

LE MAGAZINE DU CONSOMMATEUR



DE CONSEILS
DE SHOPPING
DE BONNES ADRESSES

PANORAMA

N°180 - SEPTEMBRE 2020

DOSSIER

• TOUT SAVOIR
SUR LE LAIT

MODE

OXFORD STYLE !

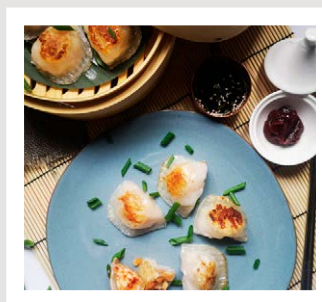
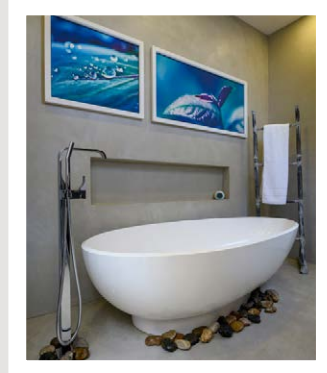


SPÉCIAL

REDÉCOUVRIR MAURICE

LACASE

INSPIREZ-VOUS !



AU MENU : SHOPPING, IDÉES DÉCO ET VISITES PRIVÉES

Dossier spécial salle de bains

Les dernières tendances déco et aménagements

Shopping

Les coups de cœur de la rédac'

DIY

Des idées utiles et belles pour votre maison

DISPONIBLE DANS VOS POINTS DE VENTE HABITUELS





En couverture : De haut en bas - Corail Hélicoptères, Château de Labourdonnais, Casela, Karay Mario, Seabob, Just diving, C Resorts, Pink Mango, Sept Cascades.

Publié par
laSentineille
MAGAZINES

Business Publications Ltd

DIRECTEUR DES PUBLICATIONS
Nad Sivaramen (206 84 81)
nad.sivaramen@lasentineille.mu

RÉDACTRICE EN CHEF
Marie Gouges (206 85 11)

RÉDACTION
Kedvee Goinden, Carine Tourette,
Dooshani Seewoolall

PHOTOGRAPHIE (206 85 78)
Jean-Noël Ah Kee, Clifford Francisque,
Ejilen Ramasawmy
Memraj Mahadoo (Kevin)

**CONCEPTION GRAPHIQUE
ET MISE EN PAGE**
Medha Comarasamy (206 85 77)

ÉDITEUR
Business Publications Ltd

PRODUCTION SUPERVISOR
Pricilla Samuel (206 85 73)

PRE-PRESS MANAGER
Naheer Himmatkhan
Tel. 206 84 04 • Fax : 247 10 35

IMPRESSION
Caractère Ltée
Tél. : 206 84 84 • Fax : 247 10 41

PROMOTION & PUBLICITÉ
Business Publications Ltd.
Tél. : 206 85 30 / 206 85 36

**BUSINESS UNIT MANAGER
POLE MAGAZINE**
Shenaz Busguth
Tél. : 206 84 08
Email : shenaz.busguth@businessmag.mu

Les publi-reportages, offres publicitaires et promotionnelles qui figurent dans ce magazine ne peuvent en aucun cas engager la responsabilité de « Panorama »

laSentineille
Pour devancer demain

PUBLISHER
3, Rue des Oursins
Baie-du-Tombeau, B.P. 247
Tel : 206-8200 • Fax : 247-1756
Email : corporate@lasentineille.mu

DIRECTEUR GÉNÉRAL
Denis Ithier

GROUP HR MANAGER
Areff Salauroo

GROUP PUBLISHING MANAGER
Clifford Colimalay

**GROUP TECHNICAL
& PRODUCTION MANAGER**
Ejaz Gobindram

GROUP FINANCE MANAGER
Jack Dacruz

**DIRECTEUR COMMERCIAL &
STRATÉGIES GROUP**
Vincent Vibert

édito ...

VOYAGE INTÉRIEUR

Covid-19, confinement, frontières fermées... en cette année 2020, voyager à l'étranger et faire le plein de découvertes, de paysages inédits et de rencontres devient un rêve de plus en plus inaccessible. Même s'il est, pour le moment, impossible de prendre la voie des airs pour s'évader dans des contrées lointaines, il ne faut pas pour autant oublier que notre petite île regorge aussi de magnifiques paysages et de lieux insolites qui valent le détour. Nul besoin d'aller à des milliers de kilomètres pour faire un voyage dans le temps et découvrir l'histoire et le patrimoine de Maurice. Pour pratiquer des activités nautiques ou des randonnées en pleine nature. Pour voir Maurice du ciel à bord d'un hélicoptère ou d'un hydravion. Bref, un «dépaysement» garanti à seulement quelques kilomètres de chez vous !

Dans ce numéro spécial, Panorama vous propose de redécouvrir Maurice, cette terre aux mille et un visages. Parcs et réserves naturelles, hôtels, activités nautiques ou culturelles, restaurants gourmands et authentiques... nous vous dévoilons quelques adresses incontournables de l'île.

Bonne lecture et bon voyage intérieur !



- 4 NEWS COM**
- 6-29 SPÉCIAL REDÉCOUVRIR MAURICE**
 - VIRÉES GOURMANDES
 - FOODCITY DE TRIANON : CARREFOUR DES SAVEURS
 - RANDONNÉES ET BALADES : À LA DÉCOUVERTE DES TRÉSORS NATURELS
 - ALLONS SE PROMENER DANS LES PARCS ET RÉSERVES NATURELLES
 - DOUCEURS À EMPORTER !
 - À COUPER LE SOUFFLE !
 - HÔTELS : PACKAGES ATTRACTIFS À SAISIR
 - À LA RENCONTRE DE NOTRE HISTOIRE
 - PLONGEZ DANS LE GRAND BLEU
- 31 MAISON**
 - CONVIVIALITÉ EN TERRASSE
- 32 MODE**
 - OXFORD STYLE !
- 34 BEAUTÉ**
 - 10 SOINS ANTI-ÂGE
- 37-38 DOSSIER**
 - TOUT SAVOIR SUR LE LAIT
- 40 LE PRODUIT**
 - GOURMANDISE ET BONNE HUMEUR AVEC LA VACHE QUI RIT
- 42-46 À VOS FOURNEAUX**
 - VOYAGE GUSTATIF
 - CAFÉ GOURMAND
- 48 -50 HOROSCOPE, JEUX**

ATLASWARE : LA NATURE À CŒUR

Avec le retour des beaux jours et les activités, notamment en plein air, *Atlasware* vous propose d'avoir le bon réflexe : penser à votre empreinte sur la nature. Si les sorties en forêt, les randonnées et loisirs en plein air seront de mise, il convient d'éviter la plaie qui ronge notre environnement : le plastique à usage unique. Les bouteilles isothermes *Atlasware* restent le choix parfait pour ne pas laisser de bouteille en plastique en forêt ou à la plage où ils sont fatals pour les animaux et l'environnement. Ces bouteilles, disponibles en logement de 350 ml, 500 ml, 750 ml, 1 000 ml et 1 750 ml, vous permettent de transporter vos boissons préférées toutes prêtes en plus d'aider à préserver les saveurs de celles-ci. Tisanes ou infusions pour les lieux frais où vous voudrez vous réchauffer ou boissons énergisantes et smoothies bien frais. Quelle que soit votre préférence, vos boissons fraîches maintiendront leur température jusqu'à 24 heures et les liquides chauds pendant 18 heures.

Atlasware, qui a à cœur la protection de l'environnement, compte aussi être partie prenante de l'aventure de la famille d'Unienville et *Link to Life* dans leur tour de l'île en soutenant l'initiative.

Les produits *Atlasware* sont disponibles à travers l'île : Quatre-Bornes, Beau-Bassin, Candos, Curepipe, Mahébourg, Grand-Baie, Flacq et Tamarin, ainsi qu'en ligne sur :



- www.godelivery.mu
- www.farmbasket.com
- www.galaxy.mu

Plus d'infos au 58.0170.30. Facebook : Atlasware Mauritius. Mail : atlaswaremauritius@gmail.com.

GARAGA

SECURITY PRODUCTS



GARAGA
POWDER COATED GATE



HOT DIP GALVANISED



POWDER COATED



UNIQUE DESIGNS



SLIDING MOTORISED



GARAGA
MOTORISED GARAGE DOOR



GARAGA
ROLLER SHUTTER



GARAGA
Retractable Accordeon
& Burglar Bars



FURNICON

Leader #1

466 5444

VANDERMEERSCH, BEAU-BASSIN




SPORTS WEAR? ATLASWARE!



350ml 500ml 750ml 1000ml 1750ml

Atlasware, anywhere

Avec les bouteilles isothermes Atlasware, vous pouvez savourer vos boissons chaudes ou froides à tout moment. Durables et certifiées sans BPA, elles sont idéales au quotidien, peu importe votre rythme. Atlasware : soif de style, pas de pollution plastique.



24
HOURS
COLD



18
HOURS
HOT

T : 5801 7030



VIRÉES GOURMANDES

L'île Maurice est un véritable carrefour des saveurs. Cuisine créole, indienne, chinoise, japonaise, italienne, gastronomie française... il y en a pour tous les goûts et toutes les bourses. On vous fait découvrir ou redécouvrir six adresses incontournables de l'île. Voyage gustatif sous influences.

BUS SNACK PAPILLES EN FÊTE

Un resto dans un bus ? Voilà qui est original ! Il s'agit en fait du Bus Snack à Bel-Ombre, géré par Mala. À midi, c'est un véritable embouteillage dans le *Bus Snack*. En effet, beaucoup de gourmands s'y empressent pour déguster les fameuses mine bouillies et mines frites curry ourite ou daube ourite. Un vrai délice ! Le cari corne et le salmi de cerf sont aussi au rendez-vous. Pour ces recettes élaborées, Mala se lève toujours très tôt et les réalise chez elle. Sa maison se trouve d'ailleurs juste à l'arrière du *Bus Snack*. Pratique pour Mala qui peut ainsi se permettre de travailler à son rythme. Dans le bus, l'ambiance est chaleureuse, et on mange parmi les habitués qui font le déplacement tous les jours pour se régaler ! Le *Bus Snack* est un vrai lieu de vie où touristes, employés de bureau et habitués du coin se côtoient. Plus d'infos au 59.34.16.73.



ANNO 1743 : ENTRE HISTOIRE ET SAVEURS

Si les murs en pierres taillées des Ruines de Balaclava au cœur du *Maritim Resort & Spa Mauritius* pouvaient parler, ils en auraient des histoires à raconter. Plus exactement près de 300 ans d'histoires à conter. Ce monument national datant du 18^e siècle, qui fût à l'origine un moulin à poudre, connaît depuis quelques mois une véritable renaissance avec l'ouverture, en son sein, d'un restaurant de style brasserie, d'une «*Distillery*» et d'un «*rooftop bar*» nommé *The Nest*. Au restaurant *Anno 1743*, c'est une histoire de saveurs qui vous attend avec notamment le burger signature du restaurant et son filet de black angus servi dans un pain noir. Au menu également : des sandwiches, wraps, burgers, salades, soupes, entre autres, au déjeuner. À l'heure du goûter, place à des *Salty & Sweet snacks* dont des bâtonnets de pommes de terre et fromage, des fritatas de saumon, ou encore des gaufres et des pancakes. Et au dîner, vous goûterez bien à la bavette de boeuf farcie au brie et au piment, ou encore au goulasch de boeuf hongrois.



The Distillery offre, quant à elle, la plus grande collection de rhums à Maurice. Niché au cœur du restaurant *Anno 1743*, ce lieu fût une véritable distillerie dans le courant du 19^e siècle et il est l'endroit idéal pour une dégustation dans un décor original et historique.

Enfin, *The Nest* offre une vue imprenable sur les ruines et la rivière Citron. Situé sur le toit d'*Anno 1743*, ce bar exclusif de style lounge propose une sélection unique de whiskies, cocktails et snacks à déguster avec une vue imprenable sur ses environs historiques et tropicaux. Cette partie des ruines a aussi été mise à jour et couverte afin d'offrir des possibilités additionnelles pour l'événementiel dans un cadre unique et exclusif. Ouvert le vendredi, samedi et dimanche (pour le moment). Plus d'infos au 204.10.00.



PALAIS DE BARBIZON LA CUISINE CRÉOLE COMME ON L'AIME

On y mange tout simplement bien au *Palais de Barbizon*. Dans ce restaurant, situé au cœur de Chamarel, la cuisine créole d'antan est au rendez-vous. Viande, poisson, dessert : tout est prévu pour bien manger autant en qualité qu'en quantité. Ici, les plats sont variés, généreux et savoureux. Ils sont préparés par la Marie-Ange L'Intelligent. Le menu est composé de produits frais et locaux, tous cueillis dans son potager ou dans celui de ses voisins, ce qui est très important pour elle, car elle insiste sur la provenance de ses produits. Les légumes sont les vedettes de sa cuisine quotidienne, notamment dans les plats à base de zeste de banane et de poisson au curry salé, de manioc à la crème, de poulpe et de chayotte fricassée, ou de cassoulet préparé à la mauricienne. À ne pas rater : le cochon marron rôti !

À noter qu'au *Palais de Barbizon*, il n'y a pas de carte mais un seul menu composé de plusieurs plats à partager. Ouvert du lundi au dimanche de midi à 16h. Plus d'infos au 483.50.79.



Karay Mario est un élégant restaurant de fine cuisine mauricienne installé dans un ancien dispensaire de propriété sucrière à Mahébourg et qui porte une attention particulière à l'authenticité de ses recettes. Les ingrédients sont achetés des fermiers, pêcheurs et producteurs alimentaires locaux. Les chefs créent de délicieux plats inspirés des temps d'avant, où le frais et le naturel n'étaient pas des options. Au-delà d'être une collision culinaire d'ingrédients, les plats sont une narration de notre histoire, de notre culture et de notre passion pour la bonne cuisine.

Les plats phares : pilaw, curry et civet de cerf, bouillon poisson et brède mouroum, daube d'ourite, ou encore le fameux poisson corne. Chez *Karay Mario*, l'on déguste les recettes d'antan, les bons petits plats que l'on mangeait autrefois chez nos grands-parents. Côté déco, les luminaires ont été réalisés dans des *karays* pour coller à l'identité du restaurant. Les murs en pierre ont été conservés pour le côté d'antan. Ouvert les mardi, mercredi, vendredi, samedi et dimanche de 11h00 à 15h00 et le vendredi soir de 18h30 à 23h00. Plus d'infos au 630.16.82.

ZUB EXPRESS : L'INDE DANS L'ASSIETTE



Sourires chaleureux et regards francs, chez *Zub Express*, à Flic-en-Flac, c'est autant la convivialité des chefs venus de l'Inde qui gagnent les cœurs que leur cuisine authentique et raffinée. Les maîtres mots du lieu sont générosité, charme et tradition. Les lumières tamisées et les grands rideaux qui servent de décor donnent un côté feutré et intimiste au restaurant. Le style est moderne, contemporain et zen. Chez *Zub Express*, on retrouve les plats et les desserts du Pendjab cuisinés avec goût et raffinement. Au menu, les plats les plus appréciés sont le paneermakhani, le baiganmadras, le jeeraaloo, le dhal, le tarka, le kadai chicken, le fishsultani, le muttonroganjosh, entre autres. Le plat principal consommé, il ne reste plus qu'à déguster les desserts faits maison comme le sagoo à base de lait de coco. Ouvert du lundi au dimanche (sauf le jeudi) pour le déjeuner et le dîner. Plus d'infos au 453.88.68.

L'ESCALE CRÉOLE : UN «BON MANZE LAKAZ»



L'Escale Créole, situé dans un jardin tropical à Moka, est une table d'hôte qui propose le meilleur de la cuisine mauricienne préparée avec les produits du terroir choisis avec amour. À table : chips banane, kaka-pigeons, badjas chauds-chauds que vous pouvez déguster avec un peg ou un rhum arrangé maison, servi avec un sirop de canne et des glaçons. Sur place, vous pouvez commander le menu «Découverte» qui combine un plat «de la terre» et un plat «de la mer» ou le menu dégustation qui réunit les quatre saveurs de la cuisine créole qui sont le curry, le vindaye, le salmi et la rougaille. Plusieurs mets sont au rendez-vous. Pour le dessert, le gâteau coco trône dans l'assiette avec de la mangue confite à la cannelle, une part de tarte à la banane et un shot de rhum arrangé pour bien digérer. Ouvert du lundi au vendredi de midi à 15h00. Réservations conseillées au 54.22.23.32.



FOODCITY DE TRIANON

CARREFOUR DES SAVEURS

Une superficie de 1 200 m². Une quinzaine de restaurants. Une capacité de 600 couverts. La City Trianon vous présente FoodCity, le plus grand foodcourt de l'île. Une visite s'impose. Suivez nous !



Pas le temps ou tout simplement pas l'envie de cuisiner aujourd'hui ? Rendez-vous à la FoodCity de Trianon pour vous régaler ! Cuisine indienne, italienne, chinoise, thaïe, *healthy* ainsi que des pâtisseries et des viennoiseries... il y en a pour tous les goûts et toutes les bourses dans ce foodcourt qui s'étend sur une superficie de 1 200 m².

Si vous avez une envie de sucré, **Ogü**, spécialisée depuis des années dans les pâtisseries et les viennoiseries, vous attend. Croissants, pains au chocolat, pains aux raisins mais aussi brioches moelleuses sont un vrai régal pour les yeux et les papilles. Pour satisfaire les plus gourmands, tartes, galettes, éclairs, *carrots cakes* et moelleux sont à déguster sans attendre. De plus, *Ogü* saura vous combler de gourmandise le jour de votre anniversaire avec des gâteaux spécialement confectionnés pour l'occasion ! Si vous êtes dans les environs, n'oubliez pas de goûter à ses pains fourrés. Une vraie tuerie !

Autre rendez-vous gourmand à ne pas rater à la FoodCity de Trianon : **Le Petit Four** qui propose

du salé et du sucré. Cakes à l'orange, Opéra, *Baked Cheesecake*, Fraisier, *Ice Cream Cake*... la liste de gâteaux sucrés est longue. Paninis, sandwiches, wraps et *ciabatta rolls* sont aussi au rendez-vous. À découvrir !

Fans de desserts sucrés et *healthy* ? **Frutti Swirl** est l'adresse à visiter ! On y sert des *Frozen Deserts* et des smoothies à base de fruits frais et d'ingrédients naturels et sains. Des smoothies bio sont également à la carte. *Frutti Swirl* concocte aussi des *Toasted Snacks* à base de pain de blé complet. Parfaits pour ceux qui font attention à leur ligne et à leur santé ! Autre adresse *healthy* : le **Fresh Juice – Health Bar** qui prépare des jus et des smoothies frais et 100 % organiques à siroter après votre panini ou votre pain fourré. Des jus de légumes et des jus protéinés sont aussi au menu. Bonus : les samedis, les clients ont droit à des dégustations.

Les smoothies, ce n'est pas votre tasse de thé ? Faites un tour du côté de **Chatime** qui prépare des mélanges créatifs remplis de saveurs et de parfums à partir des meilleures feuilles de thé ! Thés nature, au lait, granités, mousse, orientaux,

fruités et jus rafraîchissants... Chaudes ou froides, à vous de choisir la température de vos boissons chez *Chatime*.

Les amateurs de kebabs ont rendez-vous chez **G Doner Kebab** où plusieurs kebabs savoureux au poulet à l'agneau sont à déguster. Le restaurant propose aussi de délicieuses frites et garantit la fraîcheur des produits. Les légumes sont frais, la sauce est très bien dosée. Vous pouvez les déguster en burger, sandwich, pain pita ou wrap. Les amateurs de salades en auront aussi pour leur compte. Voilà, une bonne adresse pour manger votre kebab au chaud.

Pour ceux qui préfèrent les versions thalis, **Royal Kebab** vous propose des thalis tandoor accompagnés d'une variété de naans : plain, fromage ou à l'ail, à vous de choisir. La spécialité de *Royal Kebab* : le Turkish Kebab. Le Dosa est, quant à lui, accompagné de plusieurs chutneys. À déguster d'urgence.

Vous êtes plutôt pains fourrés ? Découvrez **U.S Philly Steak** qui propose des produits préparés avec des ingrédients frais et de qualité,

grillés sur commande à la manière des *US Philly Steak*. Connus également pour ses frites gourmandes et délicieuses et ses limonades naturelles rafraîchissantes, ce restaurant sert aussi de savoureux *Cheese steaks*.

Une envie de burgers ? Rendez-vous chez l'incontournable **KFC** pour savourer ses *Zinger* et *Rounder*. Profitez-en pour déguster ses casseroûtes au poulet, les fameux *Tenders*, *Hot Wings* ou *Popcorn Chicken*. Variez les plaisirs avec le *Bucket Mix* composé de *Hot wings*, *Tenders* et *Pièces de poulet*. Et si vous voulez manger votre poulet autrement que dans un burger, choisissez la version *wrap* avec le *Boxmaster* et sa savoureuse galette de blé toastée, ou encore le *Twister*. À vous de choisir votre formule préférée pour un festin improvisé en solo, en famille ou entre amis !

Que diriez-vous d'un bon poulet tendre et juteux, sauce *perí* et cuit au charbon de bois ? **Pablo's Burger**, reconnu pour ses assiettes généreuses et bien garnies, vous accueille pour le déjeuner et le dîner. Une cuisse de poulet servie avec des frites ou du riz et de la salade vous rassasiera à coup sûr ! Une petite fringale ?

Optez pour le demi-poulet toujours accompagné de frites ou riz et salade

à partager entre amis. Les familles pourront commander un poulet entier pour régaler petits et grands. Des burgers, salades et *wraps* sont également au menu.

Quel que soit notre âge, on craque tous pour la cuisine italienne ! À la *FoodCity* de Trianon, **Debonairs** propose une large gamme de pizzas de qualité supérieure et le meilleur rapport qualité-

prix. Les pizzas sont faites avec des croûtes fines, des garnitures savoureuses et le mélange parfait de sauces. **Panarottis** est aussi le restaurant incontournable pour les pizzas italiennes ainsi que les pâtes. Ingrédients frais et de qualité, une bonne dose de flair méditerranéen et beaucoup de passion sont les marques de fabrique de *Panarottis*. Et comme en Italie, le restaurant n'hésite pas

à servir des portions généreuses qui garantissent le bonheur de toute la famille. Et si vous voulez déguster de délicieux spaghettis à la bolognaise ou penne au pesto, vous trouverez votre bonheur chez **Pasta Cup**. Au programme : une déco légère avec une variété de pâtes qui évoquent le pays de la Baule.

À la *FoodCity* de Trianon, la cuisine chinoise n'est pas en reste. Rit frit poisson salé, boulettes, mines frites, entre autres, sont les spécialités du **Chee Li Chop**. La file d'attente qui s'allonge à l'heure du déjeuner est la preuve du succès de ce restaurant ! Autre adresse à découvrir : **Ni Hao** qui propose une authentique cuisine fusion chinoise et mauricienne. Le restaurant, au design zen, offre un menu de type restaurant à des prix attractifs. Enfin, **Redstick Dimsum & Sushi Bar** répond à toutes les envies ! Froides ou chaudes, les spécialités – sushis, Gunkan Shrimp Maki, Shrimp Nigiri, Gunkan Tuna Tartare, Rice Noddles Soup, Spicy Shrimps, Gyoza Shrimps, entre autres – sont préparées sur commande, avec des ingrédients de première qualité.

Si vous aimez la cuisine épicée, optez pour **Lemon Taste** et son curry veg et non veg accompagné de farata, de puri ou de riz. Pour les amateurs de brianis, 7 currys et Canjee, rendez-vous à des jours spécifiques pour goûter ces spécialités qui sont accompagnées d'un dessert et d'une boisson. *Lemon Taste*, une adresse simple mais efficace où la cuisine indienne est préparée pour tout le monde.

Une autre adresse où déguster la cuisine indienne ? **Curry Express** où les sourires chaleureux de Khalid, le serveur qui y travaille depuis plus de 15 ans et qui nous confie que le restaurant propose des menus authentiques, raffinés et généreux, auront vite fait de vous détendre et de vous mettre en appétit. Chez *Curry Express*, on retrouve les plats et les desserts incontournables indiens cuisinés avec goût et surtout les fameux naans. Une dizaine de thalis sont à votre disposition. À ne pas manquer !

Le petit dernier de la *FoodCity* de Trianon et non des moindres ! **Royal Thai** est un restaurant avec une cuisine authentique inspirée des traditions culinaires des différentes régions de la Chine. Sa spécialité : le canard laqué. Ce restaurant qui est dirigé par la famille Woo est l'endroit idéal pour ceux et celles qui aiment la *Thai Food*.

La *FoodCity* de Trianon est donc, un véritable carrefour des saveurs ! **Ouvvert du lundi au dimanche de 11h00 à 21h00.**



BHUKARA TRADITIONAL INDIAN CUISINE : VOYAGE EN INDE

La Grande péninsule a toujours fasciné, notamment pour sa cuisine riche, colorée et épicée. Le restaurant *Bhukara Traditional Indian Cuisine*, qui est un restaurant privé, vous fait voyager au nord de l'Inde. Au menu : différents thalis à base de légumes, poulet, poisson et agneau pour le déjeuner et pour le dîner, vous avez le choix entre

les menus à la carte ou les thalis. Le restaurant est ouvert du lundi au dimanche pour le déjeuner et le dîner. Côté déco, une somptueuse salle au style moderne et zen. Tout a été fait pour donner une impression d'espace. Les lumières tamisées et les grands rideaux qui servent de décor donnent un côté feutré et intime au restaurant. À découvrir d'urgence !



ROCKS SOLUTIONS



RANDONNÉES ET BALADES

À LA DÉCOUVERTE DES TRÉSORS NATURELS

Forêts, montagnes, caves... notre île est une véritable mine de trésors naturels à explorer. La randonnée permet de se défouler mais aussi de prendre un bon bol d'air frais et de nature avec des paysages époustouflants. Certains sentiers de randonnée sont bien marqués et mènent à travers des zones spectaculaires. Visite.

DANS LES CAVES DE ROCHES-NOIRES ET À BRAS-D'EAU

Vous rêvez de découvrir un lieu atypique ? Enfilez vos tennis et partez à la découverte des caves de Roches-Noires. Visiter ces caves d'origine volcanique est un vrai voyage dans le temps car elles auraient abrité des esclaves fugitifs. La plus connue est la Cave Madame, facilement accessible puisqu'elle se trouve juste au bord de la route principale. Il suffit de descendre quelques marches en pierre pour atteindre l'entrée. La Cave Madame abrite une source d'eau claire d'une pureté remarquable.



Non loin de là, vous pourrez également explorer la forêt de Bras-d'Eau, un parc couvrant 497 hectares et incluant la réserve de Marre Sarcelle. Vous aurez l'occasion d'apprécier la nature et contempler les arbres endémiques tels que l'Eucalyptus blanc et d'Acajou, qui font plus de 40 m de haut. Sans oublier des oiseaux migrateurs tels que le *Grey White Eye*, le Coq des Bois, la Crécerelle, entre autres. Rendez-vous avec la famille tang si vous avez de la chance. De plus, vous allez aussi découvrir quelques ruines notamment celles d'une ancienne sucrerie d'un four à chaux, ainsi la Mare Mahogany et la Mare aux Chevrettes où vous pouvez faire quelques petits pauses afin de contempler la nature. Avec la vue époustouflante, mieux vaut ne pas oublier votre appareil photo.



BALADE À CHEVAL AVEC LES CALÈCHES DU PARADIS

Vous aimez la nature, la tranquillité ? *Les Calèches du Paradis*, petite entreprise familiale, vous emmène en balade à cheval dans une atmosphère conviviale, au cœur de la forêt Daruty, des champs d'ananas et à la plage. L'écurie comprend des espèces rares comme l'Irish Cob, le Percheron, un poney gallois, entre autres. Les sorties sont personnalisées et adaptées au niveau du cavalier, garantissant une sécurité maximale pendant son excursion. Leurs calèches sont conçues pour parcourir toute l'île, dans tous les sentiers accessibles aux chevaux. Les balades sont au rendez-vous tous les jours dans un cadre serein et relaxant avec un paysage à couper le souffle. Plus d'infos au 52.57.86.02.

SPÉCIAL REDÉCOUVRIR MAURICE



MORNE BRABANT : À COUPER LE SOUFFLE !

Maurice est une île montagneuse couverte de splendides forêts tropicales, idéales pour de magnifiques randonnées ! Avec ses 550 m d'altitude et classé à l'UNESCO pour ses paysages somptueux, le Morne Brabant, au sud-ouest de l'île, fait partie des randonnées les plus appréciées des visiteurs. Il faut dire qu'en plus de ses superbes panoramas, le sentier permet de retracer une partie de l'histoire du territoire.

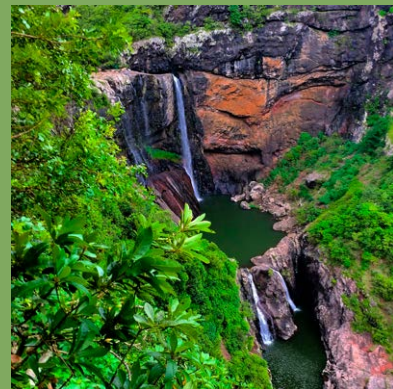
Pour monter les 255 premiers mètres, c'est facile. Mais ne criez pas victoire trop vite ! Il est conseillé d'être accompagné d'un guide pour aller jusqu'au sommet. Le Morne Brabant est l'une des montagnes les plus préservées et les plus sauvages de l'île. Cette montagne abrite une très grande variété d'espèces endémiques, comme le *Trochetia Boutoniana*, qui est l'emblème floral de l'île Maurice. À vos tennis !

PINK MANGO : BALADE À VÉLO ÉLECTRIQUE !

La vie à deux est une aventure, dit l'adage. Et si vous vous lanciez dans une nouvelle aventure vélo électrique avec *Pink Mango*. Premier rendez-vous, Cascade de Chamarel qui est la plus haute cascade. En descendant la montagne Fantaisie, vous rejoindrez le charmant petit village de Baie-du-Cap où vous apprécierez un délicieux déjeuner face à une vue magnifique sur le lagon. Après le repas, vous continuerez le long de la pittoresque route côtière et visiterez quelques sites historiques avant d'atteindre Bel Ombre. Là, vous aurez l'impression de remonter le temps lors de votre visite au majestueux château de Bel Ombre, un élégant domaine colonial qui date du 19^e siècle. L'excursion se terminera à la propriété sucrière de Bel Ombre. *Pink Mango* a pour objectif de vous faire découvrir les sites culturels locaux, la nature mauricienne, entre autres. Plus d'infos au 207.30.85.



SEPT CASCADÉS PLONGEZ DANS LA NATURE



Parmi les plus belles et les plus impressionnantes randonnées en pleine nature, il ne faut pas rater celle des Sept Cascades aussi appelées Tamarin Falls dans le centre de l'île à Henrietta. Tout au long de votre marche, vous aurez l'occasion d'admirer la dizaine de chutes d'eau, de différentes hauteurs, qui se déversent dans la rivière Tamarin. Le tout entouré d'une nature verdoyante.

Évoluez au cœur de la forêt tropicale et apprenez, en option, les bases du canyoning le temps de sauts, de descentes en rappel et de promenades rafraîchissantes aux abords des chutes. Parfait pour une séance de photo unique et pour se baigner, ce site populaire peut vite être très fréquenté. Nous vous recommandons de vous y rendre tôt. Passez-y une heure ou deux, admirez la vue ou profitez d'une baignade rafraîchissante, puis partez à la découverte des autres attractions de la région.

LAVILLEON NATURAL FOREST : REMPLIE D'AVENTURES

Découvrir des espèces endémiques (Coq des Bois, cateau vert, cerfs...), faire du tir à l'arc, de la tyrolienne, traverser un pont népalais... Pour profiter de tout cela à la fois, direction *Lavilleon Natural Forest* à Chamarel. Ce parc fait partie du projet Pan (*Territorial Protected Area Network*), sponsorisé par l'UNDP, et géré conjointement par la GEF (*Global Environmental Facility*) et le ministère de l'Agro-industrie.



Comptez Rs 150 par adulte pour l'entrée et la balade dans la forêt endémique. En revanche, il vous faudra déboursier un montant supplémentaire pour les autres activités. Pour le tir à l'arc, par exemple, comptez Rs 300 et pour la tyrolienne et le pont népalais, Rs 600. D'autres activités sont aussi disponibles. N'oubliez pas vos baskets et votre spray anti-moustiques. Ouvert du lundi au dimanche de 9h00 à 17h00. Plus d'infos au 212.80.86.

Alpen®



Du sport à croquer!



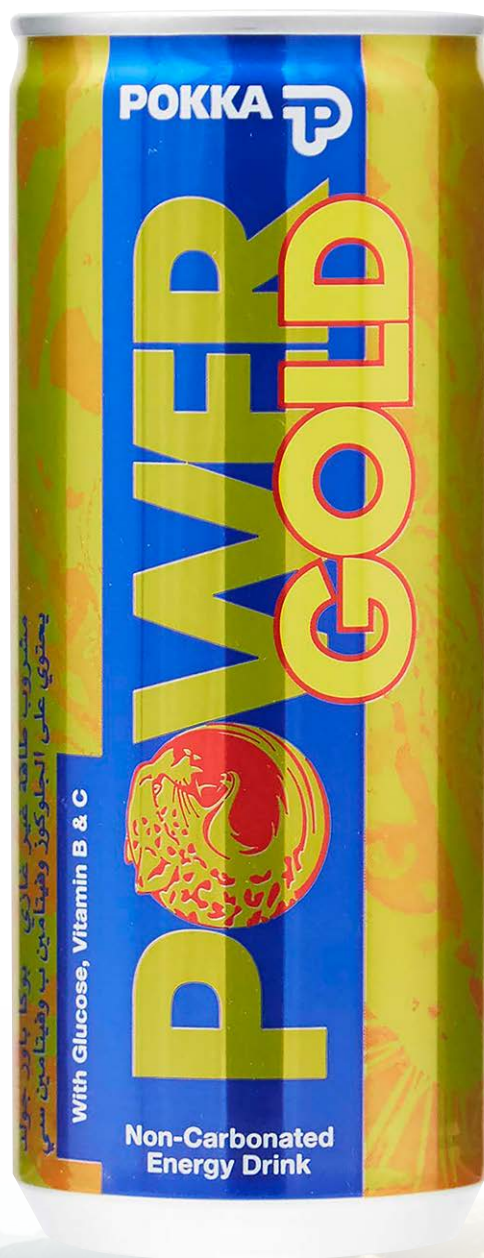
Les boissons énergétiques sont les premiers réflexes des sportifs. Zoom sur Powergold de Pokka qui aide à lutter, entre autres, contre la déshydratation et la fatigue.

AU TOP AVEC POWERGOLD

Besoin de récupérer après une séance de sport ? Rien n'est plus approprié qu'une boisson énergisante. La boisson énergétique *Powergold* de la marque *Pokka*, vous connaissez ? Elle aide à lutter contre la fatigue et la déshydratation durant l'effort et elle est destinée surtout aux sportifs. Son rôle : restaurer les pertes en sucre, vitamines et sels minéraux. La boisson *Powergold* de 240 ml contient des vitamines telles que la vitamine C, B2 et B6 impliquées notamment dans la production d'énergie et la synthèse de globules rouges et des antioxydants.

L'un des objectifs de la marque *Pokka* est la satisfaction de ses clients en offrant des produits innovants et de grande qualité gustative. Autre priorité de la marque : assurer les normes de santé pour le bien-être de ses consommateurs.

En ligne avec un mode de vie sain et équilibré, *Powergold* de *Pokka* s'installe comme une référence dans la gamme de boissons énergisantes sur les étagères des supermarchés mauriciens. Adaptée aux végétariens et sans alcool, cette boisson est distribuée par *Li Wan Po et Co. Ltée*.



POKKA 



ENERGY DRINK

POWER
GOLD



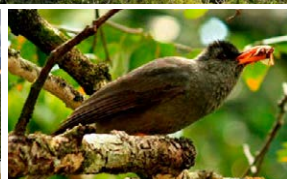
LI WAN PO
SINCE 1918

ALLONS SE PROMENER DANS LES... PARCS ET RÉSERVES NATURELLES

Si lorsqu'il s'agit de sorties et d'activité en plein air, le réflexe îlien fait d'abord penser à la plage, le pays offre bien d'autres choses. En effet, Maurice regorge de plusieurs coins de nature préservée avec chacune ses spécificités et ses richesses à découvrir. À ce niveau, les parcs et les réserves naturelles à travers l'île permettent de profiter de la nature luxuriante et souvent méconnue des Mauriciens, en plus d'y découvrir de nouvelles activités et expériences. Quelques pistes.

VALLÉE DE FERNEY RENOUER AVEC LA NATURE

Face à la baie de Mahébourg et au pied de la Montagne du Lion, Ferney est un trésor historique et naturel de l'île Maurice qui abrite l'une des dernières forêts endémiques de l'île. La Vallée de Ferney abrite une zone de conservation de 200 hectares pour de multiples plantes et oiseaux endémiques. Marcher dans une forêt indigène, profiter de vues à couper le souffle et du silence ou faire de nombreuses activités en montagne sont quelques options. Il est également possible de vous engager avec la faune et la flore mauricienne à travers la réserve : nourrir les Kestrel, voir le parc des tortues et la volière de la *Mauritian Wildlife Foundation* et aussi la pépinière de plantes endémiques. Outre ces nombreuses activités, vous pourrez aussi déjeuner au restaurant de la *Falaise Rouge*, avec une vue sur la baie historique où s'est tenue la bataille de Grand Port entre Anglais et Français en 1810. Ouvert du lundi au dimanche de 8h30 à 17h00. Plus d'infos au 634.04.40 ou le 57.29.10.80.



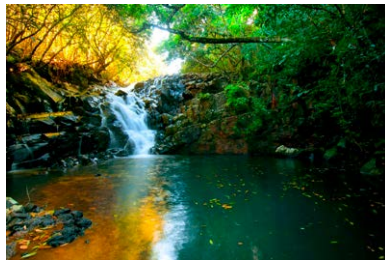
EBONY FOREST : REFUGE POUR L'ÉBÈNE NOIR ET LE MAURITIUS BLACK BULBUL

Ebony Forest est un refuge pour la faune et la flore indigènes menacées à Maurice : on y retrouve de majestueux arbres d'ébène noir et le *Mauritius Black Bulbul*. Avec plus de 110 000 arbres indigènes et 13 hectares de forêt désherbés au cours des 10 dernières années, *Ebony Forest* fait de la préservation sa pierre angulaire. Les visiteurs sont invités à rejoindre cet effort en plantant un arbre ou en semant une graine ou en achetant des plantes endémiques à la pépinière de plantes indigènes. Ils ont également droit à des safaris en jeep en plein air, à des vues à couper le souffle sur le Morne et la côte Ouest depuis le *Sublime Point*, à des allées à mi-canopée qui donneront l'impression de flotter parmi les arbres. Ensuite, il y a l'*Ebony Experience*, où vous serez témoin de 8 millions d'années d'histoire, des éruptions volcaniques qui ont créé l'île et des animaux et plantes uniques qui y vivaient autrefois, à la destruction provoquée par les actions de l'homme. Le restaurant *Le Takamaka* est là en cas de petit creux. Ouvert (pour le moment), les week-ends et les jours fériés de 9h00 à 17h00. Plus d'infos au 460.30.30.

LA VANILLE NATURE PARK MOMENTS INTENSES

La Vanille Nature Park est un parc pittoresque qui s'étend sur plus de 3,5 hectares de végétation tropicale. Vous y vivrez une expérience inoubliable en vous promenant parmi le plus grand groupe de tortues géantes d'Aldabra en captivité au monde. En effet, le parc compte plus de 1 000 tortues ainsi que 2 000 crocodiles du Nil, de même qu'une pléiade d'autres animaux tels que des singes, des iguanes, des chauves-souris, des cerfs, des geckos, des anguilles, des sangliers, entre autres.

À découvrir également un insectarium avec plus de 23 000 spécimens, un aquarium et un musée de fossiles. Et depuis peu, les enfants ont droit à une ferme interactive et des balades à dos de poney. Jusqu'au 30 septembre, des bons cadeaux à échanger le jour même à l'intérieur du parc (restaurant, boutique, photos et activités), sont inclus avec les billets. Entrée adulte : Rs 280 - comprend un bon cadeau de Rs 200 et l'entrée enfant: Rs 140 - comprend un chèque-cadeau de Rs 100. Ouvert (pour le moment), les lundis, vendredis, les week-ends et les jours fériés de 9h30 à 17h00. Plus d'infos au 626.25.03.



HERITAGE NATURE RESERVE : BIODIVERSITÉ PRÉSERVÉE

Nichée dans le spectaculaire et historique domaine de 2 500 hectares de *Heritage Bel Ombre*, *Heritage Nature Reserve* est une visite incontournable à Maurice. Son offre : une expérience terrestre unique en son genre toute l'année au cœur d'une réserve naturelle pittoresque de 1 300 hectares enveloppée dans une biodiversité époustouflante qui regorge d'aventures terrestres de qualité supérieure et de sensations fortes pour les visiteurs de tous âges et intérêts. La topographie du *Heritage Nature Reserve* offre des vues à couper le souffle, de vastes plaines où parquent les cerfs, des chutes d'eau vertigineuses et une nature préservée par la *Mauritian Wildlife Foundation*. Le décor impressionnant peut être découvert grâce aux activités proposées par *Heritage Nature Reserve* : quad, circuit de découverte en 4X4 et trekking. Ouvert du mardi au dimanche de 8h30 à 16h30. Plus d'infos au 623.56.15.

LA VALLÉE DES COULEURS MULTI-PAYSAGES

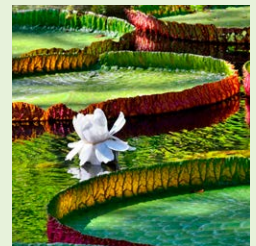
La Vallée des Couleurs est un lieu extraordinaire avec une belle terre composée de vingt-trois couleurs. Sa végétation luxuriante, ses oiseaux, ses animaux, ses plantes endémiques, ses étangs, ses rivières et la terre multicolore forment un magnifique paysage à découvrir en promenade à pied ou en quad. Les amoureux de la nature aimeront sûrement cet endroit ; c'est une expérience tout à fait unique avec la faune et la flore indigènes qui abondent dans le parc. Les visiteurs ont droit à une gamme de paysages naturels, y compris des plateaux, des montagnes, des vallées, des cratères et des lacs de cratères. Cascade Vacoas, Cascade Bois de Natte et Cascade Chamouzé sont les trois magnifiques cascades où les visiteurs peuvent se baigner et se détendre.

Le restaurant de la vallée propose des plats délicieux en cas de faim. Autres activités : tyroliennes, quad, promenades en buggy. Ouvert du lundi au dimanche de 8h30 à 17h30. Plus d'infos au 660.44.77.



JARDIN BOTANIQUE DE PAMPLEMOUSSES PLUSIEURS FOIS CENTENAIRE

Le jardin botanique de Pamplemousses est l'une des attractions les plus visitées de l'île Maurice étant l'un des plus anciens jardins du pays avec au moins 300 ans au compteur. Le jardin botanique a été initialement ouvert comme jardin privé par le gouverneur français de Maurice, Pierre Poivre, avant de devenir plus tard le jardin botanique national du pays. Il s'étend sur plusieurs hectares de terre et il est peuplé de plus de 650 variétés de plantes parmi lesquelles les célèbres Baobabs, le Palmier Bouteille, les incontournables Nénuphars Géants, un grand jardin d'épices et bien d'autres. L'une des principales attractions du jardin botanique est sa large variété de différents palmiers apportés des quatre coins du monde. D'autres espèces de plantes indigènes y sont également exposées. Un détour pour découvrir les trésors des lieux ou juste une jolie promenade, à vous de choisir. Ouvert du lundi au dimanche de 8h30 à 17h30. Plus d'infos au 243.94.01.



DOUCEURS À EMPORTER !

Pour vos randonnées en pleine nature ou vos sorties dans les parcs de l'île, n'hésitez pas à glisser ces petits snacks et bonbons dans votre sac à dos ou votre poche pour faire le plein d'énergie et de fraîcheur.



Envie d'une confiserie fruitée ? Optez pour les *Skittles* aux fruits. Le paquet de 100 g comprend 8 petits sachets de bonbons. Pratique !



Boîte de 60 dragées à la menthe et sans sucre de *Freedent*.

Tablette de chocolat *M&M's* de 100 g. Disponible en cinq saveurs : *Peanut*, *Chocolat*, *Crispy*, *Hazelnut* et *Almond*.



Faites le plein d'énergie avec la barre de céréales *Alpen* parfum *Fruit, nut & chocolate*. Se vend en boîte de 5 barres, chacune dans son sachet individuel (140 g).



Craquez pour les biscuits croquants au cœur crémeux de *nutella*. Ils sont disponibles en sachet de 304 g.



Un biscuit croustillant et du *nutella* fondant à l'intérieur : c'est tout le charme de *B-ready*. Pratique, il se vend en boîte de 6 biscuits – chacun dans son sachet individuel – pour encore plus de plaisir gustatif !



m&m's

**NOUVEAU EN
TABLETTES**



À COUPER LE SOUFFLE !

Adeptes de sensations fortes ou juste envie de casser la routine, le pays regorge d'activités à pratiquer pour un rush d'adrénaline. Que ce soit sur terre, en mer ou dans le ciel, un petit tour des choses à faire pour vous surprendre ou surprendre ceux que vous aimez.

SKYDIVE MAURITIUS EXPÉRIENCES PALPITANTES

Skydive Mauritius est le spécialiste du parachutisme en tandem à Maurice. Situé dans le nord-est de l'île, l'entreprise propose des expériences de parachutisme en tandem et des chèques cadeaux de saut en parachute dans un environnement unique. Opérant depuis son propre aéroport, la zone de largage est située près de Rivière-du-Rempart en face de l'ancienne sucrerie de Mon Loisir. Ces sauts en parachute, en plus d'être palpitants, sont aussi des expériences visuellement spectaculaires. En effet, de par l'altitude de saut, en particulier à 10 000 pieds, il y a une vue à 360 degrés sur l'île Maurice et son lagon bleu. C'est vraiment une expérience incroyable d'autant plus que le nord-est est l'une des plus belles zones de largage au monde. À partir de Rs 12 960 par personne. Plus d'infos au 54.99.55.51.



CASELA THRILL MOUNTAIN : LE PLEIN DE SENSATIONS FORTES

Thrill Mountain à Casela combine toutes les activités de montagne et de corde pour les amateurs de sensations fortes. Vous pourrez choisir à partir de toute une panoplie d'activités les unes plus palpitantes que les autres, de la tyrolienne au vélo en passant par les cordes. Vous pourrez sauter d'une plate-forme de 40 m dans le canyon, traverser des vallées pittoresques à couper le souffle, marcher sur un spectaculaire pont à facteurs de risque, *Zip et Splash* dans la rivière et pour les plus aventureux, faire une randonnée et une escalade sur la Via Ferrata. Plus d'infos au 401.65.00.

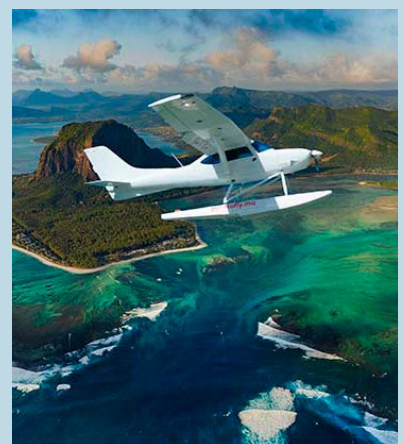
CORAIL HÉLICOPTÈRES : MAURICE VUE DU CIEL

Corail Hélicoptères vous propose de voir le pays littéralement sous un autre angle. À travers ses vols panoramiques au-dessus de l'île, *Corail Hélicoptères* vous fait découvrir l'île du ciel. L'offre se compose de circuits prédéfinis ou de vols sur mesure selon vos envies et besoins. Que ce soit un voyage en famille, une escapade romantique ou un voyage en solo, *Corail Hélicoptères* crée pour vous les vols pour vous permettre de constituer des souvenirs qui dureront toute une vie. Avec plusieurs itinéraires, vous pourrez découvrir les différents coins de l'île avec leurs beautés spécifiques. Plus d'infos au 261.22.66.



LAGOONFLIGHT JOIES DE L'HYDRAVION

Lagoonflight est une compagnie mauricienne spécialisée dans les vols en hydravions qui partage avec touristes et Mauriciens sa passion pour les lagons de l'île Maurice. Les directeurs de la compagnie sont aussi des pilotes professionnels et expérimentés. De son hydrobase située sur la plage de La Prairie, dans le Sud-Ouest de l'île, décollez pour découvrir les plus beaux lagons de l'île. *Lagoonflight* met aussi ses hydravions à disposition pour différents types d'événements et d'idées originales : mariage, demande en mariage, tournage, shooting ou tout autre demande spécifique. Les hydravions sont opérés grâce au Club d'aviation «*BORN TO FLY CLUB*» qui met tout en place pour vous faire vivre un moment extraordinaire et découvrir les joies de l'hydravion sur les plus beaux lagons. Plus d'infos au 59.75.24.24.



PARACHUTE ASCENSIONNEL : ENTRE TERRE ET MER



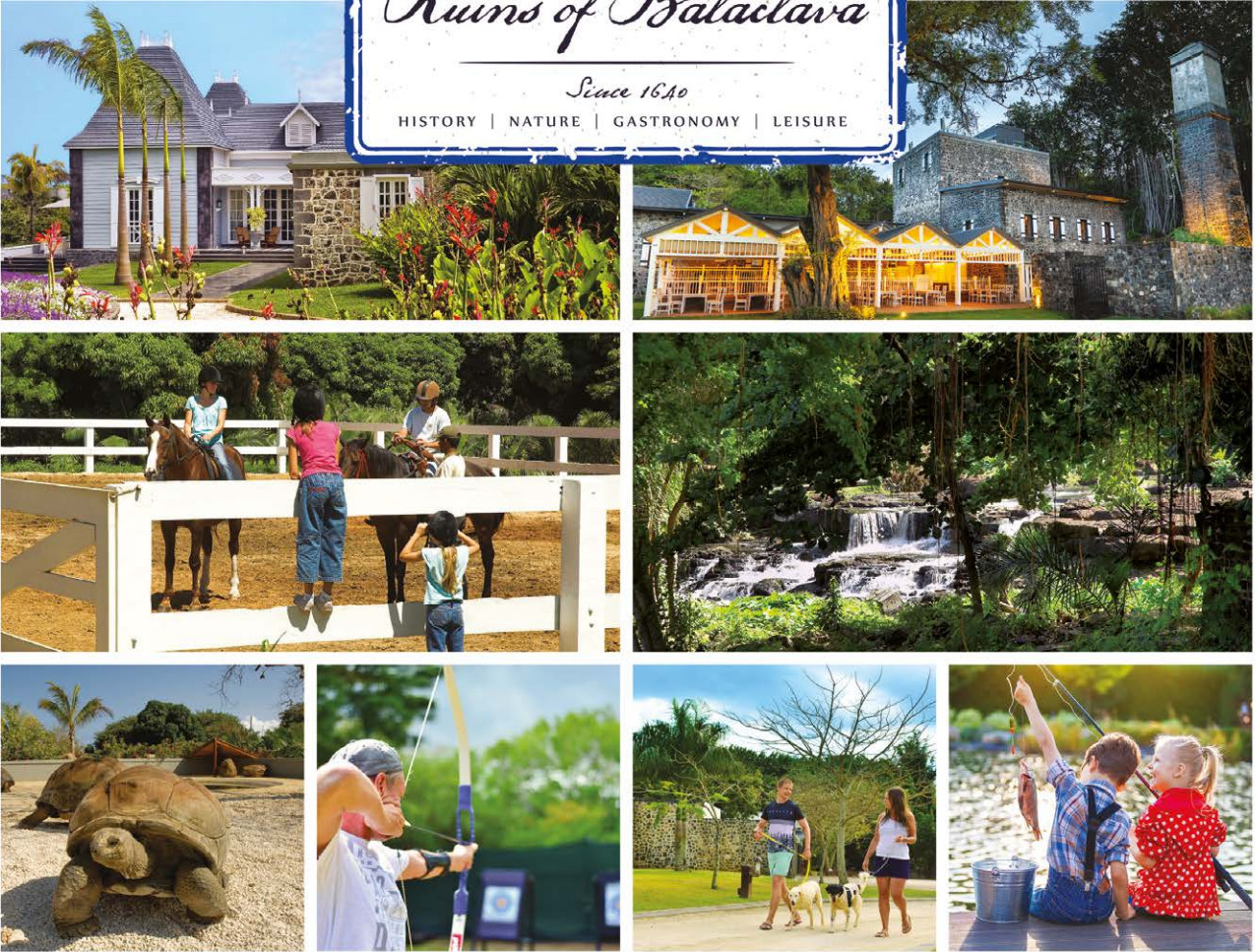
Le parachute ascensionnel est idéal pour tous ceux qui recherchent une activité amusante alliant à la fois mer et air. Aussi connu par le terme «*parasailing*», c'est une activité qui permet à la personne qui la pratique de bénéficier du meilleur de ce que Maurice offre : son ciel et sa mer. En effet, accrochée à un parachute lié à un bateau, la personne est «parachutée» dans les

airs par la force de traction, donnant un vol ascensionnel en position assise. Dans les airs, vous pouvez avoir une vue plongeante à couper le souffle sur le lagon et de magnifiques plages du pays tout en vous permettant de petits plongeurs dans les eaux cristallines avant de reprendre les airs. Sensations fortes et émotions garanties ! Plusieurs offres existent à travers l'île vous permettant de découvrir différemment les lagons du pays que vous préférez.

Ruins of Balaclava

Since 1640

HISTORY | NATURE | GASTRONOMY | LEISURE



A unique historical leisure estate ...

History

Nature

Gastronomy

Leisure

- Historical Ruins of Balaclava National Monument • The Mill Historical Venue
 - Guided Tours • Waterfalls • Citron River • Scent Garden
- Anno 1743 Brasserie | Distillery | Rooftop Bar • Château Mon Désir Fine Dining Restaurant
 - Maritim Equestrian Centre • Archery • Riverline Fishing • Animal Farm
- Giant Tortoises Park • Dog Shelter • Outdoor Games • Kids Playground

Entrance fee for Balaclava estate: Rs 250 per adult (50% for children from 2 to 11 years old)
(Rs 150 from adult rate refunded upon consumption at Anno 1743 restaurant and Rs 100 for donation to Maritim Animal Farm)

Estate open on Saturdays & Sundays from 9:00 to 17:00

Turtle Bay, Balaclava, Mauritius
E: info.mau@maritim.com | T: +230 204 1000
W: www.ruinsofbalaclava.mu




MARITIM
Resort & Spa Mauritius

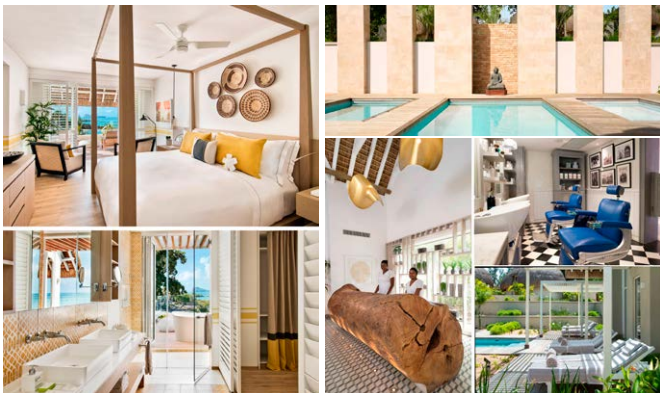
HÔTELS : DES PACKAGES ATTRACTIFS À SAISIR

La Covid-19 et la fermeture des frontières ont sérieusement ébranlé le secteur touristique. Pour tenter de sortir la tête hors de l'eau, plusieurs hôtels proposent des packages attractifs misant sur le bien-être, la fête, les moments de détente en famille, ou encore le travail au cœur d'un cadre idyllique. L'occasion pour les Mauriciens de profiter des trésors hôteliers de notre île souvent réservés aux touristes.

STAYCATIONS À LUX* GRAND-GAUBE



Que de belles expériences à vivre avec *LUX* Grand-Gaube Resort and Villas*. Pour la reprise de ses activités post-confinement, l'hôtel propose des offres résolument adaptées aux nouvelles réalités du marché. Un séjour dédié à la détente et au bien-être, ou encore à des aventures originales pour profiter de la beauté du littoral nord. Avec le *Wellness Staycation*, une pause détente s'impose, que ce soit au hammam ou au sauna. Vous pouvez vous ressourcer à partir de Rs 6 000 par personne du dimanche au jeudi soir au *LUX* Me Spa* ou Rs 7 000 par personne les vendredis et samedis soir. Le *Family Staycation*, quant à lui, propose des activités divertissantes pour les petits et les grands. Moments en famille à partir de Rs 10 000 par adulte les vendredis et samedis ou Rs 9 000 par adulte du dimanche au jeudi. Vous pouvez aussi profiter d'une journée dédiée à la détente dans le sein de l'hôtel *tropical chic* à partir de Rs 3 000. Entre moments cocooning et folles aventures, *LUX* Grand Gaube Resort and Villas* invite les Mauriciens à vivre des expériences inédites au sein de son magnifique hôtel 5 étoiles. Plus d'infos au 204.91.91.



WORK FROM... SALT OF PALMAR

Situé sur la côte Est de l'île, le *Salt of Palmar* est un boutique-hôtel dans l'air du temps avec un décor unique qui démontre les valeurs et le savoir-faire éprouvés de la prestigieuse maison *LUX**. Premier établissement à rouvrir ses portes après le confinement dans l'Est du pays, le *Salt of Palmar* invite les Mauriciens à redécouvrir les atouts authentiques de l'hôtel. Pour marquer sa réouverture, l'établissement innove et propose aux Mauriciens des packages attirants pour un séjour d'exception tout en gardant l'équilibre entre le travail et la vie personnelle. Ainsi, des espaces de travail adaptables ont été créés au sein de l'hôtel. Pendant une pause travail, l'hôtel vous propose de faire une paisible promenade en compagnie d'un *Wellness Coach*. Le séjour *Work-Life Balance* 4 nuits est à partir de Rs 7 500 la nuit en demi-pension, et le séjour *At Home at SALT* 7 nuits est à partir de Rs 7 000 la nuit, en demi-pension. Pour se ressourcer en famille, *Salt of Palmar* vous propose le *Weekender* : un week-end rempli d'activités tels que le yoga, la natation, des dégustations et aussi des séances de relaxation. Le séjour *Weekender* 2 nuits est à partir de Rs 8 000 la nuit en demi-pension. Plus d'infos au 401.85.00.



C RESORTS RETROUVER SON ÂME D'ENFANT

C Mauritius, le premier hôtel de la marque *C Resorts*, est situé à Palmar. La marque *C Resorts* est dédiée aux curieux qui souhaitent s'évader des soucis quotidiens du monde des adultes. Le but : retrouver son âme d'enfant dans un environnement où la convivialité, le jeu et l'espièglerie sont au rendez-vous. L'hôtel est conçu comme un vaste terrain de jeu, proposant 12 expériences originales, appelées «*Cignatures*», qui permettent aux hôtes de lâcher prise et raviver l'insouciance de leur enfance. Un week-end de détente pour deux adultes est à Rs 15 000 pour une pension complète. Vous pouvez visiter *C Resorts* pour un séjour pendant la semaine pour Rs 1 500 par adulte et Rs 750 par enfant. Pour un bon dimanche relaxant et pour vous préparer pour la semaine à venir, vous pouvez bénéficier d'un brunch et des facilités de l'hôtel de 10h00 à 17h00 pour Rs 1 500 par adulte et Rs 750 par enfant. *C Resorts* vous propose même de personnaliser votre séjour selon vos besoins. Plus d'infos au 460.10.00.



INDIGO HOTELS LE PLAISIR DE SE RETROUVER

Dédiés aux amoureux de la vie, de la gastronomie et du bien-être, les hôtels *Indigo* proposent aux Mauriciens des *deals* pour faire la fête entre collègues, pour s'évader, pour se ressourcer, ou encore pour se ravir les papilles. Au *Hennessy*, l'endroit incontournable pour les adeptes de la mode et de la fête, les burgers et les pizzas sont à Rs 290 les mercredis soir. Les jeudis soirs, des cours de salsa sont animés par Salsa Joe et chaque dimanche, vous pouvez bénéficier des sushis en illimité à Rs 990 à *SushiMe*.

Pour des moments de cocooning, *I-Spa Fitness & Wellness Club* propose des spécialités en semaine, dont des gommages du corps au gingembre à Rs 850 pour un soin de 30 minutes, des *facials*, entre autres. Le *Hennessy Park Hotel* vous propose également un séjour pour deux personnes à partir de Rs 3 600 par nuit. Plus d'infos au 202.40.00.

HERITAGE BEL OMBRE : VOTRE TERRAIN DE JEU DANS LE SUD

Le domaine de 2 500 hectares offre une panoplie d'expériences variées aux familles désireuses de passer un week-end dépaysant entre détente et loisirs. Vivez une expérience balnéaire d'exception dans l'unique club de plage du sud de l'île et profitez des activités nautiques qui y sont proposées. Pratiquez votre swing sur le parcours de golf de championnat ou faites le plein d'adrénaline lors d'une sortie en quad dans la réserve naturelle. Les sportifs ne seront pas en reste puisqu'ils pourront profiter de ce vaste espace naturel pour y pratiquer leur activité, entre lagon cristallin et réserve luxuriante, trek en pleine nature, ou encore kite surf au gré du vent.

Heritage Bel Ombre est l'adresse incontournable pour tous vos événements, privés et d'entreprise, car il offre également un vaste choix de restaurants, d'hébergement et des services haut de gamme. Plus d'infos au 601.55.00 (*Heritage Le Telfair Golf & Wellness Resort*), 601.15.00 (*Heritage Awali Golf & Spa Resort*), 601.55.35 (*Heritage The Villas*).



RIU CREOLE OFFRES ALL INCLUSIVE ALLÉCHANTES !

Installé au bord d'une plage paradisiaque de la péninsule du Morne, l'hôtel *Riu Creole* propose des packages attirants pour un séjour unique aux Mauriciens. Une offre gastronomique, des facilités tels que le Wifi gratuit, la gym, les piscines et des programmes de loisirs vous feront vivre une expérience authentique et un moment de détente en famille inoubliables. Jusqu'au 30 septembre, l'hôtel vous offre une nuit gratuite sur votre réservation de trois nuits. Pour tous les forfaits, vous pouvez bénéficier jusqu'à 30 % de remise sur vos séjours jusqu'au 7 septembre. Une chambre avec vue sur mer est à Rs 4 822 par nuit, par adulte. Une chambre pour deux adultes est à Rs 6 027 par nuit. Plus d'infos au 650.42.00.



*Vous Ouvre son Domaine
D'expériences*



UNE DESTINATION D'EXCEPTION, AU COEUR DU SUD SAUVAGE

Bel Ombre, Terre sauvage et mystérieuse, c'est le terrain de jeu de celui ou de celle qui est en quête de sens. Élégant et rude, simple et majestueux à la fois, Bel Ombre est ce lieu qui attise la curiosité et l'étonnement.

Un site d'exception, où se décline la beauté brute de notre île Maurice...

Entre les reliefs protecteurs abritant bois et forêts millénaires et l'océan infini, vivant, qui invite à l'évasion, se dessinent les contours harmonieux du domaine d'Heritage Bel Ombre....

Toi qui rêves d'évasion, d'espace et de reconnexions à la nature. Toi qui es en quête de repos, de sérénité et de bien-être. Toi qui décide de changer de cap pour une nouvelle vie, une vie remplie de sens, de plaisirs simples et de moments intenses ... Nous te disons à bientôt.



#explorebelombre #heritagebelombre #mauritius

Informations &
Réservations sur:
T: 266 97 36
E: Helpdesk@vlh.mu
www.heritagebelombre.com



a *Rogers* entreprise

À LA RENCONTRE DE NOTRE HISTOIRE

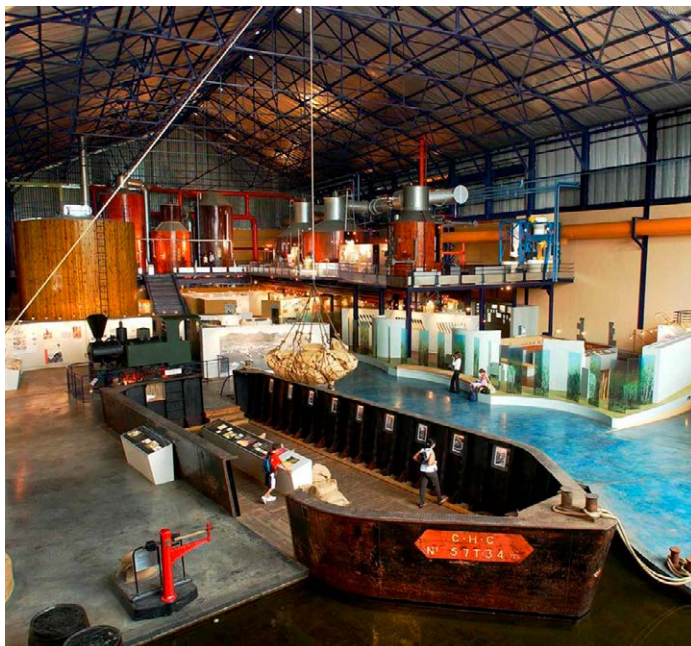
Notre patrimoine, ou plutôt ce qu'il en reste, mérite d'être préservé et chéri pour ne pas oublier d'où nous venons, de savoir qui nous sommes et dans quelle direction nous devons aller sans faire les mêmes erreurs du passé. Maisons coloniales, château, musée du sucre... notre pays regorge de lieux historiques et culturels qui valent le détour.

À L'AVENTURE... DU SUCRE !

Installé dans l'ancienne usine sucrière de Beau-Plan, l'*Aventure du Sucre* est un musée qui raconte l'histoire de la canne à sucre et son rôle dans l'économie mauricienne depuis plus de 300 ans. À travers des maquettes animées, des albums géants à feuilleter et des courts-métrages adaptés aux petits et aux grands, vous apprendrez tout ce qu'il faut savoir sur l'industrie sucrière à l'île Maurice ! De ses débuts, avec l'utilisation des cheminées anciennes à son avancée technologique. Une application audioguide de l'*Aventure du Sucre* (en 5 langues) est désormais disponible en français (et très prochainement en anglais).

Ne partez pas sans avoir fait un tour au *Village Boutik* qui compte un coin librairie pour les enfants. On y retrouve aussi les sucres spéciaux non raffinés, des confiseries, des confitures, du miel, de la vanille et du café, sans oublier les souvenirs artisanaux. Les adultes pourront aussi se laisser tenter par le nouvel espace dédié au rhum.

Après la visite, vous pouvez également déguster un délicieux repas au restaurant *Fangourin* où des plats bien mauriciens, avec une dose d'influences régionales et européennes vous attendent. Les desserts, maison, sont aux sucres spéciaux. Il y a même un menu enfants. Plus d'infos au 243.79.00.



VOYAGE TEMPOREL À EUREKA HOUSE

La maison Eureka, située au bord de la rivière Moka, est une maison coloniale construite en 1830. Au cours d'une visite dans cette maison créole unique ayant appartenu à des aristocrates britanniques et français, vous serez transportés dans un autre temps. Comme Eureka n'a pas été modifiée sur le plan architectural, ce voyage dans le temps est très authentique et vous serez comme téléporté au 19^e siècle. Dans les chambres, vous trouverez des meubles anciens faits de bois précieux comme l'ébène ou l'acajou, décorés avec les plus beaux détails de sculptures, de la porcelaine chinoise et bien d'autres trésors du passé.

Pour connaître l'histoire de la maison d'Eureka, il est conseillé de faire une visite guidée. De la salle à manger au bureau, des chambres des couples mariés et des enfants jusqu'à la cuisine et les équipements de la salle de bains, on a presque l'impression que le Baron reviendra d'un moment à l'autre. La cuisine est toujours en service pour permettre aux visiteurs de profiter des plaisirs culinaires dans la spacieuse véranda. Un autre point fort de la maison Eureka : le vaste jardin qui mène à une cascade à travers la végétation tropicale. En raison de la grande superficie du jardin, différents événements y sont organisés. Plus d'infos au 433.84.77.

DOMAINE DES AUBINEAUX : UNIQUE ET AUTHENTIQUE

Au *Domaine des Aubineaux*, à Forest Side, partez à la découverte d'une magnifique maison coloniale installée dans un jardin luxuriant. Datant de la fin du 19^e siècle, cette maison familiale a été convertie en musée. Rénovée dans le respect du cachet d'origine, la demeure compte encore tous ses meubles et son aménagement d'intérieur d'antan, lui conférant une authenticité unique. Déambulez de pièces en pièces et admirez le mobilier d'époque, les fresques italiennes du début du XX^e siècle, ou encore les nombreuses photos anciennes, dont celles de l'Exposition Universelle de 1900 à Paris. La grande véranda, qui sert de restaurant, accueille les visiteurs à l'heure du déjeuner ou du thé. Au *Domaine des Aubineaux*, visitez aussi les anciennes écuries transformées en salle de réunion, en boutique et distillerie où les secrets de la distillation des huiles essentielles vous seront dévoilés.

Par ailleurs, pour la pause de thé, vous serez convié dans une ancienne salle de billard de la maison. Et pour les amoureux de la nature, le parc floral et le jardin des Camphriers sont ouverts pour une petite promenade. Les plantes exotiques et certains arbres endémiques sont aussi au rendez-vous. À noter que le *Domaine des Aubineaux* est la première étape de la fameuse Route du Thé. Plus d'infos au 676.30.89.



À BORD DE L'HISTORIC MARINE

Vous êtes passionné de maquettes de bateau ? Une visite à l'atelier d'*Historic Marine*, à Goodlands, s'impose. La visite guidée vous permettra de découvrir toutes les étapes de fabrication de ces maquettes constituées de centaines de pièces de bois. *Historic Marine* vous propose plus d'une centaine de maquettes de bateaux en bois, des navires, des *speedboats*, des bateaux de pirates, etc. La compagnie est réputée pour l'exactitude de ses répliques, l'utilisation de bois et matériaux raffinés, la qualité de ses finitions et le respect des délais.

Pour la petite histoire, créé en 1982, ce business familial a réalisé à la main et livré plus de 30 000 modèles réduits de bateaux à voile ou à moteur à travers le monde. Vous pouvez aussi passer des commandes de bateaux sur-mesure. Plus d'infos au 263.94.04.



BLUE PENNY MUSEUM : ET SI NOTRE HISTOIRE NOUS ÉTAIT CONTÉE

Le *Blue Penny Museum*, situé au Caudan Waterfront au cœur de la capitale, offre une découverte tant historique que culturelle de l'île. Dans les galeries, on trouve des cartes géographiques retraçant les voies empruntées par les Portugais et autres navigateurs de l'époque, leurs essais, erreurs et exploits. Les illustrations sur place sont accompagnées d'une photographie actuelle du même lieu, permettant de mesurer l'ampleur de l'évolution. Puis, on s'aventure dans l'histoire postale de l'île qui a été la première colonie britannique et le cinquième pays au monde à fabriquer des timbres ! Les amateurs de littérature peuvent aussi y admirer une statue de Paul et Virginie : des personnages du roman de Bernadin de St-Pierre. Et après votre visite, laissez-vous tenter par l'achat d'un souvenir, de quoi laisser une empreinte indélébile de votre passage au *Blue Penny Museum*. Plus d'infos au 210.92.04.



CHÂTEAU DE LABOURDONNAIS : VISITE MAJESTUEUSE

Vous souhaitez visiter un château dans la nature où l'histoire a magnifiquement fusionné avec l'architecture, la flore, les vergers, la cuisine et l'expérience mauricienne. Rendez-vous au *Château de Labourdonnais*, situé à Mapou, au cœur d'un verger fertile et d'un magnifique jardin, où les plantes endémiques et une grande variété d'arbres exotiques poussent en harmonie. À l'intérieur du château, découvrez une salle à manger avec un superbe chandelier qui, une fois, est même tombé sur la table mais dont un seul verre s'est cassé ! Il y a aussi un chandelier dans le hall d'entrée, un vaisselier et un godon auquel le public n'a pas accès, ainsi qu'un grand bureau. À l'étage, les chambres à coucher ont été reconverties en pièces qui retracent l'histoire de la famille et du château, les activités agricoles qui y ont lieu, etc. Vous pouvez terminer votre visite au magasin de souvenirs qui comprend aussi un coin pour déguster rhum et pâtes de fruits. Ou alors, déguster un repas gastronomique dans le restaurant *La Table du Château*. Plus d'infos au 266.30.07.





Deployez vos elles !

LA DATE LIMITE
DE DÉPÔT DES
CANDIDATURES
20 SEPT
'20

APPEL À PROJETS

Lottotech Seeds est une initiative conçue pour donner l'envie d'entreprendre aux femmes en favorisant l'émergence de projets entrepreneuriaux, à les aider à affirmer leur légitimité d'entrepreneures et à adopter une posture de chef d'entreprise. Lottotech Seeds s'articule autour d'une formation consacrée au renforcement des compétences techniques des participantes qui seront ainsi mieux armées pour élaborer et présenter leurs projets respectifs devant un jury.



DÉPÔT DES CANDIDATURES

PRÉ-SÉLECTION DE 15 SOUMISSIONNAIRES QUI SERONT APPELÉES À SUIVRE UNE FORMATION D'ENVIRON UN MOIS POUR LES ACCOMPAGNER DANS LA PRÉPARATION ET LA PRÉSENTATION DE LEURS PROJETS RESPECTIFS DEVANT LE JURY

DÉSIGNATION DES 3 MEILLEURS DOSSIERS PAR UN JURY

LES PROJETS DEVRONT S'INSCRIRE DANS LE CONTEXTE D'UN MODÈLE ÉCONOMIQUE PÉRENNE, SOUCIEUX DES ENJEUX ENVIRONNEMENTAUX ET SOCIAUX ET QUI VISE À APPORTER UNE PLUS-VALUE SOCIÉTALE.

FAM ANOU AZIR



PLONGEZ DANS LE GRAND BLEU !

Nos lagons offrent de nombreuses activités pour tous les goûts. Seul, en amoureux, entre amis ou en famille, vous trouverez forcément votre bonheur.

SEABOB : POUR DES MOMENTS AGRÉABLES

Vous rêvez de nager avec l'agilité d'un dauphin ? Alors, n'hésitez pas à faire appel à *Seabob Mauritius* à Grand-Baie ! Le *Seabob*, appareil sous-marin polyvalent, silencieux et écologique, vous permet de découvrir une autre dimension du monde marin. Il permet de vous tracter à des vitesses impressionnantes sur (20 km/h) et sous (18 km/h) l'eau. Vous pourrez explorer les fonds marins jusqu'à 2,50 m avec un simple masque. Le *Seabob* est une



activité nautique accessible à tous (y compris aux enfants) et maîtrisée par tous en moins de 2 minutes. L'appareil sous-marin peut aussi être doté d'une caméra haute définition afin d'enregistrer toutes vos aventures et découvertes. Plus d'infos au 54.44.64.64.

JPH CHARTERS : L'ENTREPRISE DE MER

Étroitement lié au grand bleu, *JPH Charters* s'est bâti une solide réputation dans le domaine des activités nautiques. Pionnier de la pêche au gros à l'île Maurice, le fondateur, Jean-Pierre Henry, a hissé cette activité au rang d'incontournable, offrant aux



passionnés comme aux amateurs, la possibilité de pratiquer des pêches autant sensationnelles que techniques – *jigging*, *drop shot*, lancer, entre autres.

Parmi les prises spectaculaires qui peuvent s'offrir à vous : marlins bleus et noirs, requins mako, requins tigres, thons à nageoires jaunes ou à dents de chien, entre autres. *JPH Charters* propose également des croisières en catamaran et des excursions en bateau. Autre atout : la nage avec des dauphins tout au long de l'année. Et grande nouveauté, un éco-bateau pour vos promenades. Sa particularité ? Sa propulsion électrique. En plus d'être écologique, l'embarcation offre une navigation silencieuse. Plus d'infos au 57.29.09.01.

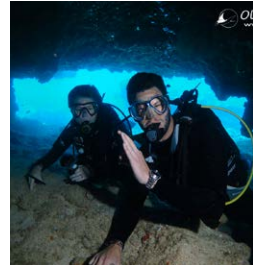
KITESURF : ENTRE AIR ET MER



Vous rêvez de découvrir de nouveaux sports de glisse à pratiquer entre amis ? Alors testez le kitesurf ! Le kite est un sport qui s'apprend vite et qui vous donnera rapidement de belles sensations de glisse ! Le spot de kitesurf du Morne est l'un des meilleurs au monde. Au nord de l'île, on trouve les spots d'Anse La Raie, Cap Malheureux et Trou-aux-Biches (réservés aux confirmés uniquement ou à ceux qui sont en bateau) tandis que dans l'est, on a les spots de Palmar, Belle-Mare, entre autres).

JUST DIVING : PLONGÉE DANS LE MONDE SOUS-MARIN

Dans le cadre idyllique du Nord de l'île Maurice en face du Coin de Mire, et autres plages du nord, *Just Diving*, vous propose une expérience extraordinaire de la plongée sous-marine. Les plongeurs ont accès à des sites extraordinaires. Nagez au cœur d'un véritable aquarium où poissons clowns et demoiselles effleurent sans cesse les bouquets d'anémones. Sur les tombants de la barrière récifale, du côté de l'océan, vous pourrez approcher requins, dauphins, thons ou tortues.



De la plongée palmes-masque-tuba au Safari Requin, *Just Diving* vous propose des formules tout compris adaptées à votre niveau et à vos envies. L'entreprise, qui est affiliée PADI, propose aussi des cours de plongée. Quel que soit votre niveau ou votre organisme de certification, vous trouverez un cours adapté et certifiant. Plus d'infos au 58.34.08.63.

STAND UP PADDLE : MARCHÉZ SUR L'EAU

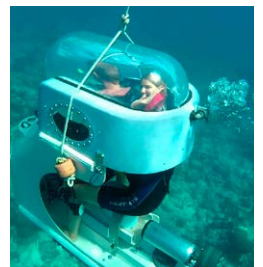


Le *Stand Up Paddle*, proposé par *Kitesurf Paradise Ltd - Kite & SUP School*, est un support idéal pour découvrir les beautés naturelles. Le *Stand Up Paddle* est un mix entre le surf et le kayak. Il consiste à se déplacer sur l'eau en position debout sur une planche, laquelle est mise en mouvement grâce à une pagaie. Très accessible, ce sport permet tantôt des balades détentes au gré du courant, tantôt d'expérimenter les sensations fortes dans les vagues.

Les excursions sont accessibles à tous, même aux enfants. C'est même gratuit pour les plus jeunes sur la planche d'un adulte. Plus d'infos au 54.91.40.40.

BLUE SAFARI : FAITES LE GRAND PLONGEUR !

Une vue panoramique à 360 degrés sur l'incroyable vie sous-marine du lagon mauricien. C'est ce qui vous attend à bord de l'un des sous-marins de la flotte de *Blue Safari*. Les scooters sous-marins comprennent un volant pour se diriger et une pédale d'accélération permettant d'atteindre une vitesse de 4 km/h. À l'intérieur de ce dôme pouvant accueillir jusqu'à 2 personnes, vous respirez naturellement. En duo, vous serez placés



l'un derrière l'autre, ce qui vous permettra de parler, rire et partager les surprises. *Blue Safari* propose aussi le *BS600*, un sous-marin de 5 places disposant d'une très grande baie vitrée. Il est parfait pour les couples, familles et les occasions spéciales. Le *BS1100* mesure, quant à lui, 7,5 m de longueur et contient 10 places. Il a été conçu spécialement pour vous garantir une vue magnifique sur la vie sous-marine. Plus d'infos au 265.72.72.

New . Maintenance . Refurbish

**Blinds &
Shades**



(+230) 5940 5630 / (+230) 5940 9630



fb.me/blinds.shades.mauritius



info@blindsandshades.mu



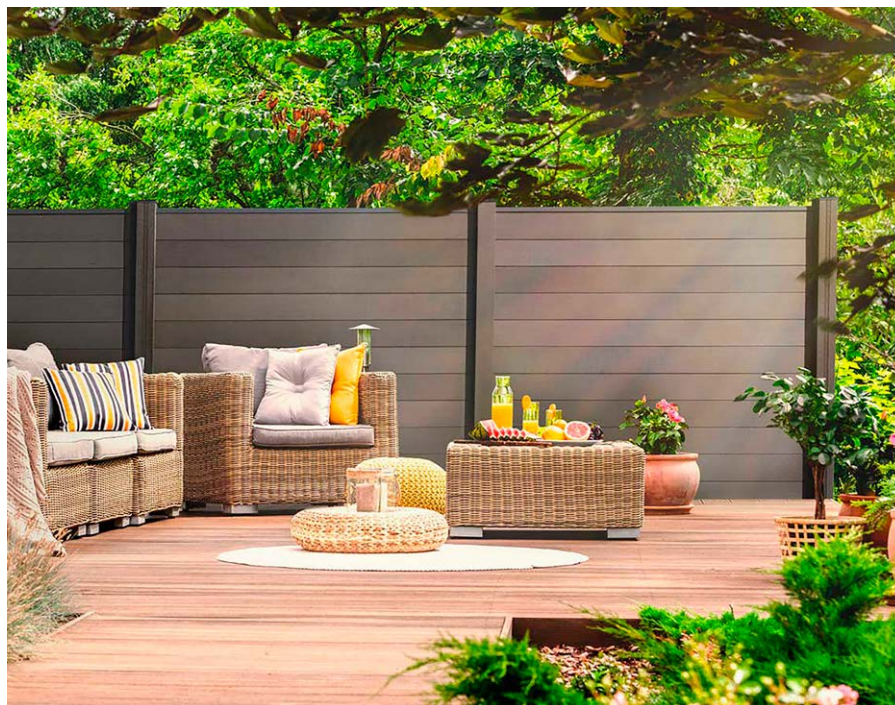
36, Armstrong Ave., Roches Brunes, 71407, Mauritius



www.blindsandshades.mu

CONVIVIALITÉ EN TERRASSE

Petite, moyenne ou grande, votre terrasse mérite un aménagement particulier pour optimiser les espaces et en tirer le meilleur. On vous explique comment styler ce petit coin détente.



Avec le confinement, la terrasse est devenue le lieu incontournable de la maison pour prendre une bonne bouffée d'air frais en famille, ou encore pour se ressourcer. Idéale pour profiter des premiers rayons de soleil pendant une séance de yoga, la terrasse est désormais un espace aménagé, selon votre goût. Exotique, bohème, contemporaine, ou encore naturelle, elle peut être stylée selon sa dimension et vous permet d'y installer un petit coin potager, de déjeuner à l'extérieur, ou même de vous prélasser tout l'après-midi.



Pour profiter sereinement de ce petit coin de paradis, misez sur l'éclairage tout en vous protégeant des éléments naturels. Avec les mois chauds à venir, pensez à opter pour les voiles d'ombrage et les parasols modulables selon le moment de la journée. Fleurissez votre terrasse, créez-y un mur végétal ou des plantes grimpantes pour un effet de campagne.

PRÉSERVEZ L'INTIMITÉ

Pour éviter d'exposer votre terrasse à la vue des passants ou à l'œil inquisiteur du voisinage, plantez-y une haie, installez un panneau occultant ou une voile d'ombrage. La pergola, fixe ou mobile, est également idéale pour abriter votre véranda des regards.



Et comme la terrasse permet un accès direct à l'intérieur de votre maison, pensez à prendre des dispositifs de sécurité afin de la sécuriser et empêcher toute intrusion. Optez donc pour des volets roulants ou des vitrages sécurisés. N'oubliez surtout pas de procéder à l'installation d'une alarme sonore ou d'une caméra de surveillance.



Passez au
LUDU® Demi-écrémé
 en poudre pour une santé
 saine & équilibrée



**LOW
 FAT**



**A DISSOLUTION
 INSTANTANÉE**
Poids Net: 1Kg



EN VENTE DANS LES GRANDES
 SURFACES ET CHEZ

ITICO SUPERMARKET

12, Rue L. Pasteur, P.Louis
 Tel.: 217 2027 • Mob.: 5421 1470
 For Wholesale Enquiries: socmum@intnet.mu

**A consommer
 avec passion**

MODE



OXFORD
style!

- 1. **Girly. Oxford by Moleca.** Rs 738. *Bella Donna*
- 2. **Hush Puppies Oxford.** Rs 2 620. *Ubuy.mu.*
- 3. **So rétro. Eastland Oxford.** Rs 5 389. *Mauritius Desert Cat.*
- 4. **Cole Haan Wingtip Oxford.** Rs 3 591. *Ubuy.mu.*
- 5. **Bicolores. U-lite Oxford.** Rs 6 219. *Mauritius Desert Cat.*
- 6. **Dr Marten's oxford shoes.** Rs 6 009. *Ubuy.mu.*
- 7. **Passe-partout.** Rs 5 739. *Mauritius Desert Cat.*



f @ in

Artisan
de vos Souvenirs



Votre *4ème*
POOL SHOP
à Pailles 

an ENL brand

233 2702 | nabridas.mu

NABRIDAS



**NOUS CONSTRUISONS
DES FAMILLES FORTES
DEPUIS 1871**



Condensed Milk 397g
Evaporated Milk 405g
Instant Milk Powder Sachet 1kg
UHT: Full Cream, Semi-Skimmed, Skimmed 1ltr

EN VENTE DANS LES GRANDES SURFACES ET CHEZ

FRICO SUPERMARKET

12, Rue L.Pasteur, P.Louis
Tel.: 217 2027 • Mob.: 5421 1470
For Wholesale Enquiries: socnum@intnet.mu

BEAUTÉ



10 SOINS ANTI-ÂGE

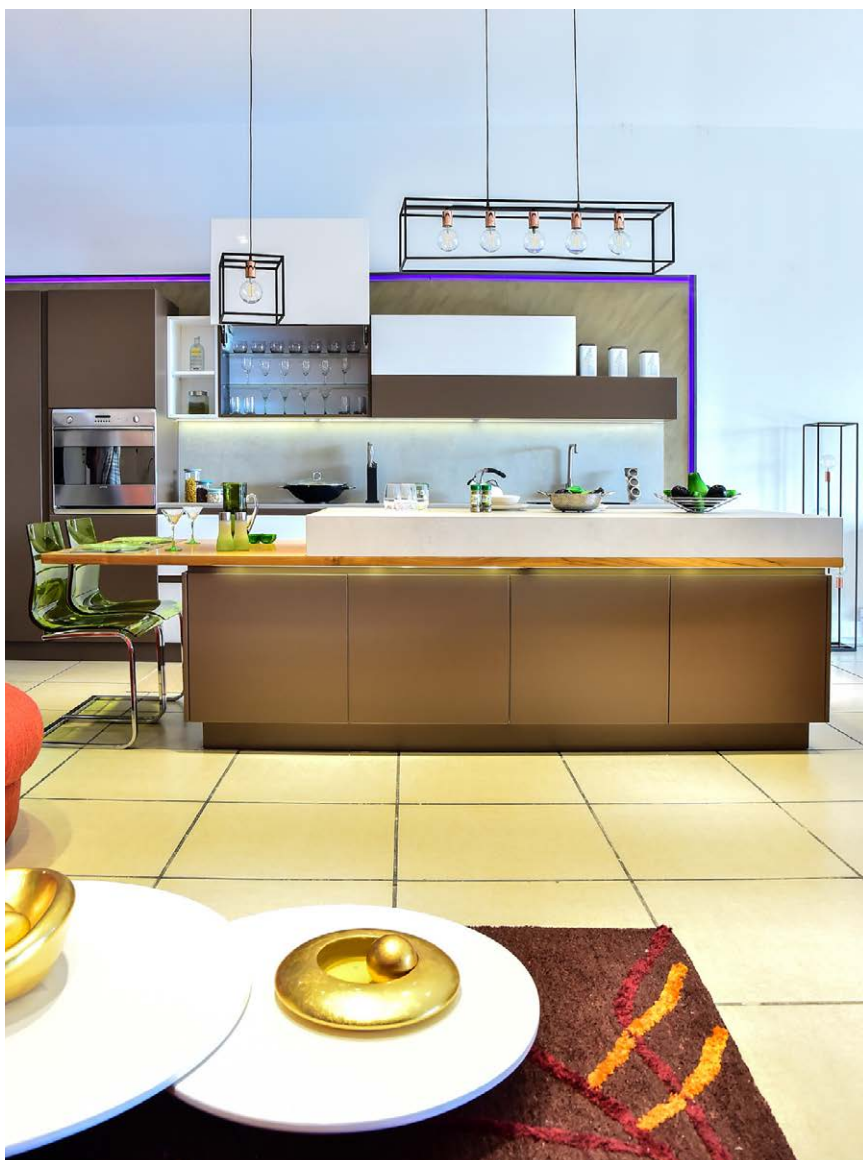
Anti-rides, anti-ridules ou anti-âge cutané. Les soins anti-âges sont nos alliés pour une peau plus jeune et plus ferme. Notre sélection.



1. Age Protect BLB Contour d'Uriage. Rs 1 099. *MedActiv.*
2. Age Protect BLB Sérums d'Uriage. Rs 1 449. *MedActiv.*
3. Secret D'Excellence Crème de Galenic (50 ml). Rs 3 699. *MedActiv.*
4. Age Protect BLB Crème d'Uriage. Rs 1 249. *MedActiv.*
5. Resveratrol Lift Crème Tisane De Nuit de Caudalie (50 ml). Rs 1 682. *MedActiv.*
6. Sérums Végétaux Grand Soins Fermeté Intense d'Yves Rocher. Rs 350.
7. Riche Crème Grand Soins Régénérant d'Yves Rocher. Rs 399.
8. Sérums Végétaux Rides & Fermeté Peeling Végétal d'Yves Rocher. Rs 425.
9. Time-Filler Eyes Crème Anti-Rides de Filorga. Rs 1 889. *MedActiv.*
10. Hyalu B5 Eyes de La Roche Posay (15 ml). Rs 1 059. *MedActiv.*

TOUT POUR LA MAISON

Cuisine • Dressing • Mobilier



DULMAR

Dulmar Creative Interiors Ltd

Centre Commerciale, Emerald Park, Trianon,
Tél.: 54.40.72.00 - info@dulmarfurniture.com

Maretti®

DON'T MISS

OUR NEW TASTE



TBL
QUALITY BRANDS

Il fait partie de notre quotidien depuis l'enfance. Le lait est le premier aliment que découvre tout être humain. Riche en calcium et en protéines, il est très important dans une alimentation équilibrée. Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le lait...



TOUT SAVOIR SUR LE LAIT

LE LAIT, UN ALIMENT COMPLET

Extrêmement riche, le lait contient la plupart des nutriments nécessaires pour petits et grands. L'eau qui nous hydrate, les protéines et les sels minéraux (calcium, phosphore, entre autres), qui nous construisent. Les glucides et les lipides qui nous fournissent de l'énergie dont nous avons besoin au quotidien et les vitamines qui nous protègent.

Liquide ou en poudre, le lait est un aliment indispensable pour nourrir un enfant qui présente un petit estomac et qui a besoin d'un aliment complet sous forme liquide pour provoquer sa croissance. À noter qu'il est possible de remplacer le lait par des laits végétaux, ceux-ci apportent tous des protéines, glucides, lipides, vitamines et minéraux (et notamment l'indispensable calcium). Mais, ils ne contiennent pas toujours une qualité de protéines et de calcium, équivalente au lait. Il s'agit donc de bien choisir et il faut alors alterner les laits végétaux si on souhaite remplacer le lait et éviter les carences.

Le lait est un aliment phare du petit-déjeuner, et c'est aussi un ingrédient de base en cuisine. Bien que sa durée de conservation se soit allongée grâce aux procédés de chauffage, c'est un produit qui reste naturel, sans aucun conservateur. C'est enfin un produit facile à stocker, vendu dans des emballages pratiques, présentant toute garantie d'hygiène.

LES DIFFÉRENTS TYPES DE LAIT ANIMAL

Le lait de vache est riche en substances minérales, en calcium principalement et en phosphore qui favorise son absorption. De plus, toutes les vitamines sont présentes dans le lait,

à l'exception de la vitamine B12, 0,1 à 0,2 mg de vitamine D et 2 mg de vitamine C. C'est un aliment tellement complet qu'il permet de couvrir presque tous les besoins. Le lait de vache contient environ 5% de glucides, essentiellement sous forme de lactose. C'est un sucre très important chez l'enfant car il est à la fois un facteur de croissance et d'entretien de la flore digestive lactique. De surcroît, il favorise l'absorption du calcium.

Le lait de chèvre a une composition assez voisine de celle du lait de vache. La teneur en protéines du lait de chèvre est légèrement plus faible que celle du lait de vache, mais ces protéines sont de bonne qualité. La teneur en lipides est légèrement supérieure au lait de vache.

LAIT CRU, PASTEURISÉ OU STÉRILISÉ : QUELLE DIFFÉRENCE ?

Le lait cru est le lait qui sort directement du pis de la vache. Le lait cru ne peut être conservé que quelques jours dans le réfrigérateur. Le lait est chauffé par pasteurisation ou stérilisation pour en allonger la durée de conservation. Le chauffage permet de neutraliser les bactéries présentes dans le lait, ce qui ralentit fortement sa dégradation et tue d'éventuelles bactéries nocives.

Le lait pasteurisé est brièvement chauffé (pendant 15 secondes) à 72°C environ. Du lait frais pasteurisé doit être conservé au réfrigérateur et a une durée de conservation d'environ 10 jours. Toutefois, la pasteurisation ne permet pas de neutraliser toutes les bactéries. La stérilisation tue toutes les bactéries en chauffant fortement le lait, au-delà de 100°C.

Le lait stérilisé peut ainsi être conservé plus longtemps et il est présenté en dehors des réfrigérateurs dans les magasins. À la suite du chauffage important pendant une longue durée, le lait présente un goût différent. À l'heure actuelle, le lait stérilisé est généralement chauffé brièvement à une température très élevée (3 à 5 secondes à 140°C). Le goût de ces produits UHT ressemble davantage à celui du lait pasteurisé que du lait stérilisé selon l'ancienne méthode.

FABRIQUEZ VOTRE LAIT !

Vegan, sans gluten et sans lactose, le lait végétal est facile et rapide à fabriquer si vous disposez d'un mélangeur à grande vitesse. Essayez de faire des laits à base d'avoine, d'amandes ou de noix de cajou. Après les avoir fait tremper pendant quelques heures, il suffit de les broyer puis de les verser dans votre filtre (sac à lait végétal ou une étamine) pour d'en extraire le jus. Ensuite, mélangez avec de l'eau et votre lait est prêt à être dégusté !



MIA MILK : LE CHOIX DE LA QUALITÉ

Mia Milk, lait 100 % mauricien et lancé par *Agreenculture Holdings*, fabrique des produits laitiers sans conservateur. Il s'agit là d'un lait pasteurisé produit par les vaches originaires de l'île britannique Jersey, située dans la Manche au large des côtes françaises. Le lait est simplement pasteurisé de sorte que la teneur naturelle en vitamines soit conservée. La ferme *Mia Milk* existe depuis 2008. Elle dispose d'une grande grange de 6 000 m² pouvant accueillir jusqu'à 800 vaches et a une capacité de production de 130 000 litres de lait par mois. Il est bon à savoir que *Mia Milk Ltd* vend également du lait aux groupes *Maurilait* et *La Trobe*. Si vous souhaitez visiter la ferme pour découvrir la production, n'hésitez pas à prendre contact avec *Mia Milk*.



MAURILAIT PRODUCTION LTÉE : UNE PRODUCTION 100 % LOCALE

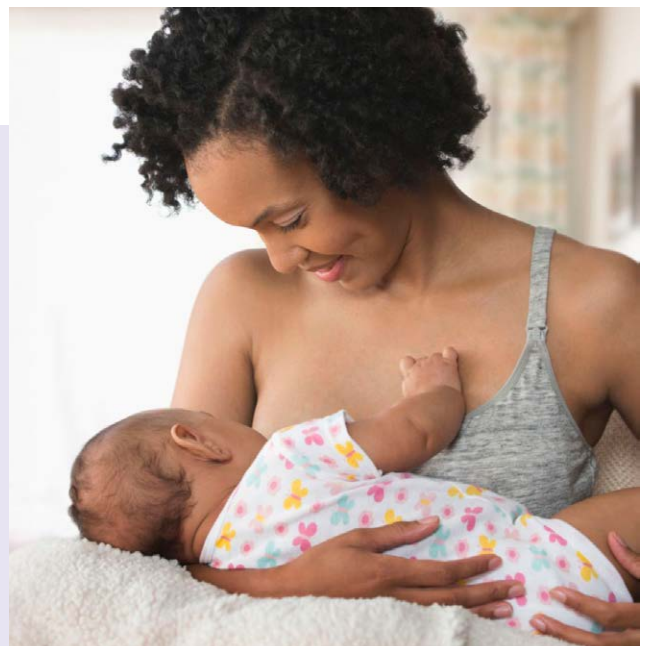


Maurilait Production Ltée, la marque de produits laitiers *Candia*, est devenue leader du marché mauricien de lait liquide grâce à de nombreuses initiatives originales qui ont su marquer l'histoire du lait : bouteilles UHT, briques avec bouchon, lait aromatisé en bouteille et en brique. Riche en nutriments et au goût unique, ce lait est apprécié par les Mauriciens. Il faut dire que la marque *Candia* innove chaque année et fait découvrir de nouvelles saveurs à ses clients. Créativité et innovation sont inscrites dans les gènes de l'entreprise qui propose également dans sa gamme, les marques suivantes : *Silhouette*, *Perette* et *Candy'up*. Autre produit de *Maurilait Production Ltée* : *Yoplait* et *Bega*, entre autres.

LAIT MATERNEL : BON POUR LE BÉBÉ ET LA MÈRE

C'est le meilleur aliment conçu pour votre bébé. Il est économique et boosté de défenses immunitaires. Le lait de la mère est adapté à la physiologie du bébé, il contient trois fois moins de protides que le lait de vache et contient des protéines telles que la méthionine, la taurine ou la tyrosine qui répondent à l'immaturité enzymatique de l'enfant. Il contient également trois fois moins de calcium.

Pourquoi consommer le lait maternel ? Tout simplement parce qu'il renforce les défenses immunitaires. Et le lait maternel possède des composants nutritionnels essentiels. De plus, l'allaitement permet un rapprochement émotionnel avec l'enfant. C'est naturel et gratuit ! Enfin, l'allaitement permet à la mère de se remettre plus rapidement de l'accouchement. Que de bienfaits !



Break

Le chocolat Carré Carré



ION

TBI
QUALITY BRANDS

GOURMANDISE ET BONNE HUMEUR AVEC La Vache qui rit

**La Vache qui rit revient avec une grande mission :
remettre le rire au coeur de nos vies.**

Dans un monde de plus en plus tendu, stressant et stressé, il est capital de mettre le rire au centre de nos vies. En effet, le rire nous permet de voir la vie du bon côté et ses bienfaits sont nombreux. Il a le pouvoir d'impacter tant notre corps que notre esprit : il rend joyeux, augmente la qualité de vie, favorise un bon sommeil. En un mot, le rire peut être la meilleure des médecines.

Si nous n'avons pas forcément le pouvoir de changer l'ordre du monde, on peut choisir par le rire, de changer son propre monde. Faire le choix du rire, même quand celui-ci n'est pas évident, c'est faire le choix d'influer sur le cours de sa vie. Le rire nous rend donc, plus fort et rend la vie plus simple. Et ce que nous mangeons devrait en faire autant. *La Vache qui rit*, qui fêtera ses 100 ans en 2021, l'a compris depuis longtemps et dévoile sa nouvelle campagne de marque axée sur le rire ancré dans son ADN. Son nouveau slogan «*Parce que c'est meilleur de rire*» est l'illustration parfaite de la philosophie de *La Vache qui rit*. Une philosophie qui a pour essence d'inspirer les gens à choisir de rire à la vie.

Doté d'un nouveau packaging, *La Vache qui rit* n'en perd pas pour autant sa figure emblématique : la vache au visage rouge atypique et ses fameuses boucles d'oreilles ! Une vache au charme rempli de coquetterie et dont le sourire contagieux a su créer une relation émotionnelle avec plusieurs générations. En effet, le fromage à tartiner a conquis le cœur



des petits et des grands et se glisse sur nos tables à tout moment de la journée : au petit-déjeuner lors de nos collations et à l'heure des repas. Il est aussi devenu l'ingrédient culinaire à part entière de l'apéritif au dessert.

DES FORMES ET DES SAVEURS

La Vache qui rit existe en plusieurs formes. Il y a d'abord le classique avec ses portions en forme de triangle connues de tous. Puis, *Pik et croc*, très apprécié pour sa praticité et facile à glisser dans le panier pour le goûter. Les cubes sont, quant à eux, parfaits pour agrémenter vos plats d'un délicieux fromage. Le *spreadcheese* est, lui, un régal pour les papilles. Enfin, le *slice cheese* qui ajoute une saveur inégalable à vos burgers. Autant de produits qui allient santé, plaisir et praticité.

VOTRE ALLIÉ SANTÉ

La Vache qui rit est enrichie en vitamine A et B2, en fer, en calcium et en zinc. Ce fromage constitue une excellente source de calcium et permet de maintenir vos os et vos dents en bonne santé. *La Vache qui rit* est un fromage qui se marie aussi bien à des plats qu'à des desserts. Même si le packaging change, le goût, lui, ne change pas. Toujours aussi crémeux et onctueux pour le plaisir de tous. À noter que les produits *La Vache qui rit* sont Halal.

POUR LA PETITE HISTOIRE

Ce fromage iconique nous accompagne depuis notre tendre enfance. Née pendant la guerre de 1921, *La Vache qui rit* était un fromage adapté à tout le monde, économique, facile à manger et à emporter. Outre ses bienfaits santé, il apportait réconfort et humour aux braves soldats et à leurs familles. Au fil des années, *La Vache qui rit*, distribuée par le Groupe Bel, l'un des leaders mondiaux du secteur des fromages de marque (*Kiri*, *Mini Babybel*, *Leerdammer*, *Boursin*, *Pom'Potes* ou *GoGo squeeze*, entre autres) et un acteur majeur sur le segment du snacking sain, a su se faire une place dans le cœur des consommateurs en tant que marque populaire. Plus de 10 millions de portions sont consommées chaque jour sur les cinq continents. *La Vache qui rit* reste aujourd'hui encore, une véritable icône !

Ô Gü



Happy Birthday **CAKE**
available everyday

La City Trianon, St Jean, Quatre-Bornes - Tel: 454 4125
Happy World House, Port Louis - Tel: 212 7247
Email: ogu.sales@intnet.mu

VOYAGE *gustatif*

Riche en parfums et en saveurs, ce Vadilal Mutter Paneer proposé par TBL Quality Brands, fera saliver vos papilles. La recette.

VADILAL MUTTER PANEER

Ingrédients

250 g de paneer Vadilal • 1 tasse de petits pois ou mutter (frais ou congelés) • 25 cl d'eau • ½ c. à c. de graines de cumin • ¼ c. à c. de curcuma en poudre • ¼ c. à c. de piment rouge en poudre • ¼ c. à c. de garam masala • 1 c. à s. de malai ou de crème fraîche (optionnel) • 1 c. à c. de sucre (optionnel) • 2 c. à s. d'huile ou de ghee • des feuilles de coriandre pour la décoration • sel.

Pour la pâte de masala de mutter paneer de Vadilal :

3 tomates mûres coupées en morceaux • ¼ tasse de tomates coupées en morceaux • 1 oignon coupé en morceaux • ½ tasse d'oignons coupés en morceaux • 1 piment vert haché • ½ pouce de gingembre haché • 2 gousses d'ail hachées • 2 c. à s. de coriandre émincée • 10 noix de cajou émincées • 4 grains de poivre noir • 2 clous de girofle • ½ pouce de cannelle • 1 c. à c. de graines de coriandre.

Préparation

- Dans un mixeur, écrasez tous les ingrédients de la pâte de masala de mutter paneer de Vadilal afin d'obtenir une pâte onctueuse.
- Faites chauffer l'huile ou le ghee dans une marmite à pression. Ajoutez les graines de cumin et faites-les sauter jusqu'à ce qu'elles crépitent.
- Ajoutez la pâte de masala et mélangez. Couvrez à moitié pour éviter les risques d'éclaboussures.
- Laissez cuire à feu doux (10 à 12 minutes) jusqu'à ce que l'huile se sépare de la pâte.
- Ajoutez les épices en poudre (curcuma, piment rouge, garam masala) et mélangez.
- Ajoutez la crème fraîche ou le malai. Mélangez et laissez cuire une minute.
- Ajoutez les petits pois ou mutter de Vadilal. Mélangez. Ajoutez l'eau et salez.
- Couvrez la marmite à pression et laissez cuire jusqu'à ce que les petits pois ou le mutter de Vadilal soient tendres (9 à 10 minutes).
- Quand la pression est retombée, ouvrez la marmite. Laissez mijoter encore un peu si la sauce n'est pas assez épaisse. En revanche, si elle est trop épaisse, rajoutez de l'eau.
- Ajoutez les cubes de paneer de Vadilal. Laissez mijoter 1 à 2 minutes à feu doux. Ne faites pas trop cuire le paneer de Vadilal sinon il deviendra dur.
- Pour adoucir la sauce, vous pouvez ajouter du sucre juste avant de mettre les cubes de paneer de Vadilal. Décorez avec des feuilles de coriandre.
- Servez avec des rotis, faratas et naans de Vadilal ou du riz.



Distribué par TBL Quality Brands, Z.I. de Solitude, Triolet.

E-mail : info@tblqualitybrands.com • Tél.: 261.64.74.

Facebook : TBL Quality Brands.

Instagram : TBL Quality Brands.





Hard to Resist



ZERO
Preservatives



QUALITY BRANDS

À VOS FOURNEAUX

CAFÉ *Gourmand*

Préparer un bon café parfait à la maison s'avère souvent difficile. Sandrine Calinghee, chef pâtissière au Smart Café, vous propose trois cafés gourmands accompagnés de napolitains.



NAPOLITAINS

Ingédients

Pour les biscuits : 250 g de farine | 175 g de beurre | 30 g de sucre glace | confiture de goyaves ou de fraise.

Pour le glaçage : sucre glace, eau chaude et colorant alimentaire.

Préparation

Pour le glaçage : dans une casserole, mélangez le sucre glace, l'eau et le colorant jusqu'à obtenir une bonne consistance plus ou moins épaisse. Faites chauffer sur feu doux en remuant (1-2 minutes).

Pour le biscuit : dans un grand bol, versez la farine, le beurre ramolli puis

travaillez la pâte longuement du bout des doigts. Une fois la pâte bien travaillée, formez une boule et mettez-la au frais pour 30 minutes. Ensuite, à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, aplatissez la pâte sur 3 mm et découpez délicatement des cercles à l'aide d'un emporte-pièce. Placez les biscuits sur une plaque à pâtisserie et faites-les cuire à 160°C pendant 20-25 minutes. Surveillez la cuisson, les napolitains ne doivent pas être dorés. Laissez les biscuits refroidir puis collez deux biscuits ensemble avec de la confiture. Nappez les biscuits avec le glaçage.



Rich & Tasty



Ham and Cheese Pasta Salad

with Crosse & Blackwell Salad Cream

Serves: 2

Ingredients

- 3 cups bowtie pasta, pre-cooked
- 200g ham, chopped
- ½ onion, chopped
- ½ red pepper, chopped

- 50g cherry tomatoes, halved
- 2 cups cheddar cheese, grated
- ½ cup **Crosse and Blackwell Salad Cream**
- Salt and pepper to taste

Preparation method

1. Place all the ingredients into a large bowl and toss gently to combine.
2. Season with salt and pepper and serve.





CAPPUCCINO

Ingrédients

Lait chaud • ¼ d'espresso • 1 c. à c. de poudre de cacao • 1 c. à c. de sucre.

Préparation

Chauffez le lait. Versez-y l'espresso, puis ajoutez le sucre et la poudre de cacao. Remuez délicatement.



OREO ICE LATTE

Ingrédients

Glace vanille ou café • un shot d'espresso • sirop de vanille • glaçons pilés • biscuits Oreo • lait • chocolat liquide.

Préparation :

Dans un verre, ajoutez une boule de glace. Versez-y l'espresso et les glaçons pilés. Ensuite, ajoutez le sirop vanille et quelques Oreo grossièrement écrasés. Montez le lait jusqu'à ce que vous obteniez une mousse et versez sur le mélange dans le verre. Enfin, pour la garniture, mettez un peu de sauce chocolat et un biscuit Oreo.

LATTÉ GLACÉ HIBISCUS

Ingrédients

Infusion d'hibiscus • sirop de melon • glaçons pilés • lait froid • de l'eau chaude.

Préparation

Faites infuser l'infusion d'hibiscus dans de l'eau chaude. Ajoutez les glaçons pilés et le sirop de melon selon votre goût et pour finir, faites monter le lait froid à la main. Ajoutez-le sur le mélange.





Food Works
real food

Eat in.



Available in supermarkets nationwide.

Try our range of fresh and frozen meals!



foodworksreadymade.com
@foodworksreadymade



Horoscope

SIGNE DU MOIS

VIERGE (23 AOÛT – 22 SEPTEMBRE)

Amour : Les planètes vous dorloteront : elles vous rendront passionné et fervent dans la démonstration de votre amour.

Argent : La journée sera très instable pour tout ce qui se rapporte à vos finances. Il vous faudra être extrêmement prudent.

Santé : Pas d'inquiétude à avoir au sujet de votre santé. Aucune planète ne menacera ce secteur.



BÉLIER (22 MARS – 20 AVRIL)

Amour : Vous allez faire une rencontre importante.

Argent : Vous serez en mesure d'améliorer votre pouvoir d'achat.

Santé : Optimisme et dynamisme seront au rendez-vous.



TAUREAU (21 AVRIL – 20 MAI)

Amour : En couple, la Lune vous donne envie d'être provoquant !

Argent : Prudence. Uranus a souvent tendance à provoquer des imprévus qui ne sont pas toujours faciles à gérer.

Santé : Vous ne devriez avoir aucun problème de santé.



GÉMEAUX (21 MAI – 21 JUIN)

Amour : Vous ferez de gros efforts pour renforcer votre union.

Argent : Attention aux imprudences.

Santé : Détendez-vous, il ne vous arrivera rien aujourd'hui.



CANCER (21 JUIN – 22 JUILLET)

Amour : Orages à l'horizon ! Si vous êtes en couple, des conflits pourraient exploser aujourd'hui.

Argent : Pluton devrait vous aider à améliorer vos revenus.

Santé : Jupiter vous donnera des ailes.



LION (23 JUILLET – 23 AOÛT)

Amour : Ne soyez pas trop rigide ou exigeant avec votre partenaire.

Argent : Apprenez à gérer de façon rigoureuse votre situation financière !

Santé : Votre résistance de fond sera bonne, grâce notamment à l'influence du Soleil.



BALANCE (23 SEPTEMBRE – 22 OCTOBRE)

Amour : Loin des yeux mais près du cœur : une idée de séparation pourrait intervenir aujourd'hui et vous contraindre à vous éloigner temporairement de votre partenaire.

Argent : Dans le domaine financier, vous aurez de la chance et de belles rentrées d'argent.

Santé : Mercure vous conseille de vous dorloter aujourd'hui : coiffeur, massage... Prenez soin de vous, vous en avez besoin et le méritez bien.



SCORPION (23 OCTOBRE – 22 NOVEMBRE)

Amour : Quelques nuages pointeront le bout de leur nez sur votre vie de couple.

Argent : Excellente journée pour réorganiser la gestion de vos biens matériels afin de gagner en efficacité.

Santé : Les mécanismes de défense de votre organisme pourront être un peu affaiblis, vu l'ambiance astrale.



SAGITTAIRE (23 NOVEMBRE – 21 DÉCEMBRE)

Amour : Ne vous repliez pas trop sur vous-même et apprenez à faire confiance !

Argent : Veillez à ne pas dépasser votre budget si vos revenus sont modestes, autrement vous auriez ensuite du mal à retrouver l'équilibre.

Santé : Au physique comme au moral, on peut dire que tout ira bien.



CAPRICORNE (22 DÉCEMBRE – 20 JANVIER)

Amour : Votre caractère passionné risque de provoquer quelques vagues dans votre vie à deux.

Argent : Ne vous lancez pas dans des dépenses trop audacieuses.

Santé : Les mauvais influx de Pluton vous mettront les nerfs en pelote ! Pour réguler vos tensions nerveuses, pourquoi ne pas vous mettre au sport.



VERSEAU (21 JANVIER – 19 FÉVRIER)

Amour : Jupiter vous promet de profondes joies amoureuses et de bons moments.

Argent : Excellente journée pour organiser quelques discussions au sujet de vos finances, et de vos placements si vous en avez.

Santé : Question volonté, on n'a rien à vous apprendre ! Mais s'il s'agit de perdre quelques kilos, inutile de mettre votre santé en péril en vous infligeant un régime de sévères privations.



POISSONS (20 FÉVRIER – 21 MARS)

Amour : Natifs vivant en couple, ouvrez l'œil ! Vous vous entêterez à mettre l'élu de votre cœur sur un piédestal, malgré les mauvais avis de vos proches qui vous conseillent plus de prudence.

Argent : Saturne vous incitera à réorganiser votre gestion financière.

Santé : Très bonne santé dans l'ensemble. N'oubliez pas de vous détendre le plus souvent possible.

SINCE 1994



PROFILAGE[®]

Profilage[®] Océan Indien Ltée

LUMISOL POLYCARBONATE PCMW – 16 MM

SOURCE: FRANCE

The 16 mm sheeting thickness, with its 3 "layers" has an excellent thermal performance and comfort, due to its low thermal transmissivity coefficient of 2.3 W/m².C

Lumisol is environmental-friendly as incorporates recycled polycarbonate resin. Furthermore, its luminosity transmission greatly contributes towards reduced energy needs for day lightings.

Ideal for pergolas, beach restaurants, verandas, atriums, carports, etc.

CHARACTERISTICS

Lumisol has :

- Strong fire resistance
- Excellent UV resistance
- Strong impact and load resistance
- 74 % light transmission
- Excellent durability
- Is easy to install
- Source : **ONDUCLAIR**[®] - France

This product is available in stock in :

- Thickness 16 mm,
- 5000 mm long and
- Both in crystal and opalin finish

STRUCTURE



MOTS FLÉCHÉS

mère de la famille					forme de dire				
travaux publics					maisons d'oiseaux				
		fait de l'huile						avant Capone	
		possessif							
								de la basse cours	
								négation	
un des 5 de la main		consonne	à plusieurs ils font des phrases	prénom très ancien		article pluriel			
		consonne		«service national»					
		voyelle	félins familiers			roule vite			
					on y apprend				
					sens				
		route nationale		sont souvent tragiques					
				article défini					
								pour monter ou pour descendre	
								pour attacher	
									vont à l'école
	lieux de vie								
	enlever					adore			
						mieux sur les épaules			
				prénom					
				on donne souvent le sien					début de parti politique
			parti politique de gauche	P		fait de terre et d'eau			
			le tien			marque le lien			
haut dans l'église		4 dans un carré		mis avant le numéro de téléphone				pronom	
véhicule d'enfant		organisation de la santé		Technicien Supérieur				possessif	
	fait avec les yeux					préfixe méprisant	sac d'école		
	forme d'être					rongé par les chiens	fin de participe		
							note		
			début d'otite	appelle par son nom					poisson d'eau douce
			à lui						
monticule		souvent remplis d'eau							dit toutes les lettres

nutella[®]

FERRERO

biscuits



Vous allez adorer les partager

**PARCE QUE C'EST
MEILLEUR DE RIRE.**



POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGEZBOUGEZ.FR