

MAGAZINE

ESPRIT

Sud®

Le magazine des francophones en Andalousie

Torremolinos

Destination estivale

Agenda

Les fêtes
de l'été

La Chora



2024

Été N° 17

Partez à la découverte de l'Andalousie avec
le premier guide d'Esprit Sud Magazine!



19.90 €

(hors frais de port)

et **9,99€** pour la
version digitale

212 pages de trésors cachés, de destinations uniques
et de contenus interactifs

Une collection de photographies et de conseils
pour une découverte réussie

Un livre au contenu original mêlant histoire,
astuces, clichés artistiques, poèmes,...



boutique.espritsud.es



POL. NUEVA CAMPANA
NAVE 92
29660 MARBELLA

MOBILIER D'EXTÉRIEUR

the art of
lounging



 info@sunsofurniture.net

 +34 952 810 450

2024

RIVA COLLECTION

www.sunsofurniture.net

Faites le saut

AVEC NOTRE ÉQUIPE
SPÉCIALISÉE



Zapinvest

Zap **Holiday**

Zap **Privilege**

Zap **Zen**

Zap **DESIGN**

Un partenaire **all-in !**

Préparez votre investissement
au départ de la Belgique en visitant
nos bureaux belges ou en vous rendant
à l'une de nos portes ouvertes



WWW.ZAPINVEST.BE



EDITO

Ode à l'été

L'été est cette saison si particulière offrant une double dose de bonheur. On l'apprécie lorsqu'elle se vit mais surtout on la bénit et la remercie lorsqu'elle se termine, non sans une certaine nostalgie mais toujours avec un énorme sourire. Lorsque nous repensons à l'été, nous imaginons ce soleil brillant, toujours debout avant nous, toujours prêt à nous accueillir. Rarement, l'astre se fait surprendre lorsque, remplis de motivation pour profiter pleinement d'une belle journée, nous nous réveillons aux petites heures avant qu'il ne débute sa grande ascension vers le ciel. L'été en Andalousie est associé à tant de moments de bonheur. Les randonnées et les superbes visites de villes à l'histoire fascinante, les apéros pris entre amis en terrasse, les multiples fêtes perpétuant la tradition et qui animent les villages, les journées de farniente sur les plages de sable doré, il y a toujours, durant cette saison lumineuse, ce sentiment d'urgence. Nous ressentons toujours cette impression que nous n'aurons pas assez de temps pour profiter comme il se doit de tout ce que l'été a à nous offrir. Pourtant, quand vient la fin de la saison, alors que septembre pointe le bout de son nez, nous ressentons une plénitude intense. Nous avons cette sensation profonde d'avoir été comblés. Cette période de l'année est marquante et nous galvanise, les esprits se gorgent de soleil et de chaleur, les corps sont bronzés et courbaturés de toutes les activités pratiquées et les cœurs sont emplis de gratitude. Cette saison magique offre une expérience singulière en Andalousie.

Afin de ne rien manquer cet été, Esprit Sud Magazine a répertorié pour vous les plus belles fêtes dans un carnet spécial avec au programme, joie, rires, musique, folklore et culture traditionnelle. Qui mieux que la station balnéaire de Torremolinos pouvait ouvrir ce numéro ? L'année 2023 a bel et bien été l'année de tous les records côté tourisme et la Costa del Sol a clôturé les 365 jours avec une occupation hôtelière moyenne de près de 77%, avec en tête, la ville qui ne dort jamais et qui confirme sa position de leader dans le secteur. Passé légendaire, plages de sable fin, multiples offres culturelles et de loisirs, Torremolinos a tout pour séduire.

De la culture, du sport, des rencontres, des bons plans et des bonnes adresses, tous les ingrédients d'un été réussi se retrouvent page après page dans ce dix-septième numéro que nos équipes ont une nouvelle, préparé avec amour.

D'amour, il en est également question avec notre grand projet qui voit enfin le jour, « Andalousie, mon amour », le guide de voyage que nous éditons, aux portes de l'été. Découvrez la magie qu'il renferme et partagez la passion qui nous a animée lors de sa rédaction. Cet objet tant esthétique de par les photos magnifiques dont il regorge que pratique de par les infos et conseils qu'il renferme, « Andalousie, mon amour » sera votre partenaire d'une découverte réussie en Andalousie et la garantie de souvenirs inoubliables.

L'été arrive et soudain la vie devient facile... Que vous soyez ici ou ailleurs, chers lecteurs, je vous souhaite une saison estivale riche en instants de bonheur.

Frédéric André

L'EQUIPE MAGAZINE **ESPRIT** *Sud*



Frédéric André

Rédacteur en chef
Coordination générale

frederic.espritsud@gmail.com
0034 636 600 838

Claude Noukens

Graphisme
Comptabilité

claudenoukens@gmail.com
0032 470 56 32 58

Luc Broes

Régie publicitaire
Rédaction

luc.espritsud@gmail.com
0034 664 20 37 19

Maud Maluenda

Community Manager
Rédaction

maud.maluenda@gmail.com
0033 670 95 64 53

ABONNEMENT AU MAGAZINE

Vous vivez en France, en Belgique ou au Canada et vous aimeriez vous procurer les numéros d'**ESPRIT** *Sud* ?

Abonnez-vous dès à présent en adressant un mail à espritsud.mag@gmail.com avec pour titre «ABONNEMENT» et vos coordonnées.

Le tarif pour 4 exemplaires est fixé à 42,00 euros pour l'Europe et 52,00 euros pour le reste du monde.

VOTRE PUBLICITE DANS ESPRIT SUD MAGAZINE

ESPRIT *Sud* est aussi une manière efficace de dynamiser vos activités et de booster votre business tant dans nos pages que sur notre application. Contactez-nous pour connaître nos offres et les conditions publicitaires dans notre magazine **ESPRIT** *Sud*. Envoyez un mail à luc.espritsud@gmail.com avec pour titre « PUBLICITE » et devenez partenaire commercial **ESPRIT** *Sud*, la garantie d'un renforcement de votre entreprise sur le marché local.

SOMMAIRE

- Carnet de voyage, Torremolinos **8**
- Rencontre avec la mairesse de Torremolinos **26**
- Dossier administratif, les zones à basses émissions **28**
- Présentation de notre premier guide de voyage **32**
- Les pique-niques à la plage **35**
- Esprit Culture **41**
- Rencontre avec l'écrivain Bernard Minier **42**
- Découverte de la Casa de Pilatos à Séville **46**
- Le robot Golf-Pro révolutionne le monde du golf **54**
- Esprit Golf **56**
- L'agenda des fêtes de l'été en Andalousie **58**
- Vivre le moment présent, l'article psy **72**
- Les cocktails de l'été avec les frères Lagarde **76**
- Carnet d'adresses **78**
- Les numéros utiles **82**



Crédit photo - Frédéric André



Numéro 17 - Eté 2024

ESPRIT Sud est le seul magazine avec du contenu rédactionnel dédié aux francophones du sud de l'Espagne

ESPRIT Sud est gratuit

ESPRIT Sud est trimestriel en 2024
Ce numéro de juin est un numéro spécial été

ESPRIT Sud est présent en Andalousie

ESPRIT Sud est distribué chez nos partenaires dans plus de 350 points de dépôt dont les principaux lieux culturels et touristiques de la Costa del Sol et même au-delà

ESPRIT Sud est disponible sur abonnement dans toute l'Europe

ESPRIT Sud assure une présence remarquable et remarquable auprès de la population francophone d'Andalousie

La direction du magazine n'est pas tenue responsable des publicités parues dans Esprit Sud Magazine.

Les publicités et les articles publiés n'engagent que leurs auteurs.

Aucun article, ni aucune partie du magazine ne peuvent être reproduits sans le consentement écrit de la direction. Esprit Sud et Esprit Sud Magazine sont des marques déposées.

Web: www.espritsud.es

Facebook: Esprit Sud Magazine

Instagram: @espritsudmagazine

Application sur Apple et Android

Impression: Monterreina, Madrid

Dépôt légal: MA 1448-2020

ISSN: 2660-6461

Edité à Benalmadena, Malaga par

Frédéric ANDRE, éditeur responsable

Mail: espritsud.mag@gmail.com

Portable: 0034 636 600 838



Apps



Site web



Facebook





Torremolinos,

la perle de la Costa del Sol
qui ne dort jamais

Par Frédéric André

Situé à seulement une dizaine de kilomètres de Malaga, Torremolinos, l'ancien hameau de pêcheurs et de meuniers, est devenu aujourd'hui une destination incontournable dans le sud de l'Espagne. Les voyageurs viennent y chercher de larges plages de sable fin, un climat idéal et une vie nocturne animée. Lors de la seconde partie du siècle dernier, la station balnéaire réalise sa transformation. Les divertissements qu'elle propose et son caractère libéral en font l'une des villes les plus prisées de la Costa del Sol. Tous affluent dans ce paradis transgressif en quête de ce sentiment de liberté. Certains habitants de la station vous diront avec fierté que bien avant New York, à cette époque de développement vertigineux, Torremolinos était « la ville qui ne dormait jamais ». Même si la nuit a toujours été l'essence même de la ville, on ne peut écarter ses richesses naturelles, le soleil omniprésent et la mer flirtant avec ses jolies plages. Ses larges étendues de sable fin sont de véritables édens. Les voyageurs aiment se dorer au soleil sur la Playa del Bajondillo, la plus célèbre de ses plages, située entre Playamar et la Playa de la Carihuela. Aujourd'hui, Torremolinos brille comme pôle touristique majeur en Andalousie et entre sardines grillées et tinto de verano, la station baignée de lumière est synonyme de farniente et de déconnexion garantie.

Le passé glorieux de la ville insomniacque et sa "decada dorada"

Torremolinos a longtemps été cette oasis de liberté dans une Espagne plongée dans la dictature, contrainte à la pudeur et soumise à une moralité stricte imposée par le gouvernement de Franco et l'église. Y régnaient tolérance et ambiance libérale contrastant radicalement avec ce que connaissait le reste du pays. Dans la station balnéaire en effervescence, tout était permis à condition que cela ne générât pas de scandale public. Les touristes vont débarquer de toute l'Europe, attirés aussi par le soleil, les plages de sable fin et par l'offre hôtelière en plein essor. Se concluent différents accords entre le parc hôtelier et les compagnies aériennes, aboutissant à un défilé incessant de vols charter amenant toujours plus de touristes séduits aussi par la proximité avec l'aéroport.

L'histoire de Torremolinos est également indissociable du mythique hôtel Pez Espada. Depuis son ouverture en 1959, s'y sont écrites les pages les plus glamour de la station balnéaire. Les stars hollywoodiennes vont défiler avec en tête Kirk Douglas, Ava Gardner, Frank Sinatra, Sofia Loren, Brigitte Bardot, Orson Welles ou encore Anthony Quinn. L'hôtel crée aussi un précédent architectural, brisant tous les schémas urbanistiques de l'époque. Il en est fini des constructions à trois étages, la haute tour cylindrique de l'hôtel inaugure un modèle jamais vu auparavant. La boîte de Pandore est ouverte et cela changera à jamais l'environnement urbain de la Costa del Sol. Rapidement, Torremolinos devient le paradis du divertissement et les boîtes de nuit poussent comme des champignons. D'abord, ce sont des pianos bars et des salles de danse avec orchestre qui deviennent le point de rendez-vous de ces voyageurs en veste et cravate avant que ceux-ci ne fassent place aux discothèques et aux néons multicolores avec l'arrivée du disco dans les années 70. Les clubs El Dorado ou Piper's sont les endroits à la mode où il faut être vu et où tout est possible. Viendront ensuite les légendaires discothèques Boga, Bonanza, Disco Joy, Long Play, Los Violines, Picasso,... La zone de Montemar devient le centre névralgique des nuits enflammées dans des clubs qui se livrent à une guerre de concurrence féroce. S'y mêlent locaux et touristes, aristocrates et hippies, pêcheurs et crapules de tous poils. La journée, tout ce petit monde se retrouve sur les plages de La Carihuela et dans les paillottes de plage, dont le légendaire Chiringuito Playa Miguel. Les étrangers y découvrent aussi l'art et l'essence « torremolinense » du flamenco. De nombreux tablaos ouvrent leurs portes (*La Bodega Andaluza*, *El Jaleo* ou *Las Cuevas*) et invitent les « guiris » (étrangers) à s'immerger dans cet univers unique.

Torremolinos, avant Marbella et Puerto Banus, est la destination à la mode de beaucoup de stars et de têtes couronnées. La station balnéaire devient le relais estival des artistes, des écrivains, des sportifs, des politiciens et d'autres personnalités illustres. Ce pôle d'attraction sur la Costa del Sol initie le boom touristique et depuis, le cœur de Torremolinos ne cesse de battre à la chamade lorsque le crépuscule arrive.

Le modeste village de pêcheurs et de marins s'est mué en capitale des nuits festives où le libertinage trouve naturellement place. Mais ce qui se passe à Torremolinos, reste à Torremolinos...



La Calle San Miguel, le centre névralgique de la ville

Cette rue piétonne est bondée de commerces, de magasins et de bars. Elle se jette dans la promenade du bord de mer et sur la célèbre Plage du Bajondillo. On y retrouve notamment le Molino de la Torre, construit au XIV^{ème} siècle par les Maures. Depuis cette place stratégique forte, les gardes du Royaume de Grenade veillaient sur la cité, observant du sommet de la falaise, l'arrivée potentielle des flottes ennemies catholiques. Aujourd'hui, il en reste la solide Tour de Pimentel, vestige de cette époque révolue. La Calle San Miguel est la rue où fourmille le plus de monde et est considérée comme l'une des plus fréquentées d'Europe. Saint Michel est le Saint Patron de la célèbre station balnéaire. L'archange San Miguel est célébré le 29 septembre, jour où sa statue est portée en procession dans les rues et ruelles de la ville. Rappelons que ce chef de la milice céleste des anges du Bien a terrassé Satan représenté par un dragon.



Un havre de paix niché dans le Jardin Botanique del Molino de Inca

Près d'un millier d'espèces végétales peuvent être rencontrées dans cette oasis de tranquillité. Situé sur le Chemin des Pinèdes de los Manantiales, à côté du Moulin de Batán, cet écrin de nature a trouvé sa place entre le parc aquatique et l'A7. L'histoire de la ville est étroitement connectée à celle des moulins présents sur ses terres. Leur fonctionnement et leur utilisation étaient liés aux diverses sources existantes dans la région. Certains permettaient la fabrication de la farine alors que d'autres servaient à la production de papier. Le Moulin de l'Inca est l'un des plus anciens de la région et avait pour mission de mouliner le blé pour produire de la farine destinée à la fabrication du pain. Découvrez ce magnifique jardin botanique de plus de 15.000 mètres carrés, un véritable dédale dans la nature où vous croisez de nombreuses espèces d'oiseaux dont quelques rapaces. Depuis 2003, ce monument est l'un des intérêts touristiques majeurs de Torremolinos où les visiteurs prennent plaisir à apprécier le calme et la sérénité des lieux. La réplique d'un vieux moulin inca permet l'acheminement d'eau, à travers un système complexe exploitant la force de l'eau. Fontaines, ruisseaux et autres puits se rencontrent aux quatre coins du domaine. Un jardin japonais de 5 hectares, s'étendant sur la colline rocheuse, complète cette aventure.

El Molino de Inca de Torremolinos est ouvert tous les jours de 10h00 à 18h00 à l'exception du lundi. Le prix d'entrée est fixé à 3 euros. Retrouvez plus d'informations sur la page web suivante : www.turismotorremolinos.es/fr/dec





La Casa de las Navajas, symbole d'un passé doré

Les années 20 et 30 voient fleurir les premiers établissements hôteliers dans la ville comme le Parador de Montemar ou encore le Château de l'Anglais (*el Castillo del Ingles, devenu plus tard el Castillo de Santa Clara*) car certaines familles fortunées affluent sur la future Costa del Sol et élisent Torremolinos comme lieu de résidence secondaire. D'impressionnantes maisons seigneuriales sont construites et parmi celles-ci, se distingue particulièrement l'ancienne demeure de la famille Navajas, dont l'architecture néo-mudéjar¹ séduit. Située dans le quartier Bajondillo, proche des plages, cette résidence familiale d'un riche cultivateur de canne à sucre², est devenue l'un des symboles de la ville. Le bâtiment appartient aujourd'hui à la mairie et accueille régulièrement des expositions. Son charme unique séduit aussi ceux qui désirent se passer la bague au doigt et qui élisent ce lieu comme endroit pour le jour unique où ils se disent oui pour la vie.

Outre son architecture, on apprécie son mobilier et sa décoration intérieure inspirée de l'Alhambra à Grenade. Les azulejos aux couleurs foisonnantes distillent notamment des bleus intenses et des jaunes éclatants au gré de votre balade. Les terrasses offrent de très belles vues sur la mer Méditerranée.

La Casa de los Navajas est ouverte du mercredi au dimanche de 11h00 à 14h00 et de 15h00 à 18h30.

L'entrée est gratuite. Pour plus d'informations:
www.blog.turismotorremolinos.es/casa-de-los-navajas/



¹ Ce mouvement artistique architectural est à la mode lors du XIX^{ème} siècle, utilisant des matériaux peu onéreux et dont l'inspiration semble puisée dans les contes de mille et une nuit.

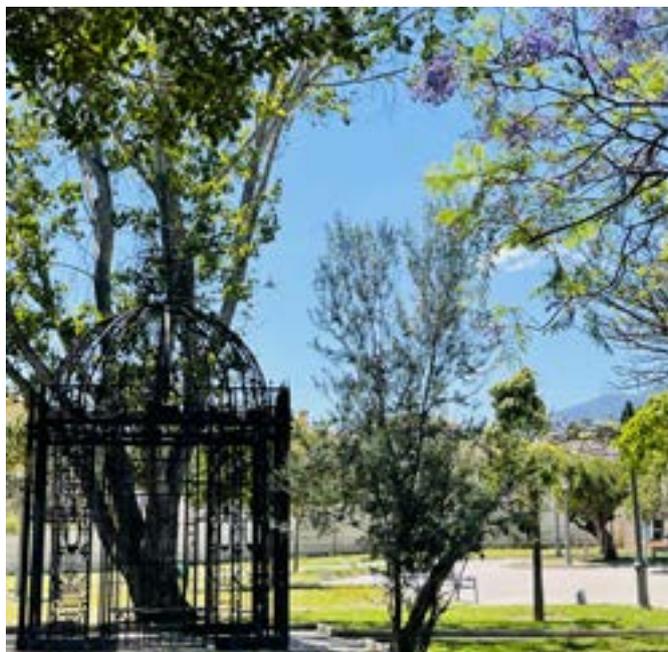
² La famille Luque-Navajas fut à la tête d'une fortune colossale en lien avec le commerce de la canne à sucre cultivée à l'embouchure du fleuve Guadalhorce. Ces cultures étaient favorisées par un système ingénieux d'irrigation à l'entrée de la ville de Malaga, amenant l'eau notamment aux moulins de Torremolinos.



CASA
DE LOS
NAVAJAS
1.926

Le Parc de la Batería, écrin de verdure et poumon de la ville

Nichée dans la partie nord du quartier de la Carihuela et prochainement connectée à ce quartier via un impressionnant ascenseur, cette zone paisible construite autour d'un grand lac est le lieu idéal pour se promener, se détendre en famille ou pique-niquer. Il est possible, le week-end, de louer des embarcations pour une aventure au fil de l'eau dans ce paradis vert. Les enfants apprécient le grand parc de jeux et les plus petits abandonnent avec courage leur tétine sur les branches de l'arbre merveilleux, « el Arbol de los Chupetes ». Les chérubins partent aussi à l'assaut de la tour d'observation du parc, offrant une vue magnifique sur la mer Méditerranée.







**Venez découvrir notre nouvelle carte
Pâtisserie et délicieuse cuisine belge
Déjeuner continental**

REPAS SUR PLACE & À EMPORTER

P.º Marítimo Rey de España, 6, Bloque 1, local 1,
29640 Fuengirola, Málaga

+34 623 133 417

Ouvert de 09h30 à 17h00 et de 19h00 à 02h00



Multi services

*N'attendez plus
à votre arrivée !*

**Votre chauffeur
privé à votre
disposition sur
la Costa Del Sol**



Transports

Services à la personne

0034 663 83 14 94 (WhatsApp)

christelmultiservices@gmail.com

f Chris Multiservices



Bodega del Mar

CAFE · BAR · RESTAURANT



Paseo Marítimo · Marbella · Tel: 952 772 704
www.bodegadelmar.es

DEJEUNERS-TAPAS
PIZZAS-PÂTES
BURGERS

SPECIALITES
RACLETES & FONDUES
SUR RESERVATION



Av. Palma de Mallorca - 27 - Torremolinos
+34 623 204 931 - www.el27gastrobar.es



DÉMÉNAGEMENTS BELGIQUE EUROPE

Chargements et déchargements dans toutes les régions de Belgique, Luxembourg, France, Espagne et Portugal, sans exception. Pour tous renseignements complémentaires, veuillez nous contacter par téléphone ou mail.



Tel: 0032 472 10 60 76 (whatsapp)
Email: allessjuve@hotmail.com



Cheffe pâtissière française
Tapas - Paëlla - Plats
Bières belges - Cave à vins



Avenida del Lido n°2 Torremolinos
616 36 82 06



IDEAL PROPERTY NAT
Inmobiliaria Real Estate



Nathalie Buisson

+34 656 55 35 66
www.idealpropertynat.com
idealpropnat@gmail.com

Passionnée par mon métier et par les relations humaines, je vous accompagne dans l'achat ou la vente de votre propriété. Ma zone de prédilection s'étend de Malaga à Marbella en remontant jusqu'à Casarabonela



À la recherche de trésors dans le Marché aux Puces de Torremolinos

Le dimanche, se plonger dans le vide-greniers et le marché des antiquités autour des célèbres arènes, à la recherche de trésors originaux, voici une activité originale. Tout au long de l'année, on y chine des vêtements, des objets de décoration et autres pièces d'antiquité.

C'est aussi l'occasion de découvrir la Plaza de Toros de la ville. Elles ne sont actives que lors de la célèbre feria de septembre célébrant Miguel, le Saint-Patron de la ville. Le reste de l'année, elles accueillent concerts et autres événements culturels ou sportifs.



Le Centre Culturel Pablo Picasso, paradis des expositions

Cette attraction culturelle de la ville est le cœur d'ateliers artistiques organisés au fil des saisons. De belles expositions s'enchaînent à un rythme effréné et les manifestations artistiques attirent chaque année de plus en plus de visiteurs. Ce lieu culturel est abrité dans l'ancien Collège des Orphelins Ferroviaires, dont la construction date de 1935. Un joli parc arboré entoure cet édifice emblématique de la ville.



Tolérance et petit coin de paradis pour la communauté gay

L'esprit de liberté est inhérent au mode de vie de Torremolinos. Dès le début des années 50, en pleine dictature, chacun peut être ce qu'il veut être. Sous le soleil de Torremolinos, personne ne vous jugera. Un air de tolérance souffle et explique l'implantation du collectif LGBTI sur ses terres. Il y règne une certaine façon de vivre, sans contrainte, sans pression. Les plages gay-friendly offrent une atmosphère animée et haute en couleur. La station balnéaire s'est muée en destination populaire pour les gays et lesbiennes comme le sont devenues les villes d'Ibiza ou de Mykonos. L'ambiance est accueillante et inclusive. Le noyau gay est centré autour du quartier de la Nogalera. On y découvre pléthore de bars et de clubs et les drapeaux arc-en-ciel sont omniprésents. Les défilés de fierté et les festivals gays attirent les fêtards de toute l'Europe, et même d'au-delà. On ne s'ennuie jamais dans la capitale des nuits agitées du sud de l'Espagne !

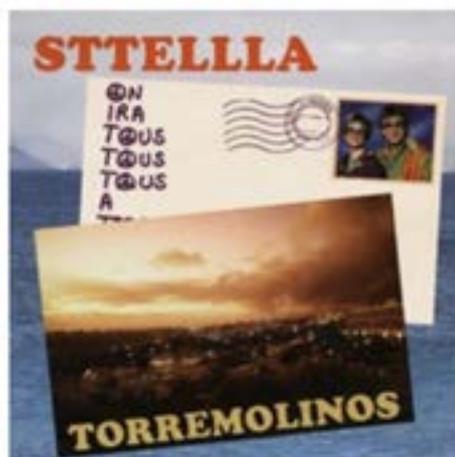




Retour sur un tube !

Lors de notre numéro précédent, nos équipes avaient rencontré l'un des plus célèbres Belges, le déjanté Jean-Luc Fonck, du groupe culte STELLA. Il a évoqué pour nous la genèse de sa chanson culte, "Torremolinos". « Il y a une ville à la Costa del Sol, où il y constate déjà qu'il y a « plus de Belges que d'Espagnols », ainsi, démarre un des hymnes les plus potaches et des plus cinglants sur l'explosion du tourisme de masse. Le maître des jeux de mots évoque cette histoire d'amour entre son peuple et la célèbre station balnéaire. La chanson aurait pu s'appeler « Benidorm » ou « Lloret del Mar », or, il choisit de prendre la station balnéaire andalouse comme thème principal de cette chanson qui deviendra un véritable tube. La chanson figure sur l'album «Manneken Pis Not War/ Faisez La Mouche Pas La Guêpe» sorti en 1992. Elle ne sortira qu'en troisième single, après notamment « Nagasaki Ne Profite Jamais ». La chanson devient un succès incroyable, pourtant Jean-Luc Fonck avoue avoir mis plus de 10 ans à l'écrire. L'auteur est allé une seule fois à Torremolinos, en 1979 et il y constata déjà qu'il y avait déjà « plus de Belges que d'Espagnols ». L'artiste s'amuse, à travers les paroles, à donner une série de marques belges, de compagnies aériennes et autres, Sunair, Airtour, Neckermann, qui n'existent plus maintenant. Il fut surpris de constater qu'à l'époque, la R.M.B. (Régie Média Belge) n'a, à aucun moment, réagi.

Il cite de nombreuses marques et rien ne s'est passé, c'était une autre époque en effet. Jean-Luc Fonck a aussi découvert bien plus tard qu'une erreur s'était glissée dans les paroles de la chanson. Il cite le magasin de chaussures « Bata », « Et de Bata, que de gambas », et découvre trop tard que cette chaîne de magasins est tchèque et non belge. La chanson devient un véritable ovni et accélère la notoriété du groupe STELLA. Cet excellent moment de béatitude continue à résonner lors du bal de la célèbre fête nationale du 21 juillet et lors de tout mariage réussi.





Activités, attractions, intérêts touristiques, les 5 incontournables d'ESPRIT SUD MAGAZINE !

- Une journée plage, les orteils dans le sable fin et une pause-déjeuner réussie dans un chiringuito pour y déguster des « espetos de sardinas » et du « pescaíto frito ».
- Vivre intensément la Romería et la Féria de San Miguel (cette année, début des festivités le dimanche 22 septembre).
- Début juin, se joindre aux 30.000 personnes présentes à la LGBTI Pride de Torremolinos pour faire la fête et célébrer la différence et l'acceptation de l'autre.
- Se rafraîchir et faire le plein de sensations fortes dans le parc aquatique « Aqualand Torremolinos ».
- Assister avec émotion à la procession de la Virgen del Carmen, le 16 juillet, dans le quartier de La Carihuela.



À table !

Torremolinos offre d'excellentes tables et une riche gastronomie, autant dire que vous allez vous y régaler. Voici nos coups de cœur :

- Déguster les pieds dans le sable, de délicieux poissons au chiringuito LA MAR DEL GARUM, à la limite avec les plages de Churriana (Cam. De la Cizaña).
- Se régaler avec la cuisine créative de CALENDULA TAPAS (Calle Skal, 6) revisitant avec brio les tapas espagnoles ! Laissez une petite place pour les desserts, ils sont également extraordinaires.
- Une vue exceptionnelle et une cuisine délicieuse vous attendent à LATIERRA (Calle Ctra. del tajó, 10).
 - Voyager en Italie le temps d'une pizza exceptionnelle chez PIZZERIA SIMO (Calle la Nogalera, 2, local 104). Le maître des lieux laisse reposer sa pâte à froid pendant 72 heures, un processus de maturation qui lui confère un goût unique ! Découvrez aussi ses pâtisseries italiennes dans son nouvel espace consacré aux douceurs "dolce vita".
- Déguster de délicieux cocktails sur le rooftop de l'HOTEL LA BARRACUDA (Av. de España, 1).
- Siroter un Gin Tonic ou un Mojito accompagné de délicieux mets dans le CLARENCE JAZZ CLUB, légendaire boîte de jazz de la station balnéaire.
- Enfin, succombez aux délicieux plats de KBANA (Av. del Lido, 2), de LA CAFETERIA EL POZO (Calle Casablanca, 4), EL 27 GASTROBAR (Av Palma de Mallorca, 27), ZABOR FEITEN (Calle de la Cruz, 10), aux grillades de CHE BOLU (De La Cruz, 26) ou encore aux préparations « maison » du Restaurant LANJARON (Calle Europa, 12).



Depuis longtemps une référence en matière d'évolution et de développement, Torremolinos a pu s'adapter à l'évolution du tourisme et malgré un centre hyper-urbanisé, la ville a réussi son pari de devenir une destination incontournable dans le sud de l'Espagne. La station balnéaire, paradis de l'agitation et de la joie, vous attend !



Clinica Dental Sonrisol

Dr. Badi Haddu

Ne cachez plus vos dents !

Plaza Costa del Sol, 5. -1º
Torremolinos - Málaga
0034 952 370 887 - 0034 691 501 110
www.clinicadentalsonrisol.com



Pour votre plus beau sourire,
choisissez la confiance et optez pour
Sonrisol !

Par Frédéric André

des équipes de professionnels coordonnées s'adaptant aux exigences de la patientèle, votre partenaire Sonrisol vous prouvera qu'il n'est jamais trop tard pour changer de sourire. Leur équipe de professionnels peut devenir votre meilleure alliée pour vous rendre le sourire. Tout en améliorant l'esthétique de votre dentition, ils décèlent aussi les problèmes que la dentisterie classique ne perçoit pas toujours. Sonrisol est aussi l'une des meilleures cliniques de la Costa del Sol dans le domaine de l'orthodontie, combinant l'approche classique à la technique invisible Invisalign.

Issu d'une famille de médecins et fils de pharmacien, le Docteur Badí Haddú fort d'une expérience de plus de vingt ans, a mis au point des protocoles de soins dentaires sous sédation qui s'adressent à tout type de public. Formé aux Universités de Cambridge et de Grenade, il s'efforce d'introduire en permanence les technologies les plus modernes dans son exercice de dentisterie esthétique et de chirurgie orale. À travers la dentisterie cosmétique, la chirurgie implantaire et les interventions pré-implantaires, son objectif est d'aider les patients à retrouver confiance en eux. À l'aide de protocoles modernes, ses équipes permettent aux patients de recouvrer leur intégrité physique et de croquer de nouveau la vie à pleines dents. Grâce aux technologies numériques comme la radiologie 3D et aux prothèses avant-gardistes conçues par des programmes informatiques, le Docteur Haddú place vos dents au carrefour de votre santé. Partenaire actif de la médecine classique, il est l'architecte de votre sourire, soulage vos douleurs, améliore votre qualité de vie et vous redonne confiance en vous.

Une dentisterie générale de qualité alliée à une approche préventive

Votre santé buccale fait partie intégrante de votre santé et ne peut être négligée. Les maladies et problèmes bucco-dentaires sont devenus un problème majeur au niveau mondial. Il est important de prendre soin de soi et cela passe naturellement par une excellente hygiène dentaire. Contrôles réguliers, examen des gencives, détection des caries et détartrage, la prise en charge de votre dentition par l'équipe professionnelle de Sonrisol est l'allié numéro un à un bon brossage quotidien et à une alimentation saine et équilibrée. Les services dentaires préventifs de Sonrisol vous garantissent une détection rapide de maladies et de problèmes pouvant s'aggraver.

Retrouver le sourire grâce à la dentisterie esthétique

Blanchiment dentaire, aligneur transparent sur mesure, facettes dentaires cosmétiques, profilage gingival, incrustations ou remplissages cosmétiques, implants, couronnes en céramique, les solutions proposées par l'équipe professionnelle de Sonrisol sont infinies et vous conduiront à une qualité de vie retrouvée. Votre sourire est votre plus bel atout et est devenu un véritable passeport social. Des services de qualité à des prix abordables et

Implants, dentisterie régénérative et chirurgie orale

Le Docteur Haddú s'est spécialisé en chirurgie buccale incluant interventions sur les gencives, greffes osseuses et extractions de dents de sagesse. Confiez le placement de vos implants à un vrai spécialiste et reconstruisez avec lui votre sourire.

Les "+" de SONRISOL :

- DES SOLUTIONS POUR RACCOURCIR LES DÉLAIS DES TRAITEMENTS (*une prise en charge rapide, des soins compactés, ...*)
- DES PROFESSIONNELS TOURNÉS VERS LES NOUVELLES TECHNOLOGIES (*intégration permanente dans l'exercice quotidien du cabinet de nouveaux concepts médicaux issus des dernières recherches scientifiques*)
- AIDER LES PATIENTS À VAINCRE LEUR PEUR DU DENTISTE (*accompagnement des personnes phobiques des soins dentaires pour des traitements sans souffrance grâce à la sédation dentaire mais aussi par une approche humaine avec Pilar, Australia, Aline, Laura ou Mar*)
- UN COÛT RAISONNABLE ET JUSTIFIÉ (*retrouver le sourire est un droit pour toutes et tous*)
- DES SOLUTIONS NOVATRICES POUR RÉSOUDRE LES PROBLÈMES SPÉCIFIQUES DE CHAQUE PATIENT (*prise en charge adaptée et personnalisée*)

**Une santé améliorée et des douleurs disparues...
Le plaisir de revivre, de pouvoir de nouveau manger,
sourire, aimer et être aimé.**

Docteur Badí Haddú

Clínica Dental Sonrisol
Plaza Costa del Sol, 5. -1º
Torremolinos - Málaga
0034 952 370 887
0034 691 501 110

www.clinicadentalsonrisol.com





Rencontre avec Margarita del Cid, mairesse de Torremolinos

Par Frédéric André

Figure politique incontournable de la Costa del Sol, Margarita del Cid est à la tête de la station balnéaire de Torremolinos depuis 2021 et fut la première femme élue à la mairie de la ville. Il y a pratiquement trois ans, elle a succédé au maire socialiste José Ortiz après le dépôt d'une motion de censure lors d'une séance plénière extraordinaire dont se souviennent encore tous les habitants de Torremolinos. L'an dernier, elle est a été élue haut la main à la tête de la ville, renouvelant un mandat acquis dans la tourmente, prouvant qu'elle n'était pas là par le fruit du hasard. Des succès, mais aussi des moments compliqués ont jalonné son parcours politique. Née à Torremolinos, Margarita del Cid est très fière de veiller aujourd'hui sur les citoyens de la cité. La « alcaldesa » (maïresse) a aussi réalisé récemment l'influence qu'elle pouvait avoir lorsqu'on lui diagnostiqua un cancer du sein alors qu'elle est à la veille de ses 50 ans. Avec un moral d'acier, elle a combattu et est aussi devenue activiste, réel miroir pour toutes les femmes traversant ce genre d'épreuve. Elle accumule sorties publiques, s'affichant le crâne rasé en lien avec le traitement par chimiothérapie qu'elle subit et s'attelle à promouvoir la prévention et les diagnostics précoces. En toute transparence et sans langue de bois, elle aborde ouvertement la maladie et les effets du traitement sur son rythme de vie frénétique et devient un exemple de courage. Dans la dernière équipe mise en place, elle mise sur la diversité et des profils différents. Le seul dénominateur commun est l'amour que ses membres portent pour la ville de Torremolinos. Treize délégations disposent des armes et du talent pour affronter de nombreux défis pendant ce mandat qui a débuté en 2023. Elle a regagné la confiance des citoyens et peut envisager l'avenir avec sérénité, axant les priorités sur les services publics, le bien-être du citoyen et le développement de nouvelles infrastructures. À l'aube de la saison estivale, Marga comme tout le monde l'appelle dans la ville ensoleillée, nous consacre un peu de son temps, malgré un agenda qui déborde et répond à toutes nos questions, sans détour.

En 2024, quelles sont les priorités que vous vous êtes fixées avec vos équipes pour répondre aux besoins de vos citoyens ?

Dans une ville comme la nôtre, les besoins sont nombreux et en relation avec ceux-ci, les priorités sont multiples. Notre mission première est d'améliorer les services publics. En tant que municipalité touristique, nous sommes confrontés à une croissance démographique temporaire qui met en péril des services tels que le nettoyage et la sécurité. Il nous est donc impératif de prendre les mesures nécessaires pour que ces deux secteurs continuent à s'améliorer. La diversification des apports économiques est une autre de nos priorités. Bien entendu, le tourisme est

une source importante de revenus mais dans les prochains mois, le conseil municipal disposera d'un bâtiment communautaire flambant neuf en appui aux innovations sociales, aux expériences commerciales nouvelles et aux initiatives entrepreneuriales avant-gardistes. Celles-ci conduiront à la création de nouvelles opportunités, au-delà de celles créées avec le tourisme.

Et troisièmement, la régénération urbaine, comprise comme une révision de tous les espaces publics de la ville, figure aussi parmi nos axes prioritaires. Des améliorations du côté des critères d'efficacité énergétique, favoriser les zones d'ombre dans les quartiers et rendre les espaces plus sûrs et plus accueillants pour les voisins et les visiteurs, ce sont des éléments dont je tiendrai compte lors de mon mandat.

La thématique de l'eau est au centre de tous les débats. On a annoncé début mai l'autorisation de remplissage des piscines pour la province de Malaga. Quelle est la position de votre équipe en lien avec cette situation préoccupante ?

Actuellement, pour les municipalités de la Costa del Sol occidentale, dont fait partie Torremolinos, la limite de la consommation est de 225 litres par jour et par personne. Effectivement, quelques exceptions comme l'utilisation de l'eau pour les piscines ont été permises. Mais nous devons garder en tête que les limitations restent très strictes et révisables en cas d'augmentation de la consommation. Torremolinos a travaillé sur une ordonnance de sécheresse pionnière qui permet de sanctionner les excès de consommation détectés, car il est nécessaire et urgent de s'attaquer à ce problème. La situation de sécheresse est extrême et nous devons tous assumer une responsabilité collective.

Vos équipes ont triomphé au FITUR¹, en janvier dernier, portées par les chiffres exceptionnels du tourisme en 2023. Quels sont vos axes prioritaires en matière de tourisme ?

Il y a plusieurs axes. L'un des principaux est le tourisme sportif, qui a connu une croissance exponentielle au cours des deux dernières années. Les hôtels qui fermaient quelques semaines en hiver, ouvrent maintenant toute l'année. Les mois de janvier et février, généralement plus modestes ont enregistré cette année des chiffres records. De nombreux événements et des agendas culturels bien remplis attirent également les voyageurs dans notre ville. Torremolinos accueille de plus en plus d'événements à caractère international et les efforts intenses déployés dans ce sens au cours des deux dernières années portent leurs fruits. Enfin, la régénération urbaine, sujet abordé il y a quelques minutes, a aussi une dimension touristique très intéressante. Elle donne lieu à des projets innovants à fort pouvoir d'attraction pour les visiteurs. Un premier complexe résidentiel destiné exclusivement aux nomades numériques, mené par Nuovit dans l'ancien Hôtel Los Alamos est une belle innovation.

Retrouvez la suite de cette rencontre avec la mairesse de Torremolinos sur notre site web www.espritsud.es et sur notre application Esprit Sud Magazine !



CAFETERÍA EL POZO

Petits déjeuners, salades, sandwiches et hamburgers

Hotel El Pozo, Calle Casablanca, 4 - Torremolinos
0034 952 380 602

DESIGN · QUALITÉ · CONFORT

Avenida Nuestra Señora de Gracia, 6
MARBELLA - 647400344
de lunes a sábado
de 9.30a 14h y de 17.00 a 20.00h

life concept
LIVING SHOE STORE

SUNNY HOME REAL ESTATE

VOUS RECHERCHEZ UN AGENT IMMOBILIER ?

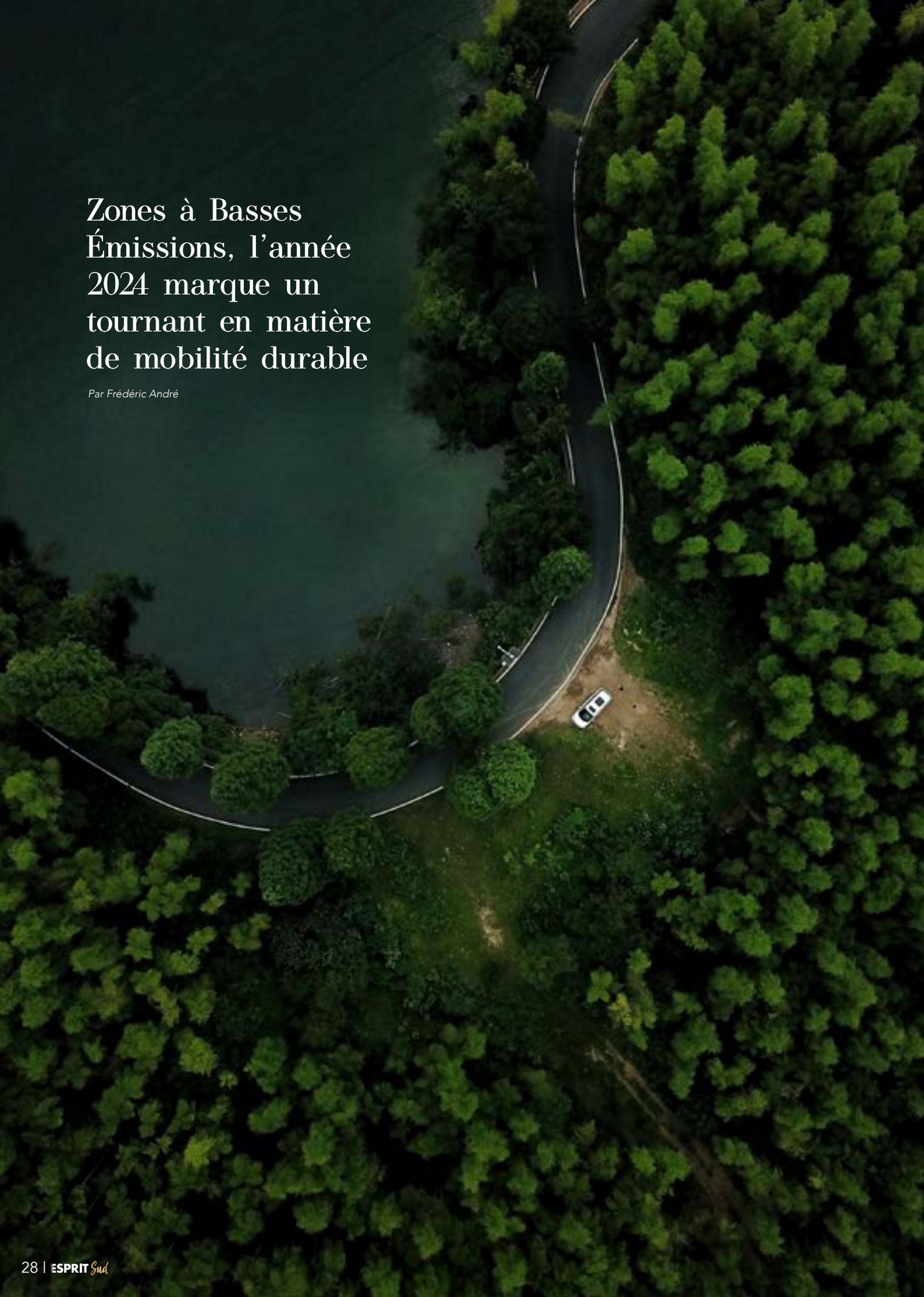
Pour acheter ou vendre, comptez sur moi!

www.benahouse.com / virginia@benahouse.com
+34 637 04 48 51
Avd. Juan Luis Peralta 7, Benahadana Pueblo, Málaga

ONGLERIE | SOINS ESTHETIQUES | COIFFURE

Christelle Boe
SALON DE BEAUTÉ | MARBELLA

El Corte Inglés
Puerto Banus
Planta 1 (1er étage)
7j/7
10:00 à 22:00
Sur rendez-vous:
673 837 104

An aerial photograph showing a dark asphalt road that curves through a lush, green forest. To the left of the road, a calm lake is visible. A white car is parked on the shoulder of the road. The overall scene is serene and natural.

Zones à Basses Émissions, l'année 2024 marque un tournant en matière de mobilité durable

Par Frédéric André

Partout en Europe, se sont développées les Zones à Basses Émissions (ZBE) et l'Espagne n'est pas en reste. Plusieurs zones de ce type existent déjà (*Zona de Bajas Emisiones*), visant à favoriser une mobilité plus durable en restreignant l'accès des véhicules les plus polluants dans les zones urbaines. Il existe cette volonté d'encourager l'utilisation de modes de transport alternatifs plus respectueux de l'environnement. Ces nouvelles mesures impliquent de la part des usagers d'inscrire leur véhicule et de se confronter à différentes restrictions. Esprit Sud Magazine fait le point sur cette question et vous invite à y voir plus clair.

Tout d'abord, une ZBE, c'est quoi ?

Ces Zones à Basses Émissions (*ou ZBE*) sont des zones urbaines délimitées dans lesquelles certaines catégories de véhicules, les plus polluants, ne peuvent circuler. Mises en place dans les centres-villes, là où la pollution de l'air est la plus importante, ces zones ont pour objectif de réduire les émissions de polluants atmosphériques, parmi lesquels on retrouve notamment les oxydes d'azote et les particules fines. Limiter l'accès et réduire la circulation de certains véhicules, généralement les plus anciens et les plus polluants, conduisent indéniablement à une amélioration de la qualité de l'air dans les villes. Madrid, Barcelone, Cordoue, Séville, Valence et maintenant Malaga ou Torremolinos, elles ont toutes pris le chemin de la mobilité durable avec des nouvelles restrictions qui progressivement seront d'application.

Dois-je inscrire mon véhicule à la ZBE en Espagne ? La réponse est oui !

Que votre véhicule soit immatriculé en Espagne ou dans un autre pays, cette inscription doit être réalisée. Si votre véhicule porte une marque d'immatriculation espagnole, il est recommandé d'apposer la vignette sur la vitre avant autorisant l'accès à une ZBE même si la plaque d'immatriculation permet aux autorités de vérifier si le véhicule dispose bien d'une vignette.

Vous pouvez acheter ces vignettes dans un bureau de poste, chez un garagiste partenaire ou en ligne sur le site de la DGT (*Direction Provinciale de la Circulation*). Sur le site de la DGT, la vignette vous coûtera 6,50 euros. Chez un garagiste agréé, présentez votre carte d'identité, votre permis de conduire, votre carte grise du véhicule et payez 5 euros pour obtenir votre précieuse vignette. Dans un bureau Correos, le prix de la vignette est également de 5 euros.

Si votre véhicule n'est pas immatriculé en Espagne mais que vous disposez déjà d'une vignette environnementale allemande, autrichienne, danoise ou française, la DGT considère que vous possédez la vignette espagnole correspondante. Vous pouvez donc circuler en Espagne sans réaliser la moindre démarche. Attention, il existe une exception avec la ville de Barcelone, où il est nécessaire d'enregistrer son véhicule en ligne avant d'entrer dans la ville même si vous êtes en possession d'une vignette étrangère valable.



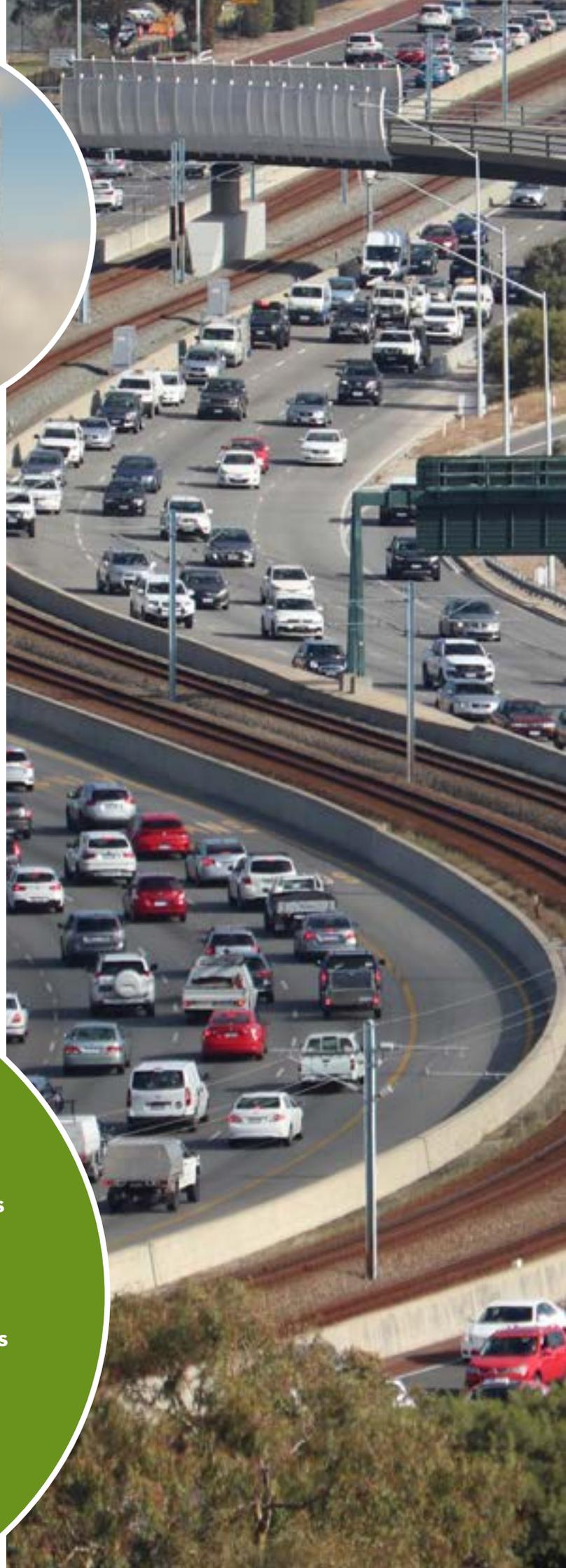
Quelles sont les différentes classifications de ce label environnemental ?

- **Étiquette 0 émission.** Celle-ci correspond aux véhicules les plus efficaces. Entrent dans cette catégorie, les véhicules électriques à batterie (BEV), électriques d'autonomie (REEV), électriques hybrides, rechargeables (PHEV) d'une autonomie de 40 kilomètres.
- **Étiquette ECO.** Ce sont les véhicules hybrides, à gaz ou les deux qui sont éligibles de cette étiquette. On y retrouve aussi ceux fonctionnant au gaz naturel, aux gaz GNC et GNL et au gaz de pétrole liquéfié (GPL).
- **Étiquette C.** Cette catégorie inclut les véhicules à combustion interne conformes aux dernières émissions dictées par la Commission Européenne. On y retrouve les voitures et camionnettes légères à essence immatriculées à partir de janvier 2006 et les véhicules diesel mis en circulation à partir de septembre 2015.
- **Étiquette B.** Celle-ci correspond aux véhicules à combustion interne qui, bien que ne répondant pas aux dernières spécifications des émissions européennes, sont conformes aux précédentes. Ce sont les voitures particulières et camionnettes à essence immatriculées depuis le 1er janvier 2001 et celles diesel circulant depuis 2006.

Et à Malaga ?

La ZBE de la ville de Málaga est opérationnelle. Elle est entrée en vigueur progressivement depuis le début de cette année 2024. Le conseil municipal de Malaga a élaboré une ordonnance sur la mobilité durable indiquant les rues faisant partie de cette zone et les véhicules autorisés à entrer. Les automobilistes de Malaga ont commencé à préparer leur véhicule en apposant les vignettes spécifiques permettant l'accès à la ZBE. Celle-ci recouvre une superficie de 437 hectares, incluant les zones du centre historique, les environs de l'Alcazaba, du Gibralfaro, du port et une partie du quartier de Bailén-Miraflores.





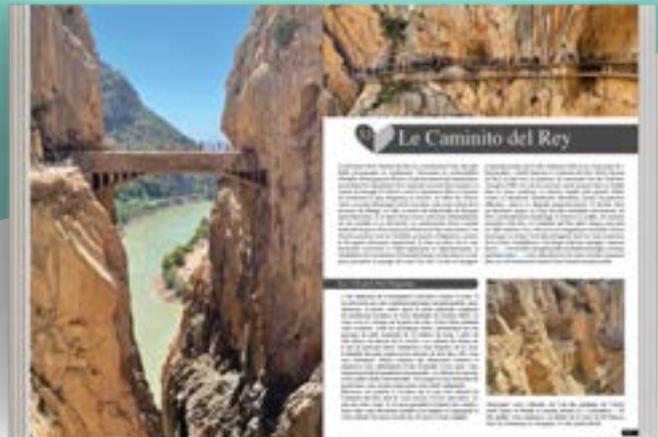
Un système de vidéosurveillance a été mis en place sur les axes centraux d'accès à la ZBE de la capitale de la Costa del Sol. Sachez que jusqu'à la deuxième année, les restrictions ne commenceront pas. Ainsi, au cours de 2024, les véhicules pourront accéder à la ZBE avec la vignette environnementale 0, ECO, C et B ou sans étiquette. Au cours de 2025, les véhicules qui ont le vignette 0, ECO, C et B et sans étiquette, mais dont les titulaires sont domiciliés à Malaga auront accès. Enfin, la troisième année, seuls les véhicules portant le label environnemental 0, ECO et C et ceux portant la vignette B ou non, mais accrédités à Malaga, pourront circuler dans cette zone. Les restrictions seront année après année, plus importantes.

Peuvent également circuler librement et sans vignette dans la ZBE de Malaga, les transports collectifs réguliers de voyageurs, les taxis et les VTC, ainsi que les véhicules historiques et les camions.

En lien avec la Loi sur le Changement Climatique et la Transition Énergétique, les agglomérations de plus de 50.000 habitants ou de plus de 20.000, avec des problèmes spécifiques de pollution, prennent les mesures qui s'imposent.

Les villes espagnoles ont compris qu'elles devaient adopter des mesures strictes dans le cadre de leur politique de mobilité durable avec pour objectif de créer des environnements urbains plus sains et plus durables pour tous.

Votre magazine innove et vous propose
un objet indispensable
qui ne manquera pas de vous séduire.



L'ouvrage
deviendra votre
livre de référence pour
découvrir tout ce que
l'Andalousie a
à vous offrir.

19.90 €
(hors frais de port)

Esprit Sud Magazine lance son livre hors-série "ANDALOUSIE, MON AMOUR". Cet ouvrage propose un contenu touristique exclusif et interactif, élaboré en Andalousie depuis près de 10 ans. Il vous propose à côté des destinations classiques, une série de lieux magiques et vous invite à sortir des sentiers battus.

50 coups de cœur sont référencés et pour chacun d'eux, une série de conseils, d'idées d'activités ou de découvertes vous est proposée pour une expérience réussie.

Ce livre-objet vous surprendra par son esthétisme et par son côté pratique.

En plus de ces suggestions, ce livre offre des recommandations gastronomiques pour découvrir les saveurs locales, comme si vous étiez un habitant de longue date.

Au format de votre magazine Esprit Sud, "ANDALOUSIE, MON AMOUR" n'est pas un simple guide touristique, c'est une invitation au voyage avec une sélection de magnifiques photographies qui reflètent notre passion de l'Andalousie, le tout parsemé de lumineux poèmes sortis de la plume de l'écrivaine Eva Garcia.

Commandez, dès à présent, votre exemplaire de
"ANDALOUSIE, MON AMOUR" sur:

www.boutique.espritsud.es

ANDALOUSIE

MON AMOUR

NOUVEAU!

GUIDE DES 50
COUPS DE CŒUR
ESPRIT *Sud*



Benjamin
CHEVEU D'OR
0033 628 40 90 16

24/24
7/7

bmstravel27@gmail.com
www.bms-Travel.com



Pour tous travaux de mécanique

Entretien
Réparation
Contrôle technique
Air conditionné
Vente et achat de véhicules d'occasion

0034 952 56 70 21 | 0034 605 10 97 96
Calle Moscatel 8 Poligono Industrial
29630 Benalmadena

MULTI TRAVAUX

FAITES APPEL A NOS SERVICES
en toute sécurité

Vous n'êtes pas sur place ?

Nous gérons vos travaux avec débriefing
à chaque avancement de ceux-ci!



MIRA SERVICES
0034 744 618 166



Le parfait pique-nique à la plage !

par Claude Georges



Voici revenu l'été et la saison des pique-niques à la plage. Esprit Sud Magazine vous propose de partager avec ceux qui vous sont chers, un repas les pieds dans le sable, face à la mer et de profiter avec eux de délicieux fruits, légumes et autres mets riches en saveur. Nous avons sélectionné pour vous une série de recettes remplissant à merveille vos paniers. Une fois étalés sur une nappe colorée face à la mer, ces délices vous inviteront à une expérience unique et réussie qui sent bon les vacances. Des plats à partager en famille ou entre amis, des recettes simples qui amuseront aussi les petits et le tout, facile à transporter.

Du fromage de chèvre et des figues pour des Crostinis délicieux !

Ces petits sandwichs régaleront vos convives, cela ne fait pas l'ombre d'un doute. Choisissez un pain multicéréales, un excellent jambon Serrano, un délicieux fromage de chèvre frais (type Payayo de la Sierra de Cadix) et de juteuses figues fraîches. Pour une expérience gustative réussie, ajoutez-y quelques feuilles de basilic frais et un filet de crème de vinaigre balsamique. Faites griller votre pain coupé en tranches et ajoutez-y les ingrédients en les dosant selon votre goût et vos envies. Un peu de sel et de poivre et le tour est joué ! Simple mais tellement bon !



La fraîcheur d'un tzatziki maison

Cette spécialité grecque prend des allures de caméléon sur les plages ensoleillées. Elle s'étale sur du pain grillé ou de délicieux « molletes », elle devient un parfait dip ou « trempette » comme disent les Canadiens, dans lequel on plonge des bâtonnets de légumes. Elle est aussi la sauce parfaite et fraîche pour accompagner des filets de poulet panés et des saucisses grillées froides. Alors préparez concombres, yaourts grecs savoureux à la texture épaisse, gousses d'ail et feuilles de menthe car vos invités la réclament déjà ! Versez trois yaourts dans une passoire fine posée sur un bol, couvrez d'un film alimentaire et laissez égoutter au minimum 4 heures. Râpez les concombres pelés et laissez-les dégorger un quart d'heure. Déposez ensuite la chair du concombre dans la passoire et ciselez la menthe. Pressez la chair du concombre dans un torchon pour en retirer l'eau et ajoutez les gousses d'ail écrasées, la menthe et le jus d'un citron. Ajoutez progressivement le yaourt, arrosez d'un filet d'huile d'olive, salez et poivrez. Votre condiment magique est prêt à en séduire plus d'un...



Focaccias aux olives noires et au romarin

Préparer ce pain délicieux est un jeu d'enfant. Il vous faut 450 g. de farine, 40 cl d'eau tiède, 2 cuillères à café de levure de boulanger déshydratée, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, un filet de miel, 150 g. d'olives noires et quelques brins de romarin. Mélangez dans un grand saladier l'eau, la levure, le miel et l'huile. Laissez reposer une dizaine de minutes de manière à ce que la levure agisse. Ajoutez au mélange la farine et une pincée de sel. Après une heure de repos, dégazez la pâte en appuyant dessus et travaillez-la délicatement. Placez sur la plaque du four du papier cuisson et déposez-y la focaccia. Disposez les olives et quelques brins de romarin sur la fougasse, arrosez d'un ultime filet d'huile d'olive et salez. Laissez reposer une nouvelle fois pendant une demi-heure. Enfin, passez au four votre préparation pendant 35 minutes à 180°C. Vous vous régalez avec ces délicieuses focaccias.



Le cocktail frais, hydratant et délicieux a un nom : Sandia Symphonie !

Désaltérant et riche en vitamines, cette boisson accompagnera votre été. Choisissez une pastèque bien mûre d'un kilogramme plus ou moins. Épépinez le fruit et placez la chair dans un Blender. Ajoutez-y les feuilles de 2 branches de menthe et 10 cl de miel. Déversez-y de la glace pilée et le tour est joué ! Cette même préparation est possible avec du melon, fruit plus sucré donc allez-y doucement avec le miel.

Quand les tomates cerises deviennent des pommes d'amour!

Les petites tomates enrobées de caramel et agrémentées de graines diverses seront à coup sûr, un moment fort de ce pique-nique. Cette recette est d'une simplicité déconcertante et crée pourtant à chaque fois son petit effet. Prenez 125 g. de cassonade, une trentaine de tomates cerises de différentes couleurs et formes, des graines de pavot, de sésame ou de tournesol. Pour réaliser les brochettes, il vous faut aussi des bâtonnets ou piques en bois. Faites chauffer à feux doux 15 cl d'eau avec la cassonade afin d'obtenir un caramel bien ambré. Une fois les tomates lavées, embrochez-les sur les piques et trempez celles-ci dans le caramel chaud afin de les napper. Parsemez immédiatement de graines sélectionnées avant que le caramel ne se fige. Vous allez succomber à ces petits délices !



Un taboulé en dessert fruité !

On connaît la célèbre préparation dans sa forme salée. Mais la semoule peut aussi devenir un délicieux dessert lorsqu'elle est accompagnée de fruits. Pour cette recette originale, il vous faut 25 cl de jus de fraises, le jus d'un citron, 3 cuillères à soupe de miel, 200 g. de semoule à couscous, 100 g. de pistaches concassées, 2 cuillères à café d'eau de fleur d'oranger, quelques feuilles de menthe fraîche et un mélange de 250 g. de fruits rouges. Les plus gourmands peuvent accompagner ce dessert d'une chantilly maison vanillée préparée avec de la crème liquide entière très froide, deux gousses de vanille et 20 g. de sucre glace. Débutez la préparation en portant à ébullition le miel et le jus de fraises. Ajoutez-y le jus de citron. Versez la semoule dans un saladier et faites-y écouler le liquide bouillant. Couvrez et laissez reposer 10 minutes. La semoule gonfle et après avoir égrainé la semoule avec une cuillère, on y ajoute la menthe fraîche ciselée, la fleur d'oranger, les pistaches et les fruits rouges. Le taboulé fruits rouges et pistaches conclura à merveille votre pique-nique.





Amorino[®]
GELATO AL NATURALE



Retrouvez-nous à **MARBELLA** sur le
PASEO MARITIMO

(au pied de l'**HOTEL EL FUERTE**)
Avenida Duque de Ahumada, 2



PROFITEZ DE SAVEURS UNIQUES D'UNE CUISINE AUTHENTIQUE
BRETONNE DANS UNE BELLE AMBIANCE.



*Ce restaurant de crêpes bretonnes,
offre une délicieuse sélection
de crêpes sucrées / salées
ainsi que des pâtisseries maison*

Av. del Mar, 20,
MARBELLA
+34.654.06.97.51

RÉSERVEZ MAINTENANT

Du mercredi
au lundi
de 12h30 à 23h00

aleGria
FLAMENCO GASTRONOMIA
MÁLAGA

FLAMENCO GRANADA
**JARDINES DE
Zoraya**

**PALACIO
FLAMENCO
GRANADA**

15% RÉDUCTION
Code promo online

Esprit

+34 951 47 44 93
C/ Vélez Málaga 6
www.flamencomalaga.com

+34 958 206 266
Calle Panaderos 32 - Albayzín - Granada
www.flamencogranada.com

+34 858 68 97 30
Cta. de Sta. Inés, 18010 Granada
www.flamencoenpalacio.com

CENTRO OSTEÓPATA OSTEOPATHY

**CHRISTOPHE BIANCHI RUBIO
OSTEOPATHE**

Diplômé de l'Institut Supérieur
d'ostéopathie Aix-en-Provence
Professeur d'ostéopathie R.O.E n°81

**Ostéopathie
crânienne
viscérale
articulaire
Pédiatrique**

TEL. 625 734 497
MARBELLA • MIJAS • FUENGIROLA

CL ASSURANCES
cabinet de courtage

Lao & Lao
CORREDORES
DE SEGUROS

Votre Cabinet de courtage en assurances

ASSURANCE AUTO – ASSURANCE MAISON – ASSURANCE MALADIE

Protégez votre maison de toute occupation illégale.
La seule assurance qui vous rend votre maison rapidement

**Ges
seguros**

Carlos Lao Sánchez

Tlf: 610 53 15 98 - 951 66 73 63

info@classurances.com

www.classurances.com

Avda. Matas Verdes, 2 E 29680 Estepona

Avda. de los Rosales, 113 28021 Madrid

**REALE
SEGUROS**

ZURICH

AVA

\$

+

🚗

NEW SHOP



NICOLAS
DEPUIS 1822

**WINE
CHAMPAGNE
SPIRITS
BEER**

HOME DELIVERY*

*ASK FOR CONDITIONS

OUR SHOPS:

GUADALMINA

Centro Comercial Guadalmina
Edif. La Caixa, locales 7-8
29670 Marbella
Tel: 951.272.216

ELVIRIA

Centro Comercial Contur
Ctra. de Cádiz km. 192, local 8
29604 Marbella
Tel: 952.368.324

ALOHA

Plaza. Del Prado,
Urb. Aloha Gardens, local 4
29660 Nueva Andalucía
Tel: 951.153.475



WWW.NICOLASMARBELLA.COM - MAIL: VINOSMARBELLA@GMAIL.COM

FOLLOW US:



PLAZA ALOHA

L'Opéra

RESTAURANTE



Viandes - Fromages - Vins
Nos saveurs du terroir.

📍 115 calle Paco palma Marbella 29603

📱 @lopera.marbella

☎ 951 53 81 98

N NLexperts ASSURANCES



Agent d'assurances francophone en Andalousie

+ de 20 ans d'expérience en assurances



Nicolas Lorsignol

+ 34 699 70 35 40

info@nlexperts.com



Toutes vos assurances au meilleur prix

Santé - Habitation - Auto - Vie - Décès - Multirisques
RC Pro - Bateaux - Accident - Épargne ... etc ...

Info & Devis gratuit : +34 699 70 35 40 - info@nlexperts.com

www.nlexperts.com



Graphiste Designer
CLAUDE NOUKENS

claudenoukens@gmail.com
+32 (0)470 56 32 58

EUROOPTICAL



Professionnel de la vision !

Fernando Gonzalez Perales
Opticien

Avda. F. Garcia Lorca, 29
+34 952 44 76 89
+34 639 660 635

29631 Arroyo de la Miel
Benalmadena

Promotion spéciale seniors

Lunettes - Lentilles de contact - Optique pour enfants
Lunettes de soleil - Vérification de l'acuité visuelle par ordinateur



Frédéric
Le Peintre

*Travaux de peintures,
décoration, placos, parquet
et aménagement d'intérieur
Petits travaux*

✉ delsuoloaltecho@yahoo.com

☎ +34 686 38 64 03

f delsuoloaltecho

LA CLINIQUE
MARBELLA

Dr. Bérénice Ibarra Ottino
Médecin français à Marbella
Spécialisée en médecine générale
et médecine esthétique



Sur rendez-vous

+34 622 670 192
info@lacliniquemarbella.com
www.lacliniquemarbella.com

Jacinto Benavente 30
Edif. Marie V-1° A
29601 Marbella

MAGAZINE

ESPRIT

Culture

— Le magazine des francophones en Andalousie —

Interview

**Bernard Minier,
mène l'enquête**

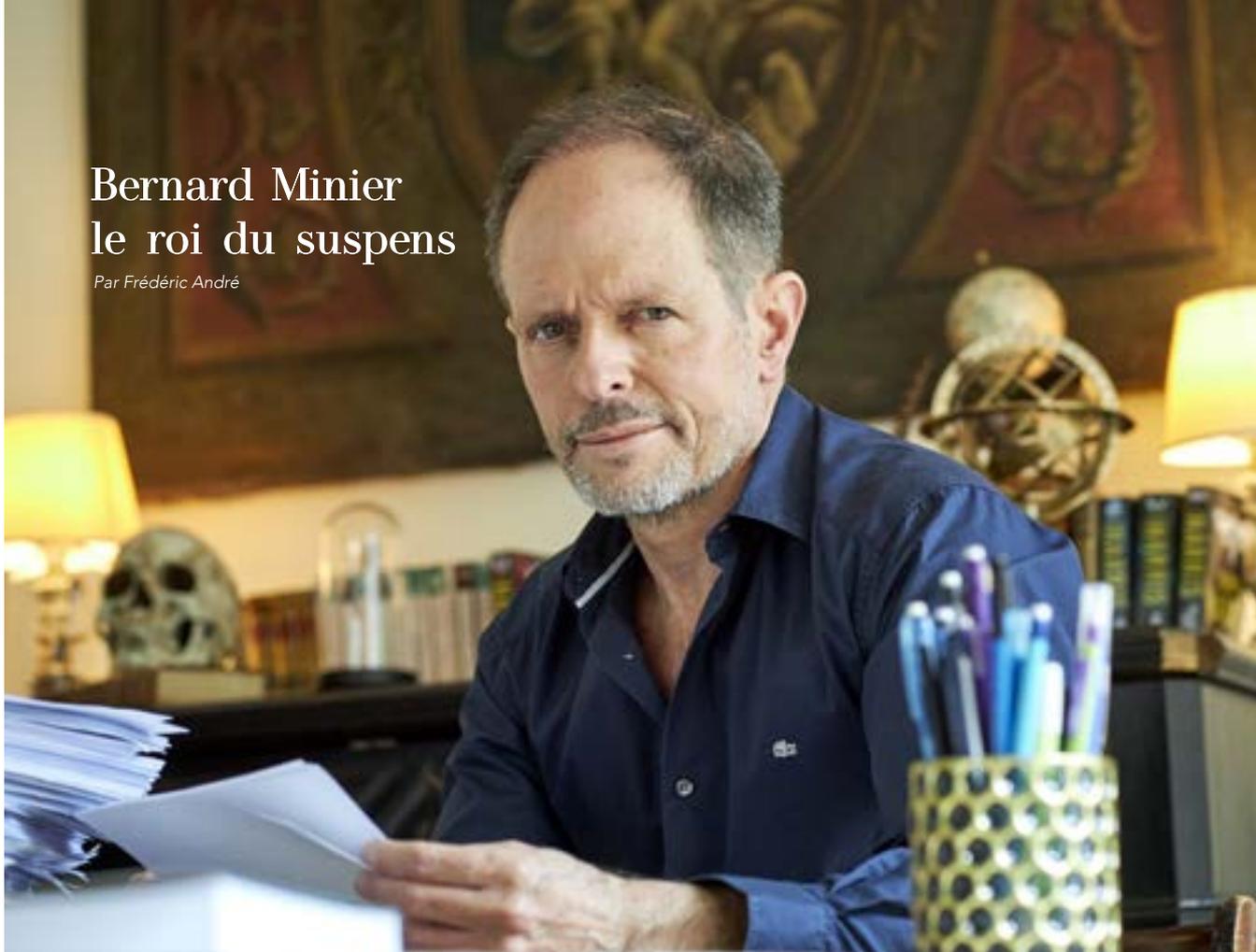
2024

Été N° 17

- La découverte de l'un des plus beaux palais de Séville
- Portrait de l'artiste Jean-Rémi Tavernier d'Aubonne

Bernard Minier le roi du suspens

Par Frédéric André



Faut-il encore le présenter? Bernard Minier est devenu en douze romans, le roi du thriller. Traduit en près de 30 langues, il est l'un des auteurs les plus lus en Europe. « Glacé », le roman qui l'a révélé au public, fait partie des 100 meilleurs polars de l'histoire, répertoriés par le Sunday Times. Son nouveau thriller sorti début avril, « Les Effacées » donne de nouveau vie, à Lucia, l'héroïne de son dixième roman, éponyme. « Lucia » s'est vendu à 400.000 exemplaires en France et les droits d'adaptation du thriller viennent d'être acquis par Netflix, ce qui promet une série de 6 épisodes à succès. Avec son nouveau roman, Bernard Minier plonge le lecteur en Galice, à Madrid et à Cuenca pour suivre les traces de deux assassins, l'un ayant pris pour cible des milliardaires et l'autre ayant nourri un dégoût profond pour les femmes.

Notre équipe Esprit Sud Magazine a eu l'immense plaisir de rencontrer l'un des plus grands auteurs de polars contemporains, ayant vendu près de 8 millions de romans. C'est un passionné de littérature et un amoureux des mots que nous avons eu la chance de croiser le temps d'une interview que nous vous proposons aujourd'hui.

Quels sont les premiers retours, quelles sont les réactions récoltées depuis le 4 avril, date de sortie de votre nouveau thriller « Les Effacées » ?

Le succès est au rendez-vous avec d'excellents feedbacks de lecteurs et un bon démarrage des ventes. Lucia a retrouvé son public et « Les Effacées » deux ans plus tard, prend le même chemin. Il est vrai qu'avec « Lucia », c'était un réel pari. J'étais un peu inquiet de l'accueil qu'allaient lui réserver mes lecteurs et avec ce deuxième opus, je réalise que ceux-ci se sont attachés à cette enquêtrice. J'ai fait le pari de leur proposer un personnage récurrent et c'est plutôt réussi puisque les lecteurs reviennent.

Vous plongez les lecteurs dans une intrigue touchant le milieu policier espagnol, en immersion dans le fonctionnement de la Guardia Civil, quel a été le travail en amont de votre écriture ?

Tout d'abord, je me suis rendu sur place, en Espagne, comme je le fais pour tous mes romans afin d'en préparer le cadre. C'était vrai pour « M, le bord de l'abîme » à Hong Kong ou « Une putain d'histoire » à Seattle et sur cette île au large. Je suis un peu cinéaste, je réalise des repérages et je pars à la recherche du décor parfait. Je prends des centaines de photos, je réalise des croquis et au départ, c'est essentiellement le côté visuel qui m'intéresse. Une partie de mon nouveau roman se situe à Cuenca où je me suis rendu récemment pour y recevoir un prix de roman policier. J'ai donc découvert cette ville un peu par hasard et je me suis dit qu'elle offrait un décor absolument parfait. Et puis, bien entendu, je suis également allé à la rencontre des membres de la U.C.O, Unité Centrale Opérationnelle, Unidad Central Operativa, l'organe central de la Police Judiciaire chargé des enquêtes, dont le siège est situé dans la banlieue de Madrid. J'ai pu rencontrer leurs équipes, discuter de tous les aspects du livre, aborder toutes les questions de procédure. En Galice aussi, j'ai rencontré de nombreuses personnes, je suis rentré dans les foyers, dans des zones peu ou pas touristiques. J'y ai découvert par exemple cette espèce de croyance, autour « del aire », avec ces espèces d'envoûtements ou de mauvais sorts. Des femmes « enlèvent l'air ». J'essaie de m'imprégner de la culture locale et d'y ajouter des éléments qui permettent de plonger en immersion dans la région où se déroule l'intrigue.

Vous établissez donc un réel story-board avec les couleurs, les impressions, les ambiances, les us et coutumes...

Exactement, j'ajoute ces légendes urbaines, ces choses entendues, ces anecdotes récoltées au cours des voyages et des rencontres. Ça colore vraiment le roman et ça lui donne encore plus de consistance.

Vous avez placé, Bernard Minier, l'intrigue à Salamanca, en Galice aussi... A quand un roman écrit au départ de l'Andalousie ? Pourquoi pas à Malaga puisque vous êtes grand amateur d'art et vous n'ignorez pas que Malaga est devenu la capitale des Musées dans le sud de l'Espagne, ville culturelle aux mille attraits...

Il est vrai que je ne sais pas où se déroulera la prochaine intrigue, j'avance pas à pas, roman après roman. Je ne sais pas encore où ça se passera, la prochaine fois, je n'en ai pas la moindre idée. Mais la réponse est un grand oui. D'ailleurs, il y a une histoire que je vais publier dans un recueil de nouvelles policières et fantastiques, parfois de science-fiction, qui sort en automne. L'intrigue se passe dans le sud de l'Espagne, sans en préciser le lieu exact, au bord de la mer. Elle place le lecteur en plein cœur de cette période tendue où Franco vient de mourir. L'Espagne ouvre les portes à la démocratie. J'ai connu cette transition démocratique quand je me rendais, jeune adolescent, avec mes parents en Espagne et j'ai assisté à l'arrivée au pouvoir de Suarez ou de Felipe Gonzalez, avec la mobilisation de la jeunesse espagnole. Cette nouvelle parle un peu de cela.

Hâte de découvrir ce recueil et cette histoire...

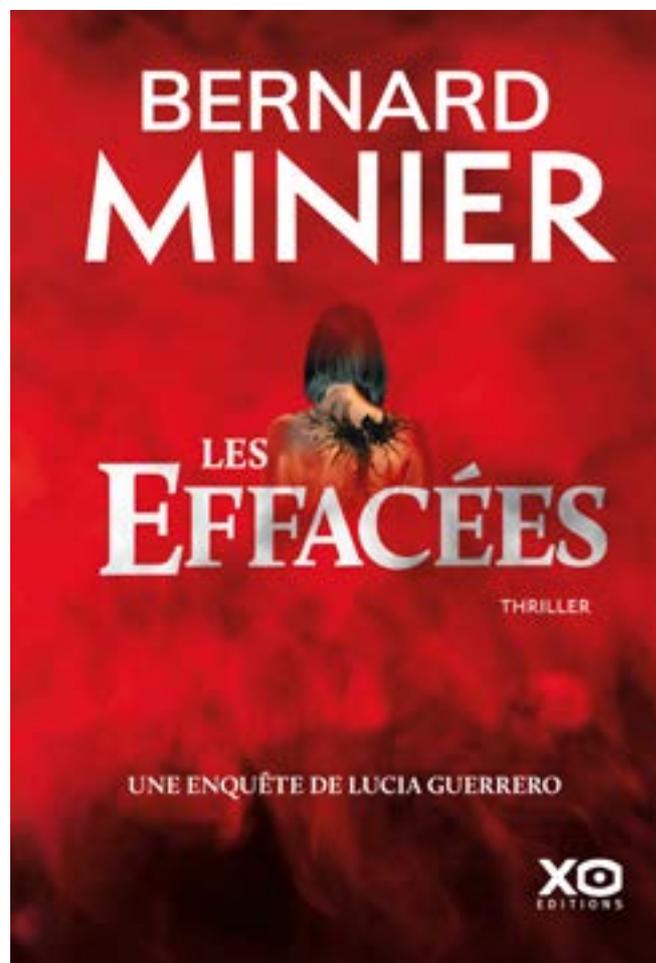
Par contre, si un de mes prochains thrillers se déroule dans le sud de l'Espagne, ce ne sera pas à Grenade ou à Séville, je n'ai pas trop envie de parler de choses que les gens connaissent déjà. Finalement, je préfère faire découvrir aux lecteurs des lieux qu'ils ignorent. J'aurais adoré placer une série de meurtres dans la zone de la « mar de plástico », dans les serres de plastique à Almeria, mais cela a déjà été fait. Il me faudrait trouver des lieux plus confidentiels, qui sortent des sentiers battus.

Votre nouveau thriller comporte des thèmes assez universels, la violence faite aux femmes ou les inégalités sociales en lien avec la société fracturée, ce qui prend une dimension spéciale ici en Espagne. Même si ce sont des questions sensibles qui touchent tout un chacun, aux quatre coins du globe, il y a quelque chose de très espagnol dans la manière d'aborder ces thèmes...

Je voulais tendre un miroir à la société française, à mon propre pays, parce que je suis d'abord un auteur français. Même si l'intrigue se passe hors de nos frontières, j'ai abordé le thème des inégalités sociales comme un négatif de la société française, au sens photographique du terme. Ces manifestations avec ces gens qui descendent dans les rues et qui écrivent « mort aux riches » sur les façades des banques, vous le savez comme moi qu'en Espagne, ça n'arrive jamais. En fait, depuis les grands mouvements populaires des indignés, en 2011, la pression est retombée et la gronde sociale n'a rien à voir avec celle connue en France. En réalité, dans mon roman, ça ressemble plus à ce que nous avons, année après année, dans l'hexagone, avec les mouvements populaires d'ampleur parfois très violents, les réactions fréquentes d'un peuple en colère, depuis le début du premier mandat de Macron. Et pour les violences intrafamiliales et la « violencia de genero », ce sont des thèmes dont se sont saisis le gouvernement et la société espagnols, il y a de nombreuses années. En France, on est plutôt à la traîne...

Vous abordez aussi dans votre nouvel opus, l'émergence de la sous-culture incel qui désigne ces communautés en ligne dont les membres sont définis comme étant incapables de trouver une partenaire amoureuse ou sexuelle, vivant un célibat involontaire. Vous l'évoquez en interview récemment, avec les exemples d'actualité comme le cas de Alek Minassian ou Elliot Rodger. Pourquoi voit-on émerger un tel phénomène?

Ces hommes s'apitoient sur leur sort et appartiennent à ces communautés en ligne. Ils peuvent devenir extrêmement violents à l'égard des femmes. Il y a une misogynie extrême voire même une promotion de la culture du viol. Je pense qu'ils se sentent menacés par les mouvements féministes comme « Me Too ». Ils voient un danger dans ce féminisme qu'eux appellent « ultra féminisme », menaçant leur identité masculine. Quand je discute avec les adolescentes de la nouvelle génération, je suis surpris d'entendre qu'elles constatent que le machisme revient plein pot, notamment sur les réseaux sociaux et en plein cœur de leur génération. Je trouvais intéressant d'aborder cela dans mon roman. L'idée me vient d'une criminologue espagnole, Paz Velasco. J'ai dévoré son ouvrage « Homo Criminalis » dont un des chapitres aborde les formes de criminalités sur internet, en dehors de la cybercriminalité au sens strict. Elle parle de cette sous-culture incel. A partir de là, je me suis dit que c'était extrêmement intéressant, de plus est, c'est une criminologue espagnole. Je me suis dit que cela avait du sens aussi en Espagne.



D'une manière générale, cela attire aussi l'attention sur ce phénomène qui est aussi un symptôme de notre époque, celui des relations humaines qui semblent de plus en plus compliquées. Les jeunes ont du mal à se lier les uns aux autres et cela conduit dans certains cas extrêmes, à l'émergence de ces personnalités « pathologiques », ne sachant pas nouer de relations classiques avec les femmes...

Oui, tout à fait. Le problème réside dans les réseaux sociaux. Je tape sur ceux-ci depuis pas mal de livres. Dans « La chasse » ou dans « La vallée », j'attire l'attention sur les aspects très négatifs et inquiétants d'internet. Étienne Klein a dit judicieusement « qu'en quelques clics, on peut se constituer un chez soi idéologique, une espèce de bulle où on est enfermé et où on ne rencontre que des gens qui sont d'accord avec nous, où il n'y a plus de place pour le débat ». Nous nous enfermons dans un clan, où les valeurs deviennent plus fortes que celles du vivre ensemble et du contrat social qui nous unit tous. A partir de là, on a une société qui se morcelle, il n'y a plus de contestation, ces valeurs deviennent la norme. Des personnes s'isolent, s'enferment dans leur couloir en quelque sorte. Elles ne se regardent plus et ne se parlent plus. Aujourd'hui, nous assistons, passivement à tout un tas de phénomènes, sans possibilité de dialogue.

Exactement. C'est en lien avec une question sur les adolescents et jeunes adultes, l'un des thèmes de votre thriller « Les effacés ». Comment analysez-vous cette génération 2024, hyper connectée, les yeux rivés dans TikTok, en perte de repères, une crise exacerbée après cette période difficile du COVID, des confinements...

C'est terrible en effet, c'est très compliqué pour eux en ce moment. En France, il y a un grand débat sur l'éducation nationale, sur le fait qu'il faut remettre l'éducation civique sur les rails. Ceci en lien avec un autre débat sur le temps passé sur les téléphones portables, les écrans... Je suis sidéré de voir de très jeunes enfants accrochés à des téléphones et des tablettes en permanence. Pour moi, ces générations sont en danger car derrière les écrans, ils se laissent convaincre de choses qui normalement ne devraient pas passer. Les jeunes sont malléables et arrivent à croire à tout un tas de choses. Les fake news sont plus nombreuses que les informations vérifiées et ces algorithmes se fichent éperdument de savoir si ce qui vous est communiqué est réel ou pas. Tout ce qu'ils veulent est de vous garder sur leur fichue application. Et c'est un véritable danger. Mark Twain disait qu'un mensonge peut faire le tour de la terre, le temps que la vérité mette ses chaussures. C'est encore plus vrai aujourd'hui avec toutes ces applications et tous ces algorithmes.

Exactement, il y a aussi ce rapport à l'information, la passivité de ce jeune public sans ce rôle actif de chercher l'information. Elle vient à lui et devient « la » vérité, celle sélectionnée par les algorithmes...

...en fonction des clics que la personne a déjà fait. C'est à dire qu'elle la confirme. C'est ce qu'on appelle le biais de confirmation, elle endure une vérité choisie, même dans ses erreurs, jusqu'à l'absurdité ou de véritables dangers finalement. Et par ailleurs, je trouve que cette génération parle tout le temps de tolérance et d'inclusion. Or, sur les réseaux, elle est furieusement intolérante. Une génération, championne du monde du harcèlement en ligne ou du harcèlement tout court, regardez ce qui se passe à l'école. Il y a quand même un gros problème avec cette génération qui arrive. C'est vraiment une question sensible et très importante car il en va de notre avenir à tous. Et évidemment, d'ailleurs, certains l'ont très bien compris. Dans les universités, certains font de l'entrisme,

technique d'influence pour faire entrer des jeunes dans des organisations. Un autre constat flagrant est qu'aujourd'hui, l'apprentissage des sciences n'est plus une priorité. Nous baignons dans une société du savoir et pourtant, le savoir n'est plus considéré comme il devrait l'être. On vit des sciences, notre téléphone en est le pur produit. Or, cette formation scientifique, je trouve que les professeurs ne l'ont plus. J'ai écrit une nouvelle sur ce thème. Elle traite d'un médecin légiste qui parle de son métier, relatant notamment que c'est grâce à ce qu'il a appris de la médecine occidentale à la faculté qu'il lui est possible de déterminer les causes de la mort d'une personne. On tente à l'oublier aujourd'hui, car même si je n'ai rien contre ces naturopathes et autres, la science est au cœur de tout. Eux aussi utilisent le téléphone et les ordinateurs, la science est derrière tous ces appareils. Derrière ces médecines parallèles, il existe aussi une médecine classique, avec des théories vérifiables, des raisonnements scientifiques. Reléguer les sciences en seconde zone, c'est ouvrir la porte à toutes les formes de pensées magiques et irrationnelles.

Soyons un peu plus léger, même s'il s'agit d'une question un peu difficile. Comment devient-on le roi du thriller ? Vous êtes-vous déjà demandé quelles étaient les raisons de votre succès ?

Tout d'abord, je ne me les explique pas et surtout, je ne cherche pas à les comprendre. Je n'ai pas envie d'appliquer une recette froidement apprise, celle du succès. Je dis souvent, j'aime cuisiner les plats que j'ai envie de manger. Et pour l'écriture, c'est la même chose, au fond, je suis lecteur avant d'être auteur. Il me plaît d'écrire les histoires que j'aimerais lire. Quand j'écris des thrillers, ils sont ceux que j'aimerais trouver chez mon libraire. Attention, cela ne veut pas dire que mes confrères ne sortent pas d'excellents polars, mais voilà, je mets dans mes bouquins tous les ingrédients que moi en tant que lecteur, j'aime retrouver. Créer une atmosphère et un climat, choisir un décor, générer une tension...

C'est donc la formule magique d'un bon thriller, c'est l'une de mes questions suivantes, que vous avez anticipée... Comment distingue-t-on, selon vous, un excellent thriller et un thriller moyen?

Tout ce que j'aime trouver dans un roman, j'essaie de le mettre dans les miens. Même si pour être honnête, je n'y parviens jamais complètement. Il y a toujours entre le roman idéal que j'ai en tête et le résultat final, un hiatus. Il y a aussi l'écriture, il faut qu'il y ait un style, une qualité d'écriture, ce n'est pas toujours le cas aujourd'hui, malheureusement. Trop de romans policiers sont publiés par des maisons d'édition qui ont bien réalisé que le roman policier a le vent en poupe, sans trop les sélectionner. Je veux dire qu'avec trop de romans policiers, cela pourrait un jour tuer le genre, c'est un peu le danger. Donc, il y a la qualité d'écriture et surtout tenir le lecteur en haleine. Notre mission est de veiller à ne pas ennuyer celui-ci. Il recherche un roller coaster émotionnel mais il est aussi attaché au fait de retrouver de la substance aussi, du fond, il faut qu'il y ait un vrai propos derrière.

Et le talent de l'auteur ...

C'est ce « quelque chose d'impalpable », pour le coup irrationnel, en tout cas d'immatériel, qui tient à la personnalité de l'auteur, à son travail et à plein d'autres choses. On peut partir d'une série de points comme si l'on faisait la liste des courses. Il faut cela et cela pour atteindre une certaine qualité mais c'est plus que cela.

Autre question que j'aimerais vous poser, Bernard Minier. Vous êtes d'une certaine manière, dans une cage dorée, une position liée au succès de vos romans policiers. N'est-ce pas compliqué pour vous ? On attend de vous de faire des polars et on vous enferme dans cette case alors que peut-être vous aimeriez écrire autre chose. Ne vous dites-vous pas « je suis auteur de thriller point et je me refuse à emprunter d'autres chemins » ?

C'est vrai que cela peut être un piège. Mais là, j'ai envie de l'ouvrir un peu cette cage et c'est la raison pour laquelle, je vais publier un recueil de nouvelles à l'automne. Le lecteur y trouvera des nouvelles de différents genres, science-fiction ou fantastique aussi. J'avais envie de montrer autre chose à mes lecteurs que du thriller. Il est vrai que je suis arrivé au polar tardivement, à la cinquantaine, mais j'ai écrit des tas d'autres choses avant. L'idée d'écrire un roman fantastique m'attire mais, en fait, ce qui me fait défaut, c'est le temps. Évidemment, il faut dégager du temps. De plus, je ne suis pas un auteur rapide, je fais plutôt partie de la race des escargots, même si j'écris tous les jours. Le temps est le défi de tout écrivain et en dégager est difficile, encore plus pour les auteurs débutants. Ils me demandent souvent des conseils. Je leur réponds que le premier défi est de dégager du temps et lorsque l'on a un boulot et une famille, c'est loin d'être simple. Mais pour en revenir à votre question, vous avez raison, c'est un vrai défi d'écrire autre chose qu'un thriller. Je ne suis pas certain que mes lecteurs me suivraient sur un roman de science-fiction, je ne suis pas sûr du tout, mais je le ferai sans doute un jour.

Quels autres conseils pouvez-vous apporter aux jeunes auteurs ?

Clairement le temps, écrire un quart d'heure par-ci et un quart d'heure par-là, honnêtement cela ne marche pas. Isolez-vous, enfermez-vous ou oubliez cette idée d'écrire, c'est un sacrifice nécessaire sinon vous n'y arriverez pas. J'en reviens aussi à l'une de vos premières questions, écrivez ce que vous aimez. Lisez beaucoup et mettez dans vos écrits tous les ingrédients que vous appréciez lire.

Comment décririez-vous l'écrivain derrière « Glacé » et celui derrière « Les effacées » ? Quelle est l'évolution de celui qui tient la plume ?

C'est une sacrée question. Honnêtement, il y a le confort matériel qui n'a plus rien à voir avec les conditions de mes débuts. Désolé de débiter par ce côté là, mais c'est quand même ce qui me frappe d'emblée. Ma vie a changé radicalement, du point de vue financier,

c'est du tout au tout. Je n'ai clairement plus le même niveau de vie que du temps où j'étais contrôleur des douanes. Je ne vis d'ailleurs plus dans le même quartier, dans le même genre de maison. Ensuite, ce qui a changé pour l'écrivain proprement dit, en dehors du côté matériel des choses, c'est que je suis beaucoup plus sûr de moi aujourd'hui, je doute beaucoup moins qu'à mes débuts. Quand j'ai écrit « Glacé », je reprenais mes textes, j'étais toujours dans le doute. Aujourd'hui, je les retravaille évidemment beaucoup, mais à l'époque, j'avais une insécurité que je n'ai plus. Cela vient avec l'expérience, c'est ce qui fait la différence finalement. Je sais exactement quand j'écris quelque chose, si c'est bien ou pas et je gagne du temps.

Vous êtes, Bernard Minier, sous le feu des projecteurs depuis quelques années maintenant et on vous a déjà posé des centaines de questions. Quelle est la question que l'on ne vous a jamais posée et que vous aimeriez que l'on vous pose ?

Je crois que je ne me suis jamais posé cette question non plus. Je suis aujourd'hui un écrivain à succès, mais je suis un écrivain du moment, je veux dire ancré dans son époque. Prenons l'exemple de certains auteurs des années 30, que je lis beaucoup, certains étaient des méga sellers (*gros vendeurs*) à l'époque. Ils étaient bien plus connus que par exemple, André Gide, Marcel Proust ou encore Gustave Flaubert. Et aujourd'hui, ils sont totalement inconnus. La question que l'on ne m'a jamais posée, peut-être serait celle-ci « que choisir, entre la postérité ou le succès que j'ai aujourd'hui ? »..

Et votre réponse, je vous la pose maintenant ?

Je pense qu'une fois que je mangerai les pissenlits par la racine, la postérité, je n'en aurai rien à faire. Voilà, c'est ça la réponse.

C'est assez drôle car c'est aussi une réflexion que m'avait tenu Marc Levy lors de notre rencontre. Il avait également évoqué ce dilemme...

Ah oui c'est drôle, comme quoi, on doit se reconnaître.

Merci Bernard Minier pour cette belle discussion, cela a été un réel plaisir de partager ce moment avec vous. Tous les succès pour la suite et vos différents projets.

Merci à vous et à bientôt en Andalousie !

Retrouvez l'intégralité de cette interview sur le site web www.espritsud.es ou sur notre application.



La Casa de Pilatos, le palais-bijou de Séville

Par Frédéric André

Esprit Sud Magazine vous emmène découvrir l'un des plus grands et des plus somptueux palais de Séville. Déclaré bien d'intérêt culturel et patrimoine historique, cet édifice est certainement l'un des meilleurs exemples de l'architecture sévillane du XVI^{ème} siècle. Imposant amalgame de styles, ce lieu invite à une visite incontournable vous permettant de découvrir de superbes jardins et une collection impressionnante d'objets magnifiques et d'œuvres d'art. Plongez avec nous dans l'histoire de ce formidable palais sévillan et découvrez les secrets qui se cachent derrière ses murs.

Une évolution sur plusieurs siècles

Les premières pierres de ce palais sont posées en 1483 à l'initiative des fondateurs de la Maison d'Alcalá, Pedro Enríquez de Quiñones et Catalina de Ribera, son épouse, sur un terrain confisqué par l'Inquisition. Il est situé à l'intérieur de l'enceinte fortifiée et proche de la Porte de Carmona. Ils sont proclamés Marquis de Tarifa en 1514 et Ducs d'Alcalá de los Gazules en 1558. Plusieurs générations permettront à ce bâtiment de gagner en volume et en beauté. Plus tard, au XVIème siècle, les relations de ces aristocrates avec l'Italie s'intensifient et le palais en subit les influences en se transformant à travers de profondes modifications architecturales. Il souffle sur ses pierres un vent de Renaissance. A la fin du XVIIème siècle, Séville vit une importante crise économique et la famille Enríquez de Ribera se trouve sans héritier. Elle laisse le palais aux Ducs de Medinaceli qui enrichissent leur patrimoine d'une nouvelle bâtisse. Ultérieurement, l'édifice connaît d'autres réformes influencées par la vague romantique du XIXème siècle jusqu'à aboutir à cette synthèse harmonieuse des styles gothique, mudéjar et Renaissance, avec une touche de romantisme que l'on peut découvrir aujourd'hui.

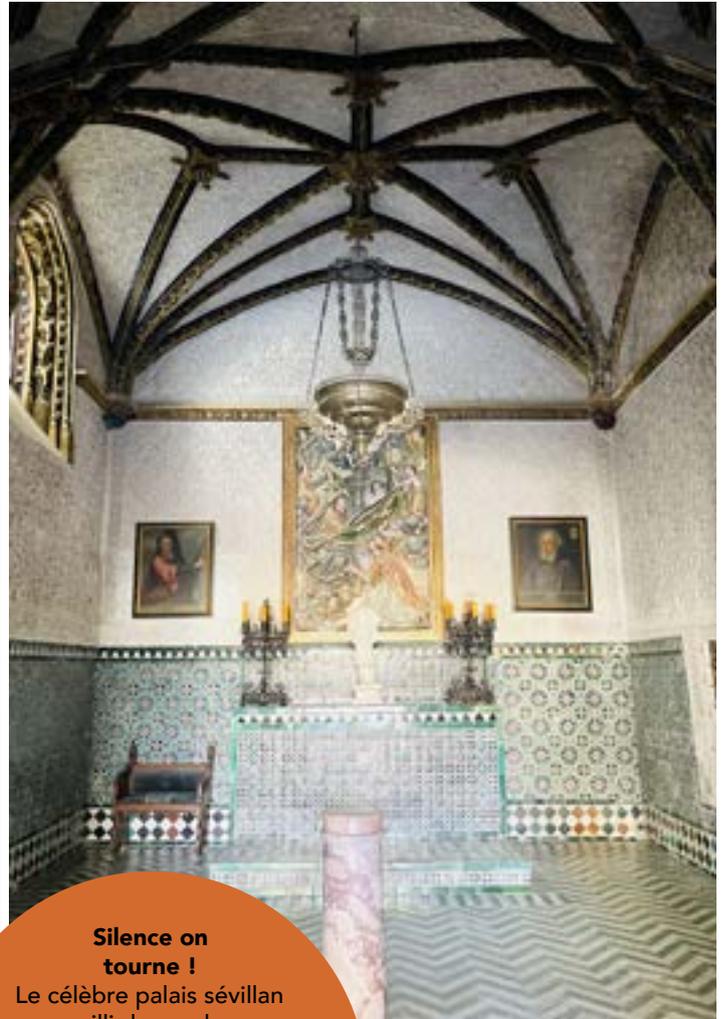
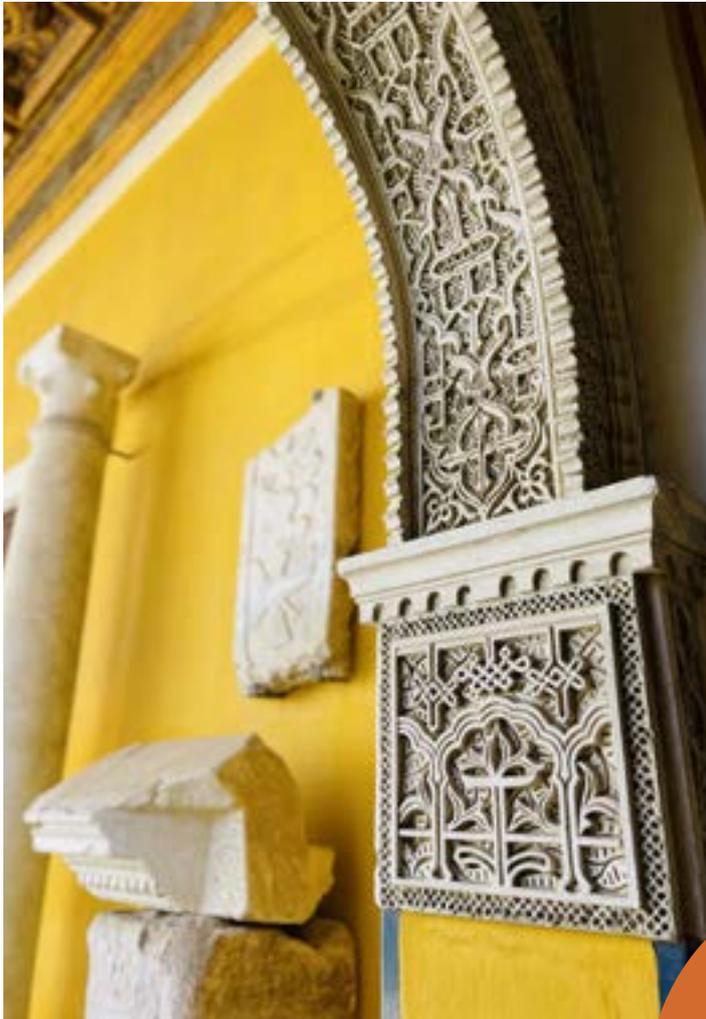
Des trésors comme s'il en pleuvait !

En franchissant d'imposantes portes tout en marqueterie, nous accédons aux salles du palais regorgeant d'œuvres d'art comme différentes fresques réalisées par Francisco Pacheco mettant en scène les exploits d'Hercule ou une série de peintures de Francisco de Goya consacrée à la tauromachie. Dans la petite chapelle baptisée "Chapelle de la Flagellation", la plus ancienne salle de l'édifice, nous découvrons une série de reliques. L'une conte la légende selon laquelle le Christ et le Bon Pasteur ont été flagellés. Lors de la promenade, nous croisons de nombreuses sculptures classiques comme celle de Diane chasseuse. Il faut dire que le petit-fils héritier de Pedro Enríquez de Quiñones, Per Afán, écoula une partie de la fortune familiale dans l'achat de pièces, tant il était passionné par l'art et en particulier la sculpture. Nous nous interrogeons aussi devant l'intrigant tableau où figure une femme à barbe donnant le sein à un bébé. Le "Grand Jardin" est l'ancienne zone consacrée au potager. Nous y découvrons une jolie fontaine entourée de roses et les niches latérales abritent une partie de la collection archéologique du Duc d'Alcalá.



Son nom inspiré d'un voyage à Jérusalem

La Maison de Pilate, Casa de Pilatos, doit son nom à un voyage effectué par Fadrique Enríquez de Ribera à Jérusalem en 1519 alors que, jusque-là, il portait le nom de Palacio de la Collación de San Esteban. Cette appellation nouvelle fait référence à Ponce Pilate, préfet romain de Judée, entre 26 et 36 après Jésus-Christ. Il est essentiellement connu pour avoir ordonné la crucifixion de Jésus, décision qui lui confère gloire et renommée, le faisant entrer dans l'histoire. La légende veut que Fadrique désire reconstruire à Séville le palais que possédait Pilate à Jérusalem. Une autre croyance veut que la première station du Chemin de Croix, fût placée à côté de la porte du palais de ce dernier. La Vía Crucis de Séville partait alors des abords de la Casa de Pilatos et s'achevait au lieu-dit La Cruz del Campo, en suivant plus ou moins fidèlement le Chemin de Croix du Christ (*égale distance*). La première étape de ce chemin est donc la demeure de Pilate, où Jésus fut condamné et en découle que la population sévillane baptise le palais du nom du préfet romain.



Silence on tourne !
 Le célèbre palais sévillan a accueilli de nombreuses productions hollywoodiennes, notamment Lawrence d'Arabie (qui y fut en partie tourné). Le film espagnol « Le Chevalier de Don Quichotte » a également été réalisé en ses murs.



La Casa Pilatos se visite tous les jours de 09h00 à 18h00 et ce, sans interruption et selon deux formules différentes : la découverte du rez-de-chaussée ou celle couplée à la visite du premier étage. Il vous en coûtera 12 euros ou 18 euros. Attention, la visite du premier étage ne peut se faire sans avoir également acheté un ticket pour le rez-de-chaussée. L'étage supérieur n'apporte pas véritablement d'intérêt, la plupart des trésors sont surtout situés dans la première partie de l'édifice (le Salon du Prétoire vaut le détour au premier étage, dont le plafond à caissons de style mudéjar est décoré de blasons).

La Casa de Pilatos, à Séville, est l'un des plus grands héritages de la ville et figure de véritable richesse en regard de son architecture éclatante et des trésors qu'elle renferme.

Pour réserver vos entrées et pour plus d'informations <http://fr.fundacionmedinaceli.org/monumentos/pilatos>



Nouvelle exposition thématique au Musée Ralli :

ART CONTEMPORAIN À OAXACA



Écoutez les œuvres de
l'exposition

Le **Musée Ralli** vous propose de rejoindre le Mexique sans quitter Marbella. Sa nouvelle exposition est une invitation à la découverte de manifestations artistiques de l'état mexicain d'Oaxaca. Mythes et traditions vous sont proposés à travers les œuvres de Rufino Tamayo, Francisco Toledo, Rodolfo Morales, Rodolfo Nieto, Juan Alcázar, Javier Maximino, Cecilio Sánchez, Irma Guerrero, Alejandro Santiago, Luis Zárate, Justina Fuentes et Felipe Morales. Le voyage débute en 1960 pour se terminer aux portes des années 90.

« Art Contemporain à Oaxaca » vous plonge dans l'univers commun de ces artistes de Oaxaca, composé d'empreinte nationale, d'ethnicité et de culture tribale. Cette exposition explore les identités individuelles et la dimension collective. Elle souligne aussi la dualité de certains thèmes, comme la nuit et le jour, la réalité et le mythe, le féminin et le masculin. Ces thématiques sont explorées au regard de l'héritage culturel zapotèque (*mythes et traditions avec cette duplicité à l'esprit*). Il s'agit d'un reflet de l'identité partagée par la société qui en reçoit son héritage traditionnel préhispanique et qui rencontre la culture occidentale moderne.

Le langage plastique inclut les deux références à l'iconographie aztèque, c'est-à-dire l'utilisation de couleurs et de formes, avec les influences contemporaines de l'expressionnisme abstrait américain et du surréalisme. Actuellement, on compte seize groupes ethniques différents dans cet état de Oaxaca, avec autant de dialectes, de traditions et de cultures différents. Cette réalité se mêle à la vie moderne, aux références culturelles et aux traditions venues de l'Occident pour s'exprimer dans les œuvres rassemblées. Cette exposition réunit un catalogue exclusif qu'il vous est possible de consulter sur le site web, www.museoralli.es, et via un QR code.

« Entendre les œuvres » est aussi un voyage artistique que vous propose le **Musée Ralli**. Profitez pleinement de cette exposition à laquelle est associée une sélection musicale spéciale. Cet accompagnement musical inspire véritablement les œuvres de l'exposition, transmettant les valeurs d'identité, de tradition et de modernité portées par les créations des différents artistes. « Avant-garde, mythe et tradition » est une liste que vous trouverez sur le compte Spotify du **Musée Ralli** et sur leur page web.

Urb. Coral Beach, Rio Verde, N-340,
km 176, 29602 Marbella.

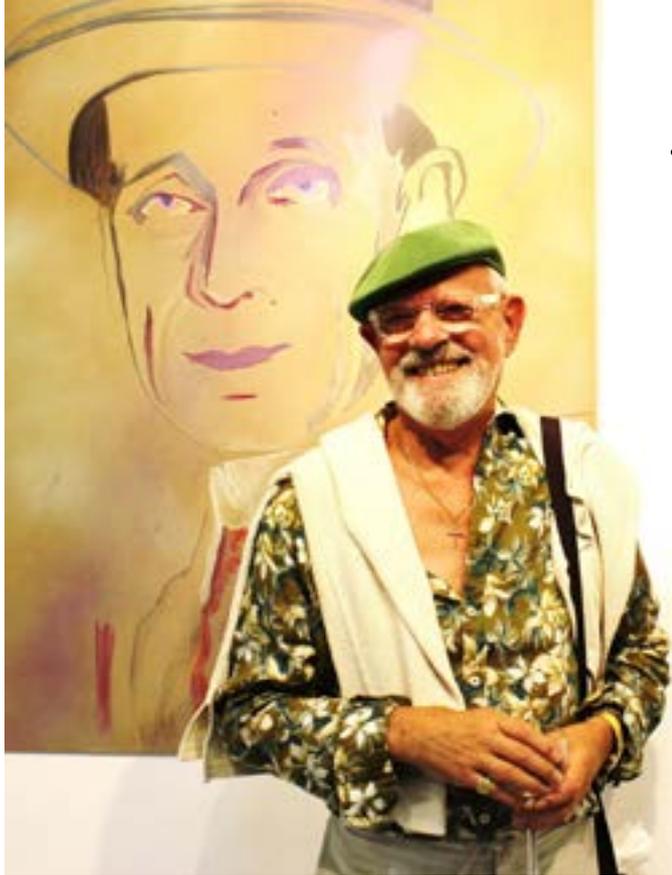
www.museoralli.es

MuseoRalli
Marbella



Visitez le Mexique sans quitter Marbella

Entrée gratuite. Ouvert du mardi au vendredi de 10h à 17h. Les samedis de 10h à 16h



Jean-Rémi Tavernier d'Aubonne Quand vivre pour l'art se conjugue avec l'art de vivre.

Par Guy Detinne



Décrire l'artiste Jean-Rémi Tavernier d'Aubonne et son œuvre, est loin d'être facile. Dans son processus créatif, tout est variable, empruntant des lignes parallèles, ne pouvant se rejoindre que dans l'infinité de l'art.

Avec une vie éclectique dans le milieu de la mode et du mannequinat, un passage par le cinéma, le théâtre, la photo ou encore la chanson, cet amoureux de la beauté, des hommes et des femmes a enchaîné les expositions.

D'une galerie à l'autre, on découvre ses œuvres et on ne peut que l'aimer. C'est une véritable complicité qui se crée entre ses créations et l'observateur qui la découvre.

Se partageant entre ses résidences de Knokke, de Bruxelles et du sud de l'Espagne, il tombe éperdument amoureux de son « Manoir d'Aubonne » ici, à Alora, en pleine campagne andalouse. On y découvre un univers correspondant à son image et à sa générosité où règnent sophistication et fantaisie. Tout est flamboyant. Amoureux de la mise en scène, dans ses œuvres comme dans l'aménagement de ses demeures, il aime les ambiances qui rappellent le XVIIIème siècle et qui évoquent les cabinets de curiosités. Les couleurs sont flamboyantes, le rouge domine (*sa couleur préférée*), c'est aussi une explosion de styles différents. Le « désordre » organisé est savamment maîtrisé par le propriétaire des lieux et cette demeure dans la province de Malaga, vibre au rythme des associations les plus inattendues, dans une atmosphère audacieuse et une évidente élégance.

Conscient de son décalage, Jean-Rémi Tavernier d'Aubonne se décrit comme projeté d'une autre époque, comme s'il s'était trompé de siècle. Né du « bon côté des choses », dans une famille aristocratique, il ne lui a pas été simple de réaliser son « coming-out artistique ».

Ses parents écartent, d'un revers de la main, sa volonté de poursuivre un cursus artistique. Il doit attendre l'université pour commencer à se frotter à la peinture et il expose ses premières fresques murales dans le « flirt kot » du Cercle de Droit de Bruxelles en 1988. Depuis, ce sont des endroits extrêmement divers qui ont été les écrans de ses créations, de restaurants en galeries, de parcours d'artistes en expositions communales. La maison de style art déco Pelgrim's accueille pour la première fois



ses œuvres en 1998 et l'artiste est invité pour illustrer la Conférence Internationale pour la Protection des animaux en voie d'extinction au Portugal, où au Musée de l'Eau, il expose quarante portraits d'animaux. Lors de ce voyage à Lisbonne, il se lie d'amitié avec l'artiste Amalia Rodrigues, reine du fado. Elle fera l'honneur à l'artiste de faire figurer deux de ses tableaux dans sa Fondation à Lisbonne. L'artiste sera appelé en France, aux États-Unis et en Espagne aussi. Dans la péninsule ibérique, il participe à de nombreuses expositions. À Alicante, Grenade, Malaga, Fuengirola, Torremolinos, Alhaurin, Alora, ses œuvres captivent le public transporté par ses créations.

La trajectoire artistique de Jean-Rémi Tavernier d'Aubonne est loin d'être un fleuve tranquille. Passant du clair obscur au noir et blanc, il inonde ensuite ses créations de couleurs. Il s'intéresse tout d'abord au nu masculin pour ensuite trouver l'inspiration dans la faune. De l'art animalier aux portraits, en passant par des travaux de récupération de panneaux puis l'utilisation de toiles, l'artiste est là où on ne l'attend pas forcément.

Quant à l'avenir, ce génie de la création préfère ne pas l'anticiper et se réserve le droit d'emprunter des chemins non encore parcourus...



COCINAS PLUS

VOTRE CUISINE SUR LA COSTA DEL SOL

FABRICATION ALLEMANDE
DESIGN SCANDINAVE



Nouvelles couleurs disponibles



Matériaux laqués et
mats anti-empreintes digitales



Scannez
et
contactez!



JEREMY FERNÁNDEZ
- RESPONSABLE DESIGNER -



jeremy@cocinasplus.com
+ 34 952 58 77 59



La Cala de Mijas



Marbella



Dessin 3D
gratuit



Qualité
allemande



Possibilité de
financement



Garantie
de 10 ans



Exposition
de 1400 m²

www.cocinasplus.com

**group
PROTEC**
Est. 1996

Le meilleur choix pour tous vos projets de fenêtres sur la Costa del Sol

Bien plus qu'une simple vue

Qu'il s'agisse d'un système :

- coulissant
- pliant
- oscillo - coulissant
- levant - coulissant
- oscillo - battant

Les solutions **Protec** vous offrent la
combinaison parfaite de confort,
d'isolation thermique et de sécurité
tout en ayant un design unique.



Contactez-nous pour obtenir
votre offre personnalisée

+34 657 431 902

violetaradivojevic@grupo-protec.com

www.grupo-protec.com

fabricant officiel

SCHÜCO

Kömmerling

STAUGAL

Citesal
ventanas





Group-1Vest propose depuis plus de 20 ans une nouvelle manière d'appréhender l'immobilier sur la Costa del Sol, plus innovante, personnalisée et généreuse.

Group-1Vest est une agence familiale, indépendante et humaine où les parents, Cathy Fernandez Suarez et Constantin Doulamis, ont été rejoints par leur fils, Yanni.

Group-1Vest peut compter sur sa « famille élargie » avec un réseau de collaborateurs dont l'objectif reste immuable, celui de répondre aux projets de vie de leurs clients de manière humaine.



Rejoignez le nombre croissant de clients satisfaits qui ont choisi **Group-1Vest** pour concrétiser leurs projets immobiliers. Parmi eux, des clients de renom ont fait confiance à notre expertise et à notre engagement pour réaliser leurs aspirations immobilières.

Chez **Group-1Vest**, nous considérons chaque projet comme un projet de vie. Lorsqu'un client nous accorde sa confiance, nous nous efforçons de comprendre au mieux ses besoins. Notre ouverture aux autres et nos valeurs nous permettent d'établir des relations solides avec nos clients.





Group-1Vest, agence immobilière du sud de l'Espagne, propose une gamme complète de services, de l'achat à la vente, incluant la construction, les rénovations, la gestion locative et les conseils fiscaux, répondant aux besoins variés des clients. Leur approche professionnelle et personnalisée, en tant qu'entreprise familiale, établit des relations de confiance à long terme, évitant ainsi les problèmes de rotation de personnel. Avec une équipe de plus de 20 professionnels qualifiés, Group-1Vest assure un service personnalisé, transparent et honnête aux acheteurs, vendeurs, propriétaires et locataires, garantissant une expérience complète et sans souci. Leur engagement envers un service de qualité se manifeste par leur approche professionnelle, leur franchise et leur transparence dans toutes les interactions avec les clients, visant à réaliser les rêves immobiliers de ces derniers.



Vous souhaitez acheter ou vendre votre propriété?

Yanni Fernandez est le dynamique et prometteur directeur commercial de Group-1Vest. Il sera votre guide dans l'aventure captivante de l'achat immobilier. Yanni vous proposera une sélection de biens qui saura captiver votre imagination, tout en respectant scrupuleusement votre budget initial. Avec Yanni à vos côtés, vendez également votre bien et bénéficiez de son expertise combinée à des stratégies marketing innovantes.

+34 674 550 581

yanni@group1vest.com



Vous avez des questions fiscales, financières ou légales concernant votre propriété?

Cathy Fernandez vous fournira une assistance complète et personnalisée, couvrant un large éventail de besoins légaux, financiers et fiscaux associés à votre situation personnelle et à votre bien immobilier. Grâce à son réseau étendu, elle sera en mesure de vous mettre en contact avec des professionnels qualifiés capables de répondre à toutes vos demandes, garantissant ainsi une gestion optimale de votre patrimoine immobilier.

+34 657 432 857

cathy@group1vest.com



Vous souhaitez construire, rénover ou décorer votre propriété?

Constantin Doulamis, chargé de l'équipe construction, sera votre partenaire de confiance pour tous vos projets sur la Costa del Sol. Son équipe expérimentée s'engage à réaliser votre vision avec expertise, en garantissant des résultats exceptionnels. Ses équipes pluridisciplinaires sont également à votre disposition pour vos travaux de rénovation, valorisant qualité de l'artisanat et respect de votre budget. Quant à son équipe de designers et experts en décoration, elle vous accompagne pour transformer vos espaces selon vos goûts et votre style.



+34 636 330 152

costa@group1vest.com



Vous recherchez un partenaire fiable pour louer votre propriété?

Agustina Chavez, experte en gestion locative et conciergerie apporte son expertise à Group-1Vest depuis de nombreuses années. Elle prendra en charge de A à Z la location de votre bien en recherchant les locataires en quête de vacances idéales. Rejoignez les nombreux propriétaires qui nous ont fait confiance et consultez notre site www.1vest-holiday.com.



+34 658 572 277

agustina@group1vest.com



Esprit Sud a testé pour vous le Robot Golf Pro à Marbella

Par Maud Maluenda



À la pointe de la technologie et dans un élan incessant vers l'innovation, Marbella a récemment accueilli une nouveauté captivante dans l'univers du golf. Le Robot Golf Pro est la nouvelle attraction pouvant révolutionner le jeu.

Notre équipe d'Esprit Sud Magazine a eu le privilège de tester cette révolution technologique déployée au sein de The Range Marbella, un établissement qui se distingue déjà par son adoption au système Trackman.

Le Robot Golf Pro se présente comme un allié de choix pour tous les golfeurs, qu'ils soient débutants ou experts. Son intelligence artificielle et ses capacités robotiques promettent une amélioration tangible des performances.

Mais que les puristes se rassurent, l'objectif de cette machine n'est pas de remplacer l'humain mais bien d'accompagner le golfeur dans son évolution sportive. Le Robot Golf Pro se pose en complément d'un entraîneur traditionnel, apportant une perspective analytique inégalée sur la pratique de votre swing.

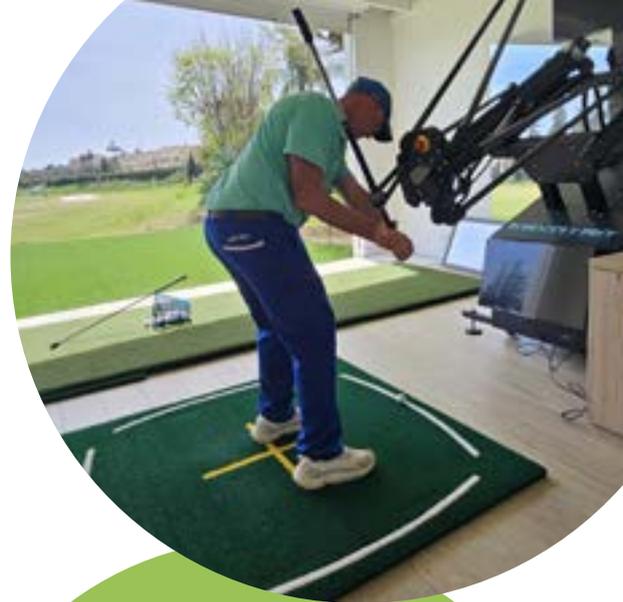
L'innovation apportée par cette nouvelle technologie va au-delà d'une simple assistance mécanique. Elle engage une interaction avec le cerveau et les sensations, influençant l'apprentissage neuromusculaire. Lorsque les golfeurs observent et répliquent les mouvements précis du robot, ils reproduisent un processus d'apprentissage miroir, où le cerveau et les muscles collaborent pour emmagasiner et réaliser de nouveau les nuances du swing qui leur correspond.



Cette synergie entre la vue, le cerveau et le corps active les voies neuromusculaires, facilitant une amélioration notable et plus rapide du swing. Le robot, par sa capacité à exécuter et à répéter des mouvements d'une extrême précision, sert de modèle optimal pour le cerveau, aidant à ajuster et à affiner son geste avec une efficacité qui serait difficile à atteindre seul.

À l'issue de notre session d'essai avec le Robot Golf Pro, nous avons eu l'opportunité de mettre en pratique les enseignements observés, en tapant quelques balles. Presque sans nous en rendre compte, les coups que nous avons réalisés semblaient gagner en précision.

Maintenant, que nous avons eu un aperçu de ce que le Robot Golf Pro peut apporter, il nous reste à continuer à nous entraîner, en gardant à l'esprit les sensations et les conseils prodigués par Stéphane lors de notre essai.



Le TrackMan mesure plusieurs paramètres clés, tels que la vitesse de la balle, l'angle de lancement, le spin, la direction, et bien d'autres choses. Ces informations aident les golfeurs à comprendre en détail leurs coups, leur permettant d'identifier les points forts et les domaines à améliorer.

Offre spéciale pour les joueurs Esprit Golf

Devenez maître de votre swing et contrôlez votre jeu
Cours collectif (*maximum 5 personnes*) avec Trackman et robot à The Range Marbella <https://www.therangemarbella.com>
Prix : 65 €/personne, repas inclus servi dans les installations.
Tous les vendredis de 13h00 à 14h00 (*leçon & practice*) puis déjeuner avec le pro.

Un événement Esprit Golf





Un gros succès pour le premier Open Francophone !

Le vendredi 17 mai, s'est déroulée la première grande compétition Open Francophone sur le parcours du Lauro Golf Resort de Alhaurin de la Torre. Cette organisation impeccable d'Alain Laroche a permis à 44 joueurs de vivre une excellente journée sportive. Ce dernier, fort de son expérience à l'est de Paris, a réuni tous les ingrédients pour une réussite totale. Sur le podium, on retrouve Marie-José Dos Santos avec 18 points en score brut et Flavio Cassina avec 22 points en score brut. Cet événement présenté par Esprit Golf, n'aurait pas pu se dérouler sans le support des différents sponsors. Les équipes de Lauro Golf Resort, Target Estates, Casa Las Flores Garden Center (Alhaurin el Grande) et l'Institut de Beauté Suzana (Mijas) méritent nos remerciements. N'hésitez pas à vous inscrire à la prochaine édition qui se déroulera le dimanche 22 septembre sur le superbe parcours de Dona Julia Golf Club, à Casares.

Un été sur le green avec Esprit Golf!

Après un printemps riche en rencontres Esprit Golf, l'été s'annonce festif sur les greens ! De nombreuses rencontres vous attendent en juillet, août et septembre ! Inscrivez-vous dès maintenant auprès de notre maître de cérémonie, Marc-Antoine Enlart.

Vendredi 5 juillet 2024 (dès 12h40)

Santana Golf (Mijas)
Green fee & buggy: **78€**
Formule de jeu : 2BBB

Dimanche 21 juillet 2024 (dès 09h10)

El Paraíso Golf (Estepona)
Green fee & buggy : **66€**
1er départ fixé à 11h20
Formule de jeu: Stableford Individuel

Vendredi 9 août 2024 (dès 10h10)

Flamingos Golf (Benahavis)
Green fee & buggy : **68€**
Formule de jeu: Scramble à 2

Dimanche 25 août 2024 (dès 10h10)

La Quinta Golf & Country Club (Benahavis)
Green fee & buggy : **78€**
Formule de jeu: Stableford Individuel

Vendredi 6 septembre 2024 (dès 13h30)

La Cala Resort, Campo Europa (La Cala de Mijas)
Green fee & buggy: **80€**
Formule de jeu: 2BBB

Dimanche 22 septembre 2024 (dès 10h30)

Dona Julia Golf Club (Casares)
Deuxième Open Francophone
Green fee & buggy: **65€**

*Pour toutes informations complémentaires
et inscriptions:*

0033 6 08 73 22 29 (Marc-Antoine)

Avec l'équipe Esprit Golf derrière son capitaine Marc-Antoine, vous avez la garantie de passer d'excellents moments sportifs où convivialité et bonne humeur sont au rendez-vous. Esprit Golf vous fait (re)découvrir les plus beaux parcours de la Costa del Sol en restant dans les limites du « joli parcours, à proximité et à des tarifs préférentiels ». Ce sont aussi des formules de jeu différentes et des partenaires de tous horizons.

Alors rejoignez la joyeuse équipe d'Esprit Golf!



Le 2nd Open Francophone de la Costa del Sol

**Dimanche 22 septembre
Doña Julia Golf Club**

1er départ 10:33

avec



Tournoi homologué en individuel Stableford
Classements Brut et Net, Messieurs et Dames
Concours d'approche et de distance, tirage au sort
Accueil 9h - Remise des prix à partir de 17h

Licenciés:
GF & buggy
65€

Inscriptions #OpenFrancophone ou openfrancophone@gmail.com



**LES MEILLEURES
PAELLAS DE MARBELLA
DEPUIS 10 ANS**

Calle Hermanos Salom 3, Marbella
 +34 952 822 511
reservas@restaurantepaellasymas.com
www.restaurantepaellaymas.com

Javier Ponte



Cabinet d'avocats francophones spécialisés en droit immobilier, héritages, planifications successorales, impôts de résidents et non résidents en Espagne. Plus de 40 ans d'expérience dans le traitement de dossiers d'achat et vente de biens immobiliers en Andalousie, assistance dans la préparation d'impôts, héritages, testaments, procédures à la cour de justice.

Vous invite à prendre contact avec nos avocats via notre site internet ou sur rendez-vous dans nos bureaux situés à Málaga et Torrox-Costa.

**DS
VC**

Delgado
Schwarzmann
Vila Clavero
& Asociados

BUFETE DE ABOGADOS

www.delgado-vila.com

info@delgado-vila.com

MÁLAGA

Avda. Manuel Agustín Heredia, 22, 6º y 7º- 4, 29001, Málaga
 Teléfonos: (+34) 952 22 59 59 (+34) 952 21 44 11

TORROX

Urb. El Recreo III, 1ºC, 29793 Torrox-Costa (Málaga)
 Teléfono: (+34) 952 53 10 92



C'est l'été, vive la fête en Andalousie !

Par Frédéric ANDRE

Lorsqu'arrive l'été, l'Andalousie se prépare à vivre sa plus belle période de l'année. Les terres du sud se remplissent de joie et sont inondées de couleurs inédites. Les férias se succèdent et les pèlerinages et autres processions font chavirer les cœurs. Ces festivités

populaires nous rappellent combien les Andalous sont attachés à leur patrimoine et prennent soin à perpétuer les traditions. Le tourisme de plage se double de la richesse culturelle indéniable de notre territoire andalou et des us et coutumes des villages et des villes. Le réveil de la vie et l'éclatement de la joie, initiés après la Semaine Sainte, sont annonciateurs, avec l'éclosion du printemps, de moments uniques qui vous laisseront des souvenirs impérissables.

Avec ses couleurs vives, ses musiques entraînantes, son ambiance de feu, cet été est pour vous !

Préparez vos agendas et apprêtez-vous à vivre les fêtes d'une saison estivale andalouse qui marquera à jamais votre mémoire !





Les feux de Saint-Jean pour débiter l'été du bon pied!

Sauter au-dessus des feux en bordure de mer est un rituel de la célèbre nuit de la Saint-Jean, rite de purification dans le sud de l'Espagne. Cette célébration a lieu le dimanche 23 juin et met à l'honneur le soleil et le solstice d'été. Cette fête liée au culte de l'astre solaire voit les Andalous allumer de grands feux sur les plages et les places de village.



Il est aussi de tradition de célébrer la Saint-Jean en Alsace, en Lorraine, dans la région du Limousin ou dans les Pyrénées, mais en Espagne et plus précisément en Andalousie, cette fête est un des moments forts de l'année, offrant un jour et surtout une nuit inoubliables. Cette nuit est la plus courte de l'année et coïncide avec un événement astronomique particulier, le solstice d'été. Cela correspond à la position la plus méridionale ou septentrionale du soleil en fonction de l'équateur, vu de notre planète. La Saint-Jean va de pair avec trois éléments majeurs, le feu, l'eau et les végétaux. Tel un baptême chrétien, il est conseillé de se baigner lors de cette nuit pour se purifier et se délivrer du mal. Quant au feu, il remplit un peu cette même fonction de purification mais il a aussi le pouvoir d'écarter la malchance. Il est également de tradition de partir à la cueillette de plantes lors de cette nuit si particulière. Les végétaux cueillis auraient le pouvoir de protéger du mauvais œil celui qui les ramasse. Les plantes médicinales auraient des vertus décuplées lors de cette nuit particulière. En découlent d'autres rites comme celui pour les femmes de se rouler dans l'herbe et la rosée du matin, après cette fameuse nuit, pour augmenter leur fertilité.



Sur les plages andalouses et à l'intérieur des villages, la tradition veut que l'on brûle des représentations diverses en bois ou en carton, tout ce dont on aimerait se débarrasser dans une liesse générale. De flamboyants feux d'artifices annoncent également l'arrivée de l'été et sur les plages de la Costa del Sol, les fameuses « moragas », réunissent un nombre impressionnant de joyeux fêtards. Des feux de joie sont allumés sur le sable, on y fait rôtir des sardines, on saute par-dessus les flammes ou on brûle les « júas », poupées en chiffons porteurs du mauvais œil. Une autre tradition consiste à écrire sur un morceau de papier ce dont on aimerait être libéré. Ensuite, les volontés sont jetées aux flammes avec l'espoir que le sort agit.

Feux de joie, concerts, spectacles et feux d'artifice vous attendent dans une ambiance festive, aux quatre coins de l'Andalousie.



Esprit Sud Magazine a répertorié une série de 10 villes où les fêtes de Saint-Jean prennent une dimension particulière

- 1.** À Torre Del Mar, en plus de multiples feux et concerts, une distribution gratuite de sardines grillées est organisée.
- 2.** Les plages de La Malagueta, El Palo et de la Misericordia à Malaga vivent intensément les « Moragas ». On y déguste de délicieuses sardines et des poissons frits. D'impressionnants spectacles pyrotechniques sont également prévus.
- 3.** Dès le coucher du soleil, familles et amis se réunissent sur les plages de la Carihuela et del Bajondillo à Torremolinos jusqu'aux petites heures du matin.
- 4.** Sur la plage du Castillo Bill Bill à Benalmadena, défiez les mauvais esprits en bondissant au-dessus des feux allumés dans le sable et assistez à un des plus beaux spectacles feux et lumières de la Costa del Sol, une explosion de couleurs au-dessus du célèbre château El Bill Bill, tourné vers la mer Méditerranée.
- 5.** À Marbella, c'est la plage El Cable qui accueille les événements de cette nuit haute en couleur avec concerts et diverses activités pour toute la famille.
- 6.** La plage de la Barrisa à Chiclana de la Frontera est le point de rendez-vous pour une fête réussie sur la Costa de la Luz où il est aussi de tradition de brûler les figures et autres poupées.
- 7.** Lors de cette nuit unique, la mairie d'Almuñécar accorde exceptionnellement aux campeurs de planter leur tente sur les plages de la station balnéaire et d'y vivre des instants magiques.
- 8.** Dans la province de Huelva, le bord de la mer Atlantique scintille de mille feux. Pratiquement toutes les plages des jolies stations balnéaires vibrent à cette occasion. Nous vous conseillons particulièrement celles de Puntamar, los Negritos (El Portil), Altair et la Bota.
- 9.** Estepona organise chaque année un grand festival musical avec de nombreux concerts gratuits sur la plage de la Rada.
- 10.** La Plage de Burriana s'enflamme à Nerja pour le plus grand plaisir des petits et des grands.

La Romeria d'Arroyo ouvre les festivités de la belle Feria d'Arroyo de la Miel, à Benalmádena

Du 24 au 29 juin, Saint-Jean-Baptiste est à l'honneur pour cette belle fête populaire. Sont élus reine, roi et enfants de la Feria sur la Place de la Mezquita au son des groupes musicaux et accompagnés de troupes locales de danse. Qu'il s'agit du beau défilé de calèches tirées par les bœufs ou des jolies andalouses en robe colorée de flamenco, vous en prendrez plein les yeux. Lors de la Romeria, la statue de Saint-Jean-Baptiste parcourt rues et ruelles du quartier et invite au recueillement. Benalmádena vit une période d'effervescence où musique, chants, rires et bonne humeur sont omniprésents, ingrédients magiques de ce bel événement.





Tous à la mer pour recevoir la bénédiction de la Virgen del Carmen !



La Virgen del Carmen, mieux connue en France sous le nom de Notre-Dame de la Mer, est célébrée le 16 juillet dans toutes les stations balnéaires andalouses. Elle est la protectrice des marins et des pêcheurs. Ceux-ci lui rendent hommage et la remercient de leur permettre de revenir chaque jour sur la terre ferme. L'événement prend aussi des allures de bénédiction, car une fois les eaux bénies, elles garantissent aux pêcheurs de miraculeuses pêches au cours des 365 prochains jours.

Il est de tradition qu'une figure de la Vierge soit portée en procession tant sur terre que sur la mer. Fêtez donc dignement la Saint-Patronne avec ceux qui se sentent connectés à la mer. Suivez la Vierge sur les flots alors qu'elle s'éloigne vers le large. Fleurs, rubans, bougies, coquillages, habillent ces navires rendant l'instant magique. Les bateaux font également retentir leurs sirènes alors que les trombones et autres cuivres des fanfares résonnent.

À côté de ces manifestations religieuses, sont également organisés bals, fêtes et feux d'artifice. À Marbella, une belle tradition consiste à voir les « Marineras » couvrir de fleurs leur Vierge chérie dans la superbe Église de l'Immaculée Conception du Casco Antiguo. Les « Marineras » dans leur robe à volants réalisent les offrandes de roses, de jasmins et d'œillettes au cours d'un véritable spectacle de délicatesse et de douceur.

Les splendides processions, mi terre, mi mer se déroulent le 16 juillet. Retrouvez-y folklore andalou, traditions séculaires et ferveur !





La Feria de Malaga, la plus belle fête de l'été !

Du samedi 17 au samedi 24 août, rires, danses et festivités sont de retour à Malaga avec au rendez-vous des instants magiques! Musique en direct, «verdiales», spectacles équestres et de flamenco, les rues du centre-ville le jour et le Real Cortijo de Torres la nuit, sont envahis de joie lors de ces 8 jours. La Feria de Malaga, c'est plus qu'une simple fête, c'est une célébration de la vie, de la culture et de l'histoire dans cette magnifique cité trouvant ses origines à l'époque phocéenne. Cette expérience authentique ne laisse personne indifférent. C'est l'une des fêtes les plus emblématiques de la province. Elle trouve ses racines dans la commémoration de l'annexion de Malaga à la Couronne de Castille par les Rois Catholiques en 1487. Depuis, pour célébrer cette victoire, les habitants de la ville organisent cette fête annuelle en l'honneur des Rois Catholiques.

L'inauguration officielle marque le début des festivités. Avant minuit, des milliers de Malageños et de visiteurs se rassemblent sur les plages de la Malagueta après le discours d'inauguration (pregón) de la Feria. À minuit tapante, un incroyable feu d'artifice illumine le ciel de Malaga, accompagné d'un spectacle de drones. Le matin du premier samedi de la feria, la procession au sanctuaire de la Vierge de la Victoire débute à 10h00. Des cortèges de pèlerins, de charrettes et de chevaux richement parés convergent vers l'avenue centrale du Parc, accompagnant la Saint-Patronne de la ville jusqu'au sanctuaire royal de Notre-Dame de la Victoire. Pendant la feria de jour, le centre historique de Malaga se transforme en un lieu de liesse. Dans les bars, les cafés et les stands, les visiteurs peuvent déguster les délicieux vins de la région accompagnés d'une variété de tapas savoureuses. Le vin sucré de Malaga est à l'honneur et coule à flot lors de ces festivités.



Une fois la nuit tombée, le "Real del Cortijo de Torres" sort de son sommeil et la Feria prend son envol. En dehors de la ville, près du Palais des Congrès et des Expositions, ce sont plus de 240 « casetas » accueillantes qui invitent les visiteurs à danser, rire et partager des moments inoubliables. Des artistes espagnols de premier plan se produisent à l'Auditorium Municipal et chaque jour, les « aficionados » sont captivés par le spectacle offert par les matadors et les taureaux à la Plaza de Toros.

La Feria de Malaga est une explosion de couleurs, de lumière et de musique, créant une ambiance de fête incomparable. Les attractions foraines et les manèges s'ajoutent à cette excitation générale. La fête ne s'arrête jamais avant le petit matin, pour reprendre de plus belle, quelques heures plus tard...

L'édition 2023 a battu tous les records. Francisco de la Torre et sa ville vous fixent déjà rendez-vous cet été, avec encore plus de surprises et de joie !



Mais aussi la fête à Iznate, Frigiliana, Guaro...

Niché en plein cœur de l'Axarquía, un village blanc célèbre le raisin muscat comme aucun autre. Son nom, **Iznate**, est déjà une véritable invitation au voyage. Cette perle andalouse célèbre les vendanges et le délicieux raisin muscatel. Lors de cette jolie fête, une route gastronomique, serpentant les ruelles blanchies à la chaux, permet de découvrir les spécialités culinaires locales et de déguster gratuitement fromages de brebis, ajo blanco, hornazo et bien entendu le vin sucré muscatel.

Une ambiance festive règne dans le village avec costumes traditionnels, verdiales, orchestre et une multitude de découvertes sucrées et salées. Cette étape estivale vous laissera, à coup sûr, un souvenir impérissable. Rendez-vous le premier samedi du mois d'août à **Iznate** !



Autre destination, autre ambiance avec **Frigiliana** et son Festival des 3 Cultures. Ambiance de feu, diversité et multi culturalité sont les principaux ingrédients du succès de ce festival gratuit qui rassemble près de 50.000 personnes chaque année. On y découvre les trois grandes cultures ayant marqué le village (*chrétienne, musulmane et séfarade*) à travers l'art, la gastronomie, la musique et les traditions ancestrales. Durant quatre jours, ce sont plus d'une centaine d'activités qui sont proposées au public. Vous ne devez pas manquer ce magnifique festival devenu une véritable référence sur la Costa del Sol et qui se déroule, cet été, du 22 au 25 août.

Le village blanc de **Guaro** célèbre son passé mauresque à travers un magnifique événement, le Festival de la Luna Mora les 6 et 7 septembre. Plus de 20.000 bougies sont allumées dans le pueblo blanco et des concerts aux sonorités orientales, évoquant un autre temps, se déroulent au détour des rues et ruelles. Sur la place principale, un souk médiéval vous invite à découvrir objets d'artisanat, délicieuses spécialités et bien plus encore. Ne manquez pas ce très beau festival. Ce sont deux jours et surtout deux nuits inoubliables qui vous y attendent.



D'autres villes vous fixent également rendez-vous en plein cœur de l'été et vous feront passer des moments exceptionnels avec leurs fêtes magnifiques.

Las Lagunas (Mijas) est en fête du mercredi 26 au dimanche 30 juin.

Almayate, La Cala del Moral et Caleta de Velez vibreront du jeudi 27 au dimanche 30 juin.

Estepona vous propose de participer à sa fêria du lundi 1er au dimanche 7 juillet.

Ensuite, c'est **Benajafefe** qui débute ses festivités le jeudi 11 juillet pour les clôturer le dimanche 14 juillet.

Du vendredi 12 au mardi 16 juillet, **Rincón de la Victoria** vous attend.

Sayalonga voit sa fêria vibrer du vendredi 19 au dimanche 21 juillet.

Les 5 mêmes jours du calendrier pour les fêrias de **La Cala de Mijas** et de **Torre del Mar**, du mercredi 24 au dimanche 28 juillet.

Du jeudi 25 au dimanche 28 juillet, c'est au tour de **La Viñuela** et de **Competa** de vivre pleinement leur fête.

Les Ferias Colombinas de **Huelva** se tiendront quant à elles du lundi 29 juillet au dimanche 04 août, suivies de celle de **Alora** du mercredi 31 juillet au dimanche 04 août.

En août, partez faire la fête à **Benagalbón** (du 01 au 04), **Lagos** (du 02 au 04), **Chilches** (du 08 au 11), **Benalmadena Pueblo** (du 14 au 18), **Pizarra** (du 14 au 18), **Tolox** (du 14 au 18),

Antequera (du 21 au 25), et **Guaro** (du 21 au 25).

En septembre, ce sont ces villes et villages qui sont à l'honneur: **Ronda** (du 02 au 08), **Mijas** (du 03 au 08), **Écija** (du 10 au 15), **Alfarnate** (du 11 au 18), **Vélez-Málaga** (du 24 au 29), et **Torremolinos** (du 25 au 29).



Le mois de juillet se déroule, à **Baena**, la célébration de la Fête de la Vierge del Carmen et la Verbena de la Vierge del Carmen à Albendín.

Alcalá la Real célèbre la Virgen de las Mercedes, sa Sainte-Patronne le 15 août.

En septembre, trois rendez-vous sont incontournables pour vivre pleinement les traditions baenenses, ce sont les fêtes de Notre-Dame de Guadalupe, de Notre-Père Jésus Nazaréen et de la Vierge des Angoisses.

À **Carmona**, la fête la plus importante de l'été est la Velá de Santa Ana, se déroulant en juillet. En septembre, la Romería et les fêtes de la Sainte-Patronne, la Virgen de Gracia, vous enchanteront.

Lucena, la Perle de Séfarade, ne choisit pas entre juillet, août et septembre pour être en fête. La très belle cité accueille en effet le premier mois les Fêtes de Santiago, le mois suivant, la Féria de San Francisco, celle populairement appelée la « Féria des Fiancés » et du 08 au 10 septembre, la Féria de Notre-Dame de la Vallée. Le mois de septembre voit aussi la ville d'**Osuna** célébrer sa patronne, Notre-Dame de la Consolation.

La réputation de l'Andalousie, quant à son sens de la fête, n'est pas un leurre. Il faut plus d'un magazine pour répertorier toutes les fêtes et étapes estivales que propose le sud de l'Espagne. Les célébrations, vous l'avez découvert, sont multiples et avec ces traditions et ce folklore, une généreuse gastronomie et d'excellents vins vont de pair pour garantir une expérience réussie mais aussi inoubliable.

Alors cet été, vive la fête et vive l'Andalousie!

MAGAZINE **ESPRIT** *Sud*[®]

vous adresse un
immense merci !

Merci

Vous qui nous suivez depuis 17 numéros et près de 4 années maintenant, vous avez compris que le magazine Esprit Sud est bien plus qu'un simple média, il s'agit d'une véritable communauté unie autour d'un seul et unique projet, l'admiration de l'Andalousie.

Depuis le début de l'aventure "Esprit Sud Magazine", vous nous avez montré que notre mission est non seulement nécessaire mais aussi très appréciée. Votre enthousiasme se traduit chaque jour par des échanges, de nombreux partages, des messages d'encouragement reçus et des interactions passionnées sur nos différents canaux de communication. Toutes ces manifestations nous galvanisent et nous motivent à poursuivre cette mission de promotion de ces terres andalouses.

En mai 2024, vous avez été plus de 300.000 personnes différentes à travers nos différents canaux digitaux à voir les multiples contenus que nous proposons. Ces chiffres donnent le tournis et témoignent de l'intérêt et de la passion que vous portez à nos publications. Vous avez été plus de 12.000 personnes à visiter notre site Web et notre application mobile durant le mois de mai. Toutes ces données ne sont pas de simples chiffres pour nous, elles sont autant de preuves d'amour, le véritable

reflet de votre curiosité, de ce désir d'en savoir plus sur l'Andalousie et de votre engagement à soutenir Esprit Sud Magazine, la seule et véritable source d'information francophone dans le sud de l'Espagne.

Votre passion pour notre magnifique région a également contribué à rendre nos vidéos virales sur les réseaux sociaux. Jamais, nous avons imaginé que nos vidéos pouvaient atteindre ces chiffres incroyables, avec ces centaines de milliers de vues. Chaque partage, chaque commentaire, chaque « J'aime » est une pierre de plus à ce bel édifice que nous construisons ensemble. Vous avez donc permis à nos contenus de toucher un public encore plus large en partageant nos publications et par cette opération, vous faites découvrir les merveilles de l'Andalousie à un nombre incroyable de personnes.

Chaque fois que vous interagissez avec nos contenus, vous nous aidez à grandir et à évoluer. Et ceci nous permet de lancer de nouveaux projets et de nouvelles collaborations.

Vous êtes formidables et nous sommes incroyablement chanceux de vous avoir à nos côtés.

*Merci, Merci
du fond du coeur !*

Optez pour ce levier de communication et embarquez pour l'aventure digitale Esprit Sud Magazine. Alliant site web, application et présence marquée sur les réseaux sociaux, la force de frappe de notre média vous garantit l'amélioration des résultats de vos campagnes publicitaires.

Esprit Sud Magazine est bien plus qu'un simple magazine, c'est un média avec une multiplicité de supports et une vision à 360 degrés de la communication. Alors intégrez la communauté Esprit Sud Magazine!



Envoyez un mail à luc.espritsud@gmail.com avec pour titre « PUBLICITE »
ou contactez le 0034 664 20 37 19 afin de devenir partenaire commercial **ESPRIT SUD!**

Bonjour à tous amis expatriés,

Je suis Benjamin Lartigue conseiller immobilier francophone StartGroup. Déjà 10 ans d'expérience professionnelle sur la Costa del Sol que je mets à votre service pour acheter et vendre en toute confiance entre Torremolinos et Sotogrande. Nous possédons de nombreuses propriétés en direct à la vente ainsi que plusieurs promotions immobilières très intéressantes. Avec nos 3 agences, nous sommes sans doute la compagnie la mieux établie de la zone. Vous bénéficiez des meilleurs services et des dernières technologies pour réaliser votre projet. 20 ans que nous existons et chaque année de plus en plus d'acheteurs et vendeurs satisfaits recommandent nos services. Si vous avez besoin d'aide dans ce domaine, n'hésitez pas à me contacter pour être le prochain à en bénéficier !

En attendant vous pouvez vous rendre sur notre site internet pour mieux nous connaître.

Au plaisir de vous rencontrer...



Benjamin Lartigue
Tel: +34 662 39 23 14
benjamin@startgroup.com

ST5673 BENALMADENA PUEBLO

Appartement moderne construit en 2022 avec vue mer panoramique. Etat comme neuf. Piscine extérieure et salle de sport dans le complexe. Les commerces de Benalmadena Pueblo sont à seulement 5 min à pied. 2 places de parking + cave en souterrain inclus.

2 chambres / 2 salles de bain 375.000€



ST5651 LA CALA GOLF, MIJAS COSTA

Maison mitoyenne dans une élégante copropriété à seulement 900 m du club de golf de La Cala Resort et ses 3 parcours. La vue donnant sur la Sierra de Mijas et la vallée des golfs est impressionnante depuis la terrasse. Vue mer également au loin. Très belles prestations: cuisine neuve, salles de bains en marbre crème, parking en sous-sol pour deux voitures avec une pièce servant actuellement de de salle de sport privée.

3 chambres / 3 salles de bains 499.000€



ST5655 TORREQUEBRADA, BENALMÁDENA

Surement la plus belle vue mer / montagne que vous aurez vu depuis un appartement! Situé au 13ème étage dans une résidence cossue construite sur une colline à 150 m de la plage et des commerces, vous disposerez de dimensions hors norme, 126m2 intérieur plus 35m2 de terrasse vitrée et ouvrable. Bar / restaurant sur place et multiples piscines. Parking en sous-sol avec cave de rangement. Excellent investissement, c'est une propriété unique, vous ne serez pas déçu!

2 chambres / 2 salles de bains 599.000€



ST5663 EL CHAPARRAL, MIJAS COSTA

Villa sur deux étages construite en 2023 avec piscine privée et vue mer panoramique à 180°. Si vous aimez le confort et la modernité vous apprécierez ses prestations haut de gamme. Salle de sport dernière génération, spa complet et piste de tennis à votre disposition. Le magnifique golf de El Chaparral est à 600 m, la mer à seulement 150 m.

4 chambres / 3 salles de bains 1.450.000€



Agents immobiliers certifiés par:



BUREAU A CALAHONDA
CC El Zoco, local 33 & 34
Calahonda Mijas



BUREAU A TORREQUEBRADA
Avenida Europa 1
Benalmádena Costa



BUREAU A LA CALA DE MIJAS
Calle La Noria 1
La Cala de Mijas



info@startgroup.com
www.startgroup.com
+34 952 90 48 90



Vivre le moment présent.

Par Audrey Thomas

Le "moment présent" a un incroyable pouvoir! Le titre du livre d'Eckhart Tolle, «Le pouvoir du moment présent», best-seller vendu à plus de 3 millions d'exemplaires et traduit en 33 langues, ne ment pas ! Se concentrer sur celui-ci, c'est être parfaitement conscient de ce que l'on vit à l'instant T, c'est laisser toute la place dans son champ mental au ressenti d'une expérience « ici et maintenant », à ce que nous éprouvons et pensons immédiatement, sans évaluation ni jugement. L'environnement dans lequel nous évoluons a une influence majeure sur notre qualité de vie. Nous choisissons les endroits où nous vivons, la façon dont nous aménageons nos intérieurs, dont nous interagissons avec les autres et le monde. Tendant ainsi à créer et à améliorer nos propres environnements, nous boostons également notre santé !

L'Andalousie est un véritable trésor, faut-il le rappeler. En 2021, la campagne au titre évocateur, « No hay alegría pequeña », réalisée par l'agence Proximity pour le tourisme en Andalousie, ne s'y est pas trompée ! Cette terre est celle de plaisirs et de joies, propice à mettre tous nos sens en éveil et nous faire vivre des émotions de toutes sortes. S'expatrier, c'est s'offrir l'opportunité de se connecter pleinement à un environnement exceptionnel. Choisir l'Andalousie et plus particulièrement la Costa del Sol, c'est, en soi, le choix du beau, de la couleur, de la lumière, des contrastes et de la chaleur. Le climat, la diversité des paysages, la gastronomie, les gens, tous les éléments naturels sont propices à étoffer ses propres sensations et son potentiel émotionnel. Alors comment être plus en conscience chaque jour de toutes les ressources que procure un tel contexte de vie ? Comment s'emparer de la beauté pour développer sa capacité à vivre l'instant présent ?

De tout temps, la science par ses connaissances a prouvé les bienfaits pour l'organisme de l'esthétique. Toute expérience étant singulière et unique, il appartient à chacun de définir dans son environnement ce qui est susceptible de le nourrir, le toucher, l'émouvoir ou l'épanouir pour vibrer au contact du beau.

Les bienfaits physiologiques de la beauté ne sont plus à démontrer. Contempler ce qui est beau active la zone de notre cerveau appelée cortex préfrontal qui est liée à la régulation émotionnelle. Cela nous fait nous sentir plus confiants et sereins, cela diminue notre stress, en favorisant la production d'ocytocine et en apaisant le système nerveux. Quand il est en contact avec ce qui est beau, l'hémisphère droit de notre cerveau, siège de la créativité et de la symbolique, se trouve stimulé et l'intelligence émotionnelle renforcée. La beauté nous inciterait à plus de sérénité et de bienveillance.

Les magazines, livres et articles psy sur le développement personnel nous invitent à nous connecter à l'instant présent et à nous entraîner à ce que l'on appelle aussi la pleine conscience ou « mindfulness ». Accessible à tous, elle se pratique aussi bien par des méditations formelles que par des exercices informels. Elle encourage une introspection saine et la reconnaissance de ses propres pensées et émotions sans jugement, favorisant la croissance personnelle et une meilleure compréhension de soi. C'est un exercice dont les bienfaits sont extrêmement puissants et significatifs pour notre bien-être psychologique. Cela améliore notamment la capacité à se concentrer sur une tâche à la fois et cela augmente l'efficacité et la qualité de son travail.

La pleine conscience fait partie des techniques qui peuvent aider à prévenir et à traiter l'anxiété et la dépression. Centrer son attention sur ce que l'on vit et ressent « ici et maintenant », permet de diminuer les ruminations sur le passé et les inquiétudes pour l'avenir.

Dans notre monde moderne, l'importance de vivre le moment présent est souvent négligée au profit des préoccupations passées ou futures, aussi sommes-nous majoritairement envahis de pensées, nous « fusionnons » avec elles. Eckart Tolle les appelle « pensées compulsives », pour la plupart inutiles. Soumis à des pressions et des exigences personnelles ou des attentes d'autrui, nous fonctionnons guidés par nos schémas, nos expériences passées. Nos habitudes et nos croyances nous empêchent de lâcher prise, d'accepter de nous laisser surprendre et de nous écouter. Quand on parvient à diriger toute notre attention, à centrer toutes nos pensées sur le moment présent, sur nos sensations à l'instant T dans un environnement donné, en lien avec la nature et les êtres autour de nous, nous enrichissons notre champ émotionnel. Nous pouvons choisir l'espace que nous accordons au plaisir, à la joie, à l'émotion « positive ». En étant conscient de chaque moment, on trouve davantage de satisfaction dans les petites choses de la vie quotidienne. Chaque geste devient alors une occasion d'« éprouver » pleinement. Alors ouvrons grands les yeux, observons le ciel, baladons-nous sur la plage ou dans les champs d'amandiers en fleurs, pénétrons les musées pour en découvrir les trésors. Des études ont d'ailleurs montré que les visiter stimulaient nettement les zones de plaisir du cerveau, allant jusqu'à faire baisser chez certains visiteurs leur tension artérielle. Bien plus que de simples loisirs ou divertissements tous ces actes accomplis en pleine conscience sont de véritables ressources, essentielles pour nos santé physique et émotionnelle.

Chaque activité du quotidien peut être transformée en exercice de pleine conscience : manger, marcher, courir, faire du vélo, nager ou prendre une douche. Il suffit de porter une attention particulière aux sensations, aux sons et aux mouvements.

La question à se poser est "que suis-je en train de ressentir?". Quand je vais d'un endroit à un autre par exemple, qu'est-ce que j'observe. Quelles sont les sensations que j'éprouve au niveau de la plante de mes pieds en me promenant dans le sable?

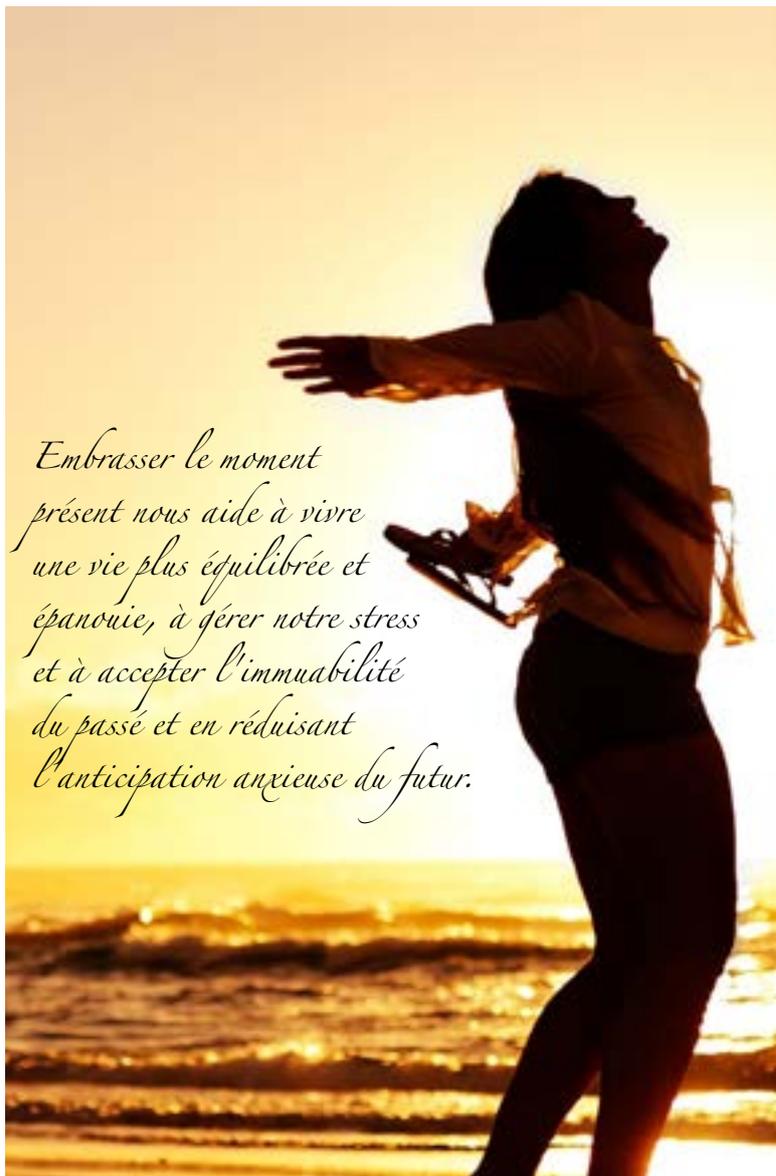
Dans les relations interpersonnelles, avoir pleinement conscience de ce que l'on ressent dans les interactions nouées avec les autres, permet une communication plus authentique et une meilleure écoute. Cela renforce les liens, les rend plus profonds, cela nous connecte.

La gratitude permet de reconnaître et d'apprécier ces petites choses du quotidien, favorisant ainsi une attitude positive. Tenir un journal et écrire par exemple trois choses pour lesquelles on est reconnaissant chaque jour peut aider à transformer notre regard sur la vie, c'est une certitude.

Parmi les techniques pour «vivre le moment présent», la méditation aide à ancrer l'esprit dans l'immédiat en se concentrant sur la respiration et les sensations corporelles. Régulière, elle peut réduire les pensées intrusives et améliorer notre capacité à gérer le stress. Tout comme les exercices de respiration profonde, la cohérence cardiaque favorise l'état de relaxation. Les « scans corporels » aident à renforcer la connexion entre le corps et l'esprit. Cela tente à ancrer notre attention dans l'ici et maintenant.

Le Yoga, en combinant mouvement et respiration aide à rester centré et présent. Il favorise une meilleure conscience corporelle et une relaxation profonde.

Pour tirer pleinement profit de ces pratiques, il est essentiel de les intégrer régulièrement dans notre routine. Quelques minutes par jour, seulement, peuvent faire la différence. La persistance et la patience sont cruciales pour développer une habitude de pleine conscience. La régularité est la clé du succès !



Embrasser le moment présent nous aide à vivre une vie plus équilibrée et épanouie, à gérer notre stress et à accepter l'immutabilité du passé et en réduisant l'anticipation anxieuse du futur.

Vivre pleinement dans le présent ne veut pas dire qu'on ignore le passé ou le futur, il est plutôt question de trouver un juste équilibre où le présent reçoit l'attention et l'appréciation qu'il mérite. Lorsque nous sommes immergés dans les cadres que nous connaissons, dans nos rythmes, nous ne profitons plus pleinement de ce qui nous entoure. Nous ne voyons plus que chaque petit objet peut être observé, saisi, touché, senti.

Dans les expériences douloureuses, s'appuyer sur ce qui est identifié comme ressource permet d'accueillir et d'accepter. Cela permet de traverser sans lutte et de choisir où diriger son énergie, prendre le contrôle sur ce qui est gérable et lâcher ce qui ne l'est pas pour ne pas en subir le poids. Laisser plus de place aux sensations et aux pensées du présent réduit l'espace dans lequel s'engouffrent avec tant de facilité les pensées « négatives », remords, regrets et autres angoisses.

L'AGENCE

INMOBILIARIA | REAL ESTATE | IMMOBILIER



Anthony



+34 696 351 081

Daniela



+34 658 333 302

Brice



+34 617422 510

Asesoramiento integral de principio a fin.
Comprehensive advice from start to finish.
Des conseils complets du début à la fin.

www.lagenceimmobilier.es

La confiance immobilière sur la Costa del Sol a un nom: L'Agence Real Estate!

L'AGENCE

En plein coeur de Benalmádena !

L'Agence Real Estate regroupe des professionnels aguerris, attentifs à vos demandes et disponibles, installés depuis plus de 20 ans en Espagne. Leur équipe multilingue offre un véritable service premium en français et place l'innovation et le respect de l'éthique au cœur de leurs activités.

S'engager avec **L'Agence Real Estate**, c'est la garantie de se voir proposer les meilleures opportunités de la province de Malaga. Leurs clients bénéficient d'un suivi personnalisé et de conseils sur-mesure tout au long de la prise en charge du projet d'achat afin de vivre sereinement cette expérience.

La passion de l'immobilier coule dans les veines de Brice Charles Karsenty. Après diverses expériences dans la profession, il fonde sa propre agence et installe celle-ci Avenue de las Palmeras, un endroit stratégique de Benalmadena Costa, station balnéaire ô combien attractive. Fort de sa large expérience et des nombreux contacts noués dans le secteur, Brice met à votre service tout son professionnalisme.

Daniela Coria et Anthony Beudet Granado font figure d'atouts pour **L'Agence Real Estate**. Ils combinent dynamisme et esprit entrepreneurial pour vos offrir confiance, expérience et service de qualité. Ils se dédient à chaque client de manière personnalisée, faisant de chaque achat une transaction simple.

Brice, Daniela et Anthony proposent un accompagnement ciblé pour l'achat et la vente d'un bien. Confiez-leur votre appartement ou votre maison afin qu'ils vous trouvent l'acheteur idéal. Mettez également dans leurs mains votre rêve de devenir propriétaire dans le sud de l'Espagne. Ils vous trouvent le bien parfait et dans le budget que vous avez préalablement arrêté avec leur équipe.

Qu'il s'agit du bord de mer de Mijas, du séduisant village blanc de Benalmadena ou du charme romantique de Ronda, ils disposent d'une connaissance aigüe de la province et ont une vue globale de l'immobilier dans cette belle région de Malaga incluant la Costa del Sol. Passionnés par l'Andalousie, son patrimoine, sa culture et sa gastronomie, tous les équipiers de **L'Agence Real Estate** pourront vous conseiller selon vos besoins et envies.

Le processus d'achat-vente d'un immeuble peut s'avérer compliqué et nécessite certainement l'appui d'une équipe de confiance disposant des connaissances et outils nécessaires à une opération réussie. Ils veillent à un accompagnement efficace à toutes les étapes de l'opération (N.I.E., achat, impôts, crédits, changements de titularité,...).

L'Agence Real Estate est le partenaire qu'il vous faut, alliant expérience dans le domaine de l'immobilier, précieux conseils financiers et juridiques, confidentialité et efficacité, confiance et professionnalisme.



L'Agence Real Estate, c'est plus qu'une simple agence immobilière, c'est aussi beaucoup de solidarité. Leur équipe est le fier sponsor de l'équipe de volleyball UDA Benalmadena.

Engagez-vous dans une relation de confiance avec à la clé, la réalisation du rêve de devenir propriétaire en Espagne!



Alors, la propriété qui correspond le mieux à vos préférences figure certainement dans les biens de **L'Agence Real Estate** !

Contactez leur équipe et concrétisez le rêve de devenir propriétaire au soleil !

L'Agence Real Estate est située Avenida las Palmeras, 13, local 19, 29631 Benalmadena, Malaga (entre le bureau de Mapfre et le coiffeur Superpelu).

www.lagenceimmobilier.es
info@lagenceimmobilier.es

Brice : 0034 617 422 510

Daniela : 0034 658 333 302

Anthony : 0034 696 351 081



Cocktails de l'été

Les frères Lagarde nous proposent deux recettes rafraîchissantes à base de Gin

Par Maud Maluenda

Crédit photos : @danielblancophoto

L'été est synonyme de soleil et de moments de détente entre amis ou en famille. Quoi de mieux que de savourer un cocktail rafraîchissant pour accompagner ces moments inoubliables ?

Jacques et Mathieu Lagarde, le duo fraternel de Top Chef France, vous proposent deux recettes exclusives

parfaites pour se désaltérer et profiter des longues journées estivales ou de délicieuses soirées en bordure de mer.

Les cocktails peuvent également être savourés sans effort à la Cascada à Marbella qui vous les propose parmi une sélection de délicieux cocktails.

Mainake Fizz

- 5 cl Mainake (pomegranate & poivre rouge)
 - 5 cl de jus de grenade frais
 - 2 cl de jus de citron
 - 1 blanc d'oeuf
- 1.4 cl de sirop simple (de sucre de canne)
 - 2 traits de bitter

Secouez sans glace

Ajoutez de la glace

Secouez à nouveau

Filtrez deux fois dans un verre*

Ajoutez de l'eau gazeuse sur le dessus

Sirotez enfin votre cocktail !



Mainake Vrille

- 5 cl de Mainake basilic & citronnelle
 - 1.4 cl de citron vert frais
- 1.4 cl de sirop simple (de sucre de canne)
 - 5 feuilles de basilic frais

Secouez fort

Filtrez deux fois dans la coupe*

Décorez de citron

Dégustez votre cocktail et profitez de ce délicieux breuvage.



*Les filtres à cocktail sont cet outil essentiel pour tout barman en herbe. Ils permettent de verser facilement une boisson mélangée dans un verre à cocktail tout en empêchant les morceaux de fruits et autres grosses particules indésirables de pénétrer dans le verre de manière à permettre une dégustation idéale !

Il y a près de 3000 ans, **MAINAKE** était un important port de commerce phénicien, qui a évolué pour devenir cette ville moderne étincelante de Malaga. **MAINAKE GIN** célèbre l'esprit et l'histoire de Malaga. Il évoque aussi le courage de ces marins intrépides en incorporant des éléments gustatifs issus de leurs célèbres routes commerciales, traversant l'Asie, l'Afrique, la Méditerranée et même au-delà. Chaque gorgée de **MAINAKE GIN** est une invitation à un voyage sensoriel, rappelant les échanges culturels et les aventures maritimes qui ont façonné cette région unique. Découvrez un gin qui ne se contente pas de rafraîchir, mais qui raconte également une histoire riche en traditions et en explorations.



Aru Chef à Domicile à Marbella

Aru By Lagarde propose une gamme de services culinaires sur mesure, adaptés à vos besoins spécifiques. Notre équipe de chefs privés s'occupe de tout. De la planification des menus, des courses, de la préparation des repas avec accords des boissons et une sélection de vins. Nous utilisons des ingrédients cultivés et cueillis par nos soins, ainsi que des produits locaux comme le **MAINAKE GIN** et des charcuteries fines produites localement. Pour un dîner intime, une soirée festive ou un événement professionnel, nous prenons en charge chaque détail pour garantir une expérience gastronomique exceptionnelle. Aru Chef à Domicile à Marbella vous permet de profiter d'un service culinaire d'excellence.

CARNET D'ADRESSES

A

Ameublement/Décoration

ESCANDI DESIGN

Ctra. Km 3,5
29640 Fuengirola- Mijas
0034 951 06 85 05
info@escandidesign.com
www.escandidesign.com

SUNSO (mobilier d'extérieur)
Pol. Nueva Campana Nave 92,
29660 Marbella
www.sunsofurniture.net
0034 952 810 450 

ZAPDESIGN

Puerto de la Duquesa
Marina Real Local 2 – 29692 Manilva
www.zapdesign.es
0034 951 76 56 49 

Art

ALEGRIA (spectacles de flamenco)
Calle Vélez Malaga, 6
Malaga
www.flamencomalaga.com
0034 951 474 493 

MUSEE RALLI

Urb. Coral Beach, Rio Verde, N-340,
km.176, 29602 Marbella
www.museoralli.es

Assurances

CL ASSURANCES

Urb. El Saladillo - Edificio Altair,
oficina 217 - 29688 Estepona
www.classurances.com
0034 951 66 73 63 | 0034 610 53 15 98 

NL EXPERTS - NICOLAS LORSIGNOL

www.nlexperts.com
info@nlexperts.com
0034 699 70 35 40 

NOËL SANCHEZ

0034 622 41 72 13 

Autos

EUROCAR

Calle Moscatel 8, local 65,
(poligono industrial)
29630 Benalmadena
0034 952 56 70 21 - 0034 605 10 97 96 

Avocats

DSVC

Av. Manuel Agustin Heredia, 22, 6° y 7°-4
29001 Malaga
info@delgado-vila.com
0034 952 22 59 59 

C

Cavistes

NICOLAS

Centro Comercial Guadalmina
Calle 19A locales 7 y 8 - Edificio La Caixa
29670 Marbella
Centro Comercial Contur,
Carretera de Cádiz km 192, Local 8-22
29604 Marbella
Plaza Aloha, Avenida del Prado
Urb. Aloha Gardens, local 4, Nueva Andalucía
29660 Marbella
vinosnicolasmarbella@gmail.com
0034 951 27 22 16 

Coiffure

CHRISTELLE BOE (Salon de coiffure et d'esthétique)
Premier étage, El Corte Inglés,
29660 Puerto Banus
0034 952 90 99 85 

Cuisiniste

COCINAS +

Blvd. de la Cala, 1,
29649 La Cala de Mijas
0034 952 58 77 59
jeremy@cocinasplus.com
www.cocinasplus.com/es 

D

Déménagement/Transport

DEMENAGEMENT BELGIQUE EUROPE

allessjuve@hotmail.com
0032 472 10 60 76 

Dentiste

CLINICA DENTAL SONRISOL

Plaza Costa del Sol 5, 1°
29620 Torremolinos
www.clinicadentalsonrisol.com
0034 952 37 08 87 | 0034 691 50 11 10 

E

Entretien

ARDISSON S.C.A.

Nettoyage air conditionné
+34 605 85 34 09
ardisson.cooperativa@hotmail.com 

G

Glacier

AMORINO

Av. Duque de Ahumada, 2 (Paseo Marítimo)
29602 Marbella
+34 611 582 827
elfuerte@amorino.es
www.amorino.com 

H

Hôtels

ESSENCE HÔTEL

Av. del Lido, 29620 Torremolinos
+34 952 387 711
reservas@essencehotel.es
[@essencehotelboutique](https://www.essencehotelboutique.com)

HÔTEL EL POZO

Calle Casablanca, 4
29620 Torremolinos
+34 952 38 06 02
reserva@hotelespozo.com
www.hotelespozo.com

I

Immobilier

GROUP-1VEST PROPERTIES

Avenida del Litoral C.C. Carrefour
29680 Estepona
0034 951 542 593
cathy@1vest-immo.com
www.group-1vest.com

BE LUCKY HOMES

beluckyhomes@gmail.com
WWW.BELUCKYHOMES.COM
0034 664 203 719

GARU ESTEPONA

Calle Real, 110
29680 Estepona
0034 952 79 07 90
info@inversionesciel.com
www.inversionesciel.com

L'AGENCE REAL ESTATE

Av. de las Palmeras 17, local 19
29630 Benalmadena Costa
www.lagenceimmobilier.es
0034 696 35 10 81 - 0034 617 42 25 10

IDEAL PROPERTY

Nathalie Buisson
idealproprnat@gmail.com
www.idealpropertynat.com
0034 656 55 35 66

IBER HOLA

Nathalie Pérez
www.iberholaproperties.es
n.perez@iberholaproperties.es
0034 621 353 899

START GROUP

Bureau de Calahonda
C.C. El Zoco, locales 33 & 34
Calahonda Mijas - Centro Comercial El Zoco
info@startgroup.com
www.startgroup.com
0034 952 90 48 90

SUNNY HOME

info@benalhouse.com
www.benalhouse.com
0034 637 044 851

ZAPINVEST

Puerto de la Duquesa
Marina Real Local 1 – 29692 Manilva
www.zapinvest.be
0034 952 89 33 47

M

Médecin

LA CLINIQUE MARBELLA

Dr. Bérénice Ibarra Ottino
Jacinto Benavente 30 / Edif. Marie V-1° A
29601 Marbella
info@lacliniquemarbella.com
www.lacliniquemarbella.com
0034 622 670 192

Mode

LIFE CONCEPT

Magasin de chaussures
Calle Nuestra Señora de Gracia 6
29602 Marbella
0034 647 400 344
marbella@lifeconcept.com
[@lifeconcept_marbella](https://www.lifeconcept.com)

O

Opticiens

EUROOPTICAL

Av. F. Garcia Lorca, 29
29631 Arroyo de la Miel Benalmadena
0034 952 44 76 89
0034 639 66 06 35

Ostéopathie

CHRISTOPHE BIANCHI

Carretera Mijas – Fuengirola
29650 Mijas
0034 625 73 44 97

GEOFFREY WATTINNE

www.osteopatiadelsol.com
Malaga-Marbella-Estepona
0034 622 09 89 16

P

Pâtisserie

SWEETCUPS BY DIAS

Insta. sweetcups Dias
0032 484 41 79 06

L'EXQUISE CHANTAL (pâtisserie et chocolat)

Chocolat et pâtisserie
www.lexquisechantal.com
0034 651 16 83 30

Photographe

PICTASOL - MARC GINESTON

Photographies immobilières,
commerciales et portraits
www.pictasol.com
marc@pictasol.com
0034 603 212 747 🇫🇷

Plomberie

JEROME LHUISSIER

Plombier, tout type d'intervention
Création de salle de bain
+34 623 274 380 🇫🇷

Psy

AUDREY THOMAS (Psychothérapeute)

Calle Flamencos Malaga, 41
athomas@audreythomas.net
0034 637 21 52 03 🇫🇷

R

Rénovation

FREDERIC LE PEINTRE

Peintures, petits travaux
0034 686 38 64 03 🇫🇷
delsueloaltecho@yahoo.com

MIRA SERVICES XAVIER

Travaux en tout genre
0034 744 61 81 66 🇫🇷

GRUPO PROTEC

Camino Pera de Agua 81-104
Pol.Industrial Los Perales - Mijas
violetaradivojevic@grupo-protec.com
www.grupo-protec.com
0034 657 431 902 🇫🇷

Restaurants

ALEGRÍA (restaurant et flamenco)

Calle Vélez Malaga 6
Malaga
www.flamencomalaga.com
0034 951 474 493 🇫🇷

EL CARNICERO 1993

Avda. Marqués de Duero 29
29680 Cancelada (Estepona)
0034 952 88 63 07 🇫🇷

LA BODEGA DEL MAR

Av. Duque de Ahumada 13
29602 Marbella
0034 952 77 27 04 🇫🇷

PAELLA Y MAS

Calle Hermanos Salom, 3 Marbella
reservas@restaurantepaellasyamas.com
www.restaurantepaellayamas.com
0034 952 82 25 11 🇫🇷

LA CRÊPE

20, Av. del Mar, 29602 Marbella
0034 654 06 97 51 🇫🇷

EL 27 GASTROBAR

Av. Palma de Mallorca 27 - 29620 Torremolinos
+34 623 204 931
admin@el27gastrobar.es
www.el27gastrobar.es 🇫🇷

KBANA

Av. Del Lido 2 - 29620 Torremolinos
+34 616 368 206
ludovicbaly@gmail.com
[@kbana.torremolinos](https://www.instagram.com/kbana.torremolinos) 🇫🇷

L'OPÉRA

Calle Paco Palma, 1 - 29603 Marbella
+34 951 538 198
lopera.marbella.work@gmail.com
[@lopera_marbella](https://www.instagram.com/lopera_marbella) 🇫🇷

BAR/PIZZERIA ARDISSON

Du mercredi au dimanche de 17h00 à 00h00
Calle Sagitario 3
29631 Benalmadena
0034 615 79 44 37 🇫🇷

CLUB DEL MAR

Paseo Marítimo Rey de España, 6, Bloque 1, local 1,
29640 Fuengirola
0034 633 86 78 99 🇫🇷

T

Traiteur

LA PAELLA DE BEGO

FB: La paella de Bego
0034 625 13 91 53

Taxis

CHRIS MULTI SERVICES (Costa del Sol)

christelmultiservices@gmail.com
FB: Chris Multiservices
WhatsApp: 0034 663 83 14 94 🇫🇷

BENJI MULTI SERVICES (Annecy)

bmstravel27@gmail.com
www.bmstravel.com
0033 628 40 90 16 🇫🇷

V

Vacances

ZAPHOLIDAY

Puerto de la Duquesa
Marina Real Local 4 - 29692 Manilva
www.zapholiday.es
0034 951 55 06 66 🇫🇷

**INVESTIR EN ESPAGNE
N'A JAMAIS ETE AUSSI SIMPLE**



**VOTRE AGENCE IMMOBILIERE
A LA COSTA DEL SOL**



WWW.BELUCKYHOMES.COM

0034 664 203 719

beluckyhomes@gmail.com

LES NUMÉROS UTILES

Police Nationale (urgences)*	091
Garde Civile	062
Police Locale (urgences)*	092
Police Locale (standard)	952 12 65 00
Police Locale (bruits et nuisances)	952 27 62 52
Pompiers	080

URGENCES

Urgences sanitaires	061
Toutes urgences*	112
Urgences S.S.	902 50 50 61
Urgences Croix-Rouge	902 22 22 92
Urgences criminelles	902 102 112
Urgences en mer	900 202 202
Urgences de gaz	901 121 212

* Pour tous les appels d'urgence, que ce soit : accidents, blessures, sécurité routière, infractions relatives aux drogues, enlèvement, voies de fait, accident de la route, etc... vous pouvez aussi appeler le 088 depuis votre mobile et vous tomberez sur un service d'urgences. Ce service est gratuit.

AMBASSADES ET CONSULATS

BELGIQUE – Consulat Belgique, Av. Ricardo Soriano 20-3/C, 29601 Marbella - T:+34 951 516 019

CANADA – 35 Núñez de Balboa, 28001 Madrid - T:+34 914 233 250

FRANCE – 9 Salustiano Olozaga, 28001 Madrid - T:+34 914 238 900

LUXEMBOURG – 78 Calle Claudio Coello, 28001 Madrid - T:+34 914 359 164

MAROC – 2-1 Calle Teniente Maroto, Algeciras (Cádiz) - T:+34 956 661 803

SUISSE – 35-A, Calle de Núñez de Balboa, 28001 Madrid. T:+34 914 363 96

TRANSPORTS

Aéroports

Aéroport de Malaga T:+34 952 048 804

www.aena-aeropuertos.es

Aéroport de Séville T:+34 954 449 000

www.sevilla-airport.com

Aéroport de Gibraltar T:+350 200 73 026

www.gibraltairairport.gi

Chemins de Fer www.renfe.com

Autobus www.venta.avanzabus.com

Taxis

Estepona – T:+34 952 802 900

Marbella – T:+34 952 774 488

Mijas – T:+34 952 478 288

Fuengirola – T:+34 952 471 000

Benalmadena – T:+34 952 441 545

Torremolinos – T:+34 952 380600

Málaga – T:+34 952 327950

CLINIQUES ET HOPITAUX

MALAGA

Clinica El Angel – Privé et Général –

T:+34 952 045 000

Clinica Nuestra Sra del Pilar – Privé et Général –

T:+34 952 217 606

Vithas Hospital Parque San Antonio –

Privé et Général – T:+34 952 121 100

Complejo Hospitalario del Sagrado Corazón de

Jesús – Privé et Gériatrique – T:+34 952 256 150

Hospital F.A.C. Doctor Pascual – Privé et Général –

T:+34 952 019 100

Hospital Regional de Malaga – Publique et Général

– Maternité et Pédiatrie – T:+34 951 290 000

Quirón Hospital – Privé et Général –

T:+34 951 940 000

FUENGIROLA

Quirón Hospital – Privé et Général –

T:+34 952 461 444

BENALMADENA

Clinica Institución Montebello – Privé et

Traumatologie – T:+34 952 569 030

Clinica Virgen de la Salud – Privé et Général –

T:+34 952 567 774

Xanit International – Privé et Général –

T:+34 952 367 190

High Resolution Hospital – Privé et Général –

T :+34 951 97 60 00

TORREMOLINOS

Clínica Santa Elena – Privé et Général –

T:+34 952 385 555

Hospital Universitario Virgen de la Victoria –

Publique et Général – T:+34 951 033 713

Clinica de podologia "La Carihuela",

4 Cjon de Ramos - Desiré Gonzalez Bossaers

T: +34 951 339 219

MARBELLA

Hospital Costal del Sol – Public et Général –

T:+34 951 976 669

Ochoa Clinic – Privé et Général – T:+34 952 811 818

Hospital Quirónsalud de Marbella – Privé et Général

– T:+34 952 774 200

ESTEPONA

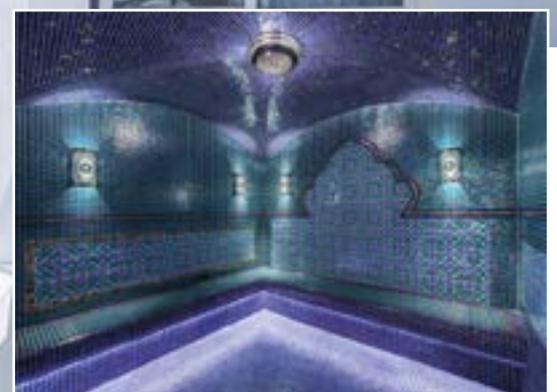
Hospital Cenyt – Privé et Général –

T:+34 952 808 100



Essence Hotel

Av. del Lido s/n Torremolinos
+34 952 387 711
reservas@essencehotel.es
@essencehotelboutique



WEB



SKY BAR



VIDÉO





ESCANDI
design