

A chaque rentrée, ça recommence : les sempiternelles questions reviennent... Que pourrais-je faire de nouveau cette année ? Qu'y a-t-il à découvrir à Rennes ? C'est très simple, allez rendre visite aux commerçants du Carré Rennais. Ils ont sûrement une idée originale à vous proposer !

## PASSER EN MODE RENTRÉE AVEC LES COMMERÇANTS DU CARRÉ RENNAIS



Café céramique Tiguidou

### PEINDRE OU MANGER ?

Pourquoi choisir ? Au Café Tiguidou, on vient pour peindre, pour manger ou pour peindre et manger ! Depuis décembre dernier, Véro et Véro proposent un concept unique à Rennes : déguster de bonnes recettes québécoises (plat du jour façon grand-mère, pancakes au sirop d'érable, cheesecakes, gâteaux aux carottes et le fameux "bagel" salé ou sucré) tout en créant des cadeaux uniques et originaux. Car Tiguidou\*, c'est aussi un atelier de peinture sur céramique, pour petits et grands artistes. Seul, entre amis ou en famille, à tout moment de la journée, venez choisir votre pièce (tasse, vase, figurine...), vos pinceaux, vos couleurs, et peignez à votre goût... Vous récupérez votre chef-d'œuvre une semaine plus tard, après l'émaillage et la cuisson dans le four à céramique. Un rendez-vous sympa et original pour les fêtes d'anniversaire avec des formules adaptées.

\*Petite expression québécoise qui signifie "tout va bien".  
**Café céramique Tiguidou - 1 rue des Fossés**  
 02 99 63 48 31 - [www.cafetiguidou.com](http://www.cafetiguidou.com)  
 Brunch tous les samedis et dimanches dès 11h.

### SEXY CHIC

À partir du 19 septembre, LE cabaret de la capitale bretonne présente sa nouvelle revue, esprit



"sexy chic", dans un tout nouveau décor. Entre réalisme et illusion, découvrez un spectacle haut en couleurs où danseurs, danseuses, chanteurs et transformistes vous feront passer des moments inoubliables, tout en profitant d'une cuisine raffinée. Une ambiance atypique que vous pouvez désormais aussi partager à plusieurs (jusqu'à

30 personnes) dans le nouveau Carré VIP. Le Strass, c'est aussi un bon plan entre collègues pour une Journée Séminaire. Les nouveaux salons peuvent aujourd'hui accueillir jusqu'à 150 personnes. Mais vous pouvez aussi faire intervenir toute la troupe du Strass dans le lieu de votre choix, pour un mariage, un anniversaire, etc. Demandez le programme !

**Le Strass Cabaret - restaurant ouvert du lundi au vendredi - dîners-spectacles sur réservation - 37 bd Jean Mermoz - St-Jacques-de-la-Lande - 02 99 65 92 25**  
[www.lestrass.fr](http://www.lestrass.fr)

### P'TIT CREUX AVANT CINÉ ?



Changez vos habitudes ! Et retenez bien cette adresse. Après un saut aux Champs Libres et avant un bon film aux cinémas Gaumont ou un shopping aux Trois Soleils, ne cherchez plus ! Depuis février déjà, Viagio Pasta régale les appétits, à toute heure de la journée. Dégustez des "pastas" juste "al dente" accompagnées d'une sauce de votre choix. Bolognaise, arrabiata, carbonara, pesto... en tout une dizaine de recettes buonissimo ! Mais vous pouvez aussi bien leur préférer les délicieuses focaccias (sandwiches à base d'un pain moelleux) ou autres salades et desserts (dont de savoureuses glaces artisanales). Voilà le lieu idéal pour un repas rapide et sain. Ça change du hamburger, vous ne trouvez pas ? Retrouvez d'autres adresses gourmandes à proximité des cinémas, avec Del'Arte et Au Bureau...  
**Viagio Pasta - 5 cours des alliés - 02 99 01 01 25 - service continu - ouvert le dimanche.**

### PLUS BELLE LA VIE À KENNEDY

Les travaux achevés, la bonne humeur s'affiche de nouveau quartier Kennedy. Plus belle, mieux aménagée et totalement rénovée, la dalle est redevenue le cœur animé du quartier, lieu de



Centre commercial Kennedy

rendez-vous des habitants ou lieu de passage pour les usagers du métro et les clients des différents commerces. Totalement refaits à neuf, ces commerces présentent un nouvel environnement plus lumineux et contemporain. Entre le supermarché Carrefour Market, l'opticien, la banque ou la pharmacie, on peut dire rien ne manque !

**Centre commercial Kennedy : Art Home (fleuriste) • Atol Villejean Optique • BNP Paribas • Carrefour Market • Coiff & Co (salon de coiffure) • Crédit Agricole • Informatique et Photos • Kennedy Coiffure • La Française Immobilière • La Huche à Pain (boulangerie) • Laverie Kennedy • Le Lai (traiteur) • Le Provençal (brasserie) • Le Temple de la Beauté (institut de beauté) • L'Infini'Tea (salon de thé) • Pharmacie • Pressing Dugast-Jamin • Repromedia 35 (reprographiques) • Sandwicherie le 62 • Subway • Super Asya (épicerie) • Tabac Presse.**

### ESPRIT "VILLAGE" À BEAUREGARD

Datant d'une petite dizaine d'années, le quartier de Beauregard développe lui aussi peu à peu un esprit "Village". Petit à petit, avec l'installation de commerces sur la nouvelle place inaugurée en décembre dernier, les habitants prennent leurs habitudes. Aujourd'hui, on y trouve tout ce qu'il faut : du supermarché Simply Market au coiffeur,



Centre commercial Beauregard

en passant par la banque ou la brasserie, 14 commerces font vivre et animent la place. Cet été, l'opération "Beauregard-Plage" a permis aux habitants de jouer au badminton, à la pétanque ou de se prélasser dans les transats ; cette convivialité va s'installer durablement avec l'arrivée du marché tous les mardis de 16h à 20h.

**Centre commercial Beauregard - place Eugène Aulnette - Rennes : C.E.R. (auto-école) • Crédit Agricole • Halwash (laverie) • La Bulle à Pain (boulangerie) • La Dina (restaurant) • Laissez-moi Fer (pressing) • Le Beau Regard (brasserie) • Les Opticiens Mutualistes • Libre-Cours (salon de coiffure) • Matmut Assurance • Par Faim des Fleurs (fleuristes) • Pharmacie • Simply Market • Zen'ith (institut de beauté).**

### CARRÉ RENNAIS

[www.carrerennais.fr](http://www.carrerennais.fr)  
 contact@carrerennais.fr

Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé. [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)