

LA GAZETTE

GRATUIT

JANVIER 2021

# LA GAZETTE MAG

UN AUTRE REGARD SUR L'OCÉAN INDIEN



JANVIER 2021

**GRATUIT**





## NOTRE COUP DE COEUR Chic et Zen

Deux collections aux lignes épurées et aux matériaux nobles et chaleureux



Structure 100 % Aluminium, plateaux et accoudoirs en Teck massif naturel

**ASSETSET LTD**

Email : info@lagazette-mag.io

**DIRECTION ET RELATIONS  
PUBLIQUES :**

**Françoise Salord**  
pub@lagazette-mag.io  
Tel: 59 75 72 22

**DIRECTION ET DIGITAL :**

**Thierry Salord**  
direction@lagazette-mag.io  
Tel: 58 50 34 83

**RÉDACTRICE EN CHEF :**

**Pauline Bouveau**  
presse@lagazette-mag.io  
Tel: 54 56 67 30

**JOURNALISTES :**

**Magali Kinzoni**  
magali.kinzoni@gmail.com  
Tel: 58 05 90 45

**Reza Dulymamode**  
reza@lagazette-mag.io  
Tel: 58 34 85 46

**GRAPHISTE :**

**Kevin Hutchamah**  
concept@lagazette-mag.io  
Tel: 59 32 72 47

**DISTRIBUTION  
ET COMMERCIAL :**

**Marvin Jackson**  
marvin@lagazette-mag.io  
Tel: 59 88 90 84

Imprimé par  
Cathay Printing Ltd  
(Tel. 234 2668) pour  
Assetset Ltd.

**Assetset Ltd :**  
Immeuble Sensoria,  
Chemin 20 Pieds,  
GRAND BAIE 30513.

**BRN C 15131217**  
**VAT: 27318459**

Magazine gratuit, ne peut  
être vendu. Ne pas jeter sur la  
voie publique. Toute reproduction,  
même partielle est interdite sans  
l'autorisation de  
Assetset Ltd.

# édito

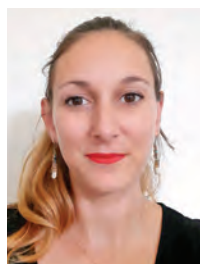
**Par Pauline Bouveau**

Rédactrice en chef

## BIENVENUE EN 2021

A l'heure où j'écris cet édito, nous sommes encore en 2020, mais plus pour longtemps. Il ne m'est pourtant pas difficile de laisser cette année derrière moi et de me plonger dans cette nouvelle année qui semble ouvrir la porte à l'espoir d'un horizon meilleur. 2020 nous aura marqué, à vie, certainement. 2020, son Covid-19, son Wakashio et tant d'autres tristes actualité dans le monde, on s'en serait bien passé, merci. Alors, comme beaucoup je pense, je saute sur 2021 pleine de positivité et de bonnes résolution, un peu la fleur au fusil, presque un peu naïvement. Je décide de prendre soin de moi, de manger mieux, et de me (re)mettre au sport. D'ailleurs, pour le sport, le RM Club, qui vient d'ouvrir à Forbach, devrait vous donner la motivation qu'il vous manquait si vous vouliez vous y mettre. Avec des machines utilisant les dernières technologies, vous pouvez vous faire coacher virtuellement et suivre votre évolution au cours des séances (plus d'infos p.42-43).

Prendre soin de soi, c'est aussi prendre le temps d'aller se faire chouchouter, pourquoi pas, dans un institut, avec un bon massage relaxant, ou encore en se reconnectant avec la nature. Car le temps, on ne le prend pas assez, souvent aspirés dans une routine au rythme effrené. Dans notre dossier spécial bien-être, ce mois-ci on vous donne plein d'infos sur les pratiques «douces» qui nous aident et nous font du bien : reiki, arthérapie, hypnose ou encore coaching... ce n'est pas le choix qui manque, ne reste plus qu'à trouver son bonheur ! Bienvenue 2021 !



# SOMMAIRE



## **PATRIMOINE 6**

Thierry Lebreton : *“Le patrimoine, c’est la croisée entre l’histoire et la mémoire”*



## **ZOOM SUR... 22**

Prendre soin de soi : bien dans sa tête et bien dans son corps



## **HISTOIRE 10**

Au nom de la postérité



## **COULEURS LOCALES 21**

Catherine Raghoonauth: la créativité au bout des doigts



## **CULTURE 38**

Inspiration Locale Pour Une Vision Internationale



## **PORTRAIT 12**

Institut Français de Maurice : l’heure du changement



## **INITIATIVES 32**

La Fondation Joseph Lagesse 15 ans de combat contre la pauvreté



## **ÉCOLOGIE 39**

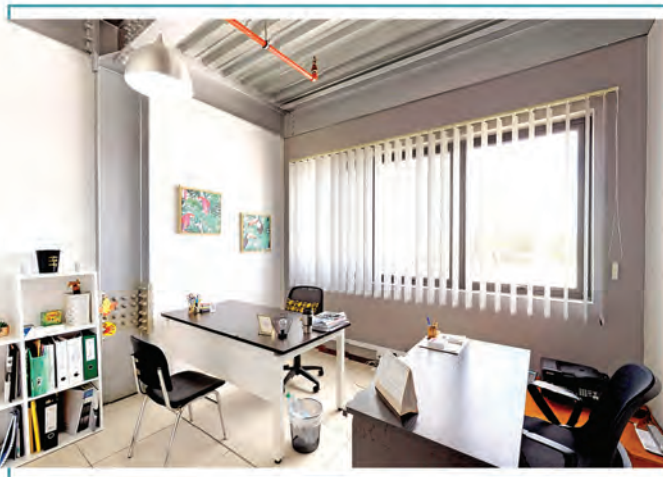
L'Ecolo : un nouveau magasin zéro déchet ouvre à Beau Plan



# Votre Bureau

Clés en main sous

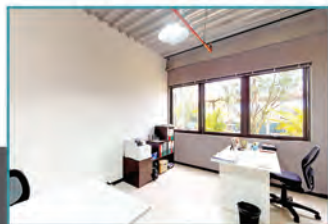
30  
minutes



- Votre bureau clés en main sous 30 minutes
- Co-working
- Salles de réunion
- Bureaux virtuels
- Ambiance pro et cosy
- Terrasse unique en son genre
- Emplacement stratégique (Super U Grand Baie)
- Prix compétitifs



Fast Hub, le business center partenaire de votre réussite à l'Ile Maurice



📍 Fast Hub, Grand Baie Coeur de Ville,  
Rue Notre Dame de La Salette  
(230) 269 37 00  
✉ fasthubadmin@fasthub.mu  
🌐 www.fasthub.mu



Scannez et visitez nos bureaux ici

## THIERRY LEBRETON : “LE PATRIMOINE, C’EST LA CROISÉE ENTRE L’HISTOIRE ET LA MÉMOIRE”

**SOS Patrimoine en Péril est une association qui œuvre pour sauvegarder et protéger le patrimoine mauricien dans la richesse de ses diversités. Pour aujourd’hui mais surtout pour les générations futures. C’est ce que nous explique Thierry Lebreton, président de l’association. - Pauline Bouveau**

Si Maurice est une nation jeune, la richesse de son patrimoine n’est plus à démontrer. “Nous avons quelque chose d’intéressant à dire au reste du monde” explique Thierry Lebreton, président de l’association SOS Patrimoine en Péril. Dans les années 1990-2000, seuls quelques individus s’engagent dans la préservation de ce patrimoine, mais peu ont conscience de l’importance de préserver celui-ci. Alors pourquoi est-il si important justement ? Nous avons posé la question à Thierry Lebreton.

*“Tout d’abord, en 15 ans cette notion de patrimoine culturel a fait son chemin, les gens à Maurice mesurent beaucoup plus l’importance de ce dernier aujourd’hui. Tout ce patrimoine permet de raconter l’émergence d’une nation nouvelle, encore en cours de construction et qui va continuer à créer une certaine unité dans sa diversité. C’est précisément par la préservation du patrimoine qu’on peut lire dans le temps la construction de cette*

*unité nationale. Le patrimoine, ça traduit aussi cette volonté de l’homme de modifier la nature pour maîtriser son environnement. Ce qu’on cherche à garder à travers le patrimoine, c’est aussi les savoir-faire qui y sont impliqués. Il y a des savoir-faire qui ne sont pas transmis et qui se perdent, et dont certains bâtiments en sont encore les témoins”.*

*“Il n’y a plus que 2% de forêt endémique à Maurice, ce qui signifie que 98% du pays a été modifié par la main de l’homme en 350 ans. Il n’y a rien de naturel à Maurice et rien n’est là par hasard”* ajoute-t-il.

Passionné par le sujet, Thierry Lebreton nous raconte aussi la manière dont le patrimoine témoigne d’une économie, d’un mode de vie, d’un rapport à l’espace, ou même d’une démonstration de pouvoir. Cette “*archéologie du territoire*”, pour reprendre ses propres mots, nous permet donc de comprendre notre histoire, d’où nous venons, comment nous vivions et comment notre mode de vie a évolué.

### L’espoir de la jeune génération

Heureusement, la préservation de ce patrimoine mauricien devrait pouvoir compter sur la volonté de la jeune génération de se rapprocher de ses racines mauriciennes. Des jeunes qui expriment de plus en plus leur attachement au patrimoine : le bâti, mais aussi le patrimoine culturel, culinaire, les fêtes ou tout simplement un certain mode de vie.

*“Les jeunes n’ont plus envie de trouver des racines ailleurs, dans les continents d’origine comme l’Europe ou l’Asie : ils veulent trouver des racines à Maurice”*, relate Thierry Lebreton. Voilà qui sonne comme un bel espoir pour Maurice et l’unité de sa nation.







## VOTRE INVENTAIRE EST NOTRE MÉTIER



**Fiabilité, efficacité, neutralité, nous réalisons depuis plus de 20 ans vos inventaires :**

- Bilan
- Contrôles
- Inventaires d'immobilisations
- Gestion de stocks
- Inventaires tournants
- Inventaires Complets ou Partenaires





## LE COIN DE MIRE SOUS TOUS LES ANGLES

**Avec le temps n'importe quel lieu peut raconter une histoire qui peut être source d'étonnement. Et même si l'île regorge d'activités, touristiques ou non, certaines fois, l'ennui pointe le bout de son nez et c'est là le moteur de découvertes insolites.**

- *Loïc Piquet*

Justement, le premier artefact qui se situe sur la côte Nord fût une plaque carrée. Situé entre la mer et les habitations, sur un parterre de roches volcaniques se trouve un repère géodésique.

Oui, « *repère géodésique* », derrière ce nom assez atypique se cache un point matérialisé dont les coordonnées sont connues avec précision et qui est surtout utile pour les géomètres. Malgré la forte évolution technologique et l'essor de la cartographie par satellite, ces points sont toujours utilisés aujourd'hui dans de nombreux domaines : que ce soit pour délimiter les espaces pour l'achat d'un terrain, pour la délimitation des eaux territoriales, corriger les erreurs effectuées par les satellites...

À quelques mètres de là, creusé dans la roche,

se trouve aussi un autel dédié à la Vierge Marie, faisant face à l'océan et au majestueux Coin de Mire. C'est un lieu très calme où l'on peut se mettre à réfléchir face à l'infinité de couleurs proposées par Dame Nature.

Cette vierge est là pour protéger les pêcheurs de toutes confessions, les récifs près de Cap Malheureux étant dangereux pour ces derniers.

D'ailleurs le nom de Cap Malheureux peut s'expliquer par ses brisants qui ont pu voir de nombreux bateaux s'échouer, ou encore, parce que les Anglais avaient choisi cet endroit pour débarquer au XIXe siècle et reprendre l'île, alors sous domination française.

Enfin, un peu plus au large se dresse le Coin de Mire, imposant et tranquille.

Si vous arrivez depuis la côte et en regardant attentivement vers le milieu du colosse, vous pourrez voir un autre autel dédié à la Vierge Marie en hauteur, là aussi creusé dans la roche. Mais ce qui nous intéresse se trouve de l'autre côté de ce géant de pierre. En effet, dans une petite alcôve, et en observant les crevasses où se dorent quelques crabes, un objet insolite, mais discret, vous fera face.

Il s'agit d'un canon dont l'histoire est tristement inconnue, à mon plus grand regret. Servait-il de défense contre d'éventuels envahisseurs? S'agit-il d'un canon posé ici, mais qui ne fut jamais recouvert par ses propriétaires ?

Même si ces questions demeurent, il n'en reste pas moins que cet objet insolite raconte un fragment de l'histoire de Maurice.





Situé au coeur de Grand Baie, face aux eaux turquoises de la baie avec une vue panoramique, Les Canisses, restaurant bar pied dans l'eau, vous accueille pour le déjeuner et le dîner avec animation musicale en live. Ambiance chaleureuse et plaisirs gustatifs assurés.

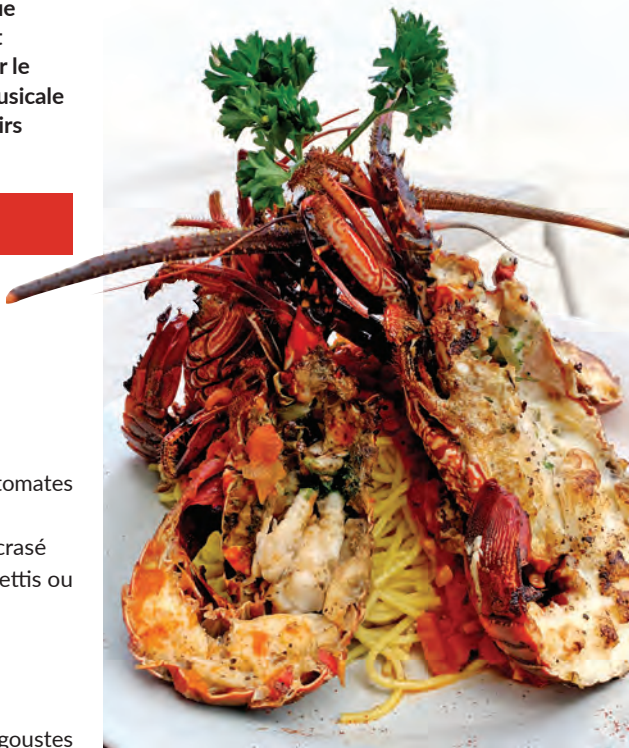
## Langoustes à la méditerranéenne

### Ingrédients:

- 600 g de langouste
- Quatre grosses tomates
- Un petit verre de vin blanc
- Une dose de pastis
- Deux cuillères à soupe de purée de tomates
- Quatre gousses d'ail
- Une cuillère à café de gingembre écrasé
- 250 g de pâtes fraîches type spaghettis ou tagliatelles
- Sel et poivre du moulin

### Préparation

- Dans une poêle, faire revenir les langoustes avec un peu d'huile d'olive et de beurre.
- Dans la même poêle faire roussir l'oignon, l'ail et le gingembre jusqu'à une belle coloration.
- Rajouter les tomates émondées et ensuite la purée de tomates. Saler et poivrer.
- Rajouter le vin blanc et le pastis et laissez cuire environ 20 minutes sur feu moyen jusqu'à l'obtention d'une sauce.
- Rajouter les langoustes et laissez cuire cinq minutes dans la sauce.
- Faire cuire les pâtes al dente, les égoutter et enlever les langoustes de la sauce.
- Rajouter les pâtes dans la sauce et servir aussitôt avec les langoustes.
- Bonne dégustation !



## LE CHEF

**Jean Benito** : Ce jeune chef autodidacte d'origine rodriguaise a démarré sa carrière dans un restaurant de Port-Louis avant d'être employé par la pizzeria Luigi à Grand-Baie. Il y a neuf ans, il commence un poste de sous-chef au restaurant les Canisses, et y travaille désormais comme chef. A la carte, il propose une cuisine méditerranéenne, avec des produits de la mer, et bien-entendu, quelques bons plats créoles.



## AU NOM DE LA POSTÉRITÉ

Dans les mers du Sud, on raconte qu'un navigateur français est un imposteur. Ce dernier enjolive sa découverte afin de bénéficier de la faveur de Louis XV et ainsi repartir en expédition. Le gouverneur de l'Isle de France interpelle le Roi. Monsieur de Kerguelen doit être arrêté ! Sortez les canons, la chasse est ouverte ! - *Franck Lacorre*

Kerguelen, archipel rocheux du bout du monde situé entre les Mascareignes et l'Antarctique. Un paradis où les manchots pullulent. Une terre dont Yves Joseph de Kerguelen qualifie de « *France Australe* ». Cet explorateur est de retour à la Cour de Louis XV en juillet 1772 et dresse les louanges de sa découverte. Selon lui, c'est un Éden où le climat tempéré et la nature luxuriante permettraient la fondation d'une colonie française.

Une seconde expédition vers l'hémisphère Sud est alors lancée dès 1773. Coloniser l'archipel avant les Anglais stimule le Monarque de l'Hexagone.

Toutefois, Kerguelen commet une erreur. Lors de son retour, il pense que le Gros ventre, second navire qui l'épaulait dans la mission, est échoué. Ainsi sa légende ne peut être contredite. Mais le Gros ventre accoste à Brest alors que Kerguelen est reparti. Là, le discours du capitaine au sujet de la découverte est nettement moins élogieux. Les falaises escarpées, le climat glacial et les tempêtes fréquentes sont un frein à l'implantation française. Kerguelen a tout simplement menti. L'archipel est inhospitalier.

Mais il est trop tard, Kerguelen vogue à présent et réalisera un tour du monde avant

de retrouver les rives françaises.

Entre temps, le jour de Noël 1776, James Cook débarque sur l'archipel. Il pense une nouvelle fois découvrir une terra incognita. Cependant, une bouteille plantée dans le sable grisâtre est recueillie par un de ses marins. Elle indique que ce territoire est français ! Alors Cook met les bonnes manières anglaises aux services de l'Histoire. Il déclare que ladite terre portera le patronyme de son découvreur : l'archipel Kerguelen est né.

De retour à la Cour, Kerguelen est face à ses tromperies. Lui qui se voulait Christophe Colomb finit aux fers. Toutefois, la postérité retiendra son nom. Le plus habile des manchots a gagné.

### VOUS VOULEZ EN SAVOIR PLUS ?

Kerguelen vous attend ! Ce confetti des Terres australes et antarctiques françaises abrite une éminente base scientifique. Soyez l'un des heureux résidents durant une des rotations menées dans les mers du Sud. Ainsi vous comprendrez les raisons du sobriquet d'antan : « *île de désolation* ».



# 5ÈME ANNIVERSAIRE DE L'ACCORD DE PARIS : L'AMBASSADE DE FRANCE ET L'AFD ACCOMPAGNENT MAURICE DANS SA LUTTE CONTRE LE CHANGEMENT CLIMATIQUE

**A l'occasion du 5e anniversaire de l'Accord de Paris sur le climat, son Excellence Florence Caussé-Tissier, Ambassadrice de France à Maurice, André Pouillès-Duplaix, Directeur de l'Agence Française de Développement à Maurice et Kavydass Ramano, Ministre de l'Environnement, de la Gestion des déchets solides et du Changement climatique, se sont réunis le 18 décembre dernier, à l'Ambassade de France à Maurice. - Pauline Bouveau**

Ce 5ème anniversaire de l'Accord de Paris a été l'occasion de rassembler virtuellement plus de 70 chefs d'Etat et de gouvernement afin de présenter de nouveaux engagements de réduction de leurs émissions, dans la perspective de la COP 26 qui se réunira du 1er au 12 novembre 2021 à Glasgow.

Florence Caussé-Tissier, Ambassadrice de France à Maurice a souligné l'urgence de la situation, à Maurice et partout dans le monde, pour agir afin de lutter contre le réchauffement climatique et atteindre les objectifs de l'Accord de Paris : *"Cette crise sanitaire nous donne l'opportunité d'accélérer notre transition écologique. Nous sommes entrés dans l'ère des conséquences. Cet accord demeure notre meilleure boussole dans les tempêtes qui bouleversent le présent et celles qui menacent l'avenir."* Cette dernière a également souligné l'importance de collaborer avec différents acteurs non étatiques comme les ONG, associations ou entreprises. A ce titre étaient d'ailleurs invités deux représentants



d'ONG locales qui œuvrent dans la lutte contre le changement climatique.

André Pouillès-Duplaix, Directeur de l'AFD à Maurice, qui accompagne le Ministère de l'environnement dans sa transition écologique, a ensuite rappelé les projets menés localement à Maurice et Rodrigues pour relever ce *"défi majeur"* qu'est la lutte contre le changement climatique, tout en soulignant la vulnérabilité de Maurice de par sa position géographique.

Kavydass Ramano, Ministre de l'Environnement, de la Gestion des déchets solides et du Changement climatique, a quant à lui rappelé que Maurice fut l'un des premiers pays à avoir ratifié l'Accord de Paris en 2016. Il a aussi souligné l'importance d'une transition écologique pour une île durable, avec différents dossiers en cours, notamment la gestion des déchets, l'économie circulaire, les énergies renouvelables. *"Nous devons construire mieux avec la nature comme alliée. C'est dans ce contexte que nous voulons adopter une approche de "nature based solutions" ou biomimétisme"* a-t-il ajouté.

L'Accord de Paris a pour objectif de contenir la hausse des températures en-deçà de 2°C et de s'efforcer de la limiter à 1,5°C. 194 pays ont signé l'accord, entré en vigueur en 2016, et 189 pays l'ont ratifié. A son échelle, Maurice s'investit pleinement dans la mise en œuvre de l'Accord de Paris, avec l'objectif de réduire de 30% d'ici à 2030 ses émissions de gaz à effet de serre par rapport à 1990 et de consacrer 75% des investissements à venir aux mesures d'adaptation.



## INSTITUT FRANÇAIS DE MAURICE : L'HEURE DU CHANGEMENT

**Le 21 septembre dernier, la nouvelle équipe de l'Institut Français de Maurice (IFM) prenait ses fonctions. A sa tête, Muriel Piquet-Viaux, au poste de conseiller de coopération et d'action culturelle, et directrice de l'Institut Français de Maurice. Nous avons appris à connaître cette nouvelle personnalité de la diplomatie française à Maurice, autour d'un échange fort instructif. Nous avons parlé de son parcours professionnel, de sa vision, des engagements et des projets de l'IFM. - Pauline Bouveau**

Le réseau français à l'étranger, Muriel Piquet-Viaux le connaît depuis son enfance. Avec des parents expatriés en Grèce, elle a elle-même passé son baccalauréat dans l'un des plus vieux lycées français du réseau. Après des études à la Sorbonne, elle commence une carrière dans l'enseignement à New York, où elle restera huit ans. Mais c'est l'entreprenariat qui va finalement

l'attirer, la poussant à créer une société de conseil en ingénierie éducative en France, l'une des pionnières à l'époque. En 2003, alors jeune maman, Muriel Piquet-Viaux décide de candidater auprès du Ministère des affaires étrangères et obtient un poste dans son pays de cœur, la Grèce, à Thessalonique. Elle y dirige l'Institut Français, l'un des plus emblématiques du réseau, pendant cinq ans, puis elle obtient un poste à Miami comme déléguée des Alliances françaises. En 2016, son pays d'attache, la Grèce, la rappelle pour un poste à Athènes où elle est nommée comme attachée culturelle, pour quatre années de travail intense autour de la structuration d'un réseau. S'ensuit aujourd'hui un poste à Maurice en tant que conseiller de coopération et d'action culturelle auprès de l'Ambassade de France, et directrice de l'Institut Français de Maurice, où elle travaille avec une équipe nouvelle également, *"très expérimentée et déterminée à faire bouger les choses et à innover"*.

Et ce n'est pas la crise sanitaire internationale qui va empêcher l'équipe de l'IFM et ses agents de se projeter dans le futur. Au contraire, nous explique la directrice, *"c'est pour nous l'occasion d'inventer de nouvelles alliances et de repenser nos actions pour les trois prochaines années"*.

### Un lieu de fête, de créativité et de partage

Pas question de se reposer sur ce qui a déjà été fait par l'Institut, l'heure est donc au changement et à l'innovation. *"Notre souhait est que cet Institut Français devienne un espace de découverte pour comprendre notre époque. Nous voulons en faire un lieu de fête, de créativité et de partage en s'adressant à toutes les générations"*, confie Muriel Piquet-Viaux. Et c'est très certainement le prochain événement phare de l'Institut qui va ouvrir la voie vers ce changement et lancer la nouvelle saison de l'IFM. Le 27 janvier prochain aura en effet lieu la Nuit des idées, un événement artistique nocturne qui sera consacré cette année à nos voisins. *"Cet événement va privilégier l'expérimentation, l'immersion, l'expérience collective, l'engagement avec une présence active"*





sur le territoire et une volonté de proximité avec nos voisins directs, en l'occurrence le quartier de Rose-Hill" explique Muriel Piquet-Viaux.

Du changement aussi du côté des différents espaces pour faire de l'IFM un véritable lieu de vie ouvert à tous, et à tout moment de la journée. Un nouveau lieu de restauration va voir le jour avec "une volonté d'encourager une alimentation saine, locale et durable" confie la directrice de l'Institut. La nouvelle équipe de l'Institut planche par ailleurs sur une charte éco-responsable afin de s'engager dans une démarche durable.

### **Une nouvelle équipe expérimentée**

Aux côtés de Muriel Piquet-Viaux, Patrick Parrot, attaché de coopération coopérative, Nicolas Bréand, chargé de mission culturelle, et Charles Le Fric, secrétaire général, œuvrent ensemble afin d'assurer les objectifs et engagements de la coopération entre la France et Maurice.

### **Patrick Parrot, attaché de coopération éducative**

Patrick Parrot connaît bien l'Océan Indien, en effet, il exerçait des fonctions similaires à La Réunion, au Centre local de France Education international (Ex CIEP), sur le campus sud de l'Université de La Réunion, où il pilotait des projets de coopération éducative régionale avec les Comores, Madagascar, la Tanzanie, le Kenya et Maurice.

A l'Institut Français de Maurice, il suit tous

les dossiers relevant de l'enseignement scolaire, de l'enseignement supérieur et de la recherche, s'agissant des établissements mauriciens, publics et privés, du réseau des cinq établissements d'enseignement français relevant de l'AEFE (Agence pour l'enseignement français à l'étranger) et des antennes des établissements d'enseignement supérieur français présents à Maurice.

### **Nicolas Bréand, chargé de mission culturelle**

Après avoir travaillé au sein du service de la coopération internationale au ministère de la Culture à Paris, Nicolas Bréand occupe depuis septembre 2021 le poste de chargé de mission culturelle. Il a la responsabilité de favoriser les projets de coopération culturelle en établissant des ponts entre artistes mauriciens et français dans une perspective structurante et pluridisciplinaire afin d'accompagner la professionnalisation de l'écosystème culturel.

### **Charles Le Fric, secrétaire général**

Après un poste en tant que secrétaire général de l'Institut Français du Sénégal, Charles Le Fric occupe aujourd'hui ce poste à l'Institut Français de Maurice. Il garantit le bon fonctionnement de l'IFM en assurant notamment la gestion financière et logistique, ainsi que la gestion des ressources humaines. Il propose et assure le suivi de la politique de modernisation de l'établissement, en mettant en œuvre notamment un programme d'investissements et un plan de formation du personnel.



## ENTREPRENEUR'S BREAKFAST: LA SUCCESS STORY D'UN RÉSEAU D'ENTREPRENEURS AU LENDEMAIN DU CONFINEMENT

La crise du Covid-19 aura décidément permis de voir naître quelques belles histoires. C'est le cas de celle des Entrepreneur's Breakfast, une initiative menée par Gérard Guidi, directeur du Centre de Chirurgie Esthétique de l'Océan Indien. Ce rendez-vous hebdomadaire des entrepreneurs a connu un franc succès et a permis de réunir un réseau fort de plus de 70 entreprises. Car, une des choses qu'ont bien comprises ces femmes et ces hommes, c'est qu'ensemble, on est plus forts. - *Pauline Bouveau*

Se réinventer. Tous les entrepreneurs ont dû y penser pour faire face à la crise du Covid-19, et tenir jusqu'à la réouverture des frontières. C'est aussi ce qu'ont choisi de faire Gérard Guidi, Eric Martin et Raphaël Bax, pour que le Centre de Chirurgie Esthétique de l'Océan Indien (CCEOI) puisse supporter cette période difficile. Avec une clientèle composée à 75% d'étrangers, il a donc fallu chercher de nouvelles idées.

Est donc née celle de créer un rendez-vous hebdomadaire pour permettre aux entrepreneurs de partager leur histoire, leur parcours, leur expérience, et leur entreprise. *"On s'est rendu compte qu'on connaît beaucoup de monde à Maurice, mais que la plupart du temps, on ne sait même pas ce qu'ils font"*, confie Raphaël Bax, Directeur des opérations du CCEOI. Aussitôt dit, aussitôt fait. Chaque samedi matin, autour d'un petit déjeuner convivial - *"à la bonne franquette"*, pour reprendre les mots de Gérard Guidi - une dizaine d'entrepreneurs sont venus

se présenter. Au fil des sessions, le concept a pris de l'ampleur, et voilà qu'en à peine quelques mois, 12 sessions plus tard, ils ont monté un réseau de plus de 70 entreprises. *"Cela offre à ces entrepreneurs une visibilité, un réseau, et cela nous permet aussi d'offrir une belle visibilité au CCEOI"*, ajoute Raphaël Bax.

Forts de ce réseau, l'équipe du CCEOI a poussé le projet encore plus loin, et a décidé d'éditer un magazine afin de présenter les entrepreneurs ayant participé aux sessions. Distribué gratuitement dans plusieurs points de dépôt à travers l'île par le réseau de La Gazette Mag et le réseau personnel de chacun, ce magazine est une belle victoire pour le projet de Gérard Guidi.

Après une pause pour les fêtes de fin d'année, les rendez-vous d'Entrepreneur's Breakfast reprendront à partir du 29 janvier. Un prochain magazine et de nouvelles initiatives sont déjà prévus pour les mois à venir. A vos agendas !





## KALACHAND OUVRE UN NOUVEAU SHOWROOM À CAP TAMARIN

Le spécialiste de la literie vient d'ouvrir son nouveau showroom à Cap Tamarin. Ce nouvel espace dédié au sommeil offre un large choix de matelas, oreillers ou protège matelas. Tour d'horizon sur les marques proposées chez Kalachand Bedding World.

Considéré comme l'un des meilleurs fournisseurs de literie dans l'île, Kalachand ouvre son septième showroom à Cap Tamarin, déployant ainsi son savoir-faire dans toute l'île.

On y retrouve les marques emblématiques en matière de matelas : Torres, la marque espagnole, ou encore Latex Comfort, Memory Foam et Hotel Signature, venant d'Afrique du Sud. Différentes tailles sont disponibles, du lit simple au king size, pour répondre à tous les besoins et toutes les envies.

L'accent est mis sur des produits de qualité pour assurer un confort maximal. Le Latex Comfort, par exemple, est recommandé aux

personnes qui souffrent de douleurs au dos. Les matelas sont garantis 20 ans. Le ITorres est un matelas medium hard aux odeurs de fleur d'orange, pour une relaxation optimale.

Swiss Pedic offre un matelas de grande qualité avec une technologie permettant de maintenir au frais, et le latex permet de garder le corps aligné sur le matelas. Idéal pour des personnes ayant des problèmes de dos. Côté oreillers, on retrouve le 3D airflow pillow, un oreiller révolutionnaire qui s'adapte parfaitement à la forme du visage, et offre un confort maximal avec son effet rafraîchissant. Idéal également pour les personnes souffrant d'allergies.

# BUREAU-VALLEE.MU

PAPETERIE • CARTOUCHES • MOBILIER • HIGH-TECH • SERVICES



**RECouvreMENT DE LIVRES**



**RACHAT DE CARTOUCHES VIDES**



**SERVICE DE LIVRAISON**



**SERVICE DE DESIGN**



**CARTOUCHES ET TONERS COMPATIBLES**

268 16 01  
@bureauvallee.mu  
@bureauvalleemauritius





## DU NOUVEAU CHEZ MOODESIGN

MOODesign Ltd a décidé de passer au vert, puisque l'ensemble des meubles de leur nouvelle collection (intérieure et extérieure) se feront en teck massif certifié ou en chêne massif en provenance des forêts Européennes éco-responsables.





Les fontaines

# DELO

by DOMEAU

Water purifier  
Rs1,290 on rental\*  
Rs990/month  
without commitment.



Which one are you?



- Cold, ambient & hot water
- Connected to tap water

Domeau (Mauritius) Ltd - Circle Square, FORBACH - 5 941 20 82 - 267 0000 - [www.domeau.mu](http://www.domeau.mu)

RDV à : Super U Cap Tamarin du 7 au 13 Janvier & Pailles au Salon de la Liquidation du 15 au 17 janvier 2021

\*Conditions apply.



## UNIQUE

CONCEPT

**Kitchens, Dressings, Placards & Design**

Retrouvez-nous dans l'un de nos deux showrooms :  
The Vale et Phoenix (magasin Homestory)

AU PLUS PROCHE DE VOS ENVIES!

T (230) 243 99 80 - E [info@uniqueconcept.mu](mailto:info@uniqueconcept.mu) W [www.uniqueconcept.mu](http://www.uniqueconcept.mu)

**molte**  
KUCHEN

**meir.**<sup>®</sup>





## ESPACE MAISON :

# LES DERNIÈRES TENDANCES À DÉCOUVRIR DANS L'ESPACE PRO POUR INSPIRER VOS FUTURS PROJETS

Si Espace Maison est LA référence de l'univers de la maison et du jardin pour les particuliers, son Espace Pro est tout aussi alléchant ! Avec une large gamme de matériaux et équipements de qualité internationale, l'équipe commerciale de l'Espace Pro offre aux professionnels la possibilité de réaliser les projets dont ils rêvent.

Carrelages, peinture, outillages, panneaux décoratifs, salles de bains.... Le choix ne manque pas chez Espace Maison pour les professionnels. C'est dans le showroom de Trianon que nous avons découvert la mezzanine réservée à ces clients qui souhaitent réaliser leurs projets de construction, de rénovation ou de décoration. "Nos principaux clients sont des architectes, des décorateurs ou des hôtels", explique Virginie Aubert, Responsable des ventes du département pro d'Espace Maison à Trianon. Une équipe formée est dédiée pour conseiller les clients dans chaque étape de leur projet, de la peinture aux revêtements, en passant par le choix de la robinetterie ou même l'aménagement d'un jardin. Et le service client va encore plus loin, ajoute Virginie Aubert : "Si un client souhaite un produit que nous n'avons pas en stock, nous nous chargeons de le trouver".

L'équipe de Contracting, composée d'une quinzaine de personnes, est dédiée quant à elle à la réalisation des projets. Grâce à leur savoir-faire, ces ouvriers se chargent de découper, d'assembler et de mettre en forme. Ils se

déplacent chez le client pour poser le carrelage, les tuiles, ou encore appliquer le Déco ciré, et garantissent l'aboutissement d'un projet fini.

C'est dans cet état d'esprit et cette volonté constante de proposer de nouvelles idées et s'inspirer des dernières tendances que ce nouvel espace pro a vu le jour. Voici un petit tour d'horizon de ce temple de l'aménagement et de la décoration pour les professionnels.

### Le carrelage XXL ultra résistant

Commençons par l'intérieur : vous prendrez bien un carrelage grande taille en guise de table à manger ? Il faut dire que ces immenses pièces de carrelage de la marque espagnole Arklam





font leur effet avec leur taille XXL : 1600 x 3200 mm pour les plus grosses pièces, de quoi s'offrir un véritable îlot de cuisine. En plus de sa taille, ce carrelage est ultra résistant à tout et est anti-bactérien. Ça donnerait presque envie de manger dessus. D'ailleurs, ce matériau résiste aux brûlures, aux coupures et même aux tâches les plus tenaces.

Côté peintures, Espace Maison propose la célèbre marque grecque Berling, qui commercialise des produits innovants et respectueux de l'environnement. Avec sa peinture FormaFree, repeindre son intérieur n'a jamais été aussi simple et sain : pas d'odeurs, pas de résidus toxiques. Elle est en effet classifiée dans la catégorie A+, ce qui signifie que ses émissions de composés chimiques dangereuses sont extrêmement basses ou même inexistantes. Avec une peinture classique, le risque est que les gaz ou composés organiques volatils (COV), s'accumulent et polluent l'air. Aucun risque avec FormaFree ! Au sol, optez pour une touche effet béton ciré, avec le produit star de la marque, Déco Ciré. Ce mortier monolithique est prêt à l'emploi pour être appliqué directement au sol, sur un carrelage existant, un mur, ou une surface de salle de bain...à appliquer soi-même ou en faisant appel aux équipes de pose d'Espace Maison.

Direction maintenant la salle de bains, où

Espace Maison s'inspire des dernières tendances pour un espace aux notes tropicales. Coup de cœur pour le carrelage hexagonal de la marque Colorker dans la série Amazonia, dont les couleurs verdoyantes et les motifs floraux offrent un vrai coup de fraîcheur à l'espace bains. Côté déco, on ajoute quelques touches de rotin et des matières naturelles, et voilà un résultat moderne et chaleureux.

L'Espace Pro d'Espace Maison a de quoi donner quelques bonnes idées à ses clients dans la réalisation de leurs projets. Une équipe commerciale dédiée et formée est à la disposition de ces clients professionnels afin de les guider et leur offrir un conseil personnalisé. N'hésitez pas à prendre rendez-vous dès maintenant auprès d'Espace Maison à Trianon si vous voulez visiter le showroom réservé aux professionnels.

Contactez dès maintenant l'équipe de l'Espace Pro pour réaliser vos projets :

**Kamlesh Ramjee,**

Head of Pro department - 57248731

**Virginie Aubert :**

Responsable des ventes - 54218879

**Celine Benoit :**

Outdoor sales - 5423 9717

**Cedric Tenant :**

Sales representative - 59328703

#### LES MAGASINS ESPACE MAISON

**espace**  
maison

**TAMARIN**  
La Place Cap Tamarin  
Tél : 483 4629

**TRIANON**  
La City, Trianon  
Tél : 401 6950

**FORBACH**  
Autoroute du Nord  
Tél : 266 3913

**FLACQ**  
Boulet Rouge  
Tél : 402 2467

**G. CAILLOUX**  
Petite Rivière  
Tél : 238 5563

**BEAU VALLON**  
Bo'Valon Mall  
Tél : 660 9768

**espace**  
maison online

## LA MODE KUKY - MODE & ACCESSOIRES

De nouvelles pièces, en édition limitée, seront à découvrir prochainement dans cette jolie boutique du Sunset Boulevard.

Avec des matières nobles comme la soie du Rajasthan ou le coton fin éthiopien, La Mode Kuky travaille avec des artisans créateurs de l'océan indien et propose de jolis vêtements et accessoires pour femme.



**LA MODE KUKY LTD**

Shop 14 Sunset Boulevard Coastal road, Grand bay

☎ 263 3849

✉ Lamodekuky@gmail.com



La Mode Kuky



lamodekuky



# CATHERINE RAGHOONAUTH: LA CRÉATIVITÉ AU BOUT DES DOIGTS

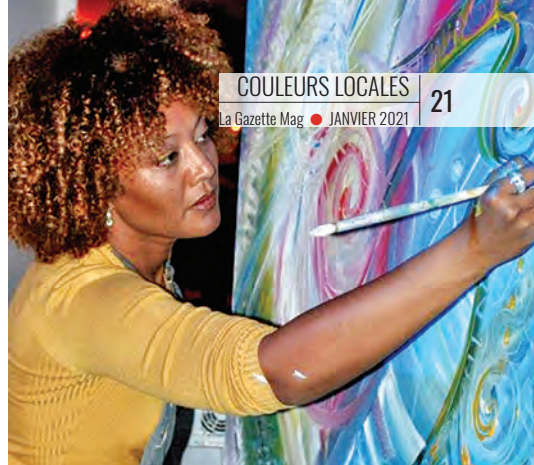
Dessinatrice depuis toujours, artiste peintre depuis plus de 10 ans, Catherine Raghoonauth est ce qu'on appelle une autodidacte qui aime à dire qu'elle souhaite rendre la vie plus belle grâce à sa créativité toujours prolifique. Après une enfance passée à Madagascar, cette native de Maurice s'est découvert une âme d'illustratrice et se consacre à cela avec passion : peinture sur carton, toiles, bois, cuir ou encore galets. Des pièces toujours uniques et qui ne laissent jamais insensible!

- Magali Kinzonzi

L'île Maurice regorge de talents et Catherine Raghoonauth fait partie de l'un d'eux. Cette mauricienne qui a grandi à Madagascar a toujours été passionnée par l'univers de la création et comme elle le décrit elle-même « *mes mains semblent créer d'elles-mêmes dans chaque geste de la vie quotidienne et dans mon mode d'expression favori : la peinture* ». L'univers de création de Catherine oscille entre l'atmosphère tropicale de l'île Maurice (son île natale), l'intensité de Madagascar (son île de cœur) et la féerie de la Bretagne (La Terre de ses rêves). De ce fait son art très abstrait et empreint de spiritualité laisse libre cours à des créatures magiques de style fantasy. Catherine expose ses œuvres dans plusieurs galeries mauriciennes mais aussi lors de ventes privées ou autres expositions organisées dans l'île.

## Le succès des galets

La période anxieuse du confinement a permis à Catherine d'explorer un nouveau terrain de créativité : les galets. Le succès est immédiatement au rendez-vous. Il



faut dire que la tendance a largement pris son envol l'été dernier aux États-Unis avec un projet baptisé le «Kindness Rocks Project». Celui-ci encourage les gens à peindre des cailloux avec des messages inspirants puis de les déposer dans la nature pour être trouvés par d'autres.

Pour Catherine c'est aussi cette envie d'inspirer les autres qui a motivé son intérêt pour la peinture sur galets : « *J'aimerais que ma créativité soit utile, qu'elle apporte quelque chose de réconfortant aux gens* » détaille-t-elle.

## Vers l'upcycling

Dernièrement Catherine s'est également intéressée à l'upcycling, cette tendance eco-responsable qui consiste à recycler un produit dont on n'a plus l'usage en valorisant la pièce d'origine : faire du beau avec du vieux. Chaque pièce trouve sa nouvelle fonctionnalité, son nouveau look, pour donner à son prochain acquéreur une pièce unique. « *J'aime beaucoup cette idée de retravailler la matière première de l'objet, créer un produit unique et d'augmenter sa valeur de départ.*

*Rien ne se perd et tout se transforme, c'est une philosophie que j'applique dans ma propre vie* ». Bravo l'artiste !



## PRENDRE SOIN DE SOI : BIEN DANS SA TÊTE ET BIEN DANS SON CORPS

En ce début d'année 2021, l'heure est aux bonnes résolutions. Est venu le temps de prendre soin de soi. Alors c'est parti ! On vous donne quelques clés dans ce dossier spécial développement personnel et on commence avec cette information bien utile : six critères seraient essentiels à notre bien-être psychologique : l'auto-acceptation, le contrôle de ce qui nous entoure, des relations positives avec les autres, l'autonomie, la croissance personnelle, et le projet de vie, selon la psychologue Carol Ryff. Mais alors, c'est quoi la clé du bonheur, et comment trouver une paix intérieure ?

Parfois la course au bonheur semble être le but ultime, comme une fin en soi dans nos vies d'individus civilisés. Que ce soit au travail, dans la vie privée, amoureuse, amicale ou familiale, les burnouts et les dépressions semblent déferler comme une marée noire dans nos vies. En effet, l'OMS recense plus de 300 millions de personnes dans le monde souffrant de dépression, soit une augmentation de plus de 18 % de 2005 à 2015. *"Aujourd'hui, il y a une obligation de s'accomplir, alors qu'avant on n'avait moins d'exigences et de libertés"* explique Delphine Leroy, coach et hypnothérapeute. Faut-il comprendre que nos aïeux se contentaient de ce qu'ils avaient, sans chercher plus ? C'est certainement une

des raisons qui expliquent aussi ce regain d'intérêt pour les pratiques *"wellness"* (ou bien-être en Français), et les médecines douces : homéopathie, yoga, hypnose, reiki... etc. Car si le psychique est malmené, c'est tout le corps qui en paie les frais. Si Platon disait déjà : *"Les maux du corps sont les maux de l'âme. Ainsi on ne doit pas guérir le corps sans chercher à guérir l'âme"*, aujourd'hui, les scientifiques acquiescent avec le philosophe: ils expliquent notamment que l'effet placebo, par exemple, est une preuve réelle de l'influence de la pensée sur la santé. Il existerait donc une vraie continuité entre nos états psychiques et nos états physiques. Mais alors, maintenant que l'on sait cela, que faut-



il faire pour être bien dans notre tête et dans notre corps ?

### **Soigner son âme pour soigner son corps**

Si la médecine classique a fait ses preuves, et continue aujourd'hui de soigner, certains préfèrent se tourner vers des médecines douces, ou alternatives. Pour soigner une pathologie légère ou plus grave, pour soulager une douleur persistante, pour soigner une addiction ou encore pour faire la paix avec soi-même... Il existe mille et une raisons qui nous poussent à ouvrir la porte à ces pratiques qui font du bien. Ne reste plus qu'à trouver celle qui nous correspond le mieux.

Laurent, qui pratique des soins énergétiques grâce au reiki et au pranic healing, nous explique

que parmi les personnes qu'il reçoit, certaines ont fait le tour des spécialistes de santé, mais leur problème persiste. *"Ces personnes, après avoir tout essayé, ont donc tendance à se tourner vers d'autres types de soins, comme le reiki, ajoutent-il. Aujourd'hui, le wellness a pris une place plus importante dans la vie des gens. Il y a une vraie prise de conscience sur l'importance d'être bien dans sa tête et dans son corps"* explique Laurent.

*"Ce que l'on peut reprocher à la médecine classique, c'est qu'elle soigne mais ne traite pas la cause",* ajoute-t-il. Pour lui, sa clientèle se développe en grande majorité grâce au bouche à oreille. *"Il y a une certaine curiosité qui les pousse à venir me rencontrer"* renchérit-il. *"Il y a des choses toutes simples à mettre en place pour être heureux. Par exemple, être à l'écoute de son corps. Se reconnecter à la nature en utilisant ses sens : écouter les bruits de ce qui nous entoure, le son de la mer, le bruit du vent dans les arbres, le chant des oiseaux, sentir l'odeur du pain frais le matin, ou tout simplement observer un paysage. Ces expériences, que l'on peut pratiquer chaque jour, nous permettent de nous déconnecter de toutes nos pensées et d'être dans le moment présent"*.

**Suite page 24**



## ... Le coaching pour se sentir mieux

Prendre soin de soi, c'est aussi se défaire de certains blocages psychologiques qui peuvent nous empêcher d'avancer sereinement. Les coachs de vie sont de plus en plus prisés afin d'aider à débloquer certaines situations au cours de notre vie. Dans le podcast de développement personnel à succès, *Change ma vie*, Clotilde Dusoulier donne à ses auditeurs les clés pour se sentir bien. Image de soi, relation aux autres, épanouissement, méditation, état d'esprit, vies intérieures... font partie des multiples thématiques abordées chaque jeudi dans un épisode inédit. On vous le recommande vivement !

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

Mais alors quelle est la différence entre le coach et le psy ? Nous avons posé la question à Delphine Leroy, coach en ligne et hypnothérapeute : *"la psychologie et la psychanalyse sont orientées dans le passé du patient. L'hypnose et le coaching sont des thérapies brèves orientées vers le présent et le futur"*. Pour Jacqueline Rocca-Serra, *"le psy s'intéresse à la globalité de l'être humain. Le coach de vie lui, aide à atteindre un objectif plus spécifique, à chercher au fond de vous toutes les ressources que vous avez, mais qui sont en sommeil"* (interview à lire dans le magazine *Entrepreneur's Breakfast* édité par le Centre Esthétique de l'Océan Indien, p.64).

Deux méthodes qui se ressemblent mais dont l'approche diffère. A chacun de voir ce qui lui correspond. Alors le mieux, c'est d'essayer.



## L'IMPORTANCE DE PRENDRE DU TEMPS POUR SOI

**Dans nos vies à 100 à l'heure, qui peut se targuer de s'accorder quelques heures pour soi chaque semaine ? Parce que l'on a tendance à s'oublier, il est essentiel de se rappeler de l'importance de prendre du temps pour soi.**

Faire du sport, lire un livre, aller se faire chouchouter dans un institut ou encore pratiquer la méditation, sont des choses qui sont essentielles à notre bien-être. En effet, lorsque l'on s'adonne à des petits moments rien qu'à soi, on rompt avec la routine d'un quotidien souvent bien chargé, et on se vide l'esprit. On se débarrasse du stress, de l'anxiété, de la charge mentale professionnelle ou familiale.

C'est pendant le confinement que Virginie Gehin a décidé de penser à elle et à son bien-être. Employée chez IBL, elle a décidé de se lancer dans l'aventure entrepreneuriale en créant MyTime, un institut dédié au bien-être, au sein





## LE LIVRE QUI VA PEUT-ÊTRE CHANGER VOTRE VIE

Le pouvoir du moment présent, ce best-seller international et inévitable, traduit en 33 langues, publié en 1997 et écrit par Eckhart Tolle, nous apprend tout simplement à être heureux et à trouver la paix éternelle. En effet, au début du livre Eckhart Tolle nous parle de sa propre expérience, de la manière dont il est passé d'un état suicidaire à un état serein. Au fil des pages, Eckhart Tolle nous enseigne des leçons de vie telles que le lâcher prise, le pardon mais aussi le bonheur. Et par-dessus tout ce livre nous fait réaliser que nous ne vivons pas dans l'instant présent, et aide à connaître le vrai bonheur. À la fin de cet ouvrage unique, aucun doute sur le fait que vous ne vivrez plus de la même manière. *“La plupart des humains ne sont jamais pleinement présents dans le moment présent, parce qu'inconsciemment ils croient que le moment suivant sera certainement plus important que celui-ci. Mais alors vous ratez votre vie entière, qui n'est plus jamais le moment présent”,* explique-t-il.

d'Endemika à Petit Raffray. *“Aujourd'hui, on part dans tous les sens, mais il est important d'apprendre à s'arrêter quelques instants. J'ai créé ce petit cocon pour que les gens viennent prendre soin d'eux, qu'ils s'accordent une pause dans leur quotidien effréné”,* explique-t-elle. A MyTime, on vient se faire masser, se faire une manucure aussi, mais pas seulement. L'institut propose également de la réflexologie, des thérapies énergétiques, des cours de yoga, de méditation ou encore des ateliers de développement personnel.

Connaissez-vous l'art thérapie ? C'est une méthode qui utilise le potentiel d'expression artistique d'une personne à des fins thérapeutiques ou de développement personnel. Laurence Fort propose l'art thérapie aux adultes et aux enfants à partir de cinq ans, à Bois Rouge. Au travers d'ateliers artistiques elle permet à ses patients de s'exprimer : *“c'est un espace de liberté et de créativité, une manière de s'exprimer pour la personne. A l'issue de la séance, on va échanger sur la manière dont cela s'est passé, mais en tant que thérapeute, on n'interprète jamais la production de la personne”,* explique Laurence Fort.



## NOS BONNES ADRESSES BIEN-ÊTRE

Pour réaliser ce dossier, nous avons fouillé dans toute l'île à la recherche de praticiens spécialistes du développement personnel et du bien-être. On vous livre quelques bonnes adresses ici !



**Thérapie crano sacrée et énergétique :** Sophia Sew propose de soigner et d'accompagner les individus vers un épanouissement personnel et professionnel pour les engager à se réaliser dans la réalisation de leur vie. Pour qui ? Femmes enceintes, enfants, bébés, couples, entreprises, groupes, retraites ou encore stages. En présentiel ou à distance via Skype. Contact : 59262900 - info@sophiasew.com - www.sophiasew.com

**Reiki et Pranic Healing :** Laurent Louis-Marie propose des soins énergétiques qui visent à purifier l'aura, nettoyer et stabiliser les chakras et réguler les flux énergétiques. Ces soins stabilisent l'émotionnel, le mental, le physique et permettent progressivement de retrouver un bien-être général. Contact : 59448201

**MyTime :** Institut de beauté et bien-être. Massage thaï, reiki, cours de yoga... 5704 8676 ou mytimemauritius@gmail.com. Sur rendez-vous.

**Purnam Studio :** Cours de yoga et ateliers spiritualité, voyages chamaniques, bols tibétains, soins énergétiques etc. Situé à Bain Boeuf www.purnamstudiomauritius.com  
Contact : 52551256

**Lifestyle consulting, cabinet de coaching – conseil – formation :** Gwenaëlle Maréchal

accompagne les personnes dans la gestion de leur carrière, aide à gagner en bien-être au travail, à l'affirmation de soi et l'estime de soi. Formation en groupe ou en individuel, bilan de compétences en vue d'un changement de carrière, orientation scolaire.

Tél : 57420046 - www.lifestyle-consulting.org

**Magnétiseur :** Jean-Luc Maréchal est magnétiseur, thérapeute énergétique et coupeur de feu. Le magnétisme rééquilibre et revitalise tout l'organisme, soulage les douleurs, active la cicatrisation, apaise le feu, améliore la circulation et les problèmes cutanés (verruge, eczéma, psoriasis).  
Tél : 57 42 00 46 - magnetismum@yahoo.com  
- Calodyne

**Bioénergéticienne :** Bénédicte Brosset est bioénergéticienne, géobiologue et hypnothérapeute. A l'aide de compétences acquises au fil des années et de ses formations, Bénédicte soigne, accompagne, et aide à lever les blocages émotionnels. Ses soins peuvent être fait à distance ou en présentiel à Pointe aux Cannoniers.  
Contact : 58049943

**Art Thérapie :** Laurence Fort propose des séances individuelles et ateliers de groupe pour enfants et adultes.  
Tél. 5250 4341 - www.artherapie.mu



# “APPRENEZ À VOUS ÉCOUTER ET VOUS FAIRE DU BIEN” : QUAND LE BIEN-ÊTRE PASSE PAR L’ALIMENTATION

Prendre soin de soi, ça passe aussi par une alimentation saine. Mélissa de Guardia, diététicienne et hypnothérapeute, nous explique cela. Elle insiste d’abord sur l’importance de manger de manière saine et équilibrée : *“contrairement à ce que beaucoup de personnes pensent, une bonne alimentation n’est pas celle qui limite la quantité d’aliments. S’il est vrai qu’il est important de modérer la consommation totale de calories, manger correctement implique l’intégration de tous les groupes de nutriments, à leur juste mesure. Cela permet de maintenir un poids corporel moyen et de garantir une bonne santé. Lorsque l’on mange correctement et que l’on apprend à écouter ses besoins et ses sensations alimentaires, cela transparaît significativement sur l’état de santé général, aussi bien sur la plan physique que psychologique : amélioration du sommeil, regain d’énergie, meilleures performances physiques, peau ongles et cheveux sains, diminution du risque de maladies, bien-être émotionnel, sensation de légèreté...”*

A l’aide de l’hypnose et, elle aide ses patients



à retrouver un équilibre du corps et de l’esprit. En effet, ces deux pratiques qui sont complémentaires permettent de se sentir mieux dans son corps par une alimentation saine, équilibrée et variée, sans aucun régime ou restriction mais simplement grâce à l’écoute de ses sensations alimentaires et de ses besoins physiologiques. L’hypnose va permettre également d’avoir une meilleure image de soi et apprendre à respecter son corps. Le conseil de Mélissa de Guardia : *“apprenez à vous écouter et vous faire du bien. Une activité physique régulière, un instant pour vous et une alimentation équilibrée vous permettront de vous sentir mieux dans votre corps et votre esprit.”* Alors, à vous de jouer !

Grâce à notre gamme d’Huiles d’olive aromatisées et nos vinaigres à la pulpe de fruits, denses et intenses, votre créativité en cuisine est à portée d’une spatule

## A L’OLIVIER



### Huiles d’olive aromatisées



### Vinaigres à la pulpe de fruits



**Les points de vente :** La Corbeille au Domaine de Labourdonnais | Bazaar Canonnier | La Bovida à Curepipe | La Maison du Gourmet à Moka | Eastern Trading à Grand-Baie, Floréal & Rivière Noire | Morganic



## Lakaz de l'année

9 janvier

Lieu : Cascavelle Shopping Mall

A partir de 19h30



## Festival de guitare classique

Du 23 au 24 janvier

Lieu : Caudan Art Center

de 8h à 17h



## Fiesta Latina

24 janvier

Lieu : Caudan Art Center

de 5h à 6h30



## Hansel and Gretel

30 janvier à 6h

31 janvier à 11h

Lieu : Caudan Art Center



## Mystik Beach II

6 Février

Lieu : Radisson Blu Azuri Resort & Spa

A partir de 14h



## Moris Summer Festival - Edition 2

6 février

Lieu : Cote D'Or National Sports Complex

de 19h à 5h

PROCHES  
**LA NUIT  
DES IDÉES**

*voisins, voisines*



#NuitDesIdées2021

Parcours et performances artistiques  
dans le quartier de Rose-Hill et à l'IFM

**MERCREDI 27 JANVIER**

 17h30

 Rose-Hill



## VÉRONIQUE, INFIRMIÈRE À DOMICILE : DE L'IMPORTANCE DU SOIN À L'ACCOMPAGNEMENT DES PATIENTS

**Une nouvelle infirmière à domicile s'est installée dans le Nord. Douce, humaine et passionnée, Véronique se déplace chez ses patients pour le suivi de soins post opératoires, de diabète, ou d'accompagnement en fin de vie.**

- Pauline Bouveau

Après avoir travaillé 25 ans en Europe, Véronique, installée depuis quelques années à Maurice, a décidé de remettre le pied à l'étrier. Elle vient de s'installer en tant qu'infirmière à domicile dans le Nord. Elle qui avait alors un peu mis de côté l'idée de retrouver l'ambiance du bloc opératoire, où elle a longtemps exercé, a finalement replongé. La passion pour le métier, l'envie d'aider et de rendre accessible la santé à tous l'ont convaincue qu'à Maurice aussi, elle pouvait faire quelque chose de bien, et aider.

*“C'est la fille d'une patiente en soins palliatifs, que j'ai accompagnée, qui m'a dit que je devais me remettre à exercer en tant qu'infirmière, car j'avais ça en moi”,* confie Véronique. *“Elle m'a accompagnée et encouragée à me lancer dans les démarches administratives, et c'est comme ça que je me suis remise à travailler”* ajoute-t-elle.

Forte de son expérience en Europe, Véronique a travaillé comme infirmière au bloc opératoire en neurochirurgie et cardiologie, puis elle est passée par les urgences, la réanimation, et se spécialise ensuite en soins palliatifs et en dialyse. Aujourd'hui, elle a choisi de se consacrer uniquement aux soins à domicile :



*“cela me permet d'avoir une vraie proximité avec mes patients. A domicile, on peut aider, conseiller, et accompagner les patients, en plus des soins”,* explique-t-elle. Suivi post opératoire, injections, perfusions, prises de sang, suivi de dialyse... Sa palette est large, ses gestes précis et minutieux, et ses conseils avisés. Pour autant, impensable pour Véronique de voir cette activité comme une *“usine à fric”* : sa priorité avant tout, c'est de faire en sorte de démocratiser l'accès aux soins. *“Parfois les patients se retrouvent un peu démunis et seuls après une opération lorsqu'ils rentrent chez eux. Mon rôle est donc aussi d'accompagner mes patients, de les conseiller en fonction de leurs besoins, de leurs envies et de leurs moyens, afin qu'ils bénéficient des soins les plus adaptés”,* confie Véronique, qui va même jusqu'à accompagner ses patients pour ramener leurs boîtes de médicaments inutilisées à la clinique pour se les faire rembourser. Selon elle, pour soigner, il faut se mettre à la place du patient : *“Je soigne mes patients comme si c'était moi. Et les soins, ça ne passe pas que par l'acte médical, mais aussi par le soutien et l'écoute”,* conclut-elle.

**Contact :** Véronique, infirmière à domicile, diplômée d'Etat. Soin chirurgical : pansement, suture, injection, prise de sang. Soin médical : suivi diabète, dialyse, perfusion, fin de vie.

Tél. 59 80 65 89 - nurse.veronique@gmail.com



CENTRE DE CHIRURGIE  
**ESTHETIQUE**  
DE L'OCEAN INDIEN  
CHEVEUX - DENTAIRE - PLASTIQUE

*Démarrez 2021 en Beauté*

**-10 à 50%**

de remise sur l'ensemble de nos  
prestations selon la nature des  
interventions jusqu'à fin février

**GREFFE DE CHEVEUX  
SOINS DENTAIRES  
CHIRURGIE ESTHÉTIQUE**

**VOTRE CONSULTATION  
OFFERTE**

sur place ou à distance et  
sans engagement.



Votre spécialiste en Greffe de cheveux, Soins dentaires & Chirurgie esthétique

[www.esthetique.mu](http://www.esthetique.mu) - Tel. 265 50 50

## FONDATION JOSEPH LAGESSE: 15 ANS DE COMBAT CONTRE LA PAUVRETÉ

Cela fait déjà 15 ans que la Fondation Joseph Lagesse vient en aide aux plus vulnérables. Grâce à ses nombreuses initiatives de solidarité, l'entité liée à la politique de responsabilité sociale du groupe IBL contribue, aux côtés de ses partenaires, au développement de ses territoires d'ancrage à Maurice. En privilégiant la lutte contre la pauvreté et l'empowerment des personnes vulnérables, la Fondation Joseph Lagesse est un acteur pérenne qui s'illustre au quotidien à travers trois démarches majeures : être en permanence sur le terrain, évaluer les besoins et former les acteurs locaux à travers des valeurs fortes comme l'écoute et surtout le respect de la dignité humaine.

### Des actions toujours concrètes

Le letimotiv de la Fondation Joseph Lagesse: réduire la pauvreté. « *Le premier effet de la pauvreté, le plus insidieux, est-il invisible : perdre toute confiance en soi, et perdre le lien avec les autres. De sorte que le combat contre la misère est d'abord un combat pour la dignité, l'estime de soi, la capacité à tisser des relations. Cette dimension est au cœur de nombreux projets soutenus par la Fondation Joseph Lagesse. Des projets qui ne pensent plus en termes de « bénéficiaires » mais de « participants ». Car l'implication des personnes fragilisées dans la (re)construction de leur projet est tout simplement un gage d'efficacité !* » détaille Martine de Souza, Directrice de la Fondation Joseph Lagesse.

C'est donc ainsi que depuis sa création, La Fondation Joseph Lagesse choisit de conduire ses actions au cœur de ses territoires d'ancrage (dernièrement Bois Marchand et Chemin Rail), là



Martine de Souza, Directrice de la Fondation Joseph Lagesse et un habitant du quartier réhabilité de Chemin Rail

où ses collaborateurs ont une fine connaissance de la réalité des besoins.

« Nos programmes de RSE consistent en des projets internes à court terme, des programmes éducatifs et de développement communautaire à long terme. Ces deux dernières années 18 projets internes à court terme ont été menés, touchant plus de 300 bénéficiaires directs, dont plus de 175 enfants, 50 jeunes et 180 familles, et 4 programmes à long terme ont été menés. Un soutien a également été apporté à des ONG dont Caritas (pour ses centres d'éveil), Kinouété, Soleil de L'Ouest, Terre de Paix et Passerelle » explique Martine.

### Prochain projet : Horizon 24

FJL vise à renforcer son impact à long terme sur les communautés en s'engageant dans des programmes solides basés sur des preuves et développés au niveau international. Pour cela, La Fondation lance Horizon 2024, un projet ambitieux qui consiste à mettre en place les conditions pour qu'en 2024, le taux de prévalence des grossesses précoces à Bois Marchand tombe à moins de 10%. Le projet est financé à 85%, (€265k sur 4 ans) par l'UE et à 15 % par la FJL. Le combat continue !





## VOLVO RECHARGE PLUG-IN HYBRID: LA VOITURE QUI SE SOUCIE DE VOTRE FUTUR

Volvo présente sa nouvelle gamme de véhicules Recharge Plug-In Hybrid, une parfaite combinaison alliant technologies, design et matériaux durables pour une conduite plus performante, tout en émettant peu, voire aucune, émission.

Forte de son engagement pour promouvoir les véhicules électriques, la firme d'origine suédoise Volvo présente à Maurice sa nouvelle gamme Recharge Plug-In Hybrid, avec sa ligne de SUV XC ; XC40, XC60 et XC90, symbole d'un nouveau chemin vers l'avenir.

Volvo met encore une fois l'accent sur la sécurité, et ses innovations s'inscrivent dans un engagement durable, avec des véhicules développés pour le bien de la planète et conçus pour une conduite urbaine.

### Sécurité et durabilité

La nouvelle ligne de SUV XC est disponible dans les trois catégories suivantes :

- **XC40 Recharge Plug-In Hybrid**

Le SUV citadin, compact et fonctionnel. 5 modes

de conduite, 262 ch, zéro émission en mode électrique Pure, et une efficacité supérieure en mode hybrid

- **XC60 Recharge Plug-In Hybrid**

Le SUV dynamique, pour le plaisir d'une voiture sportive conjugée à un mode de vie familial. Conduite durable, moteur T8 Hybrid de 407 ch et la possibilité de passer en mode électrique Pure pour zéro émission.

- **XC90 Recharge Plug-In Hybrid**

Le SUV 7 places luxueux avec un confort et mobilité accrus, un moteur T8 Hybrid de 407 ch, 5 modes de conduite, 3 rangées et 7 sièges.

Le nouveau mode Recharge Plug-In Hybrid est la parfaite combinaison entre élégance et technologie, avec un moteur à combustion interne et un moteur électrique offrant une meilleure conduite et délivrant une puissance instantanée. Venez découvrir ces véhicules du futur dans le showroom de Volvo Cars Mauritius Bamyris Motors, Motorway M2, Pailles.

Contactez-nous en appelant sur le + 230 286 9255 ou en nous envoyant un email sur [mauritius.volvocars@gbh.fr](mailto:mauritius.volvocars@gbh.fr) pour réserver votre essai.

## DÉCOUVRIR MAURICE SOUS UN AUTRE ANGLE AVEC CORAIL HÉLICOPTÈRES

L'île Maurice a tant de paysages à offrir. Mais vue du ciel, c'est encore une autre histoire. Un petit tour en hélicoptère nous permet de prendre de la hauteur pour contempler la beauté de cette île. Ses montagnes, ses villages, son lagon... Une expérience unique que nous avons eu la chance de découvrir avec Corail Hélicoptères. - *Pauline Bouveau*

C'est à Triolet, dans le Nord de l'île, que Corail Hélicoptères a installé sa base il y a trois ans. A l'occasion d'une journée portes ouvertes, l'entreprise proposait aux visiteurs de découvrir l'île vue d'en haut. Un vol de cinq minutes nous aura donc donné l'occasion de voir Maurice, ou une partie, d'en haut.

Si vous avez des doutes quant au professionnalisme de cette compagnie privée, vous serez vite rassurés après avoir constaté la qualité des équipements, et le sérieux des règles de sécurité internationales imposées par Corail Hélicoptères. Sa flotte mauricienne se compose de deux appareils du type H120 et d'un H130, équipés des dernières technologies et d'une vue panoramique. Elle est d'ailleurs la seule compagnie aérienne Mauricienne régie sous les normes européennes. Nous voilà donc rassurés pour ce premier vol.

Après un petit briefing de sécurité, nous montons dans le cockpit. Le pilote, Jonathan, nous accueille tout sourire et nous voilà partis pour notre baptême de l'air. Juste le temps de prendre un peu de hauteur et admirer les paysages entre terre et mer : *"sur votre gauche, vous verrez le village de Triolet, Trou aux Biches,*



*au loin, Port-Louis et même le Morne. À droite, le Coin de Mire, Grand Baie." C'est si beau de part et d'autre qu'on ne sait plus vraiment où donner de la tête.*

### Cascade sous-marine et coucher de soleil

L'un des circuits phare de Corail Hélicoptères, c'est évidemment la célèbre cascade sous-marine, qu'on ne peut contempler que depuis le ciel. Ce qui ressemble à une impressionnante chute d'eau est en fait l'œuvre des mouvements de sable entraînés hors du plateau par les courants océaniques. Le Morne Brabant, derrière, semble dominer cette partie de l'île. Effet carte postale garanti.



Pour en prendre toujours plein la vue, la compagnie offre également des vols HeliSunset, l'occasion d'observer le coucher du soleil depuis le ciel. Corail Hélicoptères propose régulièrement des offres avantageuses en cette période de Covid-19, alors c'est le moment d'en profiter !

*“Nous travaillons principalement avec les touristes, mais avec les frontières fermées, on en profite pour faire découvrir notre compagnie aux Mauriciens avec des offres avantageuses. Les*

*personnes qui font un vol de 5 minutes reviennent de là émerveillés. Certains survolent même leur maison, ils sont super contents”,* confie Natacha Grosset, responsable marketing de Corail Hélicoptères.

Pour ce premier vol en hélico, nous en prenons déjà plein la vue, et l'expérience aura été exceptionnelle. Il n'y a plus qu'à recommencer, cette fois, pour survoler et découvrir une autre partie de l'île, à l'heure du coucher de soleil !

Infos & Tarifs : Prochaine journée portes ouvertes le 10 janvier.

Vol de 5 mn : 1300 roupies / personnes 10 mn : 2600 roupies

Offre spéciale pour la St Valentin : vols de 7 mins uniquement à Rs 4,000 par couple et plein de surprises au courant de la journée.

Réservations au 261 2266 - WhatsApp : +230 54557193 - [www.corailhelico.com](http://www.corailhelico.com)





## DÉCOUVRIR RODRIGUES DANS LE CONFORT INTIMISTE DU TEKOMA BOUTIK HOTEL

### Une adresse exclusive, entièrement rénovée

Après plusieurs mois de rénovation, le Tekoma Boutik Hotel a rouvert ses portes en août dernier et ce pour le plus grand plaisir des voyageurs mauriciens sortant alors du confinement. À travers ces travaux, ce boutique hôtel rodriguais allie confort et authenticité tout en gardant la destination au cœur de l'expérience. Au milieu d'un jardin endémique et face à une plage immaculée, les 32 chambres avec vue mer, construites en unités individuelles, donnent l'impression au visiteur de posséder sa propre petite villa de style créole.

### L'art du Barefoot Luxury

Le Tekoma dans son concept Barefoot Luxury, est une invitation à la simplicité, à la relaxation et au cocooning dans un cadre exceptionnel. Ce boutique hôtel offre un niveau de confort et de service de grande qualité tout en gardant cette connexion à la vie et au rythme de l'île. Les chambres individuelles donnent davantage de tranquillité et d'intimité avec en bonus une



vue imprenable sur les éléments environnants. La baignoire en plein air ravira ceux voulant profiter, le temps d'un bain, des soirées calmes de Rodrigues tout en regardant les étoiles du sud. Autre grande nouveauté à partir d'avril 2021, le Wellness actuel laissera la place à un Spa composé de cabines de soins doubles, d'un hammam et d'une zone de relaxation avec plonge pool.

### Explorer les alentours

Situé à Anse Ally, le Tekoma offre à ses résidents un site exceptionnel. Les plages aux alentours de Pointe Coton à Saint-François, comptent



parmi les plus belles de l'île, et à seulement une dizaine de minutes à pied en direction de Graviers, commence la sublime randonnée vers Trou d'Argent. L'île ayant beaucoup à offrir en termes d'expériences locales, ce boutique hôtel est doté d'un service de conciergerie complet pour l'organisation d'excursions et d'activités typiques menant à la rencontre des habitants.

### À l'image de Rodrigues : résolument plus écolo.

Le Tekoma a rouvert avec une opération plus écoresponsable : fini le plastique à usage unique, presque exclusivement des produits locaux utilisés en cuisine, l'eau produite par désalinisation est recyclée pour l'arrosage, et grande nouveauté : le lancement du "One Booking, One Tree Planted" en partenariat avec la réserve François Leguat. L'hôtel contribue donc à la mise en terre d'une espèce endémique à chaque réservation, et en bonus les clients bénéficient d'une réduction de 25% sur leur entrée à la réserve.

### Une table d'exception et l'océan indien comme horizon

*"J'ouvre les yeux et je vois la mer. C'est la mer comme je ne l'avais jamais vue encore. Libre,*

*sauvage, d'un bleu qui donne le vertige."*

Cette citation du chercheur d'or de J.-M. G. Le Clézio, illustre bien cette vue imprenable que l'on peut admirer depuis le Tekoma. Au niveau des parties communes, le restaurant principal et le bar, agrandis et entièrement re-décorés, offrent un panorama spectaculaire sur l'océan indien et sur le canal de Saint-François qui serpente l'immense lagon bleu. L'excellente table du chef rodriguais Duvergé Agathe, doué dans l'art de combiner une cuisine traditionnelle avec des produits locaux frais, saura exciter les papilles gustatives. Nous vous invitons à découvrir ses quelques plats déjà iconiques comme la salade de papaye verte, cresson et poisson salé, ou encore les mines bouillies au crabe et combava.

# tekoma

Boutik Hotel Rodrigues

Anse Ally, Rodrigues

[www.tekoma-hotel.com](http://www.tekoma-hotel.com)

[resa@trimetys-hotels.com](mailto:resa@trimetys-hotels.com)

(+230) 483 49 70 / (+230) 831 88 10

## INSPIRATION LOCALE POUR UNE VISION INTERNATIONALE

Lorsqu'il avait réalisé sa toute première peinture, il ne se doutait point si l'art deviendrait, plus que sa passion, son métier. Il n'avait que 14 ans. Et pourtant au fil des années, au gré de l'expérience acquise, le pinceau, l'image et les couleurs à la main, il se fraiera un chemin sur les traces des grands, mais avec une authenticité propre à lui.

- Amanoola Khayrattee

Lui, c'est Jean Christophe Meunier, originaire de Caverne Provert, petit village dans le littoral nord de Rodrigues. Du haut de ses 43 ans, il se présente humblement comme artiste-peintre autodidacte. Installé dans sa nouvelle galerie, Concept Store dans le centre-ville de Port Mathurin, il raconte avec beaucoup de nostalgie son cheminement jusqu'en France. « *Ma spécialité c'est la mer, les piqueuses d'ourites, les bateaux et les voiles de canoës,* » dit-il avec fierté.

### L'erreur salulaire

Féru de l'acrylique sur toile de goni, vannerie, panier et set de table, il s'inspire de son environnement, observant les gens en mer et regardant passer les pirogues et voiliers. On reconnaît ses peintures par des traits distincts, des traits adoptés à la suite d'une petite bavure alors qu'il prenait part à un concours. Une erreur qu'il a utilisée, en bon artiste d'une manière judicieuse, sans se décourager, pour la transformer en des traits qui lui ont valu un premier prix. Scott Adams, artiste américain, avait raison: « *La créativité autorise chacun à commettre des erreurs. L'art c'est de savoir lesquelles garder.* » Ce trait-bavure, Jean Christophe, non seulement a-t-il su le garder, il en a même fait son signe identitaire.

« **Je peins ce que je vois** »

Si Pablo Picasso peignait ce qu'il pensait, Jean



Christophe, lui, peint ce qu'il voit. Ce passionné de la création artistique dépeint surtout la réalité de la vie quotidienne et traditionnelle dans son île natale, sa façon à lui de promouvoir son pays et valoriser sa culture. Lors de son séjour en France entre 1998 et 2004, il décroche la médaille d'or du deuxième festival d'art de la ville Haute en sus du diplôme de Solidor de Peinture pour sa contribution à la valorisation du Patrimoine Malouin.

Sa réussite, il la doit à son premier tableau, une représentation de piqueuses d'ourites, fait un peu au hasard. Une touriste logeant au gîte familial lui propose Rs 500, histoire de l'encourager. Sur le coup le petit Christophe hésite, mais finira par l'accepter. C'est là que l'idée lui est venue de faire des tableaux destinés à la vente. Ainsi on le trouvera au marché forain les samedis, ciblant plutôt les touristes étrangers.

De la Cendrillon des Mascareignes perdue au milieu de l'océan indien, ses peintures feront le tour du monde. Des hauts et des bas : « *c'est la vie,* » lâche-t-il. Son atout ? Sa passion, sa patience et sa persévérance.





## L'ÉCOLO : UN NOUVEAU MAGASIN ZÉRO DÉCHET OUVRE À BEAU PLAN

Bonne nouvelle pour les écolos dans l'âme ou ceux qui souhaitent se tourner vers le zéro déchet ! Après le succès de la première boutique située à Curepipe, l'Ecolo vient d'ouvrir son deuxième magasin à Beau Plan en novembre dernier. Savons artisanaux, huiles essentielles, lingettes lavables, produits cosmétiques, vrac, ce coin zéro déchet est un véritable temple pour un mode de vie écolo. - *Pauline Bouveau*

C'est Fabienne Harel qui se lance dans l'aventure zéro déchets à travers la page Facebook *Reduce Waste*, qui deviendra par la suite *Reduce Waste Mum* suite à la naissance de son bébé en 2019. Un blog plein de conseils et astuces pour se débarrasser des déchets dans son quotidien. Lessive maison, achat de produits en vrac, compost, sacs réutilisables etc... Le pas était franchi pour la jeune maman, aussi bien qu'une première boutique L'Ecolo a vu le jour à Curepipe dans la foulée. Un an après, c'est au tour du Créative Park de Beau Plan, dans le Nord, d'accueillir un second magasin. Ce temple du zéro déchet abrite d'innombrables produits artisanaux et



faits localement. "A l'Ecolo, on soutient bien sûr les artisans locaux", explique Vanessa, gérante de la boutique. Savons, huiles essentielles, bougies, et même lessive, sont faits à Maurice. Ici, on encourage à acheter en vrac, des fruits secs à la farine, ou au vinaigre, en passant par les épices et même.... le papier toilette ! En effet, on peut acheter son rouleau à l'unité pour éviter les emballages inutiles, et même faire des économies. Et pas de panique, si vous n'avez pas pensé à venir avec vos contenants, vous pouvez en acheter sur place. Au fond de la boutique, un coin seconde main fera le bonheur des jeunes parents avec de jolies pièces pour bébé. L'idée étant d'encourager à consommer de l'occasion plutôt que du neuf. Un très bel endroit à découvrir sans plus attendre pour ceux qui veulent se lancer dans le zéro déchet !

**ET AUSSI :** L'Ecolo propose aussi des coffrets cadeaux pour faire plaisir à vos proches : savons, confitures, nougats, produits de beauté.... et les hommes ne sont pas non plus oubliés, il y a même une box spécial rasage.... zéro déchet bien sûr !

## LORSQUE LE BIEN-ÊTRE RENCONTRE LA TECHNOLOGIE...

Par les temps qui courent, nous avons plus que jamais envie de prendre soin de nous et de ceux qui nous sont chers. Voici notre sélection d'applications mobiles et d'objets connectés entièrement dédiés au bien-être ! De quoi vous faire du bien ou alors de mettre dans le mille lors de vos achats de Noël !



**Pocket yoga** : cette application mobile payante permet de pratiquer du yoga chez vous, en toute sécurité, sans vous déplacer ! Au programme 3 types d'exercices divisés en catégories suivantes: Océan, Désert et Montagne. Au fil du temps, de votre progression, ou votre niveau de forme, vous pourrez naviguer entre 3 différents niveaux de difficulté et 3 durées, 30, 45 et 60 minutes. Avec 27 sessions et plus de 145 images de postures correctes, vous ferez un bien fou à votre corps et à votre mental !

**Le pistolet de massage Elite de Theragun** : livré avec une application mobile dédiée connectée utilisable auprès des apps santé de plusieurs fabricants (Apple, Samsung, Google), ce pistolet a la particularité de masser les muscles en profondeur grâce à des percussions ultrasilencieuses. L'application est capable d'envoyer des suggestions de programmes de massage personnalisés, parfait pour les sportifs amateurs

ou professionnels. Enfin, les têtes de massages, 5 au total, sont interchangeables pour un massage plus efficace, selon les besoins.



**Des électrodes pour le renforcement musculaire**: la marque Bluetens propose un appareil médicalement approuvé et délivrant un léger courant électrique. Les 100 programmes livrés sont à utiliser en duo avec une application mobile dédiée. Concrètement, l'accessoire permet de renforcer, mais également de soulager les muscles de 15 parties du corps grâce à des électrodes à placer en fonction de vos besoins.



**Headspace méditation & sommeil** : envie de vous initier à la méditation pour gagner en efficacité, en énergie et retrouver un sommeil de qualité ? Cette application mobile partiellement gratuite permet à celles et ceux qui le souhaitent d'aller plus loin dans leur démarche bien-être en s'abonnant annuellement. Avec une communauté composée de 66 millions de membres répartis à travers 190 pays, Headspace se décrit comme le leader en matière de méditation !

Cette sélection d'applications mobiles et d'objets vous connectés a de quoi vous inspirer en cette fin d'année ou alors vous aider à consolider vos bonnes résolutions pour 2021 !



## MAURITIUS 2K68

Par Jacques Rombi

Pour la première fois Sofio doutait. Pas de ces doutes de coeur ou d'esprit dont souffrent les humains, mais un doute nommé précisément ERROR #606 par l'algorithme.

Le message était apparu sur tous les écrans virtuels qui s'animaient spontanément dans l'appartement dominant la baie du Caudan. Non pas des écrans plats ou cathodiques comme autrefois, mais des écrans activés par l'interaction entre la borne et le doigt tactile de Sofio.

C'était la dernière tendance du moment, les ingénieurs de l'incubateur de Moka avaient élaboré une technologie qui permettait désormais de faire apparaître un écran à partir de bornes interactives posées un peu partout. Il suffisait au robot d'effleurer ces bornes pour qu'apparaisse, grâce à l'animation des fines particules d'azote contenues dans l'air, une image comparable à ce qu'autrefois les hommes projetaient sur les murs avec les rétroprojecteurs dont son maître avait conservé une belle relique. Elle était exposée dans la vitrine d'objets anciens aux côtés d'une collection d'ordinateurs portables, smartphones et autres bibelots chargés d'Histoire et d'histoires.

En un instant, le robot humanoïde fit défiler sa journée derrière ses deux capteurs-émetteurs-vidéo comparables aux yeux des hommes.

Elle avait commencé comme d'habitude par la tenue de tâches ménagères classiques : connexions des divers appareils pour extraire l'air vicié de la maison et faire entrer dans les unités de stockage l'eau qui était contenue dans

l'air à l'extérieur. Les pluies étant devenues rares, on avait inventé depuis longtemps un système permettant de récupérer l'eau contenue dans l'air. La suite de sa journée avait consisté à alimenter les bacs numériques en produits à recycler des repas de la veille, ranger le linge propre après leur passage dans un séchoir auto nettoyant sans-eau. Cette ressource était devenue rare depuis deux décennies environ et les ingénieurs mauriciens avaient élaboré de nombreuses technologies visant à réduire sa consommation et le linge connecté, à base de particules d'hydrogène sensible aux variations de température, en était l'une des plus notables.

Elle avait permis à la petite île de relancer son industrie textile moribonde et sa production textile hi-tech l'avait positionnée dans la cour des grands. Ces textiles connectés made in Mauritius étaient thermo programmables et avaient inondé la planète car ils permettaient de se chauffer ou de se refroidir à souhait.

Singapour, autrefois pris pour modèle, venait d'être dépassée dans le classement du Big Blockchain par Maurice qui caracolait dans le top 10 des grandes puissances grâce à son enrichissement fulgurant mais surtout grâce aux technologies hi-tech qui avaient inondé le monde et dont Sofio était une belle illustration.

Retrouvez la suite en scannant le QR code ci-dessous







## RETROUVEZ LA FORME APRÈS LES FÊTES AVEC RMCLUB

Les fêtes de fin d'année sont passées, avec leur lot de plats très gourmands. En ce début 2021, il est temps de prendre de bonnes résolutions pour garder la ligne et prendre soin de sa silhouette. RMCLUB le complexe multisports qui a ouvert ses portes début décembre dernier et qui fait déjà beaucoup parler de lui, offre un large choix d'activités sportives et ludiques indoor et outdoor, dans un cadre des plus modernes pour retrouver la ligne. Une visite s'impose !

Le nouvel espace multisports, RMCLUB a le vent en poupe. S'adressant à tous les sportifs d'aujourd'hui, des plus aguerris aux plus amateurs, ce lieu singulier propose une approche authentique et plurielle du sport associant plusieurs disciplines sportives complémentaires pour parfaire sa silhouette. Pour cela, le premier Country Club de Maurice dédié au sport a misé sur des technologies de pointe, des coaches expérimentés mais aussi sur des programmes phares qui ont prouvé leur efficacité. Les Mills, My Zone, TRX Maps entre autres sont tout autant de formules à découvrir !

### Les Mills, des cours collectifs qui valent le détour

Reconnue aux quatre coins de la planète, la franchise néo-zélandaise Les Mills est la spécialiste des cours collectifs de remise en forme, que ce soit en cardio, renforcement musculaire, danse, arts martiaux etc. Grâce à une large palette de cours collectifs, et des exercices intenses, les résultats sont très rapidement visibles. Chaque cours est construit comme un véritable spectacle, avec une chorégraphie parfaitement calée sur le style musical. La franchise Les Mills a été créée



en 1980, et a été lancée au niveau international en 1995. « *L'accent est mis sur la qualité du cours pour partager une expérience unique avec les participants, tout en leur apportant un maximum de résultats en toute sécurité.* »

*Le déroulé du cours se fait en toute fluidité, et ne demande pas d'être expert pour retenir les mouvements. Des options sont d'ailleurs proposées pour s'adapter au niveau de chacun* » détaille Laetitia Darce Sales and Marketing Director de RMCLUB. Toutes les activités Les Mills comprennent notamment du bodyattack, bodycombat, bodypump, bodystep ou le CX WORX™ (ou CX30™) le workout qui vous sculptera un centre du corps solide !

## Faire du sport avec MyZone

Faire du sport tout en s'amusant ? C'est avec Myzone ! Myzone est une solution connectée qui, grâce à un cardiofréquencemètre précis à plus de 99% et une application dédiée, permet de mesurer le rythme cardiaque, les calories brûlées et l'effort en temps réel.

En cours collectif, en groupe ou seul, les participants suivent leurs performances et l'intensité de leurs efforts en temps réel sur écran géant en club ou sur l'application mobile. Myzone récompense la récurrence des entraînements par des points et des médailles à chaque passage de niveaux. Les participants peuvent accéder à la communauté Myzone, participer à des challenges, partager leurs résultats et communiquer entre eux, avec leur instructeur ou leur club. Une exclusivité de RMCLUB à découvrir !

## TRX Maps : la technologie à votre service

RMCLUB offre à vos clients une prise en charge « *high tech* » avec TRX MAPS : une borne qui analyse de façon précise et objective la manière dont vos clients bougent, et qui leur fournit un plan d'entraînement personnalisé en moins de 30 secondes. Conçu pour améliorer la santé et entretenir la motivation TRX MAPS concentre l'expertise du mouvement de TRX et l'expertise de la technologie PHYSMOD0 (société spécialiste



des capteurs 3D). En utilisant régulièrement TRX MAPS, l'utilisateur sait exactement quels sont les exercices dont ils ont besoin, ils ressentent leurs progrès et ils les visualisent sur l'écran de la borne. La technologie à RMCLUB s'illustre aussi par Inbody la première gamme d'analyseurs de composition corporelle. Les analyseurs de composition corporelle InBody décomposent votre poids et affichent vos données de composition corporelle sur une feuille de résultats organisée et facile à comprendre. Les résultats vous aident à visualiser où sont vos niveaux de graisse, de muscle et servent de guide pour vous aider à atteindre vos objectifs : qu'il s'agisse de perdre quelques kilos en trop ou de transformer complètement votre corps.

Révolutionnaire !

**RM** CLUB  
**MAURITIUS**

Renseignements  
RMCLUB

Healthscape (Ex Circle Square)  
Forbach 31001

Rivière du Rempart - Ile Maurice  
Mail : [contact@rmclub.mu](mailto:contact@rmclub.mu)



## DRIVER CUP 2020 : UNE FINALE HAUTE EN COULEURS POUR TERMINER L'ANNÉE

Créée en 2019, à Maurice, pour Maurice, la Driver Cup est, dès sa première édition, devenue la classique de référence pour les golfeurs amateurs de l'île. La Driver Cup est la cousine naturelle de la Ryder Cup, le plus grand événement golfique et troisième événement sportif au monde, qui voit s'affronter les meilleurs joueurs Européens et Américains.

Les 4 et 5 décembre derniers a eu lieu la finale de cette compétition amicale, opposant les joueurs de Maurice contre Le Reste du Monde, à Anahita. Un événement haut en couleurs qui aura suscité, tout au long de la saison, un engouement national.

Les joueurs, amateurs, s'inscrivent sous les couleurs d'une équipe : Maurice (Il faut pour cela disposer d'un passeport mauricien) ou le Reste du Monde. Sur chaque manche, les trois meilleurs de chaque équipe décrochent le sésame qui leur permettra d'être invités et de participer à la finale de la Driver Cup.

A l'issue de 10 tournois qualificatifs disputés sur l'ensemble de l'île tout au long de la saison, 36 joueurs et joueuses se sont donc qualifiés pour l'une et l'autre équipe. Ainsi, Avalon, le Tamarin Golf Club, Anahita (2 fois), le Gymkhana, l'île aux Cerfs, Mont Choisy, le Paradis, Bel Ombre et le Dodo ont accueilli la caravane des joueurs,

entre le 18 janvier et le 7 novembre dernier.

72 joueurs amateurs ont donc pu participer à la finale de cette compétition qui se joue en match play, en simple, en double, sur le parcours de Golf, c'est-à-dire trou après trou, chacun rapportant un point au vainqueur, et 0,5 aux deux en cas d'égalité.

Après de nombreux rebondissements au long de ces deux journées sportives, et beaucoup de suspense, c'est finalement l'équipe Reste du Monde qui remporte la finale de cette compétition, avec un résultat identique à la finale de l'année précédente, mais en faveur de l'équipe perdante de l'édition 2019 : 32,5 points pour Le Reste du Monde et 21,5 points pour Maurice. *“La finale 2021 sera une belle, puisque les deux équipes sont indéniablement à égalité parfaite: 1 victoire partout, et 54 points cumulés pour chacune”* confie Vincent Portugal, fondateur et organisateur de la Driver Cup.



**allsport**

**allsport.mu**

Shop ONLINE NOW and get **10% Off!**

Terms And Conditions Apply.

**CONTACT US**

- Registered Office:  
37, Labourdonnais, Port - Louis
- (230) 260 4600
- info@allsport.mu
- https://www.facebook.com/Allsport.mu



PORT LOUIS | RICHE TERRE | BAGATELLE | FLACQ | QUATRE BORNES | ROSE HILL | RHOENIX | CURRIPE | GRAND BAIE | BOSSAVELLE | BEAU VALLON



**HUAWEI**  
PHOENIX COMMERCIAL CENTRE



CAUDAN WATERFRONT



IMPOSSIBLE IS NOTHING!

GRAND BAIE LA CROISSETTE  
PHOENIX COMMERCIAL CENTRE



**USN**  
#CHALLENGEYOURSELF

USN OFFICE: 139 ROYAL ROAD, BEAU BASSIN, MAURITIUS  
WWW.USN.CO.ZA | USNMAURITIUS



**SKECHERS**

BAGATELLE, MALL OF MAURITIUS | ORCHARD CENTRE, QUATRE BORNES



GROUND FLOOR MALL UNIT 2, LA CITY TRIANON

**GEOX**  
BREATHES

tbs

**e-brand** RICHE TERRE MALL | CAUDAN WATERFRONT



BAGATELLE MALL OF MAURITIUS



FOREVER FASTER PUMA.

**carréblanc**  
PARIS

F1-F10, FASHION GALLERIA - GRAND BAIE LA CROISSETTE



**next**

BAGATELLE MALL OF MAURITIUS  
GRAND BAIE, LA CROISSETTE



## L'Union européenne mobilise 380 millions de roupies pour le secteur de la santé

L'Ambassadeur de l'Union européenne et le Ministre des Finances, de la Planification économique et du Développement ont signé, en présence du Ministre de la Santé et du Bien-être, un nouvel accord de financement de 380 millions de roupies pour le secteur de la santé. Ce financement va accompagner la stratégie du gouvernement dans ce secteur et donner les moyens au système de santé de mieux répondre aux crises sanitaires. Ce programme d'appui budgétaire porte sur plusieurs axes importants tels que l'achat d'équipements pour les hôpitaux, l'augmentation dans la capacité de Maurice à détecter la maladie, l'élaboration de guides pour la gestion des pandémies ainsi que le renforcement de capacités du personnel hospitalier pour faire face à des crises sanitaires majeures du type SARS COV2.



## Smart City de Beau Plan : Le Mahogany Shopping Promenade ouvrira ses portes en 2021

Le Mahogany Shopping Promenade, situé au cœur de la smart city de Beau Plan, ouvrira ses portes début 2021. Sur une surface de 12 000 m<sup>2</sup>, il accueillera 52 enseignes parmi lesquelles un grand choix de magasins et restaurants. Cet espace de vie propose aux visiteurs un lieu agréable où faire du shopping, se divertir, se restaurer, ou se promener. Le lieu offrira une vue panoramique sur le lac, élément central de ce cœur de ville. Le lieu proposera également un food court baptisé « *Ki pou manze ?* », et qui proposera une cuisine d'ici et d'ailleurs. Pour les enfants, une série d'attractions, des offres de loisir et des animations sont prévues. En concrétisant ce projet phare de la Smart City, le groupe Terra consolide son positionnement comme un acteur clé pour le développement économique, social et infrastructurel de la région.

## Innovation : Absa Maurice déploie Abby, son robot-conseiller

L'institution bancaire Absa vient de mettre en service ses robotic kiosks ainsi que son tout premier robot-conseiller humanoïde, baptisé Abby, en décembre dernier. Ce nouveau conseiller représente une grande première pour le secteur bancaire à Maurice. Doté d'intelligence artificielle, et habillé aux couleurs de la banque, Abby est un « *digital personal banker* ». A l'aide de sa tablette tactile, elle propose une interaction avec les clients de la banque. Les clients devront s'enregistrer dans le système, ainsi lors de leurs prochaines visites, le robot sera en mesure de reconnaître le client grâce à son logiciel de reconnaissance faciale. Pour l'instant, la version humanoïde sera placée dans la succursale de la rue Sir William Newton, à Port Louis, alors que les autres succursales seront dotées de la version robotic kiosk.





Ici on respire, on s'évade, on déconnecte !



### Sundowner.

à Peninsula, restaurant et bar

**40%**  
off  
sur les boissons

### Lazy brunch.

les dimanches

**Rs 1,800**  
par personne & 20% off sur les boissons

### Chill out day.

accès aux piscines, à la plage et  
aux sports non-motorisés

**30%**  
off  
sur les soins au spa

Des événements tous les week-ends ! Suivez-nous [f](#) [i](#)

[resa1@pcove.mu](mailto:resa1@pcove.mu) • 204 4000

Réservé aux adultes

*Paradise Cove*

BOUTIQUE HOTEL MAURITIUS







# Terres de Soleil

Morcellement résidentiel  
à Pointe d'Esny  
Accès à la plage et au Beach Club



Un projet de la Compagnie de Beau Vallon Limitée  
Sales Office Blue Bay, Mauritius  
T +230 630 1000 | E [info@pointedesny-levillage.mu](mailto:info@pointedesny-levillage.mu)  
[www.pointedesny-levillage.mu](http://www.pointedesny-levillage.mu)