Britany Lefebvre

Les fêtes
s'annoncent Slowly

Yoga ou Pilates :
lequel est fait pour vous ?

Slowly

25

Prendre le temps de vivre dans les LANDES
NOVEMBRE DÉCEMBRE 2022 • GRATUIT

pignada

VOIR NOËL
AUTREMENT

DE -30% À -50%

SUR TOUTES LES MARQUES OPTIQUES & SOLAIRES*
DU 15 NOVEMBRE AU 15 JANVIER (*VOIR CONDITIONS EN MAGASIN)

La Lunetterie Landaise
www.lalunetterielandaise.fr

ACCUEIL, ÉCOUTE, CONSEIL !

HOSSEGOR
Z.A Pedebert
33 Avenue des Tisserands
40150 Soorts-Hossegor
05 58 47 41 65

PEYREHORADE
En face de l'église
48 Place Aristide Briand
40300 Peyrehorade
05 58 73 23 91

TARNOS
Land Center
40 Boulevard Jacques Duclos
40220 Tarnos
05 59 25 40 09

Tiers Payant mutuelles
2ème paire à partir de 1€
GARANTIE CASSE & RAYURES ENFANT
GARANTIE ADAPTATION 6 MOIS
PAIEMENT EN 3 OU 4 FOIS SANS FRAIS

Ray-Ban Persol VUARNET B.V OAKLEY MINIMA Julbo etnia BARCELONA FRENCH RETRO MODO Maui Jim SEA2SEE VOGUE EMPORIO ARMANI WOOW

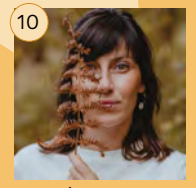
Édito

2022 s'achève déjà
et nous espérons que
cette année a été pour vous
synonyme de joie et de réussite.
Nous vous souhaitons le meilleur pour 2023 !
Puissent les mois qui viennent vous apporter
de merveilleux moments de rires, de partage et de douceur.
Puissiez-vous prendre le temps : du temps pour vous, du temps pour profiter
de ceux que vous aimez, du temps pour vous émerveiller de cette magnifique région
qui est la nôtre. Quant à nous, nous serons toujours là pour vous emmener
à la rencontre des trésors de la côte Sud des Landes.
Merci de votre fidélité et excellentes fêtes à vous,

L'équipe *Slowly*

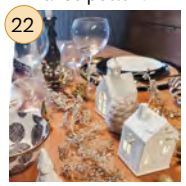
Sommaire

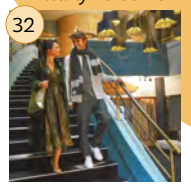
6 Rencontre avec petit R


10 Lecture Britany Lefebvre

12 les lectures de Slowly

20 Prendre l'air

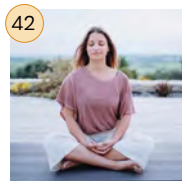

22 Inspiration pour les fêtes

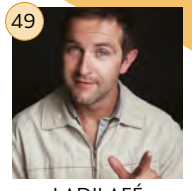

32 Profiter de la vie pour les fêtes

37 Recettes

38 Balade à Moliets

40 Yoga, Pilates, lequel est fait pour vous?


42 3 rituels pour bien démarrer sa journée


49 LADILAFÉ

50 L'agenda

Slowly mag N°25, novembre / décembre 2022
Directrice de publication, commerciale et graphisme : Sandrine Vialatte
E-mail : slowlymag@gmail.com **Tél.** 06 99 67 39 10
Couverture : Illustration Pignada - Imprimé sur papier PEFC, en UE

Web slowlymag.fr
Instagram @slowly_mag
Facebook @Slowly Mag
Rédactrice Caroline Bouchet en.un.mot
Photographe Candice Behlert can10blr
Photographe Samantha Hunt saltyroses photography

Un Noël landais CHEZ PIGNADA

Voilà déjà plus d'un an que Rémi rend honneur à notre merveilleuse région à travers sa jolie boutique seignossaise à l'ambiance 100 % nature. Pignada signifie en effet "forêt de pin „ en gascon. Vous y découvrirez une marque locale identitaire, élégante, engagée et ultra qualitative.

LES AFFICHES, STARS DES LIEUX

Aujourd'hui, ce ne sont pas moins de 22 affiches graphiques, épurées et évocatrices qui mettent en scène les plus beaux panoramas et symboles des Landes. Pour concevoir cette offre, Rémi sélectionne des scènes au gré de ses inspirations ou des photos qu'il prend. Il fait ensuite appel à des illustrateurs dont les styles permettent une véritable cohérence visuelle.

Ces superbes objets de décoration sont disponibles sous plusieurs formats (carte postale, A5, 30 x 40 cm et 50 x 70 cm) et peuvent être encadrés ou insérés dans des baguettes de suspension en bois. Emblématiques, les affiches ont grandement participé au succès de Pignada. Aujourd'hui, la marque est présente dans 14 points de vente, répartis entre les Landes, le Pays basque, la Vendée et Paris.

NOUVEAUTÉ 2022 : LES IMPRESSIONS SUR BOIS

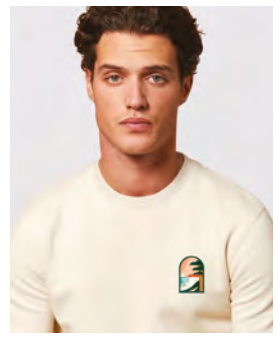
Quoi de plus évident pour un acteur comme Pignada que de recourir à ce noble matériau naturel qu'est le bois ? Désormais, vos affiches peuvent être imprimées sur ce support, aménagé ici d'une accroche intégrée. Des dimensions sur-mesure sont possibles sur commande.

PIGNADA, UNE MARQUE COLLABORATIVE

Vous avez craqué pour un ou plusieurs produits de la boutique ? Rémi sera ravi de le(s) voir installé(s) chez vous : pensez à lui envoyer un petit cliché. N'hésitez pas non plus à lui présenter les photos que vous avez prises de vos endroits préférés dans la région. Qui sait ? Peut-être inspireront-elles la prochaine affiche de la marque ?

LE LIEU IDÉAL POUR DES CADEAUX ORIGINAUX ET RESPONSABLES

Pignada est le lieu idéal pour gâter vos proches. Qu'allez-vous choisir ? Une belle affiche pour rappeler les vacances ? Un mug ou une gourde en acier utile tout au long de la journée ? À moins que vous ne craquiez pour un sweat ou un t-shirt tout doux en coton bio ? Les vêtements Pignada sont disponibles pour hommes (S à XL), femmes et enfants (3 à 14 ans). Fan de bougies ? Particulièrement prisées des maisons d'hôtes, les créations Pignada aux senteurs de pin vous transporteront dans la forêt en quelques instants. Elles sont composées d'une cire 100 % végétale, de mèches garantissant une combustion sans émanation toxique, de parfum de Grasse et de verre italien teinté sur mesure. C'est parti pour 55 h de plaisir olfactif !
Rémi se fera un plaisir de vous guider et de vous conseiller lors de vos achats. Vous préférez laisser le choix à ceux que vous aimez ? Les cartes-cadeaux, disponibles en ligne et en boutique, sont là pour ça !



LES ENTREPRISES LANDAISES À L'HONNEUR

Rémi fait au maximum appel aux compétences landaises. Les cartes et affiches papier sont ainsi imprimées à Mont-de-Marsan et Dax tandis que la gamme textile est personnalisée à Capbreton. Les savons au pin et à l'eucalyptus sont quant à eux fabriqués à Port-de-Lanne et les bières bio brassées à Saint-Julien-en-Born.

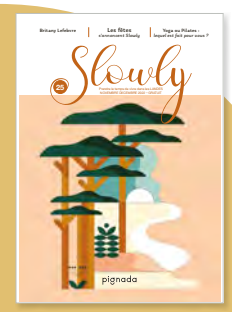
EXCLUSIVITÉ : LES CRÉATIONS ENTRE TERRES ET MERS

Nouvelle pépite Pignada, ces réalisations uniques sont entièrement faites à la main, à partir d'éléments naturels (aiguilles de pin, coquillages, fleurs, etc.) glanés autour de Soustons. Là encore, une très belle idée cadeau pour ceux que vous aimez… ou pour vous-même !

PIGNADA
12, route de Saubion
40150 SEIGNOSSE
Ouvert mardi, mercredi, vendredi et samedi,
de 10 h à 13 h et de 15 h à18 h 30 (19h le samedi).
En décembre, ouvert tous les jours sauf le lundi.
06 70 65 21 30 www.boutiquepignada.com
@boutiquePignada boutiquepignada

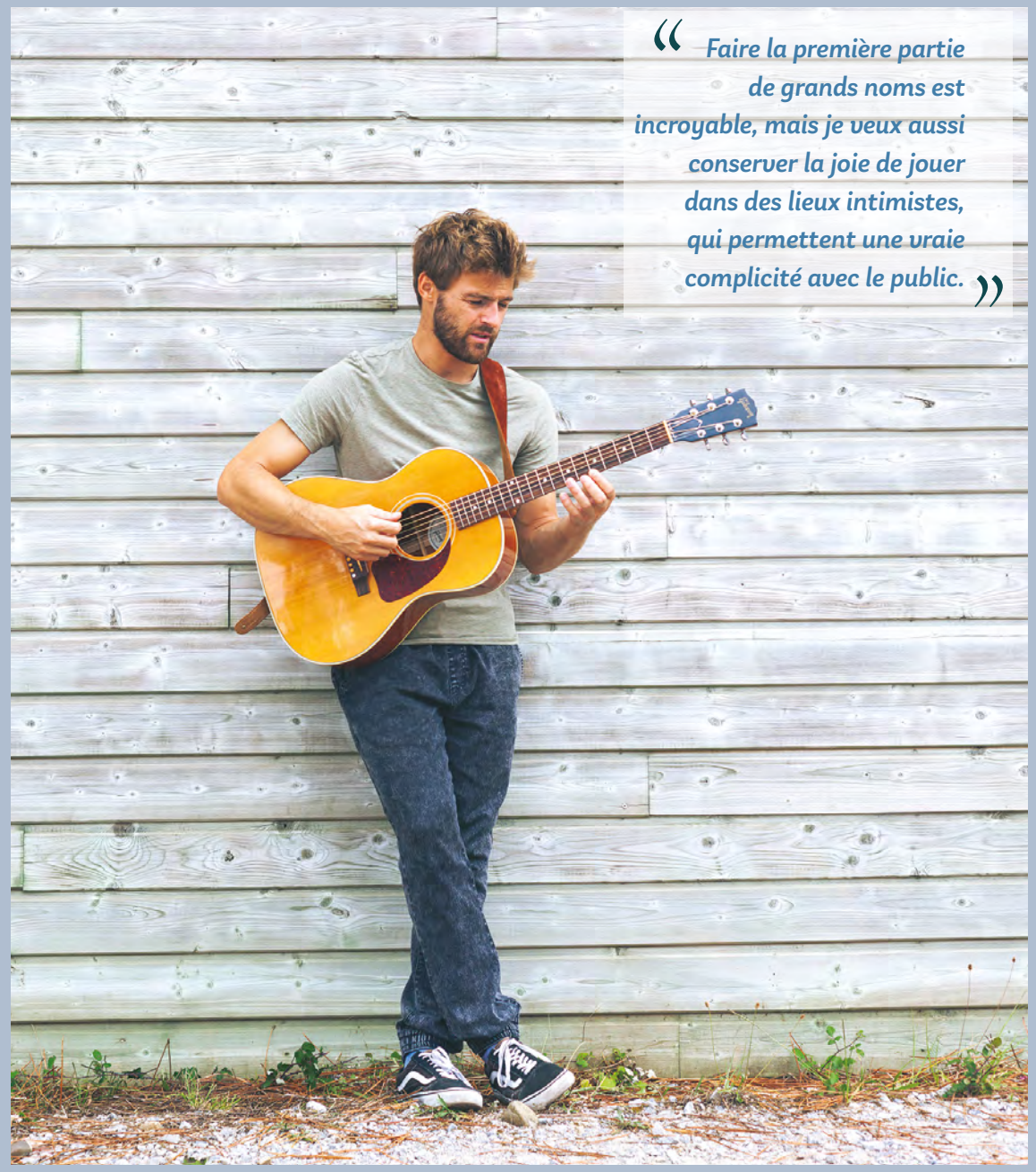
VOUS AIMEZ LA COUVERTURE DE *SLOWLY*

Slowly remercie Pignada pour la magnifique couverture de ce numéro de fin d'année. Merci également à tous ceux qui ont participé au jeu-concours ! **Retrouvez ce visuel en affiche chez Pignada.**



Rencontre avec Petit K

Kevin est un enfant de la montagne. Aussi ce vosgien a-t-il toujours gardé le goût de la nature et des grands espaces. Pendant de nombreuses années, il a ainsi partagé sa vie entre son métier de moniteur de ski et les saisons sur la côte atlantique. Mais entre temps, un autre de ses talents a retenu l'attention. Fils de mélomanes, Kevin est chanteur. Et en 2023, il entamera une tournée à travers la France entière.



« Faire la première partie de grands noms est incroyable, mais je veux aussi conserver la joie de jouer dans des lieux intimistes, qui permettent une vraie complicité avec le public. »

UN AUTODIDACTE PASSIONNÉ

Petit K a grandi en écoutant Jacques Brel, Francis Cabrel, Georges Brassens et autres grands noms de la chanson française. Quand lui vient l'envie d'essayer la guitare, c'est seul qu'il l'apprend, étudiant des heures durant d'innombrables vidéos You Tube. Plus tard, animateur au sein de l'UCPA, il crée la structure "Surf and Music „, grâce à laquelle les jeunes réalisent un clip en une semaine.

UNE MUSIQUE QUI NOUS FAIT DU BIEN

Amoureux de la chanson française, Kevin apprécie autant Vianney et Boulevard des Airs que MC Solaar, Gaël Faye, IAM ou encore Bon Entendeur. La surf music australienne, tout comme le folk d'Angus et Julia Stone, figurent également parmi ses influences. De cela, et de son inspiration personnelle, naît un style tout simplement solaire, à l'image de son interprète.

PREMIERS SUCCÈS

En 2016, Kevin, inscrit par une amie, tente le casting de "Nouvelle Star „ sans autre but que celui de s'amuser.... et finit parmi les 16 candidats retenus. Contacté quelques temps plus tard par l'équipe de "The Voice „, il refuse d'y participer, mais reconnaît que cette expérience audiovisuelle, certes déstabilisante, lui aura servi de tremplin. D'ailleurs, une manager le repère. Cette rencontre, décisive, sera rapidement suivie par la signature d'un contrat avec Sony Music. En 2019, le titre "Juste pour que ça dure „ séduit les ondes de Virgin Radio, RTL2, etc.

DES GRANDES SALLES, MAIS PAS QUE...

Son album, *Une vie à la belle étoile*, sort le 10 juillet 2022. Et pour le fêter en beauté, quoi de mieux que de faire la première partie de **Patrick Bruel au Palais des sports de Paris** ? Un challenge que Petit K connaît bien, puisqu'il a également réalisé celles de **Gauvain Sers, Bénabar et Ycare**. Mais l'un de ses grands plaisirs reste celui de jouer dans notre région, au bord de l'océan, devant un public ravi de poursuivre une belle journée de plage par un concert au sunset...

Tournée 2023

Petit K sera en tournée dans toute la France à partir de mars 2023. Plus d'une quarantaine de dates sont prévues : rendez-vous sur les réseaux sociaux pour trouver la vôtre !

PETIT K

@Petit K

petitk.musique

Hammam Kafane

Le cocooning à l'orientale, au Hammam Kafane

LAISSEZ-LES PRENDRE SOIN DE VOUS...

Créés en 2009 à Capbreton et en 2013 à Saint-Paul-lès-Dax, les Hammams Kafane sont de véritables havres de paix. Décor digne des mille et une nuits, équipe aux petits soins, prestations de grande qualité et senteurs enivrantes : tout est mis en œuvre pour que votre relaxation soit totale. Sans oublier les délicieuses pâtisseries orientales maison, accompagnées de thé à la menthe, qui clôturent en beauté les instants d'exception que vous venez de vivre.

POUR NOËL, OFFREZ LE BIEN-ÊTRE À L'ORIENTALE

Nos vies souvent trépidantes ne nous laissent que peu de temps pour souffler et décompresser. Pourtant notre corps comme notre esprit en auraient bien besoin, d'autant plus en cette période hivernale.
Alors que ce soit pour notre chéri(e), notre famille, nos amis ou même nos collègues, si on pensait aux bons cadeaux du Hammam Kafane ? Bains de vapeur et gommage entre copines, massage duo en amoureux, rituels VIP de la Reine de Saba ou du roi Salomon : le rêve est à portée de toutes les envies et de tous les budgets.

UN HAMMAM AUX MULTIPLES VERTUS

Une séance de hammam apporte un bien-être physique tout autant que mental. Elle permet d'éliminer les toxines, optimise l'exfoliation de votre peau, favorise la circulation sanguine et le drainage lymphatique. Le hammam libère par ailleurs les voies respiratoires et combat les douleurs musculaires. Face à tant de détente, les hormones du bonheur accourent !

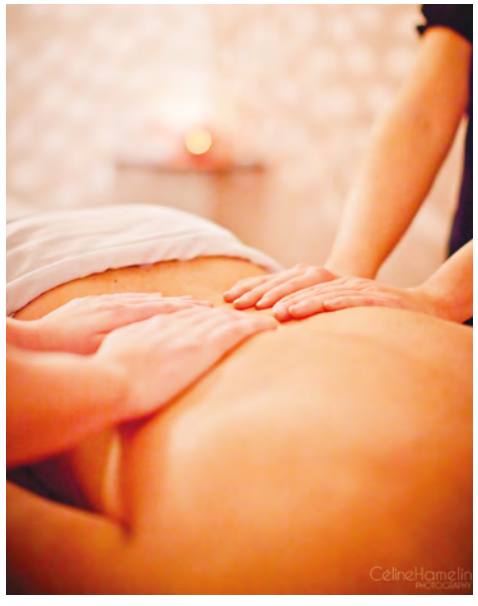
HAMMAM KAFANE

◊ 4, rue des résiniers, Z.A. Les 2 pins
40130 CAPBRETON
◊ 507, route de la Bernardère, village du Grand Mail
40990 SAINT-PAUL-LÈS-DAX

Hammams mixtes ouverts du mardi au jeudi de 10 h à 12 h et de 13h30 à 19h30, le vendredi et le samedi de 10 h à 12 h et de 13h30 à 20h.

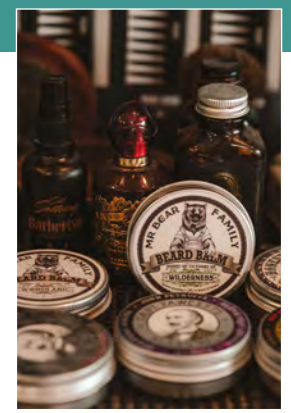
Rituels hammam à partir de 35 €.
Système de bons cadeaux en ligne.

05 58 48 14 58 / 05 58 97 26 77
www.hammam-kafane.fr
@Hammam Kafane hammamkafane



Entre les mains de Tiphaine le barbier

Coiffeur depuis onze ans, Tiphaine a exercé durant un an en Australie. Dans ce pays où la tradition du barber shop ne s'est jamais arrêtée, il se découvre une véritable passion : les coupes et soins pour hommes. Lorsqu'il revient en France, des idées plein la tête, le jeune barbier profite donc de l'essor de la coiffure masculine pour devenir son propre patron. Installé à l'entrée du centre-ville de Capbreton depuis mai 2022, il prend aujourd'hui soin des messieurs dans une ambiance très conviviale et profite d'un succès florissant.



UN SERVICE DE GRANDE QUALITÉ

Chez Tiphaine, c'est une équipe de quatre professionnels polyvalents qui vous reçoit et prend le temps de vous connaître. En effet, au-delà de la jolie coupe que vous avez repérée sur Instagram, ce qui compte c'est : votre nature de cheveux, votre visage et votre routine du matin. Votre coiffure a pour but d'être facilement reproductible : « Le client pense à nous tous les jours quand il se coiffe, ça doit être un geste simple qui lui fait plaisir ».
La spécialité indémodable : le dégradé à blanc. Tiphaine se régale quant à lui des coupes modernes teintées d'influences vintage et hipster. Mais toutes les coupes, du court au long, sont exceptionnellement soignées ! Le principal : que vous soyez heureux de votre image dans le miroir et de cette nouvelle version de vous-même.

QU'EST-CE QU'UN BARBIER ?

Un barbier, c'est tout simplement un coiffeur pour hommes. Donc, oui, chez Tiphaine, on coupe aussi les cheveux ;-)

PASSER UN BON MOMENT, REPARTIR AVEC LE SOURIRE

Ici, l'ambiance est 100 % masculine : « Entre hommes, on est très à l'aise. Les clients discutent ensemble, se font un café, on rigole beaucoup. J'ai envie qu'ils se sentent ici comme à la maison ». Les lieux sont inspirés des voyages de Tiphaine et reflètent sa personnalité comme son inébranlable bonne humeur.

TIPHAINE LE BARBIER

8, av. du Maréchal Leclerc
40130 CAPBRETON

Ouvert du mardi au samedi de 9 h à 18 h, uniquement sur rendez-vous.
Pour plus de simplicité, vous pouvez réserver votre créneau sur www.planity.com.

06 73 87 65 23
tiphaine.le.barbier
@Tiphaine le barbier

DES PARTENAIRES SOIGNEUSEMENT SÉLECTIONNÉS

Les produits utilisés dans le salon sont eux aussi de la plus grande qualité. Vous apprécierez ainsi la marque australienne Uppercut Deluxe, totalement dédiée aux hommes, ou encore Captain Fawcet, une entreprise anglaise très haut de gamme et complètement naturelle. Ici, on veut le meilleur pour vous !

LES PRESTATIONS DU BARBERSHOP

- Les coupes classiques, de l'old school au moderne, réalisées à la tondeuse, au rasoir droit, aux ciseaux, etc. (à partir de 5 ans et jusqu'aux seniors, avec également une parfaite maîtrise des coupes afros).
- La taille et l'entretien de la barbe : un authentique moment de soin, au cours duquel blaireau et serviette chaude sont de sortie.
- Le rasage complet de la barbe et du crâne avec usage d'une machine à vapeur.

Prix accessible dans le but de favoriser la fréquence des rendez-vous pour que ***ces messieurs puissent rester au poil !***

L'un de nos grands plaisirs d'hiver, c'est la pause bouquin. Que ce soit au coin du feu, sous la couette, le chat sur les genoux ou un cookie à la main, ce moment de détente et d'évasion est infiniment précieux et ressourçant… Dans ce numéro, Slowly vous fait partager son coup de cœur du moment : **Trait pour trait, de Britany Lefebvre.**

Have a break

SLOWLY LECTURE

L'AUTEUR

Rédactrice web indépendante et chroniqueuse radio, Britany Lefebvre a l'écriture chevillée au corps. Ainsi, si Trait pour trait est son premier roman, sa plume est déjà appréciée des 76 000 abonnés de son blog Indécence et Déraison, grâce auquel elle partage ses pensées et ses écrits. C'est aujourd'hui l'un des comptes Instagram de poésie francophone les plus suivis. Elle est également l'auteur d'un recueil de poésie, Fragments, paru en 2021 dans la collection « Or des Lignes », chez Frison-Roche Belles-lettres. Britany Lefebvre vit aujourd'hui à Seignosse.

L'OUVRAGE

À la suite du décès de sa mère, Cléo fait la découverte d'un tableau dissimulé dans la maison familiale. Celui-ci semble être la preuve que sa grand-mère maternelle serait, contrairement à ce qu'on lui a fait croire, toujours vivante et qu'elle ne serait autre qu'Armande Gautier, une célèbre peintre parisienne. Résolue à dénouer les fils de son histoire et à rétablir la vérité, Cléo se rend à Paris pour retrouver la trace de l'artiste, qu'elle parvient à approcher sous une fausse identité. Mais en plongeant dans l'univers fantasque de cette drôle de dame, Cléo se découvre sous un nouveau jour… Serait-ce le moment de remettre en question les fondements de sa propre vie ?

POURQUOI ON AIME ?

Trait pour trait aborde avec justesse des sujets aussi variés, contemporains et sensibles que la passion pour l'art, la quête de notre identité, la complexité des relations familiales et le poids de notre passé. Il fait du lecteur un funambule évoluant sur le fil de sa propre existence et résonne chez chacun d'entre nous. Il place aussi, pour notre plus grand plaisir, la plume d'une poète au service d'une œuvre romanesque, apportant à cette dernière un style unique.

BRITANY LEFEBVRE
TRAIT POUR TRAIT
ÉDITIONS KIWI, NOVEMBRE 2022, 18 €, 204 PAGES

indecence_et_deraison

Relations presse :
Clara Amama : clara.amama@editionskiwi.fr

ENVIE DE DÉCOUVRIR SON INSTAGRAM « INDÉCENCE ET DÉRAISON » ?

Prenez Le temps

SLOWLY LECTURE

Un livre illustré franco-brésilien avec un conte audio de 30 minutes (accessible via un QR Code) contenant 13 chansons et leurs paroles en français et portugais.
Une histoire musicale franco-brésilienne racontant la rencontre et les aventures entre une Sirène de la côte basco-landaise et un Troubadour brésilien. Une immersion dans un univers bienveillant aux couleurs tropicales. Déjà paru : LES PIEDS DANS L'EAU GLACÉE .
Pour nous contacter, voici les infos :
BRASIL SUNSHINE, www.brasilsunshine.com,
mail : brasilsunshinewave@gmail.com, tél. 06 79 84 09 91

Il sera en vente à la boutique LES VOLETS BLEUS, 3, avenue de la Mairie, 40150 Angresse ainsi que sur HELLO ASSO (voir QR Code ci-contre)

« EN ROUTE POUR L'AVENTURE »,
le premier road-trip en van pour explorer le Sud-Ouest de la France

Le nouvel album « EN ROUTE POUR L'AVENTURE » est un hymne au bonheur, et à la découverte des lieux mythiques du Sud-Ouest de la France. Les lecteurs découvriront les joies du voyage en van ainsi que la beauté de la région à travers des visites et des activités sportives.
Un album coloré qui fera le bonheur des petits et grands lecteurs.
Parution : printemps 2022 - Public : enfants de 3 à 9 ans
Prix : 13,90 € TTC Nombre de page : 32
Éditions Chocolatine - Florence DELCLOY

16/11

Rencontre avec Garrett McNamara, le mercredi 16 novembre à 20h30

Salle Ph'Art [Casino municipal] Entrée libre Tout public

Garrett McNamara, surfeur de l'extrême, est huit fois détenteur du record du monde Guinness de la plus grosse vague jamais surfée. Il est le premier à avoir surfé les vagues géantes de Nazaré au Portugal, où il réside une grande partie de l'année. Depuis 2010, il a mis en place avec son épouse des programmes d'éducation et de découverte de la nature à travers le surf. Dans son récit autobiographique Les Morsures de la mer, se dresse le portrait d'une icône, celui d'une époque, et d'un univers à couper le souffle.
Pour nous présenter son livre, il sera interviewé par Gibus de Soultrait, confondateur de Surf Session et directeur du Surfer's Journal et traduit par Hugo Verlomme, auteur de nombreux romans consacrés à l'océan.

Installés au port de Capbreton, Rocky, importateur, lapidaire, bijoutier-joaillier, gemmologue, et sa compagne Jennifer créatrice de bijoux en pierres naturelles, font naître chaque jour de véritables pépites.

HYPO-CRÉA & MINÉRAUX | Bijoutier joallier
Résidence Grand Pavois - Quai mille sabords 40130 CAPBRETON
05 58 73 78 48 rocky@hypo-mineraux.fr jen@hypo-mineraux.fr
Site E-commerce : www.hypo-mineraux.fr @Hypo-Créa & Minéraux
hypo_crea_mineraux

La terre entre vos mains

Sandra est une créatrice dans l'âme. Bijoutière autodidacte, elle fonda ainsi la marque Banditas Bijoux (aujourd'hui renommée SL Bijoux), spécialisée dans les pièces ethniques et artisanales, qu'elle créait ou importait. Parallèlement, elle s'initie à la poterie dans l'atelier de Xavier Brasleret, à Bénesse-Maremne. C'est la révélation : Sandra s'épanouit dans cette discipline et progresse rapidement. Aussi, quand l'atelier où elle se rend ferme ses portes, c'est à elle que les élèves demandent de prendre le relai. Après un an de formation auprès de la très réputée Audrey Goyeneix, LA POTERIE SOUS LES PINS ouvre ses portes.

UNE PRODUCTION AUTHENTIQUE

Aujourd'hui, Sandra partage son temps entre ses **cours**, ses **créations personnelles** et ses **commandes**. Elle travaille principalement le grès, ainsi que la porcelaine, dont elle aime la finesse et la transparence. Plusieurs restaurateurs, Goustut à Capbreton et Sillon à Biarritz par exemple, ont d'ailleurs décidé de saluer son talent et d'installer ses pièces à leurs tables. De nombreux particuliers s'offrent quant à eux le plaisir d'un service à café unique, de belles assiettes, d'un vase personnalisé, d'un cadre original, etc.

UNE VOLONTÉ DE PARTAGE

Nous courons partout, tout le temps, même quand nous ressentons le besoin de nous poser. Alors pour s'accorder un temps de déconnexion rien qu'à soi, rien de tel que de mettre les mains dans la douceur de la terre. Activité lente et exigeant une certaine concentration, la poterie est en effet une pratique presque méditative. Dans une ambiance chaleureuse et intimiste, bercée par le chant des oiseaux et parfois même celui des vagues, Sandra saura vous accompagner et vous enseigner différentes techniques tout en laissant votre créativité s'exprimer.

POTERIE SOUS LES PINS | Ateliers, cours et stages
64, rue de la Semie 40130 CAPBRETON

06 63 34 37 61
@Sous Les Pins
souslespins.ceramique
www.souslespinsceramique.com

Commande en ligne avec expédition ou retrait sur place.

UN BREAK SOUS LES PINS

Envie de vous initier à cette activité ô combien apaisante ou d'offrir ce joli cadeau à vos proches ? L'atelier découverte (terre, cuisson et émaillage compris) est au tarif de 50 €. Des cartes de 5 ou 10 séances, valables 10 mois, sont également disponibles. Les cours de modelage ont lieu le lundi de 9 h 30 à 12 h 30 et de 18 à 21 h, le mercredi de 9 h 30 à 12 h 30 et de 17 h à 20 h et le vendredi de 9 h 30 à 12 h 30. Afin de vous assurer une prestation de qualité, les groupes sont limités à 4 personnes.
Des cours de tournage privés (2 personnes maximum) sont possibles sur rendez-vous.
Enfin, des stages seront régulièrement organisés à partir de janvier 2023 : le premier associera cours de poterie et atelier de cuisine avec Chef Mathé. Des céramistes extérieurs interviendront en outre dans l'atelier, qui va bientôt s'agrandir.

VERT LOUISON

une nouvelle pépite capbretonnaise

La rue piétonne de la cité marine s'anime encore une fois, avec l'arrivée d'un **concept-store unique** : VERT Louison. Au programme depuis mai 2022 : une gamme soigneusement sélectionnée mêlant les domaines de la **décoration**, des **arts de la table**, du **prêt-à-porter** pour femmes et hommes, des **bijoux**, des **cosmétiques**, ainsi qu'une multitude d'autres merveilles, ravissant tous les budgets.

À l'origine de ce beau projet, Nathalie, une enfant des Landes amoureuse de Capbreton depuis toujours. Après plusieurs années passées loin de l'océan, notamment en région parisienne, elle installe enfin à Capbreton la boutique de ses rêves pour y proposer une expérience singulière. Vous y trouverez à n'en pas douter des pièces **originales et qualitatives**. Chez *Slowly*, on craque pour la vaisselle Pomax ou encore les objets de décoration en porcelaine Rader. Les vestes et les bottes de pluie vegan Tantä (Pays basque) ou encore l'alpaga et le coton Pima d'Anonym Apparel (Seignosse), composent quant à eux une gamme intemporelle et colorée. On adore aussi les sneakers Vegtus, en cuir dérivé du cactus et du mais, les bracelets fait main en perles de verre Kharmari et les merveilleux parfums Berdoues (Toulouse). Le lieu idéal pour tous vos cadeaux !

LES +

- Une offre rare dans la région, avec de nombreuses exclusivités et originalités.
- Une vraie mission de conseil en décoration, avec des études de projets personnalisées et des commandes spéciales sur catalogue.

VERT LOUISON
68, bis, rue du Général Leclerc
40130 CAPBRETON
05 40 77 76 43 vertlouison_capbreton
Ouvert du mardi au samedi, de 10 h à 13 h et de 15 h à 19 h, tous les jours durant la période des fêtes de fin d'année.

OCEAN CLOCK

du souvenir d'enfance à la sucess story

C'est en 2015 qu'Ocean Clock a été créé par Stéphanie et James. Et en l'espace de quelques années, ce projet unique et atypique a remporté un incroyable succès et séduit un large public. Aujourd'hui, l'équipe passionnée nous reçoit dans ses nouveaux locaux de la dynamique zone Pédebert.

UNE TRADITION FAMILIALE

Stéphanie fait partie de la 5e génération d'une famille d'ostréiculteurs présents sur le lac d'Hossegor. Alors l'horloge marine, elle la côtoie depuis son enfance : ses grands-parents en avaient d'ailleurs offert une à ses parents à l'occasion de leur mariage. C'était en effet un outil de travail indispensable.
La jeune femme, quant à elle, s'est tournée vers l'hôtellerie de luxe à l'étranger. De retour en France, alors qu'elle exerce au 202 (Hossegor), elle cherche justement une horloge des marées pour cet l'établissement. Elle réalise cependant avec surprise que cet objet a très peu évolué dans son apparence et qu'il représente toujours un coût très élevé. Et si avec son compagnon, James, ils la revisitaient à leur image, dans un style élégant, épuré et doux, teinté d'influences scandinaves ?

APPRENDRE L'HORLOGERIE

S'ensuivent alors un immense travail d'études, de longues heures à démonter et étudier divers mécanismes, à sélectionner graphismes et matières… et aussi à convaincre les partenaires ! Les premières horloges des marées, ils les assemblent dans leur maison. Mais le succès va vite sourire au couple talentueux : alors qu'ils présentent leurs trois prototypes dans une boutique d'Hossegor, L'Air du Sud, une cliente séduite les achète tous ! L'aventure est lancée et les commandes locales commencent à affluer.

UNE GAMME COHÉRENTE

Peu à peu, l'offre va s'étoffer au sein d'un univers bord de mer. Les horloges des marées sont ainsi rejointes, à la demande des clients, par les horloges " classiques ", les baromètres ou encore des éléments de décoration comme les nœuds marins, les pagaies et les flotteurs de pêche. Et pour cette fin d'année, une grande nouveauté va vous surprendre ! N'oubliez pas de vous abonner aux réseaux sociaux pour n'en rien manquer…

DEVENIR LEADER

Aujourd'hui, les produits Ocean Clock sont disponibles dans 120 points de vente indépendants, ainsi que dans les 120 magasins du réseau Nature et Découvertes. La marque est également représentée dans une quinzaine de boutiques à l'étranger et poursuit activement son développement à l'international.

LA PERSONNALISATION : UN VRAI PLUS POUR VOS CADEAUX DE NOËL

Sur place, vous avez la possibilité de faire personnaliser les aiguilles de vos horloges ou les extrémités de vos pagaies. Parfait pour une délicate attention envers ceux qui vous sont chers !

LES COLLABS OCEAN CLOCK

Le magasin s'est récemment enrichi d'un corner dédié à des collaborations entre Ocean Clock et d'autres artisans passionnés. Vous y trouverez des créations disponibles nulle part ailleurs !

DE VRAIS ARTISANS

Ce qu'on adore ici : pouvoir admirer le travail minutieux de l'équipe de 10 personnes – dont 9 femmes ! –, grâce au superbe magasin ouvert sur l'atelier. Car oui, tout est assemblé sur place, à la main, à partir de matériaux soigneusement sélectionnés, durables et au maximum locaux : les cadrans proviennent de Bordeaux, le cuir de Mazamet, le bois du Jura, etc. Les mécanismes sont ultra silencieux et le verre n'a pas cédé la place au plastique. De son expérience dans le luxe, Stéphanie a en effet conservé un sens accru des relations clients et l'exigence des meilleurs qualités et finitions. L'ensemble de l'équipe partage ces convictions et fait preuve d'un investissement remarquable.

OCEAN CLOCK

94, impasse des rémouleurs
Z.A Pédebert
40150 Soorts-Hossegor

05 58 47 67 43
contact@oceanclock.com
www.oceanclock.com
@Ocean Clock ocean_clock

Expédition en France et à l'étranger. Possibilité de retrait des commandes à l'atelier. Personnalisation sur place.

Atelier ouvert du lundi au vendredi (10 h - 13 h / 14h 30 - 17 h) durant l'année et encore plus souvent pendant les fêtes pour vous recevoir ! Passez donc un petit coup de fil à l'équipe ;-)

MARCHÉ COMMUN : pour un quotidien éco-responsable

Manon a créé Marché commun avec son père, une boutique en ligne ouverte en octobre 2021 et proposant des produits du quotidien éco-responsables **pour homme et femmes**.
Haut de gamme, l'offre est constituée de produits de grande qualité, durables, élégants et intemporels.
Vous souhaitez changer vos habitudes, mais manquez de temps pour analyser les produits existants ? Découvrez : des **vêtements**, des **matières naturelles**, si possible bio, et si non naturelles, **recyclées ou upcyclées**, des **cosmétiques** quasi-exclusivement 100 % français, à la composition simple et saine ainsi que des produits de la maison, des matières naturelles ou réutilisées.
Au total, ce sont environ 40 marques qui ont intégré sa boutique. On citera par exemple les huiles végétales 100 % françaises **ODEN**, les **brosses à dents en bois rechargeables Caliquo**, les **vêtements Noyoco**, etc.

MARCHÉ COMMUN
Concept-store en ligne de produits éco-responsables
Expédition dans toute la France *(emballages éco-responsables bien sûr !) et livraison à domicile autour de Soorts-Hossegor*
07 85 96 18 41
www.marche-commun.com
@Marché Commun @marche.commun

Hamelin Biot
Forgeron coutelier

Forgeron coutelier installé à Saubion, Hamelin vous propose des pièces uniques, entièrement façonnées à la main dans son atelier. Cet artiste passionné réalise des couteaux de cuisine, d'extérieur ou encore des couteaux pliants à emporter partout avec vous.

UNE PASSION
Le coup de foudre fut immédiat le jour où pour la première fois, Hamelin vit une forge allumée. Peu après, marteau en main, il découvrait le monde de la coutellerie qui allait devenir une passion et son métier.

UNE CRÉATIVITÉ INTEMPORELLE
Hamelin réalise intégralement ses couteaux, de la forge de la lame au façonnage du manche et à l'assemblage. Il fabrique également le fameux acier damas, savoir-faire devenu rare en coutellerie.
Pour les manches, le choix des matières est varié, entre les essences de bois locales, les exotiques, la corne ou encore les résines. Tout un monde à explorer à travers ses créations qui feront un cadeau unique et marquant.

Vous avez toujours révé de fabriquer votre couteau ?
Offrez-vous cette expérience lors d'un stage de 2 jours. Infos par téléphone.

HAMELIN BIOT FORGERON COUTELIER
376, route du Plach 40230 SAUBION
06 56 84 46 39 hamelinbiot@gmail.com
@hamelinbiotforgeroncoutelier
hamelin_biot_forgeroncoutelier
Commande en ligne et expédition www.hamelinbiot.com

Terminer l'année en beauté et poursuivre avec éclat, chez Dune & Eau

L'hiver, notre corps a grand besoin d'énergie et de réconfort. Alors direction Dune & Eau, où sur 1 600 m² nous attendent prestations et produits de haute qualité, ainsi qu'un superbe espace aquadétente !

LES NOCTURNES ONT REPRIS !
Depuis le 26 octobre, l'espace aquadétente reste ouvert chaque mercredi jusqu'à 22 heures. *Slowly* vous recommande cette expérience unique, parfaite pour profiter de Dune & Eau dans une ambiance tamisée et apaisante...

LE BIEN-ÊTRE DANS UNE TROUSSE, GRÂCE À YON-KA
Depuis de nombreuses années, Dune & Eau fait confiance à l'expertise Yon-Ka, marque pionnière de l'aromathérapie.
Pour les fêtes, ses magnifiques trousses, aussi tendance que qualitatives et écoresponsables, sont à l'honneur :
- Le coffret **Hydratation** nettoie, tonifie et hydrate toutes les peaux, pour un teint éclatant,
- Le coffret **Anti-âge** lisse le contour des yeux et raffermit le visage, pour une peau vivifiée,
- Le coffret **Les iconiques** revitalise la peau et prévient les signes de l'âge, pour un éclat optimal.

DES CADEAUX INOUBLIABLES POUR LES FÊTES DE NOËL
Vous souhaitez offrir un grand moment de relaxation à ceux que vous aimez ? Dune & Eau a conçu trois offres irrésistibles.

« Noël sous les tropiques »
joint un agréable gommage du dos à un massage aux pierres chaudes du dos et du cuir chevelu, aux senteurs de fleurs de tiaré et de jasmin.
Durée : 30 min, tarif : 70 €.

« Noël sous les sapins »
combine un gommage du corps aux senteurs de cèdre et de cyprès à un massage du dos et des jambes à la bougie Taïga. Durée : 1 h, tarif : 110 €.

« Noël sous la neige »
est l'association délicieuse d'un massage du corps à la bougie (1 h) et d'un soin visage Éclat cocoon (1 h).
Durée : 2 h, tarif : 195 €.

(*inclus Forfait Spa 2 heures, à utiliser le jour du soin).

2023 SERA SPORTIVE !
Si certaines résolutions sont dures à tenir, reprendre ou commencer le sport chez Dune et Eau est un véritable plaisir ! Dans une magnifique salle de sport de 150 m², des professionnelles passionnées dispensent tout au long de la semaine des cours variés dans une ambiance bienveillante et chaleureuse : **circuit training, gym douce, CAF (cuisses-abdos-fessiers), Pilates, yoga**, etc..
La formule sport vous permet d'accéder à tous les cours de la salle (**11 activités différentes, 34 cours par semaine**). Séance à l'unité ou cartes d'abonnement. Planning des cours et réservation en ligne www.duneeteau.fr.

DUNE & EAU
59, avenue de l'océan 40530 LABENNE
www.duneeteau.fr 05 59 59 05 90
@duneeteau @spa_dune_et_eau

Prendre L'air

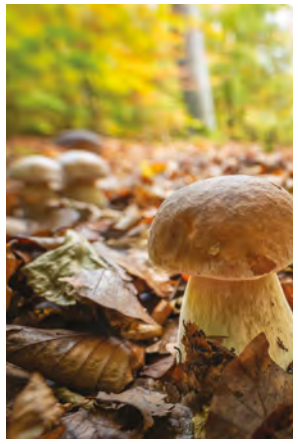
« La joie des plaisirs simp
authentiques en pleine na

COLLECTION AUTOMNE-HIVER

Qu'elles sont jolies, les couleurs de la nature en ce moment ! Surtout quand on a la chance, comme nous, de pouvoir les contempler au cœur de la pinède landaise ou au bord d'un étang bucolique. C'est d'ailleurs le moment de s'y livrer, au cours de vos promenades, à quelques activités emblématiques de ces mois emplis de calme.

LA QUÊTE DES CHAMPIGNONS

Qui n'a pas été fier comme un coq de dénicher un superbe cèpe, sagement installé au pied d'un arbre ? La cueillette des champignons est un joli moment à vivre en solo, en amoureux, en famille, entre amis, avec notre fidèle chien, etc. Nos forêts regorgent



LE HOUX EST-IL UN PORTE BONHEUR ?

Il existe plusieurs croyances et superstitions populaires sur ce « porte-bonheur »de Noël.
D'après d'anciennes superstitions, les Européens se protégeaient des mauvais esprits, des sorcières, et des foudres divines grâce au houx.
Les druides celtiques ornaient leur bâton de houx et offraient aux hommes et aux femmes des villages des branches de cet arbuste afin de leur porter bonheur.
Les Romains, eux, offraient du houx, symbole de bienveillance, aux jeunes mariés en guise de porte-bonheur. Il était également d'usage d'offrir au mois de décembre, au moment du solstice d'hiver, des cadeaux garnis de houx à ses proches.
Enfin, pour certains Amérindiens, il était coutume de peindre du houx sur des objets et de le broder sur des vêtements pour porter chance.

LA CUEILLETTE DU HOUX

Voici un vrai symbole des fêtes de fin d'année ! Avec son feuillage persistant et brillant et ses baies rouge vif, cette plante sauvage est idéale pour confectionner diverses décorations aux couleurs de Noël. Attention toutefois : le houx a pour mission de maintenir la diversité biologique et non d'embellir nos tables. Sa collecte doit donc, comme l'indique l'Office national des forêts, rester raisonnée et respectueuse de l'environnement.

« La pinède landaise, un lieu apaisant par excellence »

Inspiration
TABLE DE FÊTES

Les fêtes de fin d'année ne sont-elles pas le moment idéal pour dresser des tables exceptionnelles ? Quel plaisir de s'y installer avec ceux que l'on aime pour déguster un savoureux repas !

Slowly remercie Pauline de nous avoir accueilli pour ce shooting dans sa maison.

Chez *Slowly*, on a craqué cette fois-ci pour la vaisselle Pomax, découverte chez Vert Louison (p. 17), à Capbreton. Nous avons également été très fiers d'ajouter les vases que nous avions réalisés lors de notre dernier atelier à la Poterie sous les pins (p. 14) !

Quelques fleurs séchées, de jolies guirlandes et le tour est joué ! Pour ravir nos papilles, nous avons trouvé la recette parfaite : faire confiance aux talents locaux. C'est ainsi qu'Hubert, de La Cave en Gascogne (p. 31), nous a conseillé vins et champagne. C'est ensuite à l'Épicerie Cocotte(p. 29), à l'Atelier d'Angresse (p. 28) et chez Lucas (p. 30) que nous avons déniché notre bonheur ! Cette année, nous avions envie de profiter ensemble plutôt que de cuisiner, alors place aux plateaux et bûches de ces professionnels passionnés. En plus, on est sûrs de se régaler et il y en a pour tous les goûts.
Côté cadeaux, le bonheur se trouvait également à notre porte. Une trousse Yon-Ka de chez Dune et Eau (p. 21), une horloge des marées Ocean Clock (p. 19), un soin au Hammam Kafane (p. 10), une affiche Pignada (p. 6), etc. : les idées ne manquent pas et nous vous confions nos coups de cœur dans ce numéro de *Slowly*.
Et si l'année prochaine, on se réunissait autour d'une table sur-mesure réalisée par Jérémy Constant Menuiserie et Design (p. 48) ?

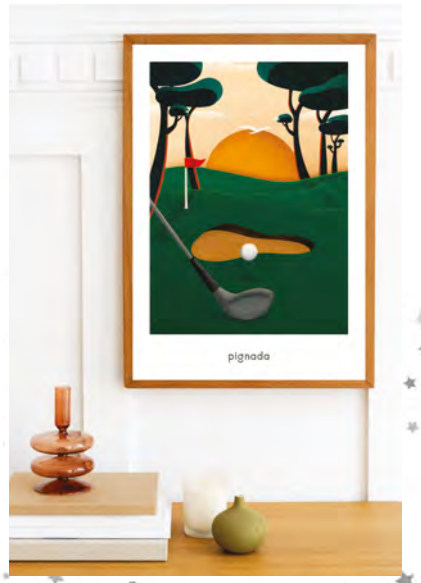
" Vous l'aurez compris, on aime les Landes et ses richesses artisanales."
Sandrine de *Slowly*

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

Pour les fêtes, ses magnifiques trousses, aussi tendance que qualitatives et écoresponsables, sont à l'honneur - DUNE ET EAU
voir page 19

Affiche Fairway
Chaque visuel est disponible en 4 versions (carte postale, A5 (14,8x21cm), 30x40cm, 50x70cm) et imprimé dans les Landes sur du papier de grande qualité.

PIGNADA
voir page 4



SEASIDE
Réveillez votre déco avec notre horloge des marées Seaside qui vous transportera au pied des vagues.

OCEAN CLOCK
voir page 17

La bûche de Noël

Par BOULANGERIES LUCAS
VOIR PAGE 28

La liste des courses pour les fêtes

- Le saumon fumé, absolument incontournable !
- Le caviar, c'est le moment ou jamais !

ATELIER D'ANGRESSE
Fumoir artisanal
VOIR PAGE 26

La truffe de chez Maison Balme.

COCOTTE ÉPICERIE
VOIR PAGE 27

Une irrestibible envie de fromages pour illuminer vos repas de fêtes? Nous confectionnerons votre plateau sur-mesure.

FROMAGES ET HORIZONS
1798 Av. Charles de Gaulle Batiment Le Pouy,
40510 SEIGNOSSE
Réservation en boutique ou au 05 58 97 20 60

Des vagues de cadeaux pour les fêtes.
LA CAVE DE L'OCÉAN
1566 avenue des lacs - Moliets et Maâ
05 58 70 87 26

Des vagues de cadeaux pour les fêtes.
LA CAVE DE L'OCÉAN
1566 avenue des lacs - Moliets et Maâ
05 58 70 87 26

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

Sublimez les fêtes, avec L'Atelier d'Angresse

UNE QUALITÉ EXCEPTIONNELLE

Aujourd'hui, la réputation de ce fumoir artisanal local n'est plus à faire. Une sélection rigoureuse des poissons alliée à un savoir-faire rare assure des dégustations de haut vol. Si le saumon fumé est la star incontestée des lieux, l'espadon, le thon, l'anguille, le maquereau et bien d'autres merveilles passent entre les mains expertes d'une équipe passionnée et ravissent une clientèle toujours plus nombreuse.

UN VENT DE NOUVEAUTÉ

À la tête de l'entreprise depuis 2021, Jean-Félix Watteau a perpétué un savoir-faire ancestral tout en dynamisant l'offre existante.

Ainsi vous pouvez depuis juillet dernier retrouver l'ensemble de la production aux halles d'Hossegor et y découvrir la grande nouveauté 2022 : la gamme traiteur.

Grâce à 200 ans d'expérience cumulée dans la restauration et les produits de la mer, l'atelier vous propose en effet de savoureux poissons cuisinés selon différentes recettes toutes plus savoureuses les unes que les autres, élaborées sur place à la plancha. De bons petits plats préparés avec amour qui rencontrent un grand succès eux aussi !

Les produits des autres stands sont bien entendu à l'honneur dans ces recettes, et vous pourrez d'ailleurs tout à fait déguster votre plat de poissons en buvant un verre à la bodega voisine ! Enfin, les Halles sont pour l'équipe un lieu d'échange privilégié, parfait pour recueillir vos impressions et ajuster avec réactivité l'offre à vos envies. Convivialité et qualité, que demander de plus ?

ATELIER D'ANGRESSE I Fumoir artisanal
220 Z.A.2 du Tuquet 40150 ANGRESSE
05 58 77 38 55 www.fumoir-angresse.com
@fumoir-angresse fumoir_angresse

Le patrimoine gastronomique à l'honneur, chez Cocotte

C'est en juin 2021 qu'a ouvert l'épicerie fine Cocotte, dans la zone Pédebert d'Hossegor. Derrière ce beau projet se trouve un couple de fins gourmets, composé de Diane et Pierre. Leur ambition : valoriser les meilleurs produits artisanaux issus de toutes les régions de France.

LA QUÊTE DE LA QUALITÉ

Chaque jour, Diane et Pierre dénichent donc de nouvelles pépites, en privilégiant les producteurs primés et les circuits courts. Les produits acteurs sont bien entendu eux aussi présents, comme l'illustre par exemple la présence de l'apiculteur seignossais Apis Mellona, ou encore celle de la maison Pariès (Pays basque). Enfin, l'offre évolue par ailleurs en fonction de vos retours et demandes, comme dans tout commerce de proximité qui se respecte ! Elle fait de Cocotte le lieu idéal pour trouver un cadeau gourmand ou se faire plaisir, car les conseils y sont toujours judicieux.

LES NOUVEAUTÉS 2022-2023

Grâce à l'implication de Diane et Pierre, la gamme de Cocotte s'enrichit très régulièrement. Les derniers arrivés : des créations autour de la langoustine, des tartelettes au caramel à la fleur de sel de Guérande et les chocolats du Comptoir du cacao. On a déjà hâte de les savourer... Autre grand changement, sollicité par de nombreux clients : le corner accessoires, qui a en effet toute sa place au sein d'une épicerie fine. Vous y trouverez de très jolis mugs, théières, mortier, planches à découper, etc. Parfait pour composer des coffrets cadeaux originaux !

LES STARS DES FÊTES

Noël et le nouvel an approchent à grands pas. Chez Cocotte, vous allez sans aucun doute trouver de quoi surprendre et régaler vos invités. Diane et Pierre vous recommandent notamment :

- la **tourte pommes - foie gras** des Délices de Saint-Orens (Cauna),
- les **truffes fraiches de la maison Balme** (sur pré-commande),
- les **pâtes de fleurs**,
- le **caviar Perle noire**,
- les succulents et typiques **panettones**,
- les **bûches glacées de la Maison Dezamy** (en exclusivité locale chez Cocotte et sur pré-commande),
- sans oublier l'incontournable **foie gras** bien sûr (et oui, il y en a chez Cocotte !).

UN MOIS DE DÉCEMBRE ANIMÉ

Parce que Cocotte est aussi un lieu de vie, vous y êtes conviés chaque samedi de décembre à des dégustations en compagnie des producteurs/fournisseurs ou à des apéritifs festifs et conviviaux.

Le 17 décembre, ne manquez pas, de 11 h à 15 h, la session *huîtres et vin blanc*, en compagnie de Patrick l'écailler.

ÉPICERIE COCOTTE
97, avenue des rémouleurs
Z.A. Pédebert 40150 Soorts-Hossegor
05 58 72 54 07 www.epiceriecocotte.fr
@Epicerie Cocotte epicerie_cocotte

En période de fêtes, ouvert tous les jours de 10 h à 13 h et de 15 h à 19 h et le dimanche de 10h à 13h.
Le reste de l'année, ouvert du mardi au samedi aux mêmes horaires.

BOULANGERIES LUCAS

l'excellence fait-maison

Quelle jolie Saga que celle de la famille Scomparin. Aujourd'hui, Lucas et Joffrey rendent honneur au travail de leur père, René, paysan du Lot-et-Garonne devenu primeur puis boulanger. Et si c'est un véritable empire de la gourmandise qu'ils ont construit, ils n'en gardent pas moins l'amour du client, de l'échange et du partage. Le goût des vrais commerces de proximité, tout simplement.

UN NOUVEAU MAGASIN DANS LA ZONE PÉDEBERT DE SOORTS-HOSSEGOR

En janvier 2023, Lucas régalera aussi cette zone ultra dynamique. Au programme : une boutique séparée en deux espaces distincts, l'un dédié à la boulangerie (avec laboratoire), l'autre au snacking. Vous y retrouverez là aussi, entre autres, un bar à soupes/pâtes/salades toujours changeant, vous permettant de varier les plaisirs chaque jour ! 60 places assises en extérieur, couvertes, vous permettront de vous restaurer sur place, tandis que le parking sera lui aussi réaménagé et orné d'une aire de jeux et d'un terrain de pétanque. Cette boutique inaugurera la nouvelle identité visuelle de Lucas : un prototype déjanté qui ne manquera pas de vous séduire !

LE VILLAGE DE LUCAS À SAINT-PAUL-LÈS-DAX, UN VÉRITABLE LIEU DE VIE

Ici, on profite du savoir-faire et de l'accueil Lucas en version XXL. Ce concept store unique de 1 000 m², ultra convivial, ouvert en 2020, associe en effet :
- Un espace boulangerie, avec laboratoire sur place pour vous garantir du pain chaud toute la journée,
- Une entité snacking avec notamment bar à salades/pâtes/soupes, large gamme de jus frais et de boissons chaudes. Le plus : les légumes qui poussent dans la serre située à quelques mètres, la carte qui évolue au fil des saisons et les salades au poids.
- Un restaurant de 200 places assises où déguster poke bowls, açaï bowls, burgers, frites maison, etc. La star des lieux : la pierrade qui vous permet de cuire votre pièce de bœuf à votre goût et à votre rythme.
- Une épicerie fine,
- Un corner décoration / idées cadeaux,
- Une aire de jeux intérieure de 200 m² sur la thématique de la boulangerie, un coin jeux de société et une aire extérieure avec terrain de pétanque, etc.

C'est un endroit où il fait bon vivre et où l'on passe facilement plusieurs heures entre dégustations gourmandes, parties de mölkky et shopping !

JOYEUX NOËL !

La période des fêtes arrive et Lucas sera à vos côtés afin de régaler vos convives. Pour un apéro original ou un repas 100 % serein, la gamme traiteur vous attend. Lucas vous propose par ailleurs de nombreux pains spéciaux bio. Le seigle-citron, par exemple, accompagnera à merveille vos plateaux de fruits de mer. Enfin, qui dit Noël dit bûche : tout un symbole… et un grand plaisir en fin de repas ! Cette année encore, vous découvrirez dans les boutiques Lucas trois nouveautés toutes plus savoureuses les unes que les autres, qui côtoieront les stars plébiscitées des années passées. Il y en a pour tous les goûts ! Pensez à réserver pour plus de tranquillité.

DÉCOUVREZ NOTRE OFFRE POUR LES FÊTES

"Le but de l'équipe : le plaisir de nos clients, grands comme petits, à la dégustation. Le sourire d'un enfant qui croque dans nos cookies, ça n'a pas de prix."

LUCAS | Magasins à Capbreton, Hossegor, Bayonne, Dax, Saint-Paul-lès-Dax et bien entendu Vieux-Boucau, où se trouve l'établissement historique, qui a fêté ses 20 ans en 2022.

www.boulangerieslucas.fr
@boulangeries.lucas
boulangeries.lucas

La passion joyeuse de la Cave en Gascogne

C'est bien simple : tout nous plaît ici ! On apprécie en premier lieu l'accueil chaleureux du maître des lieux, Hubert, et ses conseils toujours avisés. Que l'on soit novice ou connaisseur, et quels que soient l'occasion et le budget, il nous guide avec le même enthousiasme. UN VRAI COMMERCE DE PROXIMITÉ !

On aime ensuite découvrir la large gamme de la boutique :
- Les vins rouges, blancs et rosés venant de toute la France,
- Les rayons bières et bulles, célébrant notamment les brasseries landaises,
- Les spiritueux, dont l'incontournable Bas-Armagnac, alternative locale au rhum,
- L'épicerie salée et sucrée, alliée parfaite de ces breuvages.

Parmi toutes ces merveilles de qualité, Hubert met à l'honneur celles de **nombreux producteurs locaux**. Il veille également à conserver des **tarifs accessibles à tous**.

Ouvert du mardi au samedi de 9 h 30 à 12 h 30 et de 15 h 30 à 19 h, le dimanche de 9 h 30 à 12 h 30.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

Et si vous pensiez à La Cave en Gascogne pour vos cadeaux de Noël ? Les **paniers garnis** personnalisés sont des cadeaux très appréciés (des colis sans alcool sont également possibles). Enfin, pour vous gâter, Hubert vous fera profiter de **nombreuses promotions** durant cette période festive.

Le champagne Haton sera ainsi au prix de 19,90 € x 3 bouteilles.

Autre idée : offrez la nouvelle star des lieux, une liqueur de poires Williams alsacienne (distillerie Massenez) qui a déjà conquis de nombreux gourmets.

LE RETOUR DU BEAUJOLAIS NOUVEAU

Le **JEUDI 17 NOVEMBRE**, n'oubliez pas de venir déguster le Beaujolais nouveau à la Cave en Gascogne. Les petits producteurs tendance HVE (haute valeur environnementale) seront sur le devant de la scène.

LA CAVE EN GASCOGNE
17, rue Émile Nougaro
40140 SOUSTONS
05 58 90 27 96
www.cave-gascogne.fr
@La Cave En Gascogne
lacaveengascogne

Un départ, une transmission, dans les coulisses des cuisines du Baya

S'il est une figure emblématique de la gourmandise au Baya, c'est bien Nicolas Mahieu. Voilà quinze ans que ce chef renommé exerce au sein de l'illustre établissement capbretonnais. Mais aujourd'hui, une page se tourne car c'est désormais au tour de son bras droit, Jérémy Combes, de lui succéder. Pour *Slowly*, le duo complice raconte cette transition en douceur.

Slowly félicite chaleureusement Nicolas pour son magnifique parcours au sein du Baya et adresse à Jérémy tous ses vœux de réussite.

JÉRÉMY, POUVEZ-VOUS VOUS PRÉSENTER À NOS LECTEURS ?

Âgé de 30 ans, je suis originaire d'Albi. J'ai grandi dans une famille où l'on cuisine beaucoup : nous faisions nos propres salaisons, nos conserves, etc. Très tôt, j'ai su que je me dirigerai vers la restauration. J'ai donc suivi des études de pâtissier-chocolatier-confiseur. Pendant plusieurs années, j'ai été saisonnier, en montagne l'hiver, dans les Landes l'été : je suis donc habitué aux périodes de forte activité ! C'est ensuite au Baya que j'ai décroché le CDI qui m'a apporté la stabilité que je recherchais.

QUEL A ÉTÉ VOTRE PARCOURS AU SEIN DE L'ÉTABLISSEMENT ?

J'ai intégré le Baya en 2018 en tant que chef de partie. J'ai ensuite été promu 1er chef de partie, puis 2nd de cuisine, avant qu'on me fasse récemment l'honneur de me proposer le poste de chef de cuisine.

COMMENT VIVEZ-VOUS CETTE PROMOTION ?

Je suis à la fois fier, touché et ému de cette progression rapide. Et même encore un peu secoué ! Le baptême du feu approché déjà, avec les événements de fin d'année (voir ci-après). Et l'été, l'équipe du Baya passe de 8 à 22 personnes : là aussi c'est un sacré challenge qui m'attend. Enfin, je me dois surtout d'être à la hauteur du travail accompli par Nicolas.

QUE VOUS A-T-IL APPORTÉ DURANT CES QUATRE ANNÉES ?

Nicolas m'a enseigné la rigueur, le respect de la saisonnalité, de solides connaissances en management et une bonne dose de confiance en moi. J'ai déjà hâte de le retrouver autour d'un bon cassoulet, d'un bar grillé ou d'une belle planche de charcuteries, pour finir par une pavlova ! Nous sommes un binôme soudé.

COMMENT DÉFINIRIEZ-VOUS VOTRE STYLE DE CUISINE ?

Marquée de mon histoire familiale, ma cuisine est traditionnelle. Mais cet esprit de terroir s'est enrichi au fil de mes nombreux voyages d'influences diverses, qui lui apportent une touche de modernité.

NICOLAS, COMMENT RÉSUMERIEZ-VOUS VOTRE EXPÉRIENCE AU BAYA ?

En 15 ans, j'ai connu plusieurs directions, le développement de la restauration, d'innombrables travaux, de grandes joies, des peines aussi naturellement. Aujourd'hui, je suis heureux d'avoir participé au succès du Baya, à la création de son identité et de son image de marque.

QUELLE EST VOTRE PLUS GRANDE FIERTÉ ?

D'avoir tenu la distance – malgré la conjoncture difficile des dernières années – et d'avoir su assurer une régularité de la production, afin que la restauration du Baya corresponde toujours aux attentes du public.

COMMENT VIVEZ-VOUS CETTE SUCCESSION ?

Pour moi, il est fondamental d'accompagner les bons éléments, de les mener les plus loin possible. Passer les rênes à Jérémy était une évidence. Nous nous entendons très bien et partageons des valeurs comme le respect, le travail des produits frais et de saison, l'esprit d'équipe. Nous avons œuvré ensemble à cette transition : je sais qu'il est prêt et je lui souhaite le meilleur.

QUELS SONT VOS PROJETS AUJOURD'HUI ?

Être chef de cuisine représente un engagement professionnel très important. Dorénavant je me dirige vers d'autres aventures, qui me permettront de passer plus de temps avec ma famille.

> « *Je suis nostalgique bien sûr, mais je pars serein, sachant que je laisse les rênes à un professionnel de confiance, apprécié à la fois de l'équipe et de nos collaborateurs et prestataires.* »
>
> Nicolas

BAYA Hôtel Capbreton
85, av. du Mal de Lattre de Tassigny
40130 CAPBRETON
05 58 41 80 00
www.baya-hotel-capbreton.com
@baya hotel Capbreton bayahotel
◊ Bar ouvert de 9 h à 23 h
◊ Restaurant ouvert de 12 h à 14 h et de 19h30 à 21 h

PROFITER DE LA VIE AU BAYA HÔTEL

Cette année encore, nous avons eu l'impression de courir après le temps : un vrai break s'impose. Alors que nous cherchions le meilleur endroit où nous ressourcer en amoureux, c'est très naturellement le Baya qui nous est venu à l'esprit. Combien de fois sommes-nous passés devant cet hôtel renommé en enviant ses clients de toute évidence ravis ? Aujourd'hui, c'est à nous d'y entrer !

Nous-mêmes capbretonnais, nous connaissions déjà les multiples atouts du Baya. Sa situation privilégiée tout d'abord : à quelques mètres de la plage, il offre des vues imprenables sur l'Atlantique et les montagnes du Pays basque. Réveil paradisiaque en vue !

La décoration raffinée, confiée à l'agence Elizabeth Milpied, offre par ailleurs aux lieux une atmosphère à la fois élégante, moderne et chaleureuse. 74 superbes chambres y sont proposées. Enfin, chaque client du Baya dispose sur place de tout ce dont il peut avoir besoin pour un séjour de rêve : un bar où savourer un café au son des vagues, un restaurant - MAÎTRE RESTAURATEUR - où découvrir la gastronomie locale et un espace bien-être avec soins thaïlandais où prendre soin de son corps. C'est également le lieu idéal pour organiser des événements inoubliables, un mariage par exemple. Quel bonheur ce doit être de recevoir ses proches dans un endroit aussi incroyable.... En plus, le Baya a récemment reçu l'Écolabel européen : célébrer une union ici est même un geste pour la planète !

Pour ce shooting, Sylvianne et Antoine sont mis en beauté par des acteurs locaux : Sylvianne est habillée par **Maison Osmanthe,** installée dans la Z.A. Pédebert à Soorts-Hossegor. Les headbands et bijoux proviennent de chez **Quioz**.

Antoine est habillé par **Marché commun**.
Concept-store en ligne de produits éco-responsables, installé dans la Z.A. Pédebert Soorts-Hossegor. Voir page 18.

Décidément, le Baya nous veut du bien.

Émerveillés comme des enfants, nous découvrons avec joie notre chambre panoramique. Les délicates attentions se multiplient : biscuits P'tit landais (Un bain au chocolat, Dax) accompagneront notre café avec vue tandis que peignoirs et chaussons ont été déposés sur notre immense lit surélevé. Mais avant même d'en profiter, nous filons dans la salle de bain. Notre mission : tester les capsules Skinjay d'aromathérapie pour la douche qui nous ont été offertes. Challenge accepté !

Les pieds dans le sable
dès la sortie de l'hôtel : what else ?

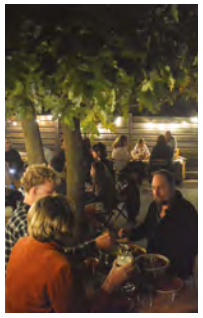
Pour commencer la soirée en beauté, nous nous laissons tenter par le « Before Happy new Year » du Baya. Au programme ce soir : foie gras, velouté, saumon gravlax, cocktails et / ou champagne. Des saveurs authentiques et festives que nous savourons au bar de l'hôtel, ultra cosy à souhait et parfait pour ce tendre moment.

Nous en rêvions, le Baya l'a fait. **Le brunch du 1er de l'an**, nous le dégustons au bord de l'eau ! La cuisine est aussi savoureuse que le panorama est unique. Les produits frais, locaux et de saison sont à l'honneur, sublimés par le savoir-faire d'une équipe passionnée et la créativité d'un chef talentueux. Et grâce au soleil landais, c'est sur la toute nouvelle terrasse du Baya que nous vivons ces instants privilégiés.

Le 25 décembre,
menu spécial le midi, restaurant fermé le soir.
Le 31 décembre,
« Before » au Baya
(au bar uniquement, restaurant fermé).
Le 1er janvier,
le brunch légendaire du Baya.

Découvrez les infos sur www.baya-hotel-capbreton.com/nos-evenements

Un hiver très chaleureux, chez Yvette'Café



C'est forte d'une belle expérience en tant que responsable de bar que Manon a décidé d'ouvrir en 2020 un lieu de vie à son image. Elle l'a aussi dédié à sa grand-mère, Yvette, qui lui a transmis l'amour des bons produits et du partage en cuisine. Aujourd'hui, cette dynamique jeune femme et son conjoint David vous reçoivent toute l'année dans une ambiance très conviviale.

LEURS SPÉCIALITÉS :

Les cocktails : sur la carte se côtoient les grands classiques, une belle gamme de créations originales et une offre sans alcool. Parfait pour accompagner les tapas ! Le plus : les cocktails fruités sont élaborés à partir de jus de fruits frais réalisés à l'extracteur. Vin chaud et lait de poule sont également au programme cet hiver !

Le brunch du dimanche (sur réservation) : en famille, entre amis, en amoureux et même en solo, on se régale du buffet à volonté 100 % maison (28 € par adulte, 12 € par enfant). Deux créneaux : 11 h et 13 h.

Les fondues (sur réservation) : quoi de mieux pour honorer l'hiver ? Vous aurez le choix entre la version bourguignonne et savoyarde (options cèpes, chanterelles ou morilles possibles).

Pour réaliser toutes ces merveilles, Manon s'approvisionne au maximum chez les producteurs locaux, tels que son voisin Apis Mellona, dont elle propose la toute nouvelle bière au miel.

Des **soirées à thème et des ateliers créatifs** sont régulièrement organisés. Abonnez-vous aux réseaux sociaux d'Yvette café. retrouvez-les dans l'agenda p.54.

VOUS TROUVEREZ ÉGALEMENT AU BAR UN CORNER SHOP DE VINYLES À LA VENTE, LA TABLE TOURNANTE.

YVETTE' CAFÉ
20, rue de l'Arroun 40510 SEIGNOSSE
07 84 71 23 89 @Yvette'Café yvettecafe
Ouvert du mardi au samedi de 17 h 30 à 22 h, le dimanche de 11 h à 15 h. Privatisation sur demande.

Potimarron farci au fromage et aux lardons

Les ingrédients

Potimarron : 1
Comté : 150 g
Lardons fumés : 100 g
Oignon : 1
Huile d'olive : 1 cuil. à soupe
Sel et poivre

La recette

Je fais cuire le potimarron, à la vapeur (dans une cocotte), pendant 20 minutes.
J'émince l'oignon.
Je fais blondir l'oignon et les lardons fumés dans une poêle avec l'huile d'olive.
Je découpe le fromage en petits dés.
Je coupe le chapeau du potimarron (3 à 4 cm sous la base du pédoncule) et j'enlève les graines.
Je récupère le maximum de chair à l'aide d'une cuillère, sans déchirer l'écorce.
Je mélange la chair avec le fromage, les lardons et l'oignon.
Je sale et poivre.
Je mets la farce dans le potimarron et remets le chapeau.
J'enfourne à 200° pendant 15 minutes.

Et pour l'accompagner ?
Je peux servir du riz pour compléter.

Slowly en balade à Moliets

La région a retrouvé son calme hivernal et se prête à de longues balades ressourçantes. Nous vous proposons ici l'une de nos randonnées préférées sur la côte Sud des Landes, qui vous permettra d'arpenter à la fois une commune typique, la pinède landaise, des étangs verdoyants et une plage de sable fin. Vous côtoierez même le green du golf !

Un circuit très varié

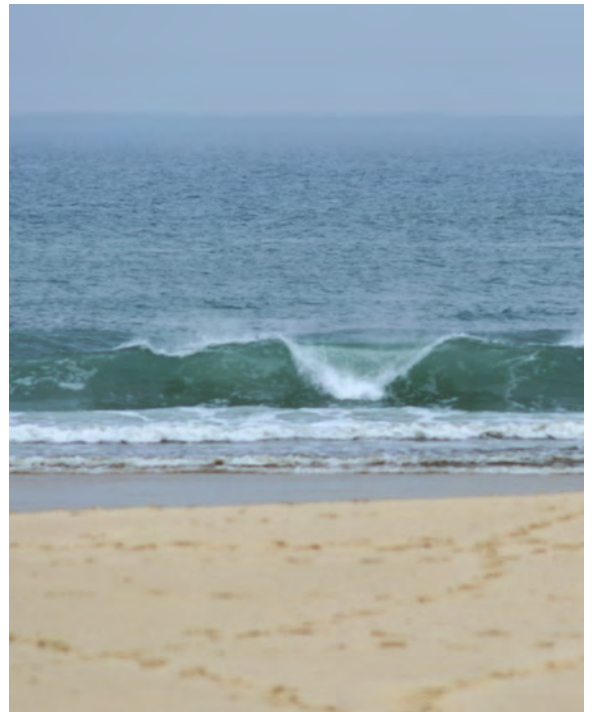
Charmante Moliets

Le départ de situe près du fronton de Moliets... et d'un petit café où vous pourrez vous désaltérer au retour ! Le charmant centre-ville mérite le coup d'œil, et regorge de jolies pépites. La randonnée débute par une partie de sa traversée.
En suivant le balisage bleu, vous allez parvenir à une fontaine. Puis, au croisement avec une piste forestière, vous suivrez cette dernière sur la droite, jusqu'au pont de Lesprillès.

Vous traverserez ensuite un cours d'eau et, en poursuivant sur la droite, parviendrez à l'étang de Moliets. Là, vous pourrez profiter de la tranquillité et de la beauté des lieux.
Ensuite, il vous faudra franchir prudemment la D117 et accéder à une petite sente qui vous mènera à un château d'eau. Vous allez alors cheminer au sein de la pinède, jusqu'à atteindre un très beau panorama.

ON PENSE À EMPORTER :

- Des chaussures de marche confortables : le terrain est tout à fait praticable, mais 13 km en tongs, ça pique !
- Suffisamment d'eau et de quoi grignoter en cas de petit creux.
- Un appareil photo, notamment pour la vue imprenable sur le courant d'Huchet.



Incroyable courant d'Huchet

C'est alors le moment, toujours en suivant le balisage bleu, de vous diriger vers l'embouchure du courant d'Huchet, qui relie l'étang de Léon à l'Atlantique et abrite une incroyable biodiversité. Il s'agit du seul cours d'eau du Golfe de Gascogne dont l'embouchure n'a pas été stabilisée par des travaux d'endiguement. Pourquoi pas de pique-niquer sur la plage ou de piquer une tête dans l'océan ?
Puis vous longerez les commerces des plages et emprunterez une piste goudronnée qui vous mènera vers le golf. À l'ombre des chênes-lièges, vous allez rejoindre l'étang de la Prade. Au nord de ce dernier, vous traverserez le ruisseau puis la route des craquillots avant de retrouver le pont de Lesprillès et de revenir à votre point de départ.
Entre les points 7 et 9, nous avons ensuite préféré quitter l'itinéraire de l'application et marcher sur la plage, les pieds dans le sable !

Bonne balade à tous !

Durée moyenne : 4 h.
Distance : environ 13 km, en boucle et quasiment à plat.
Balisage bleu.
Chiens autorisés (ne pénétrez pas cependant au sein de la réserve naturelle du courant d'Huchet).

Vous trouverez le descriptif précis et le tracé de cette sortie sur Visorando.

Yoga ou Pilates :
LEQUEL EST FAIT POUR VOUS ?

C'est décidé, en 2023, vous prenez du temps pour vous et votre corps ? Excellente décision ! Reste à trouver l'activité qui vous correspondra le mieux. Ce mois-ci, nous vous présentons deux disciplines qu'on adore chez *Slowly* : le yoga et le Pilates. S'ils semblent avoir des airs de famille quand on les connaît peu, toutes deux possèdent pourtant leurs spécificités.

Le yoga, ancestral et multiple

Pour qui ?
Le yoga est né en Inde il y a plus de 5 000 ans. Aujourd'hui, grâce à la diversité des pratiques qui existent, il s'adapte à toutes les conditions physiques, ainsi qu'à votre état du moment. Le hatha yoga est très doux tandis que l'ashtanga et le vinyasa enchaînent les postures à un rythme plus soutenu, obligeant à une grande concentration. Le yin, très calme et se déroulant principalement au sol, exige tout de même de tenir la même posture plusieurs minutes : c'est parfois un petit combat – régénérant – contre soi-même. Le yoga Lyengar recherche quant à lui l'alignement, notamment à l'aide de supports divers (blocs, cordes, sangles, etc.). Existent également, entre autres, le yoga prénatal, le kundalini yoga, très méditatif, le yoga nidra (ou sommeil yogique) et même le yoga du rire !

Quels bienfaits ?
Si le yoga va très souvent renforcer votre musculature, votre souplesse, votre équilibre et améliorer votre posture, le but recherché est avant tout l'harmonie et la circulation des énergies menant au bien-être. **Le yoga exerce ainsi autant votre esprit que votre corps.** Spirituel, il permet également la découverte d'une autre culture, de la méditation, des mantras, etc. Enfin, il est reconnu pour apaiser le stress et favoriser la concentration. Namasté…

Le Pilates, l'allié de notre posture

Pour qui ?
Ni violent, ni traumatisant, le Pilates s'adresse à tous et s'adapte à la condition de chacun. Il est particulièrement indiqué aux personnes souhaitant corriger leur posture et / ou souffrant du dos. Le positionnement du bassin et de la colonne vertébrale sont en effet au cœur du Pilates.

Quels bienfaits ?
Le Pilates est connu pour renforcer les muscles profonds / centraux de notre corps (abdominaux, plancher pelvien, muscles du dos) et assouplir les articulations. L'objectif est l'alignement idéal, la recherche d'une posture qui permettra une bonne stabilité et une limitation des douleurs éventuelles. Le Pilates exerce également notre respiration, qui doit se synchroniser avec nos mouvements, ainsi que notre concentration : les mouvements ont pour but d'être fluides et précis.
Selon Joseph Pilates, qui créa la méthode au début du XXe siècle : " **Après 10 séances, vous sentez la différence, après 20 séances vous voyez la différence, après 30 séances vous avez un corps tout neuf** ". Alors, on se lance ?

Quel que soit votre choix, votre santé vous remerciera ! De nombreux studios proposent ces activités dans notre région, alors n'hésitez plus !

3 rituels pour bien commencer sa journée

par Mayana Yoga

Je te parle aujourd'hui de petits rituels que tu peux instaurer le matin et le soir pour prendre l'habitude de prendre un petit temps pour toi, même dans les journées chargées.
Pour ce faire, ces rituels n'ont pas besoin d'être longs ! Seulement quelques petites minutes peuvent suffire à rendre ta journée plus belle ou au contraire, à la terminer en beauté !

> " Nous façonnons d'abord
> nos habitudes,
> puis nos habitudes nous façonnent."

Avec le temps cette routine deviendra un petit rituel dont tu ne voudras plus te passer et qui deviendra comme une seconde nature.
Voici une petite liste d'idée (non exhaustive) de ce que tu peux réaliser :

10 min méditation de la bienveillance
(vidéo gratuite sur mon site)

Poser l'intention de sa journée
(vidéo gratuite sur YouTube)

Écouter un podcast inspirant
(sur le trajet du travail par ex.)

QUI EST MAYANA ?
Professeure de yoga spécialisée en gestion émotionnelle via les méridiens chinois et en développement personnel via la philosophie du yoga, Mayana propose des cours de yoga complets privés, dans son studio à Dax et à Seignosse au Studio Mouvement Collective.

MAYANA YOGA
25 avenue du Sablar, 40100 Dax
06 16 60 06 18
www.mayanayoga.com
mayanayoga@gmail.com
@mayanayogadax
@mayanayoga

PILOU, AUX PETITS SOINS POUR NOTRE MATÉRIEL

TOUS EN SELLE !

C'est en avril 2021 que Pierre a ouvert son magasin de cycles à Seignosse-bourg. Une activité complémentaire à celle qu'il exerce depuis 15 ans à Saint-Lary, dans le magasin Loca skis du Pla d'Adet, entreprise familiale créée par ses grands-parents. Ce landais passionné de ski et de vélo retrouve donc ses terres natales durant une partie de l'année et vous propose des services de location et de vente de vélos de loisirs (VTC et fatbikes) et ainsi que de réparation et d'entretien sur tout type de cycles.
Une large gamme d'accessoires est à votre disposition et à partir du printemps 2023, Pierre et Thomas organiseront des balades thématiques en fatbike électrique.

TOUT SCHUSS !

Notre région nous permettant de profiter à la fois des joies de l'océan et de la montagne, nous sommes nombreux à arpenter les pistes de ski l'hiver venu. Pierre, quant à lui, a décidé de nous faire profiter de sa grande expérience et se charge donc **à Seignosse du fartage, de l'affûtage et de la réparation de vos skis et snows**.
Un service de proximité ultra pratique, rare dans la région.

Quel que soit notre loisir, grâce aux compétences complémentaires de Pilou, notre équipement est au top. On profite d'un accueil chaleureux, d'une ambiance familiale et d'une réactivité optimale. On recommande !

LES VÉLOS DE PILOU | Location – Vente – Réparation
Bâtiment du Pouy - 1798, av. Charles de Gaulle
40150 SEIGNOSSE
05 58 98 65 70 / 06 80 74 22 97
lesvelos-depilou.fr @Les vélos de Pilou lesvelosdepilou
Ouvert toute l'année de 10 h à 12 h 30 et de 14 h à 18 h 30, fermé le dimanche et le lundi hors saison.

JÉRÉMY CONSTANT MENUISERIE & DESIGN

la passion au service de la qualité

C'est en 2018 que Jérémy crée sa société de menuiserie et d'agencement. Lui qui depuis l'enfance aime travailler le bois et façonner des objets de ses mains rencontre rapidement le succès. Son professionnalisme et la précision de ses réalisations sont aujourd'hui largement plébiscités et c'est donc dans ses nouveaux locaux de Saint-Vincent-de-Tyrosse, à la tête d'une équipe de plusieurs personnes, que nous l'avons retrouvé.

UNE ENTREPRISE POLYVALENTE POUR TOUS VOS PROJETS

Grâce aux compétences complémentaires de l'équipe et à un atelier de 250 m², JCMD prend aujourd'hui en charge de A à Z des missions variées.

- **Dans le domaine de l'agencement** : l'entreprise gère la conception, la fabrication et la mise en place de meubles de dressings, bibliothèques, cuisines et bains. Ces spécialistes réalisent également tables et consoles.
- **En menuiserie intérieure**, JCMD effectue la pose de parquets et la rénovation de sols. L'équipe fabrique et installe par ailleurs portes intérieures, plinthes et claustras.

Plusieurs finitions de bois (massif, placages, stratifiés / brut, prêt-à-peindre, vernis) et **différents types de matériaux** vous sont proposés, pour un service personnalisé **100 % sur-mesure**.

Si les incrustations en époxy qui ont longtemps été la marque de fabrique JCMD sont toujours demandées, la tendance est désormais aux résines minérales. Venez donc admirer le résultat au **showroom** ! Les arches en tasseaux, les dressings métal-bois et les escaliers aménagés sont également très en vogue actuellement.
Jérémy, quant à lui, se consacre aujourd'hui aux relations clients/partenaires, à toutes les phases d'avant-projet (conseil en agencement et en choix de matériaux, dessin 3D, etc.) ainsi qu'à la gestion des chantiers.

Meuble TV avec fond laqué et habillage en tasseaux chênes. Caissons suspendus en chêne. Rétroéclairage sur l'arrière du panneau.

Escalier en chêne massif. Habillage avec façades laques et poignées en inserts bois. Agencement intérieur placard. Garde corps en cordage chanvre.

Table noyer massif et insert en résine minérale.

UN PARTENAIRE DE CONFIANCE POUR LES PROFESSIONNELS

De nombreux **hôtels, restaurants, bars et magasins** ont fait appel au savoir-faire de Jérémy et à celui de son équipe d'artisans investis. Ils ont notamment réalisé les comptoirs d'accueil de Bliss street food (Z.A. Pédebert, Soorts-Hossegor) et d'un cabinet médical (Hossegor), collaboré avec Ô'Marcat (Halles de Dax) et Culture Sud (Capbreton), etc. Les clients apprécient la réactivité, l'efficacité et l'expertise de cette entreprise à taille humaine, où qualité rime avec convivialité.

JÉRÉMY CONSTANT MENUISERIE ET DESIGN
47, rue de Casablanca
40230 Saint-Vincent-de-Tyrosse
06 13 64 39 25
contact@jcmd-menuiserie.fr
@JCMD- Jérémy Constant Menuiserie & Design
jcmdmenuiserie40

Showroom et atelier ouverts sur rendez-vous. Déplacements Landes et Pays basque.

* Facile à poser
* Peu d'entretien
* Résiste à la moisissure et aux nuisibles
* Résiste aux U.V. et aux intempéries
* Couleur appliquée en usine, garantie 10 ans

Découvrez la façade intemporelle :
Bardage CEDRAL
en fibres-ciment

(données du fabricant)

Renseignements et devis au magasin

du lundi au vendredi
7h45 à 12h - 13h45 à 18h
le samedi 8h45 à 12H

Bâtiland
L'univers des matériaux

DUMARTHERAY S.A.S
matériaux de construction
2, rue de Gascogne
Zone de Cramat
40140 SOUSTONS
05 58 41 14 39
@dumartheraymateriaux
mail : contact@dumartheray.fr

(Re)Lancer sa carrière professionnelle avec Emilie VIALA : succès garanti !

PORTRAIT

Je m'appelle Emilie Viala et je suis entrepreneuse dans l'immobilier. Ce qui me caractérise le plus : mon dynamisme à créer du lien et à prendre soin de mes équipes.

POURQUOI REJOINDRE MON RÉSEAU IMMOBILIER ?

- Parce que mon objectif est votre épanouissement.
- Parce que je vous apporte des réponses personnalisées au quotidien.
- Parce que l'essentiel, c'est savoir s'entourer de personnes que l'on apprécie et qui nous apprécient (ma philosophie ☺)

Ici, pas de surprise ! Je partage ma vision des choses et j'écoute ma team, de quoi faire bouger les choses et les esprits avec authenticité !

COMMENT VAIS-JE VOUS AIDER ?

Ma structure est adaptée au métier de mandataire immobilier. Le réseau est basé essentiellement en Nouvelle-Aquitaine, l'assurance d'une proximité immédiate. Je vous assure une place de choix au sein de mon équipe soudée & cerise sur le gâteau, vous deviendrez le référent unique d'un secteur géographique.

L'AVENTURE À MES CÔTÉS VOUS TENTE ?

Tout est question de feeling ☺. Venez découvrir une autre façon de manager dans l'immobilier. Prenez contact avec moi !

HOMELANDTRANSACTION
Votre partenaire immobilier privilégié

Emilie Viala

06 83 45 96 92 eviala@hlt-immo.fr
www.homelandtransaction.fr
@homelandtransaction
home_land_transaction

Salon des créateurs de la seconde main

SAM 26
DIM 27
NOVEMBRE
10h à 19h et
10h à 17h30

CAPBRETON
AUX SALLES MUNICIPALES

ENTRÉE GRATUITE

Participez aux ateliers créatifs : programme sur www.capbreton.fr
Exposition *Le revers de la mode*
Conférence
www.nouvellevaguemarket.com
www.slowlymag.fr

17 CRÉATEURS

VÉTEMENTS, DÉCO, MEUBLES, ACCESSOIRES

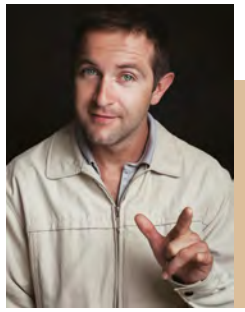
NOUVELLE VAGUE x Slowly

Capbreton Cité Marine

SEMAINE EUROPÉENNE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS

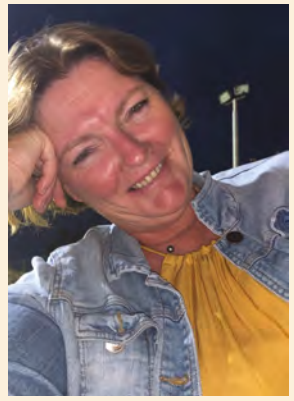
AGIR

Ladilafé
par Renan Mazéas



Il a fallu attendre ce mois de novembre pour les voir apparaître dans ce nouveau numéro de Slowly ! Nos figures locales, landaises et landais, « les gens du coin » qui font avancer la station et donnent des couleurs à la vie locale.
Toujours empreints de talent et de bienveillance, vous les trouverez là, à papoter au café, sur le port, aux abords du lac, pas trop à la plage… ils ont bien d'autres choses à faire ! Les idées se cueillent comme les cèpes chez eux entre littérature, commerce et musique, si vous les reconnaissez au coin d'une rue, vous pourrez alors leur dire : "mais j'vous connais ! "

SANDRINE DE *SLOWLY* : " THE BOSS "



"J'ai pour habitude de raconter la vie des autres, jamais la mienne "
" J'ai encore beaucoup à apprendre de cette région "
" L'océan me remplit les yeux et le coeur "

C'est notre ambassadrice Slowly, celle qui est à l'origine de ce Mag 100% landais, alors il était temps de parler d'elle ! Une curiosité hors du commun, une science des gens certainement née des voyages qu'elle a pu réaliser notamment grâce à son père, Sandrine peut saisir une situation en un coup d'oeil et créer des concepts, provoquer des rencontres, des événements, bref les idées fusent !
Après 17 ans en tant que graphiste chez L'OCCITANE EN PROVENCE (société de cosmétique), elle s'installe dans les Landes et tombe sous le charme de ce golf azur flanqué de dunes, elle se dit alors qu'il faut raconter ce territoire à sa manière : les bons plans et les initiatives locales sont représentés dans ce magazine gratuit devenu incontournable sur la côte ! On lui tire notre béret !

GÉRARD MONDARY DIT « GÉGÉ »

" De chez mes parents en Dordogne, je voyais le château de Montaigne "
" La vie dans Les Landes est généreuse ici plus qu'ailleurs "
" C'est magnifique, c'est exotique, c'est ça l'Afrique ! "

Ancien responsable dans un groupe aéronautique, Gégé est un passionné, capbretonnais dans l'âme depuis 50 ans, il est capable de vous parler de rugby comme de chants gascons ou basques (il vous entonnera un petit a cappella sur demande) ou de Montaigne, l'auteur qu'il préfère. Toujours prêt à rendre service, à tendre la main, ce monsieur aux abords solides et au coeur tendre est connu ici comme le loup blanc…
Je file au Santocha, demain rendez-vous à Montfort avec Boni, tu viens manger un bout à la maison ce midi ? me raconte-t-il l'air amusé. Pas d'abus chez Gégé exceptées l'humour et la camaraderie, un équilibre touchant qui vous séduira, en somme, si on n'avait que des gars comme ça, y'aurait moins d'emmerdes !
On t'embrasse Gégé.

EENZEL : MUSIQUE URBAINE SOUS LES PINS

Crédit photo : Charles Duvicq

" Même si la vie c'est pas Disneyland, il y a aucun mal de croire fort en ses rêves "
" Ils ne veulent pas me donner ma chance donc je viens la saisir "
" Toujours les gants de boxe. Il faut qu'on tienne tous jusqu'au dernier round"

Issu d'une famille d'artistes et de mélomanes du nord de la France, un chti peu rêveur et surtout rappeur, Eenzel, de son vrai prénom Charles, nous livre sa prose réaliste débitée au fil d'une musique mineure mélancolique.
Arrivé à 15 ans dans la région, il intègre un internat à Bayonne puis s'évade à Paris où il connait la bourlingue, passage obligé pour ce comédien/chanteur. Il apprend alors à faire ses armes devant une caméra et un micro, aiguise son verbe et sa présence scénique. Il décide plus tard de revenir sur la côte sauvage qu'il affectionne pour sa puissance et son calme, un paradoxe qu'Eenzel distille aussi dans son rap et qui prend véritablement son essor dans Les Landes. En effet, ce retour fut un vrai déclic, aujourd'hui accompagné par LMA à Tyrosse grâce à un certain Stéphane Gréco, Eenzel multiplie les actions autour de son projet et son public grandit tangiblement tant il se reconnaît dans ses textes. Un 1er album de compositions est en vue, d'ici là, allez voir ses clips prometteurs et toutes les dates à venir sur ses réseaux !

Prendre rendez-vous, se renseigner sur la boutique à découvrir, le QR Code simplifie nos vies.

Comment l'utiliser ? Les QR codes ci-dessous vous renverront vers les sites Internet ou réseaux sociaux des partenaires de ce numéro de Slowly. Vous découvrirez ainsi en quelques secondes leurs histoires, offres, ainsi que les nombreux services de Click & Collect à votre disposition. Le QR est photographié via la caméra embarquée de l'appareil qui le déchiffre grâce à une application préinstallée ou à installer. Il suffit d'avoir un téléphone compatible et d'avoir installé une application «lecteur de flashcode» Vous pouvez la télécharger sur la boutique d'applications de votre smartphone.

CULTURE PATRIMOINE

PETIT R

BRITANY LEFEBVRE

BALADE À MOLIETS

MODE ET BEAUTÉ

HAMMAM RAFANE

TIPHAINE LE BARBIER

MARCHÉ COMMUN

DUNE & EAU

BIEN-ÊTRE

MAYANA YOGA

HAMMAM RAFANE

ALIMENTATION

FROMAGES ET HORIZONS

L'ATELIER D'ANGRESSE

LA CAVE DE L'OCÉAN MOLIETS

COCOTTE ÉPICERIE

BOULANGERIES LUCAS

LA CAVE EN GASCOGNE SOUSTONS

ARTISANS BOUTIQUES

SOUS LES PINS

LA CAVE EN GASCOGNE,

HYPO-CRÉA CAPBRETON

OCEAN CLOCK

JEREMY CONSTANT MENUISERIE & DESIGN

IMMOBILIER

HOMELAND TRANSACTION

BOUTIQUES

VERT LOUISON

PIGNADA

HOTELLERIE RESTAURATION

BAYA HOTEL

YVETTE CAFÉ

BOUTIQUE SPORT

LES VÉLOS DE PILOU

L'agenda novembre décembre

TOUS LES LUNDIS
COURS DE MODELAGE
Poterie Sous les pins, Capbreton De 9 h 30 à 12 h 30 et de 18 à 21 h
Voir p. 14

TOUS LES MERCREDIS
COURS DE MODELAGE
Poterie Sous les pins, Capbreton De 9 h 30 à 12 h 30 et de 17 h à 20 h
Voir p. 14
***
NOCTURNES
au spa Dune & Eau, Labenne
Voir p. 19

TOUS LES VENDREDIS
COURS DE MODELAGE
Poterie Sous les pins, Capbreton De 9 h 30 à 12 h 30 Voir p. 14

TOUS LES SAMEDIS
DÉGUSTATIONS
en compagnie des producteurs/ fournisseurs, apéros festifs
ÉPICERIE COCOTTE, Z.A. Pédebert, Soorts-Hossegor **Voir p. 27**

TOUS LES SAMEDIS
BRUNCH
chez Yvette'Café (Seignosse)
11 h ou 13 h, sur réservation.
Voir p. 36

Jusqu'au 30 novembre
EXPOSITION PHOTO *SOLO DANS MA PEAU*
Ce projet a réuni les élèves de 4e du collège Jean Rostand, le photographe bayonnais Louis Fabriès et l'association Troisième Session. Parvis de la médiathèque de Capbreton, accès libre

Jusqu'au 31 décembre
EXPOSITION PHOTO *PLUMES* , PAR PATRICE MARIOLAN
Belvédères du Boudigau, Capbreton, entrée libre.

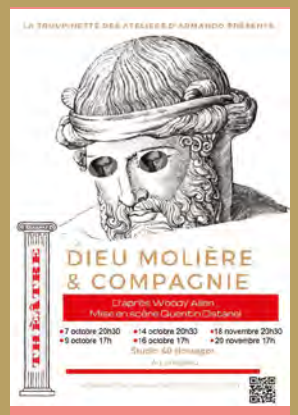
EXPOSITION PHOTOGRAPHIQUE *L'HISTOIRE DU SURF À CAPBRETON*, PAR LUC PETIT D'après le livre Génération Santocha
Maison de l'Oralité et du Patrimoine, Capbreton

Samedi 12 novembre
ATELIER MACRAMÉ MURAL OU PORTE-PLANTE 15 h 30, Yvette'Café, Seignosse
35 €, inscription jusqu'au 9 novembre. voir p.36
***
RENCONTRE DÉDICACE AVEC LUC PETIT, en lien avec son exposition photographique *L'histoire du surf à Capbreton* D'après le livre Génération Santocha 18 h, Maison de l'Oralité et du Patrimoine, Capbreton

Mercredi 16 novembre
RENCONTRE EXCEPTIONNELLE AVEC LE SURFEUR DE L'EXTRÊME GARRETT MCNAMARA
En lien avec son récit autobiographique Les morsures de la mer
Entrée libre, 20 h 30, casino municipal de Capbreton, salle Ph'Art)

Jeudi 17 novembre
ARRIVÉE DU BEAUJOLAIS NOUVEAU
Rendez-vous à la Cave en Gascogne pour une dégustation ?
Voir aussi p. 29

Vendredi 18 novembre
CRÉATION EN CHANTIER : LA BÊTE À 7 TÊTES, PAR LA CIE LES MOTS DU VENT
Gratuit, tout public à partir de 8 ans 19 h, casino de Capbreton, salle Ph'Art
***
DIEU MOLIÈRE & COMPAGNIE (théâtre)
20 h 30, Studio 40, Soorts-Hossegor
Gratuit sur inscription, représentation au chapeau



Samedi 19 novembre
LES AMBASSADES DU CONTE #3 La terre sur les épaules – Sophie Wilhelm (Cie Les mots du vent) À partir de 15 ans 20 h, grande salle commune de Saint-Jean-de-Marsacq
***
ET ELLES VÉCURENT HEUREUSES (théâtre), Cœur de Scène
À partir de 12 ans
20 h 30, Espace culturel Roger Hanin, Soustons

***
CONCERT KYF ! + BAKO DU NIGER
Organisé par Scène aux champs 20 h 30, La Mamisèle, Saubrigues

Dimanche 20 novembre
DIEU MOLIÈRE & COMPAGNIE (théâtre)
17 h, Studio 40, Soorts-Hossegor
Gratuit sur inscription, représentation au chapeau

Du 20 au 27 novembre
SEMAINE RÉDUISONS NOS DÉCHETS dans la ville de Capbreton
Programme complet des animations sur le site Internet de la ville.

Mercredi 23 novembre
ATELIER RECYCLAGE
Apportez votre tote bag et customisez-le !
Dans le cadre de la Semaine européenne de réduction des déchets
9 h 30 - 10 h 30 / 11 h - 12 h Maison de l'oralité et du patrimoine, Capbreton
***
ATELIER RECYCLAGE
Créez votre mini-théâtre et boîte à histoires
Dans le cadre de la Semaine européenne de réduction des déchets
15 h 30 - 16 h 30, Médiathèque L'Écume des jours, Capbreton

Jeudi 24 novembre
PROJECTION DU FILM MADE IN BANGLADESH, DE RUBAIYAT HOSSAIN
Dans le cadre de la Semaine européenne de réduction des déchets
Cinéma Le Rio

Samedi 26 et dimanche 27 novembre
SALON DES CRÉATEURS DE LA SECONDE MAIN
organisé par Slowly et nouvelle vague market
Dans le cadre de la Semaine européenne de réduction des déchets
10 h à 19 h aux salles municipales de Capbreton - ENTRÉE GRATUITE

Samedi 26 novembre
MARCHÉ DE NOËL CHEZ YVETTE CAFÉ (SEIGNOSSE)
Possibilité de brunch (sur réservation) à 11 h ou 13 h. Voir aussi p. 36
***
CONCERT DE SAINTE CÉCILE 21 h, Espace culturel Roger Hanin, Soustons

Samedi 3 décembre
SOIRÉE HUMOUR & CHANSON
Frédéric Fromet (1e partie : Hector ou rien)
Organisé par Scène aux champs 20 h 30, La Mamisèle, Saubrigues
***
SOIRÉE PANDA DUB – ASHKABAB – SUPA MANA - 21 h 30, Le Tube – Les Bourdaines, Seignosse

Vendredi 9 décembre
CONCERT PÈRE NOËL .AB ROCK – TRUST
Concert caricatif organisé par AB Association de Bienfaiteurs, Le Tube – les Bourdaines et Verygroup
20 h, Le Tube – Les Bourdaines, Seignosse

Du 9 au 31 décembre
EXPOSITION CHRISTIAN DE LAUBADÈRE *INVENTAIRE INACHEVÉ*
Sporting-Casino de Soorts-Hossegor
Entrée libre tous les jours de 13 à 19 h (sauf les lundis et les jours fériés).

Dimanche 11 décembre
QUI SONNE (musique et cirque), par Le collectif agité - À partir de 3 ans
17 h, Espace culturel Roger Hanin, Soustons

Mercredi 14 décembre
ATELIER CRÉATION DE BONNET OU HEADBAND EN LAINE
15 h 30, Yvette'Café, Seignosse 35 €, inscription jusqu'au 11 décembre. Voir p.36

Samedi 17 décembre
DÉGUSTATION HUÎTRES + VIN BLANC
En compagnie de Patrick l'écailler. Épicerie Cocotte, Z.A. Pédebert, Soorts-Hossegor
Voir p.27

Samedi 24 décembre
EMBRASEMENT DE LA TORÈLE, PLACE SAINT-NICOLAS, CAPBRETON

Dimanche 25 décembre
JOYEUX NOËL À TOUS !

Jeudi 29 décembre
VIEUX-BOUCAU FÊTE L'HIVER : MARCHÉ DE LA SAINT-SYLVESTRE
Place de la mairie, Vieux-Boucau

Dimanche 1er janvier 2023
BONNE ANNÉE ! Toute l'équipe de Slowly vous souhaite que 2023 soit heureuse et lumineuse !
***
BRUNCH DU 1ER DE L'AN au Baya Hôtel, Capbreton
Voir p. 35

Une vague de fraîcheur,
une vague de goût, une vague de choix :
une seule adresse !

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

La Cave de L'Océan

1566 avenue des lacs
40660 MOLIETS ET MAÂ

05 58 70 87 26
@La Cave de L'Océan
lacavedelocean