A dynamic photograph of a surfer in a black wetsuit riding a bright blue wave. The surfer is leaning into a turn, with arms extended for balance. The background shows more of the ocean and white spray from the wave.

MAG GRATUIT
ET HOP
DANS LE SAC !

PAT BEVEN
APRÈS LE TEMPS
DES VICTOIRES, CELUI
DE LA TRANSMISSION

FACE-À-FACE ENTRE
PATRICK BEVEN
ET SAM PITER

MOVEMBER

MAG
Côte Sud
des Landes

41

Prendre le temps de vivre dans les LANDES
• SEPTEMBRE OCTOBRE 2025 • GRATUIT

Showly

6

SPORT



PATRICK BEVEN
après le temps des victoires,
celui de la transmission



Face-à-face
avec SAM PITER



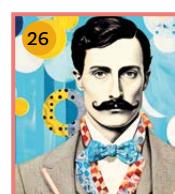
LADILAFÉ

20

CULTURE



MAISON
D'ÉDITION
Terres de l'Ouest



Pourquoi les hommes
prennent-ils moins
soin de leur santé
que les femmes ?



Surf Addicts

30

**AGIR
& EXPLORER**



Save la Mermaid
Association dédiée
à la protection de nos océans



Slowly EN BALADE
vers La Rhune

38

RECETTE

40

AGENDA

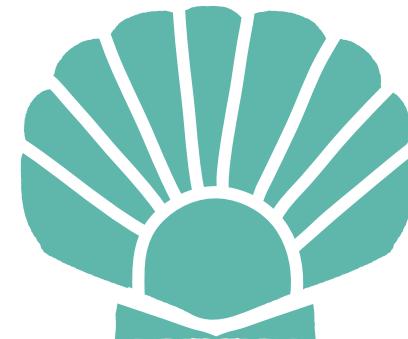


Photo de couverture
Sam Piter
© Mélanie Plantier

L'Édito

C'est la rentrée... et l'été indien !

Juillet et août ont tiré leur révérence, et les cartables ont fait leur retour. Malgré tout, c'est une formidable période qui commence, celle de l'été indien. Avec des journées encore chaudes et longues, des baignades toujours très agréables et une émulation qui s'apaise, le Sud des Landes offre une incroyable douceur de vivre. Nous vous invitons à en profiter pleinement, et à re(découvrir) pendant les semaines qui arrivent toutes les merveilles qui nous entourent, qu'il s'agisse de paysages uniques ou de talents locaux.

Cette rentrée, c'est aussi et comme toujours le moment des bonnes résolutions.

Et si cette fois, vous décidiez de prendre soin de vous, de privilégier votre bien-être ? Offrez-vous la possibilité de mettre votre corps en mouvement, que vous soyez fan de yoga ou de randonnée, de vous régaler des produits de terroir, de vous accorder une pause lecture, ou tout simplement de déconnecter...

Nous espérons que les pages qui suivent sauront vous inspirer ; nous les avons conçues en hommage au territoire exceptionnel qui est le nôtre.

Bonne lecture, et à très vite !

L'équipe de **Slowly**

Slowly mag 41, septembre octobre, 2025

Tirage 12 000 exemplaires.

Imprimé sur papier en UE

Distribution de Moliets à Tarnos, dans les Landes

E-mail : slowlymag@gmail.com

Internet www.slowlymag.fr

Directrice : Sandrine Vialatte - Tél. 06 99 67 39 10

Mise en page : Sandrine Vialatte et Manon Lestage



Site Internet
slowlymag.fr

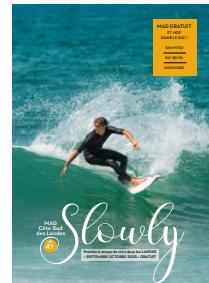


Instagram
Côte landaise
@slowly_mag

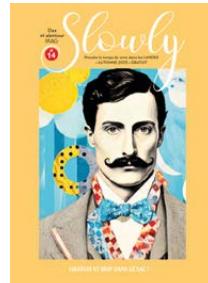


Facebook
@Slowly Mag

Les mags du moment



#41 Côte sud
des Landes Slowly mag,
sept. oct. nov 2025



#14 Dax et alentours
Slowly mag,
sept. oct. nov 2025



#1 Pays Basque
Slowly mag,
juillet août, 2025



Rédactrice
Caroline Bouchet
[@en.un.mot](https://en.un.mot)



Rédacteur
Renan Mazéas
[@renanmazeas](https://renanmazeas)



Photographe
Nils Baranx
[@nils_baranx](https://nils_baranx)



Photographe
Audrey Noirot
[@indigoproductions.fr](https://indigoproductions.fr)



Graphiste
Manon Lestage
[@by__mans](https://by__mans)



3#



#4

5#

PATRICK BEVEN

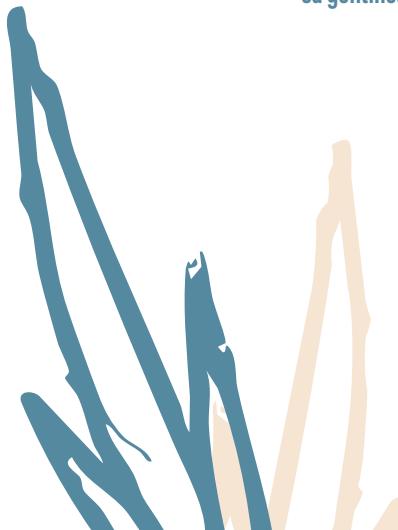
après le temps des victoires, celui de la transmission



Photo © Mélanie Plantier

#6

Dans le milieu sportif, la reconversion n'est pas toujours une période facile pour les compétiteurs. Heureusement, des parcours heureux sont là pour nous inspirer. C'est le cas de celui de Pat Beven, grand champion devenu tout à fait naturellement coach renommé, et même bien plus encore. On le respecte ainsi aujourd'hui pour sa technicité et son palmarès sportif, mais aussi pour son état d'esprit, sa pédagogie, sa gentillesse et son envie de partage.



Une ascension fulgurante, un palmarès unique

Né au Brésil d'un père français et d'une mère brésilienne, Patrick a suivi en France son grand-frère Yannick, surfeur professionnel. Lui-même déjà adepte de ce sport, il débute rapidement les compétitions, accumule les victoires et intègre le circuit professionnel. **3 fois champion d'Europe**, il rejoint ensuite le tour mondial et devient l'euro-péen le plus titré du WQS. Parallèlement, il excelle en jiu-jitsu ; Yannick, grand maître, l'a formé à cet art martial qui va beaucoup lui apporter dans la pratique du surf.

Un grand frère pour les nouveaux talents

Après une 2^e place au Quik Pro 2009, Patrick décide qu'il est temps de passer à autre chose. Au même moment, son frère de cœur, Miky Picon, lui demande de prendre sous son aile deux étoiles montantes : **Kauli Vaast et Marco Mignot**, jeunes adolescents. Ceux-ci vont vivre plusieurs années sous son toit. Il est alors pour eux bien plus qu'un entraîneur. Lui qui a toujours aimé s'occuper des gens les héberge, les nourrit, les accompagne à chaque instant, les encourage, les rassure. Il tient aussi à leur **transmettre les valeurs que le jiu-jitsu lui a inculquées, comme la pugnacité, l'esprit d'entraide, le respect et la maîtrise de soi**. Ce code moral lui semble primordial non seulement pour leur progression, mais aussi pour leur sécurité : **l'océan est un lieu où l'on peut laisser sa vie et l'où doit se rendre avec humilité, en laissant son égo de côté**. Miky Picon et Jérémy Florès sont à ses côtés dans cette mission d'enseignement. Et le moins que l'on puisse dire, c'est que leur travail a porté ses fruits : **Kauli est aujourd'hui champion olympique, tandis que Marco est rookie 2025**. Ils soutiennent également **Sam Piter**, un talent landais en plein essor (voir pages suivantes) qui n'est autre que le fils de Didier Piter, légende du surf français.



Photo ©Vinsky40



Photo ©Vinsky40



Photo ©Vinsky40

7#



Photo ©Anas Haddar



Photo ©Vinsky40

Coacher, une autre manière de progresser

Aujourd'hui, l'océan qui a offert le succès à Patrick est son bureau. Basé à Hossegor, ce dernier **accompagne des surfeurs professionnels, forme des athlètes de haut niveau, autant physiquement, techniquement que mentalement**. Les Landes sont d'ailleurs pour lui l'Hawaï européen, un terrain d'entraînement parfait. Bien sûr il surfe toujours intensément, et participe à quelques compétitions qu'il affectionne. Au contact de la jeune génération, il continue de perfectionner sa pratique et se tient toujours prêt pour les grosses conditions. Il prend plaisir à observer ces nouveaux talents surfer, et s'en inspire autant qu'il les inspire. L'exemple parfait du cercle vertueux !



PATRICK BEVEN
f @Patrick beven
o @patbeven

PORTRAIT DE SURFEUR

Face-à-face entre Patrick Beven et Sam Piter





#10

Surfeur des plages landaises depuis l'âge de 10 ans, champion d'Europe junior WSL en 2023, Sam Piter a remporté en juillet 2025 le Lacanau Pro, première étape du circuit QS européen 2025-2026. Un talent local en pleine ascension !

Pat Beven : « Bonjour Sam, et merci de cette interview pour Slowly. Te rappelles-tu quand et pourquoi tu as commencé à surfer ? Est-ce une passion familiale ?

Sam Piter : J'ai pris ma première vague à l'âge de un an mais j'ai vraiment commencé à surfer à 7 ans, après un été passé à la plage auprès de mon père, qui coachait des élèves tous les jours. Oui, c'est une passion familiale que mon père m'a transmise.

PB : Certains surfeurs ont-ils été ou sont-ils une source d'inspiration pour toi ?

SP : Oui, j'ai plusieurs inspirations dans le surf, tout d'abord mon père puis j'ai regardé beaucoup de vidéos de Dane Reynolds et Rob Machado étant jeune. Localement je surfais souvent avec Marco Lacomare et Joan Duru dont j'ai beaucoup appris en les regardant pendant mes sessions.

“ ”



Ancien quadruple champion d'Europe, demi-finaliste du prestigieux Pipe Masters en 2001 à Hawaï, **Didier Piter**, ici au centre de la photo, est aujourd'hui l'un des entraîneurs les plus prisés du circuit international.



PB : Quelles sont tes vagues préférées ? Celles que tu redoutes ? Celle que tu rêves de surfer un jour ?

SP : Tout d'abord les cul nus, le spot que je surfe tous les jours à la maison, également Desert point et Lakey peak en Indonésie. Pipeline est une vague effrayante, mais qui m'attire tout autant par le challenge d'attraper une bonne vague sur ce spot mythique ! Je rêve de surfer la vague de Supersuck en Indonésie et de découvrir des vagues nouvelles en Afrique qui à ce jour n'ont pas encore été surfées.

PB : Après ta récente victoire, quels sont tes objectifs à présent ?

SP : Après ma victoire à Lacanau, mes objectifs sont de me qualifier sur le Challenger series pour l'année prochaine.

PB : Que représente le surf pour toi ? Où te vois-tu dans 10 ans ?

SP : Le surf représente une grande partie de ma vie, ma passion qui me fait vibrer et qui me permet tellement de nouvelles expériences et de rencontres pendant mes voyages tout autour du monde. C'est vraiment incroyable comme sport. Dans 10 ans, je me vois continuer à voyager pour scorer les meilleures vagues du monde et faire de la compétition contre les meilleurs mondiaux.»

Portrait chinois

- **Un son que tu pourrais écouter durant des heures ?** Le chant des oiseaux.
- **Un lieu où tu te sens bien ?** La plage des culs nus à Hossegor.
- **Une odeur que tu adores ?** La vanille/ le monoï.
- **Une saveur qui te régale ?** Le magret de canard.
- **La sensation que tu préfères ?** Surfer.



SAM PITER
@sampiter40



11#

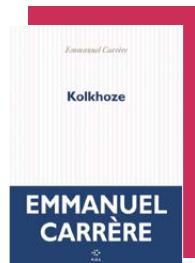
RENTRÉE LITTÉRAIRE

PAR AMÉLIE, ELIOT ET FRÉDÉRIC



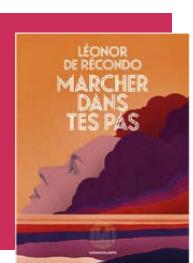
LIBRAIRIE L'ESPERLUETTE

1 bis, place de Sterling
40140 SOUSTONS
05 58 70 91 97
librairie@lesperluette.lu
[@librairie.lesperluette](https://www.instagram.com/librairie.lesperluette)
[f@Librairie L'esperluette
Soustons](https://www.facebook.com/Librairie.Lesperluette.Soustons)



Emmanuel Carrère, *Kolkozo*

Le livre événement de la rentrée. Dans cette fresque familiale embrassant quatre générations, de la Révolution russe à la guerre en Ukraine, Emmanuel Carrère explore la vie de sa défunte mère, Hélène Carrère d'Encausse, figure intellectuelle marquante et première femme secrétaire perpétuelle de l'Académie française. Le récit mêle archives familiales, mémoire intime et grands événements géopolitiques du XXe siècle dans un style sobre et introspectif. Le grand favori pour le Prix Goncourt, ce pourquoi bien entendu, il ne l'obtiendra pas. **P.O.L., 24 €.**



Léonor De Récondo, *Marcher dans tes pas*

Violoniste et romancière, Léonor De Récondo retrace l'histoire de ses ancêtres espagnols, contraints à l'exil en 1936 pour fuir le franquisme. À travers une quête intime, déclenchée par une loi votée en 2022 permettant aux descendants d'exilés de retrouver la nationalité perdue, l'autrice interroge la mémoire, la transmission et l'identité. Un roman puissant et poétique, bouleversant et nécessaire, personnel et universel, pour ne pas oublier ceux qui nous ont précédés.

L'Iconoclaste, 20,90 €.



Natacha Appanah, *La nuit au cœur*

Romancière et poétesse, l'autrice mauricienne Natacha Appanah signe un roman engagé et puissant sur les féminicides en narrant le parcours de trois femmes : sa cousine Emma, une certaine Chahinez Daoud - toutes deux assassinées par leur mari - et elle-même, Natacha Appanah, seule survivante du trio. En grande narratrice, elle redonne chair aux victimes et reprend le pouvoir sur ces trois hommes décrits comme travailleurs et agréables - de bons pères de familles - avec une écriture où la violence infuse mais où cingle le mot juste.

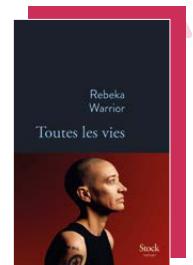
Gallimard, 21 €.



Rachid Benzine, *L'homme qui lisait des livres*

À l'heure où un peuple se meurt, Rachid Benzine situe son nouveau roman dans les ruines fumantes de Gaza, où un vieux libraire lit et résiste en silence. Pris en photo par un jeune photographe français, l'homme se lance dans un récit où l'individuel rejoint l'universel, où sa trajectoire raconte l'histoire tragique du peuple palestinien. Une fable concise et poétique en forme d'ode à la force des livres, éternels refuges et moyens de survie face à la barbarie.

Julliard, 18 €.



Rebeka Warrior, *Toutes les vies*

Chanteuse emblématique de la scène musicale alternative (Sexy Sushy, Kompromat), Julia Lanoë alias Rebeka Warrior entre en littérature avec un récit bouleversant, largement autobiographique. Le parcours d'une trentenaire accompagnant sa femme dans son combat contre la maladie, le deuil, puis la difficile reconstruction. Écrit dans un style qui rappelle celui de ses chansons, le texte mêle extraits de journaux intimes et citations d'auteurs, de Marc Aurèle à Simone de Beauvoir. Touchant et plein d'espoir à la fois.

Stock, 20,90 €.

Slowly

• PRENDRE LE TEMPS DE VIVRE •

LE MAGAZINE QUI AIME LE SUD OUEST
ET CEUX QUI LE FONT VIBRER !

14



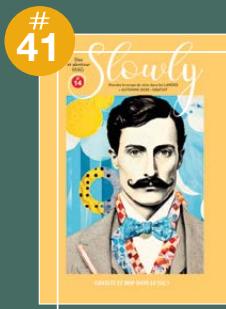
CÔTE SUD DES LANDES

12 000 exemplaires
tous les 2 mois

Découvrez nos autres collections.
Côte sud des Landes et Pays basque
sur notre site internet

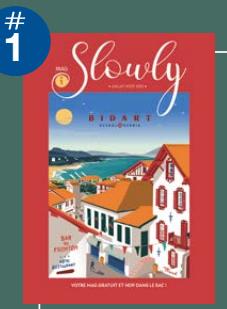
[www.slowlymag.fr.](http://www.slowlymag.fr)

NOS MAGAZINES SONT LUS ET
COLLECTIONNÉS PAR UN GRAND
NOMBRE DE LECTEURS ET FONT
RÉFÉRENCE DANS LES LIEUX TOURISTIQUES.



41
Dax & alentour

14 000 exemplaires
tous les 3 mois



1
Côte Basque

14 000 exemplaires
tous les 2 mois

Sandrine Vialatte
Directrice de publication,
06 99 67 39 10

Commerce
slowlymag@gmail.com

LAISSEZ-VOUS GUIDER...

13#

Dune & Eau,

votre meilleur allié pour une rentrée épanouie



#14

Il est désormais reconnu que prendre soin de soi est bénéfique à notre bien-être physique mais également à notre santé mentale. Alors offrez-vous un vrai break dans ce sublime spa de 1 600 m². Tout est réuni pour cocooner son corps et son esprit : un espace aquadétente (jacuzzis, jets, cols de cygne, etc.), un sauna, un hammam, un institut de beauté et une salle de sport n'y attendent plus que vous. Un vrai temple du bien-être !



ATTÉNUER LES PREMIERS SIGNES DE L'ÂGE

Une équipe de professionnels passionnés vous propose des soins du visage et du corps adaptés à chaque type de peau, des modelages, des épilations, etc. Ce mois-ci, le soin visage Élastine est à l'honneur. Spécialement conçu pour les peaux présentant des rides superficielles, il se pratique en cure (1 fois par semaine pendant 1 mois) ou en entretien (1 fois par mois). Pour une efficacité complète, il associe les techniques ciblées anti-âge d'un peeling, d'un massage du visage relaxant et lissant et d'un masque professionnel liftant.

Durée : 1 h. Tarif : 95 €.

POUR UNE RENTRÉE SPORTIVE, DÉCOUVREZ LE NOUVEAU COURS DE YOGA

Dans la superbe salle de sport de Dune & Eau, de nombreux cours sont dispensés tout au long de la semaine par des enseignants qualifiés et bienveillants (planning disponible en ligne). Dès le mois de septembre, vous pourrez notamment tester un nouveau cours de yoga, animé par Emilie tous les mardis à 18 h 45. Le plus : avec une seule carte de séances, vous pouvez accéder à la fois aux cours dispensés en salle et aux activités aquatiques qui se déroulent dans le bassin.



Ouverture
de l'espace aquatique
jusqu'à 20 h 30
le mercredi soir

(évacuation du bassin 20 h,
hammam sauna 20 h 15).

15#

Un soin acheté =
un accès de 2 heures
à l'espace aquadétente
offert (à utiliser le jour
du soin).

L'offre du mois

En septembre, pour toute réservation d'un soin visage d'1 heure (parmi les 9 soins proposés dans la brochure Dune & Eau), une séance LPG ciblée de 15 min vous est offerte et sera incluse dans le soin. Pour profiter de cette délicate attention, indiquez le code promo « RENTREE25 » en réservant par téléphone au 05 59 590 590.

DUNE & EAU
59, avenue de l'océan
40530 LABENNE
05 59 59 05 90
06 34 26 38 58
www.duneeteau.fr
[@spa_dune_et_eau](https://www.instagram.com/@spa_dune_et_eau)
f@duneeteau
Ouvert toute l'année.



Capturer la beauté de l'instant, avec Marion Alexandra



Photo ©Audrey Noirot

Marion évolue depuis toujours dans l'univers artistique : photographe depuis l'adolescence, elle a passé un master en design et architecture et surfe à ses heures perdues. C'est également une jeune femme bienveillante, sensible et pleine de vie, à l'écoute de nos besoins et avec qui on se sent facilement à l'aise. Ajoutez à cela une rigueur et un professionnalisme sans faille, et vous comprendrez pourquoi ses clients l'apprécient tant ! Et si vous étiez le prochain ?

Aujourd'hui, Marion collabore avec les particuliers, les professionnels et les collectivités. Elle évolue dans 3 secteurs d'activité complémentaires qui lui permettent de varier sans cesse les plaisirs :

- **Les portraits et les shootings famille** (grossesse, sunset plage, etc.).
- **Les mariages** (dans la zone Hossegor /Bordeaux / Pau / Mont-de-Marsan), avec une touche authentique et éditoriale.
- **La photo culinaire**, comme en témoignent notamment ses collaborations avec Le Surfing, les Halles du Penon ou encore des chefs de la région. Ses prestations haut de gamme, ainsi que son sens du détail et de l'esthétisme sauront vous toucher et immortaliser vos moments précieux.



UNE COMMUNITY MANAGER PHOTOGRAPHE À VOS CÔTÉS

Vous recherchez un partenaire de confiance pour **booster votre communication**? Marion vous accompagnera avec cohérence et efficacité, en gérant les missions photo / vidéo, rédaction et publication. Sérénité et qualité garanties avec cette **prise en charge de A à Z**.



Photos
©Marion Alexandra Photography



MARION ALEXANDRA
PHOTOGRAPHY

06 45 29 43 56

www.marionalexandraphotography.com/
@marionalexandra_photography



Studio Kumiko

578, avenue de Pascouaou, 40150 SOORTS HOSSEGOR

Amélie (Madérolandes)



Envie de prendre soin de vous ?

Chez **MADEROLANDES**, retrouvez des massages qui allient détente et efficacité. Le drainage lymphatique aide à détoxifier le corps, à retrouver une vraie sensation de légèreté. La Madérothérapie, grâce à ses outils en bois, stimule la circulation et tonifie en douceur. Deux soins complémentaires pour vous offrir un moment de bien-être et vous sentir mieux au quotidien.

06.48.05.26.42
Planity : MADEROLANDES
@maderolandes



Mathilde (Mama studio)



Mathilde a posé ses valises dans les Landes pour fonder **MAMA STUDIO**, un atelier de bijoux symboliques façonnés à la main. Ses créations en argent, vermeil ou or se distinguent par leur esthétique organique et leur portée émotionnelle – de véritables talismans empreints de sens.

Inspirés de la philosophie wabi-sabi, chaque bijou est unique et invite à célébrer la beauté de l'imperfection.

Visite sur rendez-vous
www.mamastudio.net
@ma.mastudio



Adèle (Shaka Yoga)



Adèle de **SHAKA YOGA HOSSEGOR** propose des cours collectifs ou privés de différents styles de yoga doux à plus toniques. Ses cours sont fun et fonctionnels, toujours partagés dans la bonne humeur et avec le sourire. Chaque semaine, elle enseigne au studio Kumiko, face à l'océan ou au bord du lac d'Hossegor, sur des spots incroyables. Elle organise aussi des séjours yoga en France et à l'étranger. En hiver, retrouvez plein d'événements yoga sur son site.

0767279191
www.shakayogahossegor.com
Photo @adèle.shakayoga



Laurene (Kona Tattoo)



Artiste tatoueuse en studio privé au sein du **STUDIO KUMIKO**, elle sublime la peau avec des créations en lignes fines et en ombrages tout en douceur. Son univers raffiné met en valeur chaque détail, offrant des pièces uniques et délicates. Un espace intime et chaleureux pour un tatouage sur mesure.

Du mardi au samedi
Kona.tattoo.40@gmail.com
@kona_tattoo





Adiou !

ÉTÉ 2025 : un record d'affluence et de chaleur dans les Landes cette année !

Septembre, plus discret et flegmatique, annonce ces hauts coefficients et les grandes marées descendantes emportent avec elle les touristes, et, seuls restant accrochés aux rochers, « nos locaux » rincés de la saison mais heureux du travail accompli, soufflent au perron de leurs établissements.

On s'est donc dit que, pour retrouver la pêche, c'était l'occasion de mettre à l'honneur nos femmes fortes dans cette page, nos championnes !

Vous serez, comme nous, étonnés du parcours et de la ténacité dont elles témoignent. À un si jeune âge, elles apparaissent telles des amazones, des guerrières redoutables. Une main de fer dans un gant de velours, de jeunes pins vigoureux, les pieds dans le sable...

Dans Slowly Mag, on partage cette force, tout semble possible avec les efforts et un entourage indéfectible, avançons ensemble.

Jeu, set et surf !



JESSIKA PONCHET : LE TENNIS DANS LES GÈNES

« On commençait les entraînements à 6 heures du matin ». « Les Landes, c'est mon jardin essentiel : je vis entre plage et forêt, de chez moi, j'entends le murmure des vagues ». « Seul, on va vite, ensemble, on va plus loin ». « Après 2 ruptures des ligaments croisés, je reviens de loin ! ».

Une douceur dans la voix, des mots délicats, Jessika répond à nos questions en toute simplicité : elle est née à Bayonne il y a 28 ans et a toujours vécu dans les Landes. « Je suis pure souche landaise et basque » nous confie-t-elle. Ces deux parents jouaient à un très bon niveau de tennis, petite, elle les admirait performer en tournoi. « Quand on me demandait à l'école ce que je voulais faire plus tard, je disais immuablement : joueuse de tennis professionnelle, ma mère m'a entraînée toute ma carrière. À ce niveau, c'est beaucoup de temps, de sacrifices et sans mes parents je ne serais pas allée aussi loin ».

Et ça a sacrément bien fonctionné à la vue de son superbe palmarès :

- l'US Open au Troisième tour
- Qualifiée à l'Open d'Australie Grand chelem
- Plusieurs titres WTA en simple et en double et bien d'autres ...

Jessika s'est construite dans la chaleur de ses proches mais aussi grâce à une Team professionnelle de fer qu'elle considère comme une famille.

« En dehors du tennis, j'avoue être assez casanière, je vis à Seignosse le Penon, et je profite de ma région incroyable, de longues balades avec mon chien pour me ressourcer ».

Le mot de la fin Jessika ?

- Après 1 mois en tournoi à l'étranger ma maison me maaaannque ! dit-elle en riant ».

On vous souhaite une belle route madame !



AELAN VAAST : CHAMPIONS DE FRÈRE EN SOEUR

« Toujours rester fidèle à soi-même. »
« La liberté est dans l'océan. »
« Ne jamais lâcher, même quand c'est difficile. »

Aelan, raconte-nous d'où tu viens et ton mode de vie ?

« Je viens de Tahiti, là où j'ai grandi entourée par l'océan. C'est en suivant mon frère Kauli (médaille d'or aux jeux olympique de 2024 !) sur les vagues que j'ai commencé le surf, et très vite c'est devenu une passion. Aujourd'hui, je vis une partie de l'année dans les Landes, ce qui me permet de m'entraîner et de suivre mes études en école de commerce à Bayonne. Je fais aussi des stages à l'étranger dans le cadre de ma formation et je voyage beaucoup à travers le monde pour les compétitions. Mais revenir à Tahiti reste toujours un moment essentiel pour moi, un retour aux sources qui me recentre.

Le surf s'est développé de quelle manière et grâce à qui ?

- Mon évolution dans le surf s'est faite grâce à ma famille, qui m'a toujours soutenu, et à mon frère Kauli qui a été mon premier modèle. Ensuite, les coachs, les partenaires et les nombreuses rencontres au fil de mon parcours ont joué un rôle clef. C'est un chemin que j'ai construit avec beaucoup de travail, mais toujours portée par les personnes qui croient en moi. Ma famille est mon ancrage. Mes parents m'ont transmis la force, l'humilité et la persévérance. Kauli, lui, a été à la fois un frère, un mentor et une inspiration. Il m'a appris à repousser mes limites et à rester fidèle à moi-même.

Kauli, qui a été sacré champion olympique, peut-il dire un mot sur toi ?

« Aelan a toujours eu cette énergie et cette détermination qui la caractérisent. Je suis fier de la voir s'accomplir et de rester à ses côtés dans ce parcours. »

Les titres remarquables de ton palmarès ?

- Championne de france 2024
- Vice championne d'Europe 2023 junior wsl
- 2eme WQS Papara 2025
- 9eme mondial WSLJunior

Comment as-tu vécu ces Jeux 2024 ?

- Les Jeux Olympiques ont été une expérience incroyable à vivre en tant qu'athlète spectatrice et passionnée : voir le surf reconnu et porté à cette échelle mondiale m'a donné encore plus de motivation et de rêves pour l'avenir.

Quel est ton rapport avec Les Landes ?

Les Landes sont devenues mon point d'ancrage en métropole. J'y aime l'équilibre entre l'océan et la forêt, et les vagues puissantes qui sont parfaites pour progresser. C'est un territoire qui me permet d'avancer, tout en restant proche de la nature. C'est une seconde maison et ça le restera pour longtemps...

On vous souhaite à toutes et à tous une magnifique arrière-saison, Adishat's !



Terres de l'Ouest, un éditeur indépendant, populaire et régionaliste

Originaire de Nouvelle-Aquitaine, Benjamin Jugieau a suivi des études de commerce à Bayonne, ainsi que de philosophie et d'histoire à Poitiers avant de créer, en 2004 et à Perpignan, TDO Éditions. Lui-même auteur, il souhaite alors promouvoir le talent de ses condisciples tout en acquérant une parfaite connaissance de la totalité de la chaîne du livre. En 2016, fort de cette première expérience réussie et installé dans les Landes, il crée une seconde structure, Terres de l'Ouest. Tout comme TDO, elle est entièrement dédiée aux ouvrages régionalistes.



En dédicace avec Marie-Dominique Auger, auteure d'Hossegor.

L'IDENTITÉ CULTURELLE À L'HONNEUR

Évoquer un souvenir, un lieu, une légende, apporter des connaissances sur un terroir et son histoire, renforcer le sentiment d'appartenance du lecteur et bien entendu le plonger dans des intrigues et des univers passionnantes : c'est l'ADN des Éditions Terres de l'Ouest. Publié en Nouvelle Aquitaine, ces ouvrages sont écrits au plus près des lieux qu'ils mettent en scène par des auteurs locaux et généralement vendus dans un rayon de 100 km autour de cette zone. Il existe ainsi des collections « Landes et Pays basque », « Béarn et Pyrénées », « Gironde », « Charente-Maritime », etc. Au sein de celles-ci, trois axes éditoriaux composent une gamme complémentaire, destinée à combler tous les lectorats :

- Les romans policiers,
- Les romans historiques,
- Les romans de terroir.

Tous mettent en avant l'âme de nos régions et invitent au voyage.

*Des romans
régionaux
par des auteurs
locaux.*

DES LIVRES ACCESSIBLES À TOUS

Environ 25 nouveaux titres, imprimés en France, paraissent chaque année. À la fois qualitatifs et faciles à lire, ils se destinent à tout type de lecteur, même occasionnel. Les tarifs, quant à eux, sont volontairement maîtrisés (prix moyen de 12 à 15 €), afin de placer le plaisir de la lecture à la portée d'un maximum de personnes.

UN ARTISAN DU LIVRE

Lecture des manuscrits, établissement des contrats, suivi éditorial, mise en page, impression, diffusion, distribution, organisation d'événements, etc. : Benjamin gère chaque ouvrage de A à Z et accompagne les auteurs tout au long du processus de publication. Il crée avec eux une vraie relation de proximité, établie sur le long terme, et se montre très fidèle à son « vivier » de talents.

Et si vous parcouriez son catalogue sans plus attendre ?



OÙ TROUVER LES OUVRAGES DES ÉDITIONS TERRES DE L'OUEST ?

Dans les librairies et Maisons de la presse de la région (Le Vent Délire à Capbreton, L'Écureuil bleu à Seignosse, L'espérillette à Soustons, etc.), dans les grandes et moyennes surfaces ou encore sur Internet.



Nos coups de cœur

■ **NOUVEAU : Le photographe de l'Empereur**, de Nathalie Pinard de Pujoulon (journaliste France 3 Aquitaine).

■ **Tu seras un Landais, mon fils !**, de Jean Desloups.

■ **L'Hôtel de la dune**, de Bruno Duclau d'Aubigné.

■ **Les Maîtres de la lande**, d'Elise Valéro.

■ **La Gosse du Gouf**, de Martin Long.

TERRES
DE L'
OUEST

ÉDITIONS TERRES DE LOUEST

Benjamin Jugieau
292, rue des artisans Zone de Larrigan
40510 SEIGNOSSE
📞 05 59 46 09 00
✉ infos@terresdelouest-editions.fr
🌐 www.terresdelouest-editions.fr
 FACEBOOK @Éditions Terres de l'Ouest
INSTAGRAM @terresdelouesteditions40a



Vittonatto Capbreton

Un opticien indépendant à la pointe de la technologie



#22
Votre regard mérite le meilleur, et Vittonatto le sait depuis près de 30 ans. Installé au cœur de Capbreton, Vittonatto Opticiens s'est imposé comme une référence incontournable de l'optique indépendante. Ici, chaque client bénéficie d'un accompagnement sur-mesure, alliant expertise, écoute, conseils personnalisés et produits de haute qualité, le tout adapté à chaque budget. Portée par une équipe d'opticiens diplômés et passionnés, l'enseigne évolue avec son temps et innove sans cesse pour répondre à tous les besoins visuels. Depuis 2022, elle vous accueille dans un bel espace de 100 m² en plein centre-ville, où professionnalisme et convivialité se mêlent naturellement pour répondre précisément à vos demandes en matière d'optique lunetterie.



NOUVEAUTÉ EXCLUSIVE : VICTOIRE D'AQUI, DES LUNETTES 100 % FABRIQUÉES À SOORTS-HOSSEGOR

Vittonatto a récemment enrichi son offre grâce à une nouvelle pépite locale. La marque **Victoire d'aqui**, créée par la talentueuse Marie-Victoire, propose une collection de **lunettes optiques et solaires sur-mesure**, entièrement personnalisables, fabriquées sous les pins dans la joie et la bonne humeur. Venez les découvrir en boutique sans plus tarder !



Nos clients sont ceux qui en parlent le mieux !



SOLENNNE, ENSEIGNANTE, 40 ANS.

Porte une paire de lunettes pour la myopie, avec une monture « Paname ». Ce qu'elle a aimé : les conseils de visagisme pour le choisir sa monture. Le petit + : une monture de qualité 100 % fabriquée en France.



PHILIPPE, RETRAITÉ TRÈS ACTIF, 65 ANS.

Porte une paire de lunettes avec des verres progressifs haut de gamme Carl Zeiss et une monture bois « OZED ». Ce qu'il a aimé : les explications claires sur les différentes gammes de verres progressifs. Le petit + : Une 2^e paire solaire progressive à sa vue pour 1 € de +.



AMBRE, COLLÉGIENNE, 13 ANS.

Porte une paire de lunettes de repos avec filtre lumière bleue. Ce qu'elle a aimé : le large choix de montures lookées pour un style ultra-branched. Le petit + : un traitement qui protège les yeux contre la lumière bleue pour combattre la fatigue oculaire numérique.



HUGO, LYCÉEN, 16 ANS.

Porte une paire de lunettes avec une monture sport « Oakley » et des verres freinateurs de la myopie évolutive « MiYOSMART » de chez Hoya. Ce qu'il a aimé : l'expertise de son opticien sur ce type de technologie de verres spécifiques. Le petit + : MiYOSMART est le seul verre de freinage de la myopie évolutive de l'enfant dont l'efficacité est reconnue par la Haute Autorité de Santé.

Offre rentrée 2025

Une nouvelle vie pour leurs anciennes lunettes !

Obtenez jusqu'à 45€ de remise* sur un nouvel équipement optique pour enfant, en rapportant jusqu'à 3 anciennes paires de lunettes de vue en magasin !

Elles seront collectées pour Médico du Lions Club afin d'être réutilisées par des enfants dans le besoin.

OPÉRATION SPÉCIALE RENTRÉE 2025 CHEZ VITTONATTO CAPBRETON !

Vous recevez 15€ de remise par paire rapportée, pour l'achat d'un nouvel équipement enfant dès 250 € d'achat. Un geste simple, utile et solidaire !



VITTONATTO CAPBRETON

68 bis, rue du Général De Gaulle
40130 CAPBRETON
05 58 41 83 84

mioptique40@orange.fr

www.vittonatto.com

@Vittonatto opticiens Capbreton

@vittonattocapbreton

Ouvert du lundi au samedi de 9 h à 12 h 30 et de 14 h à 19 h.
Tiers-payant, partenaire de très nombreuses mutuelles et réseaux de soins (Santéclair, Sévéane, Carte blanche, Kalixia).

Dodue, un nouveau concept gourmand au cœur de Capbreton



UNE CUISINE GÉNÉREUSE ET COLORÉE

C'est en avril dernier que Cécilia et Nicolas ont ouvert au bord des allées marines le **premier restaurant de Capbreton dédiée à la volaille**, une viande fédératrice dans toutes les cultures. En collaboration avec le chef Sergio Escobar, ils ont élaboré **une carte originale aux tarifs accessibles, où la cuisine du monde côtoie des classiques de la gastronomie française**. Que vous ayez envie de tenders croquants, d'un tartare de canard ultra frais, d'un yassa de poulet parfumé ou encore d'un magret tout doré, vous serez ravis. Car Dodue a pensé à tous les gourmands (et aux assiettes à partager pour tout goûter !). **Des plats végétariens copieux et élaborés** figurent d'ailleurs eux aussi au menu. Le tout est **100 % fait-maison**, avec amour et à partir de produits de qualité.

#24

Ouvert toute la journée,

idéal pour un café ou un bissap (une infusion d'hibiscus typique de la Côte d'Ivoire) en terrasse.

Happy Hour de 16 h à 20 h.



UN JOLI LIEU DE VIE AU BORD DU BOUDIGAU

Le cadre très agréable de Dodue se prête à merveille aux événements conviviaux qui animent les lieux tout au long de l'année. Prochain concert : **Nuit noire**, le 14 septembre !

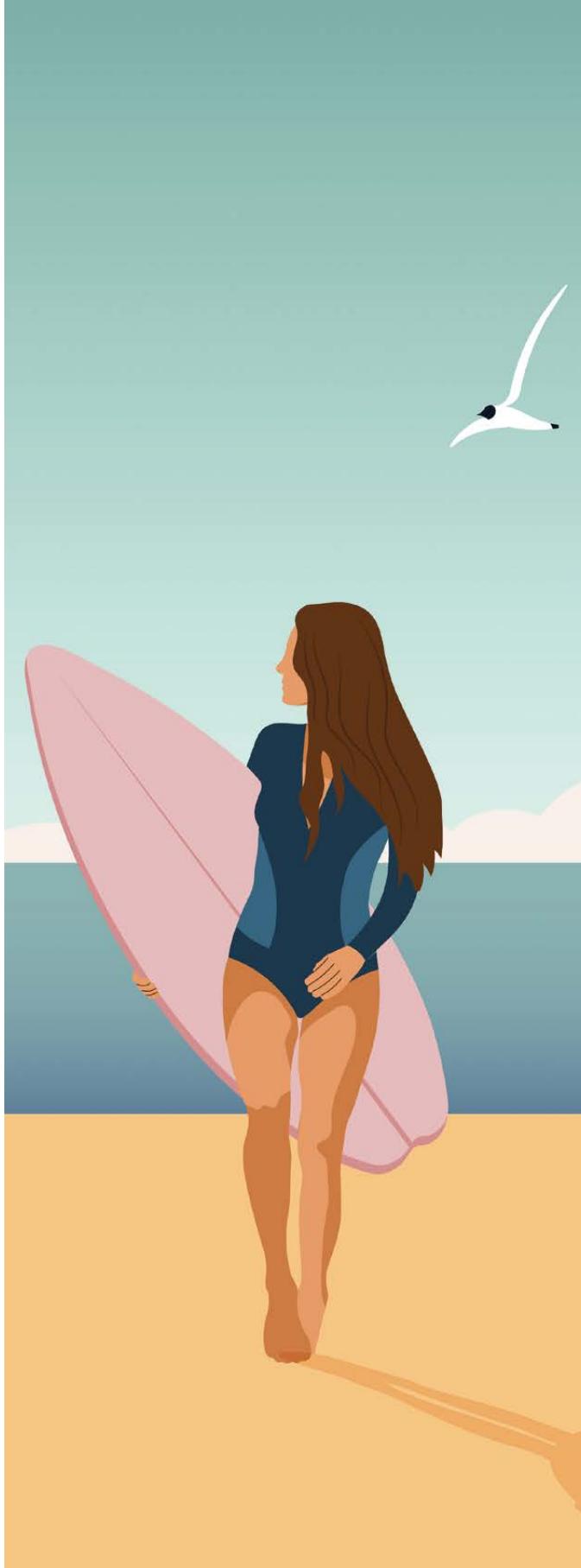


DODUE

44, Allées Marins
40130 CAPBRETON

05 58 49 83 75
@dodue.capbreton

Consultez le QR code pour en savoir plus sur les horaires !



La Crèmerie de Fabien

Une nouvelle adresse conviviale et généreuse

S'il a découvert le métier de fromager par hasard, Fabien a eu pour ce dernier un véritable coup de foudre. C'est ainsi qu'il s'est formé aux côtés des Fromagers de France et a ouvert il y a 7 ans une crèmerie et un restaurant à Mont-de-Marsan (lui-même est originaire d'Aire-sur-Adour). Fort de cette création réussie, il a renouvelé l'expérience en juin dernier dans une ville qu'il apprécie particulièrement : Capbreton.

Dans son nouveau repère gourmand, vous découvrirez une large gamme de fromages de terroir et de charcuterie fine soigneusement sélectionnés, qui respecte la saisonnalité et répond aux envies de tous les clients.

Vous adorerez également :

- Les plateaux dégustation, raclette ou brunch à emporter, adaptés à vos envies et votre budget,
- L'offre traiteur, pour vos événements privés et professionnels,
- Les soirées raclette / fondue à volonté (24 €/p.) organisées une fois par semaine,
- Le brunch du samedi et du dimanche midi (24 €/p.), à déguster sur place, avec également raclette et fondue à volonté (24€).
- Les soirées dégustation « fromages et vins » qui ont lieu 2 fois par mois.



Pensez à vous abonner aux réseaux sociaux de la crèmerie pour ne rien manquer de ces savoureux moments de partage ! Sur place, vous pouvez également savourer à tout moment de la journée une planche de fromages, de charcuteries ou mixte, accompagnée ou non d'un verre de vin, mais toujours des conseils avisés de Fabien.

25#

À vos agendas !

Les prochaines soirées raclette / fondues à volonté auront lieu les mercredi 3, vendredi 12, mercredi 17 et vendredi 26 septembre.

Ne tardez pas à réserver !



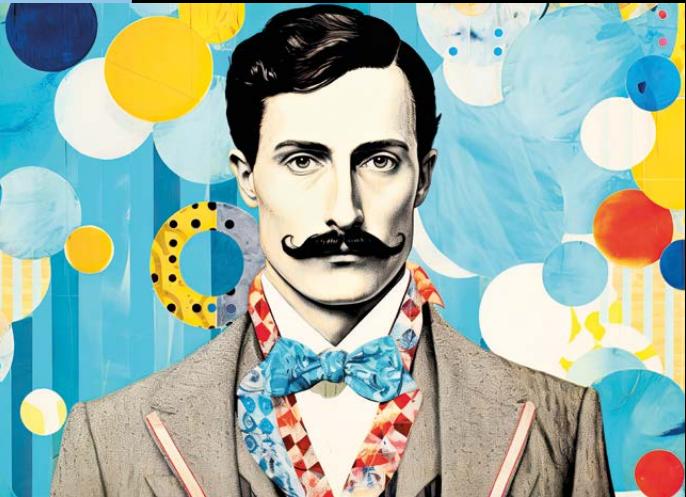
LA CRÉMERIE DE FABIEN

51, boulevard des cigales
40130 CAPBRETON

06 87 08 51 48

f @La Crèmerie de Fabien
o @lacremeriedefabien_capbreton

Ouvert toute l'année, du mardi au samedi, de 9 h 30 à 19 h 30, et le dimanche de 10 h à 13 h 30.
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



Chaque année en novembre, les moustaches fleurissent sous le nez des hommes pour rappeler une réalité souvent méconnue : il y a du laisser-aller pour la santé de ces messieurs. Moins attentifs à leur corps, plus réticents à consulter, plus exposés au tabac, les hommes meurent en moyenne six ans plus tôt que les femmes.

Le mouvement Movember invite à changer la donne.

UNE INÉGALITÉ SILENCIEUSE

Quand il s'agit de santé, les hommes paient souvent le prix de mauvaises habitudes et d'un suivi médical insuffisant. Leur espérance de vie est plus courte et leurs indicateurs de santé le montrent : cancers, maladies cardiovasculaires, troubles psychiques... Les chiffres sont éloquents : trois suicides sur quatre concernent des hommes, le cancer de la prostate,

POURQUOI LES HOMMES PRENNENT-ILS MOINS SOIN DE LEUR SANTÉ QUE LES FEMMES ?



POURQUOI LES HOMMES CONSULTENT-ILS MOINS ?

Si l'espérance de vie des hommes est plus faible que les femmes, ce n'est pas une fatalité biologique mais surtout la conséquence de modes de vie plus à risque et d'un moindre suivi médical. Tabac, alcool, alimentation déséquilibrée, sédentarité : autant de facteurs qui pèsent lourd sur leur santé. Mais pourquoi les hommes consultent leur médecin 30 % moins souvent que les femmes ? Les études pointent plusieurs causes : une culture de la virilité qui décourage la vulnérabilité, une tendance à minimiser les symptômes, et parfois un manque d'attention des politiques de santé publique. Résultat : un retard dans le dépistage, une prise en charge plus tardive et donc une mortalité plus élevée.

#26



MOVEMBER, UNE MOUSTACHE QUI SAUVE DES VIES

Créé en Australie, le mouvement Movember a fait de la moustache le symbole de la santé masculine. Chaque mois de novembre, des millions d'hommes laissent pousser leur moustache pour attirer l'attention sur ce sujet, récolter des dons et financer la recherche sur le cancer de la prostate, le cancer des testicules et la santé mentale.

UN MOUVEMENT MONDIAL SOLIDAIRE

Depuis sa création, la fondation Movember a permis de rassembler plus de 837 millions de dollars et de financer plus de 1200 projets dans plus de 20 pays.

PRÉPAREZ-VOUS À VOUS LAISSER POUSSER LA MOUSTACHE

Commencez Movember en vous rasant de près. Puis laissez-la pousser. La moustache est un symbole fort : la porter, c'est afficher le soutien à la santé masculine et à un monde en bonne santé. Laissez-la intriguer et charmer vos interlocuteurs pour engager avec eux une discussion nécessaire sur la santé masculine.

AGIR ENSEMBLE

Prendre soin de la santé des hommes n'est pas qu'une affaire masculine. Conjointes, familles, entreprises, associations, institutions : tous ont un rôle à jouer pour briser le tabou et encourager les hommes à consulter et à se faire dépister. Dans les Landes, le Centre d'Imagerie s'associe à Movember en rappelant que la radiologie est un outil essentiel dans le diagnostic et le suivi des maladies masculines, et propose aux patients de réaliser échographies, scanners et IRM sur prescription médicale.



EN SAVOIR PLUS :

🌐 <https://fr.movember.com>
🔗 @movember



27#

SURF ADDICTS

Hervé LEFEBVRE photographe

Un nouveau regard sur l'amour de l'Océan

Textes : Hugo VERLOMME, Olivier BONNEFON



#28

155 visages. 155 êtres humains à ce point habités par l'Océan qu'ils y consacrent leur vie. Des surfeurs bien sûr, mais aussi des nageurs, des sauveteurs, des shapers, des artistes, etc., qui ont accepté de poser devant l'objectif d'Hervé Lefebvre. Laboutissement de ce travail de longue haleine, Surf Addicts est à la fois un hommage vibrant à la passion de l'Océan et une mise en lumière des personnalités emblématiques de cet univers.



Le surf, symbole local

L'histoire du surf en France a commencé à s'écrire récemment. Si elle nous semble aujourd'hui indissociable de l'Océan, cette pratique a en effet fait ses débuts sur notre littoral il y a environ 70 ans. À cette époque, l'Océan fait peur et les surfeurs ne sont d'ailleurs pas forcément bien vus. L'engouement débute dans les années 90, pour parvenir non seulement à l'explosion actuelle du nombre d'adeptes, mais aussi à une vraie prise de conscience environnementale. Protéger l'Océan est une nécessité. Aujourd'hui, le surf incarne ce retour à la mer. Il est en quelque sorte devenu le porte-drapeau de la passion océane en France, un pays qui bénéficie de centaines de kilomètres de côtes.

SURF ADDICTS
Hervé Lefebvre photographe
Textes : Hugo Verlomme et Olivier Bonnefon



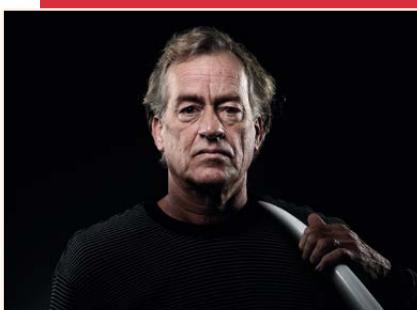
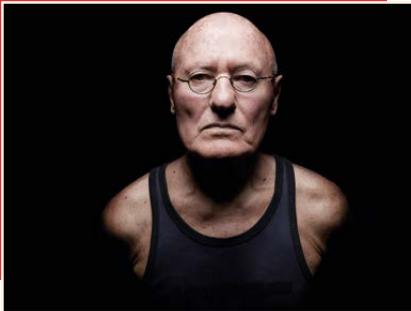
CAIRN

Un « Who's Who ? » du surf

C'est Hervé Lefebvre qui a eu, au fil des années, l'idée d'immortaliser les « Surfs Addicts », de Montalivet à la frontière espagnole. Ce photographe, passionné par l'art du portrait, parvient à dévoiler les visages. Ce projet un peu fou, qui lui tenait à cœur depuis longtemps, lui a offert des moments privilégiés avec des pionniers du surf ou de nouveaux talents. Il a ensuite demandé à Hugo Verlomme et Olivier Bonnefon, eux-mêmes particulièrement aquatiques, d'écrire des biographies pour accompagner ses photos.

L'objectif : sublimer ces visages marqués par les éléments et comprendre le lien si spécial qui unit cette tribu cosmopolite à l'Océan dont ils ne peuvent s'éloigner.

Le résultat est à la fois un livre d'art et une passionnante étude sociologique, un ouvrage unique qui séduira à coup sûr au-delà du monde du surf.



Une histoire authentique du surf dans le Sud-Ouest.



SURF ADDICTS

Auteur-photographe : Hervé Lefebvre
Textes : Hugo Verlomme et Olivier Bonnefon
Paru en mai 2025 aux éditions Cairn
344 pages, 30 x 22,5 cm, 48,80 €
ISBN : 979-1-07007-505-1

Disponible en librairie ou en ligne sur www.editions-cairn.fr

LE 21 SEPTEMBRE PROCHAIN, venez prendre soin de la plage !



#30

Le samedi 20 septembre 2025 sera la « Journée mondiale du nettoyage de plage » ((World Cleanup Day). À cette occasion, différents acteurs locaux uniront leurs forces lors d'une action citoyenne qui se déroulera le dimanche 21 septembre 2025 à Hossegor. Save La Mermaid, la Water Family, la Banque Populaire et Hossegor Surf Club, œuvreront ensemble pour sensibiliser la population, agir pour la protection de l'océan et lutter contre la pollution plastique.



Le programme

La journée sera aussi conviviale qu'engagée. Son objectif est de rappeler que chaque geste compte pour préserver la beauté et la santé de notre littoral. De 10 h à 12 h : **divers ateliers pédagogiques et ludiques** permettront de comprendre l'impact de la pollution des océans et présenteront les bons réflexes à adopter au quotidien. De 14 h 30 à 16 h 30 : un **concours de ramassage des déchets** sera organisé sur la plage Centrale (départ depuis le Hossegor Surf Club). Ce challenge sera gratuit et accessible à tous.



Les organisateurs

Banque Populaire Aquitaine Centre Atlantique

Partenaire de la Fédération Française de Voile depuis 1989 et de la Fédération Française de Surf depuis 2020, Banque Populaire Aquitaine Centre Atlantique s'engage dans les sports nautiques depuis plus de 35 ans. Cette expertise lui permet d'accompagner les pratiquants de tous les niveaux, des débutants aux athlètes confirmés. Banque Populaire Aquitaine Centre Atlantique a notamment mis en place le remboursement de la licence de surf à tous ses nouveaux clients, afin d'encourager la pratique sportive en Nouvelle-Aquitaine.



L'association Save la Mermaid

Fondée à Seignosse par Maud le Car, surfeuse professionnelle et artiste engagée, Save La Mermaid a pour but de sensibiliser à la pollution plastique et d'organiser des actions de ramassage pédagogiques, ludiques et créatives.

Le mot de Maud Le Car, fondatrice de Save La Mermaid

« Le 21 septembre à l'occasion du World Clean Up Day, on va ramasser les déchets sur la plage, mais pas que ! On sensibilisera les enfants, on revalorisera les déchets ramassés avec nos ateliers créatifs, on transformera les microplastiques recyclables grâce à nos machines, entourés d'acteurs locaux engagés sur différents domaines. C'est vraiment hyper motivant et cela donne un sens à ce que l'on fait au sein de Save La Mermaid depuis le début. Cet événement va relier toute la communauté pour une mission commune qui est de préserver notre terrain de jeu qui est l'océan. Je suis personnellement particulièrement heureuse que cela se fasse avec le Hossegor Surf Club, l'un de mes clubs de cœur. L'union fait la force pour nos océans ».

Jeu de mots

Sirène se traduit en anglais par *Mermaid*, qui se compose de mer (comme la mer en français) et de *maid* qui veut dire « femme de ménage » en anglais. Une sirène pourrait donc être une femme de ménage de l'océan, qui le dépollue de ses déchets plastiques marins !



SAVE LA MERMAID

Karine Chochon : 06 20 30 23 40 ou Maud Le Car : 06 31 21 19 22.

✉ www.savelamermaid.com.

✉ @savelamermaid @maudlecar

LES PARTENAIRES

L'association Water Family – Du Flocon à la Vague,

Reconnue d'intérêt général, elle agit pour la préservation de l'eau, de notre santé et de l'ensemble du vivant grâce à la sensibilisation, l'éducation et la formation aux enjeux de l'eau et à l'écologie scientifique. Depuis 2009, elle développe des programmes pédagogiques complets pour les scolaires, le grand public, les entreprises et organisateurs d'événements.

✉ www.waterfamily.org

Hossegor Surf Club

Depuis 1994, Hossegor Surf Club, accueille ses élèves à l'année sur ses plages landaises et leur assure des prestations de qualité en plaçant le surf et l'enseignement au cœur de son action. Acteur incontournable de la scène locale, l'HSC est avant tout un lieu de vie où l'on se retrouve pour échanger, partager et surfer.

✉ www.hossegor-surfclub.com/

31#

Family Sphere

Et si c'était la clef de votre rentrée ?

UN PARTENAIRE DE CONFIANCE POUR LES FAMILLES

Depuis 2006, la franchise Family Sphere est **leader de la garde d'enfants à domicile en France**. L'agence de Saint-Vincent-de-Tyrosse propose ainsi, sur les côtes landaises, des prestations qualitatives de :

- Garde régulière ou ponctuelle de bébés / enfants à domicile,
- Aide aux devoirs,
- Transport / accompagnement aux activités et soins médicaux.

François, Christelle et Cécile vous proposeront des intervenants professionnels, soigneusement sélectionnés, et mettront tout en place dans l'organisation afin de vous garantir une séénité maximale.



#32

RENCONTRE AVEC SANDRA, NOUNOU MOBILE CHEZ FAMILY SPHERE DEPUIS 3 ANS

« Issue d'une famille nombreuse, j'ai toujours voulu exercer auprès des enfants et participer à leur éveil. Cependant, je souhaitais être épaulée par une structure et travailler hors de mon domicile. Chez Family Sphere, j'ai trouvé le soutien d'une équipe motivante et une profession qui ne connaît pas la routine. J'aime m'adapter à chacun des enfants dont je m'occupe et aux spécificités de chaque famille. Et grâce aux ateliers d'accompagnement proposés aux nounous par l'agence, je progresse constamment dans mon métier. Enfin, j'évolue tous les jours dans un climat sécurisant, où la communication est privilégiée et où je me sens en confiance. »

Ouvert du lundi au vendredi, de 9h30 à 17h30.



FAMILY SPHERE SUD LANDES

18, rue de Casablanca
40230

SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE

05 40 69 04 26

✉ contact.sudlandes@family-sphere.fr

🌐 www.family-sphere.com/

agences/saint-vincent-de-tyrosse

f @Family Sphere Pays Basque

et Sud Landes

✉ @familysphere6440

Panne de bois ou de granulés ?



FAMILY SPHERE RECRUTE !
Vous avez un bon relationnel avec les enfants et recherchez un complément d'activité ou un emploi à temps partiel ? Homme ou femme, et si vous rejoignez les 60 nounous Family Sphere ? Vous profiterez des avantages d'un **CDI intermittent, de missions adaptées à vos possibilités, d'un encadrement extrêmement vigilant à l'équilibre de ses salariés** et de plein d'autres avantages présentés ci-dessous par Sandra !

« Être nounou, ce n'est pas juste un job. C'est transmettre, rassurer, faire grandir ».



Forestière Nicolas

30 ans de savoir-faire à votre service

FORESTIÈRE NICOLAS, entreprise familiale dirigée par Geneviève et Bernard NICOLAS, travaille le bois depuis 3 générations. Au fil des ans, la société s'est diversifiée en proposant du bois de chauffage aux particuliers, et en s'adaptant aux nouveaux concepts de chauffage au bois. Ses prestations ont évolué, et composent aujourd'hui une offre variée, cohérente et complémentaire : **bois de chauffage, granulés, ramonage et nettoyage de toitures**.

LA VENTE DE BOIS DE CHAUFFAGE : CŒUR DE MÉTIER DE L'ENTREPRISE

Les essences proposées sont le chêne et le hêtre, qui possèdent le meilleur pouvoir calorifique. Elles sont déclinées en plusieurs dimensions : 25, 30, 40, 50 cm. Deux choix possibles :

- **Bois à stocker pour séchage** (10/12 mois avant utilisation), livraison en vrac.
- **Bois passé au séchoir, prêt à brûler**, livraison en vrac ou sur palette.



LA VENTE DE GRANULÉS

2 options répondant aux normes **DIN+**, **NF** vous sont proposées : **les granulés CRÉPITO**, marque française, **les granulés VERPELLET**, marque espagnole. FORESTIÈRE NICOLAS collabore avec ces deux partenaires depuis 10 ans : produits performants garantis !



Produits complémentaires disponibles : allume-feux, allume-cheminées, bois densifié, sacs de bûches, nettoyant vitres inserts, etc.



POUR LE RAMONAGE, DES ÉQUIPEMENTS NOVATEURS

En plus de vous fournir du bois de qualité, l'équipe se charge de l'entretien de vos appareils de chauffage : cheminées, inserts, poêle à granulés. La société, certifiée QUALIBAT, a investi dans du matériel moderne : les centrales de ramonage, un matériel qui permet une prestation de qualité, efficace et propre grâce à un système d'aspiration des suies relié au fourgon. Différentes prestations sont à votre disposition (tarif à partir de 85 €, variable en fonction des types d'appareils).

Bon à savoir : depuis 2023, l'entretien annuel des conduits de fumée par un ramoneur professionnel est obligatoire une fois par an !



LE NETTOYAGE DE TOITURES

FORESTIÈRE NICOLAS, désireuse de compléter son offre de prestations, propose aussi le nettoyage de toitures : enlèvement des déchets et mousses effectué manuellement, application d'un produit anti-mousse biodégradable.



FORESTIÈRE NICOLAS

75, chemin Sablaret
40230 BÉNESSE-MAREMNE

05 58 77 50 57

✉ www.forestiere-pierre-nicolas.com

f @Forestiere Nicolas

Ouvert du lundi au vendredi de 8 h30 à 12 h et de 14 h à 18 h 30 (jeudi 17 h 30).

Ouvert le samedi

du 15/09 au 15/04, de 9 h à 12 h.

Fermé les jours fériés.

Les valeurs de Forestière Nicolas :

- Un professionnalisme sans faille,
- Une grande qualité de service et produits,
- La relation de proximité avec le client au cœur de l'entreprise.

Panne de bois ou de granulés ?

Un drive accessible 24h/24 vous permet de vous dépanner en sacs de granulés CRÉPITO ou en sacs de bûches, en vous connectant sur le site www.pelletsdrive.fr.

APEF

À vos côtés pour améliorer le quotidien

Installée au cœur du territoire, l'agence APEF CÔTE LANDAISE s'est imposée comme une référence dans le domaine du service à la personne. Depuis ses débuts, elle rayonne par son engagement local et humain.



Soutenue par une équipe passionnée, bienveillante et soudée, l'agence place l'accompagnement et l'écoute au centre de tous ses prestations. Qu'il s'agisse d'aide à domicile, de ménage, de Jardinage, ou d'un soutien aux personnes âgées, chaque intervention vise à soulager les familles tout en respectant leurs rythmes et leurs attentes. Quant à la garde d'enfants, nous travaillons en étroite collaboration avec Babychou services Sud Landes, partenaire idéal et qualifié pour vos chères têtes blondes. Le saviez-vous ? Les prestations d'APEF sont éligibles au crédit d'impôt à hauteur de 50 % du tarif : ne payez que la moitié de votre facture !



Pour la rentrée
APEF prend le
relais !



www.apef.fr/nos-agences/apef-cote-landaise
@apefcotelandaise f @APEF Cotelandaise
Agence ouverte du lundi au jeudi de 9 h à 17 h 30,
le vendredi de 9 h à 16 h 30, avec ou sans rendez-vous.

UNE EXPERTISE ENGAGÉE

Chez APEF CÔTE LANDAISE, la qualité de service ne se résume pas à des compétences : elle repose avant tout sur des valeurs fortes le respect, l'écoute, la confiance.

L'agence travaille main dans la main avec les partenaires locaux : CCAS, professionnels de santé, associations ou encore établissements médico-sociaux, comités d'entreprise (l'armée, AIR France, SAFRAN...). Cette collaboration permet une prise en charge globale et réactive, adaptée à chaque situation.

Avec 18 collaborateurs et plus de 150 familles accompagnées chaque jour, APEF CÔTE LANDAISE mise sur la formation continue et la valorisation des talents. Nos équipes bénéficient d'un accompagnement individualisé, d'un planning flexible, et d'un véritable dialogue avec la direction grâce à une boîte à idées ouverte à tous.

Envie de nous rejoindre ?

APEF CÔTE LANDAISE recrute ! Si vous souhaitez intégrer une équipe chaleureuse, engagée, et contribuer à améliorer le quotidien de nombreuses familles, découvrez nos offres sur apefrecrute.fr et Indeed.

APEF

ZA Artiguenave
route de Maremne, D180
40530 LABENNE
05 24 33 06 92
06 22 99 37 77
claire.luciani@apef.fr



www.apef.fr



@apefcotelandaise



@apefcotelandaise



@APEF_Cotelandaise

Agence ouverte du lundi au jeudi de 9 h à 17 h 30,
le vendredi de 9 h à 16 h 30, avec ou sans rendez-vous.



La gourmandise fait-maison,
chez Anne'So



Envie de vous régaler d'une cuisine savoureuse, de recettes authentiques réalisées avec passion et professionnalisme ? Rendez-vous chez Anne-Sophie ! Forte d'un CAP cuisine, d'un CAP pâtissier et d'un CAP chocolatier-confiseur, passés dans le cadre d'une reconversion professionnelle, elle a ouvert en 2025, à Ondres, sa propre boutique-restaurant.

Elle nous y propose :

- 3 menus différents pour combler toutes les envies (dont 1 option végétarienne), renouvelés tous les 3 jours.
- Une gamme snacking variée, composée de sandwichs focaccias, poke bowls, tatins de légumes, burgers (canard, poulet ou végé), nuggets, frites, etc.
- De généreuses lunchs box, parfaites pour une agréable pause déjeuner au travail.
- Un joli bar à desserts, comprenant muffins, cookies et brownies à personnaliser avec le topping de votre choix, gâteaux basques, flans, etc.



La cuisine est ici 100 % fait-maison, élaborée avec des produits de qualité suivant le rythme des saisons et au maximum locaux.

Grâce à un tel choix, on se fait plaisir à tout moment de la journée. L'intégralité de la carte est prévue à emporter : idéal le midi comme le soir, quand on est pressé, qu'on veut se faire plaisir ou qu'on n'a tout simplement pas envie de cuisiner ! Quelques mange-debout sont également à votre disposition à l'intérieur.

Enfin, Anne-Sophie a également conçu une offre traiteur (repas de groupes, gâteaux d'anniversaire, bûches de Noël, etc.), dont la qualité a conquis un public fidèle et varié.

Retrouvez également
Anne-Sophie tous les jeudis soir
au marché de producteurs
de Labenne.



CHEZ ANN'SO

34, place Richard Feuillet
40440 ONDRES
05 59 31 40 33

www.chezannso.fr
@chezannso40
De 8h à 19h30 en semaine, de 9h à 21h30 le samedi,
et 9h-14h le dimanche. Fermé le mardi.



#36

Vous adorez la Rhune mais connaissez son ascension classique par cœur ? Optez aujourd’hui pour son versant oriental, avec cette magnifique randonnée qui offre des panoramas splendides sur les montagnes pyrénéennes, la campagne environnante et les vagues de l’Atlantique.



Infos pratiques

DISTANCE : environ 11 km.
DÉNIVELÉ + : environ 690 m.
POINT LE PLUS HAUT : 710 m.
TYPE DE PARCOURS : boucle.
DURÉE MOYENNE : 4 h 30 de marche.
BALISAGE : jaune, suivre « De col en col ».
DÉPART : parking situé 100 m avant l’église de Sare, rue Nagusia.
Chiens autorisés tenus en laisse.

Vous côtoierez :

- Les massifs de l’Altxanga et de l’Ibanteli,
- La chapelle d’Olhain,
- La Nivelle et la baie de Saint-Jean-de-Luz,
- Le train à crémaillère de la Rhune,
- Le col des trois fontaines,
- La brèche d’Urkila,
- La faune (pottocks, rapaces, etc.) et la flore basques,
- Bergeries, maisons en pierres de taille, ruisseau, etc.

La randonnée est bien balisée. Vous pouvez également télécharger tracés et description ici :

Source : www.en-pays-basque.fr



Photo © Alicia Munoz



37#



Les plus courageux pourront également profiter de cette sortie pour monter jusqu’en haut de la Rhune et pourquoi pas s’y désaltérer !

Comme lors de toute randonnée, partez correctement équipés et chaussés, avec suffisamment d’eau et de nourriture et après avoir vérifié la météo. Enfin, veillez à bien ramasser vos déchets, à refermer les barrières et à préserver l’environnement incroyable qui vous accueille. Bonne balade !



Difficile d'y résister...
Ces petits muffins dorés, feront fondre les gourmands dès la première bouchée. À savourer à l'apéritif ou en entrée, ils allient moelleux et gourmandise dans un équilibre parfait.

#38

Ingrédients (env. 10 muffins)

220 g de farine
1/2 sachet de levure
1/2 cuillère à café de sel
2 œufs battus
80 g de beurre fondu refroidit
20 cl de lait
120 g de fromage de chèvre en crottin
80 g de gruyère râpé
100 g de noix de Grenoble émondées et hachées grossièrement



Muffins au fromage de chèvre et noix

PRÉPARATION

Préchauffez votre four à 180°C.

Dans un grand saladier, mélangez les ingrédients avec délicatesse en soulevant la pâte pour qu'elle soit légère et aérienne. Ajoutez les crotins coupés en petits morceaux ainsi que les noix hachées.

Versez la préparation dans des moules à muffins beurrés ou dans de jolies caissettes en papier.

Enfournez à mi-hauteur : laissez cuire 10 minutes à 180°C, puis augmentez à 200°C et poursuivez encore 10 minutes, jusqu'à ce que les muffins soient bien gonflés et dorés.

Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau : elle doit ressortir propre. Sinon, laissez cuire encore quelques minutes. Démoulez délicatement et laissez refroidir sur une grille... si vous parvenez à attendre avant d'y goûter !

Astuce du chef : pour une touche encore plus irrésistible, ajoutez un filet de miel juste avant de servir.

SERVICE

Il se dégusteront en entrée avec une belle salade verte et une vinaigrette à l'huile de noix. ou à l'apéritif façon petites bouchées

39#



Simple et gourmand, en entrée ou pour accompagner l'apéritif !

Agenda

SEPTEMBRE OCTOBRE 2025

JUILLET

Tous les jeudis soir
Marché de producteurs de Labenne
 Avec notamment Anne-So (voir p. 35)

DU VENDREDI 5 AU DIMANCHE 7 SEPTEMBRE
Latinossegor
 Musiques et danses latines
 Place des Landais
 HOSSEGOR

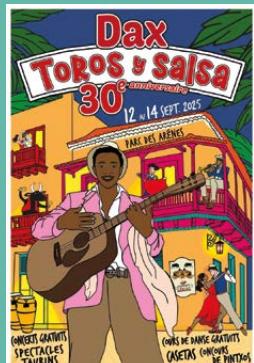


MARDI 9 SEPTEMBRE
Soirée stand-up
 Organisée par le Good Luck Comedy Club (Bordeaux).
 Hôtel 70 Hectares, SEIGNOSSE
 Voir aussi p. 42-43.

VENDREDI 12 SEPTEMBRE
 Soirée raclette / fondue à volonté
 La Crémierie de Fabien, CAPBRETON.
 Voir aussi p. 25.

DU VENDREDI 12 AU DIMANCHE 14 SEPTEMBRE

Toros y Salsa
 30e édition
 Tauromachie et musique latino
 Parc des arènes, DAX



DIMANCHE 14 SEPTEMBRE
Concert de nuit noire
 (berceuses électroniques)
 Dodue, CAPBRETON
 Voir aussi p. 24.

MERCREDI 17 SEPTEMBRE
 Soirée raclette / fondue à volonté
 La Crémierie de Fabien, CAPBRETON.
 Voir aussi p. 25.

VENDREDI 19 SEPTEMBRE
Concert de Samarabalouf + Meltemi
 French world music – Tendance manouche
 Organisé par l'association Scène aux champs
 20 h 30, La Mamisèle, SAUBRIGUES



Atelier d'écriture tout public

Organisé par *Grain de Sel*
 18 h - 20 h, salles municipales de Capbreton (salle n°4)
 Atelier découverte gratuit, puis adhésion.

SAMEDI 20 ET DIMANCHE 21 SEPTEMBRE

Journées européennes du patrimoine



SAMEDI 20 SEPTEMBRE

Maison de l'Oralité et du Patrimoine de Capbreton
 Atelier d'écriture

En partenariat avec *Grain de Sel*.
 10 h 30 - 12 h 30,

PARCC de Labenne
 14 h : **rencontre avec Christophe Blamm**, architecte du PARCC.
 Gratuit sur réservation.
 14 h - 18 h : **ouverture des expositions « Contacts » de Romain Bernini et « Xénolithe » de Cécile Beau**. Entrée libre et gratuite.
 15 h - 17 h : **rencontre avec les artistes Romain Bernini et Cécile Beau**. Entrée libre et gratuite.

Marais d'Orx
 19 h 30 : **concert sous casque : « Nocturnes », de la Cie des Musiques Télescopiques.**
 GRATUIT, sur réservation.

DU SAMEDI 20 AU DIMANCHE 28 SEPTEMBRE

Quiksilver Festival
 Surf, music, art, skate
 Capbreton, Hossegor, SEIGNOSSE



MARDI 23 SEPTEMBRE

Atelier d'écriture tout public
 Organisé par *Grain de Sel*
 9 h 30 - 11 h 30, salles municipales de Capbreton (salle n°2)
 Atelier découverte gratuit, puis adhésion.

VENDREDI 26 SEPTEMBRE

Soirée raclette / fondue à volonté
 La Crémierie de Fabien, CAPBRETON.
 Voir aussi p. 25.

VENDREDI 3 OCTOBRE

Atelier d'écriture tout public
 Organisé par *Grain de Sel*
 18 h - 20 h, salles municipales de Capbreton (salle n°4)
 Atelier découverte gratuit, puis adhésion.

SAMEDI 4 OCTOBRE

Spectacle « Entre Cop's – Les Shini's »
 16, école La Souque, SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE, gratuit

VENDREDI 10 OCTOBRE

Concert de Jok'Air
 19 h 30,
 Le Tube – Les Bourdaines, SEIGNOSSE.



DIMANCHE 12 OCTOBRE 2025

Challenge Vieux-Boucau (triathlon)

750 m de natation (lac marin), 20 km de vélo, 5 km de course à pied.

Spectacle « NÜ », par la Cie Passe-Montagne (concert pour enfant de 0 à 5 ans)

Dans le cadre de Dimanche & Cie
 10 h 30 et 16 h, SAINT-JEAN-DE-MARSACQ.

MARDI 14 OCTOBRE

Atelier d'écriture tout public
 Organisé par *Grain de Sel*
 9 h 30 - 11 h 30, salles municipales de Capbreton (salle n°2)
 Atelier découverte gratuit, puis adhésion.

Soirée stand-up

Organisée par le Good Luck Comedy Club (Bordeaux).
 Hôtel 70 Hectares, SEIGNOSSE
 Voir aussi p. XXX.

MARDI 21 OCTOBRE

Le grand bal des doudous, par la Cie Lou Pop
 Concert familial à partir de 3 ans.
 18 h 30, Pôle Sud, SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE

MERCREDI 22 OCTOBRE

Le grand bal des doudous, par la Cie Lou Pop
 Concert familial à partir de 3 ans.
 9 h 45 et 11 h, Pôle Sud, SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE



VENDREDI 24 OCTOBRE

Concert de Ona Mae / Marie-So + Manon Gasseng
 Folk-world envoûtant
 Organisé par l'association Scène aux champs
 21 h, Le Circus, CAPBRETON

DIMANCHE 26 OCTOBRE
Boucles roses de Semisens (course à pied) - 10 h, SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE



VENDREDI 31 OCTOBRE

Atelier d'écriture ados (13 - 15 ans) « À vos peurs, prêts, écrivez ! »
 En compagnie de l'auteur et ancien journaliste Jean-Claude Tixier.
 16 h - 18 h, bibliothèque Gabriel Fauthoux, gratuit, inscription obligatoire.

L'expérience 70 Hectares

Pour tous et tout au long de la journée !

Photos © AlixPardo



#42

SEI : POUR SAVOURER LA CUISINE JAPO-LANDAISE

En 2025, le restaurant de 70 Hectares a créé la surprise avec une nouvelle carte et un relooking total, constituant tous deux de véritables invitations au voyage. Dans les assiettes, la délicatesse des saveurs japonaises fusionne avec la générosité de la gastronomie landaise. Une proposition novatrice qui se découvre à l'heure du déjeuner ou encore le soir, dans un esprit izakaya. Nos coups de cœur ? Le bao bun au porc confit, le club sando au poulet, le donburi et bien d'autres merveilles.

Côté bar, on craque pour la gamme de latte signature, les délicieux mocktails, les cocktails au saké pétillant* ou encore les créations au collagène.



Les rendez-vous gourmands à ne pas manquer

- Le petit-déjeuner XXL, tous les jours de 7 h 30 à 10 h 30.
- Les apéros concerts du mardi soir (jusqu'au 23 septembre),
- Les dîners braseros du jeudi soir.
- Les brunchs du dimanche midi.

Surplombant le golf de Seignosse, niché entre pins des Landes et chênes-lièges, l'hôtel 70 hectares... & l'océan offre à ses visiteurs une déconnexion totale au cœur de la forêt. Il se distingue en effet par son cadre exceptionnel tout autant que par ses prestations de haute qualité. Et s'il accueille naturellement des vacanciers en quête de bien-être, c'est aussi une adresse de choix pour les habitants de la région et les professionnels de nombreux secteurs.



70 HECTARES ET SEI RIEN QUE POUR VOUS ?

Quoi de mieux qu'un cadre aussi idyllique pour organiser un événement réussi, qu'il soit privé (anniversaire, mariage, etc.) ou professionnel (repas d'entreprise, formation, séminaire, séjour team building, etc.) ? Avec ses 32 chambres, ses 2 salles de réunions parfaitement équipées et son restaurant avec vue pinède et piscine, 70 Hectares saura à coup sûr éblouir vos convives. Privatisation totale possible.

Bar ouvert toute la journée aux clients extérieurs, idéal pour un matcha sous les pins, un rendez-vous professionnel, un apéritif en terrasse, etc.



**À offrir ou à s'offrir :
le Day pass 70 Hectares**

Déjeuner entrée-plat ou plat-dessert + accès à la piscine de 11 h à 19 h : 50 € / personne.

RIRE ET S'AMUSER SOUS LES PINS

70 Hectares, c'est aussi un lieu de vie, avec une soirée stand-up par mois, organisée par le Good Luck Comedy Club (Bordeaux). Prochaines dates les mardis 9 septembre et 14 octobre 2025 !

Enfin, et toujours en clin d'œil au Japon, l'hôtel propose à la location une salle de karaké pouvant accueillir 4 à 15 personnes, pour 2 heures de bonheur inoubliable. Parfait pour un anniversaire, un EVJF, etc.



**70
HECTARES
& l'océan**



SEI – RESTAURANT / BAR / KARAKÉ

70 hectares... & l'océan

901, avenue du belvédère
40510 SEIGNOSSE
05 58 45 76 16

@70 hectares et @sei.restaurant

www.lesdomainesdefontenille.com/fr/70hectares-gastronomie.html
Restaurant ouvert du mardi soir au samedi soir + brunch le dimanche midi
(fermé le dimanche soir, lundi toute la journée et mardi midi).
Fermeture annuelle le 2 novembre 2025.

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

43#

LE MEILLEUR DE L'OUTDOOR



PROLONGEZ vos soirées d'été !



Vue Extérieure vous propose des braseros, foyers design, luminaires et bien plus encore, pour créer chaleur et convivialité autour du feu.



VUE EXTERIEURE



DESIGN

34, avenue des Charpentiers
40150 SOORTS-HOSSEGOR

05 58 90 64 35

✉ contact@vuexteriere.com

🌐 www.vuexteriere.fr

✉ @vuexterierehossegor ☎ @vuexteriere

