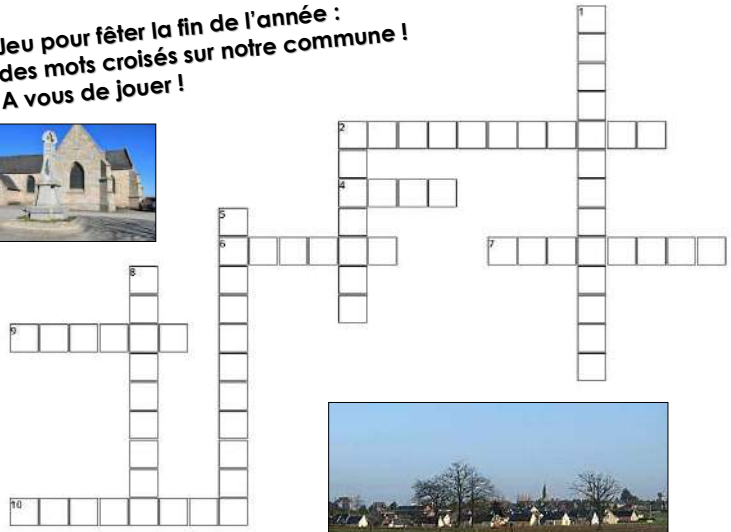
« La couleur » sur le Téléthon

Dimanche 27 novembre a eu lieu le **36ème Téléthon**.
Le Téléthon est un événement caritatif organisé depuis 1987 par l'Association française contre les myopathies (AFM) pour financer des projets de recherche sur les maladies génétiques neuromusculaires.
Parce que l'union fait la force, les 3 communes des environs Saint Sauveur des Landes, Saint Hilaire des Landes et Romagné ont uni leurs efforts. Différentes activités sportives ont été proposées afin de récolter des dons pour la recherche : du VTT, du vélo, de la marche à pied et de la course à pied.
Ainsi, **223 personnes ont participé**. 1429,20 euros ont été récoltés grâce aux activités proposées. 338 euros de dons ont été comptabilisés. Soit **1767,20 euros** au total.
Encore merci pour votre participation et votre soutien !

Jeu pour fêter la fin de l'année :
des mots croisés sur notre commune !
A vous de jouer !



L'équipe municipale vous souhaite de belles fêtes de fin d'année !
Joyeux Noël !

Horizontal

2. Pains, gâteaux, viennoiseries et pizzas, il y en a pour tous les goûts!
4. Le 25 décembre, on le fêtera!
6. Les p'tits loups y attendent le Père Noël avec impatience!
7. Vicky et Audrey vous y accueillent chaleureusement!
9. Monsieur le maire et ses 14 conseillers y siègent.
10. Quelques courses à faire? François est là pour vous aider à trouver les bons produits!

Vertical

1. Alexandra et Harold vous proposent de délicieux plats!
2. On le cherche tous...
5. Envie de lire? Courez là-bas voir Anne-Sophie!
8. Jessica en est une : toujours souriante, elle vous ouvre les portes de son salon.

Gazette de St Hilaire des Landes - imprimée par nos soins en 300 exemplaires - Directeur de publication : Claude HAMARD- Rédactrice : Gwénaëlle Hamard

Sandrine Travers rejoint l'institut de naturopathie de Morgane Duval

Il y a quelques mois, nous vous avions présenté **l'institut Naturacopée de Morgane Duval**, habitante de St Hilaire depuis de nombreuses années. Entourée de professionnels, elle propose une formation très diversifiée dans le domaine du bien-être. Nous sommes allés à sa rencontre pour faire le point sur l'évolution de son école.

**** Bonjour Madame Duval. Il y a quelques mois, nous avions informé les habitants de Saint Hilaire de la création de votre institut de naturopathie. A cette date, quel bilan pourriez-vous faire?***
Bonjour Madame Hamard. Effectivement, j'ai créé **l'Institut Naturacopée** il y aura 3 ans en février prochain… juste avant le premier confinement! Aujourd'hui, l'institut compte une équipe d'une trentaine de formateurs venant d'horizon très divers (naturopathe, infirmière, docteur en pharmacie, docteur en biologie, cosmétologue, éthiopathe, kiné,...) et une salariée alternante en communication. Plus de 25 étudiants ont été formés ou sont en cours de formation. L'institut a beaucoup évolué et nous proposons actuellement plusieurs formations telles que praticien en naturopathie, herboristerie, praticien en massage bien-être.
**** Comment trouvez-vous les professionnels qui interviennent dans votre institut?***
Pour les formateurs, j'ai eu beaucoup de chance : jai contacté plusieurs professionnels de santé pour leur proposer d'intervenir en tant que formateurs spécialistes au sein de l'Institut. La quasi-totalité des personnes contactées a adhéré au projet et en a parlé à d'autres professionnels de leur connaissance. Au fur et à mesure, des professionnels que je ne connais pas m'ont contactée pour me proposer leurs services et compétences.
**** Récemment, vous avez intégré Madame Sandrine Travers qui habite St Hilaire parmi vos intervenants. Comment avez-vous été amenées à travailler ensemble?***
Nous nous connaissions déjà avec Sandrine. Un jour elle m'a dit qu'elle aimerait évoluer dans son travail et entre autres dans la formation. Je lui ai proposé d'intégrer le pôle formateur en massage de l'institut. Elle était partante. Nous avons eu le projet un peu fou d'allier nos deux techniques: l'esthétique et la naturopathie pour créer 4 massages spécifiques. C'est comme ça que sont nés les 4 Natura'Elements : des massages alliant des techniques esthétiques de touchés, d'aromathérapie et d'herboristerie.
**** Depuis votre création, avez-vous ouvert d'autres secteurs de formation?***
Oui, l'institut a beaucoup évolué en à peine 3 ans. A l'heure actuelle, en plus de la formation de praticien en naturopathie, nous proposons des formations en massage bien-être, en réflexologie plantaire, en accompagnement périnatal et des modules de cours à la carte. Nous proposons aussi des formations de spécialisation (accompagnement périnatal, réflexologie plantaire...) pour les professionnels de la santé.

**** Avez-vous d'autres projets?***
En septembre prochain nous proposerons des spécialisations en nutrithérapie et en aromatologie.
**** Pouvez-vous nous rappeler vos coordonnées?***
Le siège social est basé à St Hilaire des Landes mais toutes les formations sont dispensées dans le gîte "Le clos du Meunier", 204 Moulin des châteaux 35420 Mellé tenu par Walter Grouazel.
Vous pouvez nous joindre par téléphone au 06 95 04 31 70 ou par mail: institut@naturacopee.com
site internet: **https://www.institut.naturacopee.com**

En septembre, **Sandrine Travers a rejoint l'équipe de professionnels de l'institut Naturacopée.**
Nous sommes allés lui poser quelques questions !
**** Depuis combien de temps vivez-vous sur St Hilaire?***
Nous habitons saint hilaire depuis bientôt 10 ans déjà !
**** Depuis combien de temps êtes-vous esthéticienne?***
Depuis 12 ans
**** Quelle est votre formation?***
L'esthétique, c'est mon rêve d'enfant. J'ai d'abord fait des études de ventes, j'ai du travailler pour pouvoir me payer mon CAP esthétique, j'ai enchaîné avec le BP en alternance où je suis depuis 10 ans.
**** Depuis peu, vous avez intégrée l'école de naturopathie de Morgane Duval. Quelle est votre fonction?***
Morgane m'a fait part de son envie de nouveauté, de se démarquer des écoles dites « standard ». A sa demande, j'ai crée pour elle et son école des protocoles de soins qui n'existent pas, à -mi chemin entre l'esthétique et la naturopathie.

**** Pourquoi vous êtes-vous lancée dans ce projet?***
J'ai toujours rêvé d'enseigner, c'est un bon test pour moi. De plus Morgane m'a laissé carte blanche pour les protocoles ! C'est génial ! J'ai encore plein d'idées en tête ! Le bien-être des autres, le petit moment de détente que l'on peut apporter dans la vie de fou que mènent les gens de nos jours me rend simplement heureuse! Je veux pouvoir partager cela avec d'autres personnes passionnées comme moi!
**** Vous avez un emploi, 2 enfants, vous êtes également très investie dans l'APE de l'école publique : comment gérez-vous tout ça?***
Avec une bonne organisation ! Ce n'est pas toujours simple de tout concilier... Mais j'essaie de faire au mieux en me rappelant que tout ne peut pas être parfait ! C'est à ce moment là que l'aide des personnes autour de nous est précieuse ! Famille, amis, collègues... En équipe nous sommes plus forts ! D'ailleurs, en tant que trésorière de l'APE de l'école Louis Malassis, je voulais profiter de ce moment pour remercier Richard et Théo de l'entreprise ALTI + pour leur don de 42 euros à l'APE !

Le Haley Bar : on y mange, on y boit, on y joue !

Pour remercier sa clientèle de sa fidélité et pour fêter le premier anniversaire du Haley Bar, Audrey et Vicky **offrent les cafés tous les lundis du mois de décembre de 7h à 10h** !
De même, **dès à présent**, en plus des pizzas, le Haley Bar vous propose **tous les jeudis un repas entièrement mauricien** : entrée, plat (sauce épicée à part), dessert. Vous pouvez consommer sur place ou emporter votre commande. Pour une meilleure organisation, merci de téléphoner ou de passer au bar pour réserver.

A vos trompettes, violons, guitares et autres !
Au vu du succès du premier **bœuf musical** organisé par le Haley Bar en octobre dernier « ***Veillée musicale*** », Audrey et Vicky renouvellent leur projet et vous proposent une nouvelle rencontre autour de la musique le **vendredi 20 janvier**. Les enfants et adultes musiciens sont donc invités à venir y participer ! Pour de plus amples informations, n'hésitez pas à contacter les organisateurs !

Le saviez-vous ? Vicky vous propose de déguster des **rhums arrangés maison aux couleurs des îles** : litchi, mangue, ananas, gingembre, vanille et épices et bientôt goyave !

Tous les **vendredis soirs**, le Haley Bar organise des **compétitions de billard**.
Le Haley Bar possède d'ailleurs 2 équipes : « ***Les chats noirs*** » dont le capitaine n'est autre que Vicky ! Cette équipe est actuellement en tête de la compétition. Il y a également l'équipe « ***La jet Set*** » avec Laurent comme capitaine. Chaque vendredi, l'une de ces 2 équipes rencontre une équipe extérieure.
Vicky et Audrey vous invitent à venir encourager les joueurs et par la même occasion à déguster leur nouvelle planche de charcuterie artisanale !
Autres informations :
- Le service point relai avec **le service Pick Up** (chronopost, collissimo, DPD) est toujours d'actualité.
- A partir de janvier : toutes les cartes et tickets restaurant seront acceptés au Haley Bar

Les ciseaux de Jessica

Pendant le week-end du 11 novembre, **des travaux ont été réalisés** dans le salon de coiffure de Jessica. Pour sa huitième année d'installation, Jessica a en effet souhaité redonner un coup de neuf à son salon : « ***Je voulais une ambiance plus chaleureuse, plus cocooning pour mes clients ! Je suis très heureuse du résultat !*** »
Pendant le mois de décembre, votre coiffeuse organise **une tombola** : ses clients pourront gagner un panier garni, joli premier lot !
De même, jusqu'au 31 janvier, pour fêter Noël et la nouvelle année, Jessica vous proposera de nombreuses **réductions** (sauf enfants). Actuellement, et ce jusqu'au 16 décembre, **une réduction de 20 % sur les mèches** vous permettra de vous offrir un moment de relaxation, de bien-être et de beauté ! Alors, n'hésitez pas à aller sur le facebook du salon pour voir les réductions du moment.
Le salon sera fermé le 2, 3, 4 et 5 janvier 2023.
15 rue Commerce 35140 Saint Hilaire des Landes / 02 99 98 92 59
https://www.facebook.com/lesciseauxdeJessica
Et bien sûr, vous pouvez toujours prendre vos rendez-vous en ligne sur PLANITY !

Saint Hilaire en fête !

Le Nouveau Comité des Fêtes de St Hilaire convie l'ensemble des habitants de la commune pour **un apéritif le vendredi 3 Février 2023 à 18h30 au Pôle Des Landes**, l'occasion de vous présenter l'association et son projet d'animation !

Ateliers de conversation anglaise

Des **ateliers de conversation anglaise** Let's talk, en partenariat avec la CSF de St-Sauveur des Landes, vous sont proposés **à partir de janvier 2023.**
Le principe ?
- 10 séances d'1 heure, tous les 15 jours, échelonnées de janvier à juin (hors vacances scolaires)
- adultes, séniors, étudiants à partir de 17 ans
- à priori le jeudi soir (confirmation en fonction des disponibilités des participants)
- inscriptions gérées par la CSF auprès de Marie-Claude (csf.sauveur@free.fr)
- thématiques : anglais général autour du quotidien, des voyages, et en fonction de vos envies… Attention il ne s'agit pas d'un cours d'anglais !
Une réunion d'information vous est proposée **le jeudi 1er décembre à 19h dans les locaux de la CSF, 14 rue de St Hilaire, 35133 St-Sauveur des Landes.**
Si vous ne pouvez pas vous y rendre, n'hésitez pas à prendre contact avec **Réjane Gaumerais : 06 40 17 83 87 / www.osezleslangues.wordpress.com**