

ESPRIT BERRY

TENDANCES & ART DE VIVRE

AUTOMNE – HIVER 2017 | ÉDITION INDRE



NUMÉRO 1 – MAGAZINE OFFERT À LA LECTURE



Et voici l'automne !

Après nos cinq premiers numéros qui ont reçu un accueil incontesté des lecteurs nous sommes heureux de vous présenter ce numéro Automne-Hiver entièrement relooké et repensé tant sur le fond que sur la forme.

Son nouveau titre « **ESPRIT BERRY** » très évocateur dévoile une ligne éditoriale encore plus ancrée sur notre territoire.

Sa nouvelle formule s'articule autour de six rubriques.

Esprit Culture présente les sorties littéraires avec la sélection d'Arcanes, artistiques avec la programmation d'Equinoxe et MACH 36 et cinématographiques.

Esprit Gourmand offre un zoom sur les richesses de notre terroir, le parcours d'un Maître Restaurateur, notre sélection de tables gourmandes et 4 ambiances pour boire un verre...

Esprit d'Ici vous propose une ballade inédite à La Châtre, une visite de la Maison de Reuilly, une découverte de l'Indre sur des chemins de randonnée, la relation historique entre le Berry et le Québec sans oublier les événements majeurs de l'Agglomération castelroussine.

Esprit Fashion, vous livre notre sélection Mode issue des grands rendez-vous parisiens de la rentrée avec bon nombre de références que vous pourrez trouver chez vos commerçants locaux.

Esprit Lifestyle où vous retrouverez des tendances Déco Automne-Hiver, les conseils de notre architecte, de notre coach bien-être et de belles rencontres avec des passionnés.

Esprit d'Ailleurs vient clore ce magazine avec des idées d'escapade en France, de tourisme en Europe et d'évasion lointaine.

Enfin, notre équipe d'experts s'étoffe avec l'arrivée de Flavie, blogueuse Beauté, Agnès, Coach Bien-être et Claire, blogueuse Voyages qui ne manqueront pas de vous faire partager leurs découvertes et leurs conseils tout au long de l'année...

Nous espérons que vous prendrez autant de plaisir à le parcourir que nous en avons eu à le préparer. Prenez du bon temps à le lire, offrez-le et n'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires sur les réseaux.

En attendant de vous retrouver en mars prochain nous vous souhaitons de belles fêtes de fin d'année.

Virginie Plazer & Jean-Philippe Girou

Ils ont participé à ce numéro !



FLAVIE THOMAS

Cette étudiante diététicienne, jeune maman et blogueuse est originaire de Châteauroux.

Ambassadrice de Mademoiselle Saint-Germain et de Ma French Box elle s'est frayée un chemin sur la toile depuis deux ans en créant un blog bio sous le nom de Graines de beauté.

Très orientée vers les produits naturels et bio elle teste des marques, la plupart Made in France même s'il lui arrive d'apprécier quelques marques internationales.

Pour Flavie une beauté responsable permet de se faire plaisir tout en préservant sa santé et celle de nos enfants.

Elle va tenter de nous initier à l'univers bio et de nous faire découvrir de nouvelles marques de produits de beauté.



JEAN-PIERRE SURRAUT

Tourangeau d'origine mais berrichon d'adoption Jean-Pierre Surraut est un professeur retraité, agrégé et docteur en histoire de l'Université de Tours. Il préside aujourd'hui l'Académie du Centre à Châteauroux et le C.R.E.D.I., organisme d'animation culturelle auprès du Centre d'études supérieures de Châteauroux.

Il a publié de nombreux articles sur la Touraine et le Bas-Berry (Indre). Ses travaux portent sur l'histoire sociale et religieuse du Bas-Berry au XVIII^{ème}. Il a en chantier une histoire des premiers ouvriers de l'actuelle Indre à la charnière des XVIII^{ème} et XIX^{ème} siècles.

Il nous livre dans ce numéro un éditorial issu de son dernier ouvrage sur la famille Balsan dont la vie sociale et économique sera étroitement liée à la cité castelroussine dès le XIX^{ème} siècle.



ISABELLE JOUHANNEAU

Diplômée d'architecture et de l'école Boule, Isabelle Jouhanneau, castelroussine d'origine, a travaillé avec les plus grands noms de la décoration (dont Jacques Garcia) et de l'architecture dans son parcours professionnel parisien.

Elle complète son savoir-faire en géobiologie avant d'ouvrir une agence à Paris puis une seconde à Châteauroux en 2004.

Dans le Berry elle s'investit de plus en plus sur des projets de décoration d'appartements et de résidences castelroussines en cours de construction ou en rénovation.

Présente dès les premiers numéros du magazine comme conseillère archi-déco, Isabelle poursuit sa collaboration avec Esprit Berry. Elle nous transmet dans ce numéro les fondamentaux du Feng shui pour aménager un bureau zen.



AGNÈS DEVILLIÈRES

Après une formation initiale de thérapeute et sophrologue Agnès a trouvé dans le coaching une démarche active, dynamique et un fabuleux cheminement de soi.

Comme elle se plaît à le dire « fais un métier que tu aimes et tu n'auras plus un jour à travailler », c'est un peu le regard qu'elle porte aujourd'hui sur son activité qu'elle a développée depuis une quinzaine d'années en qualité de coach en évolution personnelle et professionnelle.

Ecouter, respecter et accueillir sont ses outils de travail.

En entreprise, au sein d'équipes ou d'accompagnement de dirigeants, de managers qu'en entretiens « cocons » dans son cabinet Agnès chemine en observant avec émotion souvent les parcours de vie que chacun des « coachés » lui offrent de partager.

Agnès nous donne des clés pour réaliser une bonne rentrée sans stress.



JEAN-FRANÇOIS MEMIN

Tourangeau d'origine, après des études de droit à Tours Jean-François Mémé s'inscrit au barreau de Châteauroux en 1971.

Très actif professionnellement (deux mandats de bâtonnier) il s'est également beaucoup investi dans des présidences notamment du Rotary et de la Croix Rouge ainsi qu'au sein d'associations comme France - Etats-Unis 36, France - Israël 36 et Berry - Canada pour ne citer que celles-ci.

Au sein de l'équipe municipale il vient d'être élu maire-adjoint délégué à la Sécurité, à la Culture et au Patrimoine.

C'est ce dernier engagement avec le Canada qui lui a permis de s'intéresser au volet historique de la naissance du Québec.

Jean François nous narre les investissements berrichons humains et financiers qui ont très largement contribué à la construction du Québec à travers les siècles.



CLAIRE PIMENTA de MIRANDA

Avec une arrière-grand-mère norvégienne et un arrière-grand-père portugais naviguant aux quatre coins du monde, les voyages font partis de son ADN. Après avoir vécu 1 an aux États-Unis, son parcours professionnel la mène dans le monde du tourisme : d'abord en agence de voyages puis dans une structure de promotion touristique. Cette envie de voyager se transforme en un véritable besoin récurrent pour découvrir le monde, ses cultures, ses habitants, ses coutumes, ses paysages, ses histoires. En 2015 elle crée avec deux amies un blog nommé le « Bar à Voyages ». Destinée aux assoiffés de bons plans, lieux incontournables et rencontres atypiques ses trois piliers de bars (c'est ainsi qu'elles aiment se présenter) ont eu envie de faire partager leurs expériences de voyage tout en conservant une approche utile et distrayante. Ces trois jeunes mamans livrent les voyages qu'elles ont réellement effectués et les adresses testées et approuvées.

Claire nous propose 10 bonnes raisons de faire un City Break à Lisbonne.

SOMMAIRE

ESPRIT BERRY N°1 | AUTOMNE – HIVER 2017 | ÉDITION INDRE

7

ESPRIT CULTURE

- À la page, page 8
- Une histoire de famille, page 11
- Sur scène, page 14
- A l'affiche, page 16



19

ESPRIT GOURMAND

- Le caviar du Berry, page 20
- Des vins de plaisir, page 22
- Portrait de Chef, page 26
- Notre sélection de restaurants, page 28
- 4 ambiances pour boire un verre, page 30



33

ESPRIT D'ICI

- Ballade sensible dans La Châtre, page 35
- Dix adresses incontournables à La Châtre, page 40
- Châteauroux, ville des grands événements, page 42
- Une pépite castelroussine, page 44
- Reuilly, culture et terroir, page 46
- L'Indre, terre de randonnée, page 50
- Du Berry au Québec, page 52



55

ESPRIT Fashion

- Tendance Bohème, page 56
- So British, page 58
- Sport & Chic, page 60
- Bien au chaud, page 62
- Félin pour l'autre, page 64
- Rentrée chic des kids, page 66
- Conseils beauté, page 70

73

ESPRIT LIFESTYLE

- Mobiliers de compagnie, page 74
- Un peu de douceur, page 76
- Idées lumineuses, page 78
- Conseils d'archi, page 82
- Portrait de créateur, page 84
- Sylvain Saunier, chercheur de trésors, page 86
- Gil Averous, un maire connecté, page 89
- La tête dans les nuages, page 90
- Conseils bien-être, page 96

99

ESPRIT D'AILLEURS

- Immersion en Languedoc, page 101
- Lisbonne, 10 raisons d'y aller, page 106
- Croisières en vogue, page 111