

# STAGES EN RESIDENTIEL A LOIX (ILE DE RE) : INFORMATIONS PRATIQUES



## L'île de Ré et le village de Loix

Très prisée des touristes pendant les vacances scolaires, en particulier juillet et août, l'île de Ré conjugue tous ses charmes, à l'abri de la foule, aux mois de mai, juin et septembre, périodes choisies pour ces stages en résidentiel.

Le petit village de Loix est situé à l'écart de l'axe principal. Vous apprécierez sa place du marché, café et petits commerces, et ses nombreux chemins de promenade, dans les venelles fleuries, le long de la côte ou dans les marais, plus sauvages, qu'apprécieront les amateurs d'oiseaux.

## Le gîte

C'est l'endroit idéal pour apprendre le TFH ! Les **nombreux espaces intérieurs et extérieurs**, dont un grand salon avec vue sur mer, permettent d'alterner les cours théoriques en groupe, et les moments de pratique pour lesquels les binômes peuvent s'isoler dans le jardin, au bord de la piscine, dans les différents patios et recoins, ou à l'intérieur si la météo est moins clémente.

Le grand jardin a un **accès direct sur la plage** et le chemin côtier, dont vous pourrez profiter à loisir, notamment pour admirer de magnifiques couchers de soleil.

Les chambres sont de 2 ou 3 personnes, avec salle de douche/bain et wc attenants.

**Equipements** : WIFI, lave-vaisselle, lave-linge, sèche-linge, grand frigo et si besoin grand congélateur, four, plancha, micro-ondes, bouilloire, cafetière Nespresso, cafetière électrique, sèche-cheveux. WC et douche extérieurs pour les retours de plage.



Attention le frigo est grand, mais ne permet pas d'accueillir les provisions simultanées d'un groupe de +/- 10 personnes pour une semaine. Si vous décidez de venir avec vos provisions individuelles, concertez-vous pour les quantités de ce qui doit rester au frais.

**Le linge n'est pas fourni.**

Prévoir :

- linge de lit (lits simples avec couettes), serviettes de toilette et de plage/piscine.
- Quelques provisions collectives à anticiper entre vous : papier toilette, lessive, sacs poubelle. Prévoir quelques torchons et tapis de bain.



**Arrivée et départ** : le gîte est réservé à partir de 16h la veille du premier jour des stages, et jusqu'à 10h le lendemain matin. Vous pouvez ainsi arriver la veille et repartir tranquillement le lendemain du stage. Les journées de cours démarrent à 9h et se terminent vers 18h, y compris le premier et le dernier jour.

## Alimentation

Les repas sont à votre charge. Pour en faciliter l'organisation, et que chacun puisse faire selon ses envies (collectives ou individuelles), voici un petit topo sur les solutions disponibles :

- **à Loix vous trouverez** : Spar (supérette, qui propose notamment quelques produits bio Casino et un rayon vrac), primeur certains jours, boulanger/pâtisier ouvert tous les jours, pizzeria à emporter, une brasserie, et quelques petits commerces (laiterie, boucherie, cave). Il y a un maraîcher bio dans le village, mais il n'est pas toujours sur le marché, selon sa production. Les prix à Loix sont assez élevés mais tout ceci dépanne bien !

- **à Ars** (15 min en voiture) : un U express bien achalandé avec notamment une bonne poissonnerie et charcuterie à la coupe. Pharmacie. Petite biocoop.

- **à Saint Martin** (20 min en voiture) Leclerc, Intermarché, Lidl, Picard, Biocoop et nombreux commerces.

Intermarché propose une solution de livraison de provisions (drive) et de traiteur autour de 7€ par repas et par personne.

- **cabinet médical et pharmacie les plus proches : la Couarde** (12 min en voiture, 20 min à vélo)



## Tourisme

Les journées de formation sont déjà bien remplies, et certains stages supposent un travail additionnel à faire le soir. L'endroit a donc été choisi pour que vous puissiez apprendre et pratiquer dans un cadre immédiatement agréable et relaxant. Toutefois si vous disposez d'un peu de temps, voici quelques suggestions pour agrémenter votre séjour :

L'île de Ré est le pays du vélo ! C'est plat et intégralement jalonné de pistes cyclables avec des paysages alternant marais, plages, côtes sauvages et petits villages. **A pied ou à vélo**, il y a déjà de quoi faire à Loix. C'est une presqu'île dans l'île, dont vous pouvez faire le tour (circuits de 5 à 15 kms). En rejoignant la mer à la sortie du gîte, vous pouvez partir à droite (chemin côtier) ou à gauche (digue), vous disposerez d'un décor magnifique pour vos interminables papotes, ou méditations solitaires. Tout peut être fait à pied, le vélo n'est pas une obligation, juste plus rapide, et permet de se promener plus loin. Les vélos peuvent être stationnés en nombre dans le garage du gîte.

Si vous le souhaitez, pour une **location de vélo** : aller dans la zone artisanale, "Planète Sport et Loisirs" ou juste en face "Beach bikes". Environ 55€ pour une semaine, 85€ pour 2 semaines, location possible à la journée.

Pour des **apéritifs/dîners/soirées festives** : si le temps s'y prête, je vous suggère la plage au bout du jardin ! Nous pourrions aussi aller au restaurant si le cœur vous en dit, il y a de quoi faire sur l'île, surtout si vous aimez les huîtres et fruits de mer.

Pour des **petits achats cadeaux/souvenirs**, je vous recommande la savonnerie de Loix, dans la zone artisanale, tout près du gîte.

**Bains de mer** : le paysage de Loix est très rythmé par les marées. Il n'est possible de se baigner qu'à marée haute. Note : le gîte principal dispose d'une piscine avec terrasse. Autre possibilité de soirée sympathique !

