49 08 24 24.

Concours d'écriture

Sujet : "Ma vie de légume" ! De la graine à la casserole ou au compost, imaginez et racontez en un maximum de 500 mots, cette vie de légume. Les participations sont ouvertes jusqu'au 10 juillet. Médiathèque de Sainte-Marie-de-Ré. Tél. 05 46 43 91 80 ou mediatheque@saintemariedere.fr

Permanence

Un agent des finances publiques vous accueille tous les mercredis matin, de 9h15 à 12h, à l'Espace France Services de Saint-Martin-de-Ré. 17 rue Kemmerer (bureau de Poste).

Système de télé alerte

La commune de Loix a mis en place un service gratuit d'alerte et d'information par message vocal, message texte sur mobile et courriel à destination des administrés. Pensez à mettre à jour vos coordonnées en cas de changement de numéro de téléphone ou courriel. <https://loix.fr/>



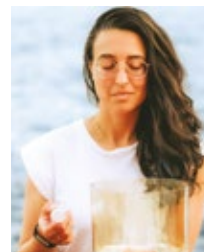
Esprit Pop

Vente et dépannage informatique - numérisation

Redécouvrez et partagez votre histoire en faisant numériser vos films photo et vidéo ! Pour particuliers et professionnels. Enlèvements et livraisons possibles. Devis personnalisés.

Île de Ré et ses alentours.

11 zone Les Clemorinands à Sainte-Marie-de-Ré.
Tél. 06 15 03 22 89. esprit.pop.info@gmail.com



Anne-Sophie

Tomas-Gautier

Ateliers méditation et bain sonore

Découvrez les ateliers collectifs de méditation et bain sonore avec Anne-Sophie, à La Java des Baleines et à Ars-en-Ré (15 €/pers), ou les ateliers individuels/en petit groupe à domicile (prix selon le nombre de participants).

Tél. 06 64 87 20 70.
andsomeditation.com



Hoomy

Votre conciergerie à l'île de Ré

CONCIERGERIE LOCATIVE QUI ACCOMPAGNE LES PROPRIÉTAIRES DE RÉSIDENCES SECONDAIRES DANS LA GESTION DE LEUR BIEN, MON VOISIN MARTIN S'AGRANDIT AVEC HOOMY.

Grâce à cette collaboration, les propriétaires de résidences secondaires situées à l'île de Ré, bénéficient désormais de nombreux services et d'une équipe disponible et à leur écoute. Ils profitent d'une solution complète, clés en main. Gestion locative, conciergerie, protection de l'habitat, fiscalité, financement, amélioration de l'habitat... Hoomy gère tout de A à Z pour vous apporter sérénité, plaisir et bien-être.

2 bis rue des Culquoiles à La Flotte-en-Ré.
Tél. 02 55 07 10 11. happycontact@hoomy.fr
hoomy.fr - Hoomy sans souci



Laurent Berger

Spécialiste viager et vente à terme

POURQUOI VENDRE EN VIAGER ?

Pour augmenter votre pouvoir d'achat (petites retraites), pour continuer à vivre dans votre logement (habitudes, voisinage, commerces...), pour choisir un logement plus commode (moins grand, plus fonctionnel...), pour percevoir une rente mensuelle à vie (plus de loisirs, plus de soins, moins de dépendances financières pour la famille...), pour ne plus payer l'impôt foncier, pour ne plus payer les gros travaux... Il y a de nombreux avantages à vendre en viager. Vous souhaitez plus d'informations ? Laurent se déplace gratuitement à votre domicile pour une étude personnalisée.

Laurent Berger, conseiller viager secteur île de Ré. Tél. 07 80 55 02 84.



Scannez le QR code et renseignez les activités et les animations que vous organisez dans votre commune sur notre site icimagazine.com !



DU 1^{er} JUILLET AU 27 AOÛT

Charlilou

Le couple et duo musical Charlilou Loverdose est en tournée en Charente-Maritime. Découvrez la poésie et la douceur de son univers musical, puisant son inspiration à l'île de Ré et dont les sons, rythmes et textes résonnent à l'étranger. Entre accords mélodieux et voix suave, laissez ce duo bercer votre été par sa musicalité.

➤ Renseignements sur charlilou.com et au 06 67 46 05 49.



En juillet

LE 1^{er} ET LE 12 / OISEAUX

Partez à la rencontre des oiseaux, de la nature et des paysages des marais, avec un animateur de la LPO. Tarif : 6 €. 9h-11h30. Renseignements sur www.maisondufief.fr et au 05 46 29 50 74.

À Ars-en-Ré

1 LE 2 / SPECTACLE

Mister tambourine man, un spectacle clownesque de la compagnie L'envers du décor, mis en scène par Karelle Prugnaud. Tarifs : de 7 à 17 €. À 20h30. Renseignements sur www.lamaline.net et au 05 46 29 93 53.

Salle La Maline, 19 avenue du Mail à La Couarde-sur-Mer.

DU 3 AU 4 / VOILE

Naviguez en course ou en rallye lors du Tour de Charente-Maritime, une épreuve sportive ouverte à

tous les amoureux de voile. Gratuit. 10h-17h30. Renseignements et réservations sur www.tourdelacharentemaritimealavoile.fr et au 05 46 34 67 83.

Port de Saint-Martin-de-Ré.

JUSQU'AU 26 / VISITE

Percez les secrets du fort La Prée lors d'une visite familiale, sous la forme d'une chasse aux trésors ludique ! Tarif adulte : 6,50 €, enfant : 5 €. À 14h30.

Renseignements sur fort-la-pee.com et au 05 46 09 73 33. Route de Rivedoux à La Flotte.

DU 21 JUILLET AU 4 AOÛT / FESTIVAL

Profitez de 16 concerts gratuits dont 8 en plein air, lors de la 35^e édition du festival Musique en Ré où le célèbre artiste Vincent Peirani sera l'invité d'honneur. Renseignements sur www.musique-en-re.com



et au 05 46 09 06 30
Place de l'Eglise au Bois-Plage-en-Ré.

En août

2 LE 1^{er} / TWIRLING

Venez découvrir et vous essayer au twirling, une discipline sportive mêlant danse, gymnastique et mouvements de bâton. Gratuit. 18h-22h. Renseignements sur www.leboisplage.com et au 05 46 09 23 11.

Guinguette de la place du Marché au Bois-Plage-en-Ré.

LE 4, 11 ET 18 / RIVEDOUX FOLIES

Les commerçants de Rivedoux vous font déguster leurs spécialités culinaires, lors d'une soirée conviviale face à la mer ! Accès libre. Sans réservation. À 19h. Renseignements sur www.rivedoux-plage.fr et au 06 64 35 80 00.

Esplanade de la Mer,



avenue Gustave Perreau à Rivedoux-Plage.

LE 11 / MISSION RÉ-CYCLAGE

La COVED vous apprend à adopter les bons gestes de tri, à travers des animations ludiques pour petits et grands. Gratuit. Toute la journée. Renseignements sur www.coved.com. Esplanade du Peu Ragot à La Couarde-sur-Mer.

3 LE 18 / VIDE-GARAGES

L'association Les Portes en fête a organisé un circuit de vide-garages dans la commune de Portes-en-Ré. L'occasion de découvrir le village tout en chinant ou de faire du tri dans sa maison ! Tarif : 15 €. Toute la journée. Renseignements au 09 67 44 67 73.

LE 19 / CINÉMA

Pédalez, alimentez et visionnez ! La Couarde organise un "ciné-cyclo" en plein air.



une activité originale pour tout public. Gratuit. À 22h. Marché du Mail, avenue du Mail à La Couarde-sur-Mer.

En septembre

LE 4 / MARCHÉ

Trouvez de beaux souvenirs et cadeaux au marché de l'artisanat créatif de Rivedoux. Accès libre. 9h-14h. Renseignements au 05 46 09 39 39. Esplanade de la Mer à Rivedoux-Plage.

1 LE 5 / HISTOIRE

Découvrez les secrets historiques de l'île de Ré, en compagnie du Conteur de l'histoire ! Une visite inoubliable pour petits et grands. Tarif adulte : 10 €, enfant : 6 €. À 20h30. Renseignements sur www.leconteurdelhistoire.com et au 05 46 09 20 06. Avenue Victor Bouthillier à Saint-Martin-de-Ré.



Kapalouest Tous à bord

LE TOP 3 DES MOTIVATIONS POUR UNE BALADE À LA VOILE

Vous prévoyez de flâner à La Rochelle cet été ? Voici 3 raisons de programmer un tour en mer avec Kapalouest. Primo : pour le panorama sur la cité millénaire et la découverte incomparable du littoral, des îles ou du fort Boyard ! Segundo : pour la parenthèse de bonheur d'une balade au gré du vent, loin des foules... Tertio : pour le partage entre amis ou en famille d'un souvenir mémorable, guidé par un équipage sympathique... Du matin jusqu'au coucher du soleil, Kapalouest vous embarque dans une ambiance décontractée, festive ou romantique. Vous pouvez apporter vos pique-niques ou apéros, ou choisir les options qui s'offrent à vous. C'est ça, l'esprit de liberté !

À noter : En juillet/août, Kapalouest élargit son offre avec des tours dans la baie de La Rochelle, sur un bateau traditionnel en bois.

➤ 4 rue de la Désirée à La Rochelle. Tél. 05 46 44 97 67. infos@kapalouest.com - www.kapalouest.com



Dany Petit conseil

L'accompagnement viager et immobilier

Le viager est une solution de confiance pour les seniors qui souhaitent rester chez eux sereinement sans changer leurs habitudes.

"En qualité d'expert viager et immobilier, ma démarche est de vous écouter, comprendre vos besoins, trouver la solution la plus adaptée à votre situation et vous accompagner tout au long de la vente jusqu'à la signature de l'acte notarial.

Le siège social étant à Saintes, je me déplace dans les secteurs de La Rochelle, l'île de Ré, Royan, Oléron et Saintes".

➤ Tél. 06 40 40 85 92. À Saintes. contact@danypetit-conseil.fr www.soluuvia.fr



Donin

CHANTEUR, COMÉDIEN ET AUTEUR

Figure emblématique de l'île de Ré, Donin ravit petits et grands avec l'univers festif et poétique de ses spectacles. Cet été, rendez-vous tous les mercredis à 18h sous le chapiteau de La Java des Baleines de Saint-Clément, pour découvrir : Jeux de bain, Cœur lourd-Cœur léger, Jazz boat, Le camelot de trémolos et Le Bal des loustics. Depuis 1983, Donin interprète ses chansons pour enfants en direct de son "Manège en chanteur", sur la place du marché d'Ars-en-Ré,

tous les matins de l'été. Les 19 et 20 juillet, Donin participera au 1^{er} festival Les Martinelles, au parc de la Barbette de Saint-Martin-de-Ré.

À noter : Donin jouera dans la pièce de théâtre "Mémé Ré et l'océan", avec la compagnie Les Tardigrades. À Rivedoux le 10 juillet, à Sainte-Marie les 8 et 15 juillet, 19 et 26 août et le 3 septembre. Renseignements au 06 27 46 34 57.

🏠 Donne un Spectacle production, à Saint-Martin-de-Ré. Tél. 06 31 07 45 78.
contact@doninspectacle.com - www.doninspectacle.com - 📱 Donin île de Ré



Harmonie Intérieurs

Organisation et rangement

Retrouvez bien-être et harmonie dans votre organisation personnelle, professionnelle ou familiale ! Fabienne, home et office organiser, vous apporte un éclairage dans votre organisation. Elle accompagne particuliers et professionnels dans le tri, le désencombrement, le rangement et aide à remettre de l'ordre (papiers, bureaux, maisons, appartements, locaux professionnels). À votre écoute, elle vous prodigue conseils et méthodes dans votre quotidien, ainsi que dans tout changement de vie (déménagement, emménagement, départ en résidence senior ou Ehpad...).

Les + : Un rendez-vous diagnostic gratuit - Intervention dans les dép. 17, 79, 85 et en distanciel.

📞 Tél. 06 68 37 89 80.
contact@harmonie-interieurs.fr
www.harmonie-interieurs.fr



Biscuiterie de Ré

Irrésistible, tout simplement !

SUCRÉS OU SALÉS, DÉCOUVREZ DES TRÉSORS GUSTATIFS MADE IN ÎLE DE RÉ !

Le goût de la tradition

Depuis plus de 20 ans, Daniel et son équipe fabriquent avec passion un grand choix de gourmandises. Vous êtes invités à passer à la boutique pour tester le goût unique des sablés à la fleur de sel, aux algues, des galettes et des croquants, et 3 sortes de sablés apéritifs... À l'heure du petit-déjeuner et du goûter, l'incoronable brioche à la crème fraîche et les cakes sucrés comblent le palais des plus exigeants. Tous les biscuits sont pur beurre, sans additif ni conservateur.

La Biscuiterie de Ré : une adresse à croquer !

Pour faire plaisir à vos proches, l'équipe vous conseille les paniers garnis, que vous pouvez aussi composer vous-mêmes.

Le "P'tit labo"

En juillet et août, rendez-vous dans ce point de vente pour y trouver brioches, cakes, "quard'heure" au pineau, gâteau choco-orange, congolais, madeleines, etc.

Tous les jours de 7h30 à 13h, place des Tilleuls à la Noue.

Toute l'année

Le paradis des gourmands se trouve à la biscuiterie de la Zac des Clémorinants ! Dégustation et vente de produits locaux tels que confitures, caramels, miel, sel, pastis de Ré et vins de la Cave des vigneron.

Parking gratuit.

📍 Rue des Clémorinants, La Noue à Sainte-Marie-de-Ré.
Tél. 05 46 43 89 06. www.biscuiteriedere.fr





Depuis 1999, Jean-Luc, artisan menuisier, donne vie à tous vos projets. Sa mission : concevoir des espaces esthétiques et fonctionnels.

NOUVELLE ADRESSE



Retrouvez l'entreprise au
3 rue de La Gralette à Nieul-sur-Mer.

Grâce à un local plus spacieux, la capacité de production a augmenté. Une nouvelle adresse, un cadre plus grand et du matériel de pointe : bienvenue à la Menuiserie de Chavigny !



De la création à la fabrication

Menuiserie traditionnelle (bois, aluminium, PVC) : charpente, fermettes, fenêtres...



Menuiserie intérieure : parquet, escalier, terrasse...

Aménagement des pièces de vie : cuisine, dressing, meubles sur mesure, banques d'accueil, modules de rangement...

Un artisan à l'écoute

Faire appel à la Menuiserie de Chavigny, c'est faire le choix de la qualité : des conseils de pro, un esprit créatif et des finitions impeccables !

Plus d'informations sur
www.menuiserie-dechavigny.fr



Les + :

- Étude personnalisée de vos projets • Conseils adaptés
- Tous budgets • Neuf ou rénovation • Technicité • Savoir-faire
- Professionnalisme • Recyclage des chutes de bois.

3 rue de La Gralette à Nieul-sur-Mer. Tél. 05 46 35 19 22.
menuiseriedechavigny@wanadoo.fr
www.menuiserie-dechavigny.fr





Marché du centre



Marché du Mail

DU CÔTÉ DES

marchés de La Couarde- sur-Mer

DEUX MARCHÉS

Aux beaux jours et de bon matin, quoi de plus agréable qu'une petite balade parmi les odeurs et les couleurs du marché. La Couarde n'a pas un mais deux marchés où l'on trouve principalement des produits frais et de saison. C'est aussi l'occasion d'y rencontrer des artisans passionnés dont certains ont été récemment récompensés...



Pâtisserie Sédou

SÉDOU

La pâtisserie Sédou, dont Peggy Luton est la gérante, a reçu le label "Artisans Gourmands", décerné par la chambre des métiers et de l'artisanat Nouvelle-Aquitaine. Ce label défend le fait maison, la transmission du savoir-faire, l'innovation des produits et le service de proximité. Alors que les Artisans Gourmands doivent cuisiner du fait maison pour au moins 80 % des produits de leur activité principale. Sédou est une pâtisserie 100 % artisanale (pas de produits préparés industriels ou de colorants chimiques) dont les ingrédients utilisés sont :

farine et chocolat bio, œufs Bleu-Blanc-Cœur, beurre AOP Poitou-Charentes et crème d'Isigny. Jamais de gélatine animale !

KAPIR BLANDIN

Ce jeune Couardais de 19 ans, employé à la poissonnerie Vernet, a été récompensé par trois médailles d'or à l'issue des différentes épreuves du concours du Meilleur apprenti de France dans le métier de poissonnier, écailler et traiteur.

Kapir a fait son apprentissage au lycée maritime et aquacole de La Rochelle. Son professeur de coupe l'a inscrit aux différents concours.

Il a été récompensé en novembre 2021, et la remise des prix a eu lieu en mars 2022 au théâtre Châtelet à Paris. Au-delà des médailles, Kapir aime tout simplement son métier.



Kapir Blandin



BRÈVES

Le marché du Mail

Le marché du Mail, situé sur l'avenue du Mail, est une construction, datant de moins de dix ans, qui a été conçue pour un fonctionnement à double vitesse avec deux halles imbriquées, une bonne gestion des déchets, un accès livraison... La grande halle fonctionne en pleine saison et en demi-saison, avec une capacité d'accueil de 12 commerçants et la petite halle, ouverte en pleine saison, porte la capacité totale du marché sous les halles à 20 commerçants. Le parvis du marché accueille, à l'extérieur, environ 30 commerçants.

Le marché du centre

Situé à 450 m des halles du Mail, au pied de l'église de La Couarde-sur-Mer, ce marché organise chaque premier samedi du mois un "Marché du Terroir". Prochaines dates : les 2 juillet, 6 août et 3 septembre 2022.



Fromage & Crème en Ré

Des fromages de qualité toute l'année !

Après avoir été responsable de magasin en vente de produits alimentaires pendant 3 ans, Séverine Louppe décide de se lancer dans une nouvelle aventure. Au marché de La Couarde, elle travaille durant deux ans au côté de monsieur Georgelet qui lui transmet la passion du fromage. En 2020, Séverine accepte de reprendre le commerce avec enthousiasme. La jeune femme a toujours voulu créer sa société et offrir des produits de qualité à ses clients. C'est désormais chose faite ! Venez découvrir dans cette fromagerie, en fonction des saisons, une large gamme de produits savoureux, que vous ne trouverez dans aucune grande surface.

Le + : Ouvert toute l'année, les jours de marché.

📞 Tél. 06 32 93 07 04.



Jeromada

Sacs et chapeaux en fibre naturelle

Profitez du soleil avec les beaux accessoires de chez Jeromada ! Depuis 2017, Jérôme Noyau vend des chapeaux, sacs et pochettes en fibres de raphia. Cette matière naturelle est très appréciée quand vient la belle saison, pour sa légèreté et son subtil parfum végétal. Issus de l'artisanat équatibale européen et étranger (France, Italie, Madagascar), tous les articles que vous trouverez à ce stand sont fabriqués à la main et au crochet. Trouvez votre bonheur parmi une gamme d'accessoires mixtes, qui vous apporteront style et confort tout au long de l'été.

📍 À découvrir aux marchés de Bois-Plage-en-Ré et de La Couarde-sur-Mer : tous les jours 9h-13h30. Au marché des Portes-en-Ré : mercredi, samedi et dimanche 9h-13h30.
jeromada@gmail.com



Les Bouchers Régionaux Enseigne autonome

LE BARBECUE DES BOUCHERS !

La saison des barbecues est ouverte ! Pour ravir les papilles de vos invités, privilégiez le choix de viandes de qualité, en vous rendant chez les bouchers régionaux. Ils vous accueillent avec bonne humeur au marché de La Couarde, dans leur tout

nouveau camion, autour d'une sélection de viandes à griller (porc, bœuf, agneau, veau, etc.), de préparations faites maison (saucisses et brochettes) et de grillons et farcis charentais. Vos bouchers s'engagent à vous fournir le meilleur de la filière bovine régionale et française : blonde d'Aquitaine, viande d'Aubrac et viande limousine "or rouge". Expérimentez une offre locale qui s'adapte à votre budget et à toutes vos envies culinaires, pour un été savoureux !

📍 8h30-13h. En juin : du vendredi au dimanche. En juillet et août : du mercredi au dimanche.
Au marché de La Couarde et à celui du cœur de village. Tél. 05 46 37 78 36 (magasin de La Rochelle).
www.lesbouchersregionaux17.fr



C'est vous qui le dites !

UN MARCHÉ À L'AMBIANCE CONVIVIALE.

Question : qu'est-ce que vous appréciez au marché de La Couarde ?

1/ Bertrand et Jacques : "Je vis dans l'île la moitié de l'année. Jacques et moi avons l'habitude de nous retrouver au marché de La Couarde pour voir les camelots, qui sont tous des copains. C'est l'occasion de faire des emplettes et de prendre un verre ensemble dans un lieu de rencontre incontournable et chaleureux, où l'on prend plaisir à être entre amis. Ici, le maître-mot est la convivialité, partagée par toutes les générations : cette convivialité contribue grandement à la qualité de vie du village toute l'année. Même pendant la haute saison, on prend le temps de partager des moments agréables entre commerçants et badauds."

2/ Christine : "Je vis à La Couarde et j'apprécie les différents stands, la variété des produits et des étals toujours bien garnis du marché. Je fais toujours un tour chez les 3 Fred : Freddy, pour les plats cuisinés, Frédo pour les fruits et légumes et Fred pour la poissonnerie. Ensuite, je prends le temps de boire un café en toute convivialité chez Dom', le caviste. Les commerçants sont très agréables, à l'écoute des clients ; ici, on trouve toujours ce que l'on cherche. J'aime le marché de La Couarde ! Le grand plus : c'est ouvert toute l'année !"

3/ Didier : "Ancien Rhétais, je vis à La Rochelle et travaille en tant que menuisier à l'île de Ré. J'aime ce marché, car j'y retrouve tous mes copains que je connais depuis tout petit : Dom' le caviste, ou encore Benoit d'Italie et Compagnie. Venir au marché, c'est le plaisir de retrouver les copains, tout le monde se connaît et ce lieu d'échange et de convivialité permet de ne pas se perdre de vue."

4/ Jérôme : "Je réside à Saint-Clément et je vais aux halles pour retrouver mes amis et partager un moment chaleureux. Ici, on prend plaisir à faire son marché, car les produits sont d'excellente qualité et les camelots, sympathiques. On trouve de tout, de l'apéro jusqu'au dessert."



Poissonnerie Vernet

Votre poissonnier de La Couarde

DÉLICES DE LA MER

Au marché de La Couarde, il y a un banc où l'on revient bien volontiers, tant le choix et la qualité sont au rendez-vous ! Depuis 8 ans, Frédéric Vernet et ses partenaires vous servent le meilleur des produits de la mer, en prenant le temps de vous livrer des conseils, dans la bonne humeur. Ainsi, vous repartez toujours avec de bonnes idées de recettes et de techniques de cuisson ! Sur place, tout est issu de la pêche locale, hormis le saumon et les crevettes. Frédéric se fournit à la criée de La Rochelle chaque nuit, vous garantissant l'extrême fraîcheur et la parfaite qualité de ses produits dont les arrivages sont réguliers. Poissons, coquillages et crustacés sont sélectionnés en

fonction des saisons et sont transformés à la minute et à la demande : préparation des filets ; cuisson des langoustines et des homards ; réalisation de tartares, ceiches ou sashimis, etc. Avec le retour de la période estivale, savourez de délicieuses préparations froides telles que le gravlax, les rillettes et les soupes maisons. La poissonnerie Vernet réalise de beaux plateaux de fruits de mer pour toutes les occasions, n'hésitez pas à commander le vôtre !

Nouveauté : Découvrez le poisson fumé, une délicieuse spécialité signée Vernet, à retrouver dans tous les points de vente ! (Cuisson effectuée dans le fumoir de la nouvelle poissonnerie, au 26 route d'Ars à La Couarde).

📍 **Marché couvert des Halles, 31 avenue du Mail à La Couarde-sur-Mer, ouvert tous les jours 8h30-13h30.**
Tél. 07 89 06 88 85. 📧 poissonnerieurnet



Italie Et Compagnie

Buen appetito

Pour apporter du soleil dans vos assiettes, Benoit a pensé à tout ! Avec un arriage régulier de produits italiens, "il buon gusto" se décline sous toutes ses formes : charcuterie, huile d'olive, vinaigre, saucisson, risotto, tapenades, olives, pâtes sèches... De quoi vous mettre l'eau à la bouche ! Un rendez-vous incontournable chaque matin au marché de La Couarde.

Bonne dégustation à tous !

Le + : La qualité indéniable.

📍 **Au marché de La Couarde-sur-Mer.**
Tél. 06 18 10 37 51.



Blanc de Rouge Votre cauviste couardais

LA PASSION DES BONNES SAVEURS

Cauviste depuis 1999, Dominique Migaud a ouvert sa cave à vin à La Couarde-sur-Mer il y a 3 ans. Ce commerçant est très apprécié de sa clientèle locale et touristique grâce à un accueil convivial, une longue expérience et de bons conseils. En boutique, découvrez une belle gamme de vins issus de nombreuses régions françaises, et de contrées étrangères. Quel que soit votre budget, soyez sûr de trouver votre bonheur parmi un choix varié : vins à 80 % bio ; spiritueux (cognac, armagnac, whisky, rhum, pineau des Charentes) ; champagne ; grands crus, etc. Dans l'ambiance conviviale du marché, profitez d'une savoureuse pause sur la terrasse, autour d'un café ou d'un verre de vin. Sur place, des

ateliers de dégustation vous permettent de faire de belles découvertes gustatives et d'affiner vos sens. Vous organisez un événement important : anniversaire, mariage ou séminaire ? Faites confiance à Dominique pour vous aider à sélectionner le vin le plus adapté à vos festivités. Un service sur mesure qui comprend la dégustation, la sélection et la livraison. Pour vous faire plaisir ou pour faire un cadeau, rendez-vous à Blanc de Rouge !

Nouveauté : Célébrez l'été ! Découvrez une sélection de délicieux vins rosés, à des prix allant de 10 € à 26 €.

Le + : Commande en ligne - Livraison.

🏠 Ouvert tous les jours sauf le lundi, puis 7j/7 du 18 juin à la mi-septembre, 8h-13h30. Les Halles de La Couarde-sur-Mer. Tél. 06 76 63 84 54. blancderouge@gmail.com - 📱 Blanc de Rouge



Huîtres Cheureau Délicieusement iodées

Cap sur les trésors de la région. Producteurs d'huîtres de l'île de Ré depuis 3 générations, Monique et Danik vous donnent rendez-vous au marché de La Couarde. Sur le banc, un étalage de saveurs généreusement iodées fait le bonheur de la clientèle depuis plus de 25 ans. Des perles de commerçants à retrouver toute l'année !

🏠 Au marché de La Couarde-sur-Mer. Tél. 06 15 76 66 51.



La Tête de l'Art Chez Bruno La qualité artisanale

AU MARCHÉ DE LA COUARDE, CETTE BOUCHERIE-CHARCUTERIE FAIT TOUJOURS SENSATION !

La tendreté toute l'année

Reconnue et appréciée pour ses produits au bon goût de tradition, La Tête de l'Art Chez Bruno vous dévoile ses spécialités gourmandes. Tous les matins, les produits régionaux s'exposent avec tendreté et finesse gustative : fagot charentais, agneau du Poitou-Charentes, grillon charentais, charcuterie, bœuf limousin, Black Angus, plats cuisinés (quiches, lasagnes, salades...). Du fait maison qui s'apprécie au quotidien ! Un rendez-vous à ne pas manquer et un accueil chaleureux assuré.

Sortez les barbecues !

Avec le retour des beaux jours, l'envie de déguster des saveurs au barbecue se fait ressentir. Et ça tombe bien, votre boucherie a tout ce qu'il faut pour vous approvisionner en viandes de qualité. N'hésitez pas à demander conseil à l'équipe, qui est toujours ravie de vous renseigner en fonction de vos goûts. Vous repartirez avec de belles idées de menus (et le sourire, évidemment !).

À retenir :

- 30 ans d'expérience
- Produits régionaux
- Plats cuisinés maison

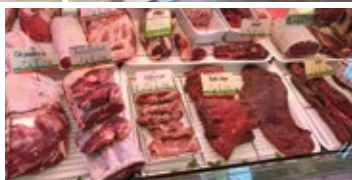
Des pros, un savoir-faire

- Bruno et Marie : responsables
- Freddy et Thomas : bouchers
- Lucas : vendeur

🏠 Au marché de La Couarde-sur-Mer. Tél. 06 31 51 70 36. 📱 [chezbruno_latetedelart](https://www.chezbruno_latetedelart.com)

La clientèle adore :

Le jambon blanc fait maison, qui ne reçoit que des compliments !





Pains et Gourmandises

Bon accueil
et convivialité !

Depuis 2021, Pains et Gourmandises vous donne rendez-vous à l'extérieur du marché de La Couarde, avec un nouveau stand plein de saveurs à découvrir ! De Pâques à la Toussaint, retrouvez des produits artisanaux de qualité : pain au levain, pain bio et sans gluten, pain "bucheron" (mélange de farines) et les "salées", des préparations gourmandes et généreuses (au chorizo, olives ou lardons) ! Laissez-vous aussi tenter par de délicieuses viennoiseries et plaisirs sucrés tels que : fondants au chocolat, crumbles et cakes, tourteaux au fromage, muffins et grands palmiers, rouig amann. Régalez-vous !

📍 Aux marchés de La Couarde (à l'extérieur), d'Ars-en-Ré et de Saint-Clément-des-Baleines. Ouvert tous les jours de marché 8h-13h. larelle.michel@bbox.fr



Franck Soubeyrand
PLACIER ET RÉGISSEUR

Le marché de La Couarde-sur-Mer est réputé pour son ambiance conviviale et ses marchandises variées : produits frais régionaux et artisanat font le bonheur des Couardais et des touristes, 275 jours par an. Tel un chef d'orchestre, Franck Soubeyrand coordonne l'organisation du marché extérieur de La Couarde et celui du centre du village, situé devant l'église. Placier et régisseur de ces deux marchés depuis 10 ans, Franck s'emploie à garantir la tranquillité, le respect et la sécurité de ces lieux de commerce et de rencontres, faisant le lien entre la mairie, les commerçants et les clients. C'est la personne à contacter pour toute demande d'occupation commerciale du domaine public ou d'emplacement au marché.

📞 Tél. 06 17 04 78 91. marches@lacouardesurmer.fr
www.lacouardesurmer.fr



Aux Fruits Gourmands

La fraîche attitude

COMPOSEZ VOTRE PANIER !

Régal vitaminé

Envie de fraîcheur ? Grâce à une grande diversité de produits, l'étal de Frédéric et de Stéphanie fait le plein de vitamines, de calcium et de produits de saison... Tous les matins au marché de La Couarde, un éventail de couleurs et de goûts, composés naturellement de fruits et légumes de saison, s'offre à vous. Fraises, cerises, abricots, ananas tranchés, pastèques sans pépin, tomates locales... Tout ici est propice au régal. Le secret du succès de vos marchands ? La qualité, sans aucun doute ! Avant d'être

sélectionnés avec soin, les produits sont d'abord goûtés par Frédéric et Stéphanie.

Succombez aussi à l'originalité, avec les asperges sauvages, l'ail des ours ou encore les piments et herbes aromatiques. Un petit tour s'impose !

Coup de cœur pour :

Le melon boule de miel, qui fait l'unanimité ! Grâce à son goût sucré, son arôme et sa saveur, il est considéré comme l'un des meilleurs melons.

📍 Au marché de La Couarde-sur-Mer. Tél. 06 20 67 64 77. 📺 Aux Fruits Gourmands

EFFET DE STYLE avec Grain de Sable



Petit boy sur toute la ligne. **ANTOINE** affiche décontraction et allure. Le jeune homme porte un short IKKS, un tee-shirt Garcia et un chapeau de paille IKKS. Assurément, on craque !

Avec cette tenue vitaminée, **VIOLETTE** rayonne. En vraie Miss, elle associe à la perfection un crop top Garcia, un short Name It et des sabots en bois de hêtre Lili et Lala. Un look 100 % tendance.

Découvrez une sélection de prêt-à-porter haut de gamme pour enfants : IKKS, J&Joy, Birkenstock, Tiffoti, Ikks Shoes, Chipie... Vêtements, chaussures, chapeaux et accessoires de mode.

Ouvert tous les jours, 10h30/13h-14h30-19h. 10 rue des Citeaux à Saint-Martin-de-Ré. Tél. 05 46 68 74 22.



Isabel Lemanissier Conseillère à domicile

Et si vous preniez soin de vous, sans bouger de chez vous ? Isabel se déplace à domicile pour vous présenter les produits LR Health & Beauty. Une référence en matière de soins naturels et de bien-être (marque allemande avec plus de 35 ans de succès). Découvrez une gamme à base d'aloë vera : nutrition, sport, aromathérapie, anti-âge, antibactérien, parfums... Qualité et prix très attractifs garantis !

RdV individuel ou en groupe. Déplacement à domicile. Tél. 06 73 81 72 36.

HOROSCOPE

BÉLIER : Vous allez probablement vivre des moments romantiques, que vous soyez célibataire ou en couple. Travail : mettez à profit votre polyvalence mais sachez imposer des limites. Santé : la pratique sportive vous manque ! Dépensez-vous !

TAUREAU : Vous aurez des choix importants à faire qui pourront perturber votre quotidien. Amour : pensez à ménager votre partenaire sinon vous allez droit au conflit. Travail : tâchez de faire preuve de plus de concentration. Santé : irritabilité.

GÉMEAUX : Vos efforts pour acquérir l'autonomie financière ne seront pas vains. Amour : montrez-vous patient avant de vous engager définitivement. Travail : votre assurance et votre autorité sont remarquées. Santé : insomnies passagères.

CANCER : Ce mois est placé sous le signe des rencontres. Amour : votre conjoint ou partenaire vous trouve trop expansif. Un peu de modération s'impose. Santé : attention au surmenage !

LION : Vous êtes en proie au doute. Détendez-vous ! Travail : période de calme, vous effectuerez votre activité avec discipline. Amour : votre pouvoir de séduction peut vous jouer des tours. Santé : contraction musculaire.

VIERGE : Un événement pourra changer votre plan de carrière. Amour : l'harmonie est totale. Mariage ? Bébé ? Finances : un investissement vous tente mais vous jouez la prudence. Santé : tonus inaltérable.

BALANCE : Ne jugez pas selon les apparences. Vous risquez de passer à côté de jolies personnalités. Travail : vos initiatives personnelles seront enfin récompensées. Amour : vous ne serez pas facile à contenter ! Santé : sensibilité abdominale.

SCORPION : Un climat d'hostilité génère la confusion dans votre entourage. Vous aurez besoin de clairvoyance. Travail : votre susceptibilité irrite vos collègues. Et si vous passiez en mode zen ? Amour : vos relations avec votre conjoint sont explosives ! Santé : équilibre parfait.

SAGITTAIRE : Votre obstination est source de tension ! Travail : possibilité d'évolution, attention à la concurrence ! Amour : Cupidon frappe à votre porte ; empresses-vous de l'ouvrir ! Santé : vous payez vos excès !

CAPRICORNE : Vous avez des envies de voyage. Travail : vos collègues vous sont précieux en toutes circonstances. Amour : période compliquée, donnez-vous du temps. Santé : troubles auditifs.

VERSEAU : Vous avez à cœur de consacrer du temps aux autres. Travail : poursuivez vos objectifs sans pour autant mettre à mal votre organisation. Amour : petit nuage avant l'éclaircie. Santé : énergie communicative.

POISSONS : Vous vous ennuyez et souhaitez changer radicalement votre façon de vivre. Travail : avant d'agir, prenez le temps de la réflexion. Amour : la sérénité gagne votre couple. Santé : épisode allergique.



Aude Vespignani Soigner son énergie pour trouver la sérénité

Favoriser l'harmonie entre le corps et l'esprit permet d'accéder à une plus grande paix intérieure. Dans cette optique, Aude Vespignani, thérapeute en soins énergétiques, vous accueille avec douceur et professionnalisme dans son cabinet à l'île de Ré. Passionnée par la question du bien-être, elle offre une carte généreuse de soins, massages énergétiques et pratique le reboutement pour soulager tendinite, arthrose, lumbago, sciatique... Dotée d'une écoute profonde et spécialisée dans l'acupression émotionnelle, Aude facilite la libération des blocages émotionnels et physiques. N'hésitez pas à la contacter pour prendre rendez-vous.

**Ouvert lundi, mercredi et vendredi.
Pour bébés, enfants, adolescents et adultes.
24 avenue d'Antioche à La Courade.
Tél. 06 12 21 42 85. www.aude-therapeute.com**



Aminci Énergie Surfer sur une vague de bien-être

Un massage est toujours un moment de plaisir ! Que vous souhaitiez faire le plein d'énergie, soulager votre dos ou vos articulations endolories, ou que vous cherchiez un accompagnement minceur, Françoise vous accueille dans son univers. Praticienne de la digitopuncture, elle vous fait découvrir les bienfaits des massages associés à cette méthode tibétaine douce et naturelle, remède à bien des maux.

Offre : - 10 % sur toute prestation, sur présentation de cet article*.

Les + : Parking clientèle gratuit - Bilan personnalisé offert pour la cure d'aminicissement.

**Sur RdV. Pôle Bien-être, 5 rue Galilée à Aytré. Tél. 06 88 16 65 69.
www.aminci-energie.com
Aminci Énergie La Rochelle**

*Offre valable pendant le mois de parution. Voir conditions.

ON A TESTÉ POUR VOUS



Le Lip drainage 3D chez Par'A La Plage

VOILÀ L'ÉTÉ ! EN CETTE PÉRIODE ENSOLEILLÉE, CAROLINE, CONSEILLÈRE COMMERCIALE ICIMAGAZINE, A TESTÉ LE SOIN LIP DRAINAGE 3D. RETOUR SUR SON EXPÉRIENCE.

Efficacité prouvée

Par'A La Plage, en bref :

- » Un suivi personnalisé
- » Des soins adaptés à vos besoins
- » Des produits à des prix maîtrisés
- » Des diagnostics de la peau
- » Des coachings minceur

"Dès mon arrivée, j'ai été accueillie par une équipe dynamique et sympathique. À l'évidence, ces professionnels sont de très bons conseils, disponibles et à l'écoute. Pour commencer, Lucie a pris mes mesures : taille, cuisses, mollets, chevilles. Place à la séance en cabine ! Après l'application d'une crème mentholée sur les jambes, un massage est prodigué. Une crème camphrée permet d'activer le drainage, puis un enveloppement des jambes dans des bandes gelées est réalisé durant 20 min. Ça rafraîchit et ça détend ! Lucie revient plusieurs fois en cabine afin de s'assurer que tout se passe bien. Après un dernier massage, c'est déjà terminé ! Ce soin drainant ultra puissant est idéal pour laisser respirer les jambes en plein été. Ses bienfaits sont nombreux : détoxification, soulagement, dégonflement des jambes, réduction de la cellulite et de la peau d'orange... J'ai perdu 1 cm sur les contours des jambes. Je recommande pour la fraîcheur et le résultat immédiat. Merci à toute l'équipe !"'

📍 Du lundi au samedi 9h30-19h30. ZA La Croix Michaud, 14 rue des Caillotières à La Flotte-en-Ré. Tél. 09 67 11 07 38. www.parapharmacie-institut-iledere.fr - 📱 Par' a la plage

Cargo

Une boutique iodée

UN VENT DE FRAÎCHEUR ET DE FANTAISIE SOUFFLE SUR L'ÎLE...



Le + : Embarquez vers un merveilleux voyage sur le site de vente en ligne : www.cargo-iledere.com

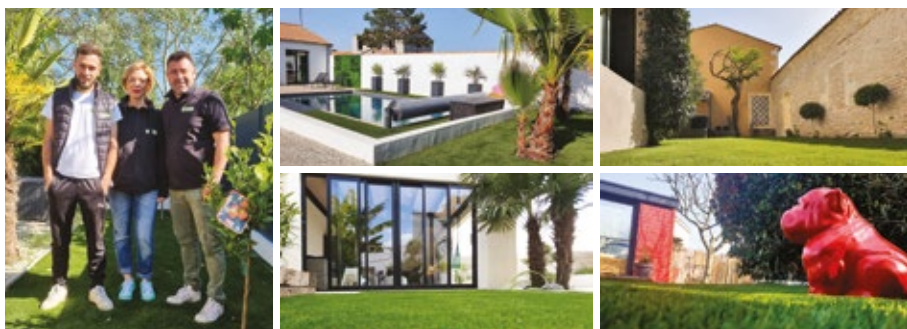
Un concept store dédié à la famille

Voici un navire-boutique qui vogue sur l'originalité ! Cargo, c'est avant tout un équipage avec, à bord, Axelle, la capitaine et Fred, son bras droit. Pour cette joyeuse équipe, un seul leitmotiv : vous offrir tout ce qui est nécessaire au quotidien à l'île de Ré. Ici, la famille est à l'honneur, avec une sélection qui fait le bonheur des femmes, des hommes et des enfants. Cette saison, les nouveautés sont naturellement placées sous le signe du soleil : maillots de bain, brassards, chapeaux, casquettes, mais aussi papeterie, décoration... De véritables pépites à découvrir.

Une marque, une signature

La personnalité de la maîtresse des lieux contribue indéniablement au succès du Cargo. DA (directrice artistique) de formation, Axelle a développé sa propre marque il y a quelques années, répondant au doux nom d'Odile. Son ADN : des articles pour toute la famille, imaginés et dessinés sur place. Avec Odile, Axelle propulse sa vision créative de l'île, en y ajoutant son grain de sel ! Son magasin est un joli mariage entre ses réalisations et d'autres produits du quotidien, choisis avec goût. Du caractère, de l'originalité, de la bonne humeur... Aucun doute, vous avez fait escale au bon port. Bonne navigation à tous !

📍 Boutique ouverte toute l'année et 7j/7 en juillet/août. 25 bis Grande Rue à La Couarde. Tél. 07 68 89 45 72. www.cargo-iledere.com
📱 cargo.iledere - 📧 cargo_iledere



OP Green Concept

Une expertise précieuse dans la pose de gazon synthétique

PASSEZ AU GAZON SYNTHÉTIQUE POUR MIEUX PROFITER DE VOTRE JARDIN !

Avec des saisons toujours plus sèches et des vies plus denses, profiter de son jardin au lieu de passer des heures à enlever les mauvaises herbes n'est pas toujours évident ! Après une première vie de sportif professionnel, Olivier décide de créer son entreprise spécialisée dans l'aménagement d'espaces extérieurs. Depuis 20 ans, il gère deux activités en parallèle : l'installation d'équipements sportifs pour les collectivités territoriales et la pose de gazon synthétique pour les particuliers. Passionné par ce dernier produit, Olivier a mis au point ses propres techniques de mise en œuvre, notamment pour les jonctions entre lés (grand point faible du gazon synthétique). Le positionnement d'OP Green Concept

est simple et efficace : un produit qualitatif à un prix abordable. Olivier a ciblé les meilleurs produits parmi une large gamme et travaille sans intermédiaire avec son fournisseur. Il peut ainsi offrir à ses clients un excellent rapport qualité-prix et des prestations couvertes par la garantie décennale. L'équipe d'Olivier est composée de son épouse, Dorothee, et de son fils, Tom. "La famille est au cœur de la vie", précise-t-il. Le sérieux, le professionnalisme et la disponibilité définissent l'état d'esprit d'OP Green Concept : "Qu'il s'agisse d'aménager un jardin de 12 m² ou une surface plus conséquente, nous accordons la même importance à notre travail et ne négligeons personne."

📍 11 rue Saint-Antoine sur Richelieu à Dompierre-sur-Mer. Tél. 06 10 27 07 76.
opgreenconcept@gmail.com - 📱 opgreenconcept



Cat Agence

Conception, aménagement et travaux

Avec plus de 40 ans d'expérience en tant que maître-d'œuvre, Yves-Marie a le goût du bon travail. En neuf comme en rénovation, ce professionnel fait preuve d'efficacité et d'ingéniosité dans tous ses domaines d'expertise : réorganisation de maison, construction, extension... "J'accorde une importance particulière aux besoins de chacun. C'est un travail d'écoute et de recherche. Je traduis en dessin ce que les clients ont dans la tête. Le meilleur compliment qu'ils peuvent me faire, c'est qu'ils se sentent bien chez eux !"

Le + : Yves-Marie est sensibilisé au Feng Shui (méthode chinoise qui permet d'obtenir une atmosphère positive dans chaque pièce).

📍 8 rue des Culquoilés à La Flotte.
Tél. 05 46 09 15 53 & 06 16 63 42 48.
catagence@gmail.com - www.catagence.com



Phaz'elec Un électricien disponible et réactif !

Après une formation d'électricien, Arnaud décide de fonder son entreprise Phaz'elec. Dynamique, aimant prendre des risques et sensible à la notion d'engagement, Arnaud dispose d'une solide expérience technique. Ses diagnostics, réalisés avec soin, vous permettront de choisir la meilleure solution au problème rencontré. Réactif et disponible, il met un point d'honneur à être réactif à l'égard de ses clients : "Si l'on m'appelle, vous pouvez être sûr que je réponds !", assure-t-il, dans un grand sourire. N'hésitez pas à faire appel à Phaz'elec pour l'électricité générale (neuve et rénovation), le dépannage ou l'installation de système de ventilation et de chauffage.

📍 29 bis cours des Écoles à Sainte-Marie-de-Ré. Tél. 07 84 00 18 09.
phazelect@gmail.com

Élodie Galerneau

IAD France



LA RÉVOLUTION DE L'IMMOBILIER

Vous souhaitez connaître la valeur de votre bien à vendre ? Le marché actuel étant en hausse, c'est le moment de faire évaluer votre maison. Chez IAD, l'avis de valeur est offert ! Mandataire indépendante, Élodie Galerneau vous conseille sur tous les aspects pratiques et juridiques liés à votre projet. Réactive et disponible, elle fait le point avec vous après chaque visite et vous informe régulièrement des actions menées. Notez que la solvabilité des futurs acquéreurs est vérifiée et que la transaction est encadrée via un réseau d'experts (juristes, notaires, diagnostiqueurs...). "Faire appel à moi, c'est gagner en temps et en sécurité. Soyez sereins, je suis là pour vous et je me charge de tout."

📍 Île de Ré et ses alentours. Tél. 06 47 98 65 39.
elodie.galerneau@iadfrance.fr
www.iadfrance.fr/conseiller-immobilier/elodie.galerneau



Ingrédients pour 4 personnes

- 1 pâte brisée
- 150 g de saumon fumé
- 3 courgettes
- 1 boule de mozzarella
- 3 cuillères à soupe de fromage blanc à 0 %
- 3 cuillères à soupe de crème liquide à 3 %
- 1 oignon
- Ciboulette
- Huile d'olive

LA RECETTE DU MOIS

Quiche

AUX COURGETTES, SAUMON
ET MOZZARELLA



LES QUICHES, ON LES ADORE ! FACILES À PRÉPARER, MÊME POUR LES NOVICES EN CUISINE, ELLES PRÉSENTENT UNE MULTITUDE DE VARIANTES TOUTES PLUS SUCCULENTES LES UNES QUE LES AUTRES. ICI, NOUS VOUS PRÉSENTONS UNE RECETTE DÉLICIEUSE ET FONDANTE : LA QUICHE AUX COURGETTES, SAUMON ET MOZZARELLA.

Préchauffez votre four, th.6 (180°C). Râpez les courgettes et coupez le saumon fumé en lamelles. Émincez finement l'oignon.

Dans une sauteuse, faites revenir l'oignon émincé dans un filet d'huile d'olive. Ajoutez-y les courgettes râpées et laissez suer, à feu doux, jusqu'à ce que toute l'eau se soit évaporée. Ajoutez alors le saumon fumé et mélangez.

Étalez la pâte brisée dans un moule à tarte et piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Répartissez le mélange courgettes/saumon fumé. Mélangez le fromage blanc avec la crème liquide et la ciboulette.

Versez cette préparation sur les courgettes. Coupez la mozzarella en fines lamelles et répartissez-la sur le dessus.

Enfournez pour 40 minutes. Servez chaud. Bonne dégustation !



saveurs D'ICI



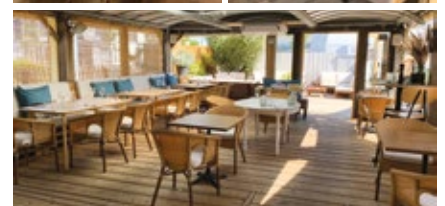
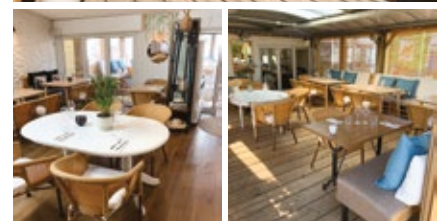
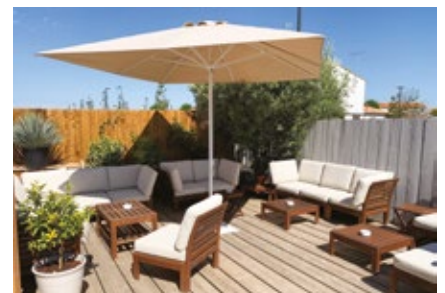
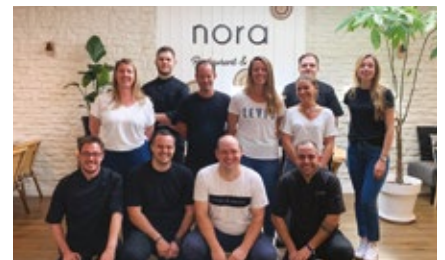
Pavé de La Rochelle®

Le célèbre Pavé de La Rochelle® fait partie intégrante de l'histoire, en référence à la rue de l'Escale. Il est aussi appelé "la gourmandise".

Cette douceur se caractérise par des petits carrés de gianduja, de la noisette mélangée à du chocolat au lait, auxquels on ajoute des noisettes caramélisées, de la fleur de sel de l'île de Ré et une fine couverture de cacao. Cette friandise charentaise se déguste généralement avec une pique en bois.

Quel plaisir de savourer les fameux pavés, ces petits carrés de chocolat qui accompagnent à merveille le café, les madeïnes, les muffins...

❶ Criollos chocolatier
21 rue Chef-de-Ville
à La Rochelle. criollos.fr.



Nora Irrésistiblement gourmand

À DÉCOUVRIR ET REDÉCOUVRIR !

Une délicieuse expérience

Envie de vous accorder une pause savoureuse ? Bienvenue chez Nora ! Une équipe au top, une ambiance chaleureuse, une cuisine à la fois goûteuse et généreuse... Le décor est planté. Dans ce restaurant qui marque par son authenticité, Laura et son mari Renaud ont su bien s'entourer. Tandis qu'elle vous accueille sourire aux lèvres, lui est spécialiste de la cuisson. À leurs côtés, une barmaid réalise des sirops et jus maison ; et un chef-pâtissier (qui a travaillé trois ans à Las Vegas), confectionne de magnifiques desserts ! Sur la carte, les plats rivalisent de charme pour le bonheur de nos papilles : poisson frais de la criée chaque jour, entrecôte d'Uruguay, côte de veau 350 g cuite à basse température... Le plus dur sera de choisir ! Coup de cœur pour ce lieu unique, qui prône une réelle volonté de faire plaisir à la clientèle. Pour l'équipe, un seul objectif : vous faire passer un bon moment, tout en dégustant une cuisine de qualité.

Le + : Une très belle carte de vins et champagnes.

Le saisissez-vous ?

"Nora" est l'association de Laura et de Renaud.

Fermé le mardi. 25 avenue du Mail
à La Couarde-sur-Mer. Tél. 05 46 29 86 53.



Au plus près de la nature

Au départ de Saintes, les croisières sont électro-solaires, silencieuses et sans émission de CO2 !

Retrouvez toutes les informations sur Internet et sur les réseaux sociaux.

Les Croisières Bernard Palissy III Pour des souvenirs inoubliables

Les croisières fluviales Bernard Palissy III organisent des croisières qui conviennent à tous, au départ de Saintes.

Différentes formules

La croisière "découverte" dure de 10h30 à 18h30 pour 49,50 €, avec une escale sur la grande terrasse panoramique du Moulin de la Baine, où le nouveau propriétaire vous prépare une pause déjeuner aux "petits oignons". La formule "détente" permet également une pause gourmande, mais avec un retour à 15h45, pour 44,50 €. La version "promenade" dure de 16h à 18h30, pour 19,50 €. Découvrez également les croisières "guinguette embarquée", les croisières apéro, les croisières "feu d'artifice", mais aussi la formule "bateau-uélo". **Possible aussi : la privatisation du bateau, rien que pour vous !**

Tél. 05 46 91 12 92 & 06 48 17 17 17.

www.croisieres-palissy.fr - www.moulin-baine.com

et Saintes croisières fluviales Palissy

Construction neuve
Extension
Rénovation

MAÎTRE D'ŒUVRE

Île de Ré
&
La Rochelle

SYLVAIN LAVERGNE

Avant-projet | Permis de construire | Déclaration préalable | Plan d'exécution | Coordination et suivi de chantier | Relevé, Mètre et Devis

SYLVAIN LAVERGNE | 06 08 85 11 97 | 14, ZAC des Clémorinants
lavergne.sylvain17@gmail.com | 17740 Sainte-Marie-de-Ré
www.maitredoeuvre-iledere-larochelle.fr

Carrefour contact

Les Portes-en-Ré

*Du lundi au dimanche
de 8h à 21h
Y compris les jours fériés*

**1 rue Des Bossettes
Tél. 05 46 29 53 42.**

Création 10magazine

CARTE GRISE Café

10 min RAPIDE

CONVIVAL CAFE OFFERT!

RECOMMANDÉ

**+ de 150 000
CLIENTS SATISFAITS**

2 AGENCES CARTE GRISE

Café Nord - La Pallice
13 avenue Denfert Rochereau
17000 La Rochelle
Tél. 05 17 81 11 26

Café Sud Aytré
21 rue Léonard de Vinci
17440 Aytré
Tél. 05 46 28 65 56

www.cartegrise-cafe.com

Création 10magazine

FABRICANT DE LITERIE

05 46 49 02 62

PRIX D'USINE Promotions tous les mois dans
notre magasin de 1000 m²

- Matelas & Sommiers sur mesure
- Découpes de mousse
- Canapés cuir & tissu
- Canapés BZ & clic-clac
- Oreillers, couettes, accessoires

OFFRE DE BIENVENUE
-15%
sur présentation du magazine
(hors promotions)

EuroBedding
LITETRIES

FABRIQUÉ EN FRANCE

Les Terres du Bois du Pin
17240, St-Genis-de-Saintonge
Mail : contact@eurobedding.eu
Tél : 05 46 49 02 62

Du lundi au vendredi de 9h00 à 18h00
Le samedi de 10h00 à 18h00