

COCCOLOBA

LE MAGAZINE DE LA VIE À SAINT-BARTH | LIVING IN ST BARTHS, THE MAGAZINE

ÉDITÉ PAR

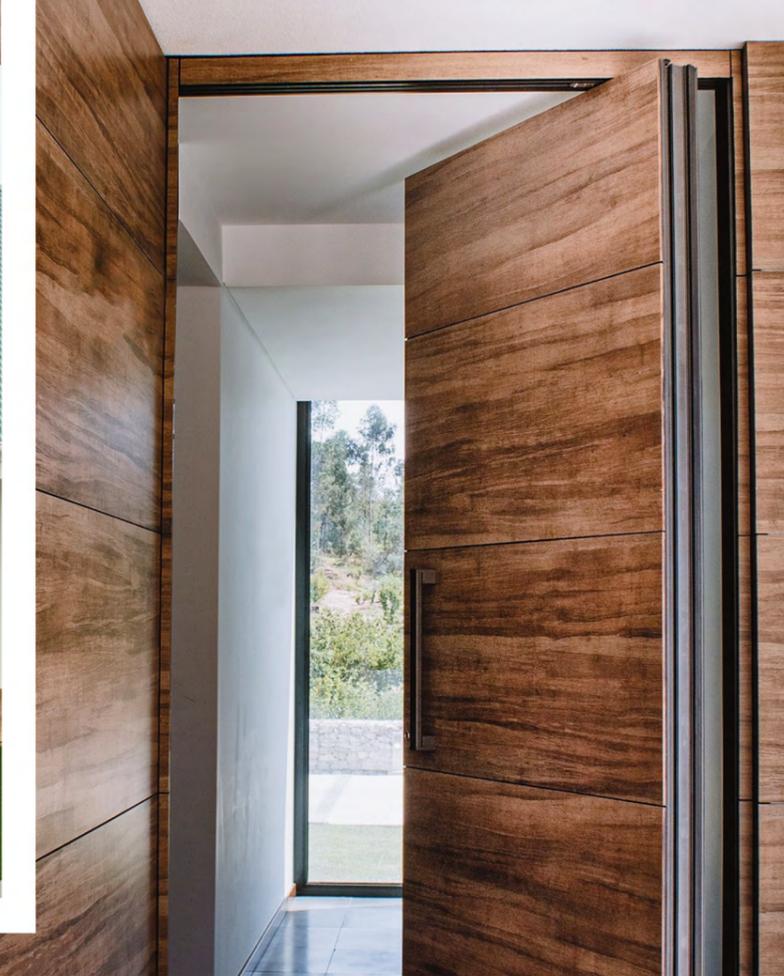
tit'

editions



N° 18

DÉCEMBRE 2024 - JANVIER ET FÉVRIER 2025

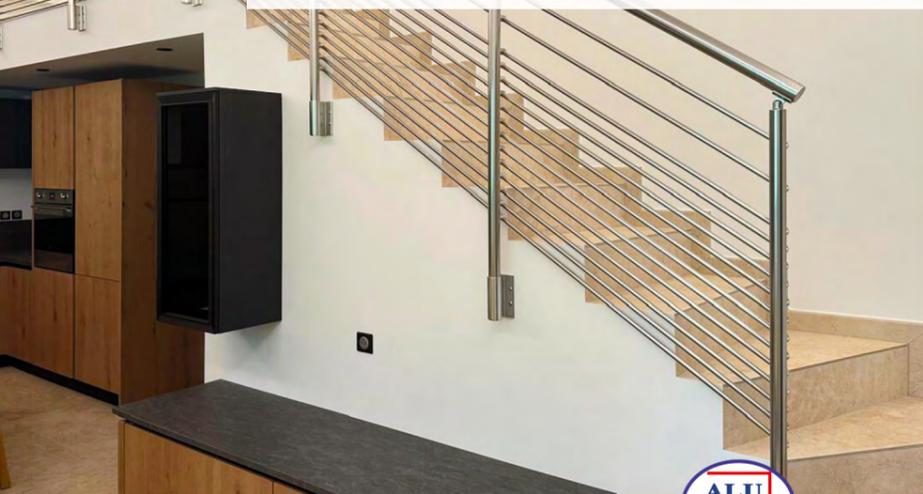


ALU 2 PRO

Tous types de menuiserie en aluminium

Volets roulants et fermetures anticycloniques • Portails • Garde-corps • Pergolas

POSE - VENTE - SAV



Edito

Chères Lectrices, Chers Lecteurs,

Nous sommes heureuses de publier ce 18ème numéro de Cocoloba, et de mettre en lumière, à nouveau, de belles personnalités de Saint-Barth.

A l'heure où les conflits secouent la planète, où les émeutes ou mouvements sociaux déstabilisent certaines régions, il nous apparaît encore plus nécessaire de souligner les valeurs humaines, les valeurs de entrepreneuriat, de la créativité, de donner la place à l'éducation et à la culture, 1er maillon du développement et du discernement.

Cocoloba s'enrichit désormais d'une nouvelle rubrique littéraire qui présentera les auteurs ultramarins et leurs nouveaux ouvrages, tout en permettant de revoir l'émission TV littéraire relative à ces ouvrages, sur Zitata TV.

Très bonne lecture

We're delighted to present you the 18th issue of Cocoloba, shining a spotlight once again on the inspiring people in St Barths.

With the world facing conflicts, social movements, and unrest in many regions, it feels more important than ever to celebrate human values: the spirit of entrepreneurship, creativity, and the crucial role that education and culture play as the roots of growth and insight.

Cocoloba is now even richer with a new literary section featuring authors from overseas territories and their latest books. You'll also find a chance to rewatch the literary TV show covering these works on Zitata TV.

Enjoy this issue!

L'équipe de Cocoloba & 97133
Anita, Pauline et Claire

04-05

ÉVÈNEMENT



FESTIVAL DE MUSIQUE
THE MUSIC FESTIVAL

06-08

FLAVIE LABBÉ



INSPIRÉE PAR LA NATURE
INSPIRED BY MOTHER NATURE

10-14

DIDIER GRÉAUX



UN ENTREPRENEUR PASSIONNÉ
A PASSIONATE ENTREPRENEUR

16-17

L'ATE



SUIVI DE LA RÉSERVE NATURELLE
MONITORING THE NATURE RESERVE

18-20

ALBANE HARMANGE



L'ESCLAVAGE OUBLIÉ
SLAVERY, THE FORGOTTEN PAST

24-25

CLAIRE RICHER



AU GRÉ DES PAGES
BEYOND WORDS

26-30

DELPHINE & ANTOINE QUESTEL



LA CLÉ POUR BIEN DORMIR
THE ANSWER TO A GOOD NIGHT'S SLEEP

32-34

ODETTE LÉDÉE



ACCRO AU CROCHET
HOOKED ON THE WORLD OF CROCHET

36-38

ÉLISE HOWARD



PLAQUER POUR ATTEINDRE LE SOMMET
TACKLING HER WAY TO THE TOP

40-42

MARY HIERNARD



VIEUX GRÈEMENT
TALL SHIPS

Sommaire

Retrouvez-nous à Public à côté de la SIAM et d'EuroGourmet

Ramos Sergio. 06 90 57 64 65 • Vieira Pedro. 06 90 26 07 05 • alu2pro@yahoo.fr

Événement

Event



Festival de Musique de Saint-Barthélemy

La musique classique, intemporelle et universelle, transcende les barrières sociales, unissant toutes les classes à travers des émotions partagées. Elle incarne l'élégance, la précision et la discipline, des valeurs applicables à tous les aspects de la vie que les enfants de l'île apprennent grâce à des ateliers que le Festival de Musique offre dans les écoles.

Le Festival de Musique de Saint Barthélemy, organisé chaque janvier, réunit soixante musiciens, danseurs, chanteurs d'opéra, chefs d'orchestre et techniciens de renommée internationale pour offrir des performances qui créent du lien et transmettent de l'énergie à un public uni. Cette année, le festival accueille huit danseurs du ballet de l'Opéra de Paris, dont Germain Louvet qui a participé à la cérémonie d'ouverture des jeux Olympiques de Paris 2024, avec un hommage spécial aux femmes pour sa 41ème édition, promouvant ainsi modernité et tradition dans une ambiance unique.

Classical music, timeless and universal, breaks down social barriers and brings people together from all walks of life through shared emotions. It embodies elegance, precision, and discipline, qualities that resonate in every part of life. The island's children get a hands-on experience of these values through workshops the Music Festival offers in schools. Every January, the Saint Barthélemy Music Festival gathers 60 internationally renowned musicians, dancers, opera singers, conductors, and technicians. Their performances spark connections and energize the audience. This year, the festival will welcome eight dancers from the Paris Opera Ballet, including Germain Louvet, who performed in the opening ceremony of the Paris 2024 Olympic Games. For its 41st edition, the festival will pay special tribute to women, merging modernity and tradition in a truly one-of-a-kind atmosphere.

Corinne Hennequin
Présidente du Festival de Musique de Saint-Barthélemy

Ils ont participé à cette édition

Corinne Hennequin, Flavie Labbé, Didier Gréaux, Emma Tinelli, Albane Harmange, Claire Richer, Delphine et Antoine Questel, Odette Lédée, Elise Howard, Mary Hiernard, Rachel Barrett-Trangmar...

Photos : Zion Wellness St Barth, Anita Delente, Segeco, Florian Labadie, ATE, Lucie Guideau, Albane Harmange, Louis Belanger, Musée Maritime de Stockholm, Carl Constantin Lyon, Zitata TV, Ryan Borne, Odette Lédée, Elise Howard, Alain photographie 971, Maël Aumonier, Star Clipper, Mary Hiernard

Texte : sauf mention contraire les textes sont © Coccoloba • Couverture : Canva • Traduction anglaise : CIL Traduction

Coccoloba est un trimestriel gratuit édité par Titeditions sas au capital de 10 000€.
RCS Basse Terre 525 357 125. BP 191, 97133 Saint-Barthélemy.
Dépot légal à parution. ISSN 2677-8971

Directrice de la Publication et Responsable de rédaction : Claire Richer
Publicité / Commercialisation : Anita • anita@titeditions.fr • 06 90 74 38 53
Maquette : Pauline Ariaux (Camille) • production@titeditions.fr

Rédaction : Claire Richer, Rachel Barrett-Trangmar, Albane Harmange, Emma Tinelli, Mary Hiernard ...
Ne pas jeter sur la voie publique. • Toute reproduction partielle ou intégrale est interdite.

10
au
19
JAN.

20
25

FESTIVAL *de*
MUSIQUE *de*

St - Barthélemy

St Barth
TOURISME



INSPIRÉE PAR LA NATURE

Inspired by Mother Nature

RENCONTRE AVEC FLAVIE LABBÉ

PAR RACHEL BARRETT-TRANGMAR

A

Au cœur du cadre naturel de Saint-Barthélemy, Zion Wellness est un véritable cocon de bien-être spirituel. Avec ses mains expertes et ses méthodes naturelles, Flavie Labbé vous aide à améliorer votre bien-être général.

Qu'est-ce qui vous a donné envie de vous tourner vers la massothérapie ?

Mes parents, qui travaillent dans le domaine social avec des personnes en situation de handicap, m'ont beaucoup influencée. J'ai commencé ma carrière dans l'assurance-vie, où il était souvent question de la mort. C'était une approche bien trop loin de ma positive attitude, et je ne m'épanouissais pas. C'est à ce moment-là que j'ai réalisé que ce que je voulais vraiment, c'était aider les autres à se sentir mieux, à être plus heureux et à avoir davantage confiance en eux. C'est ce qui m'a naturellement menée vers la massothérapie.

In the heart of St Barts' rural environment you will find a spiritual cocoon otherwise known as Zion Wellness. With her healing hands and natural methods, Flavie Labbé will help you to improve your overall well-being.

What led you into the world of massage therapy?

I have always been greatly influenced by my parents who work in the social services sector assisting people with disabilities. My career began in life insurance, which frequently involved discussing death. It was an approach far too distant from my positive attitude and I was unfulfilled by my work. It was during this time that I realised how much I wanted to help others to improve their well-being, their level of happiness and self-confidence ... which steered me to pursue a career in massage therapy.

© Zion Wellness St Barth

Pouvez-vous nous parler de votre parcours et de votre formation ?

De 2013 à 2016, j'ai suivi une formation en massage dans une école de beauté et bien-être en France. Ensuite, je suis partie à Tahiti, où j'ai appris le massage polynésien auprès d'experts qui perpétuent un savoir-faire ancestral. J'ai ensuite travaillé comme spa manager dans des hôtels de luxe dans les Alpes, ce qui m'a permis de gagner une précieuse expérience. En 2019, j'ai rejoint l'équipe du Christopher Hôtel à Saint-Barthélemy en tant que masseuse. J'ai continué à me former aux nouvelles techniques de drainage lymphatique et maderothérapie à Paris en 2023. Cela m'a donné la confiance pour lancer Zion Wellness.

Pourquoi avoir appelé votre entreprise « Zion Wellness » ?

Le nom m'est venu en pensant à ce que je voulais transmettre à travers ma pratique. Pour moi, « Zion » représente un espace spirituel sain, un peu comme un paradis sur terre. Ça évoque la paix et la liberté. Quant à « Wellness », c'est tout simplement le bien-être, l'harmonie entre le corps et l'esprit, loin des maladies.

Quels types de massages proposez-vous ?

Mes soins sont holistiques, c'est-à-dire qu'ils visent à harmoniser le corps, l'esprit et le cœur. Je pense qu'il est essentiel de traiter la personne dans sa globalité pour aller à la source des maux. Le « Signature Zion » est un massage sur mesure, adapté aux besoins de chaque client. Il combine plusieurs techniques comme le massage polynésien, le deep tissue ou encore le suédois, selon les besoins et l'énergie que je ressens chez la personne. Un autre massage très apprécié est la « Maderothérapie » une technique ancestrale colombienne qui utilise des outils en bois. Elle aide à réduire le stress, à améliorer la circulation sanguine et lymphatique. Enfin, le « soin Belly Revolution » est un soin énergétique qui prend soin de notre deuxième cerveau : le ventre, apportant une détente aussi bien physique qu'émotionnelle. Ce ne sont que quelques exemples des soins que je propose au Zion Wellness.

Vous utilisez des matériaux naturels dans vos soins. Pouvez-vous nous en dire un peu plus ?

Oui, tout à fait. J'utilise des outils en bois pour la maderothérapie, ainsi que des coquillages et des pierres chaudes. Mes huiles de massage sont toutes biologiques et adaptées à tous les types de peau. J'ai choisi de n'utiliser que des matériaux naturels pour respecter la santé de mes clients.

Can you tell us more about your training?

From 2013 to 2016 I studied massage at a school for beauty and wellness in France. I then went to Tahiti where I learned Polynesian massage, working with experts whose skills had been passed down from generation to generation. I later became a Spa manager at luxury hotels in the French Alps, where I had the opportunity to further my experience. Then, in 2019, I was appointed as massage therapist at The Christopher Hotel in St Barts. I continued to train in new lymphatic drainage techniques and maderotherapy in Paris in 2023. This gave me the confidence to establish my own enterprise: Zion Wellness.

How did you decide upon the name 'Zion Wellness'?

It came to me when I was thinking about my massage therapy and what I wanted to impart to my clients. I see 'Zion' as a healthy spiritual sphere, like heaven on earth. I believe it symbolises peace and freedom. Whereas 'Wellness' is the quality or state of being in good physical and mental health, designating a feeling of well-being and harmony, free from illness.

What type of massage therapy do you offer to your clients?

I offer holistic treatments in order to align the heart, mind and body. I believe it is increasingly important to treat the whole person in order to find the root cause of any malady. The 'Signature Zion' is a customised massage designed to meet specific needs. It combines different massage therapy techniques such as Polynesian, deep tissue and Swedish, based on what I feel to be the energy needs and physical requirements of a client. Another popular massage incorporates 'Maderotherapy', an ancient Colombian technique using wooden tools to massage the body. It helps reduce stress and improve blood and lymphatic circulation. Finally, the 'Belly Revolution treatment' is an energy-based therapy that takes care of our second brain: the belly, bringing both physical and emotional relaxation. These are just a few examples of the comprehensive massage therapy offered at Zion Wellness.

Qu'est-ce qui rend votre approche du massage différente de celle des autres sur l'île ?

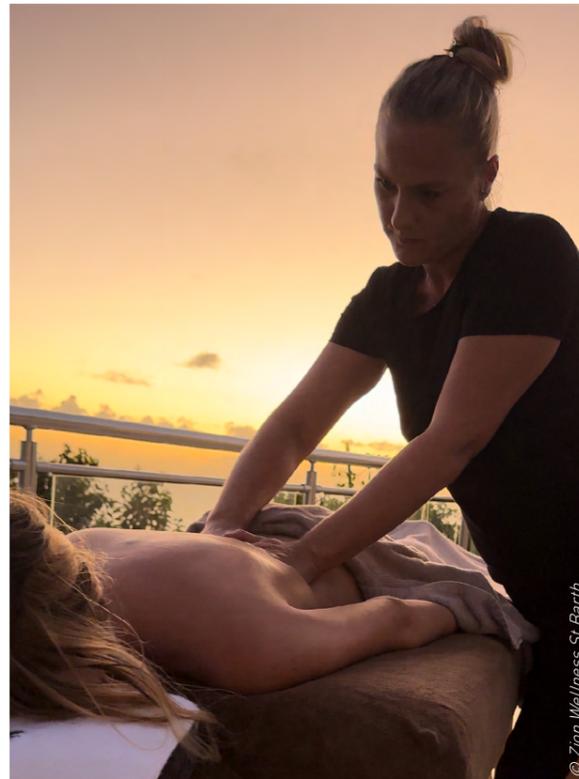
Ces dernières années, j'ai beaucoup travaillé sur mon propre bien-être, car je pense que c'est essentiel pour bien vivre au quotidien. Avec mes 11 ans d'expérience, j'ai aussi passé beaucoup de temps à étudier la santé physique et mentale. Cela me permet de mieux comprendre mes clients et de les accompagner au mieux dans leur quête de paix intérieure et de bien-être.

Qui sont vos clients et où pratiquez-vous vos soins ?

Ma clientèle est à la fois composée de résidents de l'île et de visiteurs. Je reçois dans mon cabinet de massage à Gouverneur, que j'aime appeler mon « cocon », mais je me déplace aussi chez mes clients, que ce soit dans leurs villas ou sur leurs yachts.

Quel message aimeriez-vous transmettre aux lecteurs de Coccoloba ?

J'ai créé Zion Wellness pour aider les gens à ralentir et à se reconnecter avec leur corps, surtout dans un monde où tout s'accélère. Je suis convaincue par cette idée : « Si vous ne prenez pas le temps pour votre bien-être, vous serez obligé de le prendre pour votre maladie ». ■



© Zion Wellness St Barth

I believe your methods incorporate natural materials; can you tell us more about this?

Yes, I use maderotherapy wooden tools, as well as hot shells and pebbles. My special massage oils are all organic and thus adapted to all skin types. I have made a conscious decision to respect my clients' health by only using natural materials.

What makes your massage therapy different to others on the island?

Over the past years I have focussed on my own personal wellness, which I believe creates a solid foundation for how you operate in everyday life. During my 11 years of massage training and experience I have dedicated a lot of time to studying physical and mental health. This has been vital for understanding my clients on their journey, in order to provide them with the help and tools they need in their search for inner peace and well-being.

Who are your clients and where do you practise your massage therapy?

My clients are both local residents as well as visitors to the island. I can be found at my massage studio in Gouverneur, Zion Wellness – which I refer to as my 'cocoon'. I can equally visit clients in their villas or on their yachts.

What message would you like to convey to the readers of Coccoloba?

I created Zion Wellness in response to the fast-paced life of the world of today. I want to help people slow down and reconnect with their body. I believe in the phrase: 'If you do not make time for your wellness you will be forced to make time for your illness'. ■

© Zion Wellness St Barth

**UN SAVOIR-FAIRE UNIQUE
AU SERVICE
de vos plus beaux projets**



© Christian Fahrner-Le Saux
Created by NO & LY by Christian Fahrner-Le Saux



Depuis
[1994]
Michel & Jacques,
les inséparables
à votre service !



© Christian Fahrner-Le Saux
Created by NO & LY by Christian Fahrner-Le Saux



© Christian Fahrner-Le Saux
Created by NO & LY by Christian Fahrner-Le Saux



© Christian Fahrner-Le Saux
Created by NO & LY by Christian Fahrner-Le Saux



05 90 27 95 35 | Michel : 06 90 33 32 64 | Jacques : 06 90 59 13 35
lurin.menuiserie@gmail.com | www.lurinmenuiserie.com

UN ENTREPRENEUR ACTIF DANS LA FIDÉLITÉ DES VALEURS FAMILIALES

*Keeping It in the Family:
A Passionate Entrepreneur's Journey*

RENCONTRE AVEC DIDIER GRÉAUX

PAR CLAIRE RICHER

Didier Gréaux dirige depuis 2012 la société familiale de négoce SEGECO, implantée à Saint-Barth depuis près de 50 ans. Son engagement, son sens de l'entrepreneuriat, sa grande capacité de travail, ont permis le développement incontestable de cette belle entreprise, fleuron de l'économie de Saint-Barth. Mais au préalable, Didier a su démontrer sa capacité à créer et à développer les entreprises. Retour sur son parcours d'entrepreneur talentueux.

Didier Gréaux est originaire de Saint-Barth depuis de nombreuses générations. Ses ancêtres se sont installés à Saint-Barth dès le 17^{ème} siècle, certainement venant de la Vendée ou de Charente.

Il a grandi dans son île et, comme beaucoup de jeunes, est parti à l'âge de 15 ans poursuivre ses études dans l'Hexagone, et termine à Paris, dans une école de commerce et de gestion, dont il sort diplômé en 1991.

Bien que tout le destinait à entrer dans les milieux de l'audit et la finance, décide de revenir à Saint-Barth, qui offrait de nombreuses opportunités, alors en plein développement.

Il travaille auprès de son père, qui était agent des compagnies Air France et Air Guadeloupe, avant de créer son agence de voyage.

Since 2012, Didier Gréaux has been running SEGECO, a family trading company established in St Barts nearly 50 years ago. His commitment, entrepreneurial spirit, and strong work ethic have driven the undeniable growth of this thriving business, a gem of St Barths' economy. But before taking the reins, Didier had already proven his ability to set up and grow companies. Let's take a closer look at his journey as a talented entrepreneur.

Didier Gréaux's roots run deep in St Barths, with his family having settled on the island as far back as the 17th century, likely from Vendée or Charente in France. He grew up on the island and, like many young people, left at 15 to carry on with his studies in mainland France, eventually graduating from a business school in Paris in 1991.

Although his career path seemed set for auditing and finance, he chose to come back to St Barths, where there were plenty of opportunities as the island was developing rapidly. He started working alongside his father, who was an agent for Air France and Air Guadeloupe before opening his own travel agency.

© Segeco

Très vite il monte sa première entreprise dans le domaine de l'informatique en 1993, Island Computer, en s'associant avec un informaticien qui partageait la même vision que lui.

A cette époque de balbutiements de Windows, Didier développe avec brio cette société qui devient une référence sur l'île, et qui existe toujours aujourd'hui.

En 2000, il a l'opportunité de reprendre les actifs d'une société de location de voitures qui appartenait à son père, et crée une nouvelle société avec un ami : La société Top Loc voit le jour, et se développe fortement avec le boom touristique et le développement des hôtels que connaît l'île. Pendant 10 ans Didier se consacre à cette activité, qu'il décide de quitter en 2011, souhaitant faire autre chose.

A cette époque l'oncle de Didier dirigeait SEGECO, belle entreprise familiale de négoce et commerce inter-îles, qu'il avait développé avec talent pendant 30 ans. Partant à la retraite, et souhaitant que la direction de l'entreprise reste au sein de la famille, cet oncle convainc Didier, avec l'aide de son cousin, qui dirigeait une société similaire à Sint Maarten (Caribbean Liquors & Tobacco), de venir le rejoindre.

C'est avec beaucoup d'émotions et de responsabilité que Didier prend la gérance de cette société en janvier 2012, société fondée par son grand-père 30 ans plus tôt.

SEGECO, une société familiale de négoce

SEGECO était à l'origine spécialisée dans les spiritueux. Elle importait du Rhum brut de fût, et le transformait à Saint-Barth pour ensuite le revendre aux autres îles, notamment les îles vierges américaines. L'activité était essentiellement tournée vers l'exportation, peu vers le marché intérieur.

En 1950, son grand-père s'installe à Gustavia, à la pointe, avec un quai privatif facilitant la réception et l'exportation de la marchandise à bord des goélettes. Il développe l'activité avec la vente de cigarettes et la bière Heineken, qui est toujours à ce jour l'une des plus anciennes marques de SEGECO.

En 1983, son grand-père prend sa retraite et sépare le capital de sa société entre ses 10 enfants. Il nomme un de ses 3 fils qui travaillaient avec lui, Christian, à la direction de l'entreprise.

C'est donc Christian, l'oncle de Didier, qui lui passe le relais, de cette entreprise familiale, détenue par les héritiers des enfants du grand-père fondateur.

« C'était un beau défi, et surtout un honneur de prendre la direction de l'entreprise familiale » nous confie-t-il.



Didier Gréaux

In 1993, Didier launched his first business in IT, called Island Computer, partnering with an IT specialist who shared his vision. Back in those early Windows days, Didier built up the company successfully, making it a well-known name on the island, and it's still operating today.

In 2000, he had the chance to take over his father's car rental business. He partnered with a friend and launched a new venture, Top Loc, which grew quickly with the boom in tourism and the development of hotels on the island. Didier devoted himself to this venture for 10 years before deciding to leave in 2011, eager to explore new challenges.

At that time, Didier's uncle was managing SEGECO, the family's trading and inter-island commerce business that he had built up over 30 years. As he was nearing retirement and wanting to keep the company within the family, he encouraged Didier, with support from his cousin (who ran a similar company in Sint Maarten, Caribbean Liquors & Tobacco), to come on board.

With a sense of pride and responsibility, Didier stepped up as manager of the company in January 2012—a business founded by his grandfather 30 years earlier.

SEGECO: A Family-Run Trading Business

SEGECO originally specialized in spirits, importing raw rum and processing it in St Barths before exporting it to other islands, notably the US Virgin Islands. The business mainly focused on exports, paying little attention to the local market. In the 1950s, Didier's grandfather set up shop in Gustavia, at La Pointe, with a private dock that made receiving and shipping goods aboard schooners easier. He expanded the business by adding cigarettes and Heineken beer, which remains SEGECO's oldest brand to this day. In 1983, Didier's grandfather retired and divided the company's shares among his ten children, appointing Christian, one of his sons who worked alongside him, as the new director.



© Segeco

Mutation en marche

Didier entame alors la mutation de l'entreprise, face au fort développement touristique de l'île. Il développe le portefeuille de marques distribuées, tant au niveau des boissons soft, avec l'eau de Chanflor, Evian, Perrier, avec les boissons gazeuses Coca-Cola, Schweppes et Oasis, mais aussi avec les spiritueux, notamment avec les marques prestigieuses du groupe de Moët Hennessy.

Didier entreprend aussi la modernisation logistique et informatique de l'entreprise, en faisant évoluer les process, et les acquisitions de matériel de manutention. Il adapte les entrepôts pour la palettisation, forme ses collaborateurs aux nouvelles méthodes et engins, ce qui booste l'activité. Il modernise aussi la boutique ouverte au public, et crée un espace dédié pour les vins et spiritueux.

Alors que l'entreprise est en plein développement, IRMA donne un coup d'arrêt brutal à ce nouvel élan. Les bureaux et le bâtiment principal sont détruits, une bonne partie du stock disparaît. Seuls un entrepôt et quelques containers qui ont résisté, permettent la reprise de l'activité. Avec beaucoup de résilience, et de courage, Didier reprend le développement.

L'évolution de la zone portuaire à Public incite Didier à y délocaliser son entrepôt dans un nouveau bâtiment de 500m², plus adapté à la réception de la marchandise et la livraison des clients.

Il reconstruit le bâtiment historique pour en faire ses bureaux, un espace commercial, et surtout la création d'une cave dédiée aux vins et spiritueux, qu'il nomme en hommage à son grand-père, la cave d'Emilien.

« J'ai changé le logiciel de fonctionnement de SEGECO face aux nouveaux enjeux de développement ».



It was Christian, Didier's uncle, who eventually handed over the reins of the family business, now owned by the heirs of the founder's children. "It was a big challenge, and above all, an honor to take charge of the family business," he shared with us.

Transformation Underway

Didier then set out to transform the company, in response to the island's growing tourism industry. He expanded the product line, bringing in soft drinks like Chanflor water, Evian, and Perrier, as well as sodas like Coca-Cola, Schweppes, and Oasis. He also boosted the spirits portfolio, partnering with prestigious brands from the Moët Hennessy group.

He worked on modernizing the company's logistics and IT systems, improving processes and acquiring new handling equipment. He updated the warehouses to accommodate pallets and trained his team in using the new equipment, which really helped the company step up its operations. He also revamped the retail store for the public and created a dedicated space for wines and spirits.

Just as the company was hitting its stride, Hurricane Irma put a sudden stop to this growth. The main office and building were destroyed, and a significant part of the stock was lost. Only one warehouse and a few containers survived, allowing the business to slowly get back on track.



EXPERT EN VINS ET SPIRITUEUX

VENTE | SÉLECTION DE GRANDS CRUS | DÉGUSTATIONS

Dégustations privées pour vos événements personnels ou professionnels
Dégustations thématiques gratuites tous les vendredis à partir de 17h



Segeco
Saint  Barth

LACAVEDEMILIEN@SEGECOSBH.COM •  LA CAVE D'EMILIEN •  @LACAVEDEMILIEN97133

Horaires d'ouverture
Lundi, mardi, jeudi et vendredi : 10h-13h et 15h-19h • Mercredi et samedi : 10h-13h



© Segeco

Les Spiritueux ont toujours été une activité de prédilection pour l'entreprise. A l'époque avec le Rhum, puis avec le champagne, notamment Moët et Chandon distribuée pendant près de 70 ans, SEGECO s'affirme comme une entreprise incontournable de ce secteur avec des marques prestigieuses tant pour le champagne que pour le vin.

Didier décide alors d'ouvrir un espace dédié aux spiritueux : La cave d'Émilien ouverte en avril 2024, est un bel espace de 100m², avec sa zone de stockage attenante de 80m², qui permet d'accueillir la clientèle, particuliers comme professionnels, dans un espace showroom de choix, animé par un talentueux sommelier.

Des dégustations sont régulièrement organisées le vendredi en fin de journée pour le grand public, les professionnels sont accueillis lors de manifestations organisées à leur attention. Et l'espace peut être aussi privatisé sur demande, pour des masters class ou des dégustations thématiques. Nul doute que cette nouvelle cave contribuera à la montée en gamme de SEGECO !

Un engagement associatif au service de Saint-Barth

Didier est aussi très engagé dans la vie associative de Saint-Barth. Membre du Rotary Club depuis 26 ans, il y a occupé toutes les fonctions, et a été 2 fois président en 2004 et en 2018. Il a su contribuer à la mise en place de nombreuses actions, notamment la journée Clean up, le Rallye inter-entreprises, la création de boîtes à livres, le financement de poubelles pour la ferme pédagogique, les shelterbox, cantines de survie, qui ont été envoyées aux sinistrés de l'ouragan BERYL aux îles des grenadines. ■

With resilience and determination, Didier pushed forward to rebuild and grow the business. The development of the Public port area prompted him to move the warehouse to a new 500 m² building, better suited for receiving goods and serving clients.

He rebuilt the historic building to serve as offices, a retail space, and most importantly, a wine and spirits cellar named after his grandfather: La Cave d'Émilien. "I revamped SEGECO's business model to adapt to the new growth opportunities."

Spirits have always been a core activity for the company. From rum in the early days to champagne—especially Moët & Chandon, which has been distributed for over 70 years—SEGECO remains a key player in this sector with prestigious wine and champagne brands. Didier decided to open a dedicated space for spirits: La Cave d'Émilien, which opened in April 2024. This elegant 100 m² showroom with an adjacent 80 m² storage area offers a top-notch space for both private customers and professionals, managed by a talented sommelier. Tastings are regularly organized for the public on Friday evenings, while professionals are invited to exclusive events. The space can also be privatized for masterclasses or themed tastings.

There's no doubt that this new cellar will further elevate SEGECO's reputation!

Didier is also deeply involved in St Barths' community life. A Rotary Club member for 26 years, he has held various roles, serving as president twice, in 2004 and 2018. He has played a key role in numerous initiatives, including the Clean-Up Day, the Inter-Business Rally, the creation of book boxes, funding waste bins for the educational farm, and providing ShelterBox kits for hurricane victims in the Grenadines after Hurricane Beryl. ■



© Segeco

Les offres **CANAL+** chez **Dauphin** telecom



Retrouvez toutes nos offres FIBRE + TV sur notre **nouveau site internet !**

dauphintelecom.com

0801 100 555

dauphintelecom.com

Retrouvez-nous   

Dauphin
telecom

Offre disponible à partir du 25/11/2024, réservée aux particuliers, valable à Saint-Martin, Saint-Barthélemy, Guadeloupe, Martinique et Guyane, soumise aux conditions d'éligibilité et de compatibilité technique. Le descriptif de l'offre, ses modalités et conditions d'accès, ses conditions tarifaires ainsi que ses conditions de résiliation sont disponibles à l'adresse suivante www.dauphintelecom.com ou en agence.

SUIVI DE LA RÉSERVE NATURELLE

Monitoring the Nature Reserve

PAR L'AGENCE TERRITORIALE DE L'ENVIRONNEMENT



AGENCE TERRITORIALE
DE L'ENVIRONNEMENT
ST BARTHÉLEMY

E En septembre dernier, trois jours ont été consacrés au suivi de la Réserve Naturelle au sein de l'Agence Territoriale de l'Environnement. Effectués depuis 2007, ces suivis ont lieu chaque année à Saint Barthélemy.

De quoi s'agit-il ?

Les missions principales d'une Réserve Naturelle sont la préservation de sites exceptionnels, la protection de la biodiversité et la conservation d'habitats rares ou menacés à l'échelle nationale. Pour cela, chaque réserve naturelle dispose d'un plan de gestion qui définit les axes concrets pour mener à bien cette mission de préservation. Le suivi de la Réserve s'inscrit pleinement dans cette optique. Il permet d'avoir une évolution du niveau de santé des milieux qui s'y trouvent, soit localement, le récif corallien et l'herbier marin.

Comment ce suivi est réalisé ?

L'Agence Territoriale de l'Environnement travaille avec le bureau d'étude Créocéan, plus précisément leur agence basée en Guadeloupe, qui effectue des diagnostics et expertises dans le milieu marin des Antilles françaises. Plusieurs plongées sont organisées en compagnie des membres de l'ATE et de ceux des réserves voisines (nous avons eu le plaisir d'accueillir un membre de la Réserve Naturelle de Saint Martin et un autre de la Réserve de Petite Terre pour notre dernier suivi) pour recueillir des données qui permettront d'établir l'état de santé des sites.

T This past September, the Territorial Environmental Agency dedicated three days to monitoring the Natural Reserve. These annual monitoring efforts have been conducted in St Barths since 2007.

What's the purpose?

Natural Reserves exist to protect special sites, preserve biodiversity, and conserve rare or endangered habitats. Each reserve operates under a management plan that defines specific ways to achieve these goals. Monitoring the Reserve is a key part of this mission. It helps track the health of local ecosystems, such as coral reefs and seagrass.

How does the monitoring work?

Locally, the Territorial Environmental Agency teams up with Créocéan, a marine research firm based in Guadeloupe that specializes in studying the marine environments of the French Caribbean. Several dives are organized with ATE members and colleagues from nearby reserves to gather data that will help assess the condition of the sites. For the most recent monitoring, we were happy to welcome team members from the Saint Martin Natural Reserve and Petite Terre Reserve.



Suivi réserve naturelle 2024

Pendant plusieurs jours, des sites précis sont étudiés : le site du Bœuf (hors réserve), le site de Colombier (en réserve), et le site de Pointe Milou (Site réglementé pour restauration corallienne) d'une part.

Dans ces zones, le suivi va se concentrer sur le benthos, à savoir la nature de ce qui recouvre les fonds marins (coraux, algues, éponges, roche nue, débris, corail mort, sable, vase) dont les plongeurs doivent faire un relevé aussi précis que possible tous les 20cm, pendant 60m.

Ces 60m (6 lignes de 10m), appelés transects, suivent des itinéraires précis qui ont été établis en amont et ne changent pas au fil des années, pour comparer l'évolution sur les mêmes emplacements.

En plus du relevé des fonds marins, un relevé du peuplement ichthyologique (de la densité de poissons) a lieu sur 6 transects de 25m. Pour cela, il faut noter l'espèce, l'abondance et la taille des poissons observés.

D'autre part, la seconde partie du suivi se concentre sur les sites de Bonhomme (site hors réserve étudié depuis 2021) et de Petit Cul-de-sac (site en réserve étudié depuis 2018). L'intérêt se porte alors sur les herbiers marins dont l'état de santé est évalué selon plusieurs critères : l'épibiose (à savoir si une espèce est fixée sur l'herbier), le relief de l'herbier et la présence d'algues majoritairement.

Les transects font alors 50m de long sur 2m de large. La présence de la faune marine comme les oursins, nacres, étoiles de mer, holothuries et lambis est également relevée pour apporter des indications supplémentaires sur l'état du milieu.

Quel est l'intérêt de ces suivis ?

Les données récoltées sont précieusement examinées et comparées aux années antérieures, donnant à voir une tendance ou une régularité dans les milieux étudiés.

Les tendances issues des données de ces suivis permettent de donner une idée de l'état de santé des sites observés, d'en tirer des conclusions et de pouvoir proposer des actions si une dégradation est constatée.

Ces suivis permettent également de comparer des sites en réserve Naturelle et des sites qui ne sont pas protégés par la réserve. Cette comparaison a jusqu'ici toujours mis en avant la meilleure santé d'un site protégé, que l'on appelle "l'effet réserve". Un argument supplémentaire pour asseoir l'importance de notre réserve et continuer d'y faire évoluer la réglementation pour accentuer la préservation de ces sites. ■



Over the course of a few days, specific sites were studied: Boeuf (outside the reserve), Colombier (within the reserve), and Pointe Milou (a regulated area for coral restoration).

At these sites, the monitoring will focus on the benthos, specifically the nature of the seafloor covering (corals, algae, sponges, bare rock, debris, dead coral, sand, and silt), which divers must meticulously record every 8 inches over a distance of 197 feet.

These 197-foot transects (six lines of 33 feet) follow precise routes that were established in advance and remain the same over the years to allow for comparisons of changes at the same locations.

In addition to the seafloor survey, a fish population survey is conducted along six 82-foot transects. For this, divers record the species, abundance, and size of the fish observed.

The second part of the monitoring shifts focus to Bonhomme (outside the reserve, monitored since 2021) and Petit Cul-de-sac (within the reserve, monitored since 2018). Here, the spotlight is on seagrass meadows. Their health is assessed based on several key criteria, including the presence of other species on the seagrass, its topography, and the amount of algae. These transects are 164 feet long and 6.5 feet wide. The team also records sightings of marine life like sea urchins, pen shells, starfish, sea cucumbers, and conchs to get a fuller picture of the ecosystem's health.

Why does this matter?

The data collected is carefully analyzed and compared with past years to spot trends or any consistent patterns.

These trends give us a clear picture of how the sites are doing, which helps scientists draw conclusions and suggest actions if any areas show signs of decline.

This monitoring also allows for a comparison between sites within the Natural Reserve and those outside it. So far, this comparison has consistently shown that protected sites are healthier, a phenomenon known as the 'reserve effect.' It's an additional argument for the importance of our reserve and for continuing to update regulations to further protect these areas. ■



© ATE



© ATE



Suivi herbier marin



© ATE

RENCONTRE AVEC ALBANE HARMANGE

PAR CLAIRE RICHER



© Lucie Guibéau

Albane Harmange

A Albane, jeune femme de 24 ans, est originaire de Saint-Barth par sa mère.

Après une douce adolescence dans son île natale, elle quitte Saint-Barth pour poursuivre ses études dans l'hexagone, et, férue de littérature, choisit de faire une prépa littéraire au Lycée Lakanal à Sceaux.

Forte de son intérêt pour l'autre, pour la recherche et le traitement de l'information, Albane se forme au métier de journaliste à Paris. Après une riche expérience en alternance à France TV, au pôle Outremer, elle en sort fraîchement diplômée en juin 2024.

C'est au cours de ses études qu'elle découvre, avec surprise et intérêt, le sujet de l'esclavage à Saint-Barth, lors d'une commémoration, dans un sujet traité par le journal de Saint-Barth.

Elle se passionne alors pour ce sujet, peu connu, trouvant passionnant de faire connaître les origines d'une partie de la population résidant toujours sur l'île, et de faire connaître cette partie de l'histoire de Saint-Barth restée dans l'ombre, au plus grand nombre.

Elle entreprend de faire un documentaire de ses premières recherches, à partir de témoignages de ceux qui ont travaillé sur le sujet, et s'aidant des quelques archives.

Ce documentaire, diffusé en mai dernier au Festival du Film à Saint-Barth, a reçu un accueil empli d'intérêt et de curiosité de la population. Le projet d'Albane est de continuer à enrichir ses recherches, notamment en donnant la parole aux descendants d'esclaves à Saint-Barth. Mais la tâche n'est pas aisée, d'une part parce que très peu d'habitants ont fait la démarche de connaître leurs origines, et que ce sujet, sensible, est à traiter avec précaution.

Albane nous livre ici les grandes lignes de son travail.

Albane Harmange, a 24-year-old with roots in St Barths through her mother, spent a peaceful childhood on the island before heading to mainland France for her studies. Passionate about literature, she chose to enroll in a preparatory literary program at Lakanal High School in Sceaux.

Her curiosity about people and her love for research led her to pursue a career in journalism in Paris. During her apprenticeship at France TV's Overseas department, she gained valuable experience,

graduating in June 2024.

It was during her time as a student that Albane first stumbled upon the topic of slavery in St Barths. Surprised and intrigued, she came across the subject in an article from the Journal de Saint-Barth covering a commemoration event.

She quickly became passionate about this little-known chapter of the island's history. She found it fascinating to trace the origins of part of St Barths' population that still lives there today and to bring to light a story that had long remained hidden.

Motivated by her research, Albane set out to create a documentary, collecting testimonies from experts and working with the limited archives available.

Premiering at the St Barts Film Festival last May, the documentary sparked great interest and curiosity from the public. Albane is determined to continue building on her research, especially by giving a voice to the descendants of enslaved people in St Barths. However, this is no easy task, as few residents have taken the steps to uncover their roots, and the sensitive nature of the subject requires a thoughtful approach.

Here, Albane shares the key insights from her work.

© Albane Harmange

L'ESCLAVAGE, LE PASSÉ OUBLIÉ DE SAINT-BARTHÉLEMY

Salvory, the Forgotten Past of St Barths

PAR ALBANE HARMANGE

E En se baladant dans les rues de Gustavia, les touristes peuvent apprécier les vestiges de la période suédoise à travers son architecture si particulière. Mais ces visiteurs savent-ils que la plupart de ces bâtiments ont été construits par des personnes mises en esclavage ? La

plupart l'ignorent, comme de nombreux habitants de Saint-Barth. Ce n'est que depuis le 9 octobre 2023, lors de la première cérémonie officielle de l'abolition de l'esclavage à Saint-Barth, qu'une plaque commémorative a été installée sous le fromager, sur le fort Gustav III. Un lieu qui n'est pas anodin. « C'est un endroit qui fait partie des bâtiments construits par les esclaves pendant la période suédoise », précise Bettina Cointre, élue en charge de la culture.

Lors de cette première cérémonie officielle, la première vice-présidente de la Collectivité, Marie-Hélène Bernier, a tenu à remercier un homme, Richard Lédée, de toutes ses recherches historiques « pour rétablir la vérité sur l'esclavage ». C'est grâce à l'acharnement de ce marin que le 9 octobre est désormais établi comme date officielle de l'abolition de l'esclavage à Saint-Barth, et non plus le 27 mai comme en Guadeloupe, et ce depuis 2012. Mais dans les faits, il a fallu du temps pour que ce changement de date soit réellement appliqué. « De notoriété, on était majoritairement blancs parce qu'il n'y avait jamais eu d'esclavage sur cette île-là, retrace Richard Lédée. Nos aînés en étaient encore très convaincus, et moins prêts à accepter que l'histoire n'était pas du tout celle-là. »

A As tourists stroll through the streets of Gustavia, they can take in the remnants of the Swedish period through its distinctive architecture. But do these visitors know that most of these buildings were put up by enslaved people? Most of them don't, just like many of the residents. It wasn't until October 9, 2023, during the first official ceremony marking the abolition of slavery in St Barts, that a commemorative plaque was put up under the silk-cotton tree at Fort Gustav III. This location is significant. "It's one of the buildings built by enslaved people during the Swedish period," explains Bettina Cointre, the cultural representative of the island's government.

During this inaugural official ceremony, the island's first vice-president, Marie-Hélène Bernier, took a moment to thank one man, Richard Lédée, for his hard work "in bringing out the truth about slavery." Thanks to the relentless efforts of this seafarer, October 9 has been set up as the official date of the abolition of slavery in St Barths, replacing May 27, as celebrated in Guadeloupe, a change that's been in place since 2012. However, in practice, it took time for this new date to really catch on. "It was widely believed that we were mostly white because there had never been slavery on this island," recalls Richard Lédée. "Our elders were still very much convinced of that and weren't ready to accept that the history was completely different."

© Albane Harmange



Cette confusion historique vient notamment du passé mouvementé de Saint-Barth, petit caillou trimballé entre diverses puissances coloniales, comme de nombreuses îles de la Caraïbe. Les archives de la période suédoise, qui renferment des informations sur l'esclavage à Saint-Barth, ont elles aussi beaucoup voyagé. Lorsque l'île est redevenue française en 1878, le Fond Suédois de Saint-Barthélemy a été envoyé en Guadeloupe, puis en Martinique, avant d'atterrir à Aix-en-Provence, aux Archives nationales d'Outre-mer. Pour sauvegarder ces documents devenus fragiles, l'historien suédois Fredrik Thomasson a entrepris avec son équipe leur numérisation. « Cela répond à la vraie finalité des archives qui est leur consultation par le public », se réjouit Elise Magras, responsable des archives de Saint-Barth.

Mais certains habitants de l'île n'ont pas attendu la mise en ligne de ces documents pour se pencher sur ce pan de l'histoire peu connu. Co-fondatrice du Domaine Félicité, Arlette Magras expose dans ce musée familial de nombreux documents qui attestent de la présence de personnes esclavisées sur l'île. Comme ce recensement réalisé par Samuel Falhberg en 1785 qui liste les « Blancs » et les « esclaves » dans chaque quartier de l'île. « Il y a même des moments où les esclaves étaient majoritaires », souligne Arlette Magras. En cherchant bien, il existe tout de même sur cette île, des traces de ce passé oublié. ■

This historical confusion comes from the island's turbulent past, a small island passed around between various colonial powers, much like many other Caribbean islands. The archives from the Swedish period, which hold information about slavery in St Barths, have also traveled around. When the island went back to French rule in 1878, the Saint-Barthelemy Swedish Archive was sent to Guadeloupe, then to Martinique, and eventually ended up in Aix-en-Provence, at the National Overseas Archives. To save these now fragile documents, Swedish historian Fredrik Thomasson and his team took on their digitization. "This fulfills the true purpose of archives, which is to make them available to the public," says Elise Magras, head of the St Barts archives.

However, some island residents didn't wait for these documents to go online to start looking into this lesser-known part of history. Arlette Magras, co-founder of Domaine Félicité, shows numerous documents in this family museum that prove the presence of enslaved people on the island. One such document is a census carried out by Samuel Falhberg in 1785, listing the "Whites" and "slaves" in each neighborhood of the island. "There were even times when enslaved people made up the majority," highlights Arlette Magras. If you look carefully, there are still traces of this forgotten past scattered across the island. ■



WEST INDIES HELICOPTERS



HELICOPTER CHARTERS

PRIVATE TRANSFERS • DAY TRIP • ISLAND TOURS

RESERVATION **+590 590 778 000**

✉ booking@westindieshelico.com

Chez U,
découvrez notre savoir-faire pour
vous offrir des produits de qualité



Fruits frais coupés et légumes prêts à l'emploi

En plus d'un large choix de fruits et légumes colorés, retrouvez notre catalogue de gâteaux et plateaux de fruits, confectionnés avec amour.



Notre rayon cave, à votre service !

Profitez d'une sélection de vins soigneusement élaborée par notre caviste, incluant des vins biodynamiques, naturels et sans alcool !

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION



Du fromage pour tous les goûts

Côté fromagerie, une sélection complète vous attend chaque jour, incluant brie, gouda, comté, et nos spécialités de fin d'année aux saveurs truffées.

Une boucherie traditionnelle

Tout au long de l'année, découvrez à Super U des produits et des préparations faits maison (saucisses, marinades, cordons bleus...). Nos viandes Label Rouge sont disponibles à Super U et U Express Oasis.



LE CHARCUTIER



Un large choix à la charcuterie

Profitez d'une multitude de jambons, saucissons, pâtés, salades variées, ainsi que de nos produits locaux.

L'Atelier du Traiteur

Il vous offre des plats chauds fait maison à Super U, ainsi que des salades fraîches et des sandwiches disponibles toute la journée, dans les deux magasins.



Explorez aussi notre carte traiteur de Super U, avec des plateaux et buffets préparés par nos soins.



SCANNEZ MOI

Nos équipes sont là pour vous conseiller avec expertise et professionnalisme.

A très vite dans vos magasins U !

Commerçants autrement



AU GRÉ DES PAGES

Beyond Words

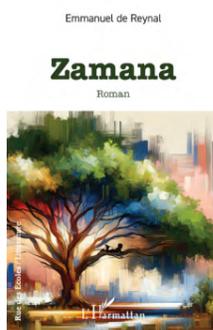
**POUR LA DÉCOUVERTE OU LA MISE EN LUMIÈRE DES AUTEURS ULTRAMARINS,
DÉCOUVREZ CES MOMENTS LITTÉRAIRES SUR ZITATA TV**

SHINING A SPOTLIGHT ON AUTHORS FROM THE OVERSEAS TERRITORIES.
CATCH THESE LITERARY MOMENTS ON ZITATA TV

PRÉSENTÉS PAR CLAIRE RICHER

ZAMANA, Emmanuel de Reynal
Edition L'Harmattan

Zamana, est le nom d'un arbre majestueux, le roi de la forêt. Celui planté au cœur d'une habitation créole au début du 19ème siècle dans le Nord de la Martinique, est l'observateur imperturbable des mouvements des femmes et des hommes qui se succèdent au fil du temps et animent la propriété, des cycles successifs de croissance et de déclin qui rythment l'économie des habitations, des intempéries naturelles qui ravagent l'île comme les cyclones et l'éruption de la Montagne Pelée. Avec une grande sagesse, le Zamana porte un regard curieux, fasciné, quelquefois d'incompréhension, sur les choix et la vie des humains, qui semblent être sans racines. Zamana est aussi un bel hommage aux valeurs de solidarité et d'entraide qui règnent au sein du monde de la nature.



Zamana, named after a magnificent tree often regarded as the king of the forest, tells the story of a tree planted in the early 19th century at the heart of a Creole estate in northern Martinique. From its rooted vantage point, the Zamana watches over generations of men and women as they come and go, shaping the life of the estate. It observes the cycles of growth and decline that drive the local economy, as well as the natural disasters—like hurricanes and the eruption of Mount Pelée—that ravage the island. With a quiet wisdom, the Zamana reflects on the curious, sometimes baffling choices humans make, seemingly disconnected from their own roots. This novel is also a touching tribute to the values of solidarity and mutual support found in the natural world.



Pour voir
l'émission
littéraire :



Emmanuel de Reynal

Emmanuel de Reynal, from Martinique, was born in 1965, is a businessman and author who is deeply involved in the social and economic life of Martinique. He heads Havas Publidom, the leading communications group in the French Antilles-Guyana, and is active in community organizations on the island. In 2020, he published his first book, Ubuntu, ce que je suis, marking the beginning of a prolific writing career with nine books released in just four years.

Oney, la mascotte de « Au gré des pages », petit caniche de 5 ans et chouchou de Claire, apporte sa touche de douceur et d'originalité à l'émission littéraire.

Oney, the five-year-old poodle and Claire's cherished companion, brings a unique charm and a little extra warmth to the Beyond Words literary show.



LA CHAUVE QUI SOURIT,
Pascale Dambo
Éditions Expert Équilibre

La chauve qui sourit : l'histoire d'une femme, résiliente et courageuse, qui a su transformer l'épreuve terrible d'une alopecie totale en une victoire de vie. Elle a su trouver en elle la force vitale pour trouver le chemin du bonheur véritable et de la paix intérieure, sans dépendre du regard des autres, indépendamment des circonstances extérieures. Par son expérience de vie, elle devient une source d'inspiration et d'encouragement pour toutes celles et ceux qui vivent une épreuve similaire. et bien au-delà. Pascale nous amène sur la voie de la confiance en soi, et nous donne les clefs pour prendre sa vie en main, avec bienveillance et amour.



La Chauve Qui Sourit is the story of a woman who, with remarkable resilience and courage, turns the devastating experience of complete hair loss into a life victory. She finds the inner strength to carve out her own path to true happiness and inner peace, without relying on how others see her, and regardless of external circumstances. Her story becomes a powerful source of inspiration for anyone facing a similar ordeal, and even for those going through their own struggles. Pascale guides us toward self-confidence, providing the tools to take control of our lives with kindness and love.

Pascale Dambo,
Martiniquaise, est formatrice,
accompagnatrice, et conférencière
en développement personnel.

Pascale Dambo, from Martinique, is a personal development coach, trainer, and speaker.



Pascale Dambo

Pour voir
l'émission
littéraire :



Nicole Cage
CONFIDENTIEL



CARAÏBÉDITIONS

Nicole Cage
CETTE MAMAN-LÀ



CARAÏBÉDITIONS

Nicole Cage

A travers ses romans jeunesse, Nicole Cage traite des problématiques que rencontrent les jeunes au collège ou au lycée, comme l'amitié, le harcèlement, ou la drogue, mais aussi au sein de leur

famille, qui peut être une famille mono parentale, ou connaître des situations de violence intrafamiliale. Des contextes que connaissent beaucoup de jeunes, et de la Martinique en particulier, dans des sociétés où traditions et coutumes se perdent, mais où l'éducation reste centrale pour l'évolution de la condition de vie. Avec beaucoup de sensibilité et de vérité, de lucidité et de bienveillance, Nicole s'adresse aux jeunes, mais donne aussi les clefs aux parents pour traiter des situations complexes. Retrouvez cet échange, riche de sens et de valeurs, autour de ses nouveaux ouvrages : Confidentiel, Cette Maman La, Tibougla, édités chez Caraïbes Editions.

In her young adult novels, Nicole Cage tackles the challenges teens face in middle and high school, like friendship, bullying, and drug use. She also delves into family issues, such as single-parent households or situations involving domestic violence. These are contexts that many young people go through, especially in Martinique, where traditions are fading, but education still plays a key role in improving lives. With a lot of sensitivity and truth, as well as clarity and kindness, Nicole reaches out to young readers while also giving parents the tools to handle these tough situations. Join this meaningful and value-driven conversation around her latest works: Confidentiel, Cette Maman-là, and Tibougla, published by Caraïbes Editions.



Pour voir
l'émission
littéraire :



Born in Martinique in 1965, Nicole Cage is a versatile artist—novelist, poet, playwright, lyricist, actress, writing workshop leader, counselor, speaker, and literary coach. After studying Spanish and history, and receiving journalism training, she spent 25 years teaching literature, history, and Spanish in the French national education system. Eventually, she decided to step away from teaching to launch her own publishing

house, Cimarrón EdiProd. Her works have been translated into many languages, including Albanian, English, Arabic, Chinese, Spanish, Macedonian, Portuguese, and Romanian. Nicole often brings her own writing to the stage, collaborating with musicians to enhance her performances. She is the author of several plays, some of which have been featured in staged readings during the Grands Prix Afrique du Théâtre Francophone, where she also served on the jury. Over the years, Nicole has picked up numerous awards, including the prestigious Casa de las Américas Prize in 1996 for Arc-en-ciel, l'espoir, and the Presidents Award at the Saint-Martin Book Fair in June 2019. ■

Nicole Cage

Martiniquaise, née en 1965, est romancière, poétesse, dramaturge, parolière, comédienne, animatrice d'ateliers d'écriture, praticienne en relation d'aide, conférencière et coach littéraire. Après des études d'Espagnol et d'Histoire, une formation de journalisme, elle exerce pendant 25 ans comme professeur de Lettres-Histoire puis Espagnol à l'Éducation nationale puis démissionne pour créer la maison d'édition Cimarrón EdiProd. Ses textes sont traduits en Albanais, Anglais, Arabe, Chinois, Espagnol, Macédonien, Portugais, Roumain etc. Elle met en espace ses propres textes sur différentes scènes avec des musiciens. Elle est l'auteure de plusieurs pièces de théâtre, dont certaines ont fait l'objet de lectures-spectacles, lors des Grands Prix Afrique du Théâtre francophone, dont elle a été l'une des membres du jury. Elle a reçu de nombreuses récompenses et distinctions, comme le Prix Casa de las Américas, 1996, pour Arc-en-ciel, l'espoir, ou en Juin 2019 : Presidents Awards, Saint-Martin Book Fair. ■



Nicole Cage & Claire Richer

DREAMY HOME

LA CLÉ POUR BIEN DORMIR

The Answer to a Good Night's Sleep

RENCONTRE AVEC DELPHINE & ANTOINE QUESTEL

PAR RACHEL BARRETT-TRANGMAR



© Ryan Barrie



Delphine & Antoine Questel

Les champions de windsurf Antoine Questel et Delphine Cousin Questel se sont tournés vers un nouvel horizon : l'univers de la literie. Découvrez comment ils se sont lancés dans cette nouvelle aventure.

Avant la literie, vous étiez windsurfeurs de haut niveau. Pouvez-vous nous parler de cette première vie ?

Delphine : Le windsurf a occupé une grande place dans nos vies. Nous avons surtout participé au circuit professionnel de l'Association des Windsurfeurs Professionnels, qui réunit les meilleurs du monde. Je suis fière d'avoir remporté cinq titres de championne du monde au cours de ma carrière.

Antoine : J'ai grandi à Saint-Barth, et très jeune, je me suis passionné pour le windsurf grâce à mon oncle. Je passais tout mon temps libre sur l'eau. Ensuite, on m'a poussé à participer à des compétitions dans les Caraïbes, puis en France, où j'ai décroché six titres de champion de France. L'année dernière, j'ai pris ma retraite du windsurf après plus de 20 ans de carrière professionnelle. C'était vraiment une période incroyable et très enrichissante de ma vie.

Comment passe-t-on du windsurf à la literie ?

Delphine : C'est une bonne question, et on nous la pose souvent ! Pendant nos années de compétition, on s'est vite rendu compte de l'importance du sommeil sur nos performances. En dehors du sport, beaucoup de gens sous-estiment à quel point bien dormir influence la santé, l'humeur, et même l'efficacité au travail.

Antoine : Bien dormir, c'est comme recharger ses batteries. Ce qu'on oublie souvent, c'est que la qualité du sommeil est directement liée à l'environnement dans lequel on dort, en particulier à la literie.

The winds of change have taken champion athletes, Antoine Questel and Delphine Cousin Questel, into the world of bedding. Read on to find out more about their newfound enterprise.

Before becoming bedding specialists your career started as world-ranking windsurfers; can you briefly outline this former life?

Delphine: Windsurfing has certainly played a big part in our lives. We principally competed as part of the Professional Windsurfers Association, which is the international circuit for windsurfing whose members are some of the best windsurfers in the world. I'm proud to say that I won five world championship titles throughout my windsurfing career.

Antoine: I grew up on St Barts where I started windsurfing at a very young age, influenced by my Uncle who enjoyed the sport. My enthusiasm for windsurfing meant that I spent all my free time on the water. I was later encouraged to take part in competitions in the Caribbean, which led to my competing in France, resulting in six French championship titles! I retired last year after more than 20 years competing at a professional level – it was undoubtedly a fulfilling period of my life.

How did life on a windsurf board lead to the world of beds and bedding?

Delphine: That's a good question and one that we are frequently asked. We certainly noticed the value of sleep during our windsurfing days and how much it influenced our performance. The sporting world aside, many people underestimate the benefits of sleep and how much it determines our overall health, including our mood, as well as how we operate in the work place and life in general.

Antoine: Sleeping well is like recharging our batteries; people need to understand how much this is affected by the sleeping environment, particularly bedding.



Comment un bon lit et du bon linge améliorent-ils le sommeil ?

Antoine : Le choix du matelas est essentiel, surtout quand on sait qu'on passe environ un tiers de notre vie au lit ! La composition du matelas joue un rôle crucial pour offrir confort et sommeil réparateur. Depuis que nous avons investi dans un bon matelas, nous avons vu une nette différence dans la qualité de notre sommeil. Mais chacun a des préférences différentes, c'est pour ça qu'il est important de bien se faire conseiller et d'essayer un matelas avant de l'acheter. Ce qui est confortable pour une personne peut être trop ferme pour une autre !

Delphine : L'oreiller est aussi très important, notamment pour éviter les douleurs au cou. Quant aux draps, ils sont essentiels pour le confort, surtout dans un climat chaud comme celui de Saint-Barth.

Quels produits proposez-vous exactement ?

Delphine : Nous avons commencé en nous concentrant sur les matelas et avons passé beaucoup de temps à rechercher des produits de qualité. En collaboration avec notre fournisseur, nous avons créé une gamme de matelas qui s'adapte à différents budgets et besoins.

Antoine : Actuellement, nous proposons cinq types de matelas, tous nommés d'après des lieux de Saint-Barth ou des environs. Nous avons des matelas en mousse classique, d'autres à ressorts ensachés, particulièrement adaptés aux climats humides, et un matelas en fibres biologiques pour les peaux sensibles. En plus des matelas, nous proposons tout ce qu'il faut en matière de literie pour garantir un sommeil de qualité.

Comment choisissez-vous vos fournisseurs ?

Antoine : Pour les matelas, nous travaillons avec un fabricant espagnol qui fournit des hôtels de luxe. Et pour le linge de lit, nous avons un partenaire au Portugal, reconnu pour ses tissus d'excellente qualité.

Delphine : Nous avons choisi ces fournisseurs européens car ils nous garantissent une qualité exceptionnelle et une satisfaction client irréprochable.



© Anita Delente

How does a bed and bedlinen affect sleep quality?

Antoine: The choice of mattress is imperative, especially as you will spend a considerable amount of time sleeping on it – approximately a third of our lives is spent in bed! The composition of a mattress is key to providing comfort and sufficient sleep. We have noticed the difference in our sleep quality since investing in a good mattress and yet we realise that everyone has their personal preferences. It is thus important to have good advice when choosing a mattress and to try it out before purchasing – what is considered to be adequately firm for one person could be considered too hard for another!

Delphine: A pillow is another important element that affects our sleep, particularly to avoid issues related to the neck. Good bedlinen is also fundamental in providing comfort in bed, especially the type of fabric in a warm climate such as St Barts.

Can you tell me about the products that you sell?

Delphine: We began by specialising in mattresses and spent a long time researching the market for a quality product. Working together with our expert supplier we have created a unique range of mattresses that meets different budgets and specific needs.

Antoine: We currently have five types of mattresses, each one named after a location in or around St Barts. We have classic foam mattresses, along with those that are pocket sprung and recommended for a humid climate; we also have a mattress made with organic fibres for clients with sensitive skin. Furthermore, we aim to supply our clients with all the top quality bedding products they need to improve their sleep.

How do you source your products?

Antoine: For our mattresses we work with a manufacturer in Spain, renowned for supplying luxury hotels. And for our bedlinen we are liaising with a company based in Portugal, recognised for its top quality fabrics.

Delphine: We favour these European suppliers who guarantee excellence and client satisfaction.



DREAMY HOME
SAINT BARTH
★★★★★
VOTRE SPECIALISTE DE LA LITERIE

NEW!
Notre collection de canapés* !
* disponibles uniquement sur commande

RÊVEZ GRAND, DORMEZ BIEN.

Découvrez nos matelas, surmatelas, oreillers, couettes et linge de lit pour un confort à la hauteur de vos rêves !

dreamyhomesbarth.my.canva.site

+590 690 327 257

dreamyhomesbarth@gmail.com

[dreamy_home_sbh](https://www.instagram.com/dreamy_home_sbh)

[Dreamy Home Saint Barth](https://www.facebook.com/DreamyHomeSaintBarth)



Qui sont vos clients ?

Delphine : Notre clientèle est très diversifiée : des résidents locaux, des décorateurs d'intérieur, des propriétaires de villas de luxe, mais aussi des hôtels haut de gamme. Grâce aux contacts d'Antoine sur l'île, le bouche-à-oreille a vite pris, et ça s'est renforcé avec nos actions sur les réseaux sociaux et notre présence au marché mensuel de Gustavia, où nous nous faisons connaître des habitants.

Antoine : Nous avons également créé un matelas spécialement pour les clients de la boutique Alma Home, reconnaissable grâce à l'étiquette « Dreamy Home ». Nous espérons ouvrir un showroom bientôt, mais en attendant, les clients peuvent prendre rendez-vous pour découvrir nos produits.

Que faites-vous pendant votre temps libre ?

Antoine : Nous passons évidemment beaucoup de temps sur l'eau. Nous nous sommes mis au wing-foil, un nouveau sport de glisse qui est vraiment excitant !

Delphine : Le sport reste une priorité pour nous. Nous allons régulièrement à la salle de sport, car nous savons à quel point l'activité physique est bénéfique pour notre bien-être... et pour la qualité de notre sommeil.

Quel message souhaitez-vous transmettre aux lecteurs de Coccoloba ?

Antoine : Ne sous-estimez pas l'importance du sommeil et prenez le temps, chaque semaine, de faire une activité physique, peu importe laquelle.

Delphine : Et surtout, n'hésitez pas à nous contacter pour en savoir plus sur nos produits. Une bonne literie, c'est essentiel pour mieux dormir et, au final, pour améliorer votre qualité de vie. ■



Who are your clients?

Delphine: We have a mixed clientele, from local residents to interior designers, owners of luxury villas as well as high-end hotels. Antoine's local connection with the island has meant that we have quickly gained a good reputation through word of mouth, in addition to advertising, social media, and the monthly market in Gustavia where we gain visibility amongst the residents.

Antoine: We have specially created a mattress for the clients of Alma home store – you will recognise it by the Dreamy Home label. We hope to open up a showroom soon, but until then clients can make an appointment to view our product range.

What do you like to do in your spare time?

Antoine: We naturally spend a lot of time on the water and now enjoy another wind-propelled sport – the exhilarating wing-foiling.

Delphine: We still prioritise physical exercise, regularly working out in a local gym, knowing how good it is for our well-being – especially sleep quality.

What would you like to convey to the readers of Coccoloba?

Antoine: We urge readers to not neglect the importance of sleep, and to dedicate time during their week to practise a physical activity, no matter what it may be.

Delphine: We also encourage readers to contact us to find out more about the products we supply, which will enhance their sleep and ultimately help to improve their lifestyle. ■



**SBH
Fermeture**

**MENUISERIE ALUMINIUM
GARDE CORPS - PORTAIL
VOLET ANTICYCLONIQUE
VITRERIE - MIROITERIE**



**CEDB
Charpenthelemy**

**CHARPENTE COUVERTURE
MENUISERIE BOIS
DECK - ZINGUERIE
OSSATURE BOIS**

ACCRO AU CROCHET

Hooked on the World of Crochet

RENCONTRE AVEC ODETTE LÉDÉE

PAR RACHEL BARRETT-TRANGMAR

L Le crochet est récemment revenu sur le devant de la scène, que ce soit sur les réseaux sociaux ou dans la mode. Pourtant, cet artisanat existe depuis des années. J'ai eu la chance de rencontrer Odette Lédée, une véritable experte en la matière.

Qu'est-ce qui vous inspire à crocheter ?

Pour moi, le crochet, c'est un peu comme mon « yoga ». Ça me permet de me détendre et de rester concentrée. Ce que j'aime, c'est travailler sur un projet et ne découvrir le résultat qu'à la fin. Depuis toute petite, j'ai du mal à rester en place et à me concentrer, mais quand je crochète, je suis totalement dans l'instant. Je peux rester des heures assise, complètement absorbée.

Quand avez-vous appris à crocheter ?

À l'école, on nous a initiés à plusieurs activités créatives : tressage, tricot, macramé, broderie, et bien sûr le crochet, qui est vite devenu mon préféré. Je me souviens encore de cette sœur qui nous apprenait à crocheter. Nous n'étions que cinq à choisir cette activité, mais comme j'ai toujours eu une fibre artistique, j'ai accroché tout de suite. J'ai commencé à l'âge de huit ans et je n'ai jamais arrêté depuis, même si je m'y consacre à plein temps depuis seize ans.

Pouvez-vous expliquer brièvement comment cela fonctionne ?

Le crochet, comme son nom l'indique, se fait à l'aide d'un petit crochet en métal. On crée des boucles avec du fil pour former un tissu. Ça peut paraître compliqué au début, mais en fait, c'est assez simple une fois qu'on a appris la technique.



Odette Lédée

C Crochet has recently received a lot of attention on social media and in the fashion world, and yet this popular handicraft has been around for many years. I had the pleasure of speaking to Odette Lédée who is gifted in the art of crocheting.

What inspires you to crochet?

I think of crochet as my 'Yoga', helping me to relax my mind and stay focussed. I enjoy working on a project, captivated by the suspense of not knowing what a creation will look like until the very end. Since a young age, I have found it difficult to stay still and concentrate, but when I crochet I become totally immersed in the subject in hand, staying seated for hours at a time.

When did you learn this handicraft?

At school we learned various creative activities such as weaving, knitting, macramé, embroidery, and crochet – which has always been my preference. I fondly recall being taught this skill by a nun; there were just five of us in the class who chose to crochet. Being naturally artistic, I took to it straightaway. That was at the age of eight and I have practised it ever since, albeit more full-time over the past sixteen years.

Can you briefly explain the process involved in crocheting?

The word 'crochet' is actually a French word meaning 'hook', which is commonly made out of metal. The process involves interlocking loops of yarn to create an intricate fabric. It may initially look rather complex, but it is relatively easy when shown how.



Le crochet est devenu un exutoire créatif et méditatif, de plus en plus apprécié. Qu'en pensez-vous ?

Oui, c'est vrai que le crochet a gagné en popularité ces dernières années, et pas seulement auprès des personnes âgées. Aujourd'hui, il touche toutes les générations. Les mouvements répétitifs sont très apaisants. Ça permet de se concentrer sur l'instant présent et d'oublier les pensées parasites. C'est très méditatif, d'où le lien avec le yoga. Je conseille à tout le monde d'essayer !

La tendance crochet a-t-elle encouragé d'autres personnes à s'y mettre ?

Oui, beaucoup de gens veulent apprendre, et la plupart s'en sortent très bien, très vite. En ce moment, j'enseigne à quelques élèves. Certains veulent surtout faire des sacs à main au crochet, et les plus jeunes aiment créer leurs personnages de dessins animés préférés. J'organise mes cours chez moi à Grand Cul-de-Sac, souvent le week-end, selon les disponibilités de chacun.

Que créez-vous exactement ?

Je fais un peu de tout : des peluches pour enfants, des couvertures et des vêtements pour bébés. Pour la maison, je fais des sets de table, des housses de coussin et même des chaussons. Les sacs à main en crochet avec des poignées en bois sont très tendance en ce moment. J'ai même réalisé des robes pour des baptêmes ou des communions. Je trouve souvent mes modèles en ligne, mais je les modifie souvent à ma façon. Avec un crochet et du fil, il n'y a pas de limite à la créativité !



© Anita Delente

Crochet has become a prominent 'mindful handicraft'. What are your thoughts on this aspect of crocheting?

It has indeed attracted more interest in recent years and is now practised by a cross-section of ages, not just the elderly. The repetitive movements involved in crocheting are very calming, allowing the mind to focus on the present moment and let go of distracting thoughts. It is thus very meditative, hence my referring to crochet as my Yoga. I would encourage anyone to try it!

Has the new trend for crocheting incited others to learn the skill?

Yes, I have many people interested in learning the art of crochet, most of whom learn very quickly. I am currently teaching a couple of 'students' who are particularly keen to make crochet handbags; while younger children enjoy creating their favourite cartoon characters. I teach at my home in Grand Cul-de-Sac, mostly at the weekend or according to work schedules and availability.



© Odette Lédée



© Anita Delente

Quels matériaux utilisez-vous et où vous les procurez-vous ?

J'utilise surtout du fil de coton ou d'acrylique, mais j'aime aussi le fil en bambou, qui est plus écologique. Les couleurs varient en fonction de ce que je fais. J'utilise différents crochets, selon l'épaisseur du fil, et parfois des aiguilles si j'ai besoin de coudre. Je me procure mes matériaux localement, ainsi qu'en ligne, en France et aux États-Unis.

Qui sont vos clients ?

Mes créations au crochet plaisent beaucoup aux résidents de Saint-Barth, mais aussi aux touristes qui les trouvent dans les hôtels ou à l'aéroport de l'île. Elles sont très populaires pendant les fêtes, et font aussi de jolis cadeaux d'anniversaire, des souvenirs pour les nouveau-nés ou encore des souvenirs de l'île à ramener à l'étranger. Elles voyagent vraiment loin !

Quel message souhaitez-vous transmettre aux lecteurs de Coccoloba ?

J'ai beaucoup de chance d'avoir trouvé une passion qui non seulement me comble, mais qui fait aussi plaisir aux autres. Ça m'apporte de la joie, de la sérénité et un sentiment de satisfaction. Je recommande à chacun de trouver une activité qui leur procure autant de bonheur. ■



© Anita Delente

What sort of things do you create?

I make a broad spectrum of crochet creations, notably stuffed animals for young children, as well as baby blankets and baby clothes. For the home, I make placemats, cushion covers and even slippers. Crochet handbags, embellished with wooden handles, are currently sought after; and I have even made dresses for baptisms and confirmations. I find most of my patterns online; however, I frequently adapt and change them to make improvements where necessary. With my hook and yarn there is no end to my creativity!

What materials do you use and where do you source them?

The yarn is mostly made of cotton or acrylic; and I also like to use bamboo yarn, which is ecologically friendly. This yarn comes in a rainbow of colours, determined by what I am creating. To crochet the yarn, I use a series of different sized hooks; and needles, if any sewing is required. I source my materials locally, as well as online from France and the United States.

Who are your clients?

My crochet creations are popular amongst St Barts residents, as well as tourists who can find them in hotels or at the island airport. My handiwork is very much in demand during the festive seasons, while it also makes great birthday gifts, a memento for a newborn or a souvenir of the island when going overseas – it certainly travels far and wide!

What message would you like to convey to the readers of Coccoloba?

I feel fortunate to have found an interest that brings joy to others while giving me pleasure, fulfilment and inner peace. I encourage Coccoloba readers to pursue a hobby or pastime that brings them similar happiness and satisfaction. ■



© Odette Lédée



© Anita Delente

FORMATION EN PRÉSENTIEL
À SAINT-BARTHÉLEMY

**DÉVELOPPEZ
VOS COMPÉTENCES
EN ANGLAIS**

FORMATION INDIVIDUELLE OU EN
GROUPE DE 5 PARTICIPANTS

POUR DÉBUTER OU SE PERFECTIONNER

FORMATEUR EXPÉRIMENTÉ

UNE FORMATION DE QUALITÉ, À ST BARTHÉLEMY,
ALORS PROFITEZ-EN ET AMÉLIOREZ VOS COMPÉTENCES EN ANGLAIS !

3 OFFRES DISPONIBLES : 35H, 70H OU 100H DE FORMATION



CENTRE ELVINA
129 CHEMIN DES SABLES
SAINT-JEAN
97133 SAINT-BARTHÉLEMY
05 90 27 12 55
WWW.CEMSTBARTH.COM



PLAQUER POUR ATTEINDRE LE SOMMET

Tackling Her Way to the Top



© Elise Howard

RENCONTRE AVEC ELISE HOWARD

PAR RACHEL BARRETT-TRANGMAR

En très peu de temps, Elise Howard s'est fait un nom dans le rugby caribéen, prouvant qu'avec de la détermination et de l'ambition, tout est possible.

Vous êtes une passionnée de rugby. Comment avez-vous découvert ce sport ?

J'ai grandi près de Toulouse, une ville où le rugby est une véritable institution, surtout grâce au Stade Toulousain. Mon père et mon frère jouaient aussi, donc j'ai toujours baigné dans cet univers. Même si le rugby m'a toujours attirée, je n'en ai pratiquement pas fait à l'école, sauf lors d'un match amical où j'ai joué avec ce fameux ballon ovale. En réalité, c'est ici, à Saint-Barth, que j'ai commencé à pratiquer le rugby sérieusement, et ça ne fait que 18 mois !

In just a short space of time Elise Howard has made great progress in the world of Caribbean rugby, proving that anything is possible with ambition and determination.

I understand that you are a keen rugby player, how did you initially become interested in this sport?

I grew up near Toulouse in France, renowned for its invincible rugby team 'Stade Toulousain'. Rugby therefore had a significant impact on my local community, including my father and brother who were keen players. Although I was interested in the sport, I never actually played rugby at school, apart from a friendly match when I recall handling the oval-shaped ball. It was in fact here on St Barts that I first started to play rugby competitively – just eighteen months ago!

What is it like playing rugby as a woman?

It is now a lot more accepted for women to play rugby, particularly given the recent Paris Olympics, which included some high profile female players. However, I do occasionally get the odd judgemental comment about rugby being a man's sport, while others expect women rugby players to be masculine... but we certainly prove them wrong, demonstrating that it is a game for all to play.



© Maël Aumonier

Qu'est-ce que ça fait de jouer dans un sport souvent vu comme masculin ?

Heureusement, les mentalités évoluent, surtout après les derniers Jeux Olympiques de Paris, où des femmes rugbystes ont marqué les esprits. Mais c'est vrai, il y a encore des remarques du genre « c'est un sport d'hommes » ou des idées préconçues sur le fait que les joueuses doivent être masculines. Pourtant, on prouve bien que ce sport est ouvert à tout le monde !

Pensez-vous avoir un talent naturel pour le rugby ?

J'ai toujours été sportive et je m'entraîne régulièrement pour développer ma force physique. Je cours beaucoup, ce qui est un gros atout pour le rugby. Dès mon premier match, mes capacités de sprinteuse ont surpris l'équipe. J'adore ce sport, ce qui me permet d'apprendre vite les tactiques : plaquer, défendre, attaquer, passer le ballon...tout y passe !

Vous faites partie d'une équipe ?

Oui, je joue avec les Rascasses, l'équipe féminine du club de rugby de Saint-Barth, les Barracudas. À la base, c'était un groupe d'amies qui jouaient pour le fun. Puis elles ont voulu aller plus loin et ont fait appel à un coach. Ça a attiré d'autres joueuses, et c'est comme ça qu'une membre des Rascasses m'a invitée à un entraînement. À l'époque, je cherchais un sport à pratiquer, mais j'hésitais un peu, je manquais de confiance. Mais après avoir commencé, je ne regrette rien !

Avez-vous déjà participé à des championnats ?

Oui ! Très vite après avoir rejoint les Rascasses, j'ai joué pour l'équipe des 'Îles du Nord', avec des joueuses de Saint-Martin et Saint-Barth. On a affronté les équipes de Guadeloupe, et j'ai même marqué un essai lors de mon tout premier match ! Je me souviens de l'adrénaline en courant avec le ballon dans les dernières minutes, ce qui nous a permis de gagner. J'ai ensuite été sélectionnée pour jouer Guadeloupe contre Martinique, où j'ai marqué encore plus d'essais. Grâce à ça, j'ai intégré les Sevens de Guadeloupe pour le Tournoi Antilles-Guyane, et j'ai eu la chance de faire partie de l'équipe gagnante. C'était un grand moment, surtout en tant que première joueuse de Saint-Barth à ramener un trophée Sevens !

Would you say that you have a natural talent for rugby?

I am inherently sporty and have always trained to develop my own physical strength. I am also a keen runner, which is a great advantage in rugby. In fact, my sprinting skills surprised the other members of my team during our first game. I undoubtedly enjoy the sport, which helps to quickly learn the tactics and rules of the game, including how to tackle, defend, attack and pass the ball correctly.

Do you play for a particular rugby team?

I play for the 'Rascasses' ('Scorpion Fish'), which is the women's rugby team of the St Barts Barracuda Rugby Club. The Rascasses began as a group of friends getting together to play rugby. They then took it to another level by getting a coach to train them, which encouraged more women to join the team. It was in fact a member of the Rascasses who invited me along to one of their training sessions. I was looking for a sporting interest at the time; nevertheless I was initially hesitant, lacking confidence to take part, but I certainly had no regrets once I started playing.

Have you competed in any championships?

Soon after joining the Rascasses, I played for the 'Îles du Nord' rugby team, composed of players from St Barts and St Martin as neither island has enough members. We competed against the three championship teams in Guadeloupe, and I actually scored a try in my very first game. I recollect the exhilaration of running with the ball in the last few minutes of the game, which helped us win the match. I was consequently selected to play in the Guadeloupe versus Martinique match – when I scored even more tries. This in turn resulted in my being chosen for the Guadeloupe Sevens, competing in the Antilles-Guyana Tournament. I was really proud to be on the winning team, especially as I was the first St Barts player to return with a Sevens trophy!



© Alain photographie 971



© Maël Aumonier



© Elise Howard



© Margot & cie

Margot & cie

Comment gérez-vous votre emploi et le rugby ?

En dehors du rugby, je travaille dans une boutique de vins et spiritueux. Au début, mes horaires de travail rendaient l'entraînement difficile, mais heureusement, mon patron a trouvé un compromis. Je travaille le matin, ce qui me laisse le temps de m'entraîner le soir et de jouer le week-end.

Qu'est-ce que le rugby vous apporte et quels sont vos objectifs ?

Être dans une équipe, c'est super enrichissant. Il y a un vrai esprit de camaraderie, et je considère maintenant mes coéquipières comme une seconde famille. On partage beaucoup de moments ensemble. Pour l'avenir, j'espère que mon talent pourra me permettre d'aller encore plus loin dans le rugby. La confiance, l'ambition et la persévérance sont pour moi les clés du succès.

Un dernier mot pour les lecteurs de Coccoloba ?

Si le rugby vous intéresse, vous êtes les bienvenus à nos entraînements, chaque vendredi à 19h. Même sur une petite île comme Saint-Barth, il y a beaucoup d'opportunités sportives pour les motivés. Je suis la preuve qu'on peut surmonter tous les défis et réaliser ses rêves ! ■

How do you balance your work life with your rugby playing?

When I'm not on the rugby field I work for a wine and spirits store. Initially, the long hours at work limited my free time, which prevented me from training and playing rugby as much as I wished. Thankfully, I have an understanding boss who has found a way for me to work mornings, attend evening practises and weekend games.

How has rugby influenced your life and what are your objectives in the world of rugby?

Being part of a rugby team brings a lot of fulfilment and satisfaction, along with camaraderie. I now consider my fellow team members as family, and we share a lot of experiences together. As far as the future is concerned, my talent for the game will hopefully attract the attention of others to enable me to further my rugby career. I believe that trust, faith and ambition are the keys to success.

Have you any particular message that you would like to share with the readers of Coccoloba?

Anyone with an interest in rugby is more than welcome to come along to a training session – every Friday night at seven o'clock. On the small island of St Barts there are surprisingly many sporting opportunities for those with an interest and motivation ... I am proof that we can all tackle life's challenges and make our dreams come true! ■



Wellness Shop is the exclusive distributor of Technogym in the Caribbean.

Technogym, a leader in the design of fitness equipment.

The recognized quality and durability of all Technogym models make this brand the number one choice for professional sports teams worldwide.

Revendeur Installateur Exclusif FWI/AWI.

Contact : Jean-Christophe L'hermite

Tel : +590 690685040 - **Email :** jc@wellnessbh.com

www.technogym.com



VIEUX GRÉEMENTS

L'EXPÉRIENCE DU CLIPPER

Tall Ships: The Ultimate Clipper Adventure

PAR MARY HIERNARD,
EXPERTE VOYAGE CHEZ SAINT-BARTH ÉVASION

E mbarquez à bord d'un vaisseau unique et découvrez une autre ère de la navigation, où les traditions du passé se marient agréablement au modernisme du présent.

Un clipper est un bateau à voile à trois mâts ou plus, caractéristique de la seconde moitié du XIX^{ème} siècle, construits pour convoyer le plus vite possible des denrées périssables, grâce à une voilure importante et une coque en

bois ou acier. Un vieux gréement désigne un navire à gréement traditionnel qu'il soit ancien ou une réplique moderne.

Star Clipper, compagnie monégasque fondée en 1991 par son propriétaire Mikael Krafft se caractérise par la construction et l'exploitation des répliques des plus grands voiliers historiques pour des croisières de luxe.

Nous allons parler du Star Flyer, goélette qui navigue dans nos eaux et que vous pouvez apercevoir au large de la rade de Gustavia lors de son escale sur notre île. Cette magnifique goélette possède 83 cabines pour une longueur totale de 115 mètres ! A leur bord ce ne sont pas moins de 70 membres d'équipage qui assurent la bonne marche du navire et un service haut de gamme.

Avec ses 4 mâts et ses 3 365 m² de voilure ce bateau, inspiré des traditionnels clipper du XIX^{ème} siècle, parcourt aujourd'hui les mers avec fière allure. Le décor du Star Clipper rappelle l'âge d'or des grands voiliers. Vous apprécierez les balustres en acajou et en teck qui rendent hommage à la grande tradition maritime et qui vous transporte au temps de l'Orient Express. Doté d'une élégante salle à manger, un piano bar et une exceptionnelle bibliothèque de style Edouardien avec une cheminée !

Lors de certaines escales des artistes locaux sont invités à monter à bord.



© Star Clipper



© Star Clipper



© Star Clipper



© Star Clipper

Step aboard a unique vessel and explore a different era of sailing, where the traditions of the past blend comfortably with the modern comforts of today.

A clipper is a multi-masted sailing ship, typical of the second half of the 19th century, built for speed to transport perishable goods quickly, thanks to its large sail area and wooden or steel hull. A tall ship refers to any vessel with traditional rigging, whether it is an original or a modern replica.

Founded in 1991 by its owner Mikael Krafft, the Monaco-based company Star Clipper is known for building and operating replicas of some of the world's most iconic historical sailing ships for luxury cruises.

One of these ships is the Star Flyer, a schooner that navigates our waters. You may spot it anchored off Gustavia during its stopover on our island. This beautiful schooner is 115 meters (377 feet) long and has 83 cabins. It carries a crew of 70 who keep the ship running smoothly and provide attentive service.

With its four masts and over 36,000 square feet of sail, this ship, inspired by traditional 19th-century clippers, sails the seas with a proud and graceful presence. The Star Clipper's decor takes you back to the golden age of tall ships, with mahogany and teak railings paying homage to maritime tradition, evoking a sense of nostalgia similar to that of the Orient Express. Onboard, you'll also find an elegant dining room, a piano bar, and an Edwardian-style library with a cozy fireplace.

On certain stopovers, local artists are invited to come on board.

Répondez à l'appel de l'aventure et grimpez au mât jusqu'au nid de pie, à peu près 30 mètres de hauteur afin de profiter d'une vue à couper le souffle. Allongez-vous dans les filets de beaupré à la proue, suspendu au-dessus de la mer vous pourrez admirer la faune marine, rejoignez les autres passagers et mettez votre force à contribution pour aider à hisser les voiles. Vous pouvez aussi apprendre à faire les nœuds marins et vous initier à la navigation dans la plus pure tradition. Ne manquez surtout pas le moment extraordinaire de l'appareillage sur le pont extérieur ; le capitaine donne l'ordre à son équipage de hisser les immenses et majestueuses voiles du navire au son de la musique Vangélis.

Vivez une expérience de navigation unique et possible avec un départ de Saint-Martin ! Deux itinéraires sont proposés, avec la particularité d'une arrivée directe sur les plages et baies de par le faible tirant d'eau.

Iles aux trésors

Philipsburg/St Martin, Road Bay/Anguilla, White bay/Jost Van Dyke, The Bight/Norman Island, Spanish Town/Virgin Gorda, Basseterre/St Kitts, South Friar's/St Kitts, Gustavia/Saint-Barth, Philipsburg/St Martin.

Iles sous le vent

Philipsburg/St Martin, River Bay/Barbuda, Cabrits/Dominique, Terre de Haut/Les Saintes, Deshaies/Guadeloupe, Port de Falmouth/Antigua, Gustavia/Saint-Barth, Philipsburg/St Martin.

Vous pensiez connaître les Caraïbes, mais ces archipels se présenteront sous un nouveau jour et vous plongeront dans la nostalgie des croisières de luxe et du charme du siècle passé. ■



If you feel adventurous, climb up to the crow's nest—about 100 feet above deck—for a breathtaking view. You can also stretch out on the bowsprit net at the ship's front, suspended above the water, and watch the marine life below. Or, join the other passengers and help hoist the sails, getting a taste of traditional sailing practices. You might even learn how to tie maritime knots and get an introduction to navigation techniques. Don't miss the special moment when the ship sets sail: the captain gives the order, and the crew raises the vast, majestic sails to the sound of music by Vangelis.

This unique sailing experience is available with departures from St. Martin. Two routes are offered, each providing direct access to beaches and bays thanks to the ship's shallow draft:

Treasure Islands

Philipsburg/St Martin, Road Bay/Anguilla, White Bay/Jost Van Dyke, The Bight/Norman Island, Spanish Town/Virgin Gorda, Basseterre/St. Kitts, South Friar's Bay/St. Kitts, Gustavia/St Barts, Philipsburg/St Martin.

Leeward Islands

Philipsburg/St Martin, River Bay/Barbuda, Cabrits/Dominica, Terre-de-Haut/Les Saintes, Deshaies/Guadeloupe, Falmouth Harbour/Antigua, Gustavia/St Barts, Philipsburg/St Martin.

You may think you know the Caribbean, but these archipelagos will reveal a new side, immersing you in the nostalgia of luxury cruises and the charm of a bygone century. ■



Les Petits Carreaux



ATELIER - BOUTIQUE
Rue du roi Oscar, Gustavia
veronique.vandernoot@orange.fr
06 90 39 92 74
lespetitscarreauxsbh
LES PETITS CARREAUX

L'innovation



La Fibre Orange est disponible à Saint-Barthélemy. Avec les offres Livebox Fibre, passez au Wifi 6E et profitez d'une connexion plus rapide pour tous vos usages à la maison.

Livebox 6 et 7

jusqu'à
8 Gbit/s⁽¹⁾

Pour tout savoir sur la Fibre Orange, nous vous attendons à la boutique Orange de Saint-Jean.

Offres soumises à conditions aux Antilles Guyane avec engagement de 12 mois sous réserve d'éligibilité sur réseaux et équipements compatibles.

(1) Débit théorique jusqu'à 8 Gbit/s descendant et montant dans les zones suivantes : Petit Bourg, Baie-Mahault, Gosier, Schoelcher, Rémire Montjoly, Saint-Barthélemy, Fort-de-France, Cayenne et Kourou (réseau en cours de déploiement) ou jusqu'à 2 Gbit/s descendant et 800 Mbit/s montant dans les autres zones. Test d'éligibilité et plus d'infos sur la couverture sur orangecaraibe.com. Débit disponible pour l'offre Internet Livebox Ultra Fibre sous réserve d'éligibilité. Débits théoriques maximum disponibles sous réserve de l'utilisation des équipements compatibles (Livebox compatible, câble Ethernet, ordinateurs et carte réseau). En cas d'usage de votre accès Internet sur plusieurs équipements, les débits sont partagés.

12/24 © Orange – S.A au capital de 10 640 226 396 € - Siège Social : 111, quai du Président Roosevelt 92130 Issy-les-Moulineaux - 380 129 866 RCS Nanterre.



est là