

Basket Landes :
elles nous font vibrer.

Sarah MCCOY
nous hypnotise.

I love my dog,
un refuge unique.

MAG

32

Slowly

VOTRE MAG
GRATUIT
ET HOP DANS
LE SAC !



Que 2024 soit merveilleuse !

2024 a montré le bout de son nez, aussi toute l'équipe de *Slowly* vous souhaite-t-elle une merveilleuse année : douce, joyeuse, inspirante et riche de découvertes !

Comme toujours, nous remplirons avec joie la mission que nous nous sommes fixée : vous emmener à la rencontre des pépites locales.

Qu'il s'agisse d'entrepreneurs, d'artisans, d'artistes, d'idées lecture et balade, c'est un honneur de vous livrer nos coups de cœur et d'entendre vos retours chaleureux.

Alors un immense merci à vous, lecteurs, de votre curiosité et de votre fidélité.

Et nous adressons une reconnaissance toute aussi grande à nos partenaires pour la confiance qu'ils nous accordent. Ils rendent chaque jour cette passionnante aventure possible.

Excellente année, et bonne lecture !

L'équipe de *Slowly*

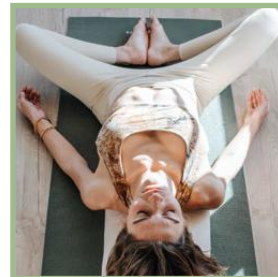
Nous vous souhaitons
de découvrir des nuances inexplorées,
d'oser des mélanges inattendus et
de trouver la beauté
même dans les moments les plus
sombres.



4 Sarah McCoy nous hypnotise à Saubrigues



6 Découverte : l'art naïf par Kurt



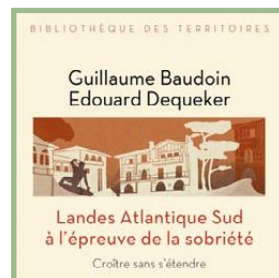
13 Le Yin yoga avec Julie



24 Les championnes de Basket Landes nous font vibrer



30 I love my dog : unrefuge unique



33 Lande Atlantique Sud, entre attractivité et sobriété nécessaire



36 Ladilafé de RENAN MAZÉAS



38 L'agenda



Rédactrice Caroline Bouchet @en.un.mot



Rédactrice Céline Vautard @celinevautard



Rédacteur Renan Mazéas @renanmazéas



Photographe Candice Behlert @can10blr



Photographe Maxime Guerri @maxime_guerri



Photographe Audrey Noirot www.indigoproductions.fr



Site Internet slowlymag.fr



Instagram @slowly_mag



Facebook @Slowly Mag

Slowly mag N°32, janvier / février 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

SARAH MCCOY

nous hypnotise à Saubrigues

SAMEDI
20 JANVIER
2024

Concert de
SARAH MCCOY + SÉLÉNITE
Soirée blues / soul / folk
organisée par l'association
Scène aux champs,
l'Atabal Biarritz et MACS

20 h 30, La Mamisèle,
SAUBRIGUES



©Anka

Avis à tous les amateurs de musique : la flamboyante chanteuse et pianiste américaine Sarah McCoy se produira très bientôt dans les Landes ! Cette grande artiste, autrice-compositrice-interprète, nous charmera à n'en pas douter de sa voix puissante. Elle nous réjouira aussi des sonorités futuristes qu'empruntent désormais ses titres, et qui côtoient avec tant de justesse les influences Nouvelle-Orléans que nous lui connaissions déjà.



SARAH MCCOY

www.sarahmccoymusic.com

[f](#) @ Sarah McCoy

[@](#) singersarahmccoy



Billetterie

QUI EST SARAH MCCOY ?

Sarah McCoy est née en Caroline du Nord, aux Etats-Unis, en 1985. Issue d'une famille catholique irlandaise, elle suit une **formation de piano classique** durant son adolescence. A 16 ans, elle quitte tout pour se lancer dans une **traversée du pays de 5 ans, guitare à la main**. Elle va découvrir à cette époque, dans sa voiture, qu'elle sait chanter. Puis, parvenue en Nouvelle-Orléans, elle pose ses valises et se réconcilie avec le piano, devant **artiste-résidente du célèbre piano-bar The Spotted Cat**. Repérée par un documentariste français, elle fait ses débuts (remarqués !) dans l'Hexagone en 2014, avant de s'y installer en 2017. Son premier album, **Blood Siren**, est enregistré au sein de l'illustre studio Ferber et acclamé par la critique.

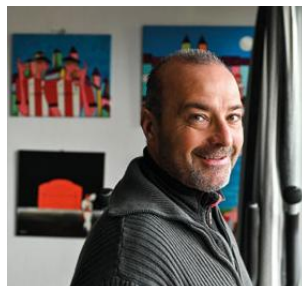
UNE INTROSPECTION EXPLOSIVE

Sorti en janvier 2023, son second album, **High Priestess** a été enregistré avec le producteur Renaud Letang (Charlotte Gainsbourg, Feist, Keren Ann, etc.) et la collaboration de Chilly Gonzales. Pour l'écrire, **Sarah McCoy a exploré sa relation personnelle avec elle-même et son univers singulier**. Du rire aux larmes, de l'angoisse à la révolte, elle nous partage avec sincérité et équilibre ses émotions les plus fortes, les plus intimes.

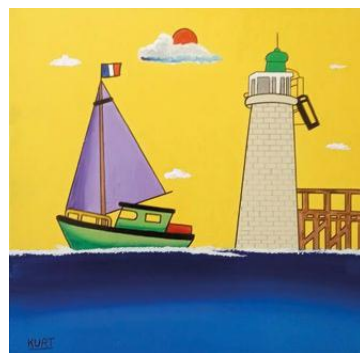
Surprenante, généreuse, convaincante, elle nous emporte en quelques notes dans son envoûtante folie.

Et toujours en évolution, elle rend impossible l'exercice inutile de la classer dans un genre musical : " thermonucléaire ", c'est ainsi qu'elle définit son dernier album. On se retrouve à la Mamisèle pour l'écouter ?

SLOWLY DÉCOUVERTE : l'art naïf de Kurt



Natif de Bayonne, Didier Dordeins est chaudronnier-soudeur lorsqu'il accepte un poste en Nouvelle-Calédonie. Mais lorsqu'il arrive sur place, en 2011, il est encore trop gêné par une récente blessure au pouce pour pouvoir exercer son métier. Néanmoins, l'envie de travailler de ses mains se fait sentir. Le hasard des rencontres le mène alors vers un artiste peintre dont la démarche et les œuvres l'interpellent, l'interrogent. Et s'il essayait, lui aussi ?





OÙ ADMIRER SES ŒUVRES ?

Ancré dans la vie locale, Kurt expose actuellement dans les Landes :

- Face à l'océan, au **restaurant l'Équinoxe**, boulevard François Mitterrand, à Capbreton,

- Au **restaurant Le Tuquet**, à Angresse.

Les toiles qui y ornent les murs sont à la vente.

Kurt est également présent à Tarnos (chez **Casa d'Aqui** par exemple), dans les Pyrénées, en Espagne, etc.

N'oubliez pas de vous abonner sur les réseaux pour ne rien manquer de son actualité, et pourquoi pas vous offrir le plaisir d'une toile prochainement ?

LÀ OÙ ON NE L'ATTENDAIT PAS

Dans son entourage, la nouvelle passion de Didier fait sourire. Kurt, comme on le surnomme depuis des années, aime comme chacun sait Nirvana – et son chanteur Kurt Cobain –, le foot et les filles. Qu'importe, l'**artiste autodidacte, toujours en Nouvelle-Calédonie, s'inspire de la culture locale et réalise ses premières toiles, à l'acrylique vernies**. La pratique lui plaît ; elle permet à ce faux calme de canaliser son énergie débordante. De retour en France, un an plus tard, il poursuit la peinture et décide de **rendre hommage aux patrimoine basque et landais**. La pelote, le rugby ou encore les ferias entrent en scène. Sa première exposition a lieu en 2012. C'est le début d'une longue série. Indéniablement, son style plait. **Coloré, joyeux, identitaire, facilement reconnaissable**, il se teinte d'**influences sud-américaines et aborigènes** et séduit un public varié, de l'amateur au collectionneur. L'aventure se poursuit, aujourd'hui plus que jamais. Et Kurt écoute toujours du rock.



DE BELLES RENCONTRES

Les **commandes** (toutes thématiques, tous formats) constituent désormais une part importante de l'activité de Kurt ; elles viennent d'Europe, d'Asie et même des États-Unis. Au-delà de son travail, ses clients apprécient en effet **la relation de confiance et d'amitié** qu'il sait créer avec eux, la manière dont il apprend à les connaître. L'histoire qui s'écrit, tout simplement.

KURT CRÉATIONS DIDIER DORDEINS

Artiste-peintre

☎ 06 15 41 12 92

🌐 kurtcreations.blogspot.com/

🌐 <http://www.artmajeur.com/kurtcreations/en>

✉ kurtcreations@hotmail.fr

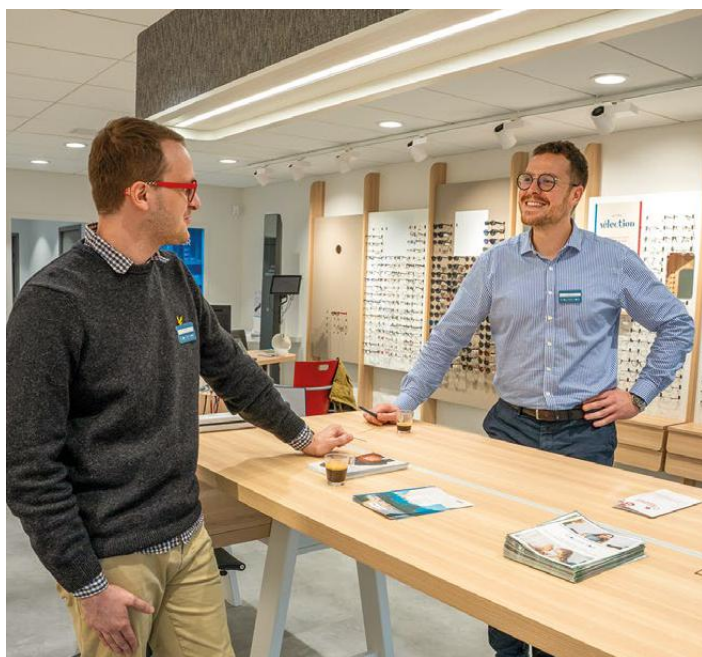
📷 [@kurtcreations](#) **f** [@Kurtcreations2](#)





ÉCOUTER VOIR : mutualiste et moderne

Depuis mars 2023, un magasin Écouter Voir met à votre disposition son expertise à Capbreton, au sein de la zone des 2 pins. Géré par la Mutualité française des Landes, il est foncièrement engagé dans **l'économie sociale et solidaire**. Récemment, il s'est offert un relooking complet et vous apportera dès janvier 2024 une gamme de services supplémentaire : **l'audition**.



ENTREZ DANS UN CERCLE VERTUEUX

Écouter Voir est l'unique enseigne française d'optique et d'audition mutualiste. Cherchant toujours à proposer la qualité au meilleur prix, le réseau fonctionne **sans actionnaires**. Votre achat contribue aux services de soin et d'accompagnement mutualistes : crèches, EHPAD, cliniques, etc. Choisir Écouter Voir, c'est donc favoriser l'accès à des soins de qualité pour tous. **Votre argent va là où il est vraiment utile.**

L'AUDITION : UNE NOUVELLE EXPERTISE

Deux mois de travaux auront été nécessaires pour transformer le magasin et le rendre encore plus accueillant et confortable, pour les clients comme pour l'équipe. Un vrai coup de peps pour le monde mutualiste ! Cette rénovation a également permis l'arrivée de l'espace audition. Stéphane, audioprothésiste, est à votre disposition pour réaliser un **dépistage** (sur rendez-vous, 30 min env.) et gérer la **mise en place éventuelle de votre appareillage**. Les équipements ont considérablement évolué ces dernières années, rivalisant de discrétion et de technologie. Certains sont même connectés !

Prêts pour une nouvelle expérience ?

Grâce au 100 % santé, le confort auditif est accessible à tous.



DES MARQUES ÉTHIQUES ET ACCESSIBLES POUR UNE ENSEIGNE ENGAGÉE

Côté lunettes, lentilles, équipements basse vision et contrôle de la vue, Cyprien, opticien-optométriste, est là pour vous écouter, pour échanger et **co-construire votre projet** personnalisé. Vous découvrirez notamment à ses côtés la **marque éco-responsable** d'Écouter Voir, **Juste**, et ses montures labellisées Origine France, en métal recyclé et bio-acétate. Design à prix maîtrisés, Juste permet également **de contribuer au maintien de l'emploi en France et de transmettre le savoir-faire lunetier**. Pour ses verres, Écouter Voir a également opté pour une fabrication française, en sélectionnant Essilor et Hoya.

Qualité et réactivité au programme !

Pour sa première collection Origine France garantie, la célèbre marque **IKRS** a choisi pour partenaire **Écouter Voir** ! Une belle marque de reconnaissance envers le travail et l'engagement du réseau. Ces montures sont produites dans le bassin jurassien, berceau de la lunetterie française et placent la qualité à portée de tous.



ÉCOUTER VOIR CAPBRETON

OPTIQUE ET AUDITION MUTUALISTES

6, rue des résiniers Z.A. des 2 pins
40130 CAPBRETON

☎ 05 58 72 22 63

🌐 www.ecoutervoir.fr 🌐 www.mutualite-landes.fr

📱 @Écouter Voir 📺 @ecoutervoir

Ouvert le lundi de 14 h à 18 h,
du mardi au vendredi de 9 h 30 à 12 h 30
et de 14 h à 18 h 30, le samedi de 9 h 30 à 12 h 30.



ÉCOUTER VOIR
OPTIQUE & AUDITION MUTUALISTES





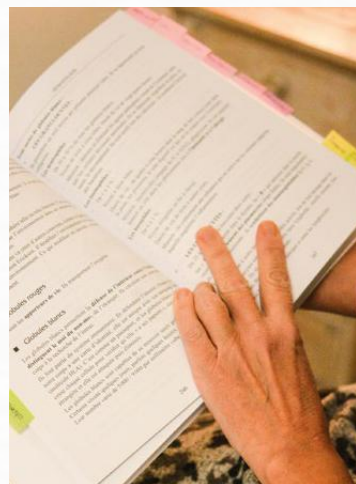
DÉCODAGE BIOLOGIQUE

Et si les mots éclairaient vos maux ?

Cette nouvelle approche du sens des maladies permet de trouver l'origine de celles-ci. À Dax, Stéphanie Pourcelt, formée à cette pratique, vous propose un accompagnement sur-mesure.

UNE ÉCOUTE BIENVEILLANTE

Aide-soignante depuis toujours et encore aujourd'hui à temps partiel, Stéphanie découvre le décodage biologique alors qu'elle-même apprend qu'elle est malade. "Cette écoute biologique (qui s'intéresse aux symptômes et à la partie du corps qui est touchée) a eu un impact énorme sur moi, confie t-elle. Cela m'a aidé. Je ne parle pas de guérison mais d'un mieux-être." Elle décide par la suite de se former pour aider à son tour d'autres personnes.



UN CORPS QUI PARLE

En décodage biologique, ce sont les symptômes qu'exprime le corps (problèmes de peau, mal de dos, trouble du comportement, maladie qui surgit) qui guident le praticien. Si le corps ne peut pas parler, il trouve avec les maux une façon de vous alerter. C'est là qu'intervient Stéphanie qui les décode pour vous. Lors du premier rendez-vous (1h30, 50 €), elle vous écoute et questionne afin d'apporter une traduction de la maladie. "Chaque symptôme a un sens, voire plusieurs et c'est ça que nous découvrons ensemble", explique t-elle. Attention, si cette approche peut être une ouverture pour mieux comprendre votre maladie et soulager vos symptômes, elle ne remplace pas une prise en charge médicale.

UNE AIDE DANS LES MOMENTS DIFFICILES

Parce qu'elle sait que la vie peut être dure avec chacun(e) d'entre nous, Stéphanie propose des consultations gratuites tous les lundis (17h-20h). Sur rendez-vous uniquement.

SENS ET VIE - Stéphanie Pourcelt

Sur rendez-vous en présentiel ou à distance (téléphone, Skype, Zoom ou autres supports) et au centre de santé La Vague, 76 Rue de la Croix Blanche, 40100 DAX (le mercredi).

☎ 06 58 04 35 15 🌐 www.stephanie-pourcelt.fr



Cette année, je PRENDS SOIN de moi !



En 2024, c'est décidé, vous chouchoutez votre corps ? Excellente idée !

Nous vous présentons ici la partenaire idéale pour vous accompagner dans cette merveilleuse résolution : Laura Caule. **Praticienne minceur et bien-être** depuis 5 ans, elle propose dans son cabinet de la zone Pédebert différentes techniques novatrices et complémentaires.

- **LA DIGITOPUNCTURE** : issue de la médecine traditionnelle chinoise, Energy Slim utilise une méthode totalement douce et naturelle, la digitopuncture (pas d'aiguilles, uniquement la pression des doigts). Durant votre parcours, vous bénéficiez

d'un coaching personnalisé et de conseils en rééquilibrage alimentaire adaptés à vos besoins. Fini les régimes restrictifs et les frustrations ! Avec Energy Slim, vous mincissez tout en vous faisant plaisir.

- **LE PALPER-ROULER MANUEL, LE TURBINADA (AU ROULEAU) ET LE MADERO (AVEC INSTRUMENTS EN BOIS)** : ils sont parfaits pour drainer les tissus et déloger la cellulite. Des alliés de choix pour notre silhouette !

- **LE JET INFUSION** est un soin 100 % naturel, véritable alternative aux injections. Grâce à son jet d'oxygène et une infusion de principes actifs personnalisés, il améliore la texture de votre peau et vous garantit un teint éclatant, une hydratation optimale et des ridules estompées.

Lors du premier rendez-vous, Laura déterminera le soin le plus adapté à votre profil. Laissez-vous guider !



LAURA CAULE - PRATICIENNE MINCEUR ET BIEN-ÊTRE

261, avenue des rémouleurs Z.A. Pédebert
40150 SOORTS-HOSSEGOR

☎ 06 88 50 11 62 ✉ lauracaule@gmail.com

📷 @lauracaule



UN NOUVEAU STUDIO DE YOGA au cœur de Capbreton



Il y a quelques mois, un nouvel espace dédié au bien-être a ouvert ses portes dans la cité marine : Alma Nomada (« l'âme nomade » en portugais). Sa fondatrice, **Julie**, était passionnée de danse, ex clerc de notaire quand elle a rencontré le yoga. Depuis, elle a beaucoup voyagé et s'est formée à diverses pratiques, qu'elle nous propose aujourd'hui de découvrir dans une ambiance chaleureuse et intimiste.

UN LIEU DE PARTAGE

Afin de vous proposer une offre variée, Julie, spécialisée dans le **yin yoga** et **yoga aérien**, s'est entourée de plusieurs partenaires. Ainsi, Jade enseigne à ses côtés le **Hatha yoga**, et Rossana le **Pilates yoga**. Kim, professeur de **handpan**, Fanny, **ostéopathe axée biodynamie**, Dorothee, **masseuse** et Anne-Sophie, praticienne en **guidance**, sont également ses partenaires. Des professeurs nomades animent eux aussi la vie du studio. Enfin, tout au long de l'année, le studio hébergera divers ateliers, formations, retraites et journées portes ouvertes (planning disponible en ligne).

LE YOGA AÉRIEN : VOTRE NOUVELLE ACTIVITÉ ?

Et si vous retrouviez votre âme d'enfant ? Formée au yoga aérien, Julie vous initiera avec joie à cette **pratique libératrice**. En vous soutenant et en vous sécurisant, le hamac offrira davantage d'amplitude et un formidable lâcher-prise, en même temps qu'une bienfaisante décompression de toute la colonne vertébrale. Il vous permettra également d'accéder aux nombreux bienfaits des postures inversées. Cours de 6 personnes max.



Cet été, vous retrouverez également Julie sur le lac d'Hossegor, où elle anime pour La Pagaye des sessions de yoga paddle.

STUDIO ALMA NOMADA

1, rue Fossecave (en face de la médiathèque)
41030 CAPBRETON

☎ 06 38 49 66 25

🌐 www.almanomadayoga.fr/ (programme et réservation en ligne)

📱 @alma_nomada_yoga 📷 @nomada_yoga



Le Yin Yoga

avec Julie



Pratiqué avec des outils qui servent d'appui au corps afin de favoriser la relaxation et l'immersion dans la posture, ce yoga représente la lenteur et la passivité, une invitation à porter attention aux ressentis et de développer une conscience corporelle.

Le yin yoga est idéal pour le lâcher-prise et l'exploration intérieure.

La tenue prolongée (3 à 10 min) des postures permet au corps de se concentrer sur les fascias et les tissus conjonctifs, plutôt que sur les muscles afin d'offrir un moyen d'atteindre une mobilité et une

flexibilité profondes, en veillant à stimuler le flux énergétique dans le corps.

Selon la médecine traditionnelle chinoise, le corps est rempli d'un réseau complexe de méridiens ou de canaux d'énergie. Chaque méridien étant relié à un élément et à une émotion. La pose est soigneusement choisie pour les cibler.

La respiration consciente durant les postures, permet de renforcer la présence, l'ancrage dans l'instant présent et la conscience du corps.



1/ POSTURE DE LA CHENILLE

Elle étire en douceur les ischio-jambiers et la chaîne postérieure du corps, soulage les tensions lombaires et le bas du dos, aide à une meilleure flexibilité des muscles du dos et des jambes. Apaise le système nerveux, ouvre la région postérieure du corps, laissant entrer la relaxation dans le corps.

Pour réaliser la posture, asseyez-vous sur le sol avec les jambes tendues, glissez un bolster sous les genoux, expirez, pliez lentement le haut du corps en avant, glissez vos mains le long de vos jambes en direction de vos pieds. Relâchez la tête. Laissez les muscles du dos, des épaules et du cou se détendre. Maintenir la posture durant 3 à 5 minutes.

Avant de passer à la posture suivante, allongez vous 1 min avec le bolster sous les jambes. Respirez ici en pleine conscience et observez ce qui vient à vous.



2/ POSTURE DU LACET

Elle permet d'étirer en douceur les hanches et les fessiers, soulage les tensions de la région lombaire et le bas du dos, offre une meilleure flexibilité des hanches et de la région pelvienne, apaise le système nerveux et encourage l'introspection.

Pour réaliser la posture, asseyez-vous sur le sol avec les jambes tendues devant vous. Ensuite, pliez une jambe et croisez-la par-dessus l'autre jambe, le genou orienté vers l'extérieur. Le pied de votre jambe pliée peut être posé près de la hanche opposée. Si vous vous sentez assez à l'aise, pliez l'autre jambe, croisez-la par-dessus la première et empiler vos genoux l'un sur l'autre, expirez et pliez le haut de votre corps en avant depuis vos hanches et les mains glissent vers les pieds ou face à vous.

Détendez vos épaules et votre tête, tous vos muscles. Restez dans cette posture pendant 3 à 5 minutes en laissant votre corps se relâcher.



3/ LA POSTURE DU PAPILLON ALLONGÉE

Idéale pour relaxer le mental, aider au déblocage énergétiques dans le bas du corps, ouvrir la poitrine, détendre l'abdomen, étirer l'intérieur des cuisses et ouvrir le bassin.

Pour entrer dans la posture, placez un bolster en long sur votre tapis. Asseyez vous au pied du bolster, ramenez vos pieds au sol près de vos fesses et laissez vos genoux tomber des 2 côtés allongez vous sur le dos. Relâchez vos bras sur le sol, les paumes tournées vers le ciel. Le bas du dos et l'abdomen sont relaxés, les talons sont amenés aussi près du pelvis que possible. N'hésitez pas à mettre des coussins sous les genoux afin d'aider l'ouverture de hanches.

Pour en sortir, remontez les genoux et joignez les jambes pliées. Vous pouvez faire quelques mouvements d'essuie-glace de droite à gauche.

Changez ensuite de coté.

L'année s'annonce merveilleuse, avec Dune & Eau

Ça y est, 2024 est arrivée et nous souhaitons tous qu'elle soit douce et joyeuse. Votre partenaire de choix : le spa Dune & Eau bien sûr ! Dans ce havre de bien-être de 1 600 m², tout est réuni pour que nous puissions chouchouter notre corps et notre esprit.



NOUVEAUTÉ 2024 : LES CURES YON-KA

Dorénavant, à **chaque changement de saison**, Dune & Eau vous propose une **cure de 3 soins** à réaliser en institut. C'est parti pour un **rendez-vous bien-être par mois**, avec les produits de haute qualité Yon-Ka et les gestes experts de l'équipe !

Cet hiver, place à la cure détox, idéale après les fêtes. Au programme :

- Un soin du visage purifiant (1 h),
- Un massage du corps Abyhanga (1 h),
- Un gommage purifiant au savon noir + une séance de LPG drainant (20 min).

Vous profiterez également d'une relaxante séance de table hydromassante.

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). Tarif : 305 €.

Dune & Eau nous gâte !

Pendant tout le mois de janvier, nous vous offrons un gel ou un lait nettoyant ainsi qu'un gant démaquillant à partir de 85€ d'achat de produits Yon Ka*.

* Dans la limite des stocks disponibles.





CETTE ANNÉE, SI VOUS DÉCOUVRIEZ LA DANSE THÉRAPIE ?

Dune & Eau c'est un spa incontournable de la région, mais aussi une **magnifique salle de sport** de 150 m². Tout au long de la semaine s'y déroulent des cours de fitness, Pilates, cuisses-abdos-fessiers, circuit training, etc. Sans oublier la toute dernière activité mise en place : la danse thérapie. **Libératrice et créative, cette pratique de pleine conscience permet à la fois de se réapproprier son corps et d'apaiser son esprit en lâchant prise.** Une nouvelle façon de sécréter les hormones du bonheur que nous vous invitons à découvrir sans plus attendre...



Les nocturnes se poursuivent !

Un moment 100 % cocooning qu'on adore chez *Slowly* ? Les nocturnes Dune & Eau bien sûr ! Si vous aussi en êtes adeptes, vous nous comprenez. Sinon, imaginez-vous dans une ambiance tamisée, alternant entre bains de vapeur, séances de sauna, gommage et jacuzzi... Un moment suspendu idéal pour terminer la journée en beauté !

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 €).



DUNE & EAU

59, avenue de l'océan 40530 LABENNE

🌐 www.duneeteau.fr ☎ 05 59 59 05 90 📱 @duneeteau 📺 @spa_dune_et_eau

Ouvert toute l'année. Nocturnes tous les mercredis jusqu'à 22 h.





Prendre le temps de vivre, c'est s'accorder la chance de contempler le monde avec les yeux curieux d'un chat, découvrant la magie dans chaque rayon de soleil qui danse à travers les rideaux, dans chaque bruissement léger du vent.



PRÊTS POUR UNE NOUVELLE EXPÉRIENCE DE L'OPTIQUE ?

Depuis longtemps déjà, Myriam rêvait de profiter au quotidien de l'authenticité et de la beauté des Landes.

Ses filles ayant pris leur envol, elle a donc quitté Toulouse pour rejoindre Seignosse. C'est là qu'elle a ouvert Calliopée Optic en octobre 2023 et qu'elle nous propose désormais de voir l'optique autrement.



DU PEPS !

Dans cette jolie boutique, vous découvrirez avant tout des **marques de créateurs** dont les valeurs ont séduit Myriam. Ces pépites, originales sans être extravagantes, sont parfaites pour **apporter du caractère à votre look**.

WOODYS (Espagne) joue ainsi la carte de la couleur sur des formes tendance mais faciles à porter. Rien de tel que ces montures uniques pour illuminer votre visage !

La marque bretonne NAONED vous garantit à la fois des teintes réjouissantes et une fabrication artisanale 100 % française. Labellisées Optic for Good, elles sont aussi éthiques que magnifiques !

MR BOHO, quant à lui, nous réjouit de montages rares et de formes séduisantes, à prix tout doux. Et oui, l'offre novatrice de Myriam s'adapte à toutes les personnalités, mais également à tous les budgets .

Enfin, vous retrouverez aussi des classiques comme GIGI STUDIOS et ses modèles couture, ou encore la célèbre marque design RALEOS.

Diplômée en colorimétrie / visagisme, Myriam mettra tout en œuvre pour trouver LA monture qui saura vous sublimer. Laissez-vous guider !



DES LUNETTES, MAIS PAS QUE...

L'originalité de Calliopée ne se limite pas aux montures. C'est en effet un tout nouveau concept qui vous attend, avec au programme d'irrésistibles **accessoires d'optique, bijoux et pièces de maroquinerie**. Là encore, la couleur, l'audace et la qualité sont à l'honneur .

Voilà occasion en or de vous concocter un style unique ou de dénicher le cadeau parfait !

CALLIOPÉE À VOS CÔTÉS

Passionnée de décoration, Myriam a su créer un magasin à son image : chaleureux, gai et inspirant. Afin de nous accompagner au quotidien, Myriam nous y propose diverses **offres d'équipements lunettes / lentilles, le tiers-payant, le service à domicile (EHPAD, etc.) ou encore l'examen de vue** pour correction et renouvellement d'ordonnance en cours de validité. Grâce à son atelier, elle assure également **montage et service après-vente**. On est si bien accueilli dans ce joli salon cosy !

CALLIOPÉE OPTIC

168, av. Charles de Gaulle 40150 SEIGNOSSE

☎ 05 58 97 30 73 🌐 www.calliopee-optic.fr

✉ calliopee.optic@gmail.com

📷 [@calliopee.optic](https://www.instagram.com/calliopee.optic) 📘 [@Calliopee Optic](https://www.facebook.com/CalliopeeOptic)

Ouvert du mardi au vendredi de 9 h 30 à 12 h 30 et de 15 h à 19 h,
le samedi de 9 h 30 à 12 h 30, le lundi après-midi et
le samedi après-midi sur rendez-vous.



AU FAIT !

Pourquoi Calliopée ? C'est en réalité un joli clin d'œil aux filles de Myriam, Callista et Cassiopée...

Partez à la reconquête de vous-mêmes, AVEC LA FÉE VIOLETTE

Quel parcours de vie fascinant
C'est la naissance de son
fils qui va la mener vers des
questionnements existentiels,
sur le sujet de la transmission
notamment.

Nadia veut **comprendre le sens final de son existence** abondante, saisir d'où vient ce vide qu'elle ressent. En conscience, elle demande de l'aide. Peu de temps après, une amie l'incite à découvrir le ThetaHealing, une technique de reprogrammation aidant à libérer les blocages émotionnels. Nadia entreprend alors un **véritable travail pour devenir une meilleure version d'elle-même**, développe ses **capacités extrasensorielles naturelles**, se forme au Reiki Shamballa, au massage intuitif et à bien d'autres techniques encore, pour finalement placer son empathie à notre service.

Ainsi, il y a quelques mois, Nadia a retrouvé la France où elle est née et a répondu à l'appel des Landes, inspirantes et apaisantes. **Le travail de l'énergétique est avant tout une lecture du champ informationnel**, que Nadia réalise par :

- **La guidance**, pour les personnes prêtes à communiquer verbalement,

- **Le massage**, pour ceux qui préfèrent cette approche.

Cette cheminante est ainsi la partenaire idéale de tous ceux qui souhaitent se reconnecter avec leur être profond et donner un nouvel élan à leur existence. Ses voyages à travers le monde, et les riches échanges qui les ont jalonnés, l'ont ouverte à la complexité de l'être humain, mais aussi à la profondeur de nos liens : peu importe nos cultures d'origine, **nous restons une grande famille**, celle de l'Humanité.



NADIA / LA FÉE VIOLETTE

SOINS ET MESSAGES ÉNERGÉTIQUES

Espace de santé Les Dunes
7, rue de la Palhinette Z.A. des 2 pins
40130 CAPBRETON

☎ 07 67 52 63 33

Tarifs : guidance au cabinet de Saint-Paul-lès-Dax ou à distance (Skype) : 70 € ; au cabinet de Capbreton : 90 €.
Massage (à Capbreton) : 130 €.





Une nouvelle "GRAINE DE BOUTIQUE"

Fleuriste depuis 8 ans, Camille a quitté Toulouse pour Soustons en 2021. Après avoir créé un atelier chez elle et développé avec succès un site de vente en ligne, elle a investi en novembre dernier l'une des "Graines de boutique" de Capbreton, (un dispositif mis en place par la Ville) au bord du Boudigau.

Ce magasin superbement aménagé, à l'ambiance authentique et cocooning, abrite : Un joli choix de fleurs fraîches ; De magnifiques plantes vertes ; Une vaste gamme de fleurs séchées, en libre-service, assemblées ou en composition

sur-mesure ; D'irrésistibles idées cadeaux et accessoires pour tous les budgets. Pour concevoir cette offre novatrice, originale et qualitative, Camille s'approvisionne au maximum en local.

Camille est naturellement la partenaire de tous vos événements privés et professionnels : mariages, anniversaires, baptêmes, deuils, séminaires, inaugurations, etc. Les commerces apprécieront les prestations " vitrines " et les abonnements floraux avec livraison, parfaits pour les restaurants, hôtels, etc.

♥ NOTRE COUP DE CŒUR POUR LA SAINT-VALENTIN

On craque pour les **coffrets** en 3 formats concoctés par Camille ! Fleurs séchées, bougie, gourmandise et autres surprises : c'est un véritable concentré de délicates attentions. À moins que vous ne préfériez un beau **bouquet de fleurs fraîches** pour célébrer votre amour ? Pensez à commander !



LE RIOSQUE / CAMOMILLE FLOWERS

Pont Lajus 40130 CAPBRETON

☎ 06 76 85 22 68 🌐 www.camomilleflowers.com

✉ camomilleflowers@gmail.com

📷 [@camomille_flowers](https://www.instagram.com/camomille_flowers) 📺 [@Camomille Flowers](https://www.facebook.com/CamomilleFlowers)

Ouvert le mercredi et le jeudi de 10 h à 18 h sans interruption, le vendredi et le samedi de 10 h à 19 h, le dimanche de 10 h à 13 h.



RIBEYRE

La passion du pin à votre service

La saga familiale Ribeyre a commencé en 1947. La scierie est fondée à cette époque par le grand-père de la dirigeante actuelle, afin de faire face aux conséquences des incendies qui ravagent alors les Landes. La société est reprise par sa fille en 1981, puis par sa petite-fille, Nathalie, en 2005. Et si l'équipe actuelle honore l'histoire de l'entreprise, elle a également acquis plusieurs savoir-faire complémentaires, afin de répondre au mieux aux besoins des professionnels et des particuliers.

LA CLÉ DU SUCCÈS : LA QUALITÉ

La **capacité d'innovation** figure depuis toujours dans l'ADN de Ribeyre. Déjà en 1977, le grand-père de Nathalie dotait, bien avant ses confrères, son atelier d'un autoclave. Il rendait alors possible le traitement du bois, une étape cruciale dans ce milieu. Quelque temps après, ce sont les séchoirs qui font leur apparition. Au fil des ans, compétences et parc technique évoluent. Aujourd'hui, Ribeyre compte **17 membres**, experts dans les domaines de : **l'exploitation forestière, le séchage, le sciage et le traitement par autoclave / trempage**. Nichée au cœur de la forêt, Ribeyre exploite

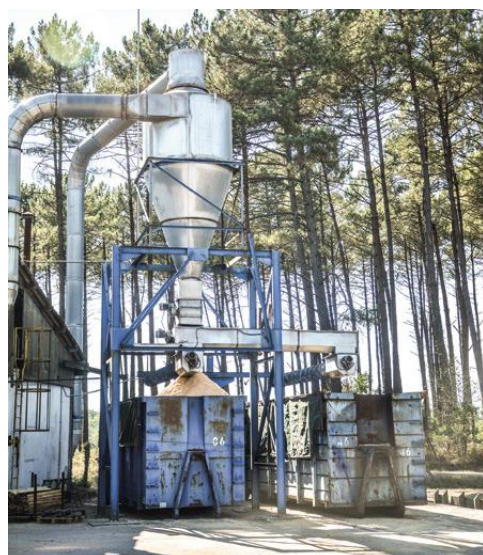


et utilise exclusivement du **pin maritime des Landes de Gascogne**, dans une zone de 50 km maximum autour de Linxe. Son bois se prête parfaitement à la réalisation de **terrasses**, mais également de **charpentes traditionnelles** (pièces allant jusqu'à 6,50 m) et de **bardages**. Très tendre, donc très réceptif aux traitements, il offre en effet une longévité appréciable. Grâce à ses prestations sur-mesure, Ribeyre est le partenaire idéal de tous vos projets de **construction et d'aménagement paysager**. Son équipe se fera une joie et un devoir de vous apporter ses conseils avisés.

Toujours en action, Ribeyre rénove actuellement une magnifique grange de son domaine, qui abritera notamment un nouveau showroom au printemps prochain. *Slowly* vous tiendra informés bien sûr !

UNE ÉCONOMIE CIRCULAIRE

Il y a un an, Nathalie a souhaité compléter son offre par des produits ciblés en adéquation avec ses valeurs. Sélectionnées pour leur qualité, ils racontent tous une histoire et surtout, participent aux **circuits courts** et à **l'économie circulaire**, si chers à la dirigeante des lieux. On citera donc les isolants en fibres de bois du Lot-et-Garonne (Steico), ou encore les panneaux d'OSB provenant de la seule usine française à en fournir. Le **zéro déchet** est également fondamental ici. Ainsi, la sciure est revendue à une usine landaise qui la transforme en **pellets**. L'écorce, quant à elle, est transformée, toujours dans les Landes, en **sacs de paillage** ou encore en **terreau**. Ces pellets, ce paillage et ce terreau sont à leur tour revendus chez Ribeyre. Bravo !



RIBEYRE

1393, route Belle époque
40260 LINXE

☎ 05 58 42 92 28

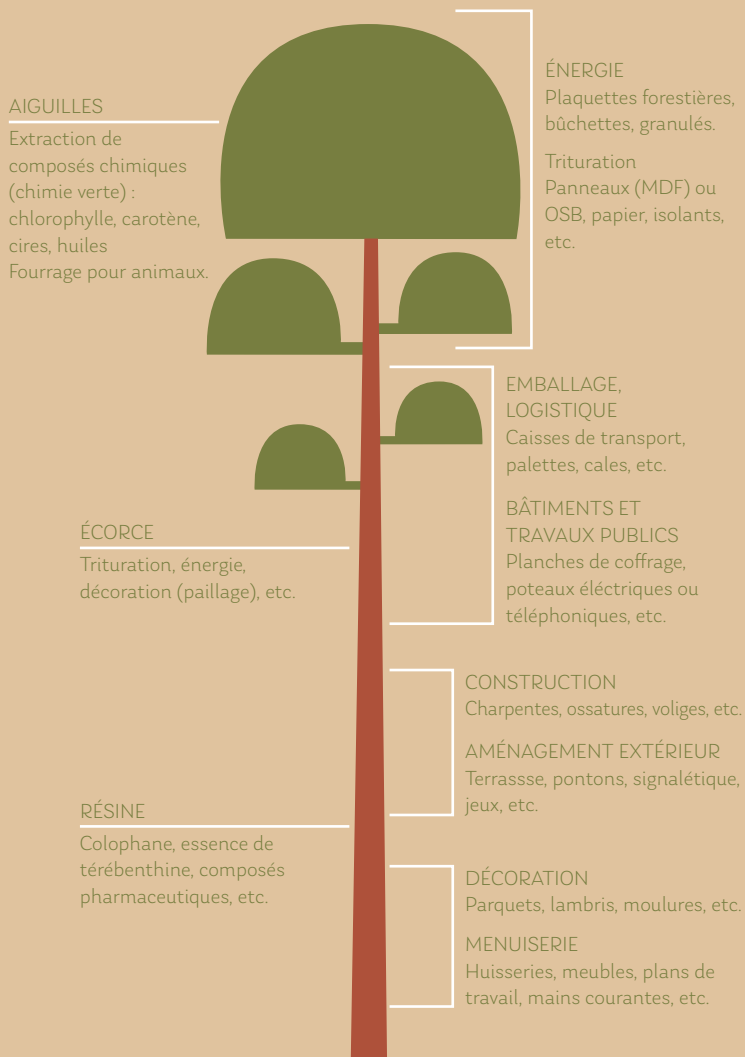
✉ info@ribeyre-landes.fr

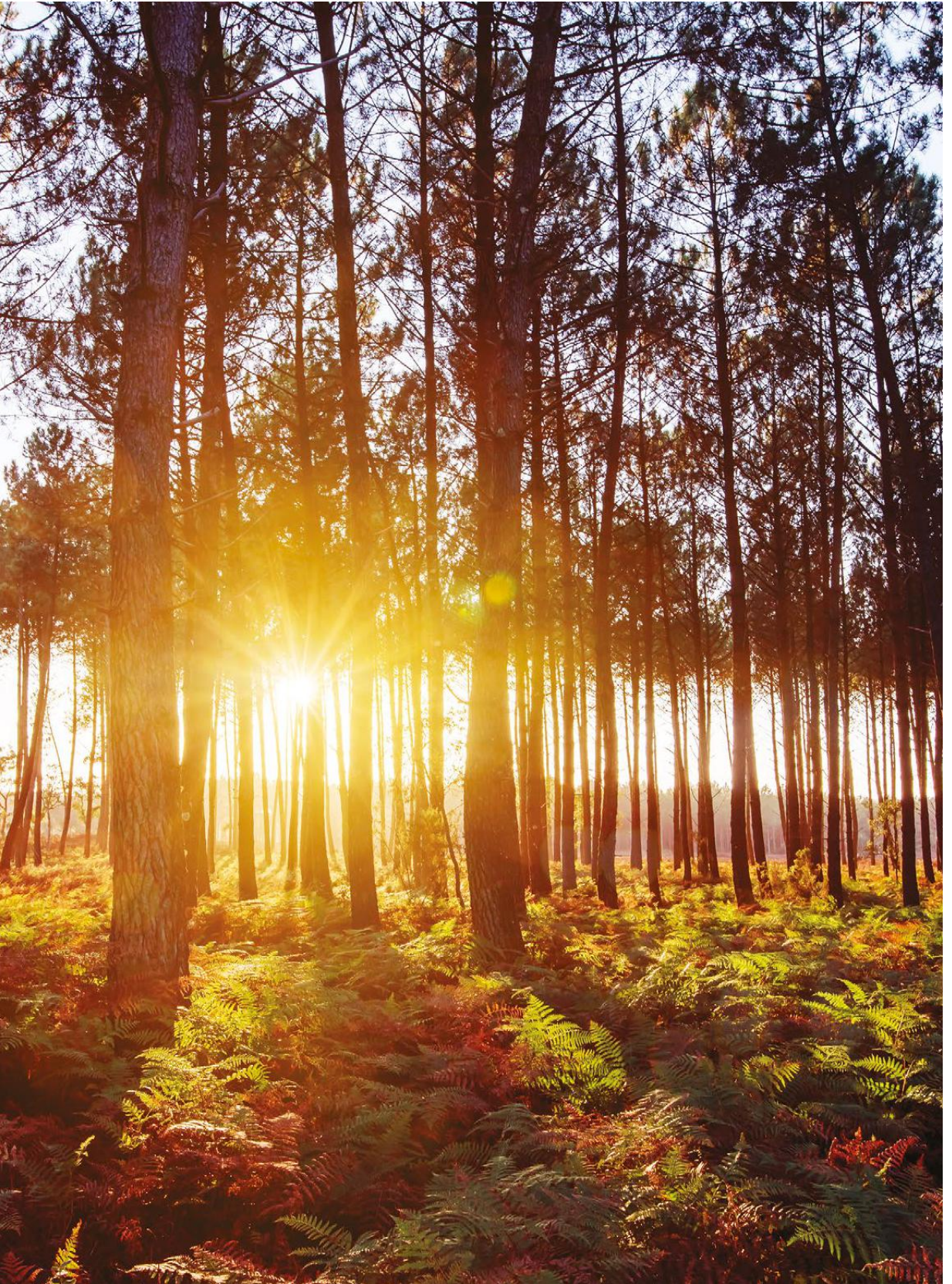
🌐 ribeyre-landes.fr **f** @SATB Ets Ribeyre

Ouvert du lundi au vendredi, de 8 h à 12 h et de 13 h 30 à 18 h 00 (fermeture à 17 h 30 le vendredi).



Tout est bon dans les pins







Flamocéan

l'allié de
votre confort



En cette fraîche période hivernale, quoi de plus réconfortant que le spectacle des flammes et leur douce chaleur ?

Natif d'Angresse, installé à Seignosse depuis 2020, Vincent Dubarry sera le partenaire de confiance de tous ceux qui souhaitent s'offrir le plaisir d'une cheminée, d'un insert ou encore d'un poêle à bois ou à granulés. **Fort de ses études de métiers de la pierre, de plus de 20 ans d'expérience et d'une créativité sans limite**, il saura vous conseiller et vous accompagner dans tous vos **projets de création et de rénovation**.

Privilégiant toujours le respect du patrimoine existant, Vincent s'adaptera à la fois à vos envies, à votre budget et aux spécificités de votre habitat. Épaulé par son épouse Christelle, cet artisan passionné gère lui-même **la conception, la pose, l'habillage, l'entretien et le service après-vente de votre installation**.

Afin de vous satisfaire pleinement, il a sélectionné pour vous les marques qualitatives **Nordpeis** (Norvège) et **Charnwood** (Angleterre).

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 ? Contactez Christelle sans plus attendre !

FLAMOCÉAN

683, avenue de Larrigan
40150 SEIGNOSSE

☎ 05 58 42 17 55

✉ contact@flamocean.fr

🌐 www.flamocean.fr

📱 @Flamocean

Déplacement sur site
(Landes et Pays basque).



Flamocéan est certifié
RGE et Qualibois.

Cette preuve de sérieux et d'engagement vous permet de bénéficier de la prime Rénov' et du CEE (certificat d'économie d'énergie).

Les championnes de basket Landes nous font vibrer



Photos ©DR

LE SAMEDI 27 JANVIER
À 20 H
(vs. Union féminine Angers Basket),

LE DIMANCHE 18 FÉVRIER
À 15 H 15
(vs. Tarbes Gespe Bigorre).

Rendez-vous à l'Espace François Mitterrand de Mont-de-Marsan.
Les supporters sont nombreux et les places prisées
(Basket Landes compte 1 800 abonnements), pensez à réserver !



LE PALMARÈS DE BASKET LANDES

✓ En 2021 : l'équipe est **championne de France de la Ligue féminine de basket**. C'est à la fois une consécration et le début d'une formidable ascension.

✓ En 2022 et 2023 : **elle remporte la Coupe de France** à l'Accor Arena Paris, transcendée par plus de 10 000 supporters acquis à la cause des Landaises. Un souvenir inoubliable.

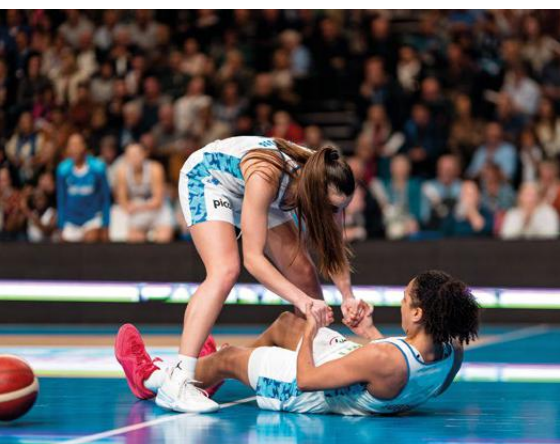
✓ En 2024 : les Landaises sont **victorieuses lors du Match des Champions** de la Ligue féminine de Basket.



UNE PÉPITE DU PATRIMOINE LANDAIS

L'histoire de Basket Landes a commencé dans le petit village d'Eyres-Moncube, où les performances du club local lui permettent d'accéder au haut niveau sous la direction de Dominique Lafargue, qui présidera jusqu'en 2013. Le développement d'une structure élite adaptée est ensuite accompagné par le Comité et le Conseil général des Landes. Quelques années après, l'équipe accède à la nationale féminine 1 et enregistre de superbes résultats. **Elle a su développer un esprit collectif fort au service d'un basket authentique.**

Mais au-delà des mots, quoi de mieux que d'assister à un match pour ressentir cette ambiance unique, cet élan et cette émotion que procure le basket, ce soutien précieux et inconditionnel des fans pour leur club ? Venez ! Entre amis, en famille, entre collègues : c'est toujours une expérience formidable. **Car Basket Landes, c'est une équipe, mais aussi un public, fidèle et passionné.**



Rencontre avec...

CÉLINE DUMERC, EX-JOUEUSE ET DIRECTRICE SPORTIVE

Le basket, Céline l'a rencontré par hasard, à 9 ans. Enfant très énergique, elle cherche une activité où se défouler et accroche immédiatement avec ce sport. Elle intègre l'équipe poussins, avant de passer les sélections départementales et régionales. Suit l'INSEP, puis un premier contrat pro à Tarbes.

Elle signe ensuite avec Bourges, le club le plus titré du basket féminin, et la Russie.

C'est en 2016 que cette joueuse internationale, **capitaine de l'équipe de France et recordwoman des sélections en équipe de France**, intègre Basket Landes. Tarbaise d'origine, elle est particulièrement heureuse de renouer avec l'atmosphère chaleureuse de ses terres natales. Elle jouera 7 années pour le club de Mont-de-Marsan, comme meneuse.

Enfin, en mai dernier, après 23 ans de carrière sportive, elle offre à sa carrière un nouvel essor, en devenant directrice sportive pour Basket Landes.

Elle assure donc aujourd'hui le lien entre la direction du club et ses coaches, tout en épaulant les managers. Bien entendu, elle partage au quotidien les joies (et les souffrances !) des joueuses et perpétue la convivialité et la bienveillance dont l'équipe, malgré sa montée en niveau, ne s'est jamais départie.



Véhiculant une image saine et dynamique du département, Basket Landes est aussi l'un des meilleurs centres de formation de France, avec des équipes U 20, U 18 et U 15 élite.

Rencontre avec...

JULIE BARENNES, EX-JOUEUSE ET ENTRAINEUSE

Originaire du Sud-Ouest elle aussi, Julie a entamé son histoire avec le basket dès l'âge de 4 ans. Son évolution très favorable la mène vers un parcours professionnel, au fil duquel elle intègre Basket Landes en 2020. Ce qui l'attire dans ce club à la fois pro et familial, c'est qu'il est sérieux sans se prendre au sérieux, qu'il sait créer une vraie proximité avec le public. **Portée par les valeurs de l'équipe, elle n'a plus qu'une envie : participer à son essor.** Ses espérances seront comblées par un magnifique parcours. Et lorsqu'en 2019, à l'âge de 31 ans, elle met un terme à sa carrière de joueuse, c'est pour devenir entraîneuse de l'équipe et voir cette dernière remporter d'inoubliables victoires.

À l'amour de ce sport, elle ajoute désormais le **plaisir de construire des carrières et d'explorer les relations humaines.**



Son objectif ?

Continuer à faire grandir l'équipe, tout en conservant les valeurs qui le caractérisent et en préservant le bien-être des joueuses.



basket Landes

MONT-DE-MARSAN

www.basket-landes.com

@basketlandesofficiel

@Basket Landes - Officiel

Billetterie en ligne
avec système d'abonnement possible.



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 SoleilLuna. 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.

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.).

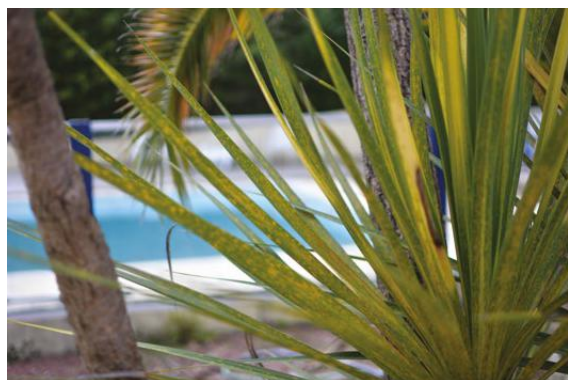
Chez Mon petit coin merveilleux, il n'existe **ni obligation de changement dans la durée de votre HLL, ni obligation de marques**, ce qui constitue une liberté très appréciable. Par ailleurs, **aucun droit d'entrée ni de sortie** n'est demandé et les charges de copropriété sont très basses (moins de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

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.

LE SAVIEZ-VOUS ?

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



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



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

f @ Monpetitcoinmerveilleux

📷 @ monpetitcoinmerveilleux



I LOVE MY DOG :

le refuge unique d'une femme exceptionnelle

Le chemin de certains chiens est parfois semé d'embûches, ces dernières pouvant les mener jusqu'à la case « refuge ». Cette étape déchirante, Olivia a décidé d'un faire un temps d'amour et de douceur. Depuis 15 ans à la tête d'une pension canine où les animaux évoluent en liberté dans un parc de 5 hectares, elle recueille désormais les chiens en difficulté et met tout en œuvre pour trouver à ses protégés une famille digne de leur cœur pur.



UN HAVRE DE PAIX POUR DES CHIENS HEUREUX

Les sauvetages d'Olivia ont débuté en 2021. Ils concernent en grande partie des **beagles, issus de laboratoires et sujets d'expérimentations**. Cette race docile et affectueuse est en effet plus proche génétiquement de l'Homme que d'autres... Mais Olivia héberge également des **chiens maltraités et / ou abandonnés** : chaque jour, elle reçoit plusieurs appels. **Tous ces loulous vivent au quotidien à ses côtés, en liberté et en meute** – impensable pour elle de les enfermer, alors qu'ils ont déjà connu tant d'épreuves. Cette proximité qu'elle entretient avec eux lui permet de cerner aux mieux leurs besoins et de définir le profil d'adoptants qui leur permettrait de s'épanouir.

LE REFUGE A BESOIN DE NOUS

Environ 150 chiens ont été adoptés depuis l'ouverture du refuge. Une action d'une telle envergure demande une énergie incroyable et des compétences diverses.

Aussi toute aide est-elle bienvenue !

Dons financiers, heures de bricolage, sacs de croquettes, aide aux demandes de subvention, communication, bénévolat : chacun peut aider à sa manière.

Une fois les chiens réhabilités par Olivia, vous pouvez également devenir **famille d'accueil**, pour une semaine, pour un mois ou encore jusqu'à l'adoption. C'est l'occasion rêvée d'offrir de belles balades à ces toutous et pourquoi pas de tester votre capacité et votre motivation à accueillir un nouveau compagnon ?

Une adoption doit être un acte parfaitement réfléchi. Ici, les chiens sont confiés à des humains responsables, équilibrés, doux, patients, avec du temps de présence et une connaissance des besoins de l'animal. La pédagogie d'Olivia est l'alliée idéale sur ce joli chemin empli d'émotions.

Enfin, après plus de 3 ans sans congés, **Olivia recherche activement un(e) assistant(e) pour exercer au refuge (logement possible sur place).**



Pour faire un don, rendez-vous sur Helloasso :
<https://www.helloasso.com/associations/association-i-love-my-dog>



LE RÊVE UN PEU FOU D'OLIVIA, ON Y CROIT !

C'est mal connaître Olivia de croire qu'elle va s'arrêter en si bon chemin. Celle qui dédie sa vie aux animaux voit aujourd'hui les choses en (très) grand. Elle a en effet pour projet de rassembler, sur 50 hectares et au sein d'un sanctuaire unique en France :

- Une pension canine,
- Un refuge "100 % liberté",
- Un hôtel écoresponsable avec des modules entièrement démontables, des matériaux naturels et de récupération,
- Un centre de formation et de transmission autour de la connaissance et du bien-être animal recevant divers spécialistes : éducateurs comportementalistes, vétérinaires holistiques, praticiens en shiatsu, massage canin ou encore soins coopératifs, communicants animaliers, naturopathes, acupuncteurs, ostéopathes, etc. Ce concept novateur offrira des expériences formidables aux humains comme aux chiens. Entre forêt, océan et montagnes basques, c'est aussi la solution parfaite pour des vacances dans le Sud-Ouest avec votre/vos toutou(s) !



ILS LA SOUTIENNENT

Olivia souhaite chaleureusement remercier :

- ✓ Vox animae, qui accompagne par des visioconférences gratuites tous les adoptants du refuge,
- ✓ Claudine, adoptante et secrétaire à l'initiative de la création de l'association,
- ✓ Faustine, trésorière de l'association et rédactrice des demandes de subventions,
- ✓ Valérie, bénévole qui organise les collectes en magasin et explique l'action *I love my dog* avec ferveur,
- ✓ Sandrine, kinésologue proposant les soins aux chiens du refuge avec bienveillance,
- ✓ Aurore, bioénergéticienne,
- ✓ Marie et Cécile, éducatrices (Les copains d'abord, Hassenduti),
- ✓ Vanessa, qui a créé La tribu *I love my dog* et organise chaque mois une balade sur la plage entre adoptants avec douceur et empathie,
- ✓ Sophie, bénévole active et souriante,
- ✓ Eduardo, volontaire qui a apporté son aide au refuge pendant plusieurs mois,
- ✓ Les adoptants exceptionnels, qui font un acte d'amour en choisissant un chien au refuge,
- ✓ Les donateurs, sans qui l'action ne pourrait se poursuivre,
- ✓ Les familles d'accueils hyper investies et passionnées.

I LOVE MY DOG

199, chemin de Lesbats
40230 SAUBRIGUES

☎ 06 64 88 79 82

f @ I love my dog – Pension et refuge pour chiens heureux

📷 @ pensionetrefugecaninilovemydog



LANDES ATLANTIQUE SUD, entre attractivité irrésistible et sobriété nécessaire



Edouard Dequeker

Le sud des Landes. Chaque jour, nous savourons notre chance de vivre sur un territoire

aussi merveilleux, dynamique et inspirant. Mais nous ne sommes pas les seuls à apprécier son potentiel. Aujourd'hui, la pression immobilière et touristique est devenue intense et pourrait conduire Landes Atlantique Sud à connaître les mêmes écueils que le Pays basque tout proche.

A cette croisée des chemins, ce momentum, chaque décision est primordiale. Edouard Dequeker, professeur à la chaire d'Économie urbaine de l'ESSEC Business School et landais de cœur, s'est consacré à ce passionnant sujet aux côtés de Guillaume Baudoin, directeur général des services de la communauté de communes Marenne-Adour-Côte Sud. Quelques semaines après la sortie de leur livre, il a accordé à *Slowly* une interview éclairante.

UN NOUVEAU REGARD SUR LES LANDES

Parisien d'origine, **Edouard Dequeker** passe ses vacances dans le Sud des Landes depuis l'enfance. C'est à l'occasion du confinement qu'il réalise qu'il ne connaît finalement ce secteur que d'un œil touristique. Pourtant, **spécialiste des métropoles mondiales et régionales**, il pourrait apporter une autre analyse sur son évolution. Il échange alors avec Guillaume Baudoin, qui lui confie une **mission de deux ans** en lien avec le projet de territoire. Peu à peu, l'idée d'un livre co-écrit s'installe, puis se concrétise.

MIEUX COMPRENDRE LES LANDES

Malgré l'expertise de ses auteurs, **Landes Atlantique Sud à l'épreuve de la sobriété** reste accessible à tous. Cet ouvrage de contribution étayée a en effet pour ambition de vulgariser les problématiques abordées.

Il souhaite ainsi redonner les clés aux acteurs du territoire et lutter contre le désengagement de la vie politique locale, qui reste obscure pour encore trop

d'entre nous. Dans ce but, les auteurs nous offrent tout d'abord une **instructive leçon d'histoire, en décrivant toutes les entités qui peu à peu ont modelé notre département**, de la centralisation à la MIACA (Mission interministérielle pour l'aménagement de la côte aquitaine) en passant par l'influence de Napoléon III. On y comprend notamment comment les Landes, initialement pauvres, ont négativement vécu les actions d'un État jugé trop interventionniste dans leur développement, et les conséquences actuelles de ce " complexe ". On se souvient que la propriété privée en France est un sujet complexe, que la Révolution française a sacralisé sur le plan constitutionnel.

Guillaume Baudoin et Edouard Dequeker s'appuient ensuite sur **un cas pratique et voisin : celui du Pays basque**. Ces terres magnifiques subissent aujourd'hui de plein fouet la flambée des prix, les problèmes de logement ou encore la bétonisation ; **la situation y est particulièrement tendue**. Les Landes semblent emprunter le même chemin, pourtant il est encore temps de débattre, d'enclencher de profondes réformes et d'agir.



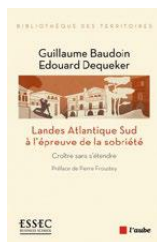
DES CHOIX DÉTERMINANTS POUR L'AVENIR

La **sobriété foncière**, qui figure parmi les objectifs de la commission européenne depuis 2011, semble évidemment la clé de voûte idéale de la préservation des Landes, bien qu'elle ne soit pas encouragée par la fiscalité française actuelle. Le **ZAN (Zéro artificialisation nette)**, présent dans le cadre de la loi Climat et Résilience de 2021, s'inscrit dans ce même objectif. Bien plus que des contraintes, ces éléments sont **des opportunités de repenser l'aménagement et le développement du territoire, de dépasser un modèle obsolète**.

La consommation d'espaces naturels et agricoles, c'est impératif, doit réduire de 50 % entre 2021 et 2031 – un défi qui semble difficile à relever pour **MACS**. Aussi si le foncier, longtemps valeur-refuge pour les investisseurs et devenu ces dix dernières années un produit de

spéculation rentable, a été quelque peu occulté politiquement au cours des quinze dernières années, il est pourtant fondamental aujourd'hui que les acteurs publics en reprennent le contrôle, et qu'ils renforcent **l'ingénierie d'observation du foncier. Réduire l'artificialisation des sols et par conséquent l'émiettement des logements**, est indispensable pour préserver à la fois l'attractivité du territoire et l'équilibre de son cadre de vie. D'autant plus que cet émiettement urbain augmente les coûts de réseaux (voirie, eau, chauffage, numérique, etc.), éloigne les habitants des services et les contraint à l'usage de la voiture alors que le pays entre probablement dans une crise énergétique structurelle. **Redynamiser les centres-villes et utiliser les constructions existantes** seraient des solutions favorables. Mais là encore, les collectivités publiques devront aller négocier avec des propriétaires privés, ce que beaucoup ne sont pas encore armées pour faire. **Les modèles de dissociation entre**

le foncier et le bâti, du type du bail réel solidaire, pourraient être généralisés et leur usage systématisé pour éviter de vendre le foncier public. Autre exemple de recommandation : **densifier les zones d'activité existantes plutôt que d'en construire de nouvelles**, et promouvoir une vision stratégique cohérente, **ramenant notamment le tertiaire en proximité des tissus urbains et plaçant les activités logistiques ou de BTP en proximité des nœuds autoroutiers**. Enfin, la sobriété foncière est un objectif qui ne pourra s'atteindre que par une vision supra-communale, qui doit amener à davantage de concertation avec l'ensemble des parties prenantes d'un territoire (habitants, associations, entreprises, etc.). L'ouvrage plaide à ce titre pour un **renforcement de la légitimité démocratique des intercommunalités** (élection au suffrage universel direct). **Parviendrons-nous à dépasser l'échelon communal, qui reste historiquement et culturellement extrêmement ancré en France ?**



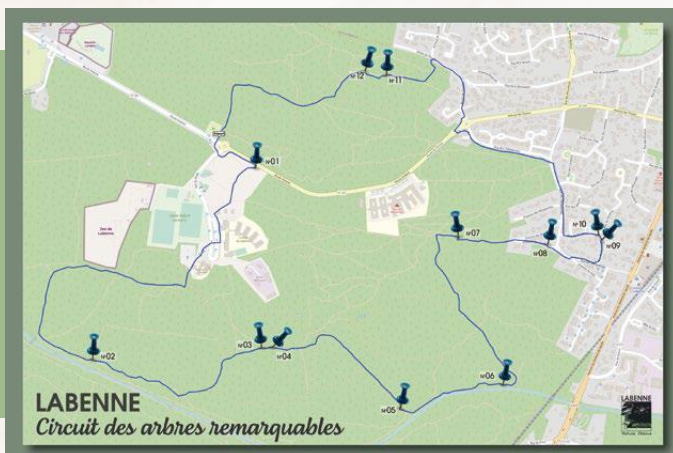
GUILLAUME BAUDOIN ET EDOUARD DEQUEKER
Landes Atlantique Sud à l'épreuve de la sobriété.
Croître sans s'étendre.

Préface de Pierre Froustey
Coll. « Bibliothèque des territoires »
Éditions de l'aube / Essec Business School
208 pages, 30 €. En librairie et en ligne.

Si vous souhaitez connaître la réponse des auteurs à cette question, comprendre comment évolue votre territoire et comment préserver les ressources landaises, il est temps de vous plonger dans cet édifiant ouvrage que nous venons de vous présenter. Et si vous avez envie de rencontrer Edouard Dequeker, sachez qu'il participera le 24 février prochain à un colloque dédié au lac marin de Vieux-Boucau.



Parcours DES ARBRES REMARQUABLES LABENNAIS



©Ville de Labenne DR



La Ville a travaillé sur la mise en place d'un parcours pédestre à la rencontre des arbres remarquables du territoire afin de sensibiliser le grand public à la connaissance de la forêt. Après avoir lancé un appel aux labennais pour recenser les arbres en 2021, la Ville en a sélectionné 12 pour créer un parcours de 7,5 kilomètres à travers la forêt et les quartiers. Certains arbres ont 150 ans ! La balade s'accompagne de panneaux explicatifs sur chaque essence afin de renseigner les promeneurs. La Ville compte sur les randonneurs pour respecter la nature et être vigilants à tous les risques de feux de forêts d'autant plus que le parcours emprunte plusieurs parcelles privées, dont les propriétaires autorisent gracieusement la traversée.

CE QUE VOUS VERREZ

- N°01 : Peuplier noir
- N°02 : Chêne liège
- N°03 : Pin maritime
- N°04 : Pin maritime
- N°05 : Chêne liège
- N°06 : Pin maritime
- N°07 : Pin maritime
- N°08 : Chêne - 150 ans
- N°09 : Pin parasol - 100 ans
- N°10 : Chêne - 150 ans
- N°11 : Chêne liège - 150 ans
- N°12 : Pin à deux fourches - 100 ans

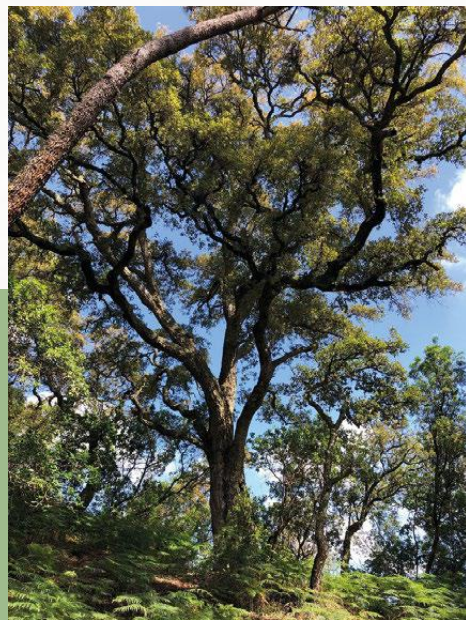
Ce circuit de 7,5 km, entièrement fléché, permet de partir à la rencontre des douze arbres remarquables de la commune de Labenne, dans le Sud des Landes. Peupliers, chênes lièges, et différents types de pins. Pour chaque arbre remarquable, vous trouverez un panneau explicatif.

Cette balade permet aussi de s'immerger dans la forêt landaise avec ses pins, ses eucalyptus, ses chênes et toute la végétation locale (arbousiers, genêts, ajoncs, etc.).

Au cours de cette marche, vous passerez derrière le Zoo de Labenne où vous apercevrez, peut-être, des lémuriers ou des kangourous.

Attention, vous trouverez un passage sur lequel il faut gravir un tuc (colline de sable), ce qui peut-être difficile pour certaines personnes.

Le stationnement est possible sur l'aire de pique-nique sinon se garer sur le parking du collège, rue du stade. Depuis l'aire de pique-nique, au niveau du rond-point du stade, se diriger côté droit.



Itinéraire : boucle
Distance : 7,11 km
Durée moyenne : 2h05
Difficulté : facile
Retour point de départ : oui
Dénivelé positif : +17 m
Dénivelé négatif : -17 m
Point haut : 25 m
Point bas : 5 m
Panneaux signalant les arbres remarquables.



L'itinéraire et la trace détaillés de cette randonnée sont disponibles sur Visorando : <https://www.visorando.com/randonnee-circuit-des-arbres-remarquables-de-labenne/>. Vous pouvez télécharger l'application mobile.

Ladilafé *par Renan Mazéas*

En 2024, on s'éclate !

Les jeunes sont à l'honneur en ce début d'année au travers du Skate et de la peinture. Vous connaissez la page Ladilafé : on s'attache à mettre en lumières les talents, les initiatives ou l'histoire du patrimoine local alors... Joyeuse année & belles découvertes !



LE SKATE VU D'ICI...

Savez-vous que nous avons un skatepark reconnu internationalement à Capbreton ?

Cette vaste infrastructure de 2400m², dernier cri et financée par la ville et la MACS, est agréée pôle d'entraînement pour les JO !

Un coup de chapeau à l'association *Capbreton skateboarding Club* qui gère cet équipement de main de maître où 200 adhérents s'y épanouissent.

◊ Dédicaces aux skateurs reconnus tels que **Vincent Milou** ou encore **George Poole**.

Mais parlons de cette championne de chez nous...



MADELEINE LARCHERON : Skateuse olympique

" J'ai commencé le Skate à 9 ans sur le trottoir en face de chez moi "

" Quand j'ai vu le Skatepark de Capbreton, j'ai su que c'était l'endroit où je devais être "

" À 12 ans j'ai même gagné de l'argent lors d'une compétition, je n'en revenais pas ! "

C'EST UN MONDE MASCULIN SEMBLE-T-IL, COMMENT AS-TU FAIT TA PLACE ?

J'ai grandi avec beaucoup de garçons autour de moi donc je me sens à l'aise avec cet entourage, d'autre part j'ai été très bien accueillie, et puis les skateurs ne se jugent pas, sauf pendant les compétitions mais ça...c'est le jeu !

QUELS SONT LES GROS TITRES DE TON PALMARÈS ?

- 13e aux jeux olympiques de Tokyo en 2021
- Double championne de France 2018 et 2020
- 2 fois vice championne de France 2019 et 2022

TES PROJETS DANS LE SKATE ET EN DEHORS ?

Je suis en Terminale alors pas facile de conjuguer cours, compétitions et entraînements... mais j'espère rester dans le top 44 mondial. Je souhaite surtout garder l'esprit libre du Skate : se filmer avec des copains, rire et avoir de belles sensations. Je garde aussi une part importante pour des voyages en famille, soleil et bons petits plats.



SARANE : le talent qui voyage

" Je suis un figuratif métissé "

" Je n'aime pas sublimer le réel "

" J'ai une véritable liaison avec la toile, on s'engueule souvent puis on se retrouve, comme dans un couple "

Il voit le jour dans la région de Grenoble il y a 27 ans, sa mère alors professeure d'anglais et son père cuisinier, décident de lui donner ce prénom aux sonorités gitanes : Sarane.

La petite famille va très vite explorer des contrées aux milles couleurs : Le Gabon puis l'Inde à Pondichéry, certainement les débuts marquants de cet artiste au regard alerte qui, sur les bancs de l'école, passait son temps à dessiner.

Retour dans un lycée du pays Basque, prépa art puis la Haute École des Arts du Rhin (HEAR).

Je rencontre aujourd'hui Sarane à la villa Madeleine, résidence artistique à Boucau, entouré d'imposantes toiles, on décrypte son message comme des instants de poésie qu'il a su capter dans cette vie de bohème, un style pop et acidulé, un trait remarquable qui donne à Sarane déjà les attributs des Grands.

 @ sarane.mathis

SECURITEST

CONTROLE TECHNIQUE



NOS CONTRÔLES

Contrôle technique
Visite complémentaire
Contre-visite
Visite pollution
Visite technique
réglementaire



TYPES DE VÉHICULES

Véhicules particuliers
Véhicules spécifiques
4x4, utilitaires
Camping-cars
Voitures de collection



FALAKI CONTROLE AUTO

3, rue du Hapchot
40130 CAPBRETON

☎ 05 58 72 49 49



PRENDRE RENDEZ-VOUS : →

www.controle-technique-capbreton.securitest.fr

Ouvert du lundi au vendredi
de 8 h à 12 h et de 14 h à 18 h

L'agenda de janvier février

SAMEDI 6 JANVIER

Nous déclarons la saison de la galette des rois ouverte !

VENREDI 12 JANVIER

NAQATOU, OU LA VILAINÉ PETITE FILLE, PAR LA COMPAGNIE SONS DE TOILE (THÉÂTRE)

20 h, Pôle sportif et culturel Maurice Ravailhe, SEIGNOSSE

SAMEDI 13 JANVIER

HISTOIRES ÉTERNELLES, PAR LA COMPAGNIE LES DRAMATICULES

Lectures théâtralisées, d'après Grimm, Andersen et Perrault

15 h 30, casino municipal de CAPBRETON
Gratuit, à partir de 8 ans, réservation en ligne



CONCERT DE PÊCHE À LA MOUCHE

Les Automnales saison 9
21 h, salle des fêtes de LABENNE

SAMEDI 13 ET

DIMANCHE 14 JANVIER

SALON DU BIEN-ÊTRE
Hôtel du parc, HOSSEGOR, entrée gratuite

DU JEUDI 18 AU

SAMEDI 20 JANVIER

NUITS DE LA LECTURE

Animations gratuites sur inscription
Médiathèque L'écume des jours, CAPBRETON

SAMEDI 20 JANVIER

CONCERT SARAH MCCOY + SÉLÉNITE

Soirée blues / soul / folk
S'étant affirmée en quelques années comme l'une des figures les plus flamboyantes de la scène musicale actuelle, la chanteuse et pianiste américaine Sarah McCoy est de retour avec son nouvel et second album 'HIGH PRIESTESS'

Organisé par l'association Scène aux champs, MACS et L'Atabal Biarritz
20 h 30, La Mamisèle, SAUBRIGUES
Voir page 4

BILLETTERIE




SARAH MCCOY

samedi 20 janvier
Saubrigues

 cc-macs.org 

DU VENDREDI 26 AU DIMANCHE 28 JANVIER

FESTIVAL ARTE FLAMENCO

Spectacles, stage de baïle, exposition, cinéma, animations jeune public, etc.

SOUSTONS

Plus d'infos sur <https://festivalarteflamenco.fr/>
[festival-dhiver-soustons](https://festival-dhiver-soustons.com/)

SAMEDI 27 JANVIER

RENCONTRE AVEC L'AUTEUR HERVÉ LE CORRE
15 h 30, Médiathèque L'Ecume des jours, CAPBRETON



MATCH BASKET LANDES VS. UNION FÉMININE ANGERS BASKET

20 h, Espace François Mitterrand, MONT-DE-MARSAN

DIMANCHE 28 JANVIER

CHOEUR ANANDA CONCERT PUCCINI BRAHMS MENDELSSOHN PALMERI

17 h, église de la sainte Trinité, HOSSEGOR



DIMANCHE & CIE ! TOURNÉE SPECTACLES EN FAMILLE

28 janvier, Josse
10 mars, Bénesse-Maremne
7 avril, Messanges

Billetterie en ligne : cc-macs.org
réservation obligatoire 

DIMANCHE 28 JANVIER

Dans le cadre de la programmation familiale
DIMANCHE & CIE « LE GARAGE À PAPA » DE LA CIE PASSE-MONTAGNE

Le Garage à Papa répare les papas un peu cabossés par la vie. Une mécanique tendre qui rappelle que les papas ont aussi été des enfants.

Théâtre / A partir de 7 ans
Durée 55mn

Organisé par MACS
11 H, Salle des fêtes de JOSSE

BILLETTERIE



VENDREDI 2 FÉVRIER
Mangeons des crêpes,
c'est la Chandeleur !

SAMEDI 10 FÉVRIER
REPRÉSENTATION DE
SOLYCATÉ (THÉÂTRE
D'IMPROVISATION)
 Les Automnales saison 9
 21 h, salle des fêtes de
 LABENNE

DIMANCHE 11 FÉVRIER
CONCERT DU CHŒUR
BAYONNE PAYS
BASQUE
 18 h, Espace culturel Roger
 Hanin, SOUSTONS

MARDI 13 FÉVRIER
C'est Mardi gras, tous à
vos déguisements !

MERCREDI 14 FÉVRIER
Bonne saint Valentin !

VENDREDI 16 FÉVRIER
SESSION CULTURELLE
6 - MOKA ET CIE
(MELTIN'POTES JAZZ,
FOLK & POP)
 20 h, Le Tube -
 Les Bourdaines,
 SEIGNOSSE

SAMEDI 17 FÉVRIER
LA SUBVERSION
DU LANGAGE,
PAR CLÉMENT
VIKTOROVITCH
 Organisé par Landes
 Musiques Amplifiées
 20 h 30, scène du cinéma de
 SAINT-VINCENT-DE-
 TYROSSE

DU SAMEDI 17
FÉVRIER AU VENDREDI
23 FÉVRIER

FESTIVAL TÉLÉRAMA
 Organisé chez Cinétyr
 Cinéma Grand Ecran,
 SAINT-VINCENT-DE-
 TYROSSE

DIMANCHE 18 FÉVRIER
MATCH BASKET
LANDES VS. TARBES
GESPE BIGORRE
 15 h 15, Espace François
 Mitterrand,
 MONT-DE-MARSAN

MERCREDI 21 FÉVRIER
TRAIT(S), PAR LA
COMPAGNIE SCOM
 Organisé par Landes
 Musiques Amplifiées
 À partir de 3 ans.
 15 h 30, Pôle Sud, SAINT-
 VINCENT-DE-TYROSSE

JEUDI 22 FÉVRIER
CONCERT DE LUIDJI
 20 h, Le Tube-
 Les Bourdaines,
 SEIGNOSSE

SAMEDI 24 FÉVRIER
LA FOLIE
DES ANNÉES 80
 20 h, Le Tube
 Les Bourdaines,
 SEIGNOSSE



DU 1^{ER} DÉCEMBRE
AU 29 FÉVRIER

EXPOSITION & YOGA
 Peintures intuitives
 originales douces et
 lumineuses de Kelly'dée
 Peintre intuitive en
 exposition-vente dans
 la salle de yoga de Laura
 Helm. À découvrir et
 ressentir pendant les
 ateliers de Vinyasa
 |Yin|Hatha|Alignement
 |Aerial|. <https://llyke13.wixsite.com/peinture-intuitive>
 The yoga house
 SEIGNOSSE BOURG



DIMANCHE & CIE ! TOURNÉE SPECTACLES
 ENFAMILLE



28 janvier, Josse
 10 mars, Bénésse-Maremm
 7 avril, Messanges

Billetterie en ligne : cc-macs.org
 réservation obligatoire



DIMANCHE 10 MARS

Dans le cadre de la
 programmation familiale
DIMANCHE & CIE
« LÀ-BAS » PAR
LE THÉÂTRE DES
CHIMÈRES
 Au milieu de nulle part,
 deux enfants vivent sur
 un îlot qu'ils décorent de
 perles. Un jour, des sons
 percent le silence de leur
 quotidien. D'où viennent-
 ils ? Serait-il possible qu'il
 existe autre chose là-bas,
 ailleurs ? Une invitation à
 grandir, dépasser ses peurs
 et aller voir plus loin.
 Théâtre / A partir de 5 ans
 10 H, FOYER RURAL
 BENESSE-MAREMNE

BILLETTERIE





UN MAX
de CURIOSITÉ et de PLAISIR,
ÉNORMÉMENT
DE *SLOWLY*.