

# Le FILON mag

**GRATUIT**

Téléchargez  
votre magazine  
du mois en cours  
et 2 mois précédents



[www.lefilonmag.com](http://www.lefilonmag.com)



## Jeu **CONCOURS**

### A GAGNER :

1 rituel Head Spa d'1 heure

(Valeur 79€)

1 gagnant-e

Avec notre partenaire

**Terre de Soins à Chauvé**

(Voir en P. 17)

Un magazine inédit chaque mois. Une vraie mine d'or !

**JANVIER 2026**

N°250

**Bonne  
Année  
2026!**

# Soldes!

FIRST SERVICE - RCS Toulouse 352 646 822



Dates selon arrêté préfectoral

**PORNIC**

CC Intermarché, route de Nantes

**Grand Litier**

MATELAS  
SOMMIERS  
CONVERTIBLES  
OREILLERS  
COUETTES  
LINGE DE LIT



### Contact commercial

#### > Contact Filon Mag Pays de Retz

Yvonnick Kerboriou  
06 83 81 43 56  
[yvonnick@lefilonmag.com](mailto:yvonnick@lefilonmag.com)



Votre entreprise  
est située  
en Vendée ?  
Pour communiquer  
dans nos pages,  
contactez :  
Céline 06 77 17 38 02  
[celine@lefilonmag.com](mailto:celine@lefilonmag.com)



# Sommaire

P. 4 : Spectacles et loisirs

P. 12 : Horaires des marées

P. 14 : L'album du mois

P. 18 : En musique !

P. 22 : Le Filon gourmand : Dry January

P. 24 : Le Filon gourmand : recettes, restaurants...

P. 27 : Horoscope du mois

P. 28 : Remue méninges : Mots croisés, sudokus...

P. 30 : Nature : Osez !

[www.lefilonmag.com](http://www.lefilonmag.com)

### Edito

Après les agapes de cette fin d'année, il est bon de reprendre un rythme plus serein et sain pour notre organisme...

Si certains vont foncer tête baissée dans le Dry January et faire de l'exercice en courant les boutiques pour dénicher la bonne affaire, LA pièce qu'il manquait à leur garde-robe, pendant ces soldes d'hiver ; d'autres vont maintenir un rythme d'athlète olympique en enchaînant les galettes des Rois dès qu'une occasion pointera le bout de son nez... en se disant que pour passer l'hiver, il faut faire du gras et que les tartiflettes ne suffiront peut-être pas !

En parlant de Dry Juanary (Janvier sans alcool), Stéphanie vous invite à y participer, mais en vous expliquant comment l'idée a germé et les bienfaits multiples d'une pause ou même simplement d'une consommation modérée!... Mais sans pression.

Pascal, dans ses déambulations champêtres, s'intéresse ce mois-ci aux ajouts d'éléments décoratifs, si ce n'est artistique, dans nos jardins. Une bonne idée à faire germer tout l'hiver, avant de reprendre possession de nos jardins avec, dans la tête, tout un tas d'images de ce que l'on souhaite aménager dans nos jardins ou sur nos terrasses. Ce qui nous donnera tout autant d'occasions de trinquer avec des mocktails, ou pas, pour les inaugurer entre copains !

Janvier, c'est aussi un moment pour redonner du sens, prendre des décisions ou arbitrages pour nos routines quotidiennes, à mi-chemin des congés d'été.

Quelle que soit votre décision, gardez à l'esprit que ce que vous choisissez de manger, les activités que vous pratiquerez et les personnes que vous fréquenterez auront un impact plus immédiat sur votre vie que toutes les informations anxiogènes que l'on nous sert à longueur de journée.

Hélène, Céline, Milliau, Évelyne, Patrice, Michel, Stéphan, Thierry, les deux Nathalie, Bernard, Christine, la deuxième Céline, Alphonse, Stéphanie, Pascal, Régine, Jean, Nicolas... enfin, toute l'équipe du FILON Mag, se joint à moi pour vous remercier pour ces 21 ans de fidélité, renouvelée chaque mois, et vous souhaiter une belle et heureuse année 2026 !

Bonne lecture à toutes et à tous !

Y.K



Le Filon mag, une vraie mine d'or est une marque déposée - Mensuel - Tirage : 27 000 exemplaires - 1500 dépositaires dans les communes du Pays de Retz - SAS DPMAG : N° de Siret : 47845598300021 - Le Filon mag : 33 le Bois Macé - 44210 Pornic - Toute reproduction même partielle (photos, publicités, textes créés par et pour Le Filon mag) est interdite - Directeur de la publication : Yvonnick Kerboriou-Plaire - Directrice de la rédaction et communication/rédactrice : Hélène Kerboriou-Plaire - Mise en page : Studio Kerboriou - Imprimé en UE - Le magazine ne peut être tenu pour responsable du contenu des encarts publicitaires et des petites annonces - Crédit photos : Le Filon mag - Adobe Stock - Freepik - Pixabay - Pexels.



Cuis'in

# CONCEPT

# SARL BONNET

1 route de la Forêt 44830 Bouaye



Tél. 02 52 10 37 63



cuisineconcept.sarlbonnet@sfr.fr

www.cuisine-concept-bonnet.fr

## CUISINES - BAINS - RANGEMENTS



BONNE  
ANNÉE  
2026

JUSQU'À  
**-50%**  
Jusqu'au 03/02/26

**PRIX**  
**EXCEPTIONNELS**

**NOUVEAU ! Conseils & réalisation Agencement Intérieur**



Rangement de salon

Salle de bain

Bibliothèque



Porte de séparation

Placard

Dressing



Route de Pornic  
Sortie  
Bouaye La Forêt

**40 ANS D'EXPÉRIENCE**

Conception et devis à domicile

**GRATUIT**

Fabrication 100 % française  
Fabriqué en Vendée

Garantie 10 ans  
(ou entre 5 et 10 ans selon produit)



Ouvert du lundi  
au samedi  
9h-12h et 14h-19h

Lauréat du  
Trophée de l'innovation   Qualité des meubles



## 4 Agenda du mois de janvier

# Association, service communal, office de Tourisme, bénévole... Vous souhaitez une parution dans le magazine de février ?

Merci de communiquer la date de votre événement avant le 10 janvier pour le magazine de février sur [www.lefilonmag.com](http://www.lefilonmag.com), onglet « Ajout agenda »  
Distribution du prochain numéro à partir du 2 février.

## Les mardis

### Saint Brevin les Pins

#### Atelier modélisme

Visite de l'atelier de maquettes-modélisme avec présentation de nombreuses maquettes du patrimoine disparu de Saint-Brevin et Saint-Père-en-Retz. Vente de reproductions de pêcheries, cabines de plage, réalisées par les adhérents.

*De 14h à 18h tous les mardis.  
Impasse Penfour. Infos : Atelier Avipar au 06 15 32 77 06*

## Les mercredis

### Saint Brevin les Pins

#### Activités famille

L'Espace Famille accueille enfants, parents, grands-parents et futurs parents dans un cadre bienveillant. Jeux libres ou activités manuelles, selon vos envies et talents.

*De 9h30 à 12h tous les mercredis.  
Maison des associations. Infos : Association Retz'Activités / 09 67 51 61 64 / 07 49 39 89 50*

### Port Saint-Père

#### Visite de la ferme

La ferme à l'heure de la traite des chèvres. Ewen et Gwenaël vous accueillent pour une découverte guidée de leur ferme !

*De 16h à 17h30 les mercredis.  
Ferme de la Puillièvre. Tarifs : 6€/4€ de 3 à 15 ans/Gratuit.. -3 ans. Infos et résa : 07 70 72 33 80*

## Les mercredis et samedis

### Corsept

#### Jeux

Venez jouer à la ludothèque. La ludothèque vous ouvre ses portes. Venez jouer en famille !

*De 10h à 12h et de 15h à 18h*

*les mercredis / De 10h à 12h  
les samedis. 2 Place de l'Église.  
Gratuit. Infos : Ludothèque / 02 40 27 51 77*

### Saint-Père-en-Retz

#### Visite guidée

Découvrez le manoir de la Gruais datant du 17e siècle et son parc de 1,8 ha, avec vue splendide, arbres majestueux et faune variée (hérons, canards, martin-pêcheur).

*De 10h à 12h et de 14h à 17h les mercredis et samedis. Unique-  
ment sur rendez-vous. Tarifs : 2€. Infos : 02 51 18 66 56 / 06 83 61 68 94*

## Tout le mois

### La Plaine sur Mer

#### Bien-être enfants

L'association La Plaine Conscience reprend ses activités. Il reste quelques places pour les cours de Sophrologie et Yoga enfant.

*Infos : [www.asso-laplaine-conscience.org](http://www.asso-laplaine-conscience.org) - [laplaine-conscience@gmail.com](mailto:laplaine-conscience@gmail.com)*

### Saint Brevin les Pins

#### Notre talent coup de cœur

Clarisse de Pause Cousette. Chez Pause Cousette, Clarisse récupère, trie, recycle toutes sortes de tissus et accessoires, qu'elle met au service de ses clients lors d'ateliers, afin de les réutiliser et d'éviter le gaspillage textile. L'Office de Tourisme met en avant ses ateliers éco-responsables.

*Aux horaires d'ouverture de l'Office de Tourisme. Infos : 02 40 27 24 32*

### Saint-Père-en-Retz

#### Théâtre La Retz'Plique

Deux pièces de théâtre de type vaudeville interprétées

par l'équipe des jeunes, puis le groupe adulte.

*À 20h15 les samedis 17, 24, 31 janvier / À 14h30 les dimanches 18, 25, janvier et 1er février.  
Espace Saint-Roch, 15 rue de l'Abbé Perrin. Tarifs : de 4 à 8€.  
Réservations : [www.billetweb.fr/laretzplique2026](http://www.billetweb.fr/laretzplique2026). Infos : 07 80 07 24 03*

### St Philbert de Grandlieu

#### Exposition

Portraits de territoire et nature préservée par le Photo Club de Pont Saint Martin

*Site de l'abbatiale Déas. Visite comprise dans le prix du billet d'entrée*

## Jusqu'au 18 janvier

### La Chevrolière

#### Exposition

Deux photographes naturalistes se côtoient cet hiver à la Maison des Pêcheurs du lac de Grand Lieu, mettant à l'honneur la biodiversité exceptionnelle du département et plus précisément des zones humides.

*Maison des pêcheurs du lac de Grand Lieu. Gratuit*



## Les 2 et 3 janvier

### Pornic

#### Théâtre

« Je me cherche ». L'Association

des stressés anonymes a un nouvel adhérent et aujourd'hui c'est son tour de parole. Aurélien Jumelais se cherche autour de situations cocasses du quotidien et vous invite à une spectanalyse joyeuse et névrosée !

*À 20h30. Théâtre Le Poche 1 place des Halle. Tarifs : plein : 15€ / réduit : 12€. Infos et résa : Helloasso / 06 71 88 28 12*

## Les 3 et 4 janvier

### Saint Brevin les Pins

#### Portes ouvertes atelier

Sculptures terre cuite, raku sur le thème de la mer, vases et lampes raku, objets en bronze, tableaux peints à la cire d'abeille colorée, tableaux d'algues...

*De 10h30 à 12h30 et de 14h à 18h. Atelier du Rocher Vert, 28 allée du Rocher Vert. Entrée libre. Infos : 02 28 53 52 15/06 08 55 17 16*

## Dimanche 4 janvier

### St Michel Chef Chef

#### Véhicules anciens

Exposition mensuelle de véhicules anciens, autos, motos, utilitaires, âgés de minimum trente ans. Un rendez-vous de passionnés. Organisée par l'association ARBRACAME Club.

*De 10h à 13h. Salle de Jade, Tharon plage. Gratuit. Infos : [pavageaub@outlook.fr](mailto:pavageaub@outlook.fr) / 06 50 26 50 95*

## Lundi 5 janvier

### Saint Brevin les Pins

#### Séance cinéma surprise

Avant-première, «des coups de cœur surprise» de l'AFCAE. Le titre du film n'est pas dévoilé; vous découvrez ce film lors de

# CHAUSSURES - MAROQUINERIE

Léone Favreau, votre chaussleur à PORT SAINT PERE

Du 7 janvier au 3 février 2026

# -20% SOLDES



sur ces modèles et bien d'autres en magasin !



**MEPHISTO** M



**CHACAL**

Douglas

**mobils**  
ergonomic  
MEPHISTO



Fluchos

**ROHDE**

Gabor

**ROMIKA**

**LADY**

**Siox**



**SAPHIR**  
MAISON DU CUIR



[www.chaussures-maroquinerie-lfavreau.com](http://www.chaussures-maroquinerie-lfavreau.com)

FEMME HOMME BÉBÉ / ENFANT  
du 34 au 43 du 37 au 50 du 16 au 41

CHAUSONS - ACCESSOIRES - PARAPLUIES



CHAUSSURES LÉONE FAVREAU | 3 rue de la Raterie | 44710 Port Saint Père | Tél. 02 40 31 51 16

[www.chaussures-maroquinerie-lfavreau.com](http://www.chaussures-maroquinerie-lfavreau.com)

Ouverture du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 19h - Le samedi en journée continue de 9h à 19h

## 6 Agenda du mois de janvier

la projection.

À 20h30. Cinéjade. Infos : 02 40 39 39 39

### À partir du 6 janvier

#### La Bernerie en Retz

##### Exposition Retrospective

L'exposition de Jocelyne Gallais vous fera découvrir ou re-découvrir les rêves de Jocelyne à travers son regard de photographe et de dessinatrice.

De 10h à 12h les mardis, mercredis et vendredis, samedi/ De 16h30 à 18h30 les mercredis et vendredis. Bibliothèque Olympe de Gouges. Gratuit. Infos : 02 44 06 25 89

### Mardi 6 janvier

#### Pornic

##### Activité bébés

Nouvelle activité pour les 15 à 36 mois, le Bal des 1ers liens. Moment d'éveil et de coopération animé par Charlotte : jeux

d'équilibre, jeux de gestes, coordination, développement de l'autonomie et plaisir de la découverte de l'activité physique.

De 10 à 12h. Centre Monval (Parking assuré). Tarifs : Etre adhérent (10 €/famille/an) + 2 €/séance. Infos : clefdesfamilles44@gmail.com / 07 88 73 88 54

### Mercredi 7 janvier

#### La Bernerie en Retz

##### Conte pour petits lecteurs

Laissez-vous envoûter par la voix de notre conteuse qui saura vous faire frissonner de peur ou de plaisir, vous entraîner dans son univers imaginaire, hors du temps.

De 14h30 à 15h30. Bibliothèque Olympe de Gouges. Gratuit. Infos et inscr.: 02 44 06 25 89

#### Chauvé

##### Atelier intergénérationnel

La Clef des Possibles, propose

un espace intergénérationnel pour les 3 à 11 ans. Tous les mercredis. Thème du mois de janvier : «Nos petites couronnes», un voyage en famille au cœur des traditions.

De 10 à 12h. Salle Killala (Parking Mairie). Tarifs : Cotisation annuelle 10€/famille + 10 € (5 entrées + 1 gratuite) 20 € (10 fois + 2 gratuites). Infos : clefdesfamilles44@gmail.com / 07 88 73 88 54

### Mercredi 7 janvier

#### Saint Brevin les Pins

##### À vous de jouer !

Venez découvrir des jeux de société, seul, en famille ou entre amis !

De 15h à 17h. Médiathèque. Entrée libre et gratuite. Infos : 02 40 27 45 80

### Jeudi 8 janvier

#### Saint Brevin les Pins

##### Ciné-conférence

Le Pérou par Connaissance du monde. Découvrez l'histoire, la culture et les traditions de ce peuple qui a conquis le cœur des voyageurs.

À 14h30. Cinéjade. Tarifs : 8€80 adulte / 7€80 - 18ans / Gratuit - 12 ans. Infos : 02 40 39 39 39

### Vendredi 9 janvier

#### Rouans

##### Théâtre

«Il y avait tellement de silence». À partir de témoignages de femmes concernées et d'archives étatiques et religieuses, la compagnie À la Tombée des Nues exhume l'histoire méconnue, mais bien réelle, de milliers de jeunes filles arbitrairement enfermées pendant plus de 150 ans dans des institutions aux allures de prisons. Un spectacle documentaire, poignant et engagé.

À 20h30. Espace Cœur en Scène. Tarifs : 14€/10€/7€. Infos et résa : 02 40 64 18 32 / 02 40 64 11 01

# VOYANTE ISABELLE

## Amour - Argent - Travail



**Protection individuelle**  
**Biens, Commerces & Entreprises**

*Je vous souhaite une merveilleuse année 2026!*

*Vous vous posez des questions ? Je peux vous apporter les réponses...*

*La voyance peut vous venir en aide afin de voir plus clair dans votre présent, votre futur et apaiser vos inquiétudes... mais pas seulement ; en plus d'une aide spirituelle, je peux vous apporter protection, bienveillance et accélérer ou débloquer des situations gênantes de la vie quotidienne.*

*A bientôt !*

**06 42 06 16 65**

 Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9h à 19h 

Site : [www.voyance-isabelle.fr](http://www.voyance-isabelle.fr)  Instagram : Voyante1966

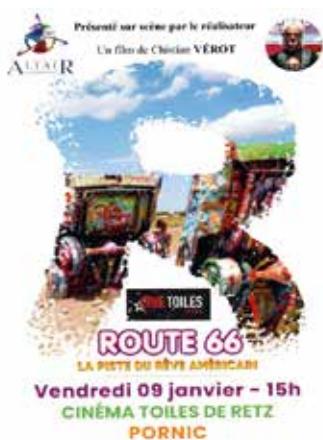
Siret : 81797632700012

## Pornic

### Cinéma

Route 66, sur la piste du rêve américain. De Chicago à Los Angeles, elle traverse canyons et plaines infinies. Conquête de l'Ouest, Cadillac, Harley, villes fantômes, rock, country, elle porte les rêves, la nostalgie d'une Amérique idéalisée.

**À 15h. Cinétoile de Retz. Tarifs : 9€ / Gratuit pour les - de 12 ans accompagnés d'un adulte. Infos : 06 08 62 07 20. Pas de réservations, billetterie à l'entrée de la salle (espèces/chèque)**



Peinture intérieure,  
Extérieure, Façade,  
Mur, Plafond,  
Boiserie, Tuiles...  
Tout types de  
support.



Impasse Louis Blériot PA La Guerche  
44250 Saint Brevin  
&  
25 chemin des Carvarines  
85160 Saint Jean de Monts

## Samedi 10 janvier

### Villeneuve en Retz

#### Duo de voix et violoncelle

«Camille & Matthieu Saglio». Au fil du temps, chacun des deux a tissé sa propre relation à la musique, sa propre approche ; du côté de la chanson pour l'un et du côté du jazz et de la world music pour l'autre.

**À 20h30. Caba'Retz, Fresnay en Retz. Tarifs : 15€/10€ réduit/5€ pour les -12 ans. Infos : 02 40 21 40 07. Résa : billetweb**

### Chaumes en Retz

#### Tournoi de belote

Organisé par l'Etoile Arthonnaise Tennis.

**À 13h30 (Inscription) / À 14h (Début du concours). Salle des Genêts, Complexe sportif Mickael Landreau (à l'arrière du collège). Tarif : 10€. Infos et résa : mt.guihot@hotmail.fr / 06 51 51 73 38**

## Chauvé

### Atelier motricité

La Clef des Louveteaux, pour les 3 mois à 6 ans avec Roule Galette, les enfants vont rouler, sauter, dévorer... et imaginer ! Parcours de motricité libre et lectures par les Passeurs de Rêves.

**De 10 à 12h. Salle de l'Eclair, centre sportif du Pinier. Tarifs : Cotisation annuelle 10€/famille + 5€/enfant /an. Infos : clefdesfamilles44@gmail.com / 07 88 73 88 54**

## Pornic

### Improvisation théâtrale

Match d'improvisation entre la troupe "Impr'o se" de Clisson, et "Les Retzpliants" de St Michel Chef Chef ! Le tout sur une patinoire «réglementaire», avec un arbitre et une maîtresse de cérémonie et d'un musicien. Fous rires garantis !

**À 20h. Amphithéâtre Narcejac. Tarifs : 12€ adulte / 8€ pour les -de 16ans. Infos : retzplic@gmail.com**

## Saint Viaud

### Concours de palets

Concours de palets sur plomb avec de nombreux lots à gagner.

**À 19h30. Gymnase, Base de Loisirs Fernand Bouchereau. Tarif : 20€/équipe. Infos : Association US Vital Frossay 06 88 52 48 31**

## Samedi 10 janvier

### Machecoul / Saint Méme

#### Atelier créatif

Corinne Mauboussin propose un atelier de création de bijoux. Chaque élève pourra développer son sens artistique et créatif, sous les conseils de Corinne qui transmettra son savoir et partagera les techniques spécifiques à cet atelier.

Cet atelier est ouvert à tous, adhérent ou non adhérent à l'association, débutant ou confirmé, enfant, ado et adultes.

**De 14h à 17h30. 2 rue du Sel. Tarif : 25€ (fournitures incluses). Infos : 06 10 98 75 58**



**2-D HABITAT**

RÉNOVATION DE L'HABITAT



Nettoyage et  
traitement de vos toitures,  
Pose et rénovation de faîte,  
Changement tout types de tuiles,  
Recherche de fuite...



**07 45 83 82 11**

habitat.2d@yahoo.com

Retrouvez nous sur Instagram

## 8 Agenda du mois de janvier

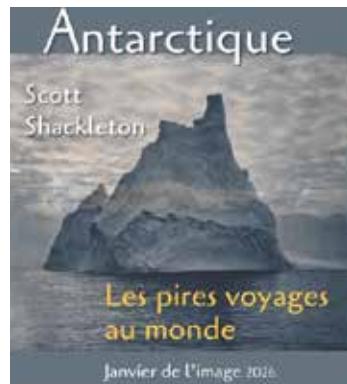
### À partir du 10 janvier

#### Paimboeuf

#### Expo photo

Les pires voyages du monde. Deux expéditions auront marqué la conquête de l'Antarctique au début du XXe siècle. Celle du Terra Nova (1910-1913) menée par le Britannique Robert Falcon Scott et dont la fin tragique aura frappé les mémoires. Celle de L'Endurance (1914-1916) dirigée par l'Irlandais Ernest Shackleton dont l'issue relève du miracle autant que du brio.

*De 10h à 12h30 et de 15h à 18h les samedis et dimanches. Chapelle Saint-Charles, place Marcel Daniel. Entrée libre. Infos : Ville 02 40 27 50 50*



### Les 10 et 11 janvier

#### Saint Brevin les Pins

#### Portes ouvertes atelier

Sculptures terre cuite, raku sur le thème de la mer, vases et lampes raku, objets en bronze, tableaux peints à la cire d'abeille colorée, tableaux d'algues...

*De 10h30 à 12h30 et de 14h à 18h. Atelier du Rocher Vert, 28 allée du Rocher Vert. Entrée libre. Infos : 02 28 53 52 15/06 08 55 17 16*

### Dimanche 11 janvier

#### La Bernerie en Retz

#### Atelier p'tits cinéphiles

Le cinéma de La Bernerie ouvre grand ses portes aux plus jeunes, dès l'âge de 3 ans, pour une découverte ludique et douce du grand écran. Thème : La neige n'a pas son pareil pour faire des merveilles.

*De 10h30 à 12h. Cinéma Jeanne d'Arc. Tarifs : 4€. Infos : Cinéma Jeanne d'Arc*

#### Chauvé

#### Concert du Nouvel An

Le Paz & Per Orchestra, dirigé par Jean-Paul Salaud est composé d'une quarantaine de musiciens. Vous pourrez écouter des arrangements pour orchestre d'harmonie d'airs d'opéra célèbres de Gounod, Verdi, Puccini, Bizet et des morceaux classiques de début d'année de Strauss et Offenbach.

*À 15h30. Eglise. Participation libre. Infos : Paz Per Orchestra / ententepazpere@outlook.fr*

#### Pornic

#### Danse céltique

Démarrez l'année en dansant ! Le premier Fest-Deiz de l'année organisé par le Cercle Celtique de Pornic vous attend ! Avec la musique d' Alain Pennec, de

Car et Ment et du groupe local Retz-Majeur. Une part de galette offerte. Bar sur place.

*À 14h. Espace du Val Saint Martin. Tarif : 8€. Infos : cercleceltique\_pornic@kmel.bzh / 0629014741*

rencontrer et d'échanger autour des projets menés lors de l'année 2025.

*À 19h. Espace de Retz. Gratuit.*

### Mercredi 14 janvier

#### La Plaine sur Mer

#### Soirée jeux de société

Que vous soyez un joueur expérimenté ou que vous découvriez cet univers, vous êtes les bienvenus. Et si un jeu vous séduit, vous pourrez même l'emprunter pour prolonger le plaisir à la maison.

*De 15h30 à 17h30. Médiathèque Joseph Rousse. Gratuit. Infos : 02 51 74 81 92*

#### Pornic

#### Conférence

L'antenne de Pornic de l'Université permanente de Nantes propose une conférence de Sandrine Mansour. L'histoire de la Palestine depuis l'Empire ottoman à aujourd'hui.

*De 15h à 16h30. Espace culturel du Val St Martin. Tarif : 8€ / Gratuit pour les étudiants UP. Infos : up.pornic@univ-nantes.fr*

#### Conférence

Pornic Histoire vous présente Nazaire de Milan alias Saint Nazaire par Christian Morinière. L'histoire, les églises et les villes, il a répertorié les lieux portant le nom de ce martyr Saint Nazaire, qui donna son nom à la ville portuaire.

*À 18h. Espace Culturel Val Saint Martin. Tarifs : Gratuit (adhérent) / 5€ (non adhérent). Infos : asso.pornic.histoire@gmail.com*

### Mardi 13 janvier

#### Machecoul / Saint Méme

#### Vœux à la population

Le Maire, Laurent Robin, les adjoints·es et le Conseil Municipal vous convient à la soirée des vœux. Une occasion de se

*L'isolation devient un art quand vos fenêtres y participent. Cet hiver, alliez élégance et performance énergétique.*

*C'est notre métier depuis 45 ans !*

FABRICATION FRANÇAISE

PORTES - VOLETS - FENÊTRES - PORTAILS - STORES BANNES - PORTES DE GARAGE



3 Allée des Penières  
85670 Falleron

02 51 93 19 33

[www.bms-ouvertures.com](http://www.bms-ouvertures.com)



## Diffusion radio

L'instant clef des Familles, c'est le magazine radio mensuel de la Clef des Familles, association du Pays de Retz qui renforce les liens inter et intra-familiaux. Thème du jour : Pourquoi la Poésie est-elle si importante ?

*De 18h à 18h30. En direct sur Jade FM, 99.7 et en podcast. Gratuit. Infos : clefdesfamilles44@gmail.com / 07 88 73 88 54*

## Saint Brevin les Pins

### Opéra

La Traviata. Diffusion de l'opéra en direct du Royal Opéra House de Londres.

*À 19h45. Cinéjade. Tarifs : 15€ adulte / 7€- 18 ans. Infos : 02 40 39 39 39*

## Jeudi 15 janvier

## La Bernerie en Retz

### Atelier d'écriture créative

Pour oser laisser parler son imagination en jouant avec des mots, des idées. Exprimer sa créativité, s'amuser et partager avec des gens qui ont le même intérêt du jeu.

*De 14h à 16h. Bibliothèque Olympe de Gouges. Gratuit. Infos : 02 44 06 25 89*

## La Bernerie en Retz

### Rencontre

Profitez de ce moment de détente et de partage pour renconter le filles de Jocelyne Gallais. Violaine et Maïna seront ravies d'échanger avec vous sur

les photographies et dessins de l'exposition.

*De 17h à 18h30. Bibliothèque Olympe de Gouges. Infos : 02 44 06 25 89*

## Jeudi 15 janvier

## Machecoul / Saint Même

### Thé dansant

L'association Entraide et Amitié organise chaque 3ème jeudi de chaque mois un thé dansant. Pour le mois de janvier aura lieu le 15 janvier de 14h30 à 19h30, salle Vallée du Tenu, et sera animé par Sylvère Burlot

*De 14h30 à 19h30. 4. rue du Tenu. Tarif : 10€ (goûter et rafraîchissement compris)*

## Vendredi 16 janvier

## Sainte Pazanne

### Concert

«Des oiseaux la nuit». Concert acoustique éclairé à la bougie, des voix qui caressent le silence et une musique qui parle à l'âme.

*À 20h30. TMP - Théâtre Municipal Pazanais. Tarifs : 14€/7€. Infos : 02 40 02 43 74. Resa : vostickets.fr*

## Pornic

### Spectacle humour

Chroniqueuse sur Paris Première & dans l'émission Rire et Chansons, Karine Dubernet livre dans « Perlimpinpin », une satire humoristique des travers de notre société.

*De 20h30 à 21h45. Amphithéâ-*

tre Thomas Narcejac. Tarifs : 20€/11€ réduit. Infos : 02 40 82 04 40. Résa : Office de Tourisme Intercommunal de Pornic / Billetweb.fr

74 24 22 45

## La Plaine sur Mer

### Atelier d'écriture

Participer à un atelier d'écriture avec Lola Rosenfeld, dans un cadre individuel et bienveillant, où chacun pourra laisser libre cours à sa créativité. De 9 à 13 ans.

*De 16h30 à 17h45. Médiathèque Joseph Rousse. Gratuit. Infos et résa : 02 51 74 81 92*

## Pornic

### Concert de blues

Arnaud Fradin & his Roots Combo. Arnaud Fradin, guitariste nantais et chanteur sensible, nous offre aux racines du « Mississippi Blues » des impros voluptueuses, en pleine complétude avec l'harmoniste virtuose Thomas Troussier, avec Igor Pichon à la contrebasse et Richard Housset aux percussions.

L'ACAP PRÉSENTE

**PORNIC**

Espace Culturel du Val St Martin  
à 21h

Concert Soul/Blues

**Arnaud Fradin  
Roots Combo**



**samedi**  
**17**  
**janvier**  
**2026**

Tarif :  
Plat : 20€  
Plat + 12 ans : 15€  
-12 ans : Gratuit

Informations :  
www.billetweb.fr  
Offices de Tourisme  
Intercommunale  
Espace Culturel Léclerc Pornic

Organisé par  
L'ACAP  
Mairie de Pornic  
Office de tourisme  
Intercommunale  
Espace Culturel Léclerc Pornic

avec le concours de :

ATPA  
SMAV  
SMAV

À 21h. Espace Culturel du Val St Martin. Tarifs : 20€ / 15€ (adhérents ACAP, groupes

**PEINTURE-RAVALEMENT**  
**DÉMOUSSAGE TOITURES & MURS**  
**DÉCORATION INTÉRIEURE**  
**REVÊTEMENT**  
**SOLS & MURS**

02 40 21 89 56 • 06 77 99 97 15  
À PORNIC, 124 la Baconnière  
guillaume@gouy-peinture.fr  
[www.gouy-peinture.fr](http://www.gouy-peinture.fr)

# RECYCLERIE DE PORNIC

## LJ RECUP-CREATION

Du mardi au samedi  
10h-12h30  
14h-18h

LJ Recup Création [f](#) [lj.recup.creation](#) [i](#)

23 rue Paul Langevin | La Blavetière | 44210 PORNIC  
06 50 96 05 20 | 06 86 91 71 65

## 10 Agenda du mois de janvier

### Viveo l'expérience de + de 2000 surélévations

Découvrez nos réalisations

Contactez votre agence de Nantes  
Avenue des Berthaudières 44680 SAINTE-PAZANNE  
[www.espace-viveo.fr](http://www.espace-viveo.fr) • 09 72 45 83 81 •

### NOUVEAU LE DISTRIBUTEUR AUTOMATIQUE DE BÉTON PRÊT À L'EMPLOI

#### LES AVANTAGES

- Rapide, simple et économique
- Pas de temps d'attente
- Béton de qualité constante et facile à mettre en oeuvre
- Utilisation jusqu'à 3 heures après production (avec option retardateur)
- Petite quantité à partir de 150 L
- Pas de mélange fastidieux à faire soi-même
- Service Drive avec paiement par carte bancaire

OUVERT 24H/24 DU LUNDI AU SAMEDI  
ZA du Pont Béranger - Rue Champollion - St-Hilaire de Chaléons  
Ouverture avril 2026 : ZA de la Génierie - La Plaine sur Mer  
[betondupaysderetz@gmail.com](mailto:betondupaysderetz@gmail.com)

à partir de 8 personnes, étudiants, scolaires et demandeurs d'emploi, PMR.) / Gratuit enfants < 12 ans. Réservations : [www.billetweb.fr](http://www.billetweb.fr), Offices de Tourisme de la Communauté de Communes, et Espace Culturel Leclerc de Pornic. Org. ACAP.

élève pourra développer son sens artistique et créatif, sous les conseils de Monique qui transmettra son savoir et partagera les techniques spécifiques à cet atelier. Chacun pourra déjeuner sur place en apportant son pique-nique.

De 10h à 18h. 2 rue du Sel. Tarif : 35€ (hors fournitures). Infos : 06 12 43 41 59

**Du 17 jan. au 1er fév.**

### Saint-Père-en-Retz

#### Théâtre

La troupe La Retz'plique est de retour avec une comédie de boulevard signée Viviane Tardivel : «Forêt pas qu'on se perde». Comme d'habitude la soirée débutera par la représentation de la troupe jeune avec «10 minutes sans fin» de Victorien Kissling.

À 20h15 (le 17, le 24 et le 31) / À 14h30 (le 18, le 25 et le 1er février). Espace Culturel Saint Roch. Tarif : 8€ (adulte) / 4€ (- de 18 ans). Réservation en ligne sur <https://www.billetweb.fr/laretzplique2026> / Directement à l'espace culturel à compter du 8/01 le jeudi de 17h à 19h et le samedi de 10h à 12h / Par téléphone au 07 80 07 24 03 sur les mêmes créneaux que les permanences



### Saint-Brevin-les-Pins

#### Atelier cuisine

Cuisinez 2 ou 3 pestos produits à partir d'épluchures de légumes d'hiver avant de préparer votre recette. Idéal pour agrémenter pâtes ou autres plats. Apportez un bocal pour repartir avec le pesto.

De 13h30 à 14h30. Épicerie Retz'Aunée, 10 rue du Général De Gaulle. Gratuit. Infos : [oz@cc-sudestuaire.fr](mailto:oz@cc-sudestuaire.fr) / [www.cc-sudestuaire.fr](http://www.cc-sudestuaire.fr)

### Saint-Père-en-Retz

#### Atelier lecture petits

Les P'tits Explorateurs d'histoires, atelier pour les 18 mois à 3 ans, tous les 3 samedis du mois. À partir d'une lecture, des activités créatives et corporelles pour se faire du bien en famille. Thème du jour : L'hiver qui réchauffe le cœur.

De 10h30 à 11h30. Médiathèque. Gratuit sur inscription à la médiathèque. Infos : [clefdesfamilles44@gmail.com](mailto:clefdesfamilles44@gmail.com) / 07 88 73 88 54

**Dimanche 18 janvier**

### Préfailles Voitures rétro

Des modèles de voitures anciennes venus de tout horizon vous attendent pour vous en mettre plein les yeux avec leur belle carrosserie !

### Machecoul / Saint-Même Atelier cartonnage

Monique Barbeau propose un atelier ouvert à tous, pour apprendre à réaliser un objet de votre choix en carton. Chaque

*De 9h30 à 12h30. Avenue de la Plage Éric Tabary. Gratuit. Infos : Mairie de Préfailles / 02 40 21 60 37*

## St Hilaire de Chaléons Concert du Nouvel An

Le Paz & Per Orchestra, dirigé par Jean-Paul Salaud est composé d'une quarantaine de musiciens. Vous pourrez écouter des arrangements pour orchestre d'harmonie d'airs d'opéra célèbres de Gounod, Verdi, Puccini, Bizet et des morceaux classiques de début d'année de Strauss et Offenbach.

*À 15h30. Eglise. Participation libre. Infos : Paz Per Orchestra / ententepazpere@outlook.fr*

## Saint Jean de Boiseau Concert Solidaire

Organisé par les Amis de la Musique de La Montagne. Trois chœurs s'unissent pour chanter au profit de l'Association l'Olivier (AFSRT) Maladie génétique rare. Avec les chorales Tillay t'y Chante et RCC de Rezé. Vente de gâteaux-maison et boissons sur place.

*À 15h. Eglise de St Jean de Boiseau. Entrée gratuite avec participation libre/ Infos : 06 16 01 95 66*

## Lundi 19 janvier

### Pornic

#### Atelier motricité

La Clef des Bambins, pour les tout-petits (18 mois à 3 ans) propose : motricité libre, lectures, activités créatives, musicales, jeux de construction, éveil sensoriel, avec les parents et des bénévoles de l'association.

*De 10 à 12h. Centre Monval (Parking assuré). Tarifs : Cotisation annuelle 10€/famille + 10€/enfant /an (5€ pour le 2e). Infos : clefdesfamilles44@gmail.com / 07 88 73 88 54*

## Mardi 20 janvier

### Saint Brevin les Pins

#### Repair Café

Avec des bénévoles, apprenez

des astuces simples de réparation. Objectif : réfléchir à la réparabilité avant achat. Possibilité d'amener un appareil en panne (à préciser à l'inscription)

*De 17h30 à 21h. Le Son'Art, 108 avenue Maréchal Joffre. Gratuit. Infos : oz@cc-sudestuaire.fr / www.cc-sudestuaire.fr*

## Du 20 jan. au 3 fév.

### Saint-Brevin-les-Pins

#### Parlons de la mort

3 ateliers « Parler de la mort ne fait pas mourir ». Pour aborder les démarches administratives, les directives médicales anticipée et son rapport personnel à la mort. Possibilité de participer à un ou plusieurs ateliers.

*De 15h à 17h. Salle Boby La Pointe, 108 avenue du Maréchal Joffre. Gratuit. Infos : 06 66 32 08 59 / parlonsdelamort@gmail.com*

## Mercredi 21 janvier

### Saint Brevin les Pins

#### Atelier zéro déchet

Partage et astuces autour du « zéro déchet » : découvrez les produits et équipements indispensables pour débuter une démarche « presque zéro déchet » pour chaque pièce de la maison. En toute convivialité.

*De 19h à 20h. Épicerie Retz'Aune, 10 rue du Général De Gaulle. Gratuit. Infos : oz@cc-sudestuaire.fr / www.cc-sudestuaire.fr*

## Jeudi 22 janvier

### Saint-Père-en-Retz

#### Thé dansant

Le club de l'Amitié de Saint-Père-en-Retz organise son thé dansant avec le musicien Emmanuel Rolland. Envie de passer un bon moment, retrouver des amis, une ambiance conviviale, goûter et boissons comprises dans le coût d'entrée.

*De 14h30 à 19h30. Salle de la Bergerie. Tarif: 10€. Infos et résa : 06 68 98 57 25 / mima.olivier@orange.fr*

**D** **DECONS ATLANTIQUE**  
RÉCUPÉRATIONS INDUSTRIELLES



**Le coup de pouce  
à votre  
pouvoir d'achat !**

**Le site dédié au rachat de toutes vos :**

- ferrailles
- métaux
- batteries

**Toutes quantités !**

**Professionnel et/ou particulier, notre site est dédié à tous vos dépôts.**

**Selon vos volumes nous pouvons nous déplacer avec les moyens adaptés pour leur enlèvement.**

**02 28 02 65 89**

**Du lundi au vendredi de 08h00 à 18h00**

**ZA de la Bréhannerie - 44640 Le Pellerin**

**www.decons.fr - nantes@decons.fr**

**NETTOYAGE DE TOITURE PAR DRONE ET DE FAÇADE**

- **MISE EN ŒUVRE TRÈS RAPIDE**  
Sans échafaudage
- **SÉCURITÉ**  
Pour les hommes et le bâti
- **COÛT MAÎTRISÉ**
- **PRODUITS PROFESSIONNELS**  
respectueux de l'environnement
- **CERTIFICATION DGAC**  
TÉLÉPILOTE AGGRÉÉ N°54405873

06 51 97 23 19 [www.mtsoluce.com](http://www.mtsoluce.com)



## 12 Agenda du mois de janvier

POMPES FUNÈBRES

**Sérénité pour vous,  
tranquillité pour eux**

**02 40 82 68 88**

La Plaine sur Mer - Préfailles - Tharon Plage  
Saint Michel Chef - Chef - Saint Brévin

### Horaire des Marées Janvier 2026

Saint-Nazaire - Heure légale

DATE	Pleine Mer			Basse Mer		
	Matin	Coef.	Soir	Coef.	Matin	Soir
J 01	02:37	69	15:10	74	08:42	21:09
V 02	03:27	79	16:01	84	09:43	22:05
S 03	04:13	88	16:47	91	10:40	22:58
D 04	04:56	94	17:28	95	11:33	23:48
L 05	05:37	96	18:05	95	12:23	--:--
M 06	06:16	93	18:40	91	00:37	13:10
M 07	06:51	87	19:14	82	01:24	13:56
J 08	07:28	77	19:49	72	02:10	14:41
V 09	08:06	66	20:28	60	02:56	15:27
S 10	08:47	54	21:15	49	03:43	16:15
D 11	09:37	44	22:27	39	04:34	17:08
L 12	10:50	36	--:--	---	05:30	18:10
M 13	00:33	35	13:20	35	06:34	19:17
M 14	01:48	36	14:25	39	07:41	20:18
J 15	02:34	43	15:08	47	08:40	21:08
V 16	03:13	52	15:42	56	09:29	21:51
S 17	03:48	61	16:13	65	10:12	22:30
D 18	04:21	69	16:43	73	10:52	23:07
L 19	04:54	76	17:13	79	11:29	23:43
M 20	05:27	81	17:44	83	12:06	--:--
M 21	06:01	84	18:16	85	00:19	12:42
J 22	06:36	85	18:49	84	00:55	13:19
V 23	07:12	82	19:24	80	01:33	13:56
S 24	07:49	76	20:01	73	02:13	14:37
D 25	08:31	68	20:43	64	02:58	15:23
L 26	09:21	59	21:41	54	03:50	16:17
M 27	10:43	50	--:--	--	04:51	17:22
M 28	00:10	47	13:01	47	06:02	18:36
J 29	01:41	49	14:18	52	07:19	19:52
V 30	02:43	58	15:18	65	08:34	21:00
S 31	03:34	72	16:06	78	09:39	21:59

© SHOM n°2024-209  
Reproduction des prédictions de marées pour le port de Saint-Nazaire, non vérifiée par le SHOM et réalisée sous la seule responsabilité de l'éditeur.

Mortes Eaux / Vives Eaux	Pleines mers		Basses mers		Pleines mers		Basses mers	
	VE	ME	ME	VE	VE	ME	ME	VE
<i>Corrections heures (h. min) Corrections hauteurs (cm)</i>								
Le Croisic	+005	+005	-005	-005	-45	-40	-20	-15
Le Pouliguen	+005	0.00	-005	-010	-45	-40	-20	-10
Pointe Saint Gildas	-005	0.00	-010	-010	-30	-20	-15	-5
Pornic	-005	+015	+005	0.00	-10	0	-5	-5

### Saint Brevin les Pins

#### Théâtre

Je suis trop vert (David Lescot et Cie du Kairos). Immersion collégienne qui a le mérite de s'adresser à toutes les générations.

À 20h. Salle Étoile de Jade. Tarif : 4€. Infos : Ville de Saint-Brevin 02 40 27 24 32

### Samedi 24 janvier

#### Port Saint-Père

#### Plantes et pigments

Lapoulâfacettes et Slich artiste plasticienne intervenante vous invitent à découvrir la technique d'extraction de la couleur à partir des plantes tinctoriales et à réaliser différents pigments naturels pour la fabrication de la peinture de vos prochaines créations artistiques.

De 9h30 à 17h. Salle des associations. Tarifs : 90€. Infos et inscr.: La poule à facettes / 06 87 02 07 73

### Sainte Pazanne

#### Initiation au modelage

Le temps d'une journée venez apprendre à manipuler la terre et à modeler un objet, une figurine ou une idée de votre envie. Le stage sera encadré par Annie Malarme, diplômée des beaux-arts.

De 10h à 17h. Salle des associations. Tarifs : 45€. Infos et inscr.: L'Atelier Tout en Couleurs / 06 72 25 66 60 / 06 86 96 57 01

### Saint-Viaud

#### Atelier tricot

Tricote ton éponge : stop aux éponges jetables, vive les éponges réutilisables et lavables ! Vous tricoterez pas à pas votre éponge durable. Matériel et fil fournis.

De 10h30 à 11h30. Bibliothèque, 18 rue du Faubourg Saint-Jean. Gratuit. Infos : oz@cc-sudestuaire.fr / www.cc-sudestuaire.fr



### Dimanche 25 janvier

#### Chaumes en Retz

#### Huîtres et muscadet

Au café associatif de la Sicau-dais «le ptit Sicau» : un lieu de rencontres, d'échanges, de convivialité ouvert à toutes et tous. Un nouveau dimanche « Huîtres et muscadet », pour partager un moment convivial autour d'un plateau d'huîtres.

De 10h à 14h. Salle des platanes à la Sicau-dais. Infos : 06 78 61 96 57

### Lundi 26 janvier

#### Pornic

#### Atelier motricité

La Clef des Bambins, pour les tout-petits (18 mois à 3 ans) propose : motricité libre, lectures, activités créatives, musicales, jeux de construction, éveil sensoriel, avec les parents et des bénévoles de l'association.

De 10 à 12h. Centre Monval (Parking assuré). Tarifs : Cotisation annuelle 10€/famille + 10€/enfant /an (5€ pour le 2e). Infos : clefdesfamilles44@gmail.com / 07 88 73 88 54

### Mardi 27 janvier

#### Pornic

#### Atelier lecture petits

Nouvel atelier « Lire ensemble, créer ensemble » pour les 15 mois à 3 ans (petits frères & sœurs bienvenus). Création d'un «leporello», un petit livre-accordéon illustré d'empreintes, de dessins, d'images, de gommettes etc.

De 10 à 12h. Centre Monval (Parking assuré). Gratuit pour adhérents et 5€ par famille pour les autres. Infos : clefdesfamilles44@gmail.com / 07 88 73 88 54

### Jeudi 29 janvier

#### Saint Brevin les Pins

#### Ciné-conférence

Inde Kerala par Connaissance du monde. Bienvenue dans l'auto-proclamé « Pays de Dieu ».

# CHAUSSURES - MAROQUINERIE

Léone Favreau, votre chausseur à PORT SAINT PERE

ENFANT



Votre chausseur exclusif

ALLROUNDER  
BY MEPHISTO

**MEPHISTO** M  
CHAUSSURES D'EXCEPTION

mobilis  
ergonomic  
MEPHISTO

sur le Pays de Retz



3 rue de la Raterie  
44710 Port Saint Pére  
Tél. : 02 40 31 51 16

[www.chaussures-maroquinerie-lfavreau.com](http://www.chaussures-maroquinerie-lfavreau.com)



Ouverture du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 19h • Le samedi en journée continue de 9h à 19h

## 14 Agenda du mois de janvier



LE RAMONEUR  
RAMONAGE DU PAYS DE RETZ

15 rue Henri Becquerel | 44210 PORNIC  
02 40 27 91 63 | [leramoneur44@gmail.com](mailto:leramoneur44@gmail.com)

### L'ALBUM DU MOIS avec Jade FM FYRS

#### « The Dangerous Beauties »

L'artiste FYRS nous dévoile son deuxième album « The Dangerous Beauties », un disque aux nuances nocturnes et profondément sensibles. C'est un album intime, à la fois moderne et chaleureux. Fyrs nous emmène dans son univers pop électronique avec une touche de folk. Il construit un espace sonore où chaque titre respire la sincérité et la retenue. Sa voix, posée sur des arrangements électro délicats et maîtrisés, invite à la contemplation et au lâcher-prise.

FYRS est à découvrir sur Jade FM 99.7 ou [jadefm.fr](http://jadefm.fr)



Jade

La Vague Éclectique

@ Jadefm.fr

99.7 FM

02 40 21 85 85

contact@jadefm.fr

4, rue de la terrasse  
PORNIC

Terre d'histoire, de commerce, de nature et de culture, sanctuaire des traditions vivantes de l'Inde, le Kerala, ce petit État situé au sud de l'Inde est un endroit à part.

À 14h30. Cinéjade. Tarifs : 8€80 adulte / 7€80-18ans / Gratuit-12 ans. Infos : Cinéjade 02 40 39 39 39

nir l'école de Préfailles ! Parfait pour se divertir, travailler sa mémoire, stimuler ses capacités cognitives, faire des rencontres... Petite restauration sur place.

À partir de 14h30. Espace Culturel. Tarifs : 20€ par équipe. Infos et inscr. : Association Amicale des Petits Mousses / 06 84 50 73 79

### Vendredi 30 janvier

#### Sainte Pazanne

#### Soirée mets et vins

Amateurs et amatrices de produits locaux et gourmands, que diriez-vous de venir à la ferme Écofolies pour déguster un repas 100% terroir local ? Une belle soirée en perspective en partenariat avec le Domaine de la Coche.

À 20h. Ferme Écofolies. Tarifs : 30€. Infos et résa : 07 68 39 75 12 / [ecofolies@gmail.com](mailto:ecofolies@gmail.com)

### Villeneuve en Retz

#### Concert

«Les chanteuses de douche se jettent à l'eau» reviennent pour la deuxième édition. En première partie, la Brigade d'intervention Vokale. Petite restauration sur place.

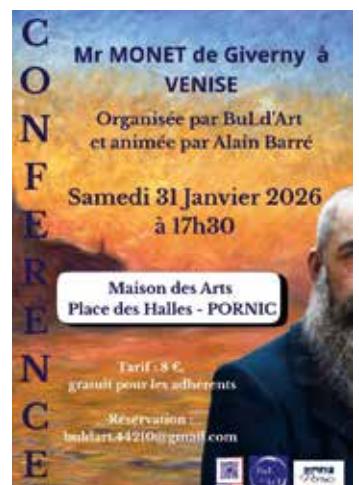
À 20h. Caba'Retz, Fresnay en Retz. Tarifs : 12€. Infos : [leschanteusesdedouche@gmail.com](mailto:leschanteusesdedouche@gmail.com). Résa : [helloasso.fr](http://helloasso.fr)

### Pornic

#### Conférence

Claude Monet de Giverny part à Venise en oct. 1908. "Venise est trop belle pour être peinte !" déclare t-il ! Il peint tout de même 37 toiles, dont plusieurs chefs-d'œuvre.

À 17h30 (Arriver 15 minutes avant). Maison des Arts, place des Halles. Tarifs : 8€ / Gratuit pour les adhérents. Infos : [buldart.44210@gmail.com](mailto:buldart.44210@gmail.com)



Mr MONET de Giverny à VENISE  
Organisée par Buld'Art et animée par Alain Barré  
Samedi 31 Janvier 2026 à 17h30  
Maison des Arts Place des Halles - PORNIC  
Tarif : 8€ gratuit pour les adhérents  
Réservation : [buldart.44210@gmail.com](mailto:buldart.44210@gmail.com)

### Chaumes en Retz

#### Soirée chant

Au café associatif de la Sicaudais «le ptit Sica» : un lieu de rencontres, d'échanges, de convivialité ouvert à toutes et tous. Une soirée « Tous en chœur », pour chanter ensemble autour de paroles à disposition.

De 17h à 22h. Salle de platanes à la Sicaudais. Infos : 06 78 61 96 57

### Samedi 31 janvier

#### Préfailles

#### Concours de belote

Jouez à la belote pour souten-

### Saint Brevin les Pins

#### Trail du Boivre

Courses de 8 (18h30) et 15 km (18h45). L'utilisation de lampe et d'équipements de visibilité est obligatoire. Porte-bidon

# Petitsfils

SERVICES AUX GRANDS-PARENTS

**Retour d'hospitalisation**

## Une aide sur mesure pour un retour à la maison en toute sérénité

- Garde-malade ou surveillance
- Accompagnement aux rendez-vous médicaux
- Présence 24h/24 pour les sorties complexes
- Réactivité de mise en place et gestion des urgences

**02 52 20 15 45**

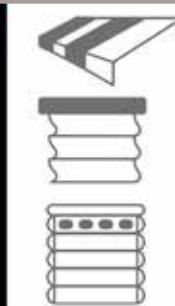
53 Rue Mermoz,  
44210 Pornic



[petits-fils.com](http://petits-fils.com)



Gouttière G300  
Gouttière Linea  
  
L'entreprise  
ALU GOUTTI vous  
propose depuis 16 ans  
toute une variété de produits  
en alu aussi bien adaptée  
aux maisons individuelles  
qu'aux bâtiments  
industriels  
et agricoles.

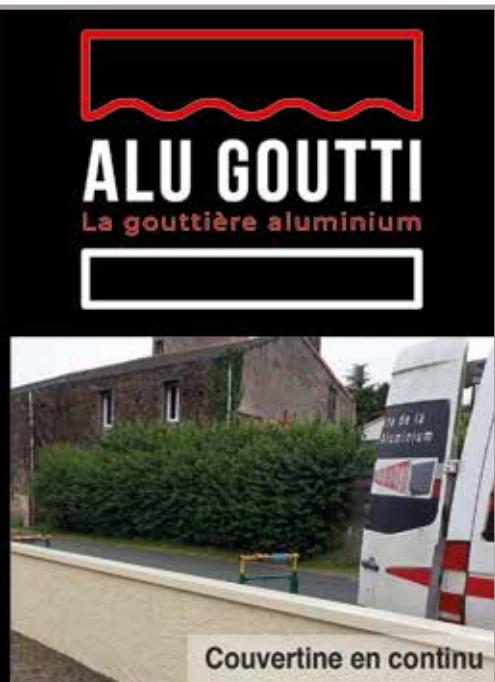


- STORE BANNE
- VOLET
- PORTE DE GARAGE
- CLÔTURE ALU

**NOUVEAUTÉ**  
Bardage aluminium



Appuis de fenêtres Alu



Couvertine en continu

**ALU GOUTTI**

ZI La Seiglerie 3  
3 rue Henri Giffard  
44270 Machecoul - Saint-Même  
Disponible sur le 44 et 85



Tél. bureau : 02 40 76 18 47

Tél. portable : 07 86 62 54 86

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h  
[alu.goutti@gmail.com](mailto:alu.goutti@gmail.com) - [www.alugoutti.fr](http://www.alugoutti.fr)

## 16 Agenda du mois de janvier

**Intérieur Extérieur**  
L'EXCELLENCE FRANÇAISE PRÈS DE CHEZ VOUS

Christophe Bourjon  
16 rue Robert Schuman  
Pornic Ouest - 44210 Pornic  
02 40 64 27 88 - 06 13 96 07 36  
contact@interieur-exterieur.pro

[www.interieur-exterieur.pro](http://www.interieur-exterieur.pro)

**Terres Fenêtre**  
L'excellence française près de chez vous

**Travaux du Bâtiment Neuf et Rénovation**  
**E.D.E.T.**

Agencement Cuisines et Salles de Bain  
Cloisonnement - Doublage - Isolation  
Électricité - Carrelage - Faïence  
Peinture extérieure  
Peinture intérieure - Revêtements muraux

06 89 73 46 32 • eirldubois44@orange.fr

**CHAUMES EN RETZ ARTHON**

### Jeu CONCOURS du mois de janvier A GAGNER :

1 rituel Head Spa d'1 heure (Valeur 79 €)

1 gagnant-e en répondant avant le 20 janvier

à la question : Quel signe du zodiaque doit favoriser le travail routinier en janvier ? (Réponse dans le Filon mag)

Avec notre partenaire : Terre de Soins à Chauvé

(Voir en P. 17)

Jouez sur [www.lefilonmag.com](http://www.lefilonmag.com) ou envoyez vos réponses avec vos coordonnées et votre adresse e-mail à : jeuconcours\_retz@lefilonmag.com ou par courrier à : Le Filon mag - Jeu concours Pays de Retz Vendée 33 le Bois Macé - 44210 Pornic. Un tirage au sort départagera les bonnes réponses. Jeu gratuit, sans obligation d'achat.

conseillé.

**De 18h à 23h. Base nautique du Pointeau.** Tarifs : 8 à 13€. Infos : ACB Athlétisme acbse.fr

### Les 31 jan. et 1er fév.

#### Chauvé

##### Comédie

La troupe de l'éclair Théâtre vous invite à découvrir sa nouvelle comédie de Vivien Lheraux «Alberto Hôtel Bonjour».

**À 20h samedi / À 14h dimanche.** Théâtre de Chauvé. Tarifs : 7€/3€ pour les -13 ans / Gratuit -7 ans. Infos et résa : 02 40 21 62 34 / 06 08 84 39 55

### Dimanche 1er février

#### Saint Michel chef chef

##### Après-midi jeux

Rejoignez-nous pour une après-midi conviviale afin de découvrir de nouveaux jeux et s'amuser en famille ou entre amis !

Au programme : bonne ambiance, rires, jeux en bois ... et bien sûr gourmandises et boissons pour se régaler tout en jouant.

**De 14h à 18h. Salle Beauséjour.** Tarif : 2€. Infos : seinplementgirls@gmail.com

### Mercredi 4 février

#### Pornic

##### Conférence

L'antenne de Pornic de l'Université permanente de Nantes propose une conférence de Diane Gouard. La Cène : entre énigmes et scandales.

**De 15h à 16h30. Espace culturel du Val St Martin.** Tarif : 8€ / Gratuit pour les étudiants UP. Infos : up.pornic@univ-nantes.fr

### Les 6 et 7 février

#### Sainte Pazanne

##### Concert

Un tour de chant a cappella féerique et mordant. Les Banquettes prennent les habits de fées modernes pour tenter l'im-

possible : redonner le sourire dans un monde où tout part à vau-l'eau. Un pur moment de liberté vocale et d'hilarité collective !

**À 20h30.** TMP Sainte Pazanne. Infos : [www.sainte-pazanne.fr/contacts/theatre-municipal-pazenais](http://www.sainte-pazanne.fr/contacts/theatre-municipal-pazenais)

### Dimanche 8 février

#### Saint Michel Chef-Chef Spectacle

Brassens comme vous ne l'avez jamais écouté »» par les Quadrumanes. Quatre artistes issus de la scène musicale jazz, chansons théâtre qui plongent à leur façon, dans l'univers de Brassens sans dénaturer l'esprit universel de l'auteur.

**À 15h.** Le Canopus, 129 bd de l'Océan. Tarif : 15€. Infos : ar-coptaron@gmail.com / 06 68 02 66 10

### Les 20 et 21 février

#### Pornic

##### Spectacle

Camille reçoit une lettre venue d'un autre temps, l'entraînant dans une quête où passé, présent et futur s'entrelacent, ébranlant réalité et mémoire. Spectacle où bienveillance et émotions se mêlent au mentalisme et où le temps se dérègle.

**À 20h30.** Amphithéâtre Thomas Narcejac. Tarifs : de 15€ à 25€. Infos et résa : <https://patrizio-kelly.fr>





## AO Bien-être vous souhaite une belle année 2026

Des événements douloureux peuvent avoir des répercussions physiques et psychologiques sur nous. En tant que **Praticienne Reiki, Magnétiseuse et Coach de vie**, je vous accompagne vers le mieux Etre.

**Le Reiki** est une méthode holistique japonaise permettant de canaliser et transmettre l'énergie vitale à un receveur par l'intermédiaire des mains. Il soulage la douleur et réduit les tensions physiques, diminue l'anxiété et le stress, améliore la qualité du sommeil, aide à lâcher prise avec les préoccupations.

Reiki ou magnétisme ? Celui-ci repose également sur la circulation de l'énergie dans le corps. La différence est qu'en fonction du besoin du receveur, une zone précise est ciblée.

En tant que coach de vie, je vous oriente dans la verbalisation et l'identification des changements nécessaires à votre bien-être. Ce coaching permet de renforcer la connaissance et l'estime de soi, gérer le stress et les émotions, d'établir des relations saines.



Le cabinet, situé dans les locaux de Natur House, est ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 19h00 et le samedi de 9h30 à 12h30, sur rendez-vous.

Pour la Nouvelle Année,  
offrez un soin Reiki !

**AO BIEN ETRE - Sandrine**  
2 rue du Traité d'Amsterdam  
44 210 Pornic  
07 49 46 52 81  
contact@ao-bienetre.fr  
<https://www.ao-bienetre.fr>

## Nouvelle résolution 2026 : Prendre soin de vous ?

Et si cette année, vous vous accordiez enfin du temps ? Entre travail, famille et rythme effréné, ralentir devient essentiel. Pour relâcher les tensions, vous évader ou accompagner votre pratique sportive, des solutions naturelles existent pour retrouver plus de sérénité.

C'est la mission de Terre de Soins, mon nouvel institut de bien-être et beauté situé au cœur de Chauvé, qui ouvrira le 19 janvier. Je vous y accueille dans un cadre apaisant, avec des soins à base de produits biologiques ou naturels, pour un mieux-être durable.

Soins du corps sensoriels, soins du visage experts, rituels de Head Spa immersifs et épilations Epiloderm : chaque parenthèse est pensée pour vous, fruit de mon expérience en établissements haut de gamme.

**Offre d'ouverture jusqu'au 28/02 :**  

- Massage relaxant dos / visage & cuir chevelu 30 min : 30€
- Massage Californien 1h : 50€
- Soin du visage sur-mesure 1h : 55€

**Aimez la Saint-Valentin :**  
 Faites la/le chavirer, offrez-lui un massage à la bougie parfum Pomme d'Amour à 65€, accompagné d'une attention délicate.

Très belle année 2026 et au plaisir de vous rencontrer.

Perrine



**TERRE DE SOINS**  
13 bis place de l'église  
44320 Chauvé  
RDV : Planity  
06 52 20 28 12  
@terredesoins\_institut

## Réponse au Jeu CONCOURS du mois de décembre

À la question : Combien de recettes de fêtes vous ont été proposées sur le magazine de décembre ?

Il fallait répondre : 6

### Bravo à nos gagnants :

Mme Christelle Prunault de Frossay  
M. Thierry Allain de La Bernerie en Retz  
M. Pascal Duguy des Moutiers en Retz

**Merci à notre partenaire :**  
**RKJ à Saint Michel Chef Chef**

**Bonne Année 2026 !**



**PORNIC CROQUETTES**  
Pour le bonheur de votre animal

**Alimentation • Gamelles • Arbres à chats • Transport/Sécurité**

**Friandises • Jouets • Sellerie • Soin/hygiène • Sport**

**Cat's Best • DOG'S LOVE • KONG • LickMat • TRIKEZ • YouUp!**

6 rue Jean Monnet à Pornic  
contact@pornic-croquettes.fr  
www.pornic-croquettes.fr 09 87 74 21 81

**MEUBLES SALONS LITERIE DÉCO**

# SOLDES

JUSQU'A  
**-50%\***

DU 7 JANVIER AU 3 FÉVRIER

**À PRIX GIVRÉS**



**MOBILIERS** gallery tendances

**MEUBLES BADAUD**  
La référence historique depuis 1936

85710 BOIS DE CENE  
02 51 68 15 45 - contact@meublesbadaud.com  
[www.meublesbadaud.com](http://www.meublesbadaud.com)



# Le blues dans le jazz

**Les racines de la musique de Jazz sont multiples, ce sont à la fois les chants religieux avec les Negro Spirituals, les musiques de rues ou des bars de la Nouvelle-Orléans avec le Ragtime et le Dixieland et les chants de travail dans les plantations avec le Blues.**

Et à l'origine du blues il y a aussi les musiques africaines que les esclaves ont mêlé aux sons, chants et instruments d'origine européenne qu'ils entendaient dans les plantations.

Le blues prend ainsi forme avec les chants, les cris et les appels qui rythment le travail aux champs ou sur les chantiers. Le blues raconte l'histoire de l'esclave, de son peuple, son malheur ou son bonheur, ses joies et ses peines, il peut exalter l'amour de la femme comme celui de la langue.

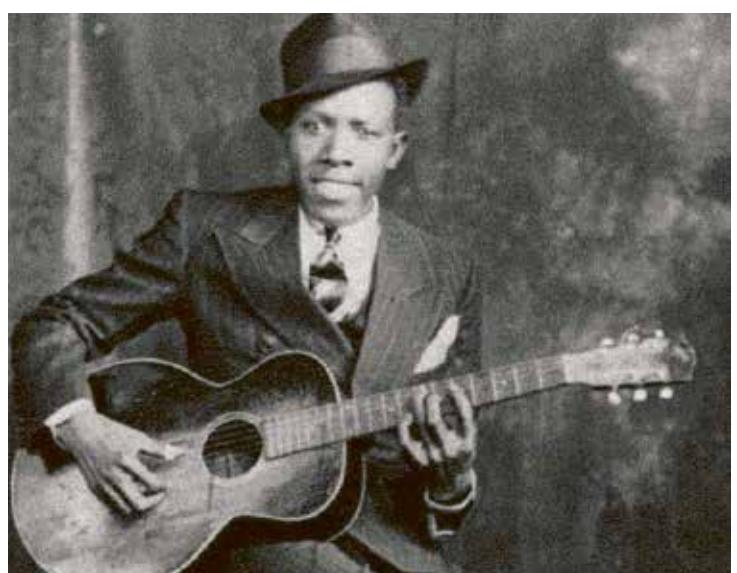
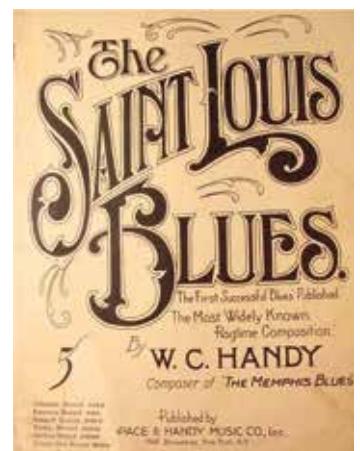
S'il est resté jusqu'au début du 20ème siècle une musique essentiellement rurale dans le Sud des Etats-Unis, le blues s'est étendu, avec l'apparition des moyens discographiques à tout le territoire pour devenir une forme capitale de la musique afro-américaine.

Sur le plan musical, sa structure s'articule autour de trois phrases de quatre mesures s'organisant autour de trois accords qui peuvent, à l'écoute être assez reconnaissables.

Avant d'avoir accès aux vrais instruments, les premiers bluesmen fabriquaient les leurs avec des objets du quotidien comme le « washboard » (planche à laver) utilisé comme percusion ou la « Cigar Box Guitar » guitare fabriquée avec une boîte à cigares comme caisse de résonance. Mais bientôt avec un peu plus de moyens, la guitare va devenir l'instrument emblématique du blues avec l'harmonica, petit,

pas cher, et qui tient dans la poche

Le Delta du Mississippi passe pour être le berceau du blues, un blues pur, puissant, lancinant et incantatoire, mais on peut aussi citer le Texas où il est plus ouvert et varié, et bien sûr Memphis dans le Tennessee qui est la première ville à donner son nom au blues, le fameux « Memphis Blues » composé par W.C. Handy.



A St Louis qui a aussi son blues, apparaissent les pianistes comme Walter Davis ou Roosevelt Sykes qui vont épauler ou remplacer les guitaristes, mais c'est Chicago qui va prendre une place centrale dans l'histoire du blues.

Ville industrielle créatrice d'emplois, elle attire très tôt les Noirs du Sud à la recherche de travail et de libertés raciales. Dès lors, beaucoup de talents vont pouvoir s'exprimer et enregistrer comme Big Bill Bronzy, Sonny Boy Williamson, Memphis Slim ou Muddy Waters, pour ne citer que les plus connus.

Après la guerre et avec l'apparition de la guitare électrique, s'imposent ceux qui vont devenir des légendes comme John Lee Hooker à Detroit, Lightnin' Hopkins à Houston ou T-Bone Walker qui du Texas à la Californie va mêler au blues le jazz et le boogie-woogie.

Le blues a évidemment fortement influencé les musiciens de jazz qui s'en sont toujours senti redévolables. Quel grand musicien

n'a pas enregistré au moins deux ou trois blues ? Faut-il citer Miles Davis (Kind of Blue), Thelonious Monk (Blue Monk), Horace Silver, Jimmy Smith, ou plus près de nous les pianistes Herbie Hancock et Chick Corea ?

Et le blues continue à vivre grâce paradoxalement aux groupes et musiciens européens qui s'en inspirent comme Les Rolling Stones ou Eric Clapton.

Le nantais Arnaud Fradin et son groupe « Roots Combo » sont de ceux qui perpétuent ce blues que le Mississippi a enfanté.

L'ACAP nous permettra de retrouver ce quartet inspiré et généreux lors d'un concert exceptionnel au Val St Martin le 17 janvier à 21h.

Alphonse Plaire

*Article proposé par Alphonse Plaire.  
Retrouvez sa chronique  
«Jazz sur Jade» les lundis  
des semaines impaires,  
de 20h à 21h30 sur Jade FM : 99.7  
ou en podcast sur jadefm.fr*

*Credit : Dictionnaire du Jazz, éditions  
Robert Laffont*



**Le FILON mag**  
Une vraie mine d'or !

vous souhaite  
une très belle  
et heureuse année  
**2026 !**

[www.lefilonmag.com](http://www.lefilonmag.com)

**ATLANTIC SYSTEM**  
06 37 32 68 97

Vente matériel Pose Dépannage Entretien

**ATLANTIC SYSTEM**

- Portail
- Porte de garage
- Volets roulants électriques
- Barrière
- Automatisme
- Alarme Intrusion
- Interphonie

Tony Giraudeau

5 Rue du Stade - 44320 CHAUVÉ  
contact@atlanticsystem.eu

**LIVRE JEUNESSE**

**Pavel et Mousse - Aurore Petit**

**Éditions Les Fourmis Rouges - 2025.**

Pavel, un petit lapin curieux et attentif aux bruits qui l'entourent, part en balade. Soudain, un son étrange : mui mui. Intrigué, il s'approche et découvre une petite créature tapie dans les fougères. Pavel la ramène chez lui et lui donne un nom : Mousse. C'est là que commence pour lui une grande aventure : celle de devenir parent. Ensemble, ils apprennent à se découvrir, à se comprendre, à tisser des liens.

Aurore Petit aborde avec une infinie délicatesse les thèmes de l'adoption, de l'identité, et des fameux doutes qui traversent tous les parents. C'est tendre, juste, profondément humain.

**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**

Encore plus de biens sur : .

[www.bleu-horizon.pro](http://www.bleu-horizon.pro)

### THARON PLAGE

Réf. : 1886

**538 200 € FAI**



Maison édifiée en 2004 d'une surface habitable de 146m<sup>2</sup> composée comme suit: Hall d'entrée, chambre avec placard, WC avec lave mains, salle d'eau, bureau, cuisine aménagée équipée ouverte sur un beau séjour salon et sur une véranda de 20m<sup>2</sup>.

A l'étage : palier desservant trois chambres avec placard, une salle de bain et un WC.

Double garage, abris de jardin, préau et carport pouvant accueillir un camping car. Panneaux solaires. Le tout sur un jardin clos et arboré, sans vis à vis de plus de 1100 m<sup>2</sup>.

DPE : indice énergie D

### SAINTE PAZANNE

Réf. : 2233

**230 000 € FAI**



Au cœur du bourg, à proximité immédiate de

toutes les commodités cette maison édifiée en 1987 composée comme suit : une entrée, un salon-séjour lumineux, une cuisine indépendante. La partie nuit dispose d'un couloir distribuant deux chambres, une salle de bains et WC séparés. Son garage d'environ 40 m<sup>2</sup> présente un véritable potentiel d'agrandissement. Des travaux sont à prévoir afin de lui redonner une seconde jeunesse. DPE : indice énergie D

### SAINTE PAZANNE

Réf. : 2292

**439 900 € FAI**



Au cœur du bourg de Sainte Pazanne cette maison de 210 m<sup>2</sup> habitables avec vie de plain-pied est idéale pour une famille nombreuse avec sa vaste pièce de vie baignée de lumière, sa cuisine ouverte aménagée et équipée, son arrière cuisine, son espace bureau, ses 5 chambres, son dressing, sa buanderie et ses 2 salles de bains.

La parcelle de 483 m<sup>2</sup> avec puits propose un double garage de 45 m<sup>2</sup> avec portes motorisées. DPE : indice énergie C

### LA BERNERIE EN RETZ

Réf. : 2470

**249 900 € FAI**



Terrain constructible de 684m<sup>2</sup> non viabilisé, arboré, clôturé et au calme. Exposé Sud et en zone UB du PLU. Il se situe à seulement 400 mètres de la plage et 500 m. des commerces.

### CHAUMES EN RETZ

Réf. : 2486

**355 000 € FAI**



Secteur Arthon en Retz Belles prestations et beaux volumes pour cette maison familiale à proximité des écoles dans le secteur Arthon en Retz. Elle comprend entrée sur séjour avec cuisine ouverte, suite parentale avec salle d'eau et cellier au rez-de-chaussée. A l'étage quatre chambres supplémentaires et salle de bains. Garage et jardin de plus de 280 m<sup>2</sup> avec terrasse. DPE : indice énergie A

### FROSSAY

Réf. : 2492

**269 500 € FAI**



Matériaux de qualité pour cette maison récente de plain-pied située au calme dans une impasse. Elle comprend : une entrée sur séjour, une cuisine équipée, une buanderie, trois chambres, un WC, une salle d'eau. Un garage complète ce bien.

DPE : indice énergie A

### SAINT PÈRE EN RETZ

Réf. : 2488

**346 500 € FAI**



Jardin bucolique ombragé et sans vis à vis de 400 m<sup>2</sup> environ pour cette maison de 2022 fonctionnelle et confortable, proche des écoles. Elle comprend au rez-de-chaussée entrée, séjour double, cuisine, suite parentale. A l'étage salle de bains et deux chambres, garage. DPE : indice énergie A

N'hésitez pas à nous appeler

**02 49 11 80 80**

Notre  
coup de  
coeur

## SAINT BREVIN LES PINS

**284 694 € FAI**

Réf. : 2471

À seulement 200 mètres de la mer, cette maison est composée comme suit : Au rez-de-chaussée : une cuisine ouverte aménagée et équipée, un salon-séjour, un WC.

A l'étage : une salle d'eau avec WC, trois chambres.

Au sous-sol : une cave.

Un garage indépendant ainsi que deux dépendances complètent ce bien offrant de nombreuses possibilités d'aménagement.  
DPE : indice énergie D



## PORNIC

Réf. : 2497

**588 000 € FAI**



Contemporaine au style provençale édifiée dans les années 2000 d'une surface habitable de 181m<sup>2</sup> composée comme suit : Entrée avec placard, WC avec lave mains, séjour ouvert sur une cuisine aménagée équipée donnant sur une terrasse exposée Sud Ouest. En demi niveau : un salon, trois chambres avec placard, une suite parentale avec dressing, une salle de bains et espace salle d'eau WC à terminer. Le dernier étage se compose de deux chambres.

Le sous sol d'une surface environ de 72m<sup>2</sup> se compose d'un grand garage, d'un local à vélo, salle d'eau avec WC, d'une lingerie, d'un atelier et d'une cave.

A l'extérieur : Carport, chalet bois d'une surface de 20m<sup>2</sup>, puits. Le tout sur un jardin sans vis à vis, clos et arboré de plus de 1000m<sup>2</sup>.

DPE : indice énergie B

## BOUAYE

Réf. : 2514

**131 000 € FAI**



Terrain constructible non viabilisé, arboré de 306m<sup>2</sup> situé à Bouaye.

Situé à 2 kilomètres de la place et du Super U de Bouaye. Car scolaire à proximité. Exposé sud-ouest  
Libre de constructeur. Construction plain-pied.

Zone UMd1 du PLUm

**3 AGENCES  
POUR UN SERVICE  
AU PLUS PRÈS  
DE VOUS**

## SAINT PÈRE EN RETZ



2 Rue de la Tourelle  
44320 Saint Père en Retz  
02 49 11 80 80

## SAINTE PAZANNE



9 Place de Retz  
44680 Sainte Pazanne  
02 40 02 78 01

## THON PLAGE



1 avenue Ernest Chevrier  
44730 Tharon Plage  
02 79 40 12 71

BLEU HORIZON CABINET  
IMMOBILIER - SARL au capital  
de 10 000,00 € - RCS Nantes  
502 367 204 - Siège social : 2  
rue de la Tourelle - 44320 Saint  
Père en Retz - Tél. : 02 40 21 83  
86 - Email : stpere@bleu-hori-  
zon.pro - Carte professionnelle  
(T) N° 4402 2016 000003 917  
délivrée par la CCI de NANTES  
(44000) Loire-Atlantique - TVA  
intracommunautaire N° FR  
14502367204 - Garantie  
financière transaction ALLIANZ  
- Ne peut percevoir aucun  
fonds, effet ou valeur.

Les agences  
*Bleu  
Horizon*  
vous  
souhaitent  
une belle  
année  
2026

# Dry January\*

## Un mois pour boire autrement...

*Dans nos sociétés, l'alcool est bien plus qu'une simple boisson : c'est un marqueur culturel, un ciment social. Fêtes, anniversaires, pots de départ, afterworks... les occasions de trinquer ne manquent pas. En France, le vin est même perçu comme un symbole de convivialité et de patrimoine, ce qui rend toute réflexion sur la sobriété délicate. Pourtant, après les excès des fêtes de fin d'année, janvier devient pour beaucoup le moment idéal pour faire une pause et laisser son organisme souffler.*

C'est tout le principe du Dry January, ou "mois sans alcool", né au Royaume-Uni en 2013 à l'initiative de l'organisation Alcohol Change UK. La France, qui a officiellement rejoint le mouvement en 2019 sous l'impulsion d'un collectif d'associations, de mutuelles, de collectivités et d'hôpitaux, compte aujourd'hui de nombreuses villes engagées, comme Brest, Lyon, Nantes ou encore Paris. Cette période de sobriété volontaire n'a pas pour objectif de culpabiliser, mais d'encourager une pause collective et symbolique, bienfaisante pour le corps.

### Un défi santé... mais surtout un changement d'habitudes

Le principe est simple : ne pas boire une goutte d'alcool pendant un mois. Mais au-delà du défi, le mouvement invite à repenser notre rapport à l'alcool et à la convivialité. Il ne s'agit pas de bannir vins et spiritueux à jamais, mais d'apprendre à distinguer les verres "plaisir" de ceux pris par automatisme.



Selon une enquête menée par Santé Publique France entre 2020 et 2021 ainsi que l'étude Janover de 2021, les participants au mois sans alcool constatent de nombreux bénéfices : perte de poids, meilleure digestion, sommeil plus réparateur, meilleure concentration et regain d'énergie. Plusieurs d'entre eux en ressentent les bénéfices même après janvier, en réduisant spontanément leur consommation annuelle.

Les médecins confirment les effets physiologiques positifs : en quatre à six semaines, le foie se régénère partiellement, surtout chez les plus gros buveurs, la tension artérielle baisse, et la concentration s'améliore. Le professeur Henri-Jean Aubin, addictologue à l'hôpital Paul-Brousse (Villejuif), souligne qu'un buveur régulier "qui expérimente une fois le fait de ne pas boire se trouvera ensuite dans une situation beaucoup plus favorable pour arrêter de nouveau, s'il en a envie." Mais ce défi agit aussi sur le plan psychologique. Il bouscule la pression sociale liée à l'alcool, encore très présente. Ne pas boire suscite parfois l'étonnement, voire la suspicion.

Le mois sans alcool permet justement de normaliser ce choix : dire "non, merci" sans devoir se justifier devient plus aisé.

### Et si les Bretons avaient eu l'idée avant les Anglais ?

Aussi surprenant que cela puisse paraître, le tout premier défi sans alcool aurait vu le jour non pas à Londres, mais... à Brest !

Dès 1984, la ville bretonne lançait une initiative locale : trois jours sans alcool. Ce défi, né d'abord dans les restaurants avant de s'étendre à toute la ville, visait à sensibiliser la population aux risques liés à la consommation excessive. Tests d'alcoolémie dans les rues, actions de prévention, implication du comité local de promotion de la santé : l'idée fit son chemin, jusqu'à gagner d'autres communes bretonnes, comme Lorient ou Dinant.

Ironie du sort, 2013, l'année où naît le Dry January britannique, marque aussi la fin du défi brestois. Aujourd'hui, la municipalité, en partenariat avec le CHU et le réseau des bibliothèques, perpétue l'esprit



\* (janvier sans alcool)

du "mois sans alcool" à travers des conférences, projections et rencontres conviviales. Comme quoi, les Bretons avaient peut-être quelques longueurs d'avance !

### Un marché en pleine effervescence

Le succès du Dry January a donné des ailes à l'industrie des boissons sans alcool. Loin du simple jus de fruits, les "mocktails" et spiritueux sans alcool se multiplient, séduisant même les amateurs exigeants.

Le premier spiritueux sans alcool à avoir fait son apparition sur le marché est un gin inventé en 2015 par Ben Branson, inspiré d'un traité botanique du XVII<sup>e</sup> siècle. En France, une distillerie marseillaise fait figure de précurseur : dès les années 1980, elle proposait une anisette sans alcool, la fameuse Cristal 100, à destination des anciens Pieds-Noirs. Aujourd'hui, les innovations foisonnent : gins, rhums, whiskys, bières, vins... Tout existe en version "no/low alcohol". Parmi les dernières nées et dans un genre à part, on peut citer les proxies, ce sont ces nouvelles boissons qui cherchent à offrir un équivalent au vin, sans le copier et sans une goutte d'alcool.

Pensées pour la gastronomie, elles misent sur la complexité aromatique, la longueur en bouche et l'équilibre. Le site français lancé par Jean-Philippe Braud, dédié aux vins, bières et spiritueux sans alcool, recense près de 400 références et prouve l'en-gouement pour cette tendance.

Les bars et restaurants s'adaptent aussi. De Paris à Nantes, on voit fleurir des bars "low alcohol" ou totalement sans alcool, misant sur la créativité gustative : herbes aromatiques, distillats de plantes, infusions complexes.

Le tout servi dans une ambiance chic et décomplexée. Ces lieux participent à redéfinir la convivialité, prouvant qu'on peut "sortir boire un verre" sans pour autant boire d'alcool.

### Un combat de société

En France, la démocratisation du Dry January n'a pourtant pas été un long fleuve tranquille. Faute de soutien officiel des pouvoirs publics, certains évoquent la pression des lobbies de l'alcool, ce sont des associations et

acteurs de santé qui ont pris le relais pour promouvoir l'initiative.

Cette résistance illustre une tension bien française : comment concilier santé publique et culture du vin ? Car si le mois sans alcool se veut un défi santé, il est parfois perçu comme une injonction morale, voire une stigmatisation des buveurs. Les critiques dénoncent une "société de contrôle" où l'abstinence devient vertu et où chacun doit afficher sa bonne conduite via les réseaux sociaux.

Un historien rappelle d'ailleurs que le terme "dry" évoque la prohibition : trop d'interdit peut conduire à la transgression.

Le risque serait de culpabiliser plutôt que d'accompagner. En d'autres termes, mieux vaut éduquer à la modération qu'imposer l'abstinence comme norme sociale.

Mais, petit à petit, la perception évolue. Chez les jeunes générations, la tendance "no/low" s'installe : soirées sobres, festivals "sans alcool", et réseaux sociaux dédiés à une vie plus consciente. Ces nouvelles pratiques ne tournent pas le dos à la convivialité, elles la réinventent.

### Et si on essayait, tout simplement ?

Le mois sans alcool reste avant tout un exercice de conscience : une parenthèse pour écouter son corps, redécouvrir d'autres plaisirs et briser quelques automatismes.

Mocktails, kéfir, kombucha... les alternatives ne manquent pas. Et si l'on craque un soir, rien de dramatique : il suffit de reprendre le lendemain si on le souhaite.

Entre défi personnel, réflexion collective et découverte de nouveaux goûts, le mois sans alcool s'impose peu à peu dans le paysage français. Toutefois, cela doit rester un choix personnel et non une obligation sociétale.

En cette nouvelle année, pour laquelle je vous présente tous mes meilleurs vœux, tenterez-vous le défi ?



# HABITAT PRO

VOUS SOUHAITE UNE BONNE ANNEE 2026 !

**Pensez à réserver vos travaux pour le printemps !**

**06.61.19.57.64**



⌚ NETTOYAGE & TRAITEMENT  
RENOVATION DE VOTRE TOITURE



⌚ PEINTURE & RAVALEMENT  
DE VOS FAÇADES

*« Vos toitures traitées avec le plus grand soin par votre artisan de proximité »*

► **VENEZ NOUS RENCONTRER !**



► **DANS LA GALERIE DU LECLERC DE ST BREVIN**

- LE MARDI 20 JANVIER 2026
- LE MERCRIDI 21 JANVIER 2026



► **DANS LA GALERIE DU LECLERC DE PORNIC**

- LE MARDI 27 JANVIER 2026
- LE MERCRIDI 28 JANVIER 2026
- LE JEUDI 29 JANVIER 2026
- LE VENDREDI 30 JANVIER 2026

9h30 à 12h00  
14h30 à 17h00

**DEVIS GRATUIT !**

## HABITAT PRO

Siège social  
5 bis rue de Brains  
44710 PORT ST PERE  
[www.habitat-pro.com](http://www.habitat-pro.com)



## HABITAT PRO

BP  
5 avenue de la Mer  
44760 LES MOUTIERS EN RETZ  
[www.habitat-pro.com](http://www.habitat-pro.com)

# Rémoulade de Céleri-Rave aux Pommes et Noix Torréfiées

## Ingrédients

Pour 4 personnes

- 1 céleri-rave moyen
- 1 pomme (type Granny Smith)
- 50 grammes de cerneaux de noix
- 100 grammes de mayonnaise maison
- 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
- 1 cuillère à soupe de jus de citron frais
- Sel fin et poivre noir fraîchement moulu
- Quelques brins de ciboulette pour la décoration

## Préparation

Disposer les noix sur une plaque de cuisson et les enfourner à 180°C pendant 5 à 7 minutes.

Laisser refroidir et concasser grossièrement.

Éplucher le céleri-rave et la pomme.

Râper le céleri-rave et la pomme en julienne fine (utiliser une mandoline ou un robot).

Dans un grand bol, mélanger la mayonnaise, la moutarde à l'ancienne et le jus de citron.

Assaisonner de sel et de poivre.

Incorporer délicatement le céleri-rave et la pomme râpés à la sauce.

Ajouter la moitié des noix concassées et mélanger.

Réserver au frais pendant au moins 30 minutes pour que les saveurs se développent.

Dresser la rémoulade dans des coupelles.

Parsemer du reste des noix torréfiées et de ciboulette ciselée.

Servir frais.

Bonne dégustation !



**PISCINISTE**  
MON de PRA & Ceramic de luxe



**PAYSAGISME**  
Clôtures · Pergolas  
Portails · Enrochement  
Plantations ...

**TERRASSEMENT**  
Enrobé de couleur  
Sols écologiques JDM  
Béton drainant  
Dallage...

**Echangez sur votre projet :**  
06 86 44 67 45  
**Devis :** www.jaunatre.fr

**Renseignements :**  
vosexterieurs@jaunatre.fr / 02 51 18 23 53  
Showroom : 1635 Le Brulay - Villeneuve en Retz



**Jaunatre**  
AMÉNAGEUR D'EXTERIEUR  
www.jaunatre.fr

**19 ans d'expérience**  
**200 m<sup>2</sup> de showroom**  
**Ecoute & conseils**

# *La Maison de l'Eclusier*

*vous accueille 7 jours /7 !!*

*et vous souhaite  
une heureuse et gourmande  
année 2026 !*



## *Pour l'apéro*

**NOUVEAU !** Anguilles fumées maison

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

Punch maison\* 14 cl. : 7,50€

Sangria maison\* 14 cl. : 7,50€

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

**NOUVEAU ! À emporter**  
*Anguille fumée maison  
et Confit de canard maison*

## *Menus à*

**25€ • 28€50 • 38€50**

*Agneau  
de 7 heures*



*Retour des Coquilles  
Saint Jacques bretonnes !*



**68€**  
Pour 2 pers.

*Pensez à réserver !*

**02 40 21 10 27**

Le Port du Collet

44760 Les Moutiers en Retz

[www.restaurant-lamaisonondeleclusier.fr](http://www.restaurant-lamaisonondeleclusier.fr)

# Longe de Cabillaud Rôtie Sauce Crémée au Safran et sa Fondue de Poireaux aux Épices



## Ingrédients

Pour 4 personnes

- 4 longes de cabillaud (environ 150 g chacune)
- 2 càs d'huile d'olive
- 20 cl de crème fleurette entière
- 1 dose de safran
- 1 échalote finement hachée
- 10 grammes de beurre
- Sel et poivre
- 4 gros poireaux (parties blanches et vert clair)
- 20 grammes de beurre demi-sel
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 pincée de noix de muscade fraîchement râpée
- 1 cuillère à café de curcuma en poudre
- Sel et poivre

## Préparation

Laver et émincer finement les poireaux.

Dans une grande cocotte, faire fondre les 20g de beurre.

Ajouter la moitié de l'échalote et l'ail hachés, et faire suer sans coloration.

Ajouter les poireaux émincés, la noix de muscade et le curcuma.

Saler et poivrer.

Couvrir et laisser étuver à feu très doux pendant 20 à 30 minutes, jusqu'à ce que les poireaux soient très tendres, en remuant de temps en temps.

Dans une petite casserole, faire fondre le beurre et faire suer le reste d'échalote hachée.

Verser la crème liquide et ajouter les filaments de safran.

Porter à frémissement et laisser réduire légèrement.

Saler, poivrer et réserver au chaud.

Préchauffer le four à 200 °C.

Badigeonner les longes de cabillaud d'huile d'olive. Saler et poivrer.

Enfourner pour 10 à 12 minutes, selon l'épaisseur du poisson.

Disposer la fondue de poireaux au centre de l'assiette.

Placer la longe de cabillaud par-dessus et napper généreusement de sauce crémée au safran.

Servir immédiatement.

Bonne dégustation !



## Le Bistrot sur la Plage

«BSP»

48 av. de la Convention  
44730 St Michel Chef Chef  
Tél. 02 40 39 52 59

Amélie et Pierre-Yves vous reçoivent et vous proposent une carte variée à base de produits frais cuisinés quotidiennement sur place et servis dans la bonne humeur.

Des formules pour toutes les bourses,  
Samedi inclus :

- Entrée/plat/dessert pour 15€
- Entrée/plat ou Plat/dessert pour 13,50€
- Plat du jour pour 12€

Ouvert du lundi au samedi le midi uniquement.

*Bon à savoir*  
**Nouveau !**  
**Smash burger**  
simple ou double  
à partir de  
**12,50€**



*Bon à savoir*  
**Couscous Maison**  
de **11€90**  
à **20€**

## Hôtel de Nantes

12 Rue Georges Clémenceau  
44760 La Bernerie en Retz

Tél: 02 40 82 70 14 / 06 84 25 41 07

Venez déguster nos couscous maison,  
sur place ou à emporter :

Couscous 2 merguez.....	11.90€
Couscous poulet (1 cuisse).....	12.90€
Couscous 3 boulettes .....	14.90€
Couscous 2 viandes .....	16.90€
Couscous complet (3 viandes) .....	20.00€

Découvrez aussi notre formule du midi à 14.50€  
Buffet d'entrées à volonté  
Plat ou poisson du jour  
2 boules de glace ou fromage ou dessert du jour

# Carpaccio d'Agrumes et Kiwis Sirop Miel-Gingembre



## Ingrédients

Pour 4 personnes

- 2 oranges  
(dont une sanguine si disponible)
- 1 pamplemousse rose
- 3 kiwis
- Quelques feuilles de menthe fraîche
- 50 grammes de miel liquide (type acacia)
- 5 centilitres d'eau
- 1 centimètre de gingembre frais
- 1 cuillère à café de jus de citron vert

## Préparation

Dans une petite casserole, mélanger le miel et l'eau. Râper finement le gingembre et l'ajouter au mélange. Porter à ébullition, puis retirer du feu. Laisser infuser pendant 10 minutes. Filtrer le sirop pour retirer le gingembre. Ajouter le jus de citron vert et laisser refroidir complètement. Peler à vif les oranges et le pamplemousse (retirer toute la peau blanche). Couper les agrumes en fines rondelles. Éplucher les kiwis et les couper également en fines rondelles. Disposer harmonieusement les rondelles d'agrumes et de kiwis sur des assiettes plates ou un grand plat de service. Napper délicatement les fruits du sirop miel-gingembre refroidi. Ciseler quelques feuilles de menthe et les parsemer sur le carpaccio. Servir très frais.

Bonne dégustation !



### BÉLIER

(21 mars / 20 avr.)

La période est spéciale, axée sur la famille et les amis. Des changements importants surviennent dans la vie personnelle, avec une chance de rencontre passionnée. Au travail, la flexibilité est essentielle pour le succès. Côté santé, un malaise passager est possible, mais votre état s'améliore en fin de mois, propice au sport.



### TAUREAU

(21 avr. / 21 mai)

L'économie est de mise, mais cela n'empêche pas de s'amuser. La vie personnelle est stable et propice aux rencontres amicales. La communication directe est la clé dans le couple. Professionnellement, l'acquisition de connaissances est favorisée. Une tâche importante pourrait mener à une promotion. La santé bénéficie de cures et d'exams médicaux.



### LION

(23 juil. / 23 août)

Il faut trouver un équilibre entre carrière et vie personnelle. Une période chargée au travail sera appréciée, mais il ne faut pas abuser de son autorité. La situation financière est stable. Sur le plan personnel, les émotions mènent à des actes audacieux et à la révélation d'un amour caché. Il est conseillé d'éviter les soucis inutiles pour la santé.



### VIERGE

(24 août / 23 sept.)

Il est préférable de se concentrer sur les anciens problèmes qui se résolvent facilement. Le moment est idéal pour avouer ses sentiments ou raviver la flamme. Soyez prudents financièrement. Au travail, évitez les conflits avec la direction. Côté santé, il faut être attentif aux signaux du corps et privilégier les repas faits maison.



### SAGITTAIRE

(23 nov. / 22 déc.)

La chance sourit en tout, avec possibilité de promotion. Le mois est idéal pour nouer de nouvelles relations, mais il faut se méfier des inconnus. Les voyages d'affaires sont couronnés de succès. La seconde quinzaine est propice à la demande d'augmentation. Un risque accru de rhume est présent. Attention aux chutes et au froid en fin de mois.



### CAPRICORNE

(23 déc. / 20 janv.)

Il est important de s'exprimer et de démontrer ses compétences. Vos initiatives seront appréciées par vos supérieurs. La productivité atteint un niveau élevé. Des dépenses importantes sont possibles et seront rapidement rentabilisées. Attention aux conflits personnels. Les bains et saunas sont bénéfiques pour la santé.



### GÉMEAUX

(22 mai / 21 juin)

Passer du temps à la maison renforce les liens familiaux. Un regain de sentiments permet de corriger les erreurs du passé, même avec un ex-partenaire. Ne partagez pas vos projets pros pour éviter des déceptions. La prudence financière est fortement recommandée. Côté santé, aucune maladie grave n'est à craindre, mais évitez de tester vos limites.



### CANCER

(22 juin / 22 juil.)

La famille et le foyer occupent une place centrale. Une approche créative au travail permet d'atteindre de meilleurs résultats. Il faut éviter l'esbroufe et compter sur un travail minutieux. Les célibataires pourraient rencontrer l'âme sœur. Attention au risque de rhume en début de mois et attention aux mauvaises habitudes...



### BALANCE

(24 sept. / 23 oct.)

Il est conseillé d'éviter le stress et de se concentrer sur le repos et la planification. La prudence est de mise dans les communications pour éviter les situations tendues. Le travail routinier est favorisé. La coopération avec des partenaires fiables est essentielle pour les finances. Des maux de tête passagers sont possibles.



### SCORPION

(24 oct. / 22 nov.)

Il est temps de prendre soin de soi et de fuir le travail. Vos compétences sont telles que l'on vous attendra. La seconde moitié du mois est propice à la réussite professionnelle. Des profits inattendus sont possibles. Les célibataires feront une rencontre spirituellement proche. Les relations établies doivent être protégées de la dure réalité.



### VERSEAU

(21 janv. / 19 fév.)

Le succès vient d'une approche non conventionnelle. Il faut se concentrer sur l'essentiel. Un regain d'inspiration au travail rend la routine agréable. Les contacts d'affaires sont favorisés. De bons bénéfices sont attendus, avec primes et augmentations possibles. Les amis joueront un rôle décisif dans la vie personnelle.



### POISSONS

(20 fév. / 20 mars)

L'attention doit être portée aux plus âgés. Au travail, prenez vos responsabilités très au sérieux et évitez les disputes avec votre supérieur. La situation financière évolue favorablement. Des aventures romantiques et des voyages sont au programme. Surveillez votre vésicule biliaire. La méditation aide à trouver l'harmonie.

**MOTS CROISÉS**

Proposés par Jean Le Gallet - Source Larousse 2007

**Horizontalement**

- 1/ Prestige d'un rang social élevé.
- 2/ Décomposition organique sur les plantes.
- 3/ Doté. On peut en faire dans une certaine « cour ».
- 4/ Mot de passe à usage unique. Enzyme.
- 5/ Au Canada blanchisseries.
- 6/ Utopique.
- 7/ Prénom féminin. On les trouve dans les taux.
- 8/ A connu le « masque ».
- 9/ Commune Suisse. À bout.
- 10/ Commune du 76.

**Verticalement**

- A/ Empêché d'agir.
- B/ Peut être la refonte d'un document. Peut accompagner un docteur.
- C/ Peut avoir « pignon » sur rue.
- D/ Norme de communication informatique. Bien arrivé. Négation.
- E/ Commune du 61. Chanteur italo-belge.
- F/ Sigle qui peut être fatal. Agrémenté la conversation. Vent.
- G/ Rugosité.
- H/ Sans grande valeur. Être mais ailleurs. Petits filets.
- I/ Jeux de cartes.
- J/ Utile au golf mais dans le bon sens. Donnent le genre.

**SUDOKU**

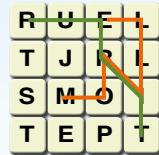
En partant des chiffres inscrits, remplissez la grille de manière à ce que chaque ligne, chaque colonne et carré de 3x3 contiennent une seule fois tous les chiffres de 1 à 9.

Débutant

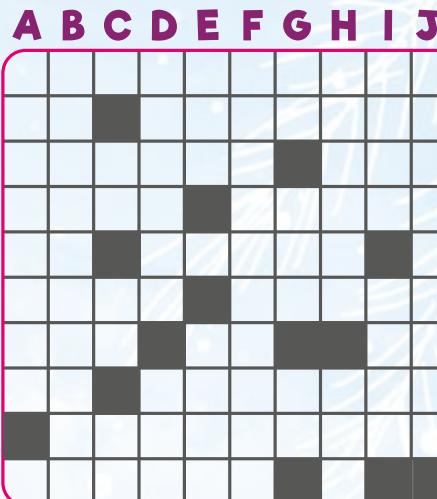
2			5		9	1		
9		7	4		2			
8						3	5	
3	8		9	7				
4	3							1
2			6	8		4		
7	9		2					3

**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.



Exemples :  
MORILLE  
TIREUR

**Solution du mois dernier**

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

**Solution du mois dernier**

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

**Zéro pour Toto ...**

Aujourd'hui les enfants vous allez écrire dans vos cahiers ce que vous avez reçu pour Noël.

Voici le texte de Toto :

J'é ut un dictionnaire mai jean navet pas bezoin j'an avé déjas ain.

**MOTS MÉLANGÉS**

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

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

ACCALMIE	ELYTRE	ILLEGAL	STARTER
ACHAT	EPROUVANT	LISSE	TEMERAIRE
ARGOT	ESCORTE	NEFLE	TEST
AUTO	EVEIL	PERLE	TRICYCLE
BAGNE	FLORAISON	PRIMEVERE	TRONC
COMPENSER	FORMATION	RENTE	TROT
CYCLISME	FOURBERIE	RICHARD	TROUPE
DOMICILE	GRENADINE	SAVEUR	VOLUME

Bonne Année 2026 !



50 ANS  
GARANTIE

SPÉIALISTE

ISOLATION EXTÉRIEURE / BARDAGE

VOTRE MAISON VOUS PROTÈGE  
PROTÉGEZ - LA



LAMES RECYCLABLES A 100%

ÉLIGIBLE A **MA PRIME RÉNOV'** - PRIME CEE EN COMPLÉMENT  
PRÊT AIDE AVEC ACCORD DE PRINCIPE RAPIDE - POSE ASSURÉE  
PAR NOS OUVRIERS DEPUIS PLUS DE 20 ANS - 1800 CHANTIERS

DEVIS GRATUIT - ENTREPRISE RGE

RUE NICOLAS APPERT  
44118 LA CHEVROLIÈRE  
CONTACT@ISOLFACADE44.FR  
WWW.ISOLFACADE44.FR  
02.40.34.12.16 - 06.30.84.16.01



**SARL T.P. PAYSAGE**  
Sébastien Guilleux



- Contrat d'entretien parcs et jardins
- Crédit
- Taille, élagage, clôture, enrobé
- Terrassement, assainissement, micro station
- Maçonnerie décorative, dallage, mur en pierres

**Saint Jean de Boiseau**  
Tél./Fax : 02 40 21 02 23 - E-mail : tppaysage@wanadoo.fr



06 71 31 59 55  
 @bruno.chatellier44@gmail.com

**BC**  
BRUNO CHATELLIER

**DEBARRAS**  
**TOUTES FERRAILLES**  
**ET METAUX**

Voiture, mobil-home, Hangar, Grenier, Encombrants, Location de benne

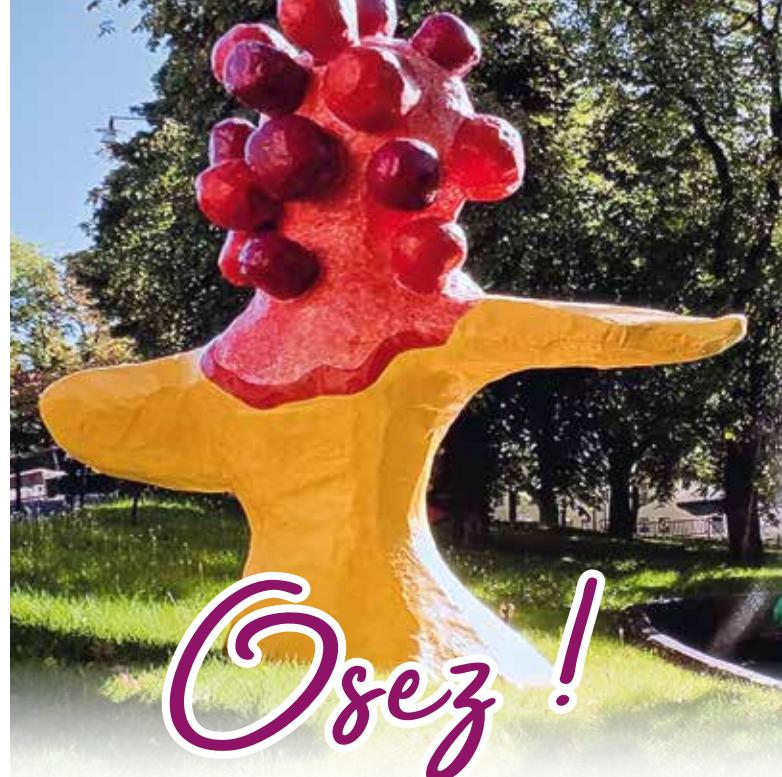
**POUR VOS EXTERIEURS**

- Graviers • Sable • Galets • Ardoises • Schistes
- Dallages • Pavage • Gazon Synthétique
- Clôtures • Portails • Pergolas Bioclimatiques

**DÉCO JARDIN**

**VENTE AUX PARTICULIERS**

Z.A. de la Prée, route de la Prée (Dir. Pointe St Gildas)  
**PRÉFAILLES** *Découvrez notre showroom !*  
 02 51 74 13 63 • contact@decojardin-ouest.fr



# Osez !

*Nos jardins sont souvent une simple organisation de plantes, structurée en massifs plus ou moins paysagers. Parfois, nous y ajoutons quelques objets décoratifs...*

Les statues en pierre donnaient autrefois une dimension symbolique aux parcs du XVIII siècle. Les nains de jardin ont connu leur heure de gloire dans les années 80 et 90, avant que les décors d'inspiration asiatique ne prennent le relais, avec fontaines, lanternes de pierre et, plus récemment, les Bouddhas.

Lors des foires aux plantes, nous pouvons facilement nous laisser séduire par de magnifiques objets en bois ou en métal, souvent imposants, voire monumentaux. Pourtant, il est rare d'oser intégrer une véritable œuvre d'art dans son jardin, alors que cette approche y a pleinement

sa place. Comme évoqué avec les statues, rares sont les jardins à la française dépourvus de sculptures, de bassins ornés ou d'œuvres taillées dans la pierre, témoignant des goûts et de la sensibilité du propriétaire.

Les jardins japonais s'inscrivent dans la même philosophie : le tracé du sable, réalisé par le jardinier ou le propriétaire, symbolise la mer et reflète une expression profondément personnelle.

Avec l'arrivée d'artistes plus audacieux et excentriques, les éléments que nous pouvons intégrer dans un jardin deviennent bien plus expressifs. Niki de Saint Phalle est l'une de ces artistes qui ne laissent pas indifférent. Son Jardin des Tarots, en Toscane, pousse à l'extrême le choix d'implanter des sculptures monumentales et extravagantes au cœur d'un parc.

Cet article nature vous a été présenté par :



Jardinerie en ligne | Jardinage en vidéo | Conception de jardin



Associée au plasticien Jean Tinguely, elle a également créé, dans les années 90, Le Cyclop, une œuvre exposée dans le parc de Milly-la-Forêt (91). Niki de Saint Phalle y a conçu une sculpture recouverte de fragments de miroirs, reflétant la nature et les arbres en une multitude d'éclats, tandis que Jean Tinguely a donné vie à l'ensemble grâce à un œil mobile animé.

Sans aller jusque-là, il est tout à fait possible d'oser intégrer des œuvres décalées dans nos jardins. L'objectif est de rendre votre coin de paradis unique et personnel.

Une œuvre figée dans le paysage prend vie au fil des

**Le dicton du mois**  
**S'il gèle à la saint-Raymond,  
l'hiver est encore long !**



Découvrez notre chaîne YouTube "Grandiflora"

Retrouvez les conseils de Pascal RENAUD sur  
[www.grandiflora.fr](http://www.grandiflora.fr)

ou contactez-nous au 02 40 27 21 69



## Entretien et Création d'espaces verts

Taille de haie  
Tonte  
Contrat d'entretien  
Création paysagère  
Gazon  
Location de mini-pelle  
(avec chauffeur)

Enrobé  
Clôture  
Pavage  
Dallage  
Terrassement  
Maçonnerie  
Béton désactivé

**Crédit d'impôt  
-50%**

3 bis, l'Hermanderie 44680 Ste Pazanne  
06 72 59 61 81 [primick@wanadoo.fr](mailto:primick@wanadoo.fr)



saisons : chaque jour, elle se dévoile sous un nouveau décor.

*En 2026, osez !  
Faites-vous plaisir !  
Belle et bonne année  
à toutes et à tous.*

**Jardinez bien,  
bon et bio !**

**Votre jardin  
en janvier**

**Lune montante**  
(je sème et je récolte)  
Le 1<sup>er</sup> puis du 16 au 29

**Lune descendante**  
(je plante et je taille)  
Du 2 au 15  
puis à partir du 30

Taille-Élagage  
Abattage-Plantations  
Débroussaillage  
Entretien de jardin

La Méchinière  
44320 Arthon en Retz  
06.26.55.83.01  
02.51.74.29.24

**50% de  
crédit d'impôt  
sur l'entretien**

**Daniel Moquet**   
LE SPÉCIALISTE DE VOS EXTÉRIEURS



ALLÉE  
COUR  
TERRASSE

PORTEAU  
CLÔTURE  
PERGOLA  
CARPORT



13 et 15 rue du Pré Boismain  
44760 LA-BERNERIE-EN-RETZ

**02 51 74 09 30**

Du 07/01 au 03/02

# SOLDES

Jusqu'à

**-50%\***



Découvrez nos produits sur notre site.

LE GÉANT DU M<sup>E</sup>UBLE  
**BOIZ'ANNE**

4 bis rue de l'Auditoire • 44680 Sainte-Pazanne • 02 40 02 43 66 • [www.boizanne.fr](http://www.boizanne.fr)

Distributeur

