

Le **FILON** ^{Nord-Ouest Vendée} **mag**

Une vraie mine d'or !



Mars
2025

N° 213

SERVEZ-VOUS
C'EST
GRATUIT!



Jeu **CONCOURS** **A GAGNER :**

Une carte cadeau

(Valeur 50€)

1 gagnant-e

Avec notre partenaire :

C DÉCO (Voir en P. 47)

www.lefilonmag.com

Ozaé
— Graviers déco —
650 matériaux pour sublimer votre jardin
PORTES OUVERTES
VENDREDI 28, SAMEDI 29 ET DIMANCHE 30 MARS

ZI les Judices - CHALLANS - 02 51 93 63 84
www.ozae-graviersdeco.com

GUILL ^{Depuis 1982}
Frédéric FORT Menuisier Poseur

Portes Ouvertes
les 7, 8 et 9 mars
au show room de
Saint Jean de Monts

Expert rénovation **K-LINE**
Menuiseries PVC-ALU
Volets roulants battants
Isolation extérieure
Portes de garage

2 SHOW ROOMS
CHALLANS - SAINT JEAN DE MONTS
Tél. 02 51 35 36 37

Pépinières de la Rivière
Experts du végétal depuis 1969

*Le printemps arrive,
Pensez à vos plantations !*

Route de Saint-Gilles
85300 Soullans
www.pepinieresdelariviere.fr

Contact commercial

> Filon Mag Vendée

Valentin Burgaud
06 70 83 24 22
valentin@lefilonmag.com



Eric Gouraud
06 77 17 38 02
eric@lefilonmag.com



**Vous souhaitez
communiquer
également
dans notre édition
Pays de Retz ?**
06 83 81 43 56



Edito

Tic-tac, tic-tac...

Dans la nuit du samedi 29 au dimanche 30 mars interviendra le passage à l'heure d'été!

Dimanche à 2h du matin, nous ferons un bond dans le futur pour nous retrouver à 3h...

Une heure que nous avons eue en plus à l'automne, que nous rendons au printemps. Le soleil va donc se lever plus tard, mais nous profiterons de sa lumière plus longtemps.

Lumière qui va nous aider à relever le défi que nous lance Pascal Renaud, de toujours avoir au moins 3 plantes en fleurs chaque jour de l'année!

Nicolas, quant à lui, va aussi s'occuper du vivant, mais nous donnera des solutions pour passer le changement de saison plus sereinement.

Du côté du FILON Mag, nous travaillons activement depuis plusieurs mois au lancement de l'édition du Sud-Ouest Vendée, dans le secteur des Sables d'Olonne.

Le nombre d'annonceurs prêts pour cette nouvelle aventure augmente chaque mois. Professionnels vendéens, n'hésitez pas à contacter Éric, par mail ou téléphone, pour nous rejoindre dans cette troisième édition du FILON Mag.

Nous aurons aussi besoin de distributeurs pour déposer les magazines chez les commerçants dépositaires. Déposez vos candidatures par mail à distribution@lefilonmag.com.

Et pour finir, nous sommes à la recherche d'un point de livraison central sur ce secteur pour limiter les kilomètres parcourus par nos futurs distributeurs.

Merci pour votre confiance sans laquelle ce beau projet ne pourrait voir le jour.

Bonne lecture à toutes et à tous !
Y.K

Sommaire

- P. 4 : Spectacles et loisirs
- P. 10 : L'album du mois
- P. 26 : Bien dans son corps, bien dans sa tête
- P. 32 : Nouvelles technologies
- P. 34 : Regard sur...
- P. 37 : Horoscope du mois
- P. 38 : Nature : 3 pollens par jour !
- P. 40 : Le Filon gourmand : restaurants et recettes
- P. 46 : Remue méninges : Mots croisés, sudokus...

www.lefilonmag.com





HOME & LIA
LITERIE



-30%

SUR TOUS LES
SOMMIERS
EN
RELAXATION*

JUSQU'AU 31/03/2025

* sur articles signalés en magasin

Dunlopillo

ANDRÉ RENAULT

duviver

TRECA
PARIS

SIMMONS

BULTEX

IVI
Mertins

Epeda

75 route de La Roche **Saint Gilles Croix de Vie**

02 51 54 60 02 | homeetlialiterie@gmail.com | www.home-et-lia-meubles.fr

SALONS | CANAPÉS-LITS | MOBILIER | LITERIE



HOME & LIA
MEUBLES

**TVA
OFFERTE***

JUSQU'AU 31/03/2025

* sur articles signalés en magasin



105 route de La Roche sur Yon **Saint Gilles Croix de Vie**

02 28 10 00 67 | homeliameubles@gmail.com | www.home-et-lia-meubles.fr

Association, service communal, office de Tourisme, bénévole... Vous souhaitez une parution dans l'agenda d'avril ?

Merci de communiquer la date de votre événement avant le 10 mars pour le magazine de mars sur www.leflonmag.com, onglet « Ajout agenda »

Distribution du prochain numéro à partir du 1er avril.

Tout le mois

Saint Gilles Croix de Vie

Danse santé

Retrouver mobilité, aisance et aller vers du mieux-être grâce à la danse santé. Séance dispensée par une professeure de danses et art-thérapeute. Pratique solo ou en couple. Places limitées.

De 16h45 à 17h45 les mercredis. Salle de danses du Marais. Infos et inscr. : 06 23 72 38 70 / association.douceurdevivre@gmail.com

Rock ados

Nouvelle activité pour les jeunes de 15 à 17 ans : cours de rock débutant tous les jeudis ! N'hésitez pas à pousser la porte !

De 18h30 à 19h30 les jeudis. Salle Chauvière. Tarifs : 8€. Infos : 06 23 72 38 70 / association.douceurdevivre@gmail.com

Jusqu'au 3 mars

Saint Gilles Croix de Vie

Bourse aux vêtements
Collecte et vente de vêtements printemps-été organisée par l'association Echanges-Services.

Collecte de 9h à 12h et de 14h à 17h30. Salle Marie de Beaucaire. Infos : 06 51 12 30 31

Jusqu'au 21 mars

Le Perrier

Exposition

L'univers du manga
Découverte de l'histoire et des personnages du manga, avec décor, ateliers et séries à explorer.

De 14h à 18h. Bibliothèque, 8 place de la Rochejaquelein.

Samedi 1 mars

La Barre de Monts

Soirées savoyardes

Envie de passer une soirée conviviale entre amis, entre collègues, en famille ou en amoureux... Venez déguster les spécialités des Montagnes : fondue de fromage, raclette, pierrade de viandes, reblochonnade.

100 route de Saint Jean. Infos : 02 51 68 47 59.

Soirée Dansante

Organisé par l'Association des Amis et Usagers de l'Etier du Pont Neuf.

À 19h30. Espace Terre de Sel Route de la Grande Côte.

Week-End Loto

Animation organisée par l'association APEL École Notre Dame du Sacré Cœur.

À 20h30. Espace Terre de Sel Route de la Grande Côte.

Bretignolles sur Mer

Ateliers et concert

Ateliers famille et causerie sur la biodiversité le matin, concert Chant'Appart avec Maia Barouh et Valentine Lambert le soir.

De 10h à 20h. Place des Halles et Jardins du centre-ville.

Challans

Rencontre littéraire

Julien Delorme, directeur commercial des éditions La Peuplade, viendra parler de son métier et de sa passion pour la littérature francophone et les textes traduits de langues minorées.

À 11h. Médiathèque Diderot. Tout public.

Conférences

DYS vers la réussite : après-midi dédiée aux troubles DYS et neurodéveloppementaux, avec des témoignages et des présentations d'experts.

De 14h à 18h30. Salles Louis-Claude Roux. Gratuit.

Happy Hour musical

Scène ouverte aux musiciens amateurs, avec la participation d'un professionnel de la musique pour parler de son métier.

À 19h. Maison des Arts. Tout public.

Saint Gilles Croix de Vie

Zumba

Zumba Party avec Matylou et Mélanie, organisée par l'association Bienestar.

De 15h à 17h. Salle du Lycée Adeline Boutain, Rue de la Bégaudière. Tarifs : adulte 10€, enfant -12 ans 5€.

Concert - Jazz

Eric Richard et le ER Jazz Quintet avec «Hope», un mélange de jazz post-bop et d'arrangements audacieux.

À 21h. Salle de la Conserverie. Tarifs : Non précisés. Infos : 06 81 64 46 40

Saint Hilaire de Riez

Modélisme naval
Portes ouvertes de Miniflotte 85 : exposition de maquettes, visite de l'atelier, démonstrations.

De 9h à 12h. 166 Rue Georges Clemenceau.

Concert baroque

Œuvres de Bach, Telemann, Vivaldi et Haendel, entre virtuosité et influences européennes.

À 15h. Lieu surprise.

Spectacle musical

Une soirée en chansons avec Les Sales Gosses. L'amour des mots, l'humour aussi, ça nous surprend, on est ému, on est mordu, on est épris. Et Chanson d'Occasion, connu pour ses reprises originales et festives des grands classiques de la chanson.

À 20h30. La baritaudière. Tarifs : 14€ sur place / 12€ résa. Infos

et résa : asso.lesdebusseurs@gmail.com

Saint Jean de Monts

Stage aquarelle

Animé par Pierre Martin, artiste peintre. Découvrez le matériel et la technique pour réaliser votre première aquarelle. (Matériel fourni) À partir de 13 ans. Sur réservation.

À 10h. Médiathèque - Espace culturel. Gratuit.

Le Perrier

Bébés lecteurs - A table

Histoires, comptines, chansons et jeux de doigts au programme de ce rendez-vous pour les tout-petits. De 6 mois à 3 ans - Sur réservation.

À 9h30. Bibliothèque 8 place de la Rochejaquelein.

Soullans

Soirée des Hirondelles

Organisé par les Hirondelles Soullandaises Football Club. Réservations auprès de Patricia Antheaume.

À 19h30. Espace Prévoirie Rue Saint-Christophe. Tarifs : 23€ (adulte), 13€ (enfant). Infos : 06 14 53 01 91.

Les 1 et 2 mars

La Barre de Monts

Rando chiens de traîneau

Balades insolites en chiens de traîneau au cœur de la forêt domaniale et des dunes. Explications sur les races de chiens et techniques d'attelage.

À 10h15. Parking plage de la bergère Route de la Corsive. Tarifs : 56€.

Les Sports d'Hiver à la Mer

Activités de montagne adaptées au littoral.

De 10h à 17h. Dunes et forêt. Tarifs : 5€ à 15€. Infos : 02 51 58 29 71.

Luges sur aiguilles de pins

Venez dénicher votre précieux forfait et profiter des magnifiques pistes de luges de la station de La Barre de Monts/Fromentine au cœur de la Forêt Domaniale des Pays de Monts (1 piste verte, 1 piste bleue, 1 piste rouge, et 2 pistes noires). Dans le cadre des Sports d'Hiver à la Mer.

De 14h à 17h45. Phare de Fromentine 2 rue du belvédère. Tarifs : 5€.

Week-End Loto

Animation organisée par l'association APEL École Notre Dame du Sacré Cœur.

À 20h30. Espace Terre de Sel Route de la Grande Côte.

Challans

Cross country

Grande compétition d'athlétisme, avec les meilleurs athlètes. Championnats de France.

À l'Hippodrome Éric Raffin.

Entrée : 10 € (gratuit pour les moins de 12 ans et le samedi).

Saint Hilaire de Riez

Festival le goût des Langues

Carte blanche à Laurent Labadie suivie du conte «L'Accent Fantôme».

À 19h et 20h30 le 1er et à 15h le 2. Salle de La Balise. Tarifs : 15€.



Dimanche 2 mars

La Barre de Monts

Journée belle action

La belle action. Réalisation d'un mandala sur la plage et nettoyage raisonné.

À 10h mandala/À 14h30 nettoyage. Plage de la Bergère. Gratuit. Infos : 02 28 11 20 93 / www.biotopia.fr

La Barre de Monts

Skike – Ski sur roues

Initiation au Skike, un sport mêlant roller et ski nordique, dans le cadre des Sports d'Hiver à la Mer.

À 11h et 14h30. Parking Plage de la Bergère Route de la Corsive. Tarifs : Formule famille 35€, Adulte 10€, Enfant 8€

Bouin

Spectacle

«La télé part en live». Show entre rire et chansons. Sketchs, chansons, parodies seront autant de moments délicieux à savourer. Spectacle original, enjoué et résolument drôle.

Organisé par Amitié Vendée Haïti pour la scolarisation d'enfants en Haïti.

À 14h30. Salle de l'Enclos. Tarifs : 15€/10€ -16 ans. Infos et résa : OTSI Beauvoir / 02 51

68 71 13 / Bar île de Bouin / 02 51 68 81 54

Coëx

Grand Loto

Organisé par l'association Handi Espoir. Nombreux lots et restauration sur place.

À 14h. Espace Val du parc. Tarifs : 3€ la carte/8€ les 3/15€ les 6. Infos : 06 75 45 00 36

Notre Dame de Monts

Journée belle action

La belle action. Réalisation d'un mandala sur la plage et nettoyage raisonné.

À 10h mandala/À 14h30 nettoyage. Plage de la Braie. Gratuit. Infos : 02 28 11 20 93 / www.biotopia.fr

Saint Jean de Monts

Journée belle action

La belle action. Réalisation d'un mandala sur la plage et nettoyage raisonné.

À 10h mandala/À 14h30 nettoyage. Plage de la Davière.

Une Grande nouvelle à vous annoncer !

Le FILON mag

arrive bientôt en Sud Ouest Vendée

Vous êtes un professionnel, vous cherchez une communication efficace pour votre entreprise ?

Profitez de l'offre découverte à prix attractifs...

Contactez Eric au 06 77 17 38 02

eric@lefilonmag.com pour en savoir plus.

Nous recherchons des distributeurs indépendants avec véhicule sur le secteur Sud Ouest Vendée

Envoyez votre candidature à

distribution@lefilonmag.com

Réponse au Jeu CONCOURS du mois de février

À la question : Quels sont les deux signes astrologiques natifs du mois de février ? Il fallait répondre : Verseau et Poissons

Bravo à nos gagnants :

Mme Catherine Clavier de Challans
M. Jean-Pierre Moulet de Barbâtre

Merci à notre partenaire :

Comité des Fêtes de Challans (Voir en P. 10)

Jeu CONCOURS du mois de mars À GAGNER : Une carte cadeau

(Valeur 50€) 1 gagnant-e en répondant avant le 20 mars à la question : Quelles sont les 4 «stars» de l'IA (Intelligence Artificielle) ? (Réponse dans le Filon mag)

Avec notre partenaire :

C DECO (Voir en P. 47)

Jouez sur www.lefilonmag.com ou envoyez vos réponses avec vos coordonnées et votre adresse e-mail à : jeuconours_vendee@lefilonmag.com ou par courrier à : Le Filon mag - Jeu concours Nord-Ouest Vendée 33 le Bois Macé - 44210 Pornic. Un tirage au sort départagera les bonnes réponses. Jeu gratuit, sans obligation d'achat.



Gratuit. Infos : 02 28 11 20 93 / www.biotopeia.fr

Brétignolles sur Mer

Vide-greniers APEL

Organisé à la Salle des fêtes. Bar et restauration sur place.

De 8h à 17h. Tarifs : Tables et emplacements à partir de 5€. Infos : Réservations obligatoires à l'Office de Tourisme.

Challans

Natation

Championnats de Vendée de natation. Org. Challans Natation.

De 9 h à 17 h à Nova Multiplexe. Tarifs : Entrée gratuite.

Vide-grenier du Caméléon

Organisé par Le Caméléon, avec bar et restauration sur place.

De 9 h à 17 h au Grand palais. Entrée gratuite.

Givrand

Pêche à la Truite

Organisée par «Les chasseurs du Gué Gorand»

À partir de 8h. Ouvert à tous les pêcheurs. Tarifs : Inscription à 10€.

Saint Hilaire de Riez

Autos et Motos

Rassemblement de voitures et motos américaines, organisé par The Mute Skulls Asso. Tous publics.

De 10h à 14h au parking de la Grande Plage de Sion.

Saint Maixent sur Vie

La Roue Libre

Course sur route organisée par La Roue Libre Saint Maixentaise.

Ouvre à 10h, RDV Zone de Loisirs, Route de Commequiers.

Sallertaine

Motricité

Les enfants de 3 mois à 6 ans grimpent, sautent, rampent... Des espaces adaptés à leur âges. Structure gonflable, piste à rouler, motricité...

De 10h à 13h. Salle Iris. Tarifs : 7€/5€ adhérent. Infos : 06 77 19 19 85 / sallertaine.motricite@gmail.com

Mardi 4 mars

Saint Jean de Monts

Théâtre

«L'heure des assassins». 5ème saison. Une pièce pour plonger dans l'atmosphère londonienne captivante, du suspense.

À 20h30. Odyssea. Tarifs : 26€/18€ réduit. Infos : <https://billetterie.omdm.fr/> / 02 72 78 80 80

Stage initiation reliure

Apprenez à relier ou restaurer un livre lors de ce stage en trois séances. Dès 16 ans, sur réservation.

À 18h30. Médiathèque - Espace Culturel

Challans

Exposition

Exposition retraçant l'histoire du jeu vidéo, de sa naissance à son impact sur la pop culture.

De 10h à 18h. Médiathèque Di-derot. Gratuit.

Conférence-spectacle

Le spectacle « Le Mystère d'Aloïs » aide à comprendre ce que vit une personne atteinte de troubles cognitifs.

À 14h30. Salles Louis-Claude Roux. Gratuit. Infos : 02 51 44 11 55

Saint Hilaire de Riez

Présentation littéraire

Découverte des nouveautés littéraires, BD, musique et cinéma à la médiathèque.

À 18h. Médiathèque Jacques Fraise

Commequiers

Ateliers bien-être

6 séances pour une meilleure vitalité, dès 55 ans, inscription obligatoire.

De 9h30 à 12h.

CÔTE & BÔX PROFESSIONNELS ET PARTICULIERS
LOCATION DE BOX • SELF-STOCKAGE

LOCATION DE BOX GARDE-MEUBLES
EN CENTRE-VILLE / TRÈS SÉCURISÉ

De 1 à 16m²
Accessible 24h/24 et 7j/7
Location sans engagement

Contact :
Uniquement par téléphone et mail
06 95 97 94 18
contact@coteetbox.fr

À LOUER
Local Professionnel
45 m²
pour bureau ou commerce
(hors restauration)

13 rue de la Plage ST JEAN DE MONTS www.coteetbox.fr

Loisirs & Culture à Saint-Jean-de-Monts

Ciné-Monts
Une ciné-conférence de Nicolas Pélissier

LA THAÏLANDE
CINÉ-CONFÉRENCE
15heures

Programme 2025
<https://loisirsetculture85.fr>

Adhésion à l'association 5€ Seance : 10€ après adhésion

3 Avril 2025 au Ciné-Monts

STORE & CO



Pergolas
Toiles

Stores extérieurs

Stores bannes

Stores bannettes

Moustiquaires

Voiles d'ombrage

Stores de vérandas

Stores anti-chaueur

Stores thermiques

Puits de lumière

Stores sous-toiture

Stores intérieurs

Stores vénitiens

Stores Californiens

Stores bateaux

Stores enrouleurs

Parois Japonaises

Nous nous déplaçons 3

85

44

49

Ouvert du lundi au samedi
de 9h30 à 12h et de 14h30 à 18h
Fermé le mercredi

PORTES OUVERTES

**VENDREDI 28
ET SAMEDI 29 MARS 2025**

Jusqu'à **-20%***
sur toute la gamme



* Offre non cumulable avec toute autre promotion en cours.
Détail de l'offre en magasin.

www.storeandco.fr

135, route de Nantes - Rond point des 3 Monts

85300 Challans - Tél. 02 51 26 99 98

8 Agenda du mois de mars

Mercredi 5 mars

Challans

Atelier

Initiation au jeu de cartes traditionnel de l'aluette.

À 15h. Ferme de la Terrière. Gratuit.

Concert

Moments musicaux uniques proposés par les élèves de la Maison des Arts.

À 17h30. Médiathèque Diderot. Gratuit.

Saint Hilaire de Riez

Lecture contes

Histoires douces, chansons et comptines pour les tout-petits.

À 10h30. Médiathèque Jacques Fraise

Jeudi 6 mars

Notre Dame de Monts

Ateliers numériques

Refaire son CV.

À 14h30. Espace Jean Martinet. Gratuit. Infos : 06 02 18 73 37 / yoan.brochard@omdm.fr

Saint Hilaire de Riez

Concert

Concert avec les élèves de l'Atelier école des arts.

À 19h. 45 Avenue du Terre-Fort

Saint Jean de Monts

Compétition de Golf

Winter Partners - Double Scramble (départ en shotgun).

Golf Av. des Pays de la Loire

Après-midi Dansant

Goûter dansant animé par des orchestres professionnels.

À 14h. Palais Odyssée 67 Esplanade de la Mer.

Saint Gilles Croix de Vie

Atelier LSF

Initiation à la Langue des Signes Française pour toute la famille.

À 14h30 le 6 et 18h le 21. L@ Bibliothèque Gratuit

Vendredi 7 mars

Challans

Soirée multimédia

Venez découvrir une sélection de jeux vidéo multi-joueurs sur PC en confrontation ou coopération.

À 19h. Médiathèque Diderot. Gratuit sur réservation à partir du 7 février. Infos : 02 51 68 89 30.

Spectacle

Plongez dans un univers vibrant avec les Canards de Challans ! Rejoignez-nous pour une soirée inoubliable où l'humour, la spontanéité et le talent fusionnent sur scène. Boisson de courtoisie.

À 20h15. Le Nid Partagé. Participation au chapeau. Infos et résa : 02 51 35 15 58 / lenidpartage.fr

Spectacle

«Thérèse» nous plonge dans une comédie décalée avec sketches et chansons.

À 20h30. Théâtre Le Marais. Tarifs : 14€, tarif réduit et moins de 18 ans : 12€.

Saint Gilles Croix de Vie

Rencontre artistique

Rencontre avec Clémence Chiron pour découvrir son processus créatif.

De 19h à 20h15. Atelier Henry Simon - Les Rimajures

Saint Hilaire de Riez

Soirée dansante

Soirée dansante anglaise avec animations.

De 19h à 2h. Salle de la Baritaudière Tarifs: 30€ adulte, 15€ enfant

Saint Jean de Monts

Concert méridien

«Récréations». Gael Soret et Gilles Serieye, duo de trompettes.

À 12h45. Micro-Folie. Gratuit. Infos : 06 07 22 00 33

Spectacle conte

Vy, un conte moderne et autobiographique sur l'enfance. À partir de 12 ans, sur réservation.

À 20h30. Médiathèque - Espace Culturel.

L'Aiguillon sur Vie

Bébés lecteurs

Rendez-vous intergénérationnel. Des histoires racontées aux enfants de moins de 3 ans. Ouvert à tous.

De 10h30 à 11h30. Bibliothèque. Infos : 02 51 33 16 24

L'Épine

Jeu participatif

«A vos paroles», inspiré du

jeu télévisé «N'oubliez pas les paroles». Moment musical pour tester sa mémoire et ses connaissances des chansons. Des années 80 à aujourd'hui. En équipe.

À 20h45. Salle La Salangane. Gratuit. Infos : Mairie de L'Épine / 02 51 39 19 18

Mouilleron le Captif

Exposition

13^{ème} édition de l'exposition «Artistes pour l'Espoir» regroupant 21 artistes, peintres et sculpteurs au profit de l'Association «Solidarité Don Espoir» qui agit pour un monde riche d'amour, d'amitié, de convivialité, de partage.

De 10h à 12h30/De 14h30 à 18h. Jusqu'à 19h les samedis. Logis de Beaupuy. Gratuit. Infos : contact@artistespourlespoir.fr / 06 61 09 09 27



Soullans

Ateliers numériques

Refaire son CV.

À 10h. Foyer rural. Gratuit. Infos : 06 02 18 73 37 / yoan.brochard@omdm.fr

NETTOYAGE - TRAITEMENT • PROTECTION TOITURE & FAÇADE • PEINTURE

Lifting
TOITURE FAÇADE

Un artisan local à votre écoute depuis plus de 15 ans !!

Étude de projet et devis gratuits

Redonnez beauté et soin à votre maison

Ravalement & Mise en peinture



Protection Rénovation & entretien toiture



Garantie 10 ans
Sur hydrofuge ou ravalement peinture

Avant

Après

Tél. 02 51 68 87 41 / 06 85 84 81 57
21 route du Mailleau - 85160 Saint Jean de Monts

Solutions photovoltaïques Votre projet clé en main
AUTOCONSOMMATION ET/OU VENTE DE L'ÉNERGIE PRODUITE

Bulteau Securelec

Installation - Maintenance - Particuliers et Entreprises



De l'Étude du projet



à la Mise en place
 par nos techniciens.



Faites confiance à un installateur local qualifié

27 rue du Moulin Neuf - 85800 LE FENOUILLEUR

Tél. : 02 28 10 50 10 - E-mail : contact@bulteau-securelec.fr - www.bulteau-securelec.fr



PAYSAGISTE

Entretien

Création

Florian CHAIGNEAU
 Concept & Design Extérieur

Elagage - Abattage - Clôture - Terrasse
 Béton désactivé - Fontaine - Cascade



Imaginons votre jardin !

ZA du Rampy - 10 rue des Artisans
 La Barre de Monts

florian.chaigneau@gmail.com

www.chaigneupaysagiste.fr



02 28 17 55 56

06 27 92 24 41

**Crédit
 d'impôt
 SAP 50 %**



PIERRE BECHET PEINTURE

TOITURE
DÉMOUSSAGE - NETTOYAGE - HYDROFUGE

PEINTURES
INTÉRIEURES & EXTÉRIEURES

85 rue du Chiron - 85710 BOIS DE CÉNÉ
www.pierrebechetpeinture.fr 07 63 49 46 76

L'ALBUM DU MOIS avec nov ma radio
HELENA « Hélé »



Héléna, auteure compositrice interprète belge est déjà très populaire. Elle se fait connaître lors de sa participation à la onzième saison de la Star Académy. Un joli parcours qui lui permet d'aller jusqu'au demi finales de ce show.

Après un EP de 4 titres dont «Summer Body» et «Mauvais Garçon» ou elle parle des relations amoureuses toxiques, elle sort ce mois ci son tout premier album baptisé «hélé», son petit surnom.

Des titres inédits avec des mélodies entêtantes et des textes où elle parle d'elle, de ses sentiments, de la vie et de l'amour.

HELENA «Hélé» disponible le 14 mars et à écouter sur NOV .

nov
ma radio 93.1

20 ANS

Samedi 8 mars

La Barre de Monts

Rock d'Hiver

5ème saison. Marcel et son orchestre, «Quand c'est qu'on se marre ???». Macadam hirsute. Tramble.

À 20h. Espace Terre de Sel. Tarifs : 30€/25€ prévente. Infos : <https://billetterie.omdm.fr> / 02 72 78 80 80

La Garnache

Concert

L.A.E.C.M. PRÉSENTE Nayah , Nouveau show Céline & Moi Et Ophélie Morival. Nayah a représenté la France à L'Eurovision 1999 et a participé à The Voice en 2021. Finaliste Voix de Star en 2024.

À 19h30. Espace Jacques Prévert. Tarif : Unique de 34 €. Infos : Réservations au 07 50 48 47 00 ou Office du Tourisme de Challans au 02 51 93 19 75

A.E.C.M. PRÉSENTE
Espace Jacques Prévert 85710 LA GARNACHE

nayah
SHOW CÉLINE & MOI

SAMEDI 08 MARS 2025
CONCERT DES 19H30 à 21H30
TARIF UNIQUE 34 €

RESERVATIONS :
07 50 48 47 00 / 02 51 93 19 75

OFFICE DU TOURISME DE CHALLANS

HYPER U
challans

Challans

Ciné

Projection de «Touchées» avec Alexandra Lamy pour la Journée internationale des droits des femmes.

À 13h30. CinéTriskell. Tarifs : CinéTriskell.

Grand déballage

Venez découvrir les articles mis en vente pour soutenir l'association Adopte1Chat.

De 14h à 18h (samedi), 8h à 13h (dimanche). Ferme de la Caille-tière. Gratuit.

Concert-découverte

Trio Miroirs : découvrez les œuvres de Gabriel Fauré et Mel Bonis.

À 19h. Auditorium de la Maison des Arts. Gratuit sur réservation à partir du 8 février. Infos : 02 51 93 29 64.

Comédie musicale

«Génération 80». Un moment où vous ne manquerez pas de reprendre les tubes de ces années mythiques et où il sera difficile de ne pas vouloir danser !

À 20h. Salle Louis Claude Roux. Tarifs : 49€. Infos : 07 80 25 58 18 / 06 98 18 22 71. Résa : Comité des fêtes

COMEDIE MUSICALE
GÉNÉRATION 80S

TARIF 49€
SAIR ET RESTAURANT SUR PLACE

SAMEDI 8 MARS 2025
A PARTIR DE 19H30

SALLE LOUIS CLAUDE ROUX

RESERVATIONS :
07 80 25 58 18 / 06 98 18 22 71

HYPER U
challans

Notre Dame de Monts

Loto de l'Amicale laïque les Embruns

Soirée loto organisée par l'Amicale laïque les Embruns.

À 20h. Espace René Bonnamy.

Saint Hilaire de Riez

Concert musical

Écoutez les classes instrumentales de l'Atelier, du basson à la guitare, en passant par le piano et la flûte traversière.

À 16h. Salle de la Baritaudière

Concert

Ballaké Sissoko et Piers Faccini échangent autour de leurs influences respectives, mêlant musique mandingue et folk.

À 20h30. Salle de la Baritaudière Tarifs : 10€-20€



AMEUBLEMENT

ITERIE
S^TGILLES

GRAND
DESTOCKAGE
AVANT
INVENTAIRE

Jusqu'au 31 mars 2025

24 rue Ambroise Paré
SAINT GILLES CROIX DE VIE

Univers du sommeil



LITERIE TOUTES DIMENSIONS

- Matelas - Sommier
- Sommier coffre
- Tête de lit - Chiffonnier
- Commode - Chevet
- Banque BZ et convertible
- Couette - Oreiller
- Linge de lit...

Suzon et Karine vous accompagnent dans votre projet !

C'est le moment de trouver le chemin du sommeil.



5 rue Jean Cousin
Zone Commerciale La Porte des Sables - CHALLANS
02 51 60 65 23 - uds@literie-challans.com

Paiement jusqu'à 10x SANS TRAIS

f i

Petits-fils

SERVICES AUX GRANDS-PARENTS



L'aide à domicile sur mesure



02 52 20 34 09

8 Place Alfred Kastler
85300 Challans

petits-fils.com

Soullans

Atelier créa' couture

Atelier de couture encadré par une couturière passionnée, pour débutants et initiés. Un projet sera réalisé à chaque séance. À partir de 12 ans, sur inscription.

À 9h30. Bibliothèque municipale. Gratuit.

Les 8 et 9 mars

Saint Jean de Monts

Théâtre

«Coquin de Sort». Une comédie policière en 3 actes. Interprétée par La Compagnie l'Estacade.

À 20h30 samedi / À 14h30 dimanche. Odyssea. Tarifs : 10€/Gratuit -12 ans. Infos : 06 38 95 34 79. Résa : Hello Asso / Super U / La maison de la Presse

Dimanche 9 mars

Aizenay

Chocolat Concert

Dégustations chocolatées pour vos papilles et quatuor féminin pour vos oreilles. Venez écouter les 4Zelles en savourant chocolats et café d'exception.

À 15h. Salle Les Quatre Rondes. Tarifs : 16€/10€ enfant. Infos et résa : Office de Tourisme

Challans

Vide-grenier

Vêtements, fournitures, livres et autres objets. Les bénéfices financent des sorties et activités pour les enfants.

De 8h à 17h. Petit palais. Gratuit (exposants : 10€ les 3 m en intérieur / 8€ les 3 m en extérieur). Infos : videgrenierstexupery@gmail.com

Courses hippiques

Courses hippiques de trot, restaurant panoramique, voiture suiveuse, animations gratuites enfants structures gonflables, maquilleuse, bars, friteries, chichis.

À 14h. Hippodrome Eric Raffin. Tarifs : 5€/Gratuit pour les femmes et -18 ans. Infos : 06 82 63 65 14

Lundi 10 mars

Saint Jean de Monts

Conférence

La biodiversité origines, périls et conséquences. Conférence animée par Jean-Noël Hallet, proposée par l'Université Permanente.

À 14h30. Palais Odyssea, Saint-Jean-de-Monts.

Conférence

La biodiversité origines, périls et conséquences. Conférence animée par Jean-Noël Hallet.

À 14h30. Palais Odyssea, Saint-Jean-de-Monts.

Mardi 11 mars

Challans

Musique et danse

Spectacle alliant danse hip-hop et beatbox, un duel artistique plein de rythme et d'énergie.

À 20h30. Théâtre Le Marais. Tarifs : de 4€ à 10€. Infos : 02 51 93 19 75.

Le Perrier

Ateliers numériques

Utiliser une application de co-voiturage.

À 14h30. Le Signal. Gratuit. Infos : 06 02 18 73 37.

Saint Jean de Monts

Stage initiation reliure

Apprenez à relier ou restaurer un livre lors de ce stage en trois séances. Dès 16 ans, sur réservation.

À 18h30. Médiathèque - Espace Culturel

Commequiers

Ateliers bien-être

6 séances pour une meilleure vitalité, dès 55 ans, inscription obligatoire.

De 9h30 à 12h.

Mercredi 12 mars

Saint Jean de Monts

Ateliers numériques

Internet, comment ça marche ? À 14h30. Maison Intercommunale des Services aux Publics.

STORE ■ PORTAIL ■ PORTE ■ VOILET ■ PERGOLA ■ FENÊTRE ■ PORTE DE GARAGE


monsieurstore

EN MARS

-25%SUR LES PRODUITS
PRIVILÈGE*PORTES **OUVERTES**

Monsieur Store, le réseau n°1 qu'on recommande à ses voisins

Taux de recommandation calculé sur la base de 7 877 avis clients récoltés via la plateforme GEM entre le 01/03/2022 et le 15/01/2023**92%** de RECOMMANDATION
★★★★★14, Boulevard Mourain du Pâtis
CHALLANS
Tél. 02 51 35 50 5724 Bis, Rue du Général Montcalm | Le Château d'Olonne
LES SABLES D'OLONNE
Tél. 02 51 22 88 62Flasher le QR Code et
prenez rendez-vous
avec l'un de nos experts

monsieurstore.com

**CHEMINÉES PHILIPPE POÊLES**
CUISINES

UN POÊLE À GRANULÉS ACHETÉ*
=
UNE TONNE DE GRANULÉS OFFERTE**
JUSQU'AU 31 MARS

* et ** voir conditions en magasin.
Offre non cumulableArtisan **CARRELEUR** depuis 1975**GAUVRIT****50 ans**
Depuis
à votre service89, boulevard Schweitzer • BP 50622 • 85306 CHALLANS Cedex
02 51 68 05 75 • www.gauvrit-sas.fr • challans@gauvrit-sas.frS.A.S. PUBLISSE TOUJOURS
Mettre à jour votre annuaire

14 Agenda du mois de mars

Gratuit. Infos : Infos : 06 02 18 73 37 / yoan.brochard@omdm.fr

Challans

Concert

Concert des élèves de la Maison des Arts, un moment privilégié pour montrer le fruit de leur travail musical.

À 19h. Maison des Arts. Infos : 02 51 93 29 64.

Jeu 13 mars

Brem sur Mer

Thé dansant

Thé dansant animé par Look Musette 85.

De 14h30 à 19h30. Salle du Brandais. Tarifs : 10€/personne.

Notre Dame de Riez

Tapis des bébés lecteurs

À destination des enfants de moins de 3 ans, un moment magique autour des livres.

De 10h à 11h. Bibliothèque municipale.

Après midi dansant

Nos danseurs apprécieront l'atmosphère conviviale, nos goûters gourmands. Par tirage, vous pouvez gagner une entrée gratuite pour un prochain bal.

De 14h30 à 19h. Salle Constant Guyon. Tarifs : 10€. Infos : 06 49 40 20 49

Saint Hilaire de Riez

Ciné-concert

Laurel et Hardy dans des mé-saventures burlesques, accompagnés de musique en direct.

De 20h30. Salle de la Balise.

La Barre de Monts

Ateliers numériques

À 14h30. Office de Tourisme. Gratuit. Infos : 06 02 18 73 37 / yoan.brochard@omdm.fr

Vendredi 14 mars

Saint Gilles Croix de Vie

Lecture pour enfants

Séance de lecture et comptines pour les tout-petits.

À 10h30. Bibliothèque de Saint Gilles Croix de Vie. Gratuit. Infos : réservation obligatoire auprès des bibliothécaires.

Spectacle théâtre

Pièce de théâtre où Greg a une heure pour trouver l'âme sœur avant ses 35 ans.

À 21h. Casino. Tarifs : 16€/personne. Infos : réservation par téléphone, sur place ou site internet.

Atelier créatif

Ateliers créatifs, dégustations, tournois de cartes et plus.

De 19h à 21h le 14 et de 10h à 12h le 26. Les Brasseurs de la Vie. Tarifs : ateliers créatifs 40€, ateliers couture 30€. Infos : réservation obligatoire.

Saint Hilaire de Riez

Atelier pratique

Atelier sur le compostage, astuces et conseils pratiques.

De 20h à 22h.

Soirée Gamers des Monts

Soirée jeux vidéo sur PC et consoles, venez jouer en groupes ou en solo, débutants ou "semi-pros".

À 17. Médiathèque - Espace culturel Boulevard Leclerc. Gratuit

Du 14 au 16 mars

Challans

Exposition

Le Week-end des Arts rassemble les associations artistiques et culturelles locales.

De 14h à 19h. Salles Louis-Claude Roux.

Théâtre

Panique dans les Seventies, une comédie où mensonges et révélations explosent au rythme des Seventies.

De 20h30. Théâtre Le Marais. Tarifs : 14€

Samedi 15 mars

La Barre De Monts

Dîner spectacle

Dîner spectacle transformistes «Les Fabuleuses» avec un menu complet

À 19h30. Salle de l'hôtel L'Embarcadère 27 Avenue de l'Estacade. Tarifs : 65€ Infos : 02 51 68 50 08

Repas Dansant

Repas avec apéritif, tartiflette, dessert et café

À 20h. Espace Terre de Sel Route de la Grande Côte. Tarifs : 26€ adulte, 16€ enfant moins de 12 ans

Challans

Portes ouvertes

Présentation du collège Jacqueline Auriol, établissement à taille humaine.

De 9h à 12h30. 34 boulevard Jean Yole. Gratuit. Infos : <https://jacqueline-auriol.vendee.e-lyco.fr>

Portes ouvertes

Le lycée professionnel René Couzinet vous invite à découvrir ses formations diversifiées du CAP au Bac Pro, y compris les formations d'aides-soignants et pour adultes.

De 9h à 12h30. 34 Boulevard Jean Yole.

Atelier pour enfants

Les tout-petits partent à la découverte du monde des histoires.

À 10h30. Médiathèque Diderot. Gratuit sur réservation. Infos : 02 51 68 89 30

Football

Match du championnat de France de National 3 entre FC Challans et Stade Lavallois Mayenne FC 2.

À 18h. Stade Jean Léveillé.

Soirée jeux de société

Ouvert à tous. Bar et restauration sur place.

À 18h. Salle de la Cailletière. Tarifs : 2€. Infos : 06 65 78 24 75

Saint Gilles Croix de Vie

Atelier

Réparations collectives de petits objets du quotidien (électroménager, ameublement, vélos, etc.).

De 9h30 à 12h. Infos : sur rendez-vous ou entrée libre.

Saint Hilaire de Riez

Forum

Forum pour les recherches de jobs d'été avec entre 25 et 30 employeurs dans divers secteurs.

De 9h à 12h30. Espace Jeunesse, 45 Avenue du Terre-Fort.

Course cycliste

Course en hommage à Mathias Grit, avec deux courses : Open Access et Access.

De 13h30 à 18h.

Atelier tricot

Échange d'idées et conseils autour du tricot et crochet.

De 15h à 17h. Square des droits de l'homme.

Saint Jean de Monts

Conférence

Avant le Marais, après le Marais De 14h30 à 17h30. Ferme du Vasais Rue du Vasais

Soullans

Comédie

«La Famille Bijoux». 5ème saison. Une comédie originale, à l'humour décalé et burlesque. À 20h30. Espace Prévoirie. Tarifs : 10€/7€ réduit. Infos : <https://billetterie.omdm.fr> / 02 72 78 80 80

À partir du 15 mars

Saint Hilaire de Riez

Concours littéraire

Participez au concours de nouvelles sur un thème dévoilé le 15 mars.

Ouvert tous les jours. En ligne, site de la Médiathèque.



GABARD

COUVERTURE

COUVERTURE

NEUF/RÉNOVATION

TOITURE

NETTOYAGE/ENTRETIEN

FACADE

NETTOYAGE/ENTRETIEN

PEINTURE

EXTÉRIEURE

ZINGUERIE



DEVIS GRATUITS

44 rue Jean Perrin - Pôle Activ' Océan - 85300 Challans

06.68.19.86.54

85gabard@gmail.com

www.gabard-couverture.fr

16 Agenda du mois de mars

Challans

Pétanque

Championnat de Vendée de pétanque. Qualificatif tête à tête du district des Sables d'Olonne, le samedi et doublette masculin, le dimanche.

De 9h à 18h. Boulodrome municipal.

Du 15 au 22 mars

Pays de Monts

À l'occasion de la Semaine Nationale de la Petite Enfance, les services et acteurs du territoire se mobilisent pour une programmation adaptée aux 0-6ans.

Gratuit. Infos et inscr. : 02 55 34 00 46 / rpe@omdm.fr / <https://www.omdm.fr/vivre-ici/petite-enfance>

Dimanche 16 mars

Challans

Prix cycliste de la Municipalité Courses cyclistes organisées par le Vélo Club Challandais

De 9h à 19h. Bd Jean Monnet.

Saint Hilaire de Riez

Concours d'Aluette

Organisé par les amis de la bourrine du bois Juquaud. 1 lot à chaque joueur.

À 14h30. Maison de la Parée Verte. Tarifs : 10€ par joueur. Infos et inscr. : 07 80 57 37 34 / amisdelabourrine@gmail.com

Bouin

Randonnée

Pour se recentrer sur des choses simples, rencontrer des personnes partageant la même passion dans un cadre préservé, se dépasser physiquement et mentalement ou tout simplement se sentir bien physiquement.

À 9h30. Port des Champs. Tarifs : 4€/7€. Infos : apelecole-delatransition@gmail.com

Givrand

Bourse d'échange et vide grenier

11ème Bourse d'échange et 7ème vide grenier des Vieilles Soupapes. Petite restauration

sur place. Exposition de véhicules anciens. Tombola.

De 8h à 18h. Salle Polyvalente. Gratuit. Infos : contact.bourselvs@yahoo.com / 06 11 55 11 83

Sallertaine

Motricité

Les enfants de 3 mois à 6 ans grimpent, sautent, rampent... Des espaces adaptés à leur âges. Structure gonflable, piste à rouler, motricité...

De 10h à 13h. Salle Iris. Tarifs : 7€/5€ adhérent. Infos : 06 77 19 19 85 / sallertaine.motricite@gmail.com

Lundi 17 mars

Saint Hilaire de Riez

Conférence

Conférence de Daniel GARRIOU sur les massacres de Machecoul en 1793.

À 18h. Médiathèque de Saint Hilaire de Riez.

Les 17 et 18 mars

Coëx

Art itinérant

Installation d'un musée itinérant d'art contemporain et d'art moderne sous la forme d'un camion musée.

De 9h à 18h. Parvis de l'église. Infos : 02 51 55 55 55

Du 17 au 22 mars

Challans

Semaine des ateliers

Pendant une semaine, les professeurs de la Maison des Arts proposent des activités différentes des cours habituels. C'est l'occasion pour tous de découvrir d'autres pratiques, d'autres univers.

Mardi 18 mars

Commequiers

Ateliers bien-être

6 séances pour une meilleure vitalité, dès 55 ans, inscription obligatoire.

De 9h30 à 12h.

Mercredi 19 mars

Saint Jean de Monts

Ateliers numériques

Refaire son CV

À 14h30. Maison Intercommunale des Services aux Publics. Gratuit. Infos : 06 02 18 73 37 / yoan.brochard@omdm.fr

Animation compostage

Conseil et astuces pour bien utiliser votre composteur.

À 10h. Centre technique intercommunal. Gratuit. Infos : 02 51 59 98 90

Conférence diététique

Les aliments sont nos alliés Santé

De 18h à 19h30. Thalasso Valdys Resort. Tarifs : 15€. Infos : 02 51 59 18 18

Brem sur Mer

Lecture jeunesse

Le chat de Monet : venez écouter-voir ce tendre album et découvrir le vocabulaire makaton. Connais-tu Chika, le chat de Claude Monet ? Ce coquin se faufile partout ! Jusque dans ses tableaux où il sème la zizanie.

À 10h30. Bibliothèque. Gratuit. Infos : bibliotheque@brem-sur-mer.fr / 02 51 96 27 27

Jeudi 20 mars

Saint Jean de Monts

Ciné-Conférence

L'Auvergne

Présentée par Patrick Bureau
À 15h. Palais Odyssée. Tarifs: Adhésion 2025 : 5€. Abonnement : 25€ pour toutes les séances ou à la séance : 10€.

Vendredi 21 mars

Challans

Comité de lecture

« Sur la route avec... » Échange et débat autour des livres sélectionnés par les médiathèques de Vendée.

De 19 h. Boulevard René Bazin.

La Nuit de l'équinoxe

Soirée d'observation astronomique avec l'Astro Club Challandais pour fêter l'arrivée du

printemps.

À partir de 21 h. Commanderie de Coudrie.

Notre Dame de Monts

Concert

Odeia revisite des airs et lamentations de Scarlatti, Vivaldi et Dowland, ou des musiques traditionnelles du centre de la France, de Grèce et d'Italie.

À 20h30. Cinéma-théâtre Les Yoles. Tarifs : 10€/7€ réduit. Infos : <https://billetterie.omdm.fr> / 02 72 78 80 80

Saint Hilaire de Riez

Comédie

Une comédie de Josiane Basko, entre amour et humour, avec Alexandre Brasseur et Catherine Marchal.

À 20h30. Salle La Balise.

Soullans

Ateliers numériques

Utiliser une application de covoiturage.

À 10h. Foyer rural. Gratuit. Infos : 06 02 18 73 37 / yoan.brochard@omdm.fr

Fête du court métrage

Sélection éclectique de films projetée, suivie d'un temps d'échange.

À 20h. Bibliothèque, 11 place Jean Yole.

Beignon Basset

Légendes de Vendée

Le Quatuor Légendaire invité par l'association Mada sur Vie vous conteront les Légendes de Vendée, issues de leur propre collectage. Ce sont des figures connus Hervé Cantin, Roger Morisseau, Gilles Perreaud, Frédéric Rousseau et un musicien.

À 20h30. Salle du Foyer rural. Tarifs : 12€ / 8€ -18 ans. Infos et inscr. : www.helloasso.com / 06 82 89 95 76

Saint Gilles Croix de Vie

Atelier LSF

Initiation à la Langue des Signes Française pour toute la famille.

À 14h30 le 6 et 18h le 21. L@Bibliothèque Gratuit

Gouttière G300

Gouttière Linea

L'entreprise
ALU GOUTTI vous
propose depuis 14 ans
toute une variété de produits
en alu aussi bien adaptée
aux maisons individuelles
qu'aux bâtiments
industriels et agricoles.



- STORE BANNE
- VOLET
- PORTE DE GARAGE
- CLÔTURE ALU

ALU GOUTTI 85

La gouttière aluminium

NOUVEAUTÉ
Bardage aluminium



Appuis de fenêtres Alu

Couvertine en continu

ALU GOUTTI 85

85190 Maché

www.alugoutti.fr

Notre aluminium est laminé
et laqué en France



Tél. bureau : 02 40 76 18 47

M. Ronsin : 07 86 62 54 86

alu.goutti@gmail.com

Jardins
des Dunes

Créateurs de Jardins



AMÉNAGEMENTS PAYSAGERS

Plantations et Engazonnements



POSE DE CLOTURE



TERRASSE BOIS



MAÇONNERIE PAYSAGERE

Dallage et Pavage

Contactez-nous pour concevoir le jardin qui mettra en valeur votre maison !

43 rue Gustave Eiffel - ZA La Bloire - 85300 CHALLANS

06 62 40 86 56 | a.couthier54@gmail.com

18 Agenda du mois de mars

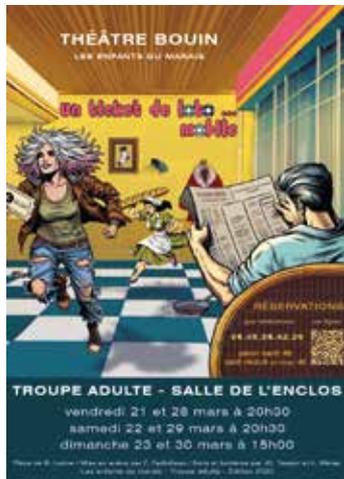
Du 21 au 30 mars

Bouin

Théâtre

La troupe adultes «Les enfants du marais de Bouin» vous présente une pièce de B. LENNE «Un ticket de Loto ..mobile». Mais où est ce ticket? Chez l'industriel ruiné? Dans les poches de la punk déjantée? Dans les grosses miches de la boulangère?.

À 20h30, Vend 21 et 28, Sam 22 et 29 Mars. À 15h, Dim 23 et 30 Mars. Salle de l'Enclos. Tarif: +12 ans 8€ / 4-12 ans 4€. Info: Réservations au 06 45 26 42 29 ou site hello Asso Les enfants du marais de bouin.



Samedi 22 mars

Challans

Quizz

Parents et enfants testent leurs connaissances en culture générale de manière ludique.

À partir de 11 h. Médiathèque Diderot. Gratuit sur réservation.

Dîner festif

Le Comité de Parents et Amis des personnes Handicapées, secteur de Challans organise son dîner festif animé par le duo Double Effet sur le thème de la Guinguette déjantée.

À 19h. Salle des Ormeaux. Tarifs: 35€/30€ personne en situation de handicap/15€ -10 ans. Infos: cpahchallans@gmail.com / 06 61 15 33 80

Concert

Odeia. Concert musical avec Elsa Birgé et son groupe, explorant les larmes à travers un répertoire cosmopolite.

À partir de 20h30. Théâtre Le Marais. Tarifs: 4 € à 10 €.

Saint Jean de Monts

Couture

La Micro-Folie invite une couturière du territoire pour un atelier couture et broderie ou flocage. Débutants bienvenus. Apportez votre pique-nique pour le déjeuner, la boisson chaude vous est offerte.

À 10h. Micro-Folie. Gratuit. Infos: 06 07 22 00 33

Musique

Le Bouquet musical. Place aux grands ensembles! Vibra Tutti, les ensembles vocaux VibraVoce, Calliope et Vibrarmonia partagent la scène avec les musiciens de l'Orchestre à l'École et de l'Orchestre au Collège.

À 18h. Odyssée. Gratuit. Infos: 02 51 59 54 39 / cri-vibrato@omdm.fr

La Barre de Monts

Loto Familial et Country

Soirée organisée par les Écuries du Prégraslon et Les Cavaliers de l'Océan, avec loto, repas et initiation à la danse Country.

À 17h30. Espace Terre de Sel. Tarifs: 30€ adulte (repas et 1 grille de loto offerte), 20€ enfant (moins de 10 ans, repas et 1 grille de loto offerte).

Brétignolles sur Mer

Dîner dansant

Soirée animée par le trio Best of 80.

À 19h30. Salle des Fêtes. Tarifs: sur réservation.

Notre Dame de Monts

Découverte métier

Présentation du métier de Luthière et fabrication d'instruments.

À 15h. Jardin du Vent, 29 bis rue Gilbert Cesbron. Gratuit.

Saint Gilles Croix de Vie

Concert

Chant'appart: concert avec Ysé et Kunthea.

À 20h30. La P'tite Gare. Tarifs: 20€, tarif réduit 5€/10€/18€. Infos: Réservation obligatoire.

Saint Hilaire de Riez

Animation musicale

Comptines, chansons et instruments pour éveiller les sens des tout-petits.

À 10h30. Salle La Balise. Tarifs: sur réservation.

Saint Jean de Monts

Les samedis couture

création d'un Zafu. Atelier couture et création d'un Zafu avec Laurence Groyer.

À 10h. Micro-Folie. Gratuit.

Bouquet musical

Vibra Tutti et divers ensembles vocaux et instrumentaux se produisent pour une soirée musicale riche en émotions.

De 18h à 19h30. Odyssée, 67 Esplanade de la Mer.

Saint Maixent sur Vie

Carnaval

Carnaval pour les enfants organisé par l'APE.

À confirmer. Place de l'Église. Infos: Mairie.

Soullans

Spectacle

«A travers champs». Humoriste Paulo dans un one man show mêlant humour subtil et anachronismes.

À 20h30. Espace Prévoirie. Tarifs: 20€.

Les 22 et 23 mars

Saint Jean de Monts

Compétition de golf

Grand Prix Sénior de Saint Jean de Monts. Formule de jeu: 2 tours en strokeplay - épreuve fédérale.

Ouvert. GOLF, Avenue des Pays de la Loire.

EURL Hanicotte Patrick



Menuiserie extérieure :

Aluminium - PVC - Mixte - Bois

- Porte d'entrée •Fenêtre •Volet
- Auvent •Marquise
- Porte de garage
- Portail
- Terrasse bois
- Pergola •Carport

Pose de préau sur mesure

Charpente et extension :

- Garage ossature bois
- Bardage
- Faux grenier
- Fenêtre sur toit...

Menuiserie intérieure et agencement :

- Porte intérieure •Parquet •Cloison
- Lambris •Verrière •Escalier •Placard
- Aménagement de cuisine

765, route de Châteauneuf - 85230 Saint Gervais - 06 82 68 83 37 - patrick.hanicotte@gmail.com





RE 20

T3 - 61 m²

À PARTIR DE

239 000 €

ÉLIGIBLE
PRÊT À
TAUX ZÉRO
2024

📍 Rue de la Cornerie - 85300 CHALLANS

- 10 min à pied du centre-ville
- 5 min à pied de la gare
- Extérieur pour chaque appartement
- Parking sécurisé

RENSEIGNEMENTS AU
06 17 56 53 39

contact@vileo-sas.fr

**Sortir,
rencontrer
vivre !**

Notre engagement à vos côtés : Rencontres sécurisées · Accompagnement personnalisé

**54
ans
de belles rencontres**

Vous souhaitez faire des projets, avec une femme sensible, dynamique qui vous apportera tendresse, amour et attention ? Rencontrez-la, **45 ans**, veuve, employée. Ses goûts : la lecture, le patrimoine, les restaurants, les balades en amoureux, la cuisine. Elle s'investira pleinement dans une relation avec un Homme attentif, simple, stable et convivial. Réf F 0301

Femme épanouie, elle adore la vie, rire, découvrir, gérante, divorcée **54 ans**. Elle a tout pour être heureuse, sauf l'amour, le partage avec un alter ego. Elle rêve d'affection, de gestes tendres, de projets à deux, de complicité et de sourires. Réf F 0302

Agréable, un sourire communicatif, retraitée, veuve, **61 ans**, veut faire de sa vie sentimentale un havre de paix, une relation solide dans laquelle chacun pourra compter sur l'autre. Elle aime les travaux manuels, balades, les sorties culturelles et jouer aux cartes. Si vous êtes : respectueux, authentique, attentionné, rencontrez-la ! Réf F 0303

Un petit côté fleur bleue, sentimentale, retraitée, divorcée, **66 ans**, elle s'intéresse à beaucoup de choses : concerts, chant, jardiner mais aussi aller au ciné, au resto, sorties en général. Elle souhaiterait partager son quotidien mais aussi des centres d'intérêt avec un homme dynamique, rassurant, à l'écoute. Réf F 0304

Attachante, romantique elle est chaleureuse et belle femme. Christiane s'épanouit au contact de la nature et aime faire du piano. **72 ans**, divorcée, retraitée, elle apprécie les balades, cuisiner voir ses amis et sa famille. Elle recherche un homme doux avec de l'humour ayant les mêmes valeurs pour cheminer sereinement à 2. Réf F 0305

Élégante, positive, ayant joie de vivre, ne paraissant pas son âge. Marie, retraitée, veuve, **76 ans**, a le goût de l'échange, du dialogue et de l'humour. Vous êtes celui avec lequel elle pourra, donner, recevoir, partager avec sincérité et intensité. Réf F 0306

Agréable, généreux de cœur, affectueux, souriant, **45 ans**, divorcé, dans le commerce, a le sens du contact. Il aime jardiner, bricoler, fait du volley, du vélo. Il serait ravi de pouvoir partager resto, une sortie ciné, un voyage et sa vie au quotidien, avec une femme sincère, douce, ayant comme lui envie de réussir vie de couple unie et heureuse. Réf F 0307

Si c'était le début d'une belle histoire d'amour ! Allure moderne et décontractée, bel homme, **55 ans**, divorcé, technicien. Il adore : voyages, sorties culturelles, sport mais aussi jardiner, recevoir, cuisiner. Il vous imagine positive, avec un bon état d'esprit, souriante et prête pour une belle relation durable. Réf F 0308

Rassurant, joyeux, humour, de la bonne humeur à partager. Retraité, veuf, **62 ans**, ce qui compte pour lui c'est la beauté du cœur. Il est prêt à partager ses loisirs : ciné, resto, voyages, musique... avec une femme simple dans sa façon de vivre, affectueuse, aimant dialoguer et vivre une belle vie sentimentale. Réf F 0309

Allure jeune et dynamique, sportif, moderne, divorcé, **68 ans**, retraité. Il a envie d'une belle relation avec une femme tendre, bien dans sa peau, coquette, pour ensemble partager : resto, vacances, rando, jardinage, sorties. Il est ouvert pour découvrir vos centres d'intérêt. N'attendez plus pour le rencontrer, vous serez sous le charme ! Réf F 0310

Élégant, dynamique, allure et esprit jeune, retraité veuf, **73 ans**. Il aime danser, sorties entre amis, partir découvrir avec son camping-car, resto, ciné, vélo, rando. Moderne qui vous imagine pleine de charme et de joie de vivre, avec des goûts communs, pour profiter d'une belle retraite à deux, même chacun chez soi ! Réf F 0311

Bel homme, avec de l'allure, 77 ans, veuf, retraité. Il est actif, doux, sociable, respectueux. Il souhaite rencontrer une femme, avec des valeurs, une élégance naturelle, avec qui il pourra partager, des sorties, danser, aller au restaurant et éprouver tendresse et affection. Réf F 0312

* Offre valable 31/12/2024. Conditions détaillées de l'offre sur demande.

UniCentre

Vu sur
TF1

OUI je suis intéressé(e) par l'annonce réf. : et souhaite être contacté(e) pour un entretien GRATUIT

M. M^{me} Nom : _____ Prénom : _____ Date de naissance : ___/___/___

Célibataire Veuf(ve) Divorcé(e) Séparé(e) Ville : _____ Téléphone : ___/___/___

UNICENTRE Cabinet Céline ADAM | 24 rue des Flandres Dunkerque 85000 LA ROCHE SUR YON | 07 70 03 88 06

LA 7^{EME} VAGUE
MÉTISCHOLLES-SUR-MER (85)

30-31
MAI 2025

**IBRAHIM MAALOUF - RILÈS
CARBONNE - YODELICE
CARAVAN PALACE
ASIAN DUB FOUNDATION
AIME SIMONE - HENRI PFR
DJ BENS - VENDREDI SUR MER
DYNAMITE SHAKERS
CLAUDE - LUIZA - TREMLIN**

BILLETTS DISPONIBLES SUR WWW.7EMEVAGUE.COM

**FABRICATION ARTISANALE
DANS NOS ATELIERS**

LIVRAISON MONTÉ

- CUISINES D'ÉTÉ
- POOL HOUSES
- DOUBLES CABINES DE PLAGE
- LOCAUX TECHNIQUES

Abris + préau

Location de box à votre domicile

Toilette sèche

ABRIS BOX

Émeric JANIÈRE ☎ 06 73 84 49 05
Freddy RAVON ☎ 06 32 28 52 70
10 rue Lavoisier
85190 VENANSAULT
✉ contact@abris-box.fr
www.abris-box.fr

Dimanche 23 mars

Challans

Grand vide grenier

Org. Association les p'tites fripouilles. Buvette et petite restauration sur place.

De 8h à 17h. Grand palais de la foire. Tarifs : 10€ emplacement 2x3m. Infos et résa : evenementslespitesfripouilles@gmail.com

Vide grenier

Organisé par l'association chat sans toit.

De 7h30 à 18h. Petit palais. Infos : chat-sans-toit@mail.fr

Duo yoga parent-enfant

Se retrouver à deux pour un temps de partage, respirer, bouger et exprimer ce que l'on ressent

À 10h. Salle Saint-Exupéry Tarifs : 25€ Infos : 06 88 73 94 49

Courses hippiques

8 courses de trot, restaurant panoramique, bars, restauration rapide, voiture suiveuse, structures gonflables, maquilleuse, expo voitures, stand chichis, animations et jeux

À 13h30. 19 Chemin des Noues. Tarifs : 5€ (gratuit pour les dames et les - de 18 ans) Infos : 06 82 63 65 14

Commequiers

Loto Géant

Avec de nombreux lot à gagner (bon d'achat, panier gourmand...), bourriche, bar et restauration sur place.

À 15h. Salle Polyvalente. Tarifs : 2€ le carton. Infos : apecommequiers85@gmail.com

Le Fenouiller

Vide grenier

Organisé par APE le petit prince. Snack et buvette sur place.

De 9h à 17h. Salle omnisports des Barrières. Tarifs : 4€50 le ml (2m mini) stand équipé / 3€50 le ml stand non équipé. Infos et insc. : videgrenieralpp@gmail.com

Saint Hilaire de Riez

Marche solidaire

Rejoignez-nous pour une

marche solidaire de 4 km pour la prévention du cancer colorectal au profit de l'Association Vendéenne de Lutte contre le Cancer. Village composé de plusieurs stands. Animation Chorale Gospel Reminders.

Départ 15h / 14h15 inscription. Place Gaston-Pateau. Participation Libre. Infos : 07 77 68 08 29 / avlc.fr

Chant'appart

Julie Lagarrigue Chansons françaises en solo piano-voix, un répertoire entre «sombre et lumineux».

À 15h. La P'tite Gare. Infos : réservation conseillée.

Notre Dame de Monts

Journée des Forêts

Des balades commentées sur différents thèmes, des randonnées, des ateliers enfants, un jeu de piste, une rando VTT, un parcours trail, ou encore la présence des pompiers pour une animation.

De 9h à 18h. Biotopia. Gratuit. Infos : 02 28 11 20 93 / www.biotopia.fr

Sallertaine

Bourse Militaria

Antiquités militaires organisé par le C.H.O

De 8h30 à 15h. Complexe sportif. Tarifs : 3€ adhésion. Infos et résa : 02 51 68 62 43

Soullans

Puces loisirs créatifs

Organisées par l'Association l'Atelier des Petits Points Soullandais. Idéal pour refaire un stock de tissus, laine et matériel divers pour la couture et vos loisirs créatifs.

De 10h à 18h. Foyer Rural. Tarifs : 5€ la table de 1m20. Entrée libre. Infos et résa : 06 32 13 33 98

Brem sur Mer

Vide-greniers

Organisé par l'Amicale laïque de Brem-sur-Mer, avec bar et restauration sur place. Réservation obligatoire.

De 8h30 à 16h.



Avant



NOUVEAU ! SOS fuites : Dépannage sous 48h

- Couverture - Zinguerie
- Nettoyage tout type de toiture
- Traitement hydrofuge toiture
- Étanchéité
- Ravalement de façade



*Votre patrimoine
enfin valorisé !*

Retrouvez nous sur www.couvreur-peintre-85.fr



Pages jaunes, Facebook et Instagram



**+ de 13 ans
d'expérience**
et de satisfaction clients
Travail propre et finitions soignées
Garantie décennale
Intervention dans un rayon de 80 km

-20%

sur les devis
de ravalement
signés avant le
31/03/2025

Avant



Après



3 rue Berthelot | 85270 St Hilaire de Riez | Tél. : 06 62 80 94 23 | rdhrenovation@gmail.com



Avant



Après



ESCAPE YOURSELF
Saint-Gilles-Croix-de-Vie

INFOS ET RÉSERVATIONS
07 55 55 08 27
sgxv@escapeyourself.fr

32 rue des Couvreur
SAINT GILLES
CROIX DE VIE

n°1 de l'ESCAPE GAME en France

sgxv.escapeyourself.fr

LIVRE JEUNESSE

Petit à Petit - Valérie Weishar-Giuliani et Stéphanie Marchal - Alice Editions, 2025

L'enfant joue au parc quand le chant merveilleux d'un oiseau attire son attention. L'un et l'autre se rapprochent jusqu'à se lier d'amitié. L'enfant décide alors d'emmener l'oiseau chez lui, le met dans une cage avec tout le confort.

Tout va pour le mieux, mais, un jour l'oiseau ne chante plus; il s'étirole et dépérit. L'enfant comprend alors que l'arbre est le milieu naturel de l'oiseau. Il l'y ramène et tout rentre dans l'ordre : l'oiseau se remet à chanter.

Cet album vous est proposé par le Comité de lecture des Passeurs de Rêves de Clef des Familles. Clefdesfamilles44@gmail.com - 07 88 73 88 54 - site : www.clefdesfamilles.org



Challans Ville du Bien-être

Salon du MIEUX-ÊTRE & NATURE BIO
12 & 13 AVRIL 2025 - Salle Louis Claude Roux
Rue des Plantes - CHALLANS

OUVERT 10h - 19h

3€ l'entrée
PASS 2 JOURS 5€

RESTAURATION SUR PLACE

HYPER U Challans
CHALLANS COMITÉ DES FÊTES PESFETES
le Comité des Fêtes de Challans comitedesfeteschallans@gmail.com
CHALLANS

AVA
Challans
ATLANTIQUE VENDÉE
nov
aurelils
CHALLANS

Saint Gilles Croix de Vie

Collecte de déchets

Nettoyage de la plage avec Urban Trail des Sardines, suivi d'une collation.

À partir de 10h. Remblai de Saint-Gilles-Croix-de-Vie.

Mardi 25 Mars

Saint Hilaire de Riez

Atelier - Le nom des rues

Un atelier interactif pour découvrir la toponymie de la ville, avec des chansons et contributions du public.

De 15h à 17h. La Médiathèque.

Mercredi 26 Mars

Bretignolles sur Mer

Raconte-moi une histoire

Kamishibai «Mémé au Jardin» pour les enfants.

À 17h. Médiathèque. Infos : Sur inscription.

Saint Hilaire de Riez

La Balise - Crin Blanc

Un ciné-concert engagé pour sensibiliser à la nature, avec musique en live et vidéos immersives.

À 10h30. Salle La Balise.

Saint Jean de Monts

Club de lecture

Échange autour des derniers romans, BD et films.

À 18h30. Médiathèque - Espace culturel.

Conférence diététique

Les aliments sont nos alliés Santé

De 18h à 19h30. Thalasso Valdys Resort. Tarifs : 15€. Infos : 02 51 59 18 18

Saint Gilles Croix de Vie

Atelier créatif

Ateliers créatifs, dégustations, tournois de cartes et plus.

De 19h à 21h le 14 et de 10h à 12h le 26. Les Brasseurs de la Vie. Tarifs : ateliers créatifs 40€, ateliers couture 30€. Infos : réservation obligatoire.

Jeudi 27 mars

Challans

Harlem Globetrotters

Voir les stars du basket-ball réaliser des prouesses avec leurs Spins, Dunks et Slams

À 20h. Salle Michel Vrignaud
Tarifs : à partir de 35,50€

Notre Dame de Monts

Soirée

Palmarès du «prix des lecteurs».

À 17h. Jardin du Vent. Gratuit.

Saint Jean de Monts

Animation compostage

Conseil et astuces pour bien utiliser votre composteur.

À 10h. Centre technique inter-communal. Gratuit. Infos : 02 51 59 98 90

Vendredi 28 mars

Aizenay

Ciné-Débat

Semaine de l'accessibilité. Diffusion du film «En tong au pied de l'Himalaya», suivi d'un temps d'échange avec des associations.

À 20h30. Cin'étoile. Infos : CCAS

St Christophe du Ligneron

Bal

Bal Folk avec Plume, groupe atypique de la scène trad. à l'énergie brute et unique. Les Canards Sauvages nous proposent un cocktail énergisant de traditionnel vendéen et breton, et le duo duo Juste-Gully, souffle chaud de diatonique et clarinette.

À 20h30. Salle Polyvalente. Tarifs : 12€. Infos et résa : www.helloasso.com

La Barre de Monts

BD Concert

«La Forêt Millénaire». 5e saison. Ce BD-concert est une véritable exploration visuelle et sonore, un voyage dans l'univers poétique du célèbre mangaka Jirô Taniguchi. Dans le cadre de la «Faites» de la BD. À 14h30. Espace Terre de Sel. Gratuit. Infos : <https://billetterie.omdm.fr/> / 02 72 78 80 80

La Literie

de *Morphée*

Jusqu'au 15 Mars 2025



**COUP
DE BALAI**

JUSQU'À **-50%** SUR LA LITERIE
EN EXPOSITION*

*Selon étiquetage en magasin

Matelas - Sommier - Lit convertible - Linge de lit

41 route de Nantes 85300 Challans

02 51 35 10 56 • www.literie-de-morphee.fr

Ouvert le lundi : 10h-12h / 14h30-19h • Du mardi au samedi : 9h30-12h / 14h30-19h

24 Agenda du mois de mars

Le Perrier

Musique

«Couleurs latines». Récital de Camille Burgaud. La guitariste Camille Burgaud vous invite à un voyage aux saveurs latines, avec des musiques d'Espagne, d'Italie, du Brésil ou encore d'Argentine.

À 20h30. Espace du Marô. Gratuit. Infos : 02 51 59 54 39 / cri-vibrato@omdm.fr

Challans

Gil et Ben (ré)unis

Gil et Ben, un mariage, de l'humour et des péripéties

À 20h30. Théâtre Le Marais Tarifs : de 12€ à 26€ Infos : 02 51 93 19 75

Saint Hilaire de Riez

Spectacle « Bouffons »

Un spectacle de la compagnie Dédale de Clown où deux ouvriers confrontés à un chantier chaotique créent un univers surréaliste.

À 18h30. La P'tite Gare.

Soirée Philo

Un temps de réflexion collectif où vous pouvez exprimer librement votre avis sur un thème choisi en groupe.

À 20h. La P'tite Gare.

Les 28 et 29 mars

Bretignolles sur Mer

Théâtre

Représentations théâtrales des Amis Bretignollais de la Scène Découvrez la pièce «Le Trou de la Secu» par la troupe locale.

À 20h30. Cinéma Le Fief. Tarifs : 5€ enfant, 9€ adulte. Infos : 02 51 54 52 07.

Samedi 29 mars

Challans

Sport découverte

Venez découvrir le handisport en vous mettant en situation sur différents ateliers ! Basket fauteuil, Short-golf, Parcours de cécité, Torball, Boccia. Démonstration de Handbike.

De 9h à 12h. Salle des Noues. Gratuit. Info : Pré-réservation possible sur le site www.mspdesroseaux.com



Fête des bibliothèques

Dictée, ateliers, animations

À partir de 9h. Médiathèque Di-derot Infos : 02 51 68 89 30

Soirée dansante

25e anniversaire de Temps Danse. Soirée dansante avec repas, animée par l'orchestre Citadelle

À 19h30. Salles Louis-Claude Roux Tarifs : 40 € (menu, vins compris) Infos : 06 19 22 51 74

Improvisation théâtrale

L'équipe des Canards de Challans reçoit l'équipe de La LILI de Courçon pour un match d'improvisation théâtrale dans la bonne humeur. Venez passer une belle soirée pleine de surprise.

À 20h30. Ferme de la Terrière. Participation au chapeau. Infos et résa : www.arieletcaliban.com

La Barre de Monts

Compétition

Grand Prix de Fromentine, compétition de char à voile.

À partir de 9h. Plage de la Grande Côte. Gratuit.

BD

«Faites de la BD». Des auteurs, dessinateurs en dedicaces, des expositions, des ateliers de création et de nombreuses animations. Concours de dessin organisé dans les bibliothèques du territoire.

De 14h à 18h30. Espace Terre de Sel. Gratuit. Infos : 02 51 58 07 89 / billetterie.omdm.fr

Saint Jean de Monts

Danse

Workshop et bal pour fêter les 10 ans de Sun West Country.

À partir de 10h. Palais Odyssea. Gratuit.

Exposition

«A la découverte d'un chef-d'œuvre !» Querelle des universaux de René Magritte.

À 11h. Micro-Folie. Gratuit. Infos : 06 07 22 00 33 / www.omdm.fr

Sallertaine

Soirée Jambalaya

Organisée par l'île oh p'tis loustics. Repas puis soirée avec DJ MIG L.

À 19h30. Salle les tamaris. Tarifs : 23€/12€ -12 ans. Infos : 07 82 67 74 55 / lileohptisloustics@gmail.com

Notre Dame de Monts

Cérémonie

Rassemblement, défilé et remise du drapeau « Devoir de Mémoire ».

À partir de 09h30. Place de la Mairie. Gratuit.

Saint Hilaire de Riez

Troc plantes

Échangez vos plantes, graines et semences pour encourager la biodiversité.

De 10h à 12h30. Salle des Fêtes. Infos : 02 51 54 93 08.

Les 29 et 30 mars

Saint Jean de Monts

Exposition

Exposition et balade en centre-ville, plages et marais avec remise des prix.

À partir de 14h. Intermarché.

Dimanche 30 mars

Aizenay

Balade

Semaine de l'accessibilité. Découverte de la Joëlette. Circuit de 3km. Animée par les clubs partenaires.

À 10h. Place de la Mairie. Infos et inscr. : CCAS

Sion Sur l'Océan

Après-midi dansant

Animé par Charlie Musique. Goûter offert.

De 14h30 à 19h30. 201 Forest Avenue. Tarifs : 13€. Infos : 06 71 57 60 99 / 06 20 05 28 50

Coëx

Mi-Carême

Célébration avec défilé de chars et fanfares.

Ouvert toute la journée. Dans les rues de Coëx.

Saint Hilaire de Riez

Bal traditionnel

Dancez et chantez avec la chorale L'Air de Rien et le groupe «Accordance».

De 14h30 à 19h. Salle des Fêtes

Lundi 31 mars

Challans

Concert d'élèves

Concert des élèves de la Maison des Arts

À 19h. Maison des Arts Infos : 02 51 93 29 64

Saint Jean de Monts

Conférence

Dérèglement climatique et responsabilité humaine, conférence de Jean-Louis Petermann.

À 14h30. Palais Odyssea. Tarifs : sur adhésion ou par séance.

Mercredi 2 avril

Brem sur mer

Animation lecture

Depuis 1967, le jour de l'anniversaire de Hans Christian Andersen a été désignée comme la Journée internationale du livre pour enfants afin d'inspirer l'amour de la lecture et attirer l'attention sur les livres Pour les enfants. À 10h30.

Bibliothèque. Gratuit. Infos : bibliotheque@brem-sur-mer.fr / 02 51 96 27 27

Odelia

VOTRE ALLIÉE DU DOMICILE

AUTONOMIE À DOMICILE

MÉNAGE & VITRES

JARDIN & BRICOLAGE

PAYSAGISTE

*Odelia intervient ici,
pour les particuliers et les professionnels*

- 📍 Pays de Saint-Gilles-Croix-de-Vie,
- 📍 Pays de Saint-Jean-de-Monts,
- 📍 Challans-Gois Communauté,
- 📍 Île de Noirmoutier
et leurs alentours...

Chaque secteur intervient sur une zone géographique indépendamment des autres secteurs.

VOS AGENCES ODELIA

📍 **Agence de Challans**
6C rue Owen Chamberlain
85300, Challans

📍 **Agence de Saint-Révérend**
7 rue de la Maubretière
85220, Saint-Révérend

Contactez-nous pour recevoir un devis gratuit et personnalisé :

☎ 02 51 60 36 99

🌐 odelia-services.fr

✉ accueil@odelia-services.fr

Offre Spéciale Véranda

-20% sur le nettoyage de votre véranda, du sol au plafond !

*Offre véranda valable pour tout nouveau devis de nettoyage complet d'une véranda signé entre le 01/02/2025 et le 15/03/2025 et pour une intervention prévue entre le 01/03/2025 et le 31/03/2025. Crédit d'impôt instantané disponible pour cette prestation, selon législation en vigueur. Offre non cumulable avec les offres en cours.



AVANCE
IMMÉDIATE

-50%

de crédit d'impôt
selon législation en vigueur

EXPERT DEPUIS
PLUS DE 10 ANS





Tourner la page de l'hiver, **Accueillir le printemps !**

Proposé et co-écrit par Nicolas Engelstein,
instructeur de pleine conscience et en intelligence émotionnelle, certifié M.B.S.R. et
M.B.E.I. (Mindfulness Based Stress Reduction et Mindfulness Based Emotional Intelli-
gence)
et auteur régulier pour Le FILON Mag.

Alors que le gouvernement français a érigé la santé mentale en « Grande cause nationale » pour 2025, le passage de l'hiver au printemps résonne comme une métaphore puissante de renouveau. Profitons de cette invitation pour explorer comment les transitions saisonnières influencent notre équilibre psychique et comment la pleine conscience peut devenir un levier de résilience, en phase avec les priorités nationales de prévention et de déstigmatisation.

L'hiver s'en va, le printemps s'éveille : un tournant pour l'esprit.

Les changements de saison influencent profondément notre bien-être mental. Avec ses journées écourtées, l'hiver agit comme un frein sur notre chimie cérébrale.

La lumière réduite perturbe la production de sérotonine, neurotransmetteur clé de l'humeur, tout en boostant la mélatonine, hormone du sommeil. Cela entraîne souvent fatigue, baisse de motivation et un sentiment d'isolement.

Le risque est accru chez certains de développer un TAS (Trouble affectif Saisonnier), une forme de dépression qui semble liée à la quantité de lumière à laquelle on est exposé.

Si le passage au printemps est un renouveau, que l'allongement des jours et donc de l'exposition à la lumière favorise une augmentation de la production de la sérotonine, il s'accompagne aussi d'adaptations physiologiques et émotionnelles qui peuvent réveiller nos vulnérabilités.

« L'attention portée à l'instant présent permet de sortir du pilotage automatique et d'accueillir chaque sensation, chaque ressenti avec bienveillance.

Le printemps, avec son énergie nouvelle, est l'occasion idéale pour pratiquer cette ouverture. »

Nicolas Engelstein

Le regain d'énergie que ressentent certains peut apporter de l'anxiété et de l'agitation chez d'autres, en leur mettant une pression sociale à ressentir comme la majorité cette augmentation de l'énergie ou d'allégresse printanière qu'ils ne ressentent pas, ou pas aussi fort que leur entourage.

Or, notre équilibre psychique dépend en grande partie de

notre capacité à vivre pleinement ces transitions, sans les subir. C'est ici que la pleine conscience devient un outil précieux : elle nous aide à nous reconnecter à nos sensations, à mieux comprendre nos émotions et à accompagner le corps et l'esprit dans cette renaissance saisonnière.

Suite en page 28

- SAINT HILAIRE DE RIEZ & SAINT GILLES CROIX DE VIE -



MAGASIN
MOBILIER &
DÉCORATION
D'INTÉRIEUR & D'EXTÉRIEUR

KAYOU

2 PARCS
NÉGOCE
& MINÉRAUX
PARTICULIERS & PROFESSIONNELS

32 RUE DU GATINEAU
85270 SAINT HILAIRE DE RIEZ

02 51 31 95 45
www.kayou-stgilles.fr



33 ROUTE DE L'AIGUILLON
85800 SAINT GILLES CROIX DE VIE



- Particuliers - Associations - Entreprises - Professionnels du tourisme
- Une gastronomie traditionnelle "fait maison"
- Spectacles en exclusivité

PRES DE CHEZ VOUS
A 10 MINUTES
DE CHALLANS ET
ST GILLES CROIX DE VIE

RETROUVEZ NOS PROCHAINS REPAS SPECTACLES DU MOIS

D'AVRIL

- La nouvelle route de la sardine **60 €**
- Johnny tour **65 €**
- La noce maraîchine **65 €**
- Les bavarois **65 €**
- Les années 80 **60 €**
- La route du Brésil **55 €**
- La guinguette déjantée **50 €**
- Le spectacle Irlandais **65 €**



RETOUR DES

AU CHOIX
TÊTE DE VEAU
OU
POULE AU POT

REPAS DANSANTS

Kir mûr
Assiette marine
Plat au choix
Fromages
Tiramisu Café
Vin à discrétion

38€

le 2 et 23 avril 2025 ...

Animation soit Valery avec Sono soit Accordéoniste suivant
les dates ...

Réservez au 02 51 54 00 42 ou www.lepoucton.fr

Suite de la page 26



La pleine conscience, un pont entre l'hiver et le printemps

La pleine conscience repose sur l'observation attentive du moment présent, sans jugement. En période de transition, elle permet d'adoucir l'impact des changements physiques et émotionnels :

Accueillir les émotions sans jugement

Le retour de la lumière et de l'activité peut être dynamisant, mais aussi générer une forme de stress ou d'impatience. La pleine conscience permet d'accueillir ces ressentis sans chercher à les fuir, favorisant un équilibre intérieur. Les émotions contradictoires, tels la joie du soleil, mais le stress des changements, trouvent un espace de neutralité, de non-jugement. Observer ses pensées comme des nuages qui passent permet de désamorcer leur emprise.

Réguler le stress et l'agitation

La montée en énergie du printemps peut amplifier l'hyperactivité mentale. Des pratiques comme la méditation ou la respiration consciente et les exercices de cohérence

cardiaque aident à ralentir, à poser une intention et à apaiser les tensions. Une étude menée par l'université de Harvard a d'ailleurs démontré que la méditation de pleine conscience réduit significativement l'anxiété en régulant l'amygdale, la zone du cerveau liée aux réactions émotionnelles.

Se reconnecter aux cycles naturels

Le printemps invite au mouvement, mais un redémarrage trop brusque peut entraîner de la fatigue. Marcher en pleine conscience, en prêtant attention aux sons, aux couleurs et aux sensations corporelles, est une excellente manière d'accompagner en douceur cette transition et s'inscrit dans la volonté nationale de « banaliser l'activité physique » comme outil de santé publique.

Nourrir un état d'esprit positif

Prendre le temps d'observer la nature en transformation est un exercice simple et puissant pour cultiver l'optimisme.

Suite en page 30

MEUBLES SALONS LITERIE DÉCO

LES OFFRES HIVERNALES

Vous allez fondre !

MOBILIER gallery tendances

MEUBLES BADAUD

La référence historique depuis 1936

85710 BOIS DE CENE

02 51 68 15 45 - contact@meublesbadaud.com

www.meublesbadaud.com



ACHAT • VENTE

Nathalie LEGUÉ

Votre Conseillère en Immobilier

06 03 31 09 46

nathalie.legue@capifrance.fr

Spécialisée dans la vente de VIAGERS, nue-propiétés et vente à terme...

Mon approche se fonde sur des valeurs essentielles de transparence, confiance, intégrité, discrétion et dévouement en offrant un service personnalisé et de qualité à mes clients, à long terme.

Percevoir une rente à vie tout en restant chez vous...

LE VIAGER Peut-être la solution...

Et aussi

- Protéger votre conjoint(e)
- Augmenter vos revenus
- Monétiser votre patrimoine
- Financer vos projets
- Aider vos enfants et petits-enfants
- Profiter de la vie
- et plus encore...



Faire plus pour votre bien

*Chers vendeurs,
y-avez-vous
pensé ?...*



Avec plus de 19 ans d'expérience, vous accompagner lors de votre projet immobilier, c'est mon métier.

A très bientôt !

LOCATION • GESTION

8 Rue du Parc de Pont Habert
85300 Sallertaine

 www.challans-alu.com



CHALLANS ALU
MENUISIER POSEUR



PARTICULIERS & PROFESSIONNELS

- Poses d'ouvertures ALU/PVC/Bois
- Portes d'entrée
- Portails
- Clôtures
- Abris de piscine
- Carports et Pergolas
- Portes de garage
- Store bannes
- Volets battants et roulants
- Gardes-corps
- Séparations de balcon
- Remplacement de vitrages



Pour tout renseignement, contactez-nous au 02 51 93 12 92 ou par mail à contact@challans-alu.com

30 Bien dans son corps, bien dans sa tête

Suite de la page 28

Les neurosciences ont montré que le simple fait de porter attention aux signes positifs autour de soi, comme les premiers bourgeons, le chant des oiseaux, la lumière plus douce, renforce les circuits neuronaux liés au bien-être. Les méditations et exercices liés à la gratitude renforcent un état d'esprit positif. Remercier le printemps de chacun de ses bienfaits aide à ressentir le bien-être généré par ces changements, plutôt que de les subir... et de ne pas vraiment en bénéficier.

Renaitre avec le printemps

Le passage de l'hiver au printemps est bien plus qu'un changement climatique, c'est une métaphore de notre propre évolution. Chaque année, la nature nous rappelle que la transformation est un processus naturel et qu'après chaque période de repli vient un temps d'expansion.

En intégrant la pleine conscience à notre quotidien, nous pouvons aborder cette transition plus sereinement, en écoutant nos besoins et en respectant notre propre rythme.

Alors, ce printemps, offrez-vous des moments de respiration, de contemplation et de reconnexion à vous-même.

Pratique : Une méditation pour accueillir le printemps

Voici une méditation courte et accessible pour vous aider à vous ancrer dans cette nouvelle saison :

- 1** *Installez-vous confortablement : Assis ou allongé, adoptez une posture stable et détendue. Fermez les yeux si cela vous aide à vous recentrer.*
 - 2** *Portez attention à votre respiration : Sentez l'air frais entrer dans vos poumons et l'air tiède en ressortir. Laissez votre souffle devenir lent et naturel.*
 - 3** *Laissez partir l'hiver : Imaginez que chaque expiration libère les dernières traces de fatigue et de lourdeur de l'hiver, comme la neige qui fond doucement.*
 - 4** *Accueillez le printemps : Visualisez les premiers rayons de soleil caressant votre peau, le parfum des fleurs naissantes, la sensation d'un air plus doux. Laissez cette énergie printanière imprégner votre corps.*
 - 5** *Terminez avec gratitude : Remerciez la nature pour ce renouveau et prenez un instant pour reconnaître votre propre capacité à évoluer et à vous adapter.*
- Pratiquez cette méditation pendant cinq minutes chaque jour pour constater les effets positifs sur votre bien-être.*

« Le printemps est une musique que même les pierres peuvent entendre. »

Proverbe chinois

AVERTISSEMENT

La pratique de la Pleine Conscience, aujourd'hui reconnue et utilisée dans le milieu médical traditionnel, peut contribuer à votre développement personnel. Elle ne doit en aucun cas se substituer à un traitement médical et en cas de doute, veuillez vous rapprocher de votre médecin traitant.

Si l'immense majorité des instructeurs sont certifiés et dénués de toute intention malveillante, vous pouvez, comme dans les nombreux domaines qui travaillent sur l'émotionnel, rencontrer une personne mal intentionnée. À aucun moment, le praticien ne doit user de son rôle de guide pour influencer sur votre vie quotidienne, vos croyances, vos relations ou vos finances ! Vous devez vous sentir libres de pratiquer ou non, sans aucun jugement ou pression de notre instructeur.

Le FILON Mag vous encourage à rester vigilants et critiques, en refusant ce qui n'est pas « votre choix ».

Pour plus d'informations : www.miviludes.interieur.gouv.fr (Mission Interministérielle de Vigilance et de LUTte contre les DÉrives Sectaires)



Vers la méditation

Nicolas Engelstein

Instructeur en méditation de pleine conscience
Certifié M.B.S.R.

Adhérent à L'Association Française des Enseignants M.B.S.R.
Membre actif de Mindfulness Solidaire
et de Initiative Mindfulness France



06 50 24 19 30 | contact@verslameditation.fr

www.verslameditation.fr

Auteur et contributeur sur l'application

Petit Bambou avec le programme "Le Cycle du Roseau".



DU 1^{ER} AU 31 MARS 2025

TOUT FAIRE
POUR LES BEAUX JOURS

LA PIÈCE
270€

TABLE DE JARDIN «PIQUE-NIQUE» AVEC BANCS RABATTABLES
 En épicéa traité classe 3.
 Plateau : 155 x 177 cm, ép. 45 mm,
 Hauteur 709 mm, Trou de parasol diam. 4 cm.

TRAVERSE CHÈNE
 100 X 200 mm.
 Utilisées pour structurer et embellir, elles sont à la fois instruments et composantes des créations paysagères.

LE ML
14€09

ÉCRAN DE CLÔTURE EN BOIS LINEA PRO
 Section : 64 x 1780 mm.
 Longueur : 1,80m
 Pin sylvestre. Traité classe 4
 23 lames horizontales 18 x 56 x 1780 mm et de l'autre côté
 22 lames 18 x 56 x 1780 mm.
 Épaisseur du panneau : 64 mm.

LE M² EN VERT
18€49

LAME DE TERRASSE PIN
 Section : 27 x 145 mm.
 Qualité Sawfaling, choix A/B.
 Traité classe 4 vert.
 Existe en marron selon point de vente à **18,95€**
 Disponibilités, type de profil et longueur selon point de vente.

OUVERT AUX PARTICULIERS ET AUX PRO

BOUTOLLEAU
 NOUVEAU MAGASIN

ZA de la Fénicière
 31 Rue des Margotins
85300 SALLERTAINE
 Tél : 02 28 18 23 31

Site de la Scierie
 Beauregard
85230 ST GERVAIS
 Tél : 02 51 68 73 06

accueil@boutolleau.com WWW.BOUTOLLEAU.COM

LA PIÈCE
119€

25.01 G2L-Espace et Vie. RCS Angers 488 885 773

21 MARS
 10h-17h

PORTES OUVERTES

résidence seniors

& Espace et Vie

Résidence Espace et Vie Brétignolles-sur-Mer
 2d rue des Roussières, 85470

02 52 56 67 39
 ESPACEETVIE.FR/BRETIGNOLLES

Les stars de l'IA*

ChatGPT, Mistral, Gemini et Perplexity

* Intelligence Artificielle



L'intelligence artificielle est partout, et les chatbots sont devenus les stars de cette révolution.

Mais comment s'y retrouver entre toutes ces IA ?

Pas de panique, on vous explique tout !

Leurs points communs : des pros de la conversation

Ces IA ont un point commun : elles comprennent et répondent à vos questions en langage naturel, comme si vous parliez à une personne. Elles peuvent vous aider à rédiger un e-mail, vous faire une revue de

presse, ou même vous raconter une histoire.

Leurs différences : chacun sa spécialité

ChatGPT :

Le pionnier, très polyvalent, idéal pour découvrir l'IA.

Le Chat de Mistral :

Le petit français qui monte, très performant et rapide.

Gemini :

Le concurrent de ChatGPT, intégré aux services Google.

Perplexity AI :

Le moteur de recherche intelligent, pour des réponses sourcées.

Comment les utiliser ?

La plupart de ces IA sont accessibles via une interface en ligne ou ios/android, souvent gratuitement pour une utilisation de base.

Vous pouvez taper votre question ou votre demande dans la barre de conversation, et l'IA vous répondra en quelques secondes.

Gratuit, vraiment ?

Oui, la plupart de ces IA proposent une version gratuite, mais avec des limitations (nombre de questions, fonctionnalités avancées). Pour une utilisation plus intensive, il existe des offres payantes.

Courant février, Free offre à ses abonnés mobiles, dès le forfait à 2 €, l'accès à Le Chat Pro de Mistral pendant un an. Bouygues quand à lui offre une année d'abonnement à Perplexity Pro. Profitez-en pour expérimenter des IA performantes !

D'autre part, l'État français a mis en place un site permettant de tester de nombreuses IA gratuitement, avec la particularité de pouvoir comparer leurs réponses pour déterminer l'IA qui correspond le mieux à nos besoins.

www.comparia.beta.gouv.fr

Et après ?

Ces IA sont en constante évolution, avec de nouvelles fonctionnalités et améliorations chaque mois ou semaine. Elles devraient devenir de plus en plus performantes et intégrées à notre quotidien.

Quelques derniers conseils...

Les IA posent le problème de l'utilisation qui peut être faite de vos saisies !

Nous vous conseillons de ne jamais saisir, lors de vos échanges avec ces IA, d'informations qui permettraient de vous identifier ou très personnelles (que vous ne souhaiteriez pas partager avec le monde entier !) Une prudence toute particulière doit guider nos enfants qui peuvent y être confrontés. Accompagnez-les et ne les laissez pas les utiliser seuls.

Faire le choix d'utiliser une IA française ou au moins européenne est la garantie que l'utilisation des données respectera les différentes réglementations européennes qui sont les plus protectrices des utilisateurs.

Nous vous rappelons de ne pas prendre toutes les réponses au pied de la lettre et de toujours vérifier ce que vous lirez !! (...tout comme nous devrions aussi le faire pour tout ce que nous consultons sur le Net !)

Box & Garage
en libre accès

Libère l'espace

NOUVEAUX
GARAGES DISPONIBLES

Contact : Thierry T. **06 35 39 22 59**
thierry.tue@gmail.com

Beauvoir sur Mer

A LOUER

**Pour les Particuliers
Artisans, Professionnels**

MODÈLES D'EXPO à prix incroyables

OFFRES
exceptionnelles

C'est le moment de venir visiter
notre Showroom pour découvrir
nos modèles d'exposition
à prix sacrifiés



à saisir
maintenant !

Jusqu'à -60%
sur nos modèles d'exposition



Atout
Cuisines

Créateur de bien-vivre

Photos non contractuelles



www.atoutcuisines.fr



Hortensia Joly

Prothésiste capillaire et prothésiste mammaire dans le milieu médical / Cabinet de beauté thérapeutique.

Votre accompagnement, une valeur importante a mes yeux.

Prothésiste capillaire dans le milieu médical depuis 10 ans.

J'accompagne et conseille les personnes ayant une chute de cheveux suite à un traitement de chimiothérapie ou maladie auto-immune.

Un accompagnement complet de la personne, de A à Z :

- Avant (Annonce du protocole)
- Pendant (Mes solutions, mon estime de soi, le soutien par l'information et des tutoriels, la gestion de la chute de cheveux)
- Après le traitement de chimiothérapie ou une maladie auto-immune (Repousse des cheveux, comment la gérer, mes solutions, la transition vers une nouvelle coupe courte ou l'utilisation de turbans/prothèses capillaires).
- Création de frange en cheveux naturel à glisser sous un turban ou son foulard.

Accompagnement des femmes qui ont recours à une ablation du sein pour une lingerie post-opératoire, maillot de bain et prothèse mammaire externe.

Je reçois mes clientes dans un espace intime et coloré, à l'abri des regards, loin d'une boutique en libre-service. Mes clientes peuvent venir accompagnées si elles le souhaitent.

Le cabinet est agréé CPAM et applique le tiers-payant.



Hortensia

Belle et forte, ne l'oublie jamais

HORTENSIA

**1 Place Alfred Kastler
85300 Challans**

ou déplacement à domicile

06 82 82 90 63 (Sur rendez-vous)

www.hortensiaprothesecapillaire.com



L'hypnose, l'EFT & l'EMDR, 3 techniques pour 1 objectif : vous aider à aller mieux !

Coluche disait « La vie te mettra des pierres sur ton chemin, à toi de décider si tu en fais un mur ou un pont ». J'ai choisi de traverser la rivière et à l'aube de mes 40 ans, j'ai décidé de changer de vie et laisser place à celui que je voulais être avec sincérité en accompagnant les gens et les aider avec bienveillance. Subjugué par la force de l'hypnose, c'est tout naturellement que je m'y suis dirigé.

Au sein de mon cabinet j'aurai plaisir à vous proposer différentes approches thérapeutiques pour vous amener sur le chemin du changement et de la réussite. À ce titre, l'hypnose Ericksonienne saura être votre alliée dans votre détermination pour **arrêter de fumer ou bien perdre du poids et modifier vos comportements alimentaires grâce à la technique de l'anneau gastrique virtuel.**

L'hypnose thérapeutique c'est aussi réussir à se libérer des **phobies, angoisses, addictions, douleurs**, ainsi que des problématiques de **sommeil, de stress, de dépression et burn-out**. C'est la possibilité de se faire accompagner après une **séparation** ou un **deuil** pour continuer à écrire la suite du livre de sa vie. Mais avec l'hypnose Ericksonienne, c'est également travailler à retrouver **confiance et estime de soi**, pour vous replacer au centre de votre vie !

Si votre souhait est de réussir à gérer vos émotions, l'EFT sera l'outil thérapeutique qu'il vous faut. Technique psycho-énergétique surprenante et détonante, l'EFT vous permettra de **soulager les maux psychiques et physiques** qui vous entravent et ainsi libérer les blocages émotionnels liés à des traumatismes passés ou actuels. Avis aux curieux !

Pour les personnes ayant vécu ou subi de fort traumatisme, l'EMDR, thérapie reconnue dans la prise en charge des traumatismes, vous délivrera de vos blessures de **stress post-traumatique** à travers sa technique de **désensibilisation**.

Ouvert du lundi au vendredi et le samedi matin, vous pouvez me contacter au 07.84.33.58.96 ou prendre rendez-vous en ligne via mon site internet et sur www.perfactive.fr.

**MATTHIEU GAUVRIT
7 rue Paul Langevin - Pôle Activ'Océan
85300 CHALLANS
07 84 33 58 96
www.matthieugauvrit.fr**



Complicités Minérales 15 ans de partages et de passions

La passion du beau et des couleurs a été la raison de la création en 2010 de Complicités Minérales : partager ses coups de cœur avec tous les passionnés de minéraux et de pierres naturelles. Depuis 15 ans, nous présentons des pierres du monde entier, sélectionnées pour leur authenticité et leur beauté, sous toutes leurs formes : géodes, formes libres et géométriques, pierres roulées, galets... L'espace des minéraux à Commequiers offre à ses clients, un lieu calme, propice à la rencontre avec les pierres. Elles sont exposées pour le plus grand plaisir des petits et grands collectionneurs.

Un lieu privilégié où le temps s'arrête, on regarde, on admire, on parle, on écoute, on ressent, on échange. Une rencontre différente avec le monde minéral, orientée vers le choix naturel et la connaissance de soi...



Vous y retrouverez les pierres naturelles déclinées en bijoux : colliers, bracelets, pendentifs, boucles d'oreilles, pierres percées, donuts...

Importateur direct de Polynésie Française, notre site vous propose des bijoux créés avec les perles de Tahiti. Nos perles ont été sélectionnées pour leurs

couleurs exceptionnelles et chacune possède un certificat de qualité et d'authenticité. Symbole de perfection et d'élégance intemporelle, la perle de Tahiti est un bijou sans concurrence de beauté. Découvrez ces bijoux uniques !



Pour célébrer son anniversaire, Complicités Minérales offrira toute l'année 2025 des promotions sur une sélection de pierres, bijoux et perles de Tahiti.

Cette année sera aussi l'occasion de renouer avec nos rencontres et ateliers. Des présentations de diverses disciplines dans les domaines du bien-être et de la spiritualité. Ces rencontres promettent d'être enrichissantes et inspirantes.

Inscrivez-vous à notre newsletter ou consultez la page «Spécial Anniversaire» sur notre site pour plus d'informations.

Plan d'accès et horaires sur www.compliciteminerales.com. Pour y accéder facilement, scannez le QR code ci-dessous avec votre smartphone.



**Espace Complicités Minérales
54, impasse Bel Air - 85220 Commequiers - Tél 06 64 44 61 36**

Profitez de votre retraite avec

viagimmo



VIAGER OCCUPÉ • VIAGER LIBRE
VENTE EN NUE-PROPRIÉTÉ • VENTE À TERME

LE VIAGER D'AUJOURD'HUI

Le viager est un sujet d'actualité qui suscite un engouement croissant auprès des vendeurs et des acheteurs.

Chez Viagimmo, nous portons une oreille attentive à chaque situation. L'important est d'apporter une solution adaptée aux préoccupations, besoins et envies de chacun.

Quelques questions se posent souvent :

QUEL EST LE PRINCIPE DU VIAGER ?

Il s'agit d'une vente immobilière permettant aux séniors de profiter de revenus complémentaires tout en restant vivre chez eux dans le cadre d'un viager occupé. Le viager contribue ainsi à améliorer leur qualité de vie.

À la signature de la vente notariée, une somme d'argent appelée « bouquet » est versée par l'acquéreur, puis très généralement, tous les mois, une rente viagère toute la vie durant du vendeur.

Les formes de viager sont variées : viager libre, occupé ou mixte. Le viager permet ainsi de transformer leur capital immobilisé dans la pierre en liquidité disponible de suite.

POUR QUELLES RAISONS CHOISIR LE VIAGER ?

Les besoins sont variés. Il peut s'agir de financer des projets de voyage, l'acquisition d'une nouvelle voiture, faire réaliser des travaux de confort ou d'adaptation de son bien.

Le viager peut permettre de faire face à des frais médicaux, de mettre en place des services d'aide à domicile, ou de profiter du confort de résidences médicalisées. Pour un couple, c'est une formule qui permet également de protéger le conjoint survivant. C'est vraiment une solution pour vivre sa retraite en toute sérénité !

Chez Viagimmo, les clients ne sont pas laissés sans accompagnement après la vente. Nous restons à leur côté en cas de gestion viagère déléguée.

Ce service sur-mesure veille au respect des clauses du contrat, notamment le bon paiement et la révision de la rente viagère, des taxes et charges, la répartition des travaux; et bien évidemment, nous restons le contact privilégié pour répondre à toutes leurs questions.

QUELLES SONT LES ÉTAPES À SUIVRE ?

Le vendeur vient nous voir à l'agence ou prend contact par téléphone. Nous répondons à ses interrogations et réalisons une étude personnalisée du point de vue fiscal, financier et patrimonial afin qu'il ait toutes les cartes en mains pour prendre sa décision.

- ✓ Nous signons ensuite un mandat de vente en reprenant toutes les clauses substantielles indispensables à la sécurité juridique de la transaction.
- ✓ Nous réalisons les photos pour mettre en vente le bien et trouvons le bon acheteur.
- ✓ Bien sûr, nous accompagnons les parties lors de la signature définitive.

“Partenaire de confiance, notre objectif est d'assurer à nos clients une sérénité et une sécurité juridique grâce à un suivi sur-mesure.”



Votre experte viagériste
Sophie Hanon-Jaure

AGENCE VIAGIMMO À SAINT-GILLES-CROIX-DE-VIE

02 51 60 63 78 | saintgillescroixdevie@viagimmo.fr

100 Quai de la République
85800 Saint-Gilles-Croix-de-Vie

OFFERTS

Une étude viagère
personnalisée
et
Un guide pratique
du viager



KAYOU, le spécialiste de la pierre naturelle !

Situé dans la zone de la Begaudière, KAYOU est le spécialiste de la pierre naturelle. Vous pouvez retrouver 2 parcs de minéraux avec un large choix de graviers et de galets décoratifs, aussi de la terre végétale, du copeaux. KAYOU c'est aussi, du bois d'aménagement, de la ganivelle et également du dallage, du pavage et du grès cérame.

Avec les conseils des professionnels de l'équipe KAYOU, vous pouvez nous confier votre projet et bénéficiez des conseils afin de créer votre havre de paix. Nous pouvons également réaliser des plans 3D afin de vous projeter dans votre futur jardin.

L'équipe KAYOU vous y accueille du lundi au vendredi de 8h à 12h30 et de 14h à 18h et le samedi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

Le parc de négoce en minéraux KAYOU se situe au 33 route de l'aiguillon à Saint Gilles Croix de vie, à côté de ROKAÏ Paysage

KAYOU c'est aussi au 32 rue du gatineau à Saint Hilaire de riez, un magasin de décoration extérieur, avec une large sélection de luminaires, mobiliers, et idées cadeaux.



KAYOU
 32 rue du Gatineau
 85270 Saint Hilaire de Riez
 33 Route de l'Aiguillon
 85800 Saint Gilles Croix de Vie



Je vous accompagne à (re)trouver l'équilibre...

Une véritable passion complétée par de nombreuses années de formation. Je pratique l'**hypnose Ericksonienne**, l'**hypnose Causale** et la **Sophrologie**.

J'aime l'idée de métisser les différentes méthodes, enrichir mon savoir-faire, afin de construire une séance personnalisée et adaptée le plus possible au besoin des personnes venant en consultation. L'hypnose est riche, surprenante et toujours en mouvement... que l'on soit «facile» à rentrer dans un état d'hypnose ou sceptique à ce que cela puisse «marcher», il y a toujours une action de changement inattendue ou une mobilisation d'une ressource, que l'on a tous en nous.

Plusieurs symptômes (ou mal-être) peuvent être travaillés par une thérapie brève, **se libérer du stress, vaincre sa dépression, sortir de ses traumatismes (& deuils)** ou travailler sur l'**estime de soi** ou simplement retrouver **confiance en soi**... l'hypnose peut vous accompagner à (re) trouver l'équilibre.

Et si vous aussi, vous décidiez d'être aligné avec vous-même ?



Pour en savoir plus ou pour prendre simplement RDV : www.hypnose-sophrologie-vendee.com



BERTRAND BLOT
 Hypnose - Sophrologie
 139 avenue de la Corniche
 85270 St HILAIRE DE RIEZ
 06 70 83 41 14



Finir l'hiver en toute sérénité avec la réflexologie plantaire

La réflexologie plantaire est une technique naturelle et manuelle ancestrale qui fait partie des médecines douces et complémentaires. Elle est basée sur le principe suivant : **Le pied est la représentation miniaturisée du corps humain**, à chaque zone réflexe correspond un organe, une glande ou une partie spécifique du corps.

La réflexologie favorise le retour à l'équilibre, procure une relaxation globale, prévient et soulage les troubles fonctionnels et stimule les fonctions d'auto guérison de l'organisme.

La réflexologie plantaire agit sur le système nerveux (stress, dépression, mal-être...), respiratoire (sinusite, nez bouché...), endocrinien (thyroïde, pancréas, ovaires...), digestif (maux d'estomac, constipation...). La réflexologie permet de renforcer le système immunitaire, de combattre la fatigue physique et nerveuse, l'insomnie, les troubles de la ménopause. Elle combat les troubles articulaires (torticollis, lombalgie, mal de dos...), elle est une aide précieuse dans la diminution des douleurs de l'arthrose, l'amélioration des problèmes de vue comme la DMLA...

Je suis formée depuis 2014 à **l'énergétique chinoise appliquée à la réflexologie plantaire**, ce qui enrichit ma pratique et me permet de réguler les déséquilibres en fonction du Yin et du Yang, et des 5 éléments. **L'énergétique chinoise** est basée sur les études menées en Médecine Traditionnelle Chinoise dont le but est de redonner à l'être humain **toute sa vitalité**. La **reptation des zones réflexes du pied** en fonction des cinq éléments contribue à ramener vers l'équilibre de base (énergie Yin ou Yang) le système ou l'organe concerné par la pathologie ou le déséquilibre.

Pour les affections nécessitant une séance par semaine pendant trois semaines, la quatrième séance de consolidation est offerte.

STÉPHANIE VIOLEAU
 36 rue Jean Perrin
 85 300 Challans
 02 51 60 25 94
www.reflexo-challans.fr
www.docrendezvous.fr



André-Emile Védrine Thérapeute en énergies vitales

Incontestablement un des meilleurs de sa génération, André-Emile Védrine aime à aider, comprendre et à soulager les maux de ses proches. Loin de l'image de «marabouteux» accolée à ce don, ce thérapeute vous reçoit et vous met en confiance grâce à des capacités hors du commun et à une rigueur manifeste.

Le Filon Mag : Comment êtes vous devenu biomagnétiseur ?

André-Emile Védrine : c'est d'abord un don, hérité de ma marraine. Lorsque j'étais jeune, en Auvergne, on venait la consulter pour se faire soigner : zona, dartres, érysipèle, «éteindre le feu», ou faire disparaître les verrues... Par la suite, j'ai consolidé ce savoir par une formation de maîtrise des énergies vitales.

LFM : En quoi consiste votre pratique ?

AEV : Le biomagnétisme soulage un certain nombre de douleurs physiques mais aussi psychiques. Il s'agit, en fait, de désamorcer les énergies usées chez la personne en souffrance, pour réactiver chez elle les bonnes énergies vitales qui lui permettront de se débarrasser de ses maux. Cela se fait sans manipulation : échange d'énergies par le magnétisme.

LFM : Quels maux pouvez-vous soulager ?

AEV : Les plus courants dont se plaignent la plupart des gens : douleurs musculaires, problèmes dermatologiques comme le psoriasis ou l'eczéma, maux de ventre, surmenage, stress, suites d'opération... On obtient également de bons résultats sur les maux de dos, d'articulation, d'épaules ou les tendinites. Je remédie ainsi aux problèmes dans les limites de ma pratique, mais les résultats sont souvent surprenants. J'ai également l'habitude de travailler avec les chevaux, les animaux de compagnie. Les besoins de chacun sont variables, il peut être nécessaire d'intervenir sur la durée et en plusieurs fois pour remédier complètement à un souci particulier.

À 50 minutes de Challans !
Spécialiste du travail à distance
ANDRÉ-EMILE VÉDRINE
 La Gauchère - 85480 Bournezeau
 06 26 62 08 21



M.S. ÉLAGAGE

Élagueur grimpeur

Pose de clôtures

Élagage et abattage d'arbres en tout genre



Taille de haies
Enlèvement de branches

Pose de clôtures
Divers petits travaux



Devis et déplacement gratuits
Intervention dans un rayon de 80 km autour de Challans

7, rue de l'Océan - 85300 Froidfond
3, rue Berthelot - 85270 Saint Hilaire de Riez
06 43 06 55 25 - steven.menage@yahoo.com



BÉLIER

(21 mars / 20 avr.)

Des défis professionnels demanderont de la réflexion. Évitez les impulsions face à des propositions surprenantes. Sur le plan personnel, des désaccords pourraient émerger, dialoguez pour apaiser les tensions. Une opportunité financière se profilera vers la mi-mars. Ajustez vos priorités pour préserver votre équilibre. Adaptabilité et patience seront vos atouts pour naviguer avec succès.



TAUREAU

(21 avr. / 21 mai)

Votre énergie et vos talents vous permettront d'augmenter vos revenus. Votre carrière progresse, mais votre vie amoureuse est mise en arrière-plan. Éloignez-vous pour évaluer l'impact de vos relations sur votre épanouissement. En famille, évitez de trop parler de vos projets pour ne pas rencontrer d'obstacles. Privilégiez les activités nécessitant stratégie et réflexion pour avancer discrètement.



GÉMEAUX

(22 mai / 21 juin)

En ce mois de mars, étendez vos perspectives et élevez votre perception du monde. Vos initiatives inspirent vos partenaires. Un projet stimulant vous aide à dépasser des blocages. En couple, impliquez vos proches dans une aventure transformatrice. Célibataire, explorez de nouvelles pistes avec le soutien de vos amis. Sur le plan professionnel, engagez-vous dans un projet passionnant qui pourrait changer la donne.



CANCER

(22 juin / 22 juil.)

Il est possible que vous ayez l'impression d'un conflit intérieur entre vos émotions et votre énergie débordante. Réfléchissez à vos objectifs perso et pro. Travaillez sur votre confiance en vous. En famille, restez patient face aux conflits mineurs. Au travail, canalisez votre énergie pour les projets importants. En amour, privilégiez des moments de qualité avec votre partenaire pour renforcer vos liens.



LION

(23 juil. / 23 août)

Vous ressentez le besoin d'élargir vos horizons. Que ce soit par un nouveau travail ou projet, vous ne vous contentez plus d'un quotidien répétitif. Votre vie prend une nouvelle direction, ouvrant de nouvelles perspectives. En amour, aspirez à des relations inspirantes et significatives. Les astres favorisent ces changements, vous permettant de redéfinir vos liens de manière plus créative et authentique.



VIERGE

(24 août / 23 sept.)

Mars favorise les initiatives. Soyez créatif dans vos projets. En cas de conflits, restez diplomate et écoutez les autres. Votre intuition sera un précieux allié pour surmonter les défis. Un climat intuitif et sérieux domine, propice à la réflexion et à l'action fédératrice. Évitez l'impatience et privilégiez la finesse et l'instinct. Les retards et contretemps possibles exigent patience et rationalité.



BALANCE

(24 sept. / 23 oct.)

Mars sera dynamique pour les Balances. Une montée d'énergie favorise les nouveaux projets. Utilisez cette impulsion pour avancer et déterminer des stratégies claires. En cas de tensions, restez diplomate et écoutez les autres. Votre créativité et votre charme naturel seront des atouts pour convaincre et marquer les esprits. Des discussions passionnées aboutiront à des accords avantageux pour chacun.



SCORPION

(24 oct. / 22 nov.)

L'influence de Mars sur le signe du Cancer renforce votre détermination. Vous êtes prêt à entreprendre des actions audacieuses, que ce soit dans votre vie privée ou professionnelle. Ce mois est idéal pour faire le point sur vos ambitions à long terme. Votre enthousiasme et vos capacités intellectuelles seront à leur apogée. Utilisez cette énergie pour progresser résolument vers vos objectifs.



SAGITTAIRE

(23 nov. / 22 déc.)

Votre charisme et votre pouvoir de séduction seront à leur apogée. Profitez-en pour approfondir vos relations et exprimer vos sentiments. Votre intuition et votre imagination seront aiguisées, guidant vos décisions importantes. En famille, maintenez un dialogue ouvert pour éviter les tensions. Ce mois est idéal pour réaliser vos projets, améliorer votre cadre de vie et renforcer vos liens personnels.



CAPRICORNE

(23 déc. / 20 janv.)

Ce mois-ci vous invite à l'introspection. Mercure en Poissons favorise la réflexion et la créativité. Prenez le temps de revisiter vos rêves et aspirations, tout en vous laissant porter par votre intuition. C'est le moment idéal pour débiter de nouveaux projets inspirants. En cas de doutes, transformez-les en actions concrètes et déterminées pour nourrir votre quête de sens.



VERSEAU

(21 janv. / 19 fév.)

Ce mois promet un mélange de défis stimulants et d'ouvertures inattendues. Il vous sera demandé de faire preuve d'adaptation face à des imprévus professionnels ; gardez un esprit flexible pour saisir les opportunités. Une tension relationnelle pourrait surgir mi-mars ; privilégiez l'écoute et le dialogue pour désamorcer les conflits. Enfin, une rencontre inspirante élargira vos perspectives.



POISSONS

(20 fév. / 20 mars)

Vous recherchez plus d'authenticité. Il faut revoir certains projets pour maximiser leurs résultats. Un malentendu affectif, mi-mars, nécessitera de la patience. Une collaboration inespérée dynamisera votre créativité. Mais ne perdez pas de vue vos objectifs. Pour surmonter les écueils, alternez entre détermination et lâcher-prise. Votre capacité à concilier idéalisme et pragmatisme fera la différence.

UPI 85  **PROPRIÉTAIRES ENGAGÉS**
UNION NATIONALE DES PROPRIÉTAIRES IMMOBILIERS

Propriétaires Bailleurs : NE RESTEZ PAS SEULS !

Nous vous assistons dans vos démarches :

- ➔ Location
- ➔ État des lieux (entrée et sortie)
- ➔ Litiges et expulsions
- ➔ Commission de conciliation

Prenez le temps DE NOUS CONSULTER, Nous prendrons le temps DE VOUS ACCOMPAGNER.

Permanence les lundis et jeudis (sur rendez-vous)

238, boulevard Louis Blanc - 85000 La Roche sur Yon - Tél : 02 51 62 74 71
mail : unpi85@orange.fr - Site : www.85.unpi.org

Particuliers & Professionnels

THOMAS
sas TRAVAUX PUBLICS

Terrassement
Démolition
Abattage
Broyage
Fondation
Puits traditionnel
Création d'étang...

Pelle & Bull avec GPS
Pelle longue portée 18 m

06 11 14 92 59 g.thomas@thomastp.fr
13, route du Bas des Loges - Le Grand Champ
85710 Châteauneuf - www.thomastp85.com

Répar'stores
Les experts en simplicité

-  Une intervention dans les prochaines **48H**
-  Un devis **GRATUIT**
-  Une garantie **DÉCENNALE**
-  Forfait **RÉPARATION à partir de 75€**
-  Un réseau **NATIONAL**

PROTÉGEZ VOTRE MAISON DE LA CHALEUR ET DES INSECTES AVEC RÉPAR'STORES!

PROFITEZ DE LA TVA OFFERTE SUR NOS TOILES DE STORES ET NOS MOUSTIQUAIRES !

Pour tout renseignement, contactez :
Bruno FRESSANGE - Secteur Nord ouest Vendée
Tél. : 06 60 19 26 52
bruno.fressange@reparstores.com
www.reparstores.com

*Offre valable pour tout devis signé du 1er mars au 30 avril 2025 pour tout chargement de toile de store extérieur par une toile acrylique de la gamme ORCHESTRA DICKSON ou la pose de moustiquaire. Soit l'équivalent de 16,66% de la valeur du produit pour une TVA au taux légal de 20% ou 9,09% de la valeur du produit pour une TVA au taux légal de 10%. Conditions de l'opération et liste des participants sur www.reparstores.com. Offre réservée aux clients particuliers.



J'ai assisté début février à une conférence sur les palettes végétales et l'évolution de la végétation en fonction de celle du climat. C'est un sujet qui me tient à cœur et j'évoque régulièrement l'importance de la diversité végétale.

Aujourd'hui nous mesurons de plus en plus l'impact et surtout l'utilité des nouvelles espèces dites exotiques et qui peuvent parfois être invasives. Est-ce un problème et devons-nous lutter ?

L'édition 2025 de cette conférence annuelle regroupait plusieurs scientifiques qui débattaient autour de cette question et ont finalement convergé vers une constatation : ces plantes envahissantes participent à l'équilibre de la nature et apportent leurs bienfaits !

Nous sommes dans une période hybride entre la végétation historique qui peuplait nos régions et la nouvelle végétation qui s'adaptera mieux à l'évolution de notre climat.

Le changement climatique se fait ressentir sur les périodes de floraison des arbustes

et des arbres. Il est parfois considéré que les plantes fleurissent avec 1 mois d'avance par rapport au début du XX^e siècle. Ce constat a directement un impact sur les butineurs. Inutile de rappeler que sans insectes et oiseaux butineurs il n'y a pas de pollinisation et donc pas de fruits ni de légumes ...

Une étude de l'INRAE a montré l'importance des floraisons tout au long de l'année et surtout d'avoir une diversité de fleurs à disposition des insectes. Pour être en bonne santé il leur faut 3 pollens différents par jour ! Aussi petits soient-ils, les insectes sont des êtres vivants et ils ont besoin d'un équilibre d'acides aminés, lipides et vitamines pour vivre et se reproduire.

Ce n'est pas uniquement au printemps qu'ils doivent avoir du choix, ils doivent trouver cet équilibre en quantité toute l'année. Certains hibernent, tandis que d'autres restent actifs, même en hiver. Les quatre saisons doivent apporter de la nourriture et, même si le choix est réduit, il faut veiller à maintenir la vie grâce à la diversité végétale grâce à laquelle la vie animale peut exister.

Cet article nature vous a été présenté par :



Certaines plantes fleurissent seulement quelques semaines. Il faut alors qu'il y ait dans la nature et les jardins une grande diversité de plantes. Toutes les strates végétales, des couvre-sol aux arbres, contribuent au bien-être des insectes.

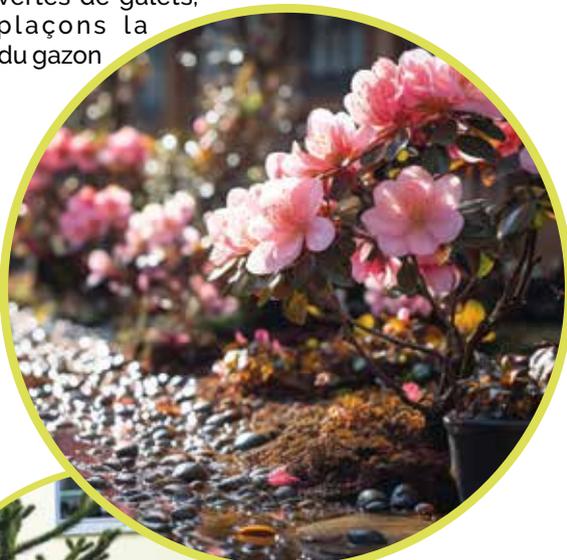
et les quelques plantes présentes sont souvent des palmiers ou oliviers sans grand intérêt écologique.

Nous devons tous lutter contre cette approche minimaliste.

Pour notre santé, nous devons manger 5 fruits et légumes par jour. Pour les obtenir, nous devons avoir dans nos jardins au minimum 3 variétés de plantes en fleurs chaque jour, exotiques ou endémiques, pour assurer la survie des insectes et oiseaux butineurs.

Jardinez bien, bon et bio !

D'un côté, nous faisons très attention à l'équilibre de notre nourriture, l'origine de nos aliments et la manière dont l'ensemble a été produit. D'un autre côté, beaucoup d'entre nous considèrent le jardin comme un lieu qui doit être sans contrainte, aussi appelé jardin sans entretien. Ce sont des jardins où nous le minéral a pris la place du végétal... nous mettons des bâches couvertes de galets, nous remplaçons la pelouse par du gazon synthétique,



Le dicton du mois
Si Mars commence en courroux, il finira tout doux, tout doux.

Votre jardin en mars
Lune montante
(je sème et je récolte)
Du 1er au 7
puis à partir du 24
Lune descendante
(je plante et je taille)
Du 8 au 23

 Découvrez notre chaîne YouTube "Grandiflora"

Retrouvez les conseils de Pascal RENAUD sur www.grandiflora.fr ou contactez-nous au 02 40 27 21 69



L'abri au cœur du jardin



COLLECTION 2025

Showroom Dacri

SUR RENDEZ-VOUS
contact@dacri.fr
02 28 97 93 41

Z.I. les Blussières Nord 8 - rue Benjamin Franklin
85190 Aizenay
Du lundi au jeudi 8h00-12h30, 14h00-17h00
Vendredi 8h00-12h30, 14h00-16h00



Trop de crédits ?

N'attendez pas qu'il soit trop tard pour prendre rendez-vous !

Par exemple :

- | | | |
|---|--|-----------|
|  | AVANT LE REGROUPEMENT DE CRÉDIT | |
| • Crédit consommation | | 175 euros |
|  | • Crédit immobilier | 780 euros |
|  | • Crédit auto ou LOA | 315 euros |
|  | • Crédit revolving | 95 euros |

TOTAL 1365 EUROS

APRES LE REGROUPEMENT DE CRÉDITS

Nouvelle mensualité 792 euros

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Lorsqu'une opération de crédit entraîne une diminution du montant des mensualités, celle-ci peut occasionner un allongement de la durée de remboursement du crédit et majorer son coût total.

ÉTUDE GRATUITE ET SANS ENGAGEMENT EN AGENCE OU À DOMICILE

02 51 35 48 85
challans@vousfinancer.com



SARL Aremal Conseil, enregistrée à l'ORIAS 15005540, RCS 813600517 à La Roche

Carpaccio de betteraves au chèvre frais et noix caramélisées

Ingrédients
 Pour 4 personnes
 2 betteraves cuites
 100 g de chèvre frais
 50 g de noix
 2 càs de sucre
 1 càs de vinaigre balsamique
 2 càs d'huile d'olive
 Quelques feuilles de roquette
 Sel et poivre
 Quelques feuilles de persil



Préparation

- Dans une poêle, faire chauffer le sucre à sec jusqu'à obtenir un caramel blond.
- Ajouter les noix et bien les enrober de caramel.
- Laisser refroidir sur une feuille de papier sulfurisé.
- Mélanger le vinaigre balsamique avec l'huile d'olive.
- Assaisonner de sel et de poivre.
- Éplucher les betteraves et les couper en fines tranches à l'aide d'une mandoline.
- Disposer les tranches de betterave en rosace sur une assiette.

- Émietter le chèvre frais sur les betteraves.
- Parsemer de noix caramélisées concassées.
- Ajouter quelques feuilles de roquette.
- Arroser de vinaigrette juste avant de servir.

Bonne dégustation !



Le Glajou

Chemin de la Suze
 85300 Le Perrier
 Tél. 02 51 68 11 64



Bon à savoir
 Le vendredi soir :
 formule anguilles grillées à volonté.
 Pensez à réserver !

Notre restaurant, situé dans un cadre idéal, au cœur du marais vendéen, vous propose une cuisine traditionnelle et des spécialités du marais. Nous disposons d'une grande salle de réception avec parquet ; idéale pour vos mariages, repas de famille, association... N'hésitez pas à nous contacter.

A déguster, grenouilles et anguilles grillées sur sarments de vigne.
Menus à la carte à 24€, 30€ et à 41€
 le.glajou@sfr.fr • Facebook Le Glajou
Fermé le lundi et le mardi.



Mon Cochon à Dorer

07 50 51 07 06

moncochonadorer@gmail.com



Bon à savoir

Rôtisserie au feu de bois avec remorque mobile

Pour tous vos événements :
 Anniversaire, Mariage, fête de famille ou associative...
 De 50 à 300 personnes.

Produits du terroir : Cochon grillé, Agneau, Poulet.

Légumes au choix : Mogette de Vendée, Pomme de terre, Ratatouille.

Réservation par téléphone ou par E-mail.



La Maison de l'Éclusier

vous accueille 7 jours / 7 !!

Menus à 25€
28€50 - 38€50

Pour l'apéro

- Friture de Joëls : 11,50€ l'assiette
- Accras de Morue maison : 12,50€
- Mix accras et friture de Joëls : 12€
- Boucauds (Crevettes grises / Selon arrivage) : 13,50€
- Planche Tomme de Pays (local) : 13€50
- Planche Jambon Ibérique : 13€50
- Planche Jambon Ibérique et Tome de Pays : 14€50
- Punch maison* 14 cl. : 7,50€
- Sangria maison* 14 cl. : 7,50€



68€
Pour 2 pers.

Nos repas à thème

Tous les premiers
vendredis et samedis du mois
Tête de Veau

Tous les deuxièmes
vendredis et samedis du mois
Couscous

Tous les troisièmes
vendredis et samedis du mois
Paella

Tous les quatrièmes
vendredis et samedis du mois
Cochon de lait rôti



Choucroute
de la mer

À emporter

- Saumon fumé (250g) : 18€
- Saumon fumé (500g) : 30€
- Accras de Morue (11 pièces) : 9,50€
- Beignets calamar (11 pièces) : 9,50€
- Anguilles fumées (100g) : 8€
- Magret de canard fumé (150g) : 12€50
- Foie gras maison (250g) : 35€
- Foie gras maison (500g) : 59€

Pensez à réserver !

02 40 21 10 27

Le Port du Collet - 44760 Les Moutiers en Retz
www.restaurant-lamaisondeleclusier.fr

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé,
consommez avec modération.

MB

MARINA BAY

L'océan à votre table !



Spécialités

- Fish & Chips
- Pièce de Bœuf grillée, frites
- Beignets de Calamars
- Accras de Morue



Dégustation d'huitres
à toute heure



Plateaux de fruits de mer
Sur place ou à emporter



Homards et crabes
en vivier

Glaces artisanales
du Gœc de l'Air Marin

Les plats « stars » du moment

Plateau de fruits de mer Royal - Sole meunière
Sardines grillées de St Gilles - Anguilles fumées - Saumon fumé maison
Nouveau : Bar de ligne

Ouvert 7j/7 - Service en continu le dimanche

2 Quai Jean Mounès | Port du Collet | Les Moutiers en Retz | 02 40 64 68 93

Filet de maquereau rôti aux agrumes et fenouil confit



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 4 filets de maquereau frais
- 2 oranges
- 1 pamplemousse
- 1 fenouil
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- Sel et poivre
- Quelques brins de persil

Préparation

Prélever les zestes des oranges et du pamplemousse.

Presser les fruits pour récupérer le jus.

Émincer finement le fenouil.

Le faire revenir dans une poêle avec une cuillère à soupe d'huile d'olive jusqu'à ce qu'il soit tendre et légèrement caramélisé.

Préchauffer le four à 180 °C.

Ajouter un peu de jus d'orange, saler, poivrer, et laisser mijoter à feu doux pendant 10 minutes.

Mélanger le reste de jus d'orange et de pamplemousse avec le miel, la moutarde, des zestes, du sel et du poivre.

Disposer les filets de maquereau dans un plat allant au four.

Arroser généreusement avec la marinade.

Enfourner pour 15 minutes, en arrosant régulièrement.

Servir les filets de maquereau sur un lit de fenouil confit.

Décorer avec quelques zestes d'agrumes et des brins de persil.

Bonne dégustation !



Le Bien Heureux



14 av. des Demoiselles
85160 St Jean de Monts
Tél. 02 51 58 55 27



Bon à savoir...

Fermé
le lundi soir
et le mardi

Le Bien Heureux rouvre ses portes pour cette nouvelle édition 2025 !

Cette nouvelle brasserie au décor cosy et convivial qui reflète des allures de brasserie parisienne vous emporte pour une cuisine faite maison, à base de produits locaux et de saison.

Ici on aime mettre à l'honneur des plats traditionnels tels que l'os à moelle, ou le fameux jarret rôti à la bière, on aime aussi le filet de bœuf sur pierre accompagné de ses frites maison.

Côté mer, on apprécie le poisson du marché qui varie

selon l'arrivage de la criée, ou les incontournables fish and chips.

Si on ajoute à tout ça des desserts succulents, une carte des vins fort sympathique, un accueil chaleureux et la bonne ambiance qui règne, il ne reste plus qu'une chose à faire : aller vous restaurer au «Bien Heureux» !

À tester urgemment !!!!
Ouvert de midi à 14h30
et de 19h à 22h

Menu du jour :
Entrée / plat
ou plat + dessert
à 19,90 €
Entrée + plat
+ dessert
à 24,90 €

La Cocotte

Maraichine

Spécialité cuisses de grenouilles



Ouvert du mardi au samedi le midi

Nos formules

Formule du midi 18,50€
Du mardi au vendredi le midi

3 entrées au choix
2 plats au choix
Un fromage ou
un dessert au choix

Samedi midi 23€50

Formule du samedi Soir 25 €

À la carte

Cuisses de grenouilles
Anguilles
Poisson du jour
Pièce du boucher

Tête de veau

Le 1^{er} jeudi du mois le midi

Salle privatisée

Evènements familiaux,
Anniversaire, Mariage,
Baptême, Séminaire...
Avec ou sans hébergement (Chambre à partir de 59€)

La Cocotte
Maraichine

SPÉCIAL ANNIVERSAIRE



Les 1 an de la cocotte !

Vendredi 7 mars

Si tu viens avec un chapeau
on t'offre un apéro

(Punch maison ou cocktail sans alcool)

A partir de 19h : Apéritif piano bar

Couscous royal 3 viandes

et légumes frais

Panna Cotta fruits rouges

ou caramel beurre salé maison

Soirée concert



25€
/pers.
sur réservation



Consultez notre page Facebook
la cocotte maraichine pour nos programmes



1 Rue de l'Océan - Soullans - 06 31 76 77 08 - 02 51 35 40 25

Tarte fine aux pommes et miel de printemps

Ingédients

Pour 4 personnes

1 pâte feuilletée

4 pommes acidulées (Golden
ou Reinette)

2 càs de miel de printemps

20 g de beurre

1 càs de sucre

1 càc de cannelle en poudre

1 jaune d'œuf



Préparation

Préchauffer le four à 180 °C.

Éplucher les pommes, les couper en quartiers et les épépiner.

Faire fondre le beurre dans une poêle, ajouter les pommes, le sucre et la cannelle.

Faire revenir les pommes à feu moyen pendant 5-7 minutes jusqu'à ce qu'elles soient légèrement caramélisées.

Étaler la pâte feuilletée sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.

Piquer la pâte avec une fourchette pour éviter qu'elle ne gonfle trop à la cuisson.

Disposer les quartiers de pomme caramélisés

sur la pâte feuilletée en les faisant se chevaucher légèrement.

Badigeonner les pommes avec le miel de printemps.

Dorer les bords de la pâte avec le jaune d'œuf battu.

Enfourner la tarte et laisser cuire pendant 20-25 minutes,
jusqu'à ce que la pâte soit dorée et les pommes
bien caramélisées.

Bonne dégustation !



COLLECTION
Opéra



Nouveauté
2025

1789€
1499€
Le lit (2)



1099€
934€
Le chiffonnier (3)

LES BEAUX PRIX!
JUSQU'À
- 20%*
SUR NOS COLLECTIONS

MEUBLES
CELIO
FABRICANT FRANÇAIS

COLLECTION
Opale



987€
839€
Le chiffonnier (2)



3151€
2688€
L'armoire (3)

2582€
2195€
Le lit avec chevets (3)

* voir conditions en magasin

LE GÉANT DU **M**EUUBLE
PEROCHEAU

MAGASIN DISTRIBUTEUR :



139 Rue Carnot - **CHALLANS** - 02 51 68 22 19
www.meublesperocheau.com

MOTS CROISÉS

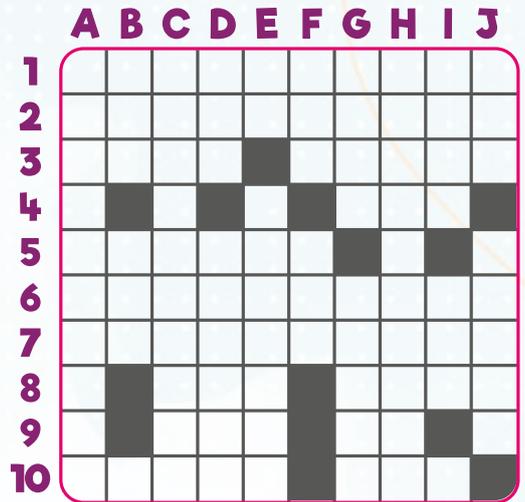
Proposés par Jean Le Gallet - Source Larousse 2007

Horizontalement

- 1/ Triste résultat d'une mauvaise humeur.
- 2/ Professionnel de la vérification.
- 3/ Ville de Pennsylvanie. Raconte.
- 4/ Au fond de la pièce.
- 5/ Prénom masculin.
- 6/ Qui sont propres à l'évêque.
- 7/ Façon d'être peu courtoise.
- 8/ Flotte en Berne, enlevée.
- 9/ A perdu son sud. A vu le jour.
- 10/ En bronze servaient à la pesée. Cardinaux.

Verticalement

- A/ Confirmation ferme d'un pacte.
- B/ Passage pour permettre d'acquérir des « ficelles » dans l'armée. Coiffure de papouasie.
- C/ Capitale.
- D/ Train mais plutôt chamboulé. État d'Asie.
- E/ Lettres du poète. Enduire une nouvelle fois le meuble.
- F/ Etablissement bancaire. Ce qui nous appartient.
- G/ Table des matières. Leurs spécialités c'est la roue.
- H/ Dignes.
- I/ Chaton de certaines plantes. Éliminé mais à redresser.
- J/ Epoque plutôt longue. Orientées.



Solution du mois dernier

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	S	U	C	C	E	S	S	E	U	R
2	A	R	R	O	S	A	G	E		A
3	T	A	I	N		G	A	T	E	S
4	E	N		C	H	E	N	I	L	
5	L	I	V	R	E		A	O	U	T
6	L	E		E	T	E	R	N	E	L
7	I		S	T	R	I	E		S	A
8	T	A	P	I	E		L	N		H
9	E		A	S	S	O	L	E	E	
10	S	O	Y	E		C	E	T	T	E

SUDOKU

En partant des chiffres inscrits, remplissez la grille de manière à ce que chaque ligne, chaque colonne et carré de 3 X 3 contiennent une seule fois tous les chiffres de 1 à 9.

Expert

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

Solution du mois dernier

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

CHANGEMENT D'HEURE

Au printemps, 90% des gens perdent 1 heure de plus à essayer de changer l'heure du four !!

UN MAX DE MOTS

Formez un maximum de mots à partir de la grille ci-dessous en sachant que les lettres doivent être contiguës, dans n'importe quelle direction, et ne servir qu'une seule fois dans un même mot.

G	P	U	E
N	R	E	S
E	T	A	R
T	E	E	F

R	U	E	L
T	J	I	L
S	M	O	
T	E	P	T

Exemples :
MORILLE
TIREUR

MOTS MÉLANGÉS

Retrouvez les mots de la liste, cachés dans la grille ci-dessous.

E	S	R	V	R	E	N	R	C	G	T	A	F	R	N	E
L	G	A	E	U	E	T	E	R	A	R	A	E	I	I	C
O	C	I	S	I	B	N	R	I	R	I	L	M	G	B	A
M	A	O	T	S	L	A	U	E	N	L	S	I	O	O	L
A	M	U	I	S	A	L	T	E	I	A	V	S	R	U	P
C	O	Q	B	E	E	F	A	T	J	N	R	I	I	E	L
A	T	E	U	L	F	N	R	T	U	N	T	C	S	E	P
U	S	S	L	E	T	O	A	A	E	E	E	E	T	O	R
G	E	A	E	R	T	R	A	M	S	M	E	J	E	A	N

ALLELUIA
AOUTIEN
ARRET
BATTUE
BOUEE
CAISSIER
CRANIEN
CRIEE

ENJEU
ESTOMAC
ETREINTE
FAINEANT
FLUET
GARNI
GUACAMOLE
JASMIN

JEAN
MANES
MARTRE
METALLIER
PERIL
PESEE
PLACE
RATURER

RIGORISTE
RONFLANT
RUISSELER
SEQUOIA
TIGE
TORTILLER
VESTIBULE
VIGIE

ALGA + 4

Anti-mousse préventif et curatif
vendu au litre

PROMO
7.99€

TTC/Litre

-20%

sur Theotherm façade

-15%

sur la peinture
façade



33 Bd Mourain du Pâtis
85300 CHALLANS

02 51 49 32 32

info@cdecochallans.fr

HORAIRES :

Du lundi au vendredi : 8h/12h et 14h/18h30
Le samedi matin : 8h/12h

DÉCOUVREZ NOS NOUVEAUTÉS SUR : cdecochallans.fr

TROUVEZ L'INSPIRATION... SUIVEZ-NOUS SUR :



cdecocomptoirdeladeco



comptoirdeladecochallans



Déco

Comptoir de la déco



Ets *Milcent Henri & Fils*

MENUISERIE • CHARPENTE • AGENCEMENT

• SALLERTAINE • ST HILAIRE DE RIEZ •



FABRICANT

Extension Bois
Annexe isolée
Garage



Abri de jardin
Préau - Carport
Pergola



Pergola bio-climatique
Véranda Alu / Bois
Abri spa



ETSMILCENT.COM



Rénovation et Amélioration de l'Habitat

Travaux d'isolation par l'extérieur Aide en fonction des revenus CITE, CEE et TVA à 5,50%



Store banne
Store de toiture



Portail - clôture
Automatisme



Menuiseries, volets
Porte d'entrée, de garage

HORAIRES D'OUVERTURE DE L'EXPOSITION

Mardi/Mercredi/Jedi après-midi 14h30 - 18h30 - Samedi 9h30/12h00 - 14h30/18h00
Fermé le lundi, vendredi et dimanche

ADRESSE DE L' EXPOSITION

20, route du Pissot (rte de Notre Dame de Riez) - 85270 Saint Hilaire de Riez
Tél. 02 51 54 76 45 - etsmilcent@orange.fr

ADRESSE DE L' ATELIER

93, rte de la Fénicière - 85300 Sallertaine
Tél. 02 51 35 51 62

