

RENNES CONSO

TOUS LES MOIS, DEPUIS 12 ANS, SUR LE PAYS RENNAIS

Une enquête exclusive de **RENNES CONSO**

Lisez les étiquettes vous allez être **sacrément surpris !**

Il suffit d'observer les clients en magasin pour s'en convaincre. **Malgré ce qu'ils en disent, bien peu de consommateurs lisent vraiment les étiquettes.** Et pourtant, qu'il est instructif de retourner les paquets, les bouteilles ou les sachets pour lire la composition des produits que l'on achète. Surprises au rendez-vous, ainsi que l'a constaté **RENNES CONSO**...

20 ingrédients dans le cube de bouillon de vos pâtes !

Prenez par exemple un "bouillon cube", ce petit carré de saveur que vous plongez dans l'eau de vos pâtes. **En tout, une vingtaine d'ingrédients, dont la moitié vous sont probablement inconnus :** extrait de protéine de soja, glutamate monosodique, riboflavine (une vitamine utilisée comme colorant), etc. Et si vous avez choisi le bouillon dans sa version volaille, vous serez surpris : la viande de volaille n'intervient que pour 1 % de la composition. Bien peu.

Ce petit cube de bouillon n'est qu'un exemple parmi tant d'autres. En retour-



nant une boîte de cassoulet (surtout les produits les moins chers), **vous découvrirez la présence de "viande séparée mécaniquement"**. Là, il s'agit de viande que des automates grattent sur les os. Car, dès lors qu'il s'agit de faire baisser les prix (et la responsabilité du consommateur est engagé puisqu'il achète ces produits !),

tout est bon pour utiliser les ingrédients les moins chers. Et, naturellement, la viande séparée mécaniquement (avec les petits morceaux de cartilages qui peuvent aller avec...) sera toujours moins chère que les morceaux les plus nobles ! **RENNES CONSO** vous emmène en coulisses...

C. Davant et O. Dauvers



HITBOX

LE NOUVEL ESPACE
D'ENTRAÎNEMENT PERSONNALISÉ

PASS'FORM[®]
Liberté

[29€]
PAR MOIS

* PRIX SPÉCIAL ÉTUDIANTS



LONGS
CHAMPS

Parking Intermarché

Ccial Les Longs Champs

02 23 20 50 50

WWW.FORMSTATION.FR

IMAGE - SON - ELECTROMENAGER - CUISINES

MULTIMEDIA

privadis
le privilège des prix

CUISINE

ELECTROMENAGER

Garantie
3 ans*



Lave-linge SAMSUNG ref WW70K5413WW

434€*
TTC
Eco-taxe
incluse

prix compressés
sur les marques !

7 kg - 1400 trs/min
Label énergie : A+++(-30%)
AddWash EcoBubble
Moteur à induction

découvrir nos bons plans et
**Commander
en ligne :**

* pièces / main d'oeuvre et déplacement sur le gros électroménager

* Tarifs dans la limite des stocks disponibles

● LA CHAPELLE DES FOUGERETZ - 58 rue de St Malo (Route du meuble) 02 99 66 42 05

● CESSON-SEVIGNE - ZI SUD-EST 31 A rue des Landelles 02 99 26 96 54

www.privadis.fr



C'EST QUOI CES « CARRAGHÉNANES » DANS MON YAOURT 0 % ?

C'est quoi ?

Issus d'une algue rouge, les carraghénanes sont un additif assez courant, généralement utilisés dans les desserts, les confiseries ou les plats préparés. Ils peuvent aussi se cacher sous le code E407. Il s'agit d'un épaississant qui apporte de la texture à un produit qui serait trop liquide autrement.

Pourquoi il y en a ?

Les yaourts « allégés » sont finalement des aliments assez artificiels, loin de la tendance actuelle pour le sain et le naturel. En effet, **pour compenser l'onctuosité de la matière grasse, les fabricants rajoutent dans leurs recettes des épaississants et des émulsifiants** : des carraghénanes, donc, mais aussi des "gommes" pour donner de la tenue au yaourt, voire de la... gélatine pour une texture plus ferme !



Concernant les carraghénanes, des doutes subsistent quand à leur innocuité sur la santé. Certains experts estiment que cet additif pourrait causer certaines maladies intestinales. Les gommes, elles, ne présentent pas de risques connus à ce jour. Pour autant, il existe des yaourts 0 % sans épaississant... facile à reconnaître puisque la liste des ingrédients se résume alors, pour la version nature, à du lait et des ferments ! Taillefine nature fait partie de ceux-là.

TROPICAL... À LA POMME



La pomme serait-elle devenue un fruit... tropical au même titre par exemple que la mangue ou encore l'ananas ? Un coup d'œil aux compositions des boissons aux fruits pourrait le laisser penser. Dans cette bouteille, il n'y a ainsi que 1 % d'ananas et 0,1 % de mangue et de fruit de la passion mais... 4,4 % de pomme. Deux explications : d'abord la pomme a un goût plus neutre et adoucit les jus de fruits exotiques ; ensuite elle est nettement moins chère. La pomme aide donc à baisser le prix de la bouteille !



DE LA CAROTTE DANS MON RIZ AU LAIT, J'HALLUCINE !

C'est quoi ?

Les consommateurs aiment bien un riz au lait bien jaune... Qu'à cela ne tienne. **Un soupçon de colorant alimentaire et le tour est joué.** Ici, il s'agit donc d'un colorant utilisé sous forme de concentré pour apporter au riz au lait la couleur désirée.

Pourquoi il y en a ?

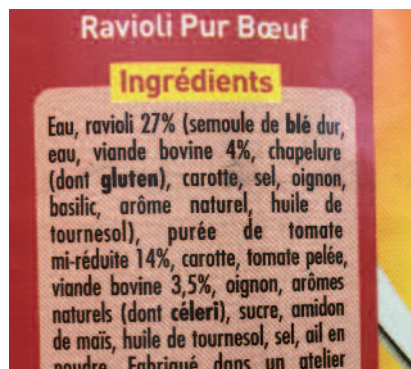
Même si certaines marques sont très engagées pour « nettoyer » leurs produits, il n'est pas rare d'être surpris à la lecture de la liste des ingrédients... Comme ici avec ce riz au lait de la marque U. Du lait, du sucre, du riz... tout commence bien. **Puis arrive le concentré de carotte et de potiron. Hic ! Certes un colorant « naturel »... mais un additif quand-même dont on aimerait bien se passer.** Et Super U n'est évidemment pas le seul à colorer son riz au lait. On peut trouver de la curcumine ou du rocou, parfois même masqués sous leur nom de code E...

DE L'AGNEAU MAIS PAS TROP...



Envie de faire plaisir à votre chien avec une recette premium ? Cesar (entre autres marques) est là pour ça avec ses barquettes "gourmandes". Mais ne regardez pas la composition, vous pourriez être déçu... Aussi élaborées soit-elles, les recettes proposées ne contiennent généralement que très peu de l'ingrédient mis en

avant. Ainsi, dans cette terrine "à l'agneau et aux petits pois", il n'y aura véritablement que 4 % d'agneau. Pour le reste de la viande présente, c'est moins glamour : "viandes et sous produits animaux". En clair, des déchets d'abattoir. Rien d'illégal pour autant. Même étonnement pour les petits pois : 4 % seulement.



DU BŒUF MAIS PAS TROP (NON PLUS !)

Il en va des hommes comme des animaux... Les produits qui leur sont destinés sont parfois un brin "trompeurs" tout en étant parfaitement légaux. C'est le cas des raviolis où la sémantique a toute son importance. Prenez ce ravioli "pur bœuf". La recette indique certes du bœuf mais en quantité finalement très modeste :

4 % dans la farce du ravioli et 3,5 % dans la sauce. Soit un total de 7,5 %, le minimum légal pour utiliser la mention "pur bœuf". En dessous (et avec un minimum de 4 %), c'est un ravioli "à la tomate". Et pour un ravioli "à la bolognaise", c'est 15 %. Pour un plat vraiment équilibré, préférez donc une recette à la bolognaise.

LES PLUS BELLES MARQUES

VÊTEMENTS
CHAUSSURES

À PRI  CASSÉS

CRAZY 
FACTORY

**NOUVEL
ARRIVAGE
COLLECTION ÉTÉ**

jusqu'à
-70%



VENTE FLASH

"Chaussures et sneakers de marques"

à partir du 5 avril

26 rue St-Louis
à Rennes



CRAZY 
FACTORY



Ouvert du lundi au samedi
6 rue du Moulin à Chantepie
près de décathlon

Vêtements, chaussures
& accessoires de marques



R
ROGER
PRADIER

**PROMOTION
LUMINAIRES
EXTÉRIEURS**

jusqu'au
15 mai

Soléa 
lumières & décoration

RENNES (République)
4, rue de la Chalotais • 02 99 79 25 06

CHANTEPIE
Parc Rocade Sud • 02 99 41 55 32

www.espaceluminaire.fr



DE LA PIZZA SANS FROMAGE (OU PRESQUE)

Le nom du produit est déjà surprenant... Voici donc une pizza margherita "à la préparation alimentaire au fromage". Comme toujours, tout est parfaitement réglementaire. Mais dès lors qu'il s'agit de produits premiers prix (ce qui est le cas ici avec environ 1,5 € les trois pizzas), tout est bon pour baisser le coût de revient ! Exemple ici...

Dans la recette donc : 5 % de préparation alimentaire au fromage. Dans ces 5 %, seulement 41 % sont réellement du "fromage". Le reste est en effet composé d'eau, d'huile, d'amidon de pomme de terre et de protéines de lait. En clair, il n'y a dans cette recette qu'à peine 2 % de fromage ! Ce à quoi se rajoutent (heureusement...) 2 % de mozzarella.

A l'inverse, dans une pizza classique (régina ou royale) par exemple, il y a généralement 6 à 8 % de fromage. Et dans une trois ou quatre fromages de 20 à 30 %. Mais elles sont aussi en moyenne... trois fois plus chères. La morale ? Avec les produits premiers prix, le client en a toujours pour son argent.

C'est quoi ?

Peu connu des consommateurs, la **lécithine de soja est parmi les ingrédients les plus utilisés par les industriels**. C'est un sous-produit de l'huile de soja utilisé pour ses propriétés émulsifiantes ou stabilisantes. Elle empêche par exemple l'eau et les matières grasses de se dissocier dans un produit.

Pourquoi il y en a ?

Depuis 2003, la communauté européenne autorise l'utilisation d'autres matières grasses que le beurre de cacao pour fabriquer du chocolat et, ce, jusqu'à 5 % du produit fini. **Pour baisser les coûts de production, les fabricants ont donc recours à des ingrédients moins onéreux tels que l'huile de palme, le karité ou, le plus souvent, la lécithine de soja.**

A l'exception des chocolats biologiques, cette lécithine de soja peut évidemment provenir de soja OGM. Raison de plus pour étudier les étiquettes avant d'engloutir une tablette... à la

POURQUOI Y-A-T-IL DU SOJA DANS MA TABLETTE DE CHOCOLAT ?



nuance près que la loi n'exige pas des industriels qu'ils mentionnent la présence de lécithine si la quantité n'excède pas 1 % du poids total du produit.

LES ÉTIQUETTES OU L'ART D'ENJOLIVER LA RÉALITÉ

Pour nous allécher et vanter les qualités de leurs produits, les marques font preuve d'une créativité débordante. Mais **derrière les belles promesses se cache parfois une réalité moins réjouissante**. Comme ici avec cette sauce bolognaise... "extra-riche" dont l'étiquette arbore un beau blason doré et étoilé indiquant « + 30 % de viande ». Certains clients auront forcément compris qu'il y a plus de 30 % de viande dans la sauce. Raté ! La

marque a pris le soin de rajouter un petit astérisque indiquant qu'il s'agit en réalité de 30 % de viande supplémentaires par rapport aux autres recettes bolognaises de la gamme... Nuance ! Pour finir donc, la liste des ingrédients annonce 22,75 % de viande. Deuxième surprise : la nature de celle-ci. Seulement 16,3 % de bœuf et le reste... de porc. Bizarre, il n'y a qu'une belle pièce de bœuf en photo sur l'étiquette.



IMPÔT, PRELEVEMENT A LA SOURCE

Investir pour payer moins d'impôt

A partir du 1er janvier 2018, notre impôt sur le revenu sera prélevé directement à la source. Le prélèvement à la source s'appliquera aux revenus salariaux, aux pensions, aux revenus des travailleurs indépendants ainsi qu'aux revenus fonciers. Ces derniers mois, on a beaucoup entendu parlé du mode de prélèvement, mais beaucoup moins du maintien des réductions d'impôts... **Retour sur une mesure qui va impacter le quotidien de chacun.**

Les impôts que vous payez en 2017 correspondent aux revenus que vous avez touchés en 2016. Le prélèvement à la source a pour objectif affiché de gommer ce décalage et d'octroyer une certaine immédiateté dans le prélèvement de l'impôt sur le revenu. En 2018, vous paierez donc des impôts sur vos revenus de 2018 mais que devient l'impôt sur les revenus de 2017 ? Pour faire simple il est annulé (sauf concernant les revenus dits exceptionnels), évitant ainsi que les contribuables aient à payer 2 impôts la même année. C'est ce qu'on appelle l'année blanche.

DANS CE CONTEXTE D'ANNÉE BLANCHE, EST-IL POSSIBLE DE RÉDUIRE SA FACTURE FISCALE ?

La réponse est OUI, même si tous les dispositifs ne seront pas logés à la même enseigne : le versement sur un plan épargne retraite (PERP) en 2017, par exemple, ne produira aucun impact sur vos impôts car il s'agit d'une déduction du revenu global. En revanche un investissement dans l'immobilier neuf dans le cadre de la loi Pinel, permettant d'obtenir une réduction d'impôt, portera lui tous ses fruits et, cela, même en 2017.

La loi Pinel permet donc toujours de réduire sa note fiscale mais pas seulement ! En effet en investissant dans l'immobilier vous préparez votre retraite : les loyers perçus constituant un complément de revenu à terme. De plus le contexte est favorable à l'immobilier avec

La loi PINEL

Il s'agit d'un dispositif de défiscalisation mis en place par l'Etat pour inciter les particuliers à investir dans l'immobilier locatif. La loi Pinel permet, sous conditions, d'obtenir une réduction d'impôt de 6 000 € maximum par an les 9 premières années de votre investissement et 3 000 € pour les 3 années suivantes. La loi PINEL est applicable jusqu'au 31 décembre 2017. Un investissement PINEL est plafonné à 300 000 euros/an répartis dans maximum deux logements. Renseignez-vous !

un marché locatif dynamique et des conditions de financement attractives dans une conjoncture de taux bas. Ce dispositif est souvent perçu comme n'étant financièrement pas à la portée de tous, revenons donc sur quelques points clefs du dispositif.

UN INVESTISSEMENT ACCESSIBLE

Traditionnellement les investisseurs se tournent vers les promoteurs ou leur conseiller en gestion de patrimoine pour faire l'acquisition d'un appartement ou d'une maison. La rareté des fonciers a conduit à voir, sur la région rennaise, une envolée du prix des logements de 34 % en l'espace de 13 ans*. C'est ainsi que l'on constate un prix moyen de 3 500 €/m² pour un appartement à Rennes. Il faut donc investir en moyenne 160 000 € pour acheter un type 2 neuf à Rennes avec un rendement locatif brut attendu de l'ordre de 3,5 %.

Face à ce constat **BATI-Patrimoine** a créé une offre alternative à l'offre promoteur pour redonner tout son sens à un investissement locatif. En effet nous accompagnons nos clients en leur trouvant un terrain sur l'agglomération rennaise ou celle de St-Malo afin de construire une maison en direct avec nos

partenaires artisans. L'objectif est de revenir dans des coûts de projet oscillant entre 2 000 € et 2 500 €/m² en intégrant le coût du terrain. En payant moins cher votre bien immobilier, naturellement vous bénéficiez d'un rendement plus attractif oscillant entre 4 et 5 % de rendement brut (hors avantage fiscal en sus). Au final l'investisseur est le vrai bénéficiaire de cette opération d'investissement.

En réalisant un effort de trésorerie de l'ordre de 250 € par mois qui correspond à la différence entre le loyer perçu et le remboursement d'un crédit immobilier sur 20 ans, vous pouvez accéder à un investissement en maison.

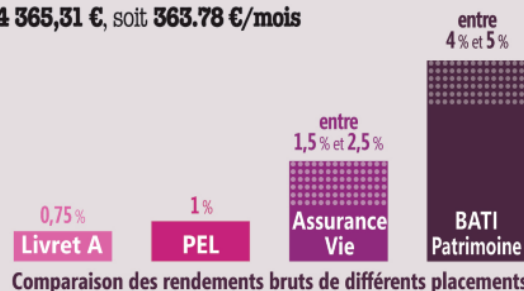
Vous bénéficierez en plus d'une réduction d'impôt correspondant à 2 % du montant de l'investissement soit par exemple 4 400€ par an les 9 premières années pour un prix de revient de 220 000 €, soit 366 € par mois.

Créer son patrimoine, diminuer ses impôts, préparer sa retraite c'est le tiercé gagnant que vous propose BATI-Patrimoine.

Exemple d'investissement pour un de nos clients**

 Une maison 4 chambres de 112,89 m² sur un terrain de 280m²

- Coût du projet : terrain 46 800 € + maison 171 465,51 € = **218 265,51 €** (soit **1 933,44 €/m²**)
- Prêt sur 20 ans à 1,55 % : **1 058,26 €/mois**
- Assurance : 2,20 € par tranche de 10 000 € emprunté, soit **48,02 €/mois**
- Montant total de l'échéance : **1106,28 €/mois**
- Loyer : **930 €**
- Rendement brut : **5,11 %**
- Effort de trésorerie hors avantage fiscal : **176,28 €**
- Réduction d'impôt sur les 9 premières années : **4 365,31 €, soit 363,78 €/mois**



BATI
PATRIMOINE

Alphasis • Espace Performance 1 • Bâtiment C1 C2
35760 SAINT-GREGOIRE • 07 85 39 59 96 • contact@bati-patrimoine.fr

UNE ENQUÊTE EXCLUSIVE DE RENNES CONSO

LE HIT-PARADE DES DRIVES

Le moins cher sur tous les produits comparables >

Leclerc Drive Saint Grégoire **1^{er}**

www.leclercdrive.fr

ZI Nord

(7 013 produits proposés)

COMMENT NOUS FAISONS ?

Cette enquête est réalisée en comparant la totalité des produits strictement identiques d'un site à l'autre, soit plusieurs milliers de références (Source : étude Drive Insights). Ce comparatif ne se base que sur les prix des produits affichés sur les sites. Il ne prend pas en compte d'éventuels frais de préparation et/ou de livraison. **Ramené aux dépenses annuelles d'une famille de 4 personnes, 1 % d'écart représente 50 € d'économies.** Prix relevés le 1^{er} mars 2017.



ÉCARTS DE PRIX par rapport à Leclerc Drive Saint-Grégoire (nombre de produits proposés sur le site)

2	E.Leclerc Drive Leclerc Noyal-sur-Vilaine (8 636 prod.)	+0,4 %	12	courses U.com Hyper U Châteaugiron (21 316 prod.)	+5,0 %	22	leDRIVE Inter-marché Intermarché Le Gast (10 189 prod.)	+9,3 %
3	E.Leclerc Drive Leclerc Cleunay (8 463 prod.)	+0,9 %	13	courses U.com Super U L'Hermitage (14 882 prod.)	+5,7 %	23	courses U.com Super U Bruz (15 245 prod.)	+9,7 %
3	E.Leclerc Drive Cesson-Sévigné (8 459 prod.)	+0,9 %	14	coradrive.fr Cora Pacé (34 977 prod.)	+5,8 %	24	courses U.com Super U rue de Fougères (13 023 prod.)	+10,1 %
5	E.Leclerc Drive Bruz Ker Lann (7 679 prod.)	+1,0 %	15	leDRIVE Inter-marché Intermarché Domloup (9 596 prod.)	+6,0 %	25	Carrefour drive C. Market Chartres de B. (10 506 prod.)	+10,6 %
6	E.Leclerc Drive Leclerc Vern Val d'Orson (8 203 prod.)	+2,8 %	16	courses U.com Super U Sarah Bernhardt (18 865 prod.)	+6,3 %	26	leDRIVE Inter-marché Intermarché Italie (13 453 prod.)	+11,6 %
6	E.Leclerc Drive Leclerc Noyal-Châtillon (8 203 prod.)	+2,8 %	16	courses U.com Super U Saint-Jacques (15 156 prod.)	+6,3 %	27	chronodrive Cesson Autopôle (13 220 prod.)	+12,0 %
8	Casino drive Géant Casino Saint-Grégoire (10 595 prod.)	+2,9 %	18	courses U.com Super U Noyal Chatillon (17 271 prod.)	+6,4 %	28	chronodrive Rennes Gros-Malhon (13 158 prod.)	+12,1 %
9	Carrefour drive Carrefour Cesson-Sévigné (14 212 prod.)	+3,0 %	19	courses U.com Super U Melesse (21 326 prod.)	+6,8 %	29	courses U.com U Express rue de Brest (12 828 prod.)	+15,8 %
10	Carrefour drive Alma (14 723 prod.)	+3,8 %	19	leDRIVE Inter-marché Intermarché Longschamps (15 480 prod.)	+6,8 %	30	Casino drive Casino Le Rheu (6 221 prod.)	+23,1 %
11	courses U.com Super U Mordelles (23 078 prod.)	+4,1 %	21	leDRIVE Inter-marché Intermarché Bruz (15 833 prod.)	+7,0 %	31	MONOPRIX Rennes Colombia (13 294 prod.)	+26,2 %

Incontestable victoire de Leclerc dans le Hit-Parade des drives. L'enseigne trône les sept premières places (non compris d'ailleurs le drive de La Mézière Cap Malo

qui propose les mêmes prix que celui de Saint-Grégoire). Seuls Géant et Carrefour Cesson-Sévigné parviennent vraiment à rivaliser avec, au passage, un choix plus

important que Leclerc. Côté choix, un seul vainqueur : Cora. L'hyper de Pacé propose pas moins de 35 000 produits sur son drive. Quatre fois plus que Leclerc ! **O. Dauvers**



L'UNIVERS DES JARDINS
conception & entretien

“ La pièce en plus
de votre maison ”



Venez
visiter notre
SHOWROOM
de 450 m²

PORTES OUVERTES

21, 22 et 23 Avril 2017 de 9h à 18h



Nouveaux végétaux

Sols perméables

Revêtements carrossables

Clôtures aluminium

Terrasses bois

Nouveaux matériaux

Pergola bioclimatique

Bassins

Fontaines

Entretien rotolaveuse



De la conception 3D
à la réalisation,
un interlocuteur unique,
une étude sur mesure.

Retrouvez-nous :



Membre du réseau Alliance Paysage 

ZA de Bellevue, 15 rue Hélène Boucher
35235 Thorigné Fouillard

secretariat@universdesjardins.fr

02 99 68 36 31

universdesjardins.com

Création d'aménagement paysager • plantation • maçonnerie • menuiserie paysagère • terrasse • clôture • accès de garage...

RENNES CONSO A TESTÉ LA CUISINE DES "COMMIS"

Vous aimez cuisiner mais vous manquez de temps et (parfois) d'imagination ? Les Commis sont là pour vous et vous livrent toutes les semaines avec les menus, les ingrédients nécessaires et le livret explicatif pour réaliser des recettes de chef !



**L'AVIS DE
RENNES CONSO**

Un peu cher pour une utilisation régulière via l'abonnement. Mais parfait pour une occasion spéciale.

www.lescommis.com

C'EST QUOI ?

Ils tiennent leur nom de ceux qui œuvrent (et aident) en cuisine : Les Commis. Derrière le nom, il y a en fait un site internet qui propose de vous simplifier la vie en cuisine en livrant tous les ingrédients nécessaires à la réalisation de plats, à l'exception du sel et du poivre ! Des ingrédients déjà dosés (au gramme près lorsqu'il s'agit de compléments d'assaisonnement par exemple) et accompagnés d'un livret explicatif pour mettre en œuvre la recette. Le tout arrive (de Paris) dans un colis réfrigéré, ce qui impose de le récupérer en mains propres.

LES MENUS PROPOSÉS

A l'origine, Les Commis ne proposaient que des plats "gastronomiques" à choisir parmi une liste

de 4 entrées, 4 plats principaux et 4 desserts. Désormais, Les Commis proposent également un "panier semaine" qui comprend 3 plats pour 2 personnes. Il y a systématiquement un plat à base de viande, un autre à partir de poisson ainsi qu'une recette végétarienne. Par exemple lors du test de RENNES CONSO : udon de bœuf, coriandre et daikon ; dos de cabillaud et crémeux de brocolis, noisette et pomelo ; riz sauvage, avocat et chou rouge.

LES PRIX

Les prix sont en rapport avec le niveau de cuisine : élevés ! Pour les plats "gastronomiques", comptez 20 € par personne pour une formule complète entrée/plat/dessert. Pour le

panier semaine (soit l'équivalent de 6 repas mais sans entrée ni dessert), il vous en coûtera au total 58 €. Sachant que l'abonnement des Commis est de vous livrer un panier par semaine (sous forme d'abonnement donc), la note est vite salée : plus de 200 € par mois ! Naturellement, vous avez la possibilité de suspendre (ou de reprendre) votre abonnement à tout moment.

EN CUISINE...

Rien à dire, Les Commis sont sans conteste de vrais pros. Les recettes sont ambitieuses (un brin alambiquées dans leur libellé quand même) mais les explications du livret sont extrêmement claires. Dit

autrement, c'est quasiment inratable ! Voilà qui rassurera certains... Les ingrédients sont bien identifiables et faciles à utiliser. Point positif supplémentaire : certains des ingrédients sont difficiles à trouver dans les magasins "classiques" et sortent vraiment de l'ordinaire. C'est par exemple le cas des pâtes Udon ou du "radis" Daikon.



Rejoignez notre panel consommateurs hommes, femmes et enfants



Je m'inscris sur
www.lehadegustateur.com

Pour en savoir plus, contactez-nous :

Analyses Sensorielles Rennes

Quartier des longs champs

Rue Xavier Grall

02 99 84 63 33

Analyses Sensorielles Vitré

Rue Pasteur

02 99 74 13 39

Tous les goûts
sont dans la
nature...
Votre avis nous
intéresse

Toute
participation
est
indemnisée*

* Indemnités de
déplacement

AQUALEHA

Inscription sur



Flashez-moi avec
votre téléphone !



**BOUCHERIE
Traditionnelle**

**100%
français**

Tous les mercredis

LE HACHÉ

1 kg acheté

=

1 kg **GRATUIT**

Travail traditionnel de qualité.

Viande haut de gamme 100 % française.

Respect du pouvoir d'achat. 1 promo par jour (1 kg acheté = 1 kg gratuit)

Pôle fraîcheur

3 commerces pour vous servir : boucherie + boulangerie + fruits et légumes.

Idéal pour faire le plein.

**FAIT
MAISON**

Jeudi 6, Vendredi 7 et Samedi 8 avril

LA RONDE DES RÔTIS

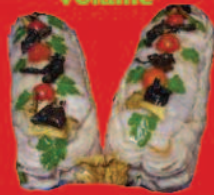
Porc

Orloff

Volaille

Bœuf

Veau



aux
pruneaux

rôti de dinde farci

rosbif attendri

Maître d'hôtel

à l'italienne

Orloff

Prix Unique
9,95 le KG
seulement

Boucherie Traditionnelle Vezin Qualité Viande

57, rue du Manoir Servigné à Vezin le Coquet

(Route de Lorient, derrière la boulangerie Augustin)

02 99 39 04 66

Du lundi au jeudi :

9h00-12h30 et 14h30-19h15

Vendredi et samedi : 9h00-19h15

Titres
restaurant
acceptés



ŒUFS DE PÂQUES ON NOUS PREND POUR DES PIGEONS

15 000 tonnes : c'est la quantité de chocolat consommée par les Français à Pâques ! Cela représente pas moins de 20 % de leur consommation annuelle. Les marques qui ont bien compris cet intérêt pour le chocolat à Pâques rivalisent d'imagination pour vendre toujours plus cher. Et ça marche !



25 €/kg



25 €/kg



49 €/kg



21 €/kg

Chocolat
en tablettes
de 5 à 8 €/kg



33 €/kg

35 €/kg

NOUVEAUTÉ
2017



La chasse aux œufs de Pâques est sans doute l'un des rendez-vous traditionnels les plus populaires, en France mais aussi à travers le Monde. Qu'ils soient rapportés par les cloches ou distribués par le lapin de Pâques, les œufs sont toujours en chocolat... pour la joie des petits et des grands. Avec le temps, les formes se sont diversifiées. **Désormais, les œufs ne sont plus les seuls à se cacher dans les jardins mais les poules, cloches, lapins, ours et autres écureuils les ont rejoint.** Il

faut bien reconnaître que la créativité des marques est aussi redoutable que le marché est juteux. Tous les ans, RENNES CONSO épluche les offres de chocolats de Pâques proposées par les enseignes de supers et d'hypermarchés. C'est tout simplement... édifiant : **ces jolis moulages s'affichent à plus de 20 euros le kilo... la palme revenant aux œufs surprise géants (Kinder ou Playmobil) vendus à près de... 50 euros/kg.** Et cette année ne déroge pas à la règle. Dernier

né de la marque Ferrero pour 2017 : l'écureuil Ferrero Rocher avec une recette aux noisettes. Pour déguster « ce goût inimitable caractérisé par la finesse d'un chocolat au lait aux éclats de noisettes délicatement torréfiées » (c'est la marque qui le dit), il vous faudra déboursier 3,19 € pour la figurine de 90 g. Soit quand même plus de 35 euros/kg. Un conseil : pour ne pas vous faire plumer, regardez toujours le prix au kilo. Vous serez bien souvent effarés de découvrir que ces petites figu-

rines sont souvent beaucoup plus chères qu'une bonne tablette, voire même que des bonbons achetés chez votre chocolatier préféré. Ou bien (si vous en avez la patience !) attendez que Pâques soit passé pour profiter de beaux rabais (- 50 % généralement sur tout le rayon). Comme pour les chocolats de Noël, les magasins « soldent » en effet les œufs de Pâques aussitôt la fête passée. Précisément pour passer à autre chose !

Bien-être

Une autre façon de prendre soin de soi

Fort de 21 années consacrées à la Forme, la Santé et le Bien-Être, Cliniline Concept a élaboré les meilleurs process en matière d'amaigrissement et de remise en forme. Cliniline c'est un concept et plusieurs axes de soins :



TRAITEMENT DE
LA CELLULITE

La cellulite est traitée par endermologie à l'aide du Cellu M6 intégral, avec une association possible de soins d'électrostimulation qui permettront d'optimiser les résultats si votre morphotype le nécessite.



SURCHARGE
PONDÉRALE

Qu'elle soit minime ou majeure, la surcharge pondérale est prise en charge par un programme alimentaire adapté à votre morphotype. Des soins de physiothérapie sont associés au rééquilibrage alimentaire afin de booster votre amaigrissement.



TONUS
MUSCULAIRE

Par des solutions d'électrostimulation ou de Power Plate, la tonification musculaire va redonner à vos muscles la tonicité qui leur manque pour regalber votre corps.



COUP DE
FATIGUE

Le stress et ses conséquences (prise de poids, insomnie, mal-être, fatigue...) seront rapidement améliorées et contrôlées grâce à la technique de massage Hydro-Jet Harmonial. Et, ce, pour un prix modéré (20 € la séance).

► COACHING PERSONNALISÉ

- **Amaigrissement et Drainage**
- **Tonification musculaire**
- **Electrostimulation** nouvelle génération

► TECHNIQUES PHARES

- **Endermologie®** et **Cellu M6®**
- Côté SPA : **Hydro Jet** et **Harmonial**
- Nos rééquilibrages alimentaires



Expert en amaigrissement
Homme & Femme

1 square du Chêne Germain à Cesson Sévigné
(Parking gratuit)

www.clinilineconcept.com

02 99 25 52 65

Outre un bilan gratuit, Cliniline offre 10 %
de remise sur tout traitement.
Offre valable jusqu'au 30 avril 2017

-10%

sur présentation









ZOOM PRIX LA LESSIVE

En matière de lessive, chacun a ses habitudes. Certains sont des inconditionnels de la poudre et d'autres ne jurent que par la lessive liquide, concentrée ou non. Mais quelle est la formule la plus économique ? Et, surtout, quelles sont les différences de tarifs entre les grandes marques du rayon ? **RENNES CONSO a mené l'enquête en calculant le prix de revient réel par lavage.**

La poudre, autrefois version de référence, est aujourd'hui presque aussi chère que les capsules, pourtant bien plus pratiques à utiliser : jusqu'à 0,4 €/lavage. Le comparatif montre aussi que les lessives concentrées sont souvent (mais pas toujours) plus chères que les formules liquides classiques. Suivez le guide !

Claire Davant

Types de lessive

							
Poudre	0,40 € par lavage	0,34 € par lavage	0,36 € par lavage	-	0,20 € par lavage	0,20 € par lavage	0,18 € par lavage <small>la moins chère</small>
Liquide classique	0,25 € par lavage	0,24 € par lavage	0,25 € par lavage	0,18 € par lavage	0,15 € par lavage <small>la moins chère</small>	0,16 € par lavage	0,23 € par lavage
Liquide concentrée	-	0,23 € par lavage	0,29 € par lavage	0,29 € par lavage	0,23 € par lavage	0,18 € par lavage <small>la moins chère</small>	-
Capsules	0,38 € par lavage	0,29 € par lavage	0,44 € par lavage	0,30 € par lavage	0,29 € par lavage	0,20 € par lavage <small>la moins chère</small>	-
Tablettes	0,36 € par lavage	0,30 € par lavage	0,17 € par lavage <small>la moins chère</small>	-	-	-	-

EMBALLER

TRANSPORTER

STOCKER



stockerseul.com

Plus d'espace pour vivre mieux !

demenagerseul.com



self storage
box privatif



cartons
et matériel



espace entièrement
sécurisé



accessible
24h/7j



véhicules
utilitaires

12 Quai Robinot Saint Cyr 35000 RENNES

02 99 29 2000

ZOOM PRIX LES DISCOTHÈQUES

Bonne nouvelle pour les "clubbers" ! Les entrées en discothèque ne sont globalement pas plus chères qu'il y a... 10 ans selon l'étude exclusive de **RENNES CONSO**. En 2007, passer la soirée au Stanley à Saint-Grégoire vous coûtait 10 €. En 2017, c'est toujours le même prix ! Dans certains cas, les prix ont même baissé... Exemple à La Guinguette (Goven) : 12 € en 2007, 8 ou 11 € aujourd'hui selon votre heure d'arrivée. Si l'entrée est modeste (incluant toujours une "conso"), le prix des consommations suivantes ou d'une bouteille est en revanche élevé : comptez une (bonne) centaine d'euros pour une bouteille de whisky. Et s'il y a eu inflation, elle est néanmoins faible : environ + 10 % en 10 ans.

Juliette Dauvers

LE CARNET DE RENNES CONSO

LE PRIX D'ENTRÉE DANS LES CLUBS DE RENNES ET DES ENVIRONS

	Le vendredi (+1 conso)	Le samedi (+1 conso)	1 bout. de whisky
La Guinguette (Goven) Rte de Chavagne, 02 99 64 24 33	8 € avant minuit 11 € après	11 €	100 €
Le Stanley (Saint-Grégoire) Le Haut-Val, 02 99 66 54 78	10 € (gratuit pour les filles avant 1h)	10 € (gratuit pour les filles avant 1h)	110 €
Gatsby Club (Rennes) 12 rue Jean-Marie Duhamel, 02 23 25 79 58	10 €	12 €	nc
L'Espace (Rennes) 45 bd de la Tour d'Auvergne, 02 99 30 21 95	10 € avant 1h 13 € après	10 € avant 1h 15 € après	120 €
Le Délicatessen (Rennes) Allée Rallier du Baty, 02 99 78 23 41	10 € avant 1h30 15 € après	10 € avant 1h30 15 € après	130 €
Mango Club (Rennes) Rue du Noyer, 02 99 53 28 04	12 € (gratuit pour les filles avant 1h)	12 € (gratuit pour les filles avant minuit)	100 €
La Suite (Rennes) 20, Bd de la Liberté, 02 99 35 42 42	12 €	15 €	110 €
El Teatro (Rennes) 3, rue St Guillaume, 09 50 32 15 25	15 €	15 €	nc

Lauréat TROPHÉES COMMERCE
DEVELOPPEMENT DURABLE

KERink
La solution économique & écologique POUR VOS CARTOUCHES

**Plus d'encre ?
Pas de panique !**

KERink, c'est 2 boutiques à Rennes, ouvertes du **Lundi au Samedi**, ainsi qu'un atelier de production. Nous proposons de la cartouche jet d'encre et laser à la **marque, rechargée et compatible**. Nous faisons aussi des **livraisons**. Pour plus d'informations, consultez notre site kerink.fr

(coupons de réduction disponibles) ou téléphonez-nous !

16 rue Tronjolly,
derrière le centre Colombier
(voisin immédiat de Jeff de Bruges)
Tél. : 02 23 40 16 63

21 rue d'antrain,
Métro Ste Anne
(en direction du cinéma L'Arvor)
Tél. : 02 99 63 17 08

Retrouvez toutes nos offres sur notre site www.kerink.fr

Féminin & Masculin

Salon **YANN LS**

sans rendez-vous

Offre découverte 1^{ère} visite

Pack Cut pour elle **25€** ~~32€~~

Pack Cut pour lui **15€** ~~21€~~

C. Cial Colombia - Rennes
(entre McDo et Habitat)

02 99 01 14 67

Offre non cumulable. Valable jusqu'au 15 mai 2017.

Ne restez plus dans le noir

Réparation et motorisation de vos volets roulants en région rennaise.

Repar'stores est la 1^{ère} entreprise nationale spécialisée dans la réparation et la modernisation de volets roulants avec plus de 150 intervenants partout en France. A Rennes depuis 4 ans, Renaud BATARD (secteur Rennes Est) et Laurent RICHOMME (secteur Rennes Ouest) proposent aux particuliers et professionnels la réparation de toutes les grandes marques (Somfy, Simu, Came, Bubendorff, Profalux, Lakal, Franciflex...), mais également la motorisation des volets roulants manuels.

Dans 90 % des cas, la réparation est immédiate grâce aux camions-ateliers disposant de plus de 300 références de pièces (livraison en moins de 48 h si commande).

Atouts supplémentaires :

- une intervention rapide,
- les devis sont gratuits,
- la prise de rendez-vous est immédiate,
- les installations et réparations sont garanties 3 ans pour les tabliers et 5 ans pour les moteurs.

Plus d'informations sur : www.reparstores.com

• Secteur Rennes Est
Renaud BATARD
06 60 97 48 19
renaud.batard@reparstores.com

• Secteur Rennes Ouest
Laurent RICHOMME
06 84 11 86 72
laurent.richomme@reparstores.com



EXCLUSIF!

Recevez par mail et en avant-première le prix des carburants dans les stations rennaises.

Service gratuit. Inscription par mail : rennesconso@wanadoo.fr

Cora Pace	
SP 95-E10	1,289
SP 98	1,372
Gasoil	1,187

Géant St-Grégoire	
SP 95-E10	1,289
SP 98	1,372
Gasoil	1,180

Leclerc Cleunay	
SP 95-E10	1,289
SP 98	1,372
Gasoil	1,176

Super U St Jacques	
SP 95	1,319
SP 98	1,352
Gasoil	1,152

Exclusif

L'Observatoire
INFLATION



	Évolution / 1 mois	Évolution / un an
GAZOLE	-3,4%	+12,2%
SP 95	+0,2%	+8,7%
SP 98	-3,4%	+5,8%
GPL	+1,1%	+8,4%

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 Davant

CRAZY **FACTORY**

jusqu'à
-70%

NOUVEL ARRIVAGE ÉTÉ

6 rue du Moulin à Chantepie
près de Décathlon



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

Netto **+ = -**
LE SUPERMARCHÉ HARD DISCOUNT

LES ESSENTIELS



Toute l'année
0€99
LE KG

BANANES

OUVERT
TOUS LES
DIMANCHES
9h/12h30

À PRIX DISCOUNT

Le seul Netto
sur RENNES

Square Sarah Bernhardt
LIGNE 3, arrêt Champs Manceaux
02 99 50 84 69

LES 10 STATIONS LES MOINS CHÈRES

[Prix relevés le 24 mars 2017]

Leclerc St-Grégoire

SP 95-E10	1,289
SP 98	1,372
Gasoil	1,179

Inter Longschamps

SP 95	1,345
SP 95-E10	1,288
Gasoil	1,183

Total Access Beaulieu

SP 95-E10	1,289
SP 98	1,379
Gasoil	1,177

Carrefour Cesson

SP 95-E10	1,269
SP 98	1,369
Gasoil	1,175

Super U.S. Bernhardt

SP 95	1,319
SP 98	1,352
Gasoil	1,152

Leclerc Vern

SP 95	1,330
SP 95-E10	1,272
Gasoil	1,172

Market La Poterie

SP 95	1,357
SP 98	1,288
Gasoil	1,183

LE PRIX DU GPL

Les stations les moins chères

Prix/litre

CARREFOUR CESSON	0,659 €
TOTAL ACCESS VERN	0,689 €
TOTAL ACCESS GAYEULLES	0,692 €
LECLERC CLEUNAY	0,724 €
LECLERC SAINT-GRÉGOIRE	0,724 €
CORA PACÉ	0,724 €
AVIA LA POTERIE, RTE BRUZ	0,740 €
TOTAL RTE DE LORIENT	0,779 €
TOTAL BEAUREGARD	0,779 €
GÉANT ST GRÉGOIRE	0,783 €

Prix relevés le 24 mars

ATELIER, OCCASION ET NEUF Depuis 1987



BETTONFORDAUTOMOBILES

Route du Mont-St-Michel BETTON 02 99 55 77 07

www.betton-automobiles.fr contact : emoussart@yahoo.fr



We love Running

Running • Trail • Randonnée
Marathon • Triathlon

à CHANTEPIE

5, rue du Moulin

02 99 32 48 68

à RENNES

228, rue de St-Malo

09 81 84 09 45

PUBLI-INFORMATION

RENNES PERFORMANCE MBST

UN TRAITEMENT NOVATEUR CONTRE LA DOULEUR

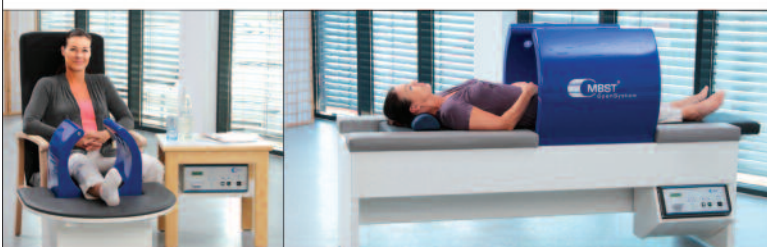
Souffrir d'arthrose, de maux de dos, d'ostéoporose, de tendinites, de problèmes musculaires, tendineux ou ligamentaires n'est pas une fatalité. Avez-vous essayé le traitement par résonance magnétique ?

Début 2017, Rennes Performance, centre de traitement par résonance magnétique a ouvert ses portes à Chantepie. C'est en expérimentant la thérapie allemande MBST alors qu'elle souffrait d'arthrose à une épaule et de douleur au biceps, que l'athlète Thu Kamkasomphou a pu participer aux derniers Jeux Paralympiques (tennis de table). De retour de Rio avec une médaille d'argent, Thu et sa coach Véronique Prigent ont eu l'idée d'ouvrir un centre afin de faire découvrir ce traitement novateur au plus grand nombre. Concrètement, Thu et Véronique ne se substituent nullement aux professionnels médicaux et paramédicaux. Formées et agréées par l'entreprise allemande Medtec qui dispose de 700 centres de thérapie par résonance magnétique outre-Rhin, elles ne reçoivent que des personnes disposant d'un diagnostic médical. Chaque diagnostic est dûment analysé par un centre de médecins référents, formés à la thérapie MBST, qui

seuls sont habilités à se positionner sur la faisabilité et l'intérêt de la thérapie en fonction de la pathologie. Après leur feu vert, le traitement peut commencer avec l'accord de Medtec. Les traitements sont d'une durée de 5, 7 ou 9 h à raison d'une heure par jour. Le traitement par résonance magnétique ou MBST est particulièrement indiqué pour les blessures sportives ou accidentelles (muscles, ligaments, tendons), l'arthrose ou encore l'ostéoporose. Pour mieux connaître la thérapie, une série de conférences sont organisées le samedi 29 avril à la Maison des Associations (6 cours des Alliés à Rennes) à 10 h, 13 h et 15 h. Inscription par téléphone ou mail.

RENNES PERFORMANCE

101A av. André Bonnin à Chantepie
info@mbst-rennes.fr • www.mbst-rennes.fr
09 82 39 10 30 • 06 49 49 95 35
du lundi au vendredi de 9 h à 12h30
et de 14 h à 17 h ou sur rendez-vous



LES PLUS BELLES MARQUES

À PRIX CASSÉS

VENTE FLASH
"chaussures et sneakers de marques"

à partir du 5 avril
26 rue St-Louis à Rennes

LE MOIS DES CANAPÉS À

10000 EUROS*

RÉF. 2620 Sensation Revêtement en tissu coloris Jaune Curry Y0535, 100% polyester. Structure Bois massif sapin, multiplis et panneaux de particules. Suspensions assise en ressorts Nozag. Rembourrage assises en mousse polyuréthane HR 35 kg/m³ recouverte de fibre ouate 450 g/m². Dossiers en mousse polyuréthane HR 21 kg/m³ + fibre ouate 450 g/m². Dimensions canapé 3 places fixes L 198 x H 100 x P 96 cm, canapé 2 places fixes L 168 x H 100 x P 96 cm. Lampe ALTO MAXI, coloris jaune d'or/ciment/ciment/jaune d'or/jaune d'or/ciment/ciment/jaune d'or en céramique et faïence, hauteur 160 cm. Abat-jour jaune d'or. Table basse CARBONE, piétement en métal laqué noir. Dimensions diamètre 850 mm. Hauteur 360 mm.

Le canapé 3 places

en tissu ~~1530€~~

1000€*

Dont 8,50€ d'éco-participation



Le canapé
3 places
en cuir et
microfibres

RÉF. 2312 Absolu



~~2088€~~

1.000€

+ 8,50€ éco-participation = 1008,50€

Revêtement coloris 1 : XX734 Kraft en Divina, catégorie spéciale microfibres 100 % Polyester. Coloris 2 en cuir 3 Blanc, catégorie Family 1, cuir vachette, fleur corrigée et pigmentée, tannage au chrome. Structure métal et mixte bois massif sapin, renforcé par panneaux de particules. Suspensions assises sangles élastiques. Rembourrage assises en mousse polyuréthane HR 35 kg/m³ + fibre ouate 200 g/m². Dossiers en mousse polyuréthane HR 16 kg/m³ + fibre ouate 200 g/m². Pied Bois. Dimensions canapé 3 places fixes : L 206 x H 90 x P 91 cm. Canapé 2 places fixes : L 172 x H 90 x P 91 cm. Tapis Ciel en Velours, 50 % viscose, 50 % laine, toile en coton (derrière de tapis), 170 x 240 cm. Table Basse Basilos laqué blanc et verre transparent : H 43 L 134 P 80 cm. Lampe Jama grise, hauteur 215 cm.

Le fauteuil de
relaxation
manuelle
en cuir

~~1728€~~
1.000€

+ 4€ éco-participation
= 1004€



RÉF. X27X Bliss

Revêtement en cuir, catégorie 1, Cuir Vachette, fleur corrigée & pigmentée, tannage au chrome. Coloris Orange 55. Structure mixte bois massif sapin, renforcé par panneaux de particules + mécanisme en fer. Suspensions assises ressorts Nosag. Rembourrage assises en mousse à mémoire de forme haute densité et mousse polyuréthane HR 35 kg/m³. Dossiers en mousse polyuréthane HR 18 kg/m³. Base étoile en aluminium. Dimensions fauteuil de relaxation L 78 x H 115 x P 88 cm.



RÉF. RE83

~~2340€~~

1.000€

dont 11€ d'éco-participation

Le canapé 3 places
en microfibres avec
2 places de **relaxation
ELECTRIQUE**

Revêtement en microfibres 003, coloris T0016 Taupe 100% polyester. Structure en bois massif renforcé par panneaux de particules. Suspensions assise : ressorts Nozag. Rembourrage assises : mousse polyuréthane HR 35 kg/m³ + fibre ouate 200 g/m². Dossiers : fibre ouate de polyester 200 g/m². Dimensions canapé 3 places 2 relaxation électrique L 225 x H 102 x P 100 cm, canapé 2 places fixe L 165 x H 102 x P 100 cm.



Concession exclusive Chateau d'Ax

Magasin de négoce indépendant concessionnaire CHATEAU D'AX
NOUVELLE VERSION LITERIE - N.V.L. SARL au capital de 80 000 €
RCS RENNES B 402 047 963 000 28

Magasin ouvert lundi de 14 h à 19 h.

Du mardi au samedi de 10 h à 12 h et de 14 h à 19 h.

Zone Décoparc - 11, rue Edison

Tél. 02 99 66 49 23

Ancienne route de Saint-Malo - Rond point de

MONTGERMONT

Chateau d'Ax®

ITALIA

Liste des magasins, nouveautés et collections sur : www.chateau-dax.fr



* Offre hors coût de l'éco-participation valable sur une sélection, signalée dans ce document et en magasin par étiquette spéciale, de sièges proposés au prix unitaire de 1000 € + éco-participation pendant la période promotionnelle. Validité : du 27/03 au 30/04/2017.