



B Brèves de BORDEAUX

PRINTEMPS 2015 N° 28

- 
- [2] Préparez le printemps
 - [4] Du côté de la Barrière de Pessac
 - [6] Détour par Judaïque
 - [8] Rue du Faubourg des Arts
 - [10] Les Fromagers

DU 13 AU 19 AVRIL
à Bordeaux et en Gironde

Restaurants
en FÊTE

★ Dégustez un menu gastronomique ★
imaginé par deux Chefs étoilés et un Maître Restaurateur



Menu à 49 €
Entrée + Plat + Dessert
+ verre de Graves**

1 menu acheté
=
1 menu offert

Liste des restaurants participants sur
www.larondesquartiersdebordeaux.com

* Du 13 avril au 19 avril, sur réservation.
** L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.
À consommer avec modération.



Thomas BRASLERET, Chef étoilé du restaurant La Cape à Cenon. Benoit MARY, Maître restaurateur, Chef du restaurant l'Absolu à Auros. Nicolas MAGIE, Chef étoilé de l'hôtel-restaurant le Saint-James à Bouliac.

Préparez le printemps

A l'approche des beaux jours, il est temps de prendre soin de soi ! Coiffure, esthétique, soins, sport... tout est bon pour se faire du bien. Brèves de Bordeaux vous propose un panel de commerçants pour faire votre choix.



■ Vita Liberté

Vita Liberté est un réseau de clubs de forme low-cost qui vous permet de vivre librement votre sport à tout moment et en toute tranquillité. Une nouvelle salle a été ouverte dans le quartier Saint-Michel par Boris en 2013. Aujourd'hui, elle compte plus de 1 000 adhérents. Audrey, la responsable, vous accueille pour vous proposer des abonnements à bas prix vous permettant d'accéder aux 5 salles de sport du réseau de Bordeaux Métropole. Equipé de matériel de musculation et de cardio de dernière génération, chaque centre propose également des cours collectifs : biking, step, zumba, stretching, yoga, cuisses-abdos-fessiers, et des cours interactifs à suivre sans aucune contrainte de planning. Et pour faire de votre salle de sport votre véritable atout de santé, profitez d'un bilan personnalisé, suivi par un coach, pour seulement 20 €.

Place de la Ferme de Richemont
Tél. 09 50 96 80 00
Ouvert 7/7 : de 6h à 23h
www.vitaliberte.fr



■ Est'Hair Coiffure

Si Esther, la responsable, a su habilement jouer avec les mots pour trouver le nom de son salon, elle a aussi su le faire avec ses services. Dans un cadre moderne et coloré, coiffures européennes et métissées, tresses, extensions et rajouts sont à l'honneur. Sans oublier le traditionnel brushing, l'indémontable balayage ou le romantique chignon de mariage. Esther vous propose également de profiter des dernières tendances, comme la pose de frange. Situé depuis 36 ans à deux pas de la place Gambetta, le salon de coiffure Est'hair est le lieu idéal pour toute personne qui souhaite changer de tête sans forcément couper ses cheveux !

30 rue du Docteur Charles Nancel Penard
Tél. 05 56 81 60 75
Du lundi au samedi : 10h/19h avec ou sans rendez-vous
<http://esthaircoiffurebordeaux.jimdo.com>



■ Relooking Minceur

C'est après une expérience personnelle que Suellanie a souhaité se lancer dans l'expérience Relooking Minceur, un réseau national de centres de beauté, fort de 30 ans d'expérience. A peine arrivée dans la région, cette jeune parisienne a ouvert le 1^{er} centre de Relooking beauté corps en Gironde. Le principe de ces soins consiste à drainer le corps pour éliminer rapidement. Suellanie adapte le protocole à chaque personne et travaille avec les dernières technologies en matière de soin minceur. Perte de poids, silhouette affinée, disparition de la cellulite... les résultats sont visibles dès les premières séances. Venez profiter du soin découverte pour seulement 8,90 €. Et sur présentation de cet article, Suellanie vous offre 10 % sur les cures minceurs, les lifts et les forfaits épilation radicale. A essayer sans tarder à l'approche de l'été.

166 cours du Maréchal Gallieni
Tél. 05 24 54 71 43
Les lundi/mardi/jeudi/vendredi : 10h/19h30
Le mercredi : 14h/19h
Le samedi : 10h/17h30
www.relooking-minceur-bordeaux.com



BORDO PLAISIR
CUMULEZ DES EUROS, CONSOMMEZ BORDEAUX

CUMULEZ DES EUROS
LORS DE VOS ACHATS CHEZ AUCHAN MÉRIADECK

DÉPENSEZ-LES
DANS LES COMMERCES DE PROXIMITÉ DE BORDEAUX



En savoir plus : www.bordoplaisir.com



■ Makadam Fitness

Bonne santé et bien-être ont leur secret : une pratique physique régulière. Makadam Fitness fait partie de cette nouvelle génération de centres de remise en forme tournés vers le sport-santé, via une activité adaptée et régulière, en toute sécurité. Installé non loin du Quai des Chartrons, dans un univers soigné, le nouveau centre Makadam Fitness de Bordeaux met à votre disposition tout un panel de machines Technogym, pour vous entraîner à votre rythme et suivre vos résultats à chaque séance, grâce à votre clé interactive qui vous accompagne tout au long de l'entraînement. Profitez d'un programme personnalisé pour établir un bilan de votre condition physique : niveau d'endurance, capacité musculaire, souplesse... Des conseillers sportifs, diplômés d'état, vous accompagnent tout au long de votre programme de remise en forme.

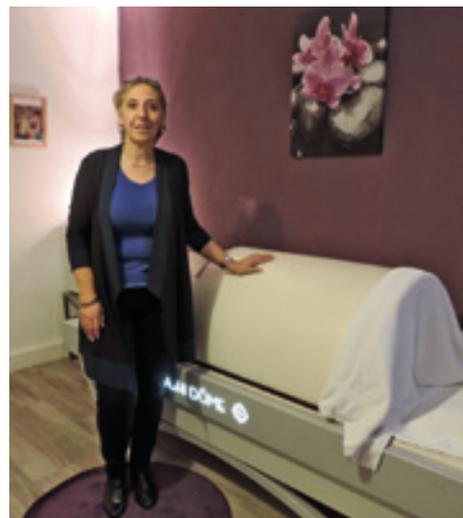
113 cours Balguerie Stutzenberg
Espace Balguerie
Tél. 05 56 50 34 27
7/7 : 6h/23h
www.makadam-fitness.fr



■ Lipotherm Center

LipothermCenter est un centre d'esthétique proposant un concept unique, grâce à une passerelle entre le médical et l'esthétique. Installé cours Alsace Lorraine depuis 1 an, il est le seul centre en Gironde issu de cette franchise internationale. Olivier et Sophie, l'esthéticienne, vous accueillent pour vous proposer un large panel de soins. Du soin visage au traitement amincissant en passant par les modelages et les épilations, chaque soin est prodigué via des techniques médico-esthétiques comme la radio fréquence, la cavitation ou encore le flashter... Situé à proximité du tram, dans un local chaleureux aux pierres apparentes, Lipotherm Center saura apporter une réponse à l'acné, la cellulite ou encore le vieillissement de la peau.

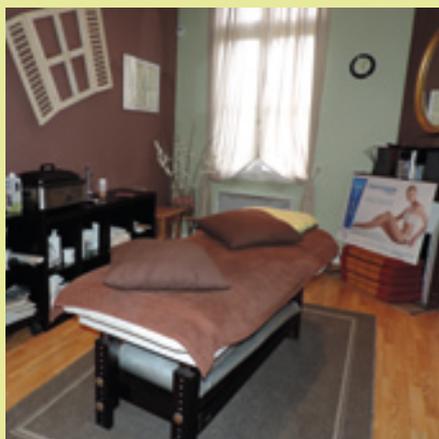
82 cours Alsace Lorraine
Tél. 06 51 12 62 93
Le lundi : 14h/19h
Les mardi et jeudi : 10h/20h
Les mercredi et vendredi : 10h/19h
Le samedi : 10h/16h
<http://www.lipothermcenter.com/bordeaux/>



■ L'institut Plénitude

Besoin de vous détendre et de vous offrir un instant de calme et de sérénité loin du tumulte quotidien ? Vous êtes au bon endroit. Depuis le 1er juillet 2014, Sylvie Azzarello vous accueille à l'Institut Plénitude, situé dans un bel appartement au décor intimiste, tout près du Jardin Public. Ici, tout est pensé pour le bien-être de votre corps et la détente de votre esprit. Pour faire disparaître les douleurs et renforcer votre organisme, Sylvie vous propose une séance d'Iyashi Dôme. Cet appareil, originaire du Japon, permet d'éliminer toutes les toxines présentes dans l'organisme par une sudation intense. Elle fut la première à proposer ce soin en Aquitaine. C'est elle également qui a créé l'école de massage « Annick M », où l'on vous initiera aux différentes techniques de massages. Alors n'hésitez plus et venez vous détendre à l'Institut Plénitude.

7 rue d'Aviau
Tél. 05 56 43 25 69
Du lundi au vendredi : 10h/19h
Le samedi : 10h/15h sur rdv
www.institut-plenitude.fr



■ Instant Quiétude

Venez vous ressourcer en toute sérénité, dans ce lieu plein de douceur. Choisissez la formule qui vous convient et laissez-vous aller entre les mains expertes de Véronique, spécialiste du modelage. Hommes ou femmes, découvrez les bienfaits des produits naturels, tels que la boue marine, les pierres chaudes ou les bolus marins. Pour Véronique, « le modelage est un don de soi, c'est vouloir apporter du bien-être aux autres ». Depuis 5 ans, elle accompagne et

conseille ses clients sur toutes les techniques qu'elle pratique. Au-delà de la partie soin, vous pourrez également découvrir les épilations classiques et les séances d'UV. Un bon moyen de préparer sa peau avant l'été.

207 rue Judaïque
Tél. 05 56 42 06 27
Du mardi au vendredi : 10h/18h30
Le samedi : 10h/13h sur rdv

Du côté de la Barrière de Pessac

La Barrière de Pessac offre un cadre de vie agréable, où se côtoient familles et étudiants attirés par la situation privilégiée sur le chemin des universités. Côté commerces, la diversité proposée contribue à son attractivité. Petit aperçu...



■ Boutique Rosemay

En 1979, Dominique a repris, avec sa mère, la gérance de la boutique « Rosemay », existant depuis 1935. Une longévité qui ne passe pas inaperçue dans le quartier. Dominique crée des compositions florales pour toutes les occasions. A partir de fleurs fraîches, lys, œillets, tulipes, roses, orchidées, gerbera... il composera votre bouquet. Découvrez également, dans le jardin de la boutique, les plantes d'extérieur de saison. Et pour toutes les occasions, pensez à envoyer des fleurs. Pour cela rien de plus simple, commandez et payez par téléphone, et Dominique s'occupe d'envoyer vos fleurs en France ou à l'étranger.

7 cours du Maréchal Gallieni

Tél : 05 56 98 19 30

Le lundi : 15h/19h30

Du mardi au samedi : 9h/12h45 - 15h/19h45

Le dimanche : 9h/12h45

www.rosemayfleurs-bordeaux.fr



■ DS Coiffure

Installés dans le quartier depuis 2001, Sam et son équipe de jeunes coiffeurs confirmés, vous accueillent au sein d'un salon lumineux et chaleureux pour vous conseiller sur les dernières tendances : effet retour de plage avec le style « Beach waves » ou chignon indémodable vedette des cérémonies et dont DS Coiffure est devenu spécialiste. Pour votre couleur, un coiffeur-coloriste vous conseille pour le choix de mèches ou balayages. DS Coiffure propose également des forfaits mariages (coiffure, maquillage, manucure) et des réductions pour les étudiants. Et sur présentation de cet article, bénéficiez d'un « Rituel Kérastase » lors de votre prochaine visite.

6 cours du Maréchal Gallieni

Tél. 05 56 98 21 86

Du mardi au vendredi : 10h15/18h30

Le samedi : 9h30/18h sans rdv



■ Cocci Market

Jean-Christophe, Sophie et leur fille Marina ont quitté la Touraine il y a 5 ans pour venir s'installer à Bordeaux. Ils sont aujourd'hui gérants mandataires du Cocci Market de la Barrière de Pessac. Ce commerce d'alimentation générale, clair, propre et bien achalandé, propose tous les produits utiles au quotidien : épicerie, crèmerie, charcuterie, rayon bio, surgelés... Et pour accompagner vos repas, venez choisir une bouteille de vin dans la cave aménagée. Cette année, Cocci Market a pour projet d'agrandir son rayon frais pour proposer un plus large choix de viandes. Le magasin de proximité par excellence !

13 cours du Maréchal Gallieni

Tél. 05 56 00 66 97

Du lundi au samedi : 8h/21h

Le dimanche : 9h/13h30 - 16h/21h



■ Le George V

Situé sur le Boulevard du même nom, avec ses 8 mètres de façade, impossible de manquer le « George V ». Ce bar/brasserie/pizzeria, tenu par Stéphane et Marina, propose une carte courte et simple, composée de recettes élaborées à base de produits frais issus pour la majorité du marché des Capucins, et des menus changeant avec les saisons. Au printemps, venez déguster le parmentier de canard ou encore le poulet

en cocotte façon grand-mère... Et depuis septembre dernier, venez découvrir « Le petit George », le concept du George V en version rapide, sandwiches, paninis et plats en portion vous sont proposés sur place ou à emporter. Sur présentation de cet article, un kir vous sera offert pour l'achat d'un menu.

63-67 boulevard George V

Tél. 05 57 85 84 53

Du lundi au vendredi : 8h30/15h30



■ Garage Gallieni

Pour Christophe et Séverine, le Garage Gallieni est une histoire de famille. Christophe a grandi dans le garage de son père et a commencé la mécanique à l'âge de 16 ans. Séverine, sa femme, l'a rejoint il y a 2 ans et s'occupe de l'aspect administratif. Pour l'entretien, la mécanique ou la carrosserie de votre voiture, adressez-vous au Garage Gallieni, membre du réseau Top Garage, réputé pour son sérieux et sa longévité. Et grâce à la carte de fidélité Top Card et au cumul de points, votre fidélité est récompensée et vous bénéficiez de remises.

26 cours du Maréchal Gallieni
Tél. 05 56 98 35 85
Du lundi au jeudi : 7h30/12h30 - 14h/19h
Le vendredi : 7h30/12h30 - 14h/17h30



■ Pressing Gallieni

Un pressing est un service de proximité indispensable dans un quartier. Pour vos vêtements délicats, vos manteaux ou tout autre textile, pensez au Pressing Gallieni. Franck, le gérant, et Katia, vous proposent le traditionnel nettoyage à sec, mais aussi de nombreux services : couture, ourlets, pose de fermetures éclair, location de shampoineuse, cordonnerie, maroquinerie, repassage... Au printemps, profitez d'une remise de 20% sur le nettoyage de vos couettes, tapis et vêtements en cuir.

22 cours du Maréchal Gallieni
Tél. 05 57 81 80 01
Le lundi : 15h/19h
Du mardi au vendredi : 9h/12h30 - 15h/19h
Le samedi : 9h/12h30



■ Rapid'couture

Près de chez vous depuis plus de 7 ans, Cécile Boutinaud, sous l'enseigne de Rapid'couture, est devenue la couturière incontournable du quartier. Cette jeune femme de 34 ans, compétente et souriante, répare, retouche, customise et personnalise vos manteaux, jupes, robes ou tout autre vêtement, et travaille toutes les matières (même le cuir). Elle met également à votre service la création de rideaux et de voilages personnalisés. Le petit plus de Rapid'couture ? Les ourlets de pantalon sont réalisés en moins de 24h.

83/85 cours du Maréchal Gallieni
Tél. 05 56 96 87 81
Du lundi au vendredi : 9h30/12h30-14h/19h
www.rapid'couture.com






Wit
BIEN + QUE DES HITS !
BORDEAUX 100.8 FM

• Bénéficiaire de l'Appellation d'Origine Protégée (AOP) de la région bordelaise

HELL BOQUERON

BAR
BRASSERIE
TAPAS

Service brasserie
de 12h à 15h
Tapas à partir de 18h

83 rue des Faures
33000 BX
Téléphone
0980952823

Détour par Judaïque

A deux pas de la place Gambetta, au cœur du quartier Saint Seurin, la rue Judaïque fourmille de commerces en tous genres : créateurs, artisans d'art ou enseignes gourmandes. Un coin de Bordeaux qui vaut le détour...



■ Oya Fleurs

Cette belle enseigne, à la décoration design et à l'ambiance chaleureuse, vous invite à découvrir les couleurs et les parfums des grandes variétés de fleurs et de plantes. Dans cette boutique située à l'angle de la rue Judaïque et de la place des Martyrs de la Résistance, le charme opère dès l'accueil par Caroline et Elise, puis grâce aux compositions florales confectionnées sous vos yeux. Oya fleurit la vie de tous les jours et tous vos événements (mariage, réception, deuil, événement d'entreprise...). Commandez aisément par téléphone ou internet, et bénéficiez du service de livraison. Oya propose également une carte de fidélité gratuite, qui donne droit à des réductions.

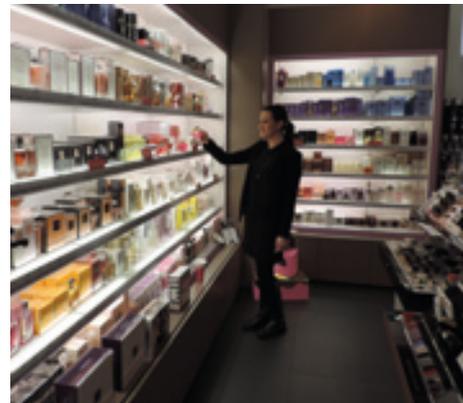
47 rue Judaïque
Tél : 05 56 99 25 42
Le lundi : 13h30/19h30
Du mardi au jeudi : 9h/19h30
Les vendredi et samedi : 9h/20h
Le dimanche : 9h/13h
www.oya-fleurs.com



■ Oliv'art

En passant la porte d'Oliv'Art, vous découvrirez une épicerie moderne et épurée, dont les murs colorés d'une teinte violine rappellent l'olive à maturité. Nathalie vous accueille avec convivialité pour vous apprendre tout ce qu'elle sait sur ce fruit caractéristique des régions méditerranéennes. Ouverte en mai 2013, à l'entrée de la rue Judaïque, cette boutique ravira les plus gourmets et leur permettra de savourer l'huile d'olive, ainsi que bien d'autres produits d'épicerie fine, tels que tapenades, vinaigres, pâtes sèches, vins... A noter que le magasin propose également des cosmétiques à base d'huile d'olive. Sur présentation de cet article, une mini bouteille d'huile d'olive offerte dès 25 € d'achat.

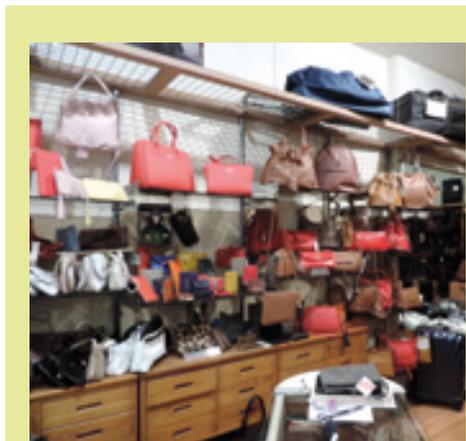
4 rue Judaïque
Tél : 05 56 44 56 82
Le lundi : 14h30/19h
Du mardi au samedi
10h30/13h30-14h30/19h



■ Passion Beauté

Implantée depuis 4 ans dans le quartier, la parfumerie Passion Beauté propose à ses clients une multitude de cosmétiques, parfums et accessoires de grandes marques. A l'écoute de vos envies et de vos exigences, les trois conseillères de la boutique vous font profiter de leur expérience pour vous guider vers les produits qui vous correspondent. Passion Beauté c'est aussi un institut, qui propose manucure, soins amincissant ou de relaxation pour les femmes et les hommes dans un environnement de bien-être et de calme.

24 rue Judaïque
Tél : 09 54 54 95 15
Les mardi/mercredi/vendredi : 10h/19h
Le jeudi : 11h/20h



■ Maroquinerie Mialet

Ouvert depuis 1893, la maroquinerie Mialet est la plus ancienne maroquinerie de Bordeaux. Ancrée rue Judaïque, cette enseigne met un point d'honneur à vendre des articles de fabrication française. Laissez-vous tenter par la diversité de ses produits de grande qualité : sacs à main, bagages, portefeuilles, parapluies... Mais aussi serviettes et sacoches qui vous permettront de transporter ordinateurs portables et

autres outils de travail modernes. Alors n'hésitez plus et venez profiter des précieux conseils de Marc.

6 rue Judaïque
Tél : 05 56 52 85 55
Le lundi : 14h/19h
Du mardi au samedi : 10h/19h

ASSURANCE HABITATION

RÉÉQUIPEMENT* À NEUF : **CHEZ NOUS, VOS BIENS SINISTRÉS** **SONT INDEMNISÉS EN VALEUR À NEUF.**



POLECOMPANY.COM

Obtenez immédiatement votre devis en ligne
sur www.caisse-epargne.fr

CAISSE D'ÉPARGNE
AQUITAINE POITOU-CHARENTES
LA BANQUE. NOUVELLE DÉFINITION.



*Selon version et formule choisies. Voir conditions générales et particulières.

Caisse d'Épargne et de Prévoyance Aquitaine Poitou-Charentes, Banque Coopérative, art. L 512-85 et suivants du Code monétaire et financier SA à Directoire et Conseil d'orientation et de surveillance Capital social de 669 625 500 euros - Siège 61 rue du Château d'Eau - CS 31271 - 33076 Bordeaux cedex - 353 821 028 RCS de Bordeaux - Intermédiaire d'assurance, immatriculé à l'Orias n°07 004 055. Titulaire de la carte professionnelle Transactions sur immeubles et fonds de commerce sans perception de fonds, effets ou valeurs n°33063-2863 délivrée par la Préfecture de la Gironde, garantie par la CEGI - 128 rue La Boétie 75378 Paris cedex 08.

Rue du Faubourg des Arts

Inaugurée en 2003, la rue du Faubourg des Arts possède un charme à part, avec ses façades en pierres apparentes sur lesquelles courent des pieds de vignes. Lieu de vie pour créateurs et artistes qui exposent leur savoir-faire, l'artère est propice à la promenade et à la découverte. Portrait de 4 créateurs qui ont investi les lieux.



■ L'instant Floral

Alors qu'elle se destinait à une carrière de graphisme, c'est tout à fait par hasard que Sabine Chave découvre le monde des fleurs. Après plusieurs expériences chez différents fleuristes, Sabine a ouvert sa propre boutique en janvier 2013 dans le quartier des Chartrons. Dès lors, c'est une véritable passion qu'elle voue à la décoration florale, domaine où elle peut laisser libre court à sa créativité. S'adressant aux particuliers comme aux professionnels, Sabine crée des décors personnalisés pour tout type d'événement et fleurit votre quotidien. Et pour tous les amateurs désireux de découvrir l'art floral, elle propose des ateliers pour appréhender l'art de la composition.

28 rue du Faubourg des Arts
Tél. 06 16 18 08 53
Sur rendez-vous
www.linstantfloral.fr



■ Atelier Daphné Viort

Venez partager avec Daphné sa passion pour la restauration de tableaux. Après une formation de plus de 3 ans à l'Institut Spinelli de Florence, Daphné revient en France, peaufine sa formation auprès de restaurateurs bordelais, puis, en 2003, installe son atelier rue du Faubourg des Arts. Elle met au service de sa clientèle son savoir-faire pour la préservation et la restauration de tableaux anciens et contemporains. Elle propose diverses prestations de remise en état d'un tableau : entoilage, nettoyage, retouches, réintégration chromatique... Entreprise ou particulier, confiez vos tableaux les plus précieux à Daphné, qui procédera avec minutie à leur expertise, afin de rendre toute leur intégrité à vos œuvres.

2 rue du Faubourg des Arts
Tél. 05 56 51 47 37
Sur rendez-vous
www.atelierdaphneviort.com



■ MC2A

Depuis sa création en 1989, « Migrations Culturelles Aquitaine Afrique » se veut être une véritable passerelle vers la culture africaine. Installée depuis 2008, en plein cœur de la rue du Faubourg des Arts, cette association a pour fondement la promotion des arts contemporains africains. Elle dispose d'un espace destiné à présenter des œuvres artistiques dans des domaines tels que le théâtre, la photographie ou encore la lecture. C'est également un lieu d'exposition, accueillant régulièrement des œuvres d'artistes africains. MC2A ne se contente pas d'être une vitrine de la culture africaine, elle revendique aussi son côté nomade en transportant cette culture en divers endroits de la ville.

44 rue du Faubourg des Arts
Tél. 05 56 51 00 83
Du lundi au vendredi : 10h/13h - 14h/18h.
www.web2a.org



■ Créations pour Soie

Bienvenue dans le monde du couvre-chef. Dans cet atelier tout est fabriqué sur mesure et à la main, dans le respect du savoir-faire traditionnel français. Fille de modiste, Michèle-Françoise Mehring a toujours baigné dans ce milieu. Après une formation au Greta de la Mode à Paris, puis l'apprentissage des techniques de travail du cuir chez Louis Vuitton, Michèle-Françoise a créé son propre atelier. Elle accompagne ses clientes dans la confection de chapeaux uniques.

Utilisant des matières nobles comme le cachemire, le mérinos, le feutre ou encore la paille, elle fabrique ses chapeaux à partir de moules en bois. Et pour celles qui veulent changer de chapeaux régulièrement, Michèle-Françoise propose un service de location.

12 rue du Faubourg des Arts
Tél. 05 56 01 01 17
Sur rendez-vous
www.creations-pour-soie.com

3 bonnes raisons de visiter Bordeaux

Bordeaux a réussi à faire oublier son surnom de « belle endormie ». Aujourd'hui, la métropole attire chaque année des millions de touristes, séduits par son renouveau, son dynamisme, ses richesses et ses multiples projets. Bordeaux, une destination privilégiée.



✦ Bordeaux, Destination européenne de l'année

Sélectionnée parmi 20 villes européennes, Bordeaux a remporté le titre de « European Best Destination 2015 » devant Lisbonne et Athènes. Cette récompense, décernée par un organisme basé à Bruxelles dont la mission est de promouvoir et développer le tourisme en Europe, est une reconnaissance de tout le travail de réhabilitation accompli

depuis quelques années dans la ville. Ce nouveau titre va faire de Bordeaux la ville à découvrir et surtout lui permettre de figurer parmi les destinations privilégiées des tour-opérateurs étrangers.

✦ Bordeaux, Patrimoine mondial de l'Unesco

Bordeaux est inscrite depuis 2007 sur la liste du Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Outre le fait que Bordeaux est la ville française, hors Paris, qui compte le plus grand nombre de bâtiments classés ou inscrits, l'originalité de la démarche réside dans l'importance du secteur classé, faisant de Bordeaux le 1er ensemble urbain classé aussi étendu (1 810 hectares). Ce classement renforce l'image exceptionnelle du patrimoine bordelais dont l'unité architecturale couvre deux siècles.

✦ Bordeaux, Destination pour tous

Depuis juin 2014, la ville de Bordeaux est le 1er territoire labellisé « Destination pour tous ». L'objectif principal de ce label est avant tout la valorisation de territoires qui proposent une offre touristique cohérente et globale pour les personnes handicapées. L'obtention de ce label place Bordeaux en tête des destinations pour les personnes en situation de handicap qui souhaitent partir en vacances dans des lieux adaptés. De plus, le privilège de la destination Bordeaux est de proposer également des animations diversifiées et adaptées aux différents handicaps.

www.bordeaux.fr



MUTUELLE SANTÉ, PRÉVOYANCE ET ÉPARGNE-RETRAITE

Pour les particuliers et les entreprises

Pour une étude personnalisée

▶ **0 810 100 200** ⁽²⁾
ou 05 57 81 44 00

▶ ociane.fr

DEVIS ET ADHÉSION
EN LIGNE

▶ **13 agences dans la CUB :**
Bègles, Bordeaux (Bastide, Chartrons,
Mériadeck, Porte-Dijéaux, Victor-Hugo),
Cenon, Gradignan, Le Bouscat,
Mérignac, Pessac, St-Médard-
en-Jalles, Talence.

Les + Ociane pour les particuliers

- ▶ **1 mois gratuit** ⁽¹⁾
- ▶ Pas de questionnaire médical
- ▶ Le Tiers payant dans la France entière
- ▶ Un large choix de garanties

ENTREPRISES
découvrez nos
offres
spécifiques

(1) Selon conditions en vigueur au 1^{er} février 2015
(2) Prix d'un appel local ou selon conditions de votre opérateur



Bien conseillé, bien protégé

Mutuelle Ociane soumise aux dispositions du Livre II du Code de la Mutualité
Siège social : 8 terrasse du Front du Médoc, 33054 Bordeaux Cedex
N° SIREN 434 243 085

Les Fromagers

Pour un petit creux, un apéritif entre amis, un repas ou pour accompagner un bon vin, le fromage est un produit phare de notre gastronomie. Ce n'est donc pas un hasard si les fromageries réinvestissent les quartiers de la ville.



■ Fromages Nansouty

Après une expérience de 20 ans dans le secteur de l'hôtellerie-restauration, Vanessa a entamé une reconversion pour devenir « fromagère ». Installée dans le quartier très familial de Nansouty, elle a su trouver naturellement sa place et fidéliser sa clientèle. Très attachée à promouvoir les produits fermiers et le circuit court, Vanessa propose à la vente pas moins de 80 références de fromages à base de trois laits différents : vache, chèvre et brebis. Un atout garantissant une grande diversité de goûts. Vous aimerez également ses jolis plateaux composés de Saint Maure de Touraine, Comté, Brebis, Saint Nectaire ou encore Mimolette. Le tout accompagné de fruits et de la fameuse confiture de cerises noires.

314 rue Pelleport
Tél. 09 81 20 05 08
Du mardi au samedi : 9h/12h30 - 15h30/19h
www.fromagerienansouty.fr

■ Fromagerie « Chez François »

François Robert est avant tout amateur de bonnes et belles choses. Après 10 ans à Paris, il s'installe à Bordeaux avec sa famille en 2013. Aujourd'hui, la fromagerie « Chez François » enrichit l'offre de commerces de bouche de la rue Costedoat. Vous y découvrirez une large sélection de fromages fermiers au lait cru, de produits crémiers de grande qualité, ainsi que des produits d'épicerie fine pour accompagner vos fromages (confitures, confits, crackers originaux...). A découvrir également : produits frais italiens, vins de France et une fine sélection de bières se mêlant avec délice aux fromages. Possibilité de commander plateaux, raclettes et fondues.

27 rue Edmond Costedoat
Tél. 05 33 05 86 92
Le lundi : 16h/19h30
Du mardi au samedi : 9h30/13h - 16h/19h30
Le dimanche : 10h30/12h30

■ Fromagerie Saint Augustin

Après avoir quitté son emploi, Michèle a ouvert sa fromagerie avec son fils Jean-Baptiste, il y a 2 ans et demi. Michèle tient la boutique et Jean-Baptiste vend ses produits sur les marchés. Grands amateurs de fromages, ils ont une petite préférence pour le Mont-d'Or et ses arômes boisés très marqués. Michèle conseille à ses clients de l'agrémenter de quelques gousses d'ail, de le faire chauffer 30 minutes dans un four chaud, puis de le déguster avec du pain, des pommes de terre grenaille, le tout accompagné de vin blanc. Pour compléter vos achats, découvrez une gamme de charcuterie italienne, ainsi que les produits haut de gamme de la Maison Barthouil.

148 rue Emile Combes
Tél. 05 56 99 08 25
Du mardi au vendredi 8h30/12h30 - 16h/19h30
Le samedi : 8h30/12h30-16h/19h

■ Tout un fromage

« Tout un fromage », c'est plus de 80 références, une sélection de vins, d'épices, de confitures et une gamme de plateaux composés. Patrick Guéna n'avait qu'un seul souhait en créant sa fromagerie : satisfaire les envies de ses clients. Dans le quartier Saint Seurin, les riverains ont été ravis de voir arriver cette fromagerie en septembre dernier. « J'ai été accueilli avec des fleurs par les commerçants du quartier », se remémore-t-il, ému. « Tout un fromage » dispose également de deux tables pour

les clients qui souhaiteraient déguster une sélection de fromages sur place.

11 place des Martyrs de la Résistance
Tél. : 09 52 84 45 31
Du mardi au samedi
9h/13h30 - 14h30/20h
www.toutun-fromage.com



Trocs, vide-greniers, vide-dressings...

Rien ne se jette !

A l'heure où la lutte contre le gaspillage s'intensifie, des solutions pour donner une deuxième vie à vos objets du quotidien fleurissent : trocs, vide-greniers, vide-dressings... Brèves de Bordeaux a sélectionné pour vous 3 astuces pour vous débarrasser de ce que vous ne voulez plus, sans rien jeter.



I Vide-grenier

C'est décidé, aujourd'hui vous voulez faire le tri et vous débarrasser de ce qui ne vous sert plus ! Pourquoi ne pas vendre vos objets lors d'un vide-grenier ? De nombreuses personnes adorent chiner, pour débusquer des produits à bas prix. L'occasion de vendre ce qui ne sert plus et de donner une deuxième vie aux objets, de recycler sans jeter. Mais attention, la participation à un vide-grenier est réglementée : en tant que vendeur particulier, vous pouvez installer votre étal deux fois par an maximum et uniquement dans la commune de votre lieu de résidence principale.

I Vide-dressing ou troc party

Le troc est une pratique ancestrale au cours de laquelle chaque

participant cède la propriété d'un bien pour en recevoir un autre. Vous souhaitez aujourd'hui renouveler votre garde-robe sans vous ruiner, le vide-dressing ou troc-party est fait pour vous. Cette opération consiste à échanger des vêtements et accessoires neufs ou d'occasion, de particulier à particulier. A l'heure où la tendance est au partage, échanger des vêtements que l'on ne porte plus est devenu à la mode. Une seule obligation : aucun échange d'argent.

I Vente sur internet

Grâce à Internet, il est possible aujourd'hui de vendre, depuis chez soi, des articles dont on veut se débarrasser. Version virtuelle des vide-greniers, de nombreux sites internet permettent aux particuliers de vendre toutes sortes d'objets sans avoir à passer une journée dehors. Certains sites mettent en relation vendeurs et acheteurs, leur laissant le soin de régler les modalités de la transaction. D'autres prennent en charge les modalités de paiement et prélèvent généralement l'argent chez l'acheteur, avant la livraison, et le reversent au vendeur, au plus tard 3 semaines après la transaction.

Le coin gourmand

Hamburger Maxen'Suisse

Ingrédients pour 1 hamburger :



- > 130 gr de steak haché
- > 1 pain bun
- > 40 g d'oignons confits
- > 30 gr de poitrine fumée tranchée finement
- > 1 tranche de fromage à raclette
- > 40 g de persil plat
- > 1 c. à café d'huile de Tournesol
- > Sel & poivre du moulin

Préchauffer le four à 160°

- Dans une poêle, verser l'huile et faire revenir le confit d'oignons. Réserver

- Faire cuire la viande. Assaisonner de sel et de poivre. Réserver
- Faire blondir la poitrine fumée
- Couper le pain bun en 2
- Tapisser la base avec le confit d'oignons
- Poser la viande dessus, puis le fromage et enfin la poitrine fumée
- Disposer dans un plat et mettre au four quelques minutes, jusqu'à ce que le fromage soit fondu.
- Parsemer de persil plat et refermer le bun

Astuce : hachez vous-même le bœuf. Le mélange de trois viandes comme le rond de gîte, la hampe et la macreuse apportera un moelleux supplémentaire.

Max à Table
36 rue Cornac – Bordeaux
Tél. 05 56 30 03 00

Goûter d'anniversaire

à domicile pour les enfants

Que la fête commence!
by Enjoy Your Events

Réservez au 05 56 00 12 55
www.enjoy-your-events.com

Flashez ce code avec votre smartphone et découvrez notre brochure en ligne !

>20 mars au 6 avril

Vos commerçants fêtent le printemps

Bulletins jeu à gratter chez les commerçants adhérents à la Ronde des Quartiers de Bordeaux. A gagner plus de 12 500 € de cadeaux.

Magasins participants sur www.larondedesquartiersdebordeaux.com

>10 au 30 avril

Concours de vitrines Primrose

Les commerçants bordelais se parent aux couleurs du tennis. Votez pour vos vitrines favorites sur www.facebook.com/primroseatp

>11 et 12 avril

Marché de Bric et de Broc

Barrière Judaique et Avenue de la République : samedi et dimanche
Dans toute la ville le dimanche.

>13 au 19 avril

Restaurants en fête

Dans divers restaurants de Bordeaux et de la Gironde, menu composé par des Chefs étoilés. Pour tout menu acheté, le deuxième est offert.

Restaurants participants sur www.larondedesquartiersdebordeaux.com

>15 avril

Pâques au Grand Parc

Déambulation de mascottes, distribution de chocolats, maquette pour enfants, spectacle de magie, sculptures de ballons, goûter, barbes à papa.

>8 au 17 mai

Foire Internationale de Bordeaux

L'Inde, l'Impériale, thème de la 94^e édition. Salon de l'agriculture, des métiers d'art, de la maison et des loisirs.

>11 au 17 mai

Tournoi ATP BNP Paribas Primrose Bordeaux

Villa Primrose (8^e édition).

>14 au 17 mai

Fête du quartier de Nansouty

Pendant quatre jours, nombreuses animations, goûter pour les enfants...

>29 au 31 mai

Fête des mères à Judaïque

Distribution de roses chez vos commerçants.

>30 et 31 mai

Festival de la nature à la Grosse Cloche

Chaque visiteur pourra apprendre à vivre mieux, à consommer différemment. Nombreux stands pour des pauses gourmandes. Animations musicales et artistiques.

>11 au 28 juin

Les Epicuriales, Allées de Tourny

Pour cette 21^e édition, les terrasses des restaurants vous accueillent en plein air. Nombreuses animations.

Plus d'information sur www.epicuriales.com

>12 et 13 juin

Fête de l'huître à Saint Augustin

Huîtres, grillades, musique.



BRÈVES DE
BORDEAUX

Magazine édité à 25 000 exemplaires par «La Ronde des Quartiers de Bordeaux», association de commerçants et artisans.

Direction de la publication
Christian Baulme

Photos et visuels
CCI de Bordeaux, CMARA, Ronde des Quartiers de Bordeaux, Shutterstock.

Création
Créative Mood

Impression
Korus Edition



Dépôt légal
Mars 2015

N° ISSN : 2114-9453

Contact
contact.laronde@orange.fr
102, rue Sainte-Catherine
33000 Bordeaux
Tél. 05 56 81 12 97
www.larondedesquartiersdebordeaux.com



Liste des magasins participants sur
WWW.LARONDEDESQUARTIERSDEBORDEAUX.COM

**DU 20 MARS
AU 6 AVRIL
BORDEAUX**



12 500€ DE CADEAUX A GAGNER !

- 80 CARTES CADEAUX DE 30 € POUR DÉGUSTER DES BURGERS CHEZ MAX À TABLE !
- 24 BONS D'ACHAT DE LINGERIE FINE D'UNE VALEUR DE 100 € CHEZ CLÉOPÂTRE
- 24 PASS DÉCOUVERTE POUR 4 COURS DE FITNESS ET D'AQUABIKE AU CENTRE DE L'EAU
- 25 REPAS ET PLACES DE SPECTACLE AU CASINO THÉÂTRE BARRIÈRE BORDEAUX
- 1 000 JUS DE FRUITS FRAIS CHEZ MADE IN FRANCE



En partenariat avec :

