N°101 Février 2015

LE PREMIER JOURNAL D'INFORMATION SUR LES PRIX ET LA CONSO

RENNES CONSO

DEPUIS 10 ANS, TOUS LES MOIS, **130 000 EXEMPLAIRES** SUR LE PAYS RENNAIS

Une enquête exclusive de RENNES CONSO

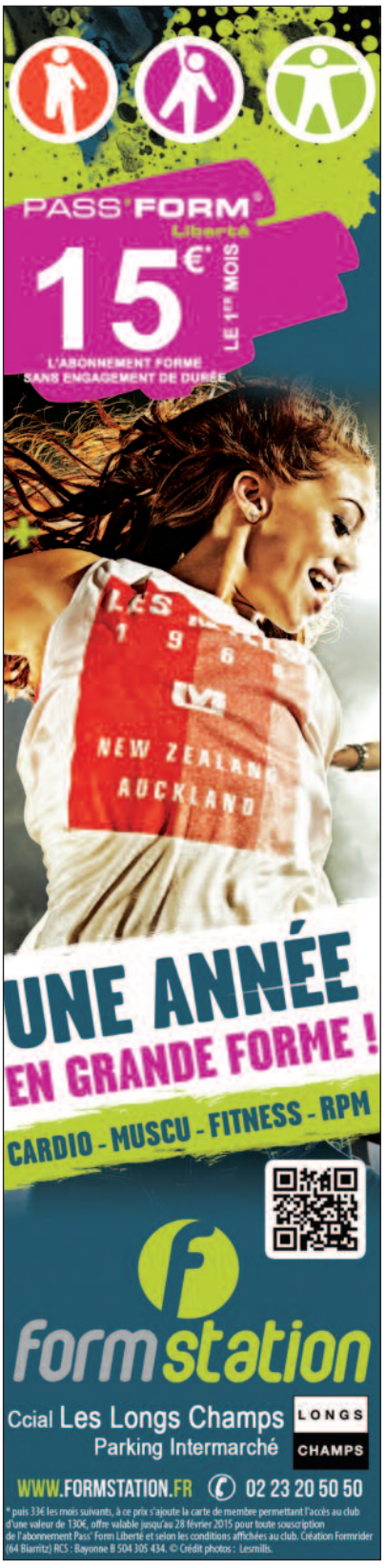
Marques des enseignes
Quelles sont les moins chères ?

Les marques des enseignes sont des incontournables dans les paniers des consommateurs : en moyenne tout près d'un article sur deux. Pour certaines catégories de produits (lire en page 2), c'est bien davantage encore : par exemple plus de 90 % des ventes sur les disques à démaquiller, les haricots verts en conserve, les jus de tomate, etc. A chaque fois, le même raisonnement pour le consommateur : pourquoi dépenser plus ?

Sur le panier de RENNES CONSO, **Casino fait jeu égal avec Leclerc pour les marques d'enseignes les moins chères.**

Economies de publicité et de coûts commerciaux

En moyenne, les marques d'enseignes sont en effet 20 % moins chères que les grandes signatures du rayon. Et ça s'explique... **Les produits Carrefour, Leclerc, U ou Casino par exemple ne supportent pas les mêmes coûts de publicité que les Danone, Président ou Coca-Cola.** Par ailleurs, en magasins, nul besoin de déployer une armée de représentants pour s'assurer de la bonne mise en avant des produits ! Les enseignes sont chez elles et "soignent" particulièrement bien leurs propres gammes, souvent en les implantant à hauteur des yeux des consommateurs (là où les ventes seront les plus importantes). Ces économies de publicité et de coûts commerciaux suffisent à créer la différence de prix avec les grandes marques, sans avoir à rogner sur la qualité. Les premiers prix mis à part (Eco + chez Leclerc, Top Budget chez Intermarché ou Tous les jours chez Casino par exemple), les marques de distributeurs n'ont en effet pas à rougir de leur qualité. Sous couvert d'anonymat, les fabricants de ces produits (parfois des grandes marques !) le reconnaissent aisément. "*Les enseignes sont*



PRIX : LECLERC ET GÉANT CASINO FONT JEU ÉGAL

Les enseignes les moins chères sur le panier de RENNES CONSO / Écarts de prix en % par rapport aux moins chers

COMMENT NOUS AVONS PROCÉDÉ ?

Le panier de RENNES CONSO est composé de 100 articles choisis parmi les catégories de produits les plus vendues sous marque d'enseignes : jambon supérieur, jus d'orange, haricots verts en conserve et surgelés, farine, emmental râpé, lait demi-écrémé, filtres à café, etc. Les prix ont été relevés sur les sites drive des enseignes le 16 janvier.

particulièrement exigentes pour leurs produits, explique l'un d'eux. *Elles définissent les cahiers des charges, jusque dans les moindres détails. C'est parfois le cas avec la provenance des épices qui rentrent dans la recette ! Ensuite, il est courant qu'elles viennent vérifier en usines si tout est bien respecté*". D'ailleurs, les dégustations mensuelles de *Que Choisir* ou *60 millions de consommateurs* démontrent plutôt que les marques d'enseignes rivalisent sans complexe avec les grandes marques. Voire qu'elles les surclassent parfois...

Le grand écart des prix

Côté prix, c'est le grand écart entre distributeurs selon l'enquête de RENNES CONSO. Deux enseignes dominent nettement le classement : Leclerc (marque Repère) et Casino. Un résultat qui est en ligne avec les études des magazines professionnels. Reste évidemment toujours la question de la qualité des produits. Si tous les articles comparés correspondent à des besoins identiques (voir ci-dessus "Comment nous avons procédé ?"), sont-ils systématiquement comparables ? De fait, non. Il y a parfois des différences dans les cahiers des charges. Certaines différences seront sensibles dans la qualité finale du produit, par exemple du lait entier ou demi-écrémé pour les yaourts. D'autres seront objectivement sans incidence gustative. Par exemple que le lait soit... de Normandie spécifiquement.

Olivier Dauvers

MARQUES D'ENSEIGNE : LES PRODUITS LES PLUS VENDUS (et les autres...)

Les TOPS : part des achats en marque d'enseigne

95 % Jus de tomates

Disques à démaquiller 94 %

92 % Jambon supérieur (avec couenne)

94 % Haricots verts très fins (en conserve)

Etonnant... Pour certains produits, les consommateurs sont des fans absolus des marques d'enseignes. Pour d'autres, ils les boudent ! Exemple avec le palmarès établi pour RENNES CONSO par la société d'études IRI. Le maquillage figure ainsi parmi les produits les moins achetés sous marques de distributeurs (5 %) alors que plus de 90 % des disques à démaquiller sont des marques d'enseigne. Explication : sur certains articles, la légitimité théorique des distributeurs est faible. C'est le cas sur les produits "techniques" ou "impliquants" où, dans l'esprit des clients, la marque sera toujours supérieure. A l'inverse, sur des produits jugés basiques (des cotons à démaquiller ou des haricots verts en conserve), les grandes marques ont des difficultés à justifier de vendre plus cher que les enseignes.

Les FLOPS : part des achats en marque d'enseigne

2 % Vieux whiskies

Maquillage 5 %

7 % Chewing-gums

Dentifrice 7 %

AquaSchool

Aqua-gym, Aqua-bike, Bébés nageurs, Leçons, Perfectionnement

Portes ouvertes

Dimanche 8 mars de 9h00 à 13h30

Essayez GRATUITEMENT le cours de votre choix* :

Sur inscription au 02 23 42 19 68

9h00-9h45 : Aquagym Dynamic
9h45-10h30 : AquaWork
10h30-11h15 : Aquagym Sénior
11h15-12h00 : AquaPalmes
12h15-12h45 : AquaBodyBike
12h45-13h15 : AquaBodyBike

AQUASCHOOL - 3 rue du bocage - 35520 La Chapelle des Fougeretz
Route du meuble derrière le magasin FLY
02 23 42 19 68 - www.aquaschool.fr

* Offre réservée à un essai par personne, dans la limite des places disponibles

DÉCRYPTAGE

LES COULISSES DES MARQUES D'ENSEIGNE

Elles sont familières des consommateurs ! Les marques des enseignes sont dans tous les placards ou réfrigérateurs ! Pour autant, elles ont encore bien des secrets pour les clients. RENNES CONSO lève un coin du voile...

Plus que centenaire

Les marques d'enseignes ont plus de 100 ans ! Leur trace remonte en effet à 1904... Geoffroy Guichard, un Stéphanois qui avait créé les supérettes Casino quelques années plus tôt, n'est pas satisfait de la qualité des chocolats de ses fournisseurs. Qu'à cela ne tienne, il met sur pied sa propre chocolaterie ! Et se met en quête d'une marque pour ses produits. Par simplicité et efficacité commerciale, il choisit "Casino". Et **le 7 avril 1904 (en témoigne le document que s'est procuré RENNES CONSO), Geoffroy Guichard dépose la marque Casino.** Pour le chocolat mais également pour divers produits d'épicerie : thé, café, confiture. 111 ans plus tard, la gamme Casino dépasse désormais les... 5 000 produits.

Des marques masquées

Pas facile pour une marque d'enseigne de se faire l'ambassadeur des produits régionaux ou de terroir. D'où la création de marques spécifiques, sans rapport apparent avec une enseigne. Ainsi, Reflets de France est une création de Carrefour, Nos Régions ont du Talent de Leclerc ou encore Patrimoine Gourmand de Cora.

Des bouteilles différentes mais (souvent) un seul fabricant

Sauf exception (c'est notamment le cas pour Intermarché), les distributeurs ne fabriquent pas leurs produits mais les sous-traitent à des industriels spécialisés. Parfois tellement spécialisés qu'ils sont les seuls ou presque... C'est le cas de L'Abeille à Cholet qui élabore la quasi-totalité des sodas des marques d'enseignes. Ce qui ne signifie pas néanmoins qu'il s'agisse d'un seul et même produit. Super U, par exemple, avait été le premier à mettre au point avec L'Abeille des sodas sans arômes artificiels.

Lait infantile : boudé !

Le lait maternisé est un produit dont la composition est très encadré par l'État, depuis le 19e siècle lorsqu'il s'agissait de lutter contre la mortalité infantile. Autant dire que les marques d'enseignes (ici un produit Leader Price) sont très sécurisées. Pour autant, bien peu de consommateurs osent. A tort...

REVUE DE PRESSE

Que valent les marques des enseignes ?

La presse consumériste nationale (*Que Choisir* et *60 millions de consommateurs*) teste tous les mois de nombreux produits parmi lesquels des grandes marques et leurs équivalents sous marque d'enseigne. Avec quel résultat... ? Plutôt flatteur pour les produits des hypermarchés et supermarchés. **Exemple avant les fêtes avec la dégustation de champagnes de *60 millions*. En haut du classement, tant pour les blancs que pour les rosés : Pol Carson, la marque de Leclerc !** Moins chère que les plus grandes signatures mais mieux notée ! Résultats similaires dans *Que Choisir* sur le saumon fumé avec un podium trusté par Casino, U et Leclerc. Plus tôt dans l'année, les lingettes pour bébé Cora et Carrefour Bio devançaient Pampers ! Encore plus frappant : le test de crèmes antirides de *Que Choisir* en juin 2014. Meilleur produit ? Lidl avec sa crème Cien, vendue 3 € le pot, qui devance des produits vendus jusqu'à 20 fois plus cher !

Pour autant, les marques d'enseigne ne raflent pas toujours la mise. L'été dernier, elles étaient même sévèrement jugées sur les glaces. Carrefour ne pointait en effet qu'en 7e position et Intermarché en 9e dans la dégustation de *Que Choisir*.

L'UNIVERS DES JARDINS SERVICES

Tonte, débroussaillage, Nettoyage, entretien massifs. Taille arbustes, fruitiers et haies.

Les Clefs du Jardin
Membre du réseau Les Clefs du Jardin

SI services à la personne

- Main d'œuvre qualifiée
- Acceptation des CESU pré-financés
- DEVIS GRATUIT
- Évacuation des déchets
- Déduction fiscale* : 50%

L'UNIVERS DES JARDINS SERVICES 15, rue Hélène Boucher, 35235 THORIGNÉ-FOUILLARD - **02 99 68 36 31**

---

256 rue de Nantes
Rennes-St Jacques de la lande
02 99 65 14 36
www.superu.rennessaintjacques.com

SUPER U
Rennes - St Jacques

ouvert du lundi au samedi
de 8h30 à 20 h

U DRIVE coursesu.com

La 1ère livraison à domicile **remboursée**
sur CoursesU.com/rennessaintjacques*

* offre valable du 2 au 28 février 2015
à partir de 150€ d'achat

CIDRE ARTISANAL U
Brut ou doux ou traditionnel
Le lot de 2 bouteilles (soit 1,5 L)
4,18 € Carte +40

CONFITURE EXTRA U
Fraise ou abricot
Le bocal (soit 750 g)
1,74 € Carte +15

PATE A TARTINER NUTELLA
Le pot de 1 kg
avant remise : 4,82 €
7,23 Les 2 produits
3,62 € Le produit

MIEL DE FLEURS LIQUIDE SQUEEZER U
Le flacon de 250 g
1,73 € Carte +15

Offres valables jusqu'au 07/02/2015

U location

DU 01 FÉVRIER AU 28 FÉVRIER

10% DE REMISE
sur la location d'un véhicule tourisme toute la semaine

Et profitez également de cette offre sur internet en tapant le code N1774
location-u.com/superu-rennessaintjacques

Visuel non contractuel. Offre valable sur tous les tourismes, pour une location effective entre le 01-02-2015 et le 28-02-2015, selon les horaires d'ouverture du magasin. Voir les conditions de location et la disponibilité des modèles à l'accueil du magasin ou sur le site location-u.com/superu-rennessaintjacques. Hors carburant. Assurance tous risques comprise.

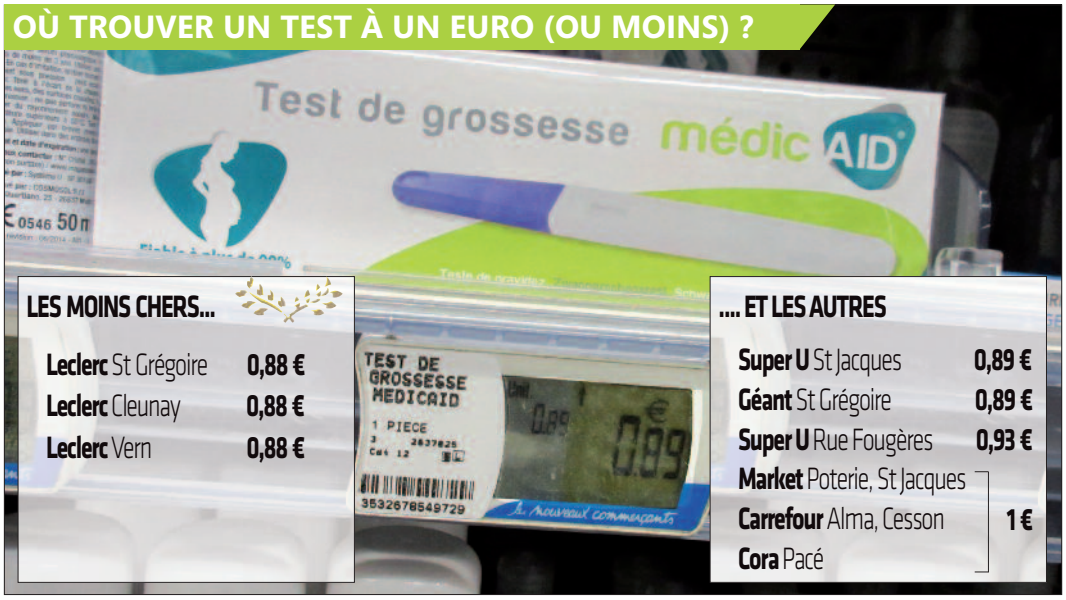
ZOOM PRIX

LES TESTS DE GROSSESSE À 1 EURO

Le moment est crucial : suis-je enceinte ou pas ? Plus besoin de se ruiner pour le savoir. Depuis l'an dernier, la loi autorise en effet la vente des tests de grossesse et d'ovulation en grandes surfaces. Une ouverture du marché qui profite sans aucun doute aux consommateurs.

D'abord parce qu'il est plus facile d'acheter son test « incognito » au supermarché que dans une pharmacie. Ensuite parce que **les prix ont littéralement chuté du fait de cette concurrence renforcée**. L'enquête réalisée par RENNES CONSO en atteste : il n'est pas rare de trouver des tests de grossesse à moins de un euro. 0,88 € pour les moins chers d'entre eux, en vente dans les magasins Leclerc de St Grégoire, Vern et Cleunay. Mais la fourchette de prix reste assez large, les magasins proposant souvent plusieurs références. Y compris la marque leader, Clearblue, étiquetée autour de 7 euros.

OÙ TROUVER UN TEST À UN EURO (OU MOINS) ?



LES MOINS CHERS...

Leclerc St Grégoire	**0,88 €**
Leclerc Cleunay	**0,88 €**
Leclerc Vern	**0,88 €**

.... ET LES AUTRES

Super U St Jacques	**0,89 €**
Géant St Grégoire	**0,89 €**
Super U Rue Fougères	**0,93 €**
Market Poterie, St Jacques	**1 €**
Carrefour Alma, Cesson	
Cora Pacé	

Et pour ceux qui auraient quelques réticences quant à la fiabilité, il est utile de préciser que les garanties sont les mêmes que les produits soient vendus 7, 10 voire 15 euros en pharmacies (d'ailleurs quelques officines proposent aussi des tests de grossesse à un euro !). Tous affichent un niveau de fiabilité de 99 %.

Reste à savoir où les trouver : au rayon des pansements, compresses et autres produits de parapharmacie.

Claire Berche

Exemples D'ARRIVAGES cette semaine...

surstock du fournisseur
RACLETTE VITRE
• Avec chiffon microfibre : 4€50

fins de collection
CHAUSSURES FEMME*
POINTURES 36 À 41
• Baskets : 7€99
• Bottines : 9€99
*Composition et coloris divers

surstock du fournisseur
ACCESSOIRES CONSOLES DE JEUX VIDÉOS*
• Stylo rétractable : 1€99
• Écouteurs + micro : 4€99
• Casque stéréo : 6€99
*Divers modèles et coloris

surstock du distributeur
SOINS POUR CHEVEUX DE MARQUE
• Mousse coiffante, 250 ml ou shampoing, 300 ml : 1€50
Soit 6€00 ou 5€00 le litre
• Laque spray fixant, 300 ml : 2€15
Soit 7€17 le litre
• Masque capillaire, 500 ml : 3€99
Soit 7€98 le litre

surstock du fournisseur
VAISSELLE JETABLE
• Assiettes ou verres, le set de 8 : à partir de 0€58
• Couverts, le set de 24 : 0€82
• Nappes : 0€97

surstock du fournisseur
LINGE DE MAISON
100% COTON
• Serviette invité, 45*75 cm : 1€50
• Tapis de bain, 60*90 cm : 3€99
• Drap de bain, 100*170 cm : 7€99

surstock du fournisseur
BIÈRES BRUNES* DE MARQUE
• Le pack de 24*33 cl : 5€99
Soit 0€76 le litre
*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

surstock du fournisseur
HOUSSE TABLETTE DE MARQUE
• En cuir : 12€99

surstock du fournisseur
PANIER POUR CHIEN
100% POLYESTER TISSÉ
à partir de 6€99

surstock de l'éditeur
LIVRES POUR ENFANTS
• "Apprends l'heure" ou "Apprends les chiffres" : 0€99
• "Dans le bain" ou "Au bac à sable" : 1€50
• "Baladin le cochon d'inde" : 1€99

surstock du fournisseur
GALETTE DE CHAISE
100% COTON
• 40*60 cm : 2€50

surstock du distributeur
ACCESSOIRES MAQUILLAGE DE MARQUE
• Brosse à sourcils ou éponge à fond de teint : 1€20
• Recourbe-cils : 1€50
• Pinceau poudre : 1€99
• Pince à épiler lumineuse : 2€50

CHAQUE SEMAINE DE NOUVEAUX ARRIVAGES

NOZ

CHANTEPIE - ZA des Logettes / RENNES - 10 rue de St Malo et 50 rue du Manoir de Sévigné

443 890 595 - Quantités limitées et non renouvelable

ENQUÊTE

BIEN CHOISIR UN ASPI-ROBOT

Faut-il investir dans un aspirateur robot ? Beaucoup se posent la question, cherchant à s'affranchir de la corvée du ménage en la déléguant à une machine qui aspire à leur place… Légitime ! **S'ils se font discrets et passent quasiment partout, les robots n'ont toutefois pas la même puissance d'aspiration que les versions traditionnelles, avec ou sans sac.** Mais le confort apporté est tellement appréciable que beaucoup de consommateurs qui ont déjà franchi le pas se disent satisfaits, quitte à être un peu moins regardants sur l'efficacité. Surtout s'ils ont opté pour les modèles premiers prix. Aujourd'hui, en effet, on peut s'offrir un robot pour moins de 100 euros. A ce prix-là, n'espérez que le service minimum car la puissance est généralement très faible. Pour atteindre un niveau d'efficacité acceptable, il faut débourser dans les 300 euros… et jusqu'à 600/700 euros pour les modèles les plus sophistiqués, dotés d'un système de géolocalisation pour « cartographier » la pièce, de capteurs plus précis, voire d'une caméra pour contourner les obstacles et plus de brosses pour passer plus près des bordures, etc. Dans tous les cas, ils sont une bonne aide ménagère du quotidien mais ne remplaceront jamais le bon vieux « grand ménage » du week-end auquel il semble difficile de couper.

Claire Berche

LES 5 POINTS CLÉS POUR CHOISIR

La puissance d'aspiration

La puissance est généralement comprise entre 30 et 40 W, moins pour les modèles premiers prix. Si cela convient pour le carrelage ou le parquet, il faut savoir que cela n'est pas vraiment suffisant pour nettoyer tapis et moquettes en profondeur.

Le niveau sonore

Avec leurs 60 à 70 db, ils ne sont pas moins bruyants qu'un aspirateur classique. Vous ne verrez donc pas de différence, sauf si vous programmez votre robot pour qu'il travaille en votre absence !

L'autonomie

L'autonomie varie de 1 à 2 h, soit entre 40 à 160 m². Choisissez un modèle capable de couvrir l'ensemble de la surface de votre logement en une seule charge.

La taille du réservoir

Les bacs ne sont pas d'une très grande capacité, de 0,3 à 0,5 l en moyenne. Si vous avez des animaux (et leurs poils !), mieux vaut choisir un grand réservoir.

Les murs virtuels

Le système permet de délimiter une zone de travail en mettant des barrières virtuelles que le robot ne pourra pas franchir. La plupart des modèles, même peu chers, sont dotés d'un mur virtuel mais certains permettent de combiner plusieurs murs.

RENNES CONSO
DEPUIS 9 ANS, TOUS LES MOIS, 130 000 EXEMPLAIRES SUR LE PAYS RENNAIS

UNE ENQUÊTE EXCLUSIVE DE RENNES CONSO

LE HIT-PARADE DES HYPERS ET SUPERS

Le moins cher sur le panier RENNES CONSO >

Leclerc Cleunay 1er
Centre commercial Cleunay

COMMENT NOUS FAISONS ?

* Le panier de RENNES CONSO est composé de 110 produits représentatifs de la consommation d'une famille : 100 références de très grandes marques (Danette, Nutella, Coca-Cola, etc.) et 10 produits basiques. Seuls les journalistes de RENNES CONSO ont connaissance de la liste de produits. Relevés effectués le 19/01

ÉCARTS DE PRIX par rapport à Leclerc Cleunay

2		**Leclerc Vern** Centre Commercial Val d'Orson	**+ 0,6** %
3		**Leclerc St Grégoire** Centre Commercial Leclerc	**+ 1,0** %
4		**Géant Saint Grégoire** Centre Cial Grand Quartier	**+ 2,0** %
5		**Carrefour Alma** Centre Commercial Alma	**+ 3,6** %
6		**Carrefour Cesson** Centre Cial La Rigourdière	**+ 3,8** %
7		**Intermarché Longchamps** Centre Cial Les Longchamps	**+ 5,3** %
8		**Intermarché Le Gast** Rue Alexandre Lefas	**+ 5,5** %
8		**Super U St Jacques** Rue de Nantes	**+ 5,5** %
10		**Super U Sarah Bernhardt** Bd de l'Yser	**+ 5,7** %
11		**Cora Pacé** Centre Commercial Opéra	**+ 6,6** %
12		**Intermarché Italie** Centre Commercial Italie	**+ 6,8** %
13		**Intermarché Chantepie** Place des Marelles	**+ 7,0** %
14		**Super U Fougères** Rue de Fougères	**+ 8,8** %
15		**Carrefour Market Poterie** La Poterie	**+ 8,9** %
16		**Carrefour Mkt St Jacques** La Morinais	**+ 9,4** %
17		**Carrefour Market 3 Soleils** Centre Commercial 3 soleils	**+ 10,3** %
18		**Carrefour Market Villejean** Centre Commercial Kennedy	**+ 10,8** %
19		**Carref Mkt Bg Levesque** Bourg Levesque	**+ 10,9** %
20		**Monoprix Colombia** Centre Commercial Colombia	**+ 21,6** %

Nouveau podium 100 % Leclerc pour ce Hit-Parade de RENNES CONSO. Avec, sur la première marche, Leclerc Cleunay, un habitué de la pole position ! Ce qui change ? C'est le premier challenger des Leclerc... Plusieurs mois durant, les deux hypers Carrefour ont joué ce rôle. A présent, c'est Géant Casino de St Grégoire, lequel se rapproche même du Leclerc St Grégoire, voisin de quelques centaines de mètres. Pour le reste, peu de changements par rapport aux mois précédents : Cora parvient à sauver sa place dans la première partie du classement tandis qu'aucun Carrefour Market ne réussit à s'y glisser.

Olivier Dauvers

happy

Lovers

14 FÉVRIER

RENNES
CTRE. CIAL. CLEUNAY
TÉL. : 02 99 85 19 33

SAINT-GREGOIRE
CTRE. CIAL. GRAND QUARTIER
TÉL. : 02 23 46 49 33

happy

GÉNÉRATEUR DE BONNE HUMEUR

COLLECTION DE FLEURS ET PLANTES
COMPOSITIONS TOUTES CÉRÉMONIES
LIVRAISON À DOMICILE

METTEZ DU HAPPY DANS VOS **RÉSEAUX SOCIAUX**

RCS PARIS B 403 507 810.

LES TESTS DE RENNES CONSO

J'AI TESTÉ... UN BRACELET CONNECTÉ

La mode est aux objets connectés et particulièrement aux bracelets ou montres. Portés tout au long de la journée au poignet, ils suivent tous nos faits et gestes, collectent des informations qu'ils transmettent ensuite à un smartphone. **Objectif : nous aider à surveiller et optimiser notre forme générale en se basant sur un suivi régulier de notre activité (exercices physiques, sommeil, alimentation, stress...)**. Restait jusqu'il y a peu l'écueil du prix : entre 100 et 200 € le bracelet. A présent, l'offre se démocratise et les premières références à des niveaux de prix plus acceptables arrivent sur le marché. Dont le Coach Forme Sommeil de Mercurochrome que RENNES CONSO a testé pendant 4 semaines.

Le bracelet connecté "low-cost" débarque ! Celui-ci, signé Mercurochrome, enregistre les mouvements quotidiens de celui qui le porte.

A quel prix ? 39,90 €.

Où ? En hypermarchés.

Comment ça fonctionne ?

« *Papa tu as combien de lumières sur ta montre ?* » Depuis que je porte à mon poignet le bracelet connecté de Mercurochrome, ma fille me pose régulièrement cette question. En appuyant sur le bouton central du bracelet en effet, un certain nombre de leds vertes s'éclairent, symbolisant mon niveau d'activité physique depuis mon réveil. **Plus il y a de leds éclairés, plus l'activité physique a été élevée.**

Relativement simple, la mise en service du bracelet consiste à télécharger l'application Mercurochrome Coach (sur App Store et Googe play), à synchroniser le bracelet et à saisir un certain nombre d'informations. Outre le sexe, l'âge, la taille et le poids, il est ainsi demandé de fixer un objectif en nombre de pas par jour et de préciser le temps de sommeil nécessaire par nuit. Pour ce qui est de l'objectif "forme", à noter que l'Organisation Mondiale pour la Santé (OMS) fixe à 10 000 pas quotidiens le niveau d'activité satisfaisant pour un adulte. Ce qui équivaut à 8 km, soit 1h30 à 2 h de marche par jour. Autant dire un bel objectif dans un contexte de vie sédentaire relativement classique.

Le bracelet mesure également l'activité nocturne. Comment ? En comptant le nombre de mouvements par tranche de 10 minutes. Le sommeil profond correspond effectivement à moins de 16 mouvements par 10 minutes, le sommeil léger se situe entre 16 et 30 mouvements et l'état d'éveil, au delà de 31 mouvements.

Fort de ces données, le bracelet Mercurochrome propose même une fonctionnalité de "réveil intelligent". Après avoir programmé une heure de réveil, l'application déclenche la sonnerie au moment le plus opportun, c'est à dire à la fin d'un cycle de sommeil et non pas en plein sommeil profond.

Coach indispensable ou gadget futile ?

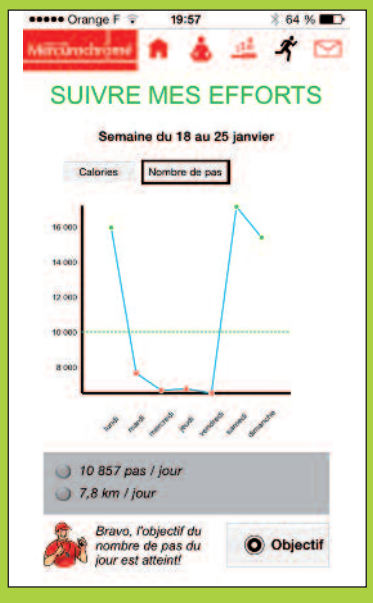
Après quelques semaines d'utilisation, quel bilan tirer de cet étrange bracelet ? Le bon point : il fait prendre conscience de l'activité physique (très) limitée au cours d'une journée normale de travail au bureau ! C'est même devenu un jeu de contrôler régulièrement le chemin à parcourir pour atteindre le seuil des 10 000 pas.

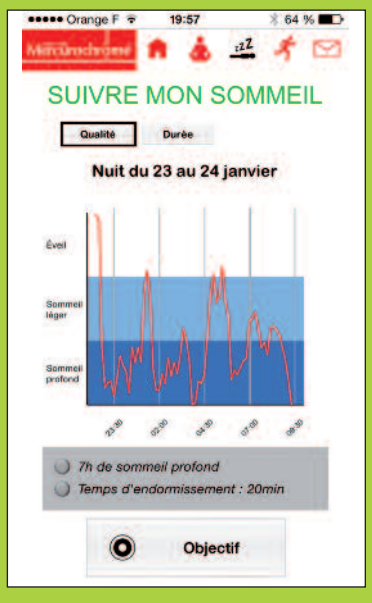
Les limites du bracelet sont rapidement apparues. Ainsi, après une journée sédentaire, le compteur de pas a rapidement dépassé l'objectif... suite à une séance... de guitare ! Rien d'étonnant : le capteur censé compter chacun de nos pas se trouve au poignet !

Une sortie en vélo n'est pas non plus enregistrée par le bracelet pour les mêmes raisons. Il est certes possible de signaler, via l'application, lorsqu'on effectue une activité sportive. Mais ça complique sensiblement le système qui devrait pourtant être simple, fluide, se faisant même oublier de l'utilisateur.

Quant à la fonction "réveil intelligent" censée me réveiller « en douceur » selon Mercurochrome, c'est raté... en raison d'une sonnerie criarde fort désagréable. Autant dire que Mercurochrome, l'expert de nos bobos, ne m'a pas encore rendu complètement baba devant son nouveau gadget connecté !

Jean-Philippe Gallet





Un suivi hi-tech de l'activité physique et du sommeil !

Grâce à la synchronisation entre le bracelet et le smartphone, il est possible de visualiser ses efforts de la journée et ses cycles de sommeil durant la nuit. Le bracelet permet par exemple de calculer le temps d'endormissement et même le temps de sommeil profond.

COMMENT RÉSISTER À DES OFFRES AUSSI ALLÉCHANTES ?

Véhicules neufs

Grand SCENIC DCI 130 BOSE 7 Places
Options PM, Visio System, Roue de secours

Tarif constructeur* 33 890 €TTC

Tarif ED AUTOMOBILES*
21 750 €TTC

Remise : 12 140 €TTC

* options comprises

Photos non contractuelles

RENAULT · CITROËN · PEUGEOT · DACIA · NISSAN · HYUNDAI

Distributeur multimarques depuis 1997

www.ed-auto.fr 02 99 04 38 23

ED AUTOMOBILES
2, rue Marie Curie
35690 Acigné

SOLDES

monsieur meuble

DERNIÈRES DÉMARQUES

PENSEZ-Y !

Route du Meuble - SA Conforland - Mélesse - La Chapelle des Fougeretz
02 99 13 13 26 - www.monsieur-meuble.com

Free Dom
SERVICES À DOMICILE

DEVIS GRATUIT

S! services à la personne

Ménage & Repassage
L'entretien régulier ou ponctuel de votre domicile

Garde d'enfants
La garde de vos enfants à domicile en toute quiétude

Gardiennage
La surveillance de votre domicile pour votre tranquilité

Aide à domicile
L'accompagnement personnalisé des personnes âgées ou dépendantes

Jardinage & Bricolage
L'entretien de votre jardin et votre maison par des professionnels

QUALICERT SGS
WWW.QUALICERT.FR

CHÈQUE EMPLOI SERVICE UNIVERSEL

123 rue de Fougères 35700 RENNES - 02 99 63 89 49 - www.free-dom.fr

PUBLI-REPORTAGE

Un lauréat haut en couleur !

Kerink a été doublement récompensé lors de la 1ère édition des Trophées du commerce organisée par l'Union du Commerce du Pays de Rennes.

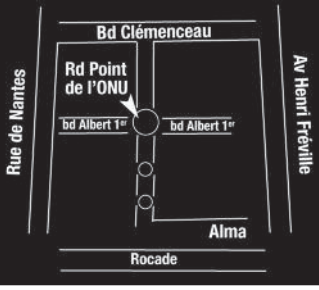
Le 4 décembre dernier, la toute 1ère édition des Trophées du Commerce a mis en lumière quatre commerçants lauréats parmi une sélection de seize candidats. Parmi ceux-ci, l'Union du Commerce du Pays de Rennes a récompensé à deux reprises la société KERink : lauréat dans la catégorie développement durable et prix spécial du jury. Une véritable consécration pour Yvan du Lavouër, entrepreneur à l'origine de cette entreprise spécialisée dans la recharge de cartouches d'encre pour imprimantes, fax et photocopieurs, compatibles toutes marques. Une activité de proximité puisqu'avec quatre boutiques implantées au Nord, au Sud, à l'Est et à l'Ouest de la ville, chaque Rennais se trouve potentiellement à deux pas d'une solution économique et écologique pour ses cartouches d'encre. Il est en effet possible d'économiser jusqu'à 60 % par rapport à l'achat de cartouches neuves. De plus, cela évite de devoir jeter les cartouches vides lesquelles sont fastidieuses à recycler. Fort d'une équipe de quatre salariés, KERink recharge chaque année quelque 29 000 cartouches d'encre noire et/ou couleur (jet d'encre et laser). Jusqu'à 1 300 références de cartouches distinctes peuvent être ainsi rechargées. Pour tous ses clients, particuliers ou professionnels, KERink dispose en permanence d'un stock de 13 000 cartouches déjà prêtes à l'emploi (ou plutôt au réemploi !). Toujours plus près de ses clients, KERink se propose également de livrer les cartouches rechargées à domicile ou au bureau gratuitement à partir de 49 ⇔d'achat. Une livraison oui, mais en triporteur ou en voiture électrique... Le développement durable est vraiment une seconde nature chez KERink. Le jury des Trophées du Commerce ne s'y est pas trompé !

OUVERTURE NON-STOP
du Lundi au Samedi 8h30/20h
le Dimanche 9h/12h30

Netto +=-
LE SUPERMARCHÉ HARD DISCOUNT

LA QUALITÉ AU QUOTIDIEN...

... AU MEILLEUR PRIX !



Le seul Netto sur RENNES
Square Sarah Bernhardt
02 99 50 84 69
LIGNE 3, arrêt Champs Manceaux

EXCLUSIF !

Recevez par mail et en avant-première le prix des carburants dans les stations rennaises. Service gratuit. Inscription par mail : rennesconso@wanadoo.fr

Géant Saint-Grégoire

SP 95	1,242
SP 98	1,284
Gasoil	1,082

Cora Pacé

SP 95-E10	1,214
SP 98	1,276
Gasoil	1,082

Super U St-Jacques

SP 95	1,255
SP 98	1,275
Gasoil	1,073

Total Access St Jacques

SP 95-E10	1,213
SP 98	1,285
Gasoil	1,074

Exclusif

L'Observatoire INFLATION

RENNES CONSO

	Évolution / Novemnre	Évolution / un an
GAZOLE	- 10 %	- 16 %
SP 95	- 10 %	- 15 %
SP 98	- 10 %	- 15 %
GPL	- 1,5 %	- 2,7 %

RENNES CONSO est édité par Editions Dauvers SARL, 21, rue de la Poterie 35200 Rennes
Tél : 02 99 50 18 90 courriel : rennesconso@wanadoo.fr

Directeur de la publication et **Rédacteur-en-chef :** Olivier Dauvers **Commercial :** Chris Chhoeum **Ont participé à ce numéro :** Jean Philippe Gallet, Claire Berche

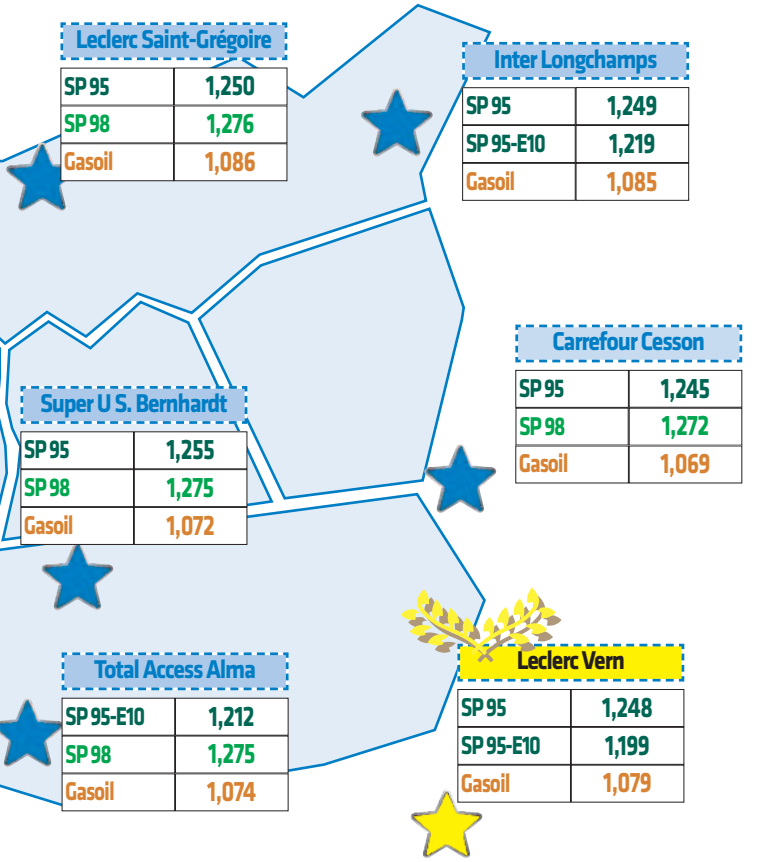
Retrouvez

RENNES CONSO
DEPUIS 10 ANS, TOUS LES MOIS 130 000 EXEMPLAIRES SUR LE PAYS RENNAIS

sur les réseaux sociaux

LES 10 STATIONS **LES MOINS CHÈRES**

[Prix relevés le 26 janvier 2015]



Leclerc Saint-Grégoire

SP 95	1,250
SP 98	1,276
Gasoil	1,086

Inter Longchamps

SP 95	1,249
SP 95-E10	1,219
Gasoil	1,085

Carrefour Cesson

SP 95	1,245
SP 98	1,272
Gasoil	1,069

Super U S. Bernhardt

SP 95	1,255
SP 98	1,275
Gasoil	1,072

Leclerc Vern

SP 95	1,248
SP 95-E10	1,199
Gasoil	1,079

Total Access Alma

SP 95-E10	1,212
SP 98	1,275
Gasoil	1,074

LE PRIX DU GPL

Les stations les moins chères

Prix/litre

LECLERC ST GRÉGOIRE	0,769 €
LECLERC CLEUNAY	0,769 €
CARREFOUR CESSON	0,769 €
TOTAL ACCESS VERN	0,773 €
GÉANT ST GRÉGOIRE	0,784 €
CORA PACÉ	0,799 €
TOTAL BEAUREGARD	0,799 €
AVIA LA POTERIE	0,820 €
AVIA RTE BRUZ	0,820 €
TOTAL ACCESS VERN	fermée

Prix relevés le 26 janvier

Rennes Conso

@Rennesconso

Ne restez plus dans le noir

Réparation ou modernisation (motorisation) de vos volets roulants sur la région rennaise. Devis gratuit.

Un volet roulant bloqué, un store récalcitrant, des lames cassées par la tempête ou, tout simplement, l'envie de transformer un volet à manivelle en volet motorisé ? Ayez le bon réflexe : appeler Repar'stores. Repar'stores est la 1ère entreprise nationale de réparation et de motorisation de volets roulants. Cette enseigne installée sur le bassin Rennais propose aux particuliers et aux professionnels la réparation des volets, la fourniture et la pose de volets roulants dans le cadre d'une rénovation, mais également la motorisation de volets existants. En effet, saviez-vous qu'il est possible de motoriser les volets "manuels" et dire enfin adieu à la corvée de la manivelle ? Renaud Batard, spécialiste de la réparation et de la modernisation de volets roulants, est le seul à intervenir rapidement et efficacement chez vous et sur toutes les plus grandes marques (Somfy, Simu, Enjoy, Came, Bubendorff, Profalux, Franciaflex, Lakal, etc.). "*Dans 90 % des cas, je peux réparer sur place immédiatement*, souligne Renaud Batard. *Je dispose de plus de 300 références dans mon véhicule spécialement équipé, et s'il faut commander, je suis livré en moins de 48 heures.*" Les clients profitent ainsi du réseau d'une grande marque. Repart'stores compte en effet 90 franchisés en France. Atouts supplémentaires : les devis sont gratuits, la prise de rendez-vous est immédiate et les installations et réparations sont garanties 3 ans pour le tablier et 5 ans pour les moteurs.

repar'stores
réparation et modernisation de volets roulants

Renaud BATARD
06 60 97 48 19
renaud.batard@reparstores.com
www.reparstores.com
N° Indigo 0 820 200 887
0,09 € TTC / MN

ÉDITO

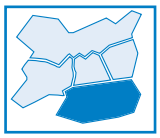
Olivier Dauvers
créateur de RENNES CONSO en 2004

En 2015, RENNES CONSO entame sa 11e année d'existence ! Un record pour un journal gratuit. Et l'occasion de remercier lecteurs et annonceurs dont la confiance fidèle ne se dément pas année après année.

A l'origine du succès de RENNES CONSO (et donc de notre stratégie pour les prochaines années !), **le choix d'un contenu éditorial 100 % local et 100 % quotidien**. La consommation est en effet un centre d'intérêt majeur aujourd'hui. A ceux qui en doutent (il en reste), souvenez-vous de la réouverture du Centre Alma fin 2013. Embouteillage à tous les étages ! C'est dire si les clients sont réceptifs dès lors que l'offre commerciale s'améliore, s'enrichit, etc. Mais, comme toujours, pas à n'importe quel prix... Et **c'est là l'originalité fondatrice de RENNES CONSO : comparer les prix pour vous.** A l'origine, quelques grincheux ont tenté de nous contester ce droit élémentaire à comparer les offres des commerçants. Il en fallait bien davantage... Au fil des ans, c'est notre indépendance qui a parfois été remise en cause, souvent de manière bien malhabile... Elle est totale. Et revendiquée au-delà même de l'imaginable.

Onze ans plus tard, RENNES CONSO a pris sa place dans le pays rennais. Tous les mois 130 000 exemplaires sont distribués de Rennes à Vezin, de Melesse à Vern ou de Thorigné Fouillard à Bruz. 130 000 exemplaires qui – c'est notre fierté ! – sont imprimés localement par une entreprise rennaise.

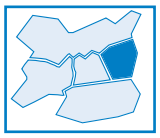
RENNES CONSO, rennais au service des Rennais !



Rennes Sud

Francisco-Ferrer, Poterie, Le Blosne, Sud Gare, Bréquigny Saint-Jacques et Chantepie

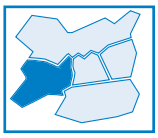
Station	SP95	SP95 E10	SP98	Gasoil
Leclerc Vern Val d'Orson	1,248 €	1,199 €	non dispo	1,079 €
Super U S. Bernhardt Bd de l'Yser	1,255 €	1,202 €	1,275 €	1,072 €
Total Access Alma C. Cial Alma	non dispo	1,212 €	1,275 €	1,074 €
Intermarché Chantepie Place des Marelles	1,259 €	non dispo	non dispo	1,089 €
Total Access Vern Croix Rouge	non dispo	1,216 €	1,292 €	1,079 €
Carrefour Mkt Poterie C. Cial La Poterie	1,259 €	1,242 €	non dispo	1,099 €
Avia Vern Croix Rouge	1,330 €	non dispo	1,350 €	1,150 €
Total La Poterie Rue de Chateaugiron	non dispo	1,294 €	1,374 €	1,172 €
Total Léon Bourgeois Bd Léon Bourgeois	non dispo	1,294 €	1,374 €	1,175 €
Elan Chantepie Les Loges	1,370 €	non dispo	1,390 €	1,210 €
Avia Poterie Rue de Chateaugiron	1,400 €	1,380 €	1,430 €	1,220 €



Rennes Est

Jeanne d'Arc, Longchamps, Atalante + Cesson

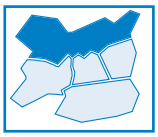
Station	SP95	SP95 E10	SP98	Gasoil
Carrefour Cesson La Rigourdière	1,245 €	non dispo	1,272 €	1,069 €
Inter Longschamps C. Cial Longschamps	1,249 €	1,219 €	non dispo	1,085 €
Total Access Beaulieu Av Général Leclerc	non dispo	1,225 €	1,279 €	1,072 €
Total Cesson Route de Paris	non dispo	1,344 €	1,424 €	1,179 €
Total Access Gayeulles Rte de Fougères	fermée	fermée	fermée	fermée



Rennes Ouest

Cleunay, Arsenal Redon, Bourg l'Evèque, La Touche, Moulin du Comte, Pacé

Station	SP95	SP95 E10	SP98	Gasoil
Super U St Jacques Rue de Nantes	1,255 €	1,202 €	1,275 €	1,073 €
Total Access St Jacques Rue de Nantes	non dispo	1,213 €	1,285 €	1,074 €
Cora Pacé C. Cial Opéra	non dispo	1,214 €	1,276 €	1,082 €
Leclerc Cleunay C. Cial Cleunay	non dispo	1,207 €	1,284 €	1,091 €
Total Access Vezin Route de Lorient	non dispo	1,214 €	1,287 €	1,085 €
C. Market St Jacques Route de Redon	non dispo	1,249 €	1,292 €	1,096 €
Esso Express Rte Lorient Rte de Lorient	non dispo	1,249 €	1,329 €	1,109 €
Esso Express Chartres La Providence	non dispo	1,253 €	1,353 €	1,113 €
Total Rte de Lorient Route de Lorient	non dispo	1,304 €	1,384 €	1,162 €
Avia Rte de Bruz La Providence	1,420 €	non dispo	1,450 €	1,250 €



Rennes Nord

Villejean, Beauregard, Nord Saint Martin, Maurepas, Patton + Saint Grégoire

Station	SP95	SP95 E10	SP98	Gasoil
Leclerc St Grégoire Etang au Diable	1,250 €	1,203 €	1,276 €	1,086 €
Géant St Grégoire C. Cial Grand Quartier	1,242 €	non dispo	1,284 €	1,082 €
Total Access rue St Brieuc Rue de St Brieuc	non dispo	1,214 €	1,282 €	1,083 €
Station Malo Route de St Malo	1,276 €	non dispo	1,300 €	1,115 €
Total Beauregard Bd Charles Tillon	non dispo	1,309 €	1,389 €	1,179 €

Bien-être

PUBLI-REPORTAGE

Une autre façon de prendre soin de soi

Le concept Cliniline est l'aboutissement de 20 années de recherche et développement menées par une équipe de kinésithérapeutes et de diététiciens dans le domaine de la forme, de la santé et du bien-être. Il s'adresse aux hommes et aux femmes et a déjà satisfait plus de 3 500 clients. Le profil morphologique de chacun est pris en compte afin de prodiguer les soins les plus adaptés qu'il s'agisse d'amincissement dans le cadre d'une surcharge pondérale, de troubles cellulitiques profonds ou superficiels, de la gestion du stress, de la relaxation ou encore d'un rééquilibrage alimentaire. Pour ce faire, Cliniline dispose d'un plateau technique de haut niveau : Cellu M6 Intégral (cellulite), Hydro-jet et Harmonial (stress et relaxation), électrothérapie spécifique de l'amincissement, renforcement musculaire en coaching individuel sur power-plate...

Outre un bilan gratuit, Cliniline offre 10 % de remise sur tout traitement jusqu'à fin février 2015

Cliniline CONCEPT
Remise en forme & Bien-être

Cliniline Concept
Maison des consultations
8 rue du Chêne Germain
35517 Cesson Sévigné
www.clinilineconcept.com
02 99 25 52 65

le manège à bijoux
E.Leclerc

du 11 au 14 février 2015

-20%

en bons d'achat (1)

sur l'ensemble des collections

OR 750e - JOAILLERIE - ARGENT
PLAQUÉ OR - MONTRES

OR 18 CARATS
DIAMANTS Qualité HSI

www.lemanegeabijoux.com

(1) Hors catalogues promotionnels et commandes personnalisées. Le bon d'achat est valable sur vos prochains achats réalisés dans votre hypermarché E.LECLERC Cleunay dès le lendemain de son obtention et jusqu'au 14/03/2015, hors livres, station-service et billetterie. En dehors de cette période, aucun bon d'achat ne sera accepté en caisse. Le bon d'achat est utilisable en une seule fois et ne peut être cédé à titre onéreux, ni donné lieu à un remboursement même partiel.

SAINT VALENTIN

UNE HEURE POUR SOI
L'INSTITUT PARFUMERIE

du 4 au 14 février 2015

-20%

dès 55 € d'achat (2)
en parfumerie

www.uneheurepoursoi.com

(2) Remise immédiate en caisse. Voir conditions en magasin, hors carte de fidélité, institut de beauté. Ne peut être remboursée en espèces, en totalité ou en partie.

CHEZ E.LECLERC CLEUNAY VOUS SAVEZ QUE VOUS ACHETEZ MOINS CHER

centre commercial CLEUNAY

Rue Jules Vallès - RENNES - 02 23 40 23 23
Rocade Ouest sortie 9 - Bus n°9
www.e-leclerc.com/magasin/cleunay