

CH+  
SPORTS

# FEMMES & SPORTS

Le Sport suisse au féminin



Numéro 6 - Mai 2023

## 3 ans déjà

Chaque numéro est un nouveau départ, autant de pages blanches à imaginer, à l'intérieur de chacune de nos rubriques. Garder le bon rythme, suivre le courant et surtout s'adapter aux vents contraires.

La presse féminine est souvent affublée de clichés : des corps retouchés pour faire vendre des cosmétiques, des régimes qui tournent à l'obsession, de la mode et des bijoux hors de prix.

Tout cela alimente les stéréotypes, en réalité la presse féminine, c'est l'art de faire cohabiter des sujets légers et des sujets profonds, c'est savoir faire deux choses à la fois, la vie des femmes et le sport par exemple.

La palette des centres d'intérêt est large, sport, thérapies, coaching, cosmétiques, gastronomie, architecture, voyages, art et horlogerie, hôtellerie.

### Femmes et sports c'est vous

Femmes et sports, c'est une magnifique histoire collective réalisée avec des femmes, mais la gence masculine est également présente.

Leurs points communs ? Une formidable énergie, l'envie de partager des idées, d'entreprendre, de vivre ici et maintenant en réfléchissant à notre monde de demain.

Ce qui fait notre singularité, c'est une véritable

proximité avec vous, car toutes les femmes sont légitimes et éligibles.

Encourager la pratique sportive dès le plus jeune âge, l'activité physique est importante tout au long de la vie. Faire régulièrement des exercices permet aussi d'augmenter sa flexibilité, sa posture et son agilité. Prendre des habitudes dès le plus jeune âge est aussi un bon moyen de les conserver toute sa vie.

Valoriser des femmes et des hommes, présenter leur actualité, leur nouveauté, c'est ce qui anime notre revue depuis 3 ans.

Editer une revue, c'est une autre façon de participer à la vie de notre communauté, souvent quand on commence une histoire, on ne sait jamais où elle va nous mener.

Merci à vous qui nous lisez, et à vous cher.es partenaires qui nous faites confiance depuis 3 ans, c'est notre plus belle récompense.

Je vous souhaite un très bel été et vous donne rendez-vous au mois de décembre prochain.

Vive les Femmes, vive le sport.

David Luthi  
Directeur de la publication  
Femmes et sports

## FEMMES SPORTS

**FEMMES & SPORTS** est une publication du  
Groupe Sport+  
Chemin du Pont-du-Centenaire 114, 1228 Plan-les-Ouates  
Email : [ch-sports@mail.ch](mailto:ch-sports@mail.ch)

**Directeur de la rédaction et de la publication :**  
David Luthi

**Journalistes :** Stefanie Rossier, Alexia Rosset

**Direction commerciale :**  
Sophie Muller  
Téléphone : 022 518 87 13

**Conception graphique :** NOTEN Services Sàrl

**Fondateurs :**  
Ganancia Marie, David Luthi

**Communication média :**  
Claire Morand  
Téléphone : 022 518 87 13

Groupe Sport+  
Distribution  
Suisse, France

**Impression :**  
Imprimerie d'Arve SA  
22-24, rue des bains - 1205 Genève  
Tél : (022) 328 55 03  
Fax : (022) 328 02 11

@femmes.et.sports.mag 

SWISS  
PERFECTION  
MONTREUX



The Swiss cellular  
skincare program  
with Cellular Active Irisa®



Renata Koglin



Inès Lescudier



Claire Dhote



Francesca Fucci



Elizabeth Rojas



Nathalie Martens Jacquet



Sabine Pirat



Isabelle Legrand



Camille Seewer



Débora Meira Vilela



Marion Duvillard



Mireille Durig



Mariana Correia



Andréa Voumard



Mélanie et Sarah



Mara et Willy Rossignol

Fondation <b>Make-A-Wish</b>	6	Energie, Business & Leadership	20
Le bijou boutique du lac Léman	8	Utiliser l'énergie et les espaces	
<b>The Ritz-Carlton Hôtel de la Paix, Geneva</b>		Horlogerie	22
Gastronomie	10	<b>Asten</b>	
A la découverte du <b>Rossignol</b>		<b>Renata Koglin Interiors</b>	24
Expérience inoubliable	12	<b>2023 L'année de la neuro-architecture et du design biophilique</b>	
<b>Chalet RoyAlp</b>		Aventure	26
Golf	14	<b>Voyages de rêve</b>	
<b>Le Golf Club de Vuissens</b>		Tennis	28
<b>Cellcosmet</b>	18	<b>Gonet Geneva Open</b>	
Revitalisation deux fois plus efficace de la peau sublimée		La douceur des Cosmétiques	30
		<b>Piouiou Cosmetics élargit sa gamme</b>	
		Cabinet Kinessence	32
		<b>Mireille Dürig</b>	
		kinésiologue au cabinet Kinessence	

Voyages	35	Micropigmentation	48
<b>Daniel Voyages</b>		<b>Plume dorée</b>	
Dépasser ses limites	36	Extravagance	50
<b>Anouk Vergé Dépré</b>		Une histoire de haute société, de haute couture et d'horlogerie <b>Piaget</b>	
Le beach-volley pour passion		Retour à l'essentiel	52
Majestueux resort	38	<b>Aveline cosmétiques</b>	
<b>Ultima Courchevel Belvédère</b>		Recette gastronomique	56
Gastronomie	40	Aubergines, Lentilles de Beluga et son Miso, Cerises et Herbes avec <b>Francesca Fucci</b>	
<b>Brasserie Café de Paris</b>		La Fleur de Sel	57
L'ostéopathie énergétique	42	Une cuisine gastronomique aux douces saveurs <b>Fleur de sel</b>	
L'univers du Bien-ETRE d' <b>Isabelle Lengrand</b>			
Art Passion Créations	44		
<b>Passion &amp; Créations</b>			
Hôtel FIVE	46		
La cuisine chinoise au déjeuner			

# Make-A-Wish<sup>®</sup>

SWITZERLAND

★ Celebrating 20 Years of Wishes ★

*Depuis 20 ans, la Fondation Make-A-Wish de Suisse et du Liechtenstein réalise les vœux les plus chers des enfants atteints de maladies graves, qui sont domiciliés ou soignés dans notre pays.*



Maria Riat  
Assistante vœux 50%



Nathalie Martens Jacquet  
Directrice Générale 100%



Nathalie Nnady  
Coordinatrice de vœux 80%

Lorsqu'un enfant est sérieusement atteint dans sa santé, c'est tout son quotidien qui est bouleversé, mais aussi celui de ses proches. La maladie va priver l'enfant d'une partie de son enfance. Make-A-Wish contribue à lui redonner le sourire, lui apporter de l'espoir, l'armer de force et de courage pour gagner son combat.

La fondation va tout mettre en œuvre pour accompagner l'enfant dans cette période difficile de sa vie et rendre possible un vœu qui lui tient particulièrement à cœur.

Les vœux de ces enfants sont uniques, tout comme l'est chaque enfant. C'est ainsi qu'un projet personnalisé - un vœu façonné à son image - va être mis sur pied par notre petite équipe et ses précieux bénévoles.

Que ce soit rencontrer son idole, partir à la découverte d'un lieu qui le fait tant rêver, vivre une expérience hors du commun, acquérir un bien très spécial pour lui, ou encore devenir un super héros, Make-A-Wish fera son maximum pour rendre l'impossible possible.

En étroite collaboration avec les hôpitaux pédiatriques de notre pays, mais aussi avec les 40 autres organisations Make-A-Wish de par le monde, la fondation a pour objectif d'apporter son aide et de grandes doses de bonheur à tout enfant qui se trouverait confronté à la maladie grave.

C'est ainsi que la petite Sofia a pu rencontrer ses princesses préférées lors d'un séjour inoubliable à Disneyland, que Stéphane a pu s'envoler dans les airs à bord d'un avion de chasse, mais aussi qu'Olivia a eu les vacances à la mer dont elle avait tant besoin et que David a pu monter à bord d'une voiture de course sur un vrai circuit.

Véritable complément à un traitement médical, le voyage vers la réalisation de son vœu le plus cher et l'expérience de celui-ci apportent à l'enfant de nombreux moments positifs face à l'épreuve qu'il doit surmonter.

Make-A-Wish Switzerland & Liechtenstein, c'est une petite équipe basée à Nyon, aidée par une trentaine de bénévoles dans tout le pays, un Conseil de fondation et un Comité médical bénévoles eux aussi, et des généreux partenaires et donateurs. C'est aussi plus de 750 vœux réalisés depuis 20 ans.

Nous pouvons tous contribuer à la mission de Make-A-Wish et apporter du bonheur aux enfants gravement malades : en faisant un don, en devenant bénévole ou en offrant certaines de nos prestations ou compétences.

## Make-A-Wish Switzerland & Liechtenstein

Chemin du Canal 5  
c/o Swiss Business Center  
1260 Nyon  
022 310 40 12  
info@makeawish.ch  
www.makeawish.ch

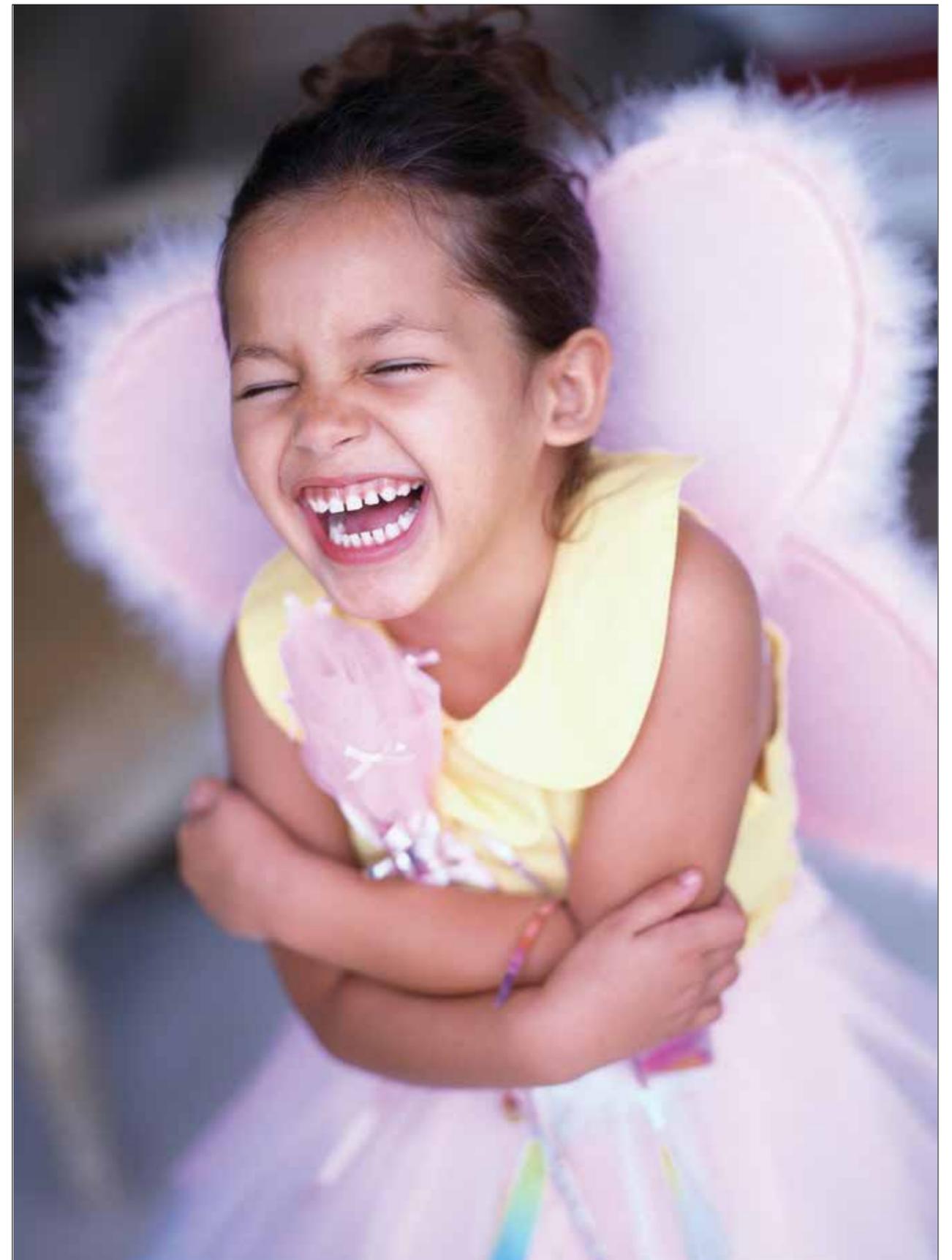
**Faites un don avec  
TWINT !**



Scannez le code QR avec  
l'app TWINT



Confirmez le montant et  
le don



# The Ritz-Carlton Hôtel de la Paix, Geneva

*Installé sur les rives du lac Léman, en Suisse, avec comme toile de fond éternelle le célèbre Mont Blanc, The Ritz-Carlton Hôtel de la Paix, Geneva est doté d'un prestigieux patrimoine depuis maintenant 150 ans.*

Célébré par des générations successives des membres de la haute société pour son service hors du commun, son élégance sans compromis et sa riche tradition culinaire, l'hôtel a été soigneusement rénové pour marquer une nouvelle ère de son développement. Ancré dans le paysage culturel et social de Genève, l'Hôtel de la Paix a été témoin d'un grand nombre d'événements historiques mondiaux depuis son ouverture en 1865. Avec seulement 74 chambres, cet écrin bénéficie d'un emplacement proche du lac, à quelques pas de la vieille ville. Il a été le théâtre de rassemblements mémorables, depuis le dîner des réclamations de l'Alabama en 1872 jusqu'aux hôtes de marques qui y ont séjourné au XIX<sup>ème</sup>, XX<sup>ème</sup> et XXI<sup>èmes</sup> siècles. Mélant avec subtilité architecture italienne majestueuse et design ultramoderne et épuré, le hall marbré dispose de murs d'un blanc immaculé et de meubles raffinés d'un gris clair. Impressionnante pièce maîtresse installée au-dessus d'un espace à coursives, un lustre étincelant de mille feux évoque à la fois faste historique et style contemporain.



L'art, le temps et la nature, éléments fondateurs de la culture et de la tradition suisse, ont inspiré la rénovation des intérieurs.

Les chambres et les suites sont aussi dotées d'un design épuré et moderne, les couleurs douces, les textures naturelles et le style élégant sont rehaussés par une vue exceptionnelle sur le lac Léman, le célèbre jet d'eau et le square du Mont-Blanc. Chaque espace est baigné de lumière naturelle grâce aux immenses baies vitrées, tandis que les éléments haut-de gamme séduisent le voyageur moderne.

Rendant hommage à la scène gastronomique de Genève, The Ritz Carlton Hôtel de la Paix, Geneva propose une sélection d'expériences culinaires, fidèle à l'esprit cosmopolite de la destination.



**THE RITZ-CARLTON**  
HOTEL DE LA PAIX, GENEVA

*Là où chantent les saveurs*

# A la découverte du Rossignol

Après s'être formé chez les plus grands Willy et Mara Rossignol ont eu un réel coup de cœur pour ce restaurant situé non loin de leur nouvelle vie en Suisse. Revisité avec goût et raffinement, le Rossignol amplifie sa renommée avec le système Take-Away, mis en place dès le début du Covid 19. Avec l'aide de Angelica Gлика, une artiste qui sait lier la sobriété, le chic et la modernité, qui fait de ce lieu un endroit unique où dès la porte franchie, le client est propulsé dans un restaurant de qualité, classé au Gault et Millau.

## Des plats onctueux créés avec amour et création

Tous les mets que réalisent le chef Willy Rossignol sont composés avec passion, subtilité et finesse. C'est une oasis de couleur pour les yeux et une explosion de saveurs en bouche. Sains et équilibrés, les plats sont généreux en produits locaux de qualité, frais et surprenants. Le raffinement, le sens du détail, la qualité des produits sont les maîtres mots en salle et en cuisine. Ici, chaque client est reçu comme une personne importante venant savourer et découvrir des mets de qualité dans une parenthèse enchantée. De l'apéritif au dessert, c'est une ode à la curiosité, à la nouveauté et à la gourmandise qui s'offre à tous les fins gourmets. Les mets font place à la diversité des saveurs, l'onctuosité, l'harmonie des couleurs et la fraîcheur des aliments.

Pour créer ces délicieux mets, il faut une dose de talent, d'amour et de passion. Willy Rossignol et sa femme Mara ont incontestablement le cœur sur la main pour ses clients et c'est avec cette dose d'ondes positives que reflète le Rossignol, que les gens qui côtoient ce restaurant gastronomique en ressortent pleinement satisfaits. L'amour du travail bien fait et la passion méticuleuse du détail.

Passion, savoir-faire, fraîcheur, onctuosité, gourmandise, gastronomie, explosion des saveurs, régal pour les yeux et les papilles, le Rossignol a tout pour plaire. Avec ses nombreux points au Gault et Millau, nul doute que ce restaurant laissera la place à une parenthèse enchantée pour chaque personne qui peut-être entendra, le chant d'un Rossignol.

Stefanie Rossier



*Dans un quartier lausannois, se niche un restaurant qui allie la gastronomie avec les saveurs d'ici et d'Italie. Descendre quelques marches et c'est une jolie terrasse ombragée, prolongée d'une veranda mystérieuse à l'abri des nuisances, et qui nous invite à la détente. Puis la porte s'ouvre et c'est la rencontre des propriétaires chaleureux et à l'écoute des clients.*



Photos India Belle Kennedy

**Restaurant Le Rossignol**  
Avenue du Léman 36  
1005 Lausanne  
Tél. 021 728 09 56



**Expérience inoubliable**

## Un havre de paix au coeur de la montagne

**R\*\*\*\*\***  
**CHALET ROYALP**  
HÔTEL & SPA

*Dans les Alpes Suisses, découvrez un hôtel authentique et moderne accompagné d'une touche de luxe. Au Chalet Royalp Hôtel SPA, la nature est une invitée de choix. Dès l'entrée somptueuse et chaleureuse, le bien-être se fait ressentir, que ce soit au niveau de l'accueil, du personnel professionnel et plurilingue ou de la beauté des lieux.*



Une fois le seuil franchi, nous sommes tout de suite conquis par les petites salles composées de beaux meubles, de bibliothèque, d'un piano, sans oublier l'espace dédié aux touts petits. Tout est fait pour que l'on puisse s'y ressourcer et profiter d'un séjour inoubliable.

### Des chambres cosy et boisées

Composées de bois et matériaux suisses, les chambres, suites et résidences du Royalp offrent un pur moment de détente et de bien-être. Avec une vue imprenable sur les montagnes ou sur le parc, elles plongent l'hôte au centre de la nature et font la part belle à la luminosité et l'authenticité.

Ses salles de bains chaleureuses allient à la perfection le marbre, le bois et la pierre ainsi que les équipements haut de gamme comme la baignoire d'angle et la douche multisensorielle. Vos séjours promettent des moments doux et réconfortants.

### 5 étoiles remplies de saveurs

Au sein des restaurants du Chalet Royalp, toutes les saveurs sont décuplées. Au fil des saisons et selon l'arrivage des produits, des mets plus gourmands les uns que les autres s'offrent aux plus fins des gastronomes. La gastronomie s'invite dans le Jardin des Alpes. Là où le chef propose une cuisine savoureuse tournée vers le Terroir Suisse. Plaisir, modernité et authenticité garantis. La Table d'Hôtes qui se trouve au coeur de la cuisine de l'hôtel promet des instants gourmands et délicieux. Des plats qui défilent en plein coup de feu sous les yeux des clients, histoire de voir si ceux-ci pourront ou pas refaire la recette, mais surtout de découvrir des associations de produits qu'ils n'auront pas pour habitude de connaître.

Autre restaurant sous forme de brasserie : Le Rochegrise. Celle-ci a la particularité de présenter des plats entre Alpes vaudoises et contrées italiennes. Des saveurs d'ici et d'ailleurs pour encore plus de plaisir gustatif. De l'élégance rare et de la créativité



signée par le chef Davide Esertico. Voyage et somptuosité sont au programme de ce dîner ou souper.

Des restaurants on ne peut plus gourmands, élégants et créatifs. Voici ce à quoi les clients de cet hôtel vont s'attendre en franchissant le pas de ce très beau chalet luxueux. Reste plus qu'à mettre les pieds sous la table, à prendre le temps et à savourer.

Stefanie Rossier



**Chalet RoyAlp Hôtel & SPA**  
Domaine de Rochegrise 23  
1884 Villars-sur-Ollon, Switzerland  
Tel : +41 24 495 90 90  
reservation@royalp.ch • www.RoyAlp.ch

# Le Golf Club de Vuissens

Vuissens

*Dessiné par le célèbre architecte Jérémie Pern dans un vallon de 52 ha, le golf de Vuissens se situe aux abords d'un Château du 13<sup>ème</sup> siècle. En 1994, Monsieur Claude Thalmann décide de racheter le Château et d'y construire un parcours de golf. Les 18 trous ont enfin été disponibles en avril 2002.*

**A**presque 800m d'altitude, le parcours de Vuissens est bordé de forêts et agrémenté d'une rivière naturelle et de magnifiques points d'eau. Un cadre idyllique, où seulement le chants des oiseaux vient perturber les golfeurs ...

La table du golf (Restaurant « A votre goût »), sous les mains du chef Beqir Avdiu, est reconnue dans toute la région et participe pleinement à l'expérience du golfeur.

En avril 2022, le club investit dans la rénovation des bureaux d'accueil et du proshop, proposant une panoplie de services à tous les golfeurs.

L'année 2023 présente de nombreuses nouveautés au sein du golf club de Vuissens : un nouveau site internet pour mettre en avant ce magnifique club, un système de réservation en ligne pour faciliter le processus de réservations des membres et des visiteurs, des compétitions répondant à tous les besoins (compétitions sportives comptant pour l'handicap toutes les semaines, compétition gastronomique, compétition de nuit ...).

Certifié GEO en 2022, le golf club de Vuissens s'inscrit également dans une démarche écologique. L'équipe terrain tient à cœur de protéger l'environnement unique du golf de Vuissens et a mis en place certaines mesures : installation de nichoirs et de perchoirs, création de zones de refuge et de nourriture pour insecte/amphibiens/oiseaux, rénovation du système d'arrosage, réduction de la consommation d'eau d'irrigation lors de périodes de sécheresse, réduction des effluents phytosanitaires... En 2023 le club continue sa démarche et compte sensibiliser les joueurs sur le parcours concernant le tri des déchets.

Le Golf Club de Vuissens organise deux portes ouvertes, dimanche 30 avril et dimanche 4 juin, avec un beau programme : des initiations, des jeux pour enfants, une présentation sur la biodiversité du parcours, la mise en avant des machines d'entretien, et un jeu sur le parcours avec des golfeurs de tout niveau. C'est le moment d'en profiter et de venir découvrir ce lieu propice à la détente et la convivialité !

Plus d'informations sur le site internet : [www.golfvuissens.ch](http://www.golfvuissens.ch)

Et sur les réseaux sociaux du golf (Instagram, Facebook, LinkedIn)





## Inès Lescudier

*Native de Marseille, Inès Lescudier a grandi toute sa vie dans le milieu du golf. Issue d'une famille de golfeurs, Inès a d'ailleurs failli naître sur un parcours ! Dès ses premiers pas, elle accompagnait ses parents et ses grands-parents et s'est vite pris au jeu...*



**19** ans plus tard, après de nombreuses sélections en équipe de France, plusieurs années en sports études à Antibes puis en région parisienne, Inès empoche son diplôme d'enseignante de golf et s'envole pour les Etats-Unis pour concilier le golf de haut-niveau et ses études. Après l'obtention d'un bachelor en management sportif au bout de quatre années de l'autre côté de l'Atlantique, Inès décide de passer le cap et de devenir joueuse professionnelle. Elle évoluera pendant deux ans sur le Ladies European Tour Access Series (2<sup>ème</sup> division européenne), puis deux ans sur le Ladies European Tour (1<sup>ère</sup> division européenne). Une carrière avec des hauts et des bas, qui l'ont poussée à y mettre un terme en 2020 et à se reconverter. Les voyages (environ une trentaine par an), les difficultés financières du sport féminin de haut-niveau, la pression constante, l'ont poussée à prendre un nouveau départ. Suivie par une coach professionnelle pour l'aider à trouver sa voie, Inès se passionne pour le monde de l'hôtellerie, y voyant un lien direct avec le milieu du golf, et du tourisme. Elle décide d'intégrer la prestigieuse école hôtelière les Roches (Crans-Montana, Suisse), alors classée 3<sup>ème</sup> école dans les classements mondiaux d'écoles hôtelières. Après une année d'étude, Inès obtient un Master of Business Administration en gestion



hôtelière. Cherchant à gagner en compétences et à pouvoir tenir plusieurs casquettes, Inès passe par la case restauration, puis hôtellerie de luxe au sein du Fairmont Montreux Palace. Il est très vite apparu que le golf lui manquait ! Elle intègre donc le golf club de Vuissens en avril 2022 en tant que Responsable Accueil et Proshop. En août 2022, un changement au sein de la direction propulse Inès en tant que directrice ad intérim. Inès présente alors un projet de développement au conseil d'administration du club, et est ensuite nommée officiellement directrice en janvier 2023.

Grâce à un passé de joueuse professionnelle, des expériences dans de nombreux secteurs d'activité liés aux services, Inès attache un point d'honneur à l'expérience client au sein du golf club de Vuissens, que ce soit pour les membres, ou pour les visiteurs. Un de ses objectifs reste également de motiver le plus grand nombre de femmes à découvrir ce sport aux bienfaits physiques, mentaux, et sociologiques. Cela passe bien évidemment par développer l'école de golf pour les juniors, répondre le mieux possible aux besoins des femmes sportives, et mettre l'accent sur les journées portes ouvertes (dimanche 30 avril et dimanche 4 juin) pour capter l'attention de futures joueuses de golf.



## Nouveaux soins cellulaires corps Cellcosmet:



# Revitalisation deux fois plus efficace de la peau sublimée et intensément hydratée

À la suite du lancement de ses nouveaux soins cellulaires pour le visage, Cellcosmet étend son innovation à ses produits pour le corps. Dans cette catégorie spécifique, la marque suisse experte en science cosmétique lance également **Gel-Crème Cellulaire Corps**. Celui-ci présente une texture idéale pour le soin du corps, grâce à son extrême légèreté et sa pénétration rapide. Enrichi de l'innovant Complexe de Postbiotiques, développé sur la base des dernières découvertes dans le domaine de la science du microbiome, il maintient la fonction barrière de la peau et la protège des éléments extérieurs. Comme les deux autres soins corps Cellcosmet reformulés, **CellBust-XT**, pour la poitrine, et **Crème Mains**, il contient l'ingrédient signature de la marque, les **Extraits Cellulaires CytoPep™**, dont la capacité de revitaliser la peau est deux fois plus performante.

L'expert en cosmétique cellulaire Cellcosmet applique désormais ses dernières avancées en matière de revitalisation de la peau aux soins du corps. Les soins du visage ont déjà bénéficié de l'expertise cellulaire et biotechnologique des équipes scientifiques de la marque suisse. Forte du succès de ce lancement inédit, elle déploie sa dernière innovation de pointe aux produits cellulaires pour le corps : **CellBust-XT**, **Crème Mains** et le nouveau **Gel-Crème Cellulaire Corps**.

### Peau du corps revitalisée et intensément hydratée

Les soins cellulaires corps de Cellcosmet se composent de la dernière génération de son ingrédient signature, les **Extraits Cellulaires CytoPep™**. Obtenus par biotechnologie, ceux-ci ont une activité plus élevée, qui se traduit par un pouvoir de revitaliser la peau deux fois plus performant. Ce remarquable pouvoir est toujours conservé par la méthode exclusive de la

marque, **CellControl™**, qui permet de garder intacte l'intégrité des extraits cellulaires tout au long du processus de fabrication des produits.

L'autre grande innovation de Cellcosmet, basée sur les dernières découvertes dans le domaine de la science du microbiome et sur son rôle fondamental dans la qualité de la peau, est le Complexe de Postbiotiques. Composé de trois 3 ferments d'origine marine, il se retrouve dans **Crème Mains** et le dernier-né de la gamme, **Gel-Crème Cellulaire Corps**. Contribuant au maintien de sa fonction barrière et lui permettant de se défendre contre les agressions extérieures, il laisse, en outre, une sensation de souplesse et de film protecteur sur la peau.

**Gel-Crème Cellulaire Corps**, le nouveau soin corps Cellcosmet revitalisant à l'incroyable texture fondante pour une hydratation durable.

Afin d'offrir à la peau du corps un soin optimal, Cellcosmet a développé un soin qui l'hydrate durablement et apaise les sensations d'inconfort des peaux sèches. Enrichi de l'alliance des **Extraits Cellulaires CytoPep™** et du Complexe de Postbiotiques, il se compose d'ingrédients à 94% d'origine naturelle. Il protège la peau des agressions extérieures (frottements, écarts extérieurs de température, pollution). En outre, il la revitalise et lui redonne souplesse, douceur et élasticité. La peau du corps est repulpée et plus douce. Son grain s'affine et devient plus uni et lumineux. Le **Gel-Crème Cellulaire Corps** Cellcosmet se distingue par sa texture rafraîchissante et fondante, qui pénètre rapidement et permet de s'habiller directement après l'application. Appliqué quotidiennement, il aide à prévenir et estompe efficacement les signes visibles du vieillissement cutané.

cellcosmet.com

# Utiliser l'énergie et les espaces pour améliorer notre façon de vivre et notre relation au monde du travail

*Camille Seewer accompagne des entreprises, des responsables d'équipe et des leaders visionnaires à mettre leur énergie personnelle et leur espace de travail au service du développement de leur projet, équilibrant ainsi mieux-être et performance.*



## Comment avez-vous créé votre activité actuelle?

J'ai étudié l'architecture d'intérieur jusqu'à obtenir mon Master en Espaces & Communication de la HEAD-Genève. Pendant plusieurs années, j'ai travaillé pour des entreprises dans le but d'améliorer leurs espaces de travail. En parallèle de cela, j'ai suivi de multiples formations en thérapie énergétique et santé naturelle. J'ai œuvré dans ces deux domaines en parallèle, jusqu'à ce que je désire regrouper cette sensibilité de l'invisible et ma compréhension des enjeux des entreprises au sein d'une même pratique. J'ai complété ces expériences par une formation en leadership transformationnel auprès de l'Institut Leadership Phénix.

## En quoi votre approche se distingue-t-elle de celle d'un autre consultant business ou celle d'un thérapeute en énergétique?

Une consultante en entreprise aura traditionnellement une approche plutôt stratégique et opérationnelle. Ma singularité est mon côté sensible. Je ressens l'énergie des lieux, des entreprises et des gens. Je n'ai pas de technique toute faite. Quand je rencontre un nouveau client ou un nouvel espace, je cherche à m'imprégner de son identité. Je crois fondamentalement que le succès d'une entreprise est lié au fait que les humains qui la composent se sentent bien, à leur place dans leur environnement et leur façon de travailler. Concernant l'approche thérapeutique, j'observe qu'elle va généralement partir du problème à un instant donné pour emmener la personne à un mieux-être. Mon approche est vraiment celle d'une architecte d'intérieur : je demande directement à mon.ma client.e quel est son objectif, autant personnel que professionnel. On part de la direction

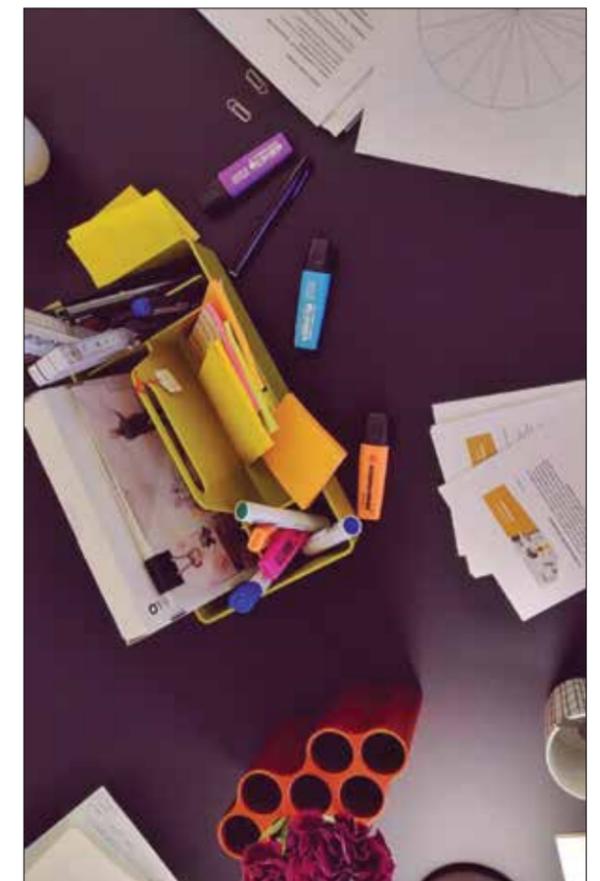


Portraits par www.celinehoareau.com

et je propose alors un plan d'action et de transformation pour l'accompagner à atteindre son objectif. Vous l'aurez compris, pour chaque demande, individu ou entreprise, le chemin est différent. Et ce que j'aime particulièrement, c'est que nous le créons ensemble.

## Comment travaillez-vous avec vos clients, les entreprises, les responsables de projet et les visionnaires?

Initialement, il y a une demande autour d'une envie d'évolution liée à un projet professionnel avec l'envie de faire un travail de transformation intérieur, autant pour des individus que des entreprises avec leurs équipes et leur espace de travail. Quand j'accompagne des individus, peu importe leur niveau d'accomplissement, les demandes sont généralement liées à la gestion de l'énergie personnelle afin de trouver plus de sens et de plaisir, l'amélioration des modes de travail, le développement de l'intuition et de la créativité, la confiance en soi et le leadership. Le suivi se fait souvent à distance. L'objectif est que l'activité professionnelle devienne une extension de soi, comme une évidence, et non l'inverse. Concernant les entreprises, la démarche est similaire puisqu'il va s'agir de cibler la demande en termes de développement stratégique, la vision et les valeurs, et enfin de les traduire dans les espaces et la dynamique de travail. Ce qui est passionnant, c'est d'intégrer les équipes dans des ateliers de change management afin que le projet corresponde aux besoins de l'ensemble des utilisateurs. Cela peut devenir une vraie démarche de team building de se retrouver autour de cette création commune. Autant pour les entreprises que pour les individus, le chemin va être d'identifier le projet, de revenir au centre des valeurs et de l'identité afin de déployer une structure intuitive, dans sa vie et dans ses espaces, qui soutienne les futures étapes d'évolution et concilie mieux-être et performance.



**Camille Seewer**  
+41 79 753 00 98  
[www.camilleseewer.com](http://www.camilleseewer.com)



### Mon cursus

Dans un premier temps, j'ai réalisé un CFC décoratrice à Vevey.

Par la suite, j'ai réalisé un Bachelor en design industriel à la He-arc de Neuchâtel avec la spécialisation en conception ergonomique et design. C'est durant la dernière année, que j'ai travaillé en étroite collaboration avec le monde de l'horlogerie et que j'en suis tombée amoureuse. C'est un domaine qui laisse énormément de place à la créativité et à l'innovation.

C'est durant ce bachelor et grâce à un stage que j'ai découvert les voies de l'horlogerie et les connaissances nécessaires à la création de la première montre Asten en 2019.

### Le lancement du projet

La création de la marque Asten a commencé dans le but de mettre en valeur le terroir helvétique au travers des pierres trouvées aux abords des chemins, des rivières sillonnées par la créatrice.

L'identité d'Asten s'est forgée autour de deux principales passions; les montres et les pierres.

Depuis toute petite, je ramasse les pierres où on va en vacances, en randonnée.

C'est lors d'une de mes randonnées en famille dans la région de Glaris que j'ai eu l'idée de créer des montres avec des cadrans en pierre. Mais uniquement des pierres typiquement Suisses tel le galet du lac ou le granit de nos montagnes. Étant très proche de la nature de par mon parcours de vie, j'ai émis quelques contraintes dans la création du projet. Par exemple l'exigence de faire des montres swiss made ou utiliser des pierres qui ne sont pas issues de l'industrie de l'extraction minière.



Mais je ne voulais pas simplement proposer des modèles de montre finis, je voulais laisser la possibilité aux gens de s'approprier le produit au travers de la personnalisation, en leur laissant choisir les composants et de m'envoyer leur propre pierre pour créer une montre totalement sur mesure.

### Des cadrans artisanaux

Dans l'objectif de tester de nouveaux matériaux et d'approfondir la personnalisation, depuis fin 2021, j'ai créé des cadrans avec des matériaux insolites et peu communs dans l'horlogerie classique.

Cela a commencé avec des inspirations issues du monde et de la nature qui nous entourent tel que la mousse, le béton, les fleurs séchées, le bois et bien plus encore qui reste à découvrir.

Comment j'ai eu l'idée de ces cadrans?

Ces essais avec les différents matériaux ont commencé lors de ma convalescence fin 2021 suite à une opération. Je voulais revoir, approfondir mon projet pour laisser plus de place à la créativité et à la personnalisation.

Cela m'a pris un peu de temps pour mettre les différentes techniques en place. Mais j'ai adoré les différents résultats. Et surtout, cela me permettait de laisser encore plus de liberté, déjà à la créativité, mais aussi aux clients pour offrir un panel plus large de personnalisation.

Puis dans un deuxième temps, j'ai mis en place les ateliers d'horlogerie. Durant ces ateliers, les personnes ont la possibilité

de choisir chacun des composants de leur montre et de la monter eux-mêmes en suivant mes instructions. A la fin de l'atelier les clients ont la possibilité d'acheter leur création à un prix préférentiel.

J'adore les accompagner dans ces différentes étapes de montage et découvrir le résultat. Voir apparaître leur goût, leur choix et finalement avoir une montre qui leur est propre et qui est souvent surprenante.

En conclusion je souhaite mieux faire connaître ma jeune marque en passant par différents moyens tels que les salons ou les ateliers. Je suis également en train de tester certain modèle d'horloge mural qui, j'en suis sûr, sauront attirer la curiosité.

A votre image, osez porter une montre originale qui affichera, non seulement l'heure, mais aussi votre style, votre personnalité. Andréa conçoit pour vous et avec vous la montre artisanale qui vous ressemble. Vous pouvez même demander une montre sur mesure avec le matériau de votre choix au cœur de votre montre.

[www.asten-montres.ch](http://www.asten-montres.ch)  
[info@asten-montre.ch](mailto:info@asten-montre.ch)  
078 732 51 91



# 2023

## L'année de la neuro-architecture et du design biophilique



*Venue tout droit des États-Unis, la neuro-architecture arrive en Suisse romande par le biais de Renata Koglin, architecte d'intérieur et fondatrice de Renata Koglin Interiors. Bien plus qu'une simple tendance en matière d'aménagement, la neuro-architecture se base sur l'émotion ressentie au sein d'un espace, avec pour objectif de stimuler le cerveau, encourageant ainsi la créativité et la concentration, favorisant la mémoire pour davantage de bien-être sur le long terme.*

### La neuro-architecture au croisement de la neuroscience et de l'architecture

La neuro-architecture se situe à l'intersection de la neuroscience, de la psychologie et de l'architecture. Elle s'appuie sur la connaissance toujours plus poussée du fonctionnement du cerveau, visant à le stimuler et à expliquer les émotions ressenties lorsque l'on se trouve dans un environnement ou un espace donné. Chaque réaction est personnelle, alors que certains se sentiront mieux dans un environnement de verdure, d'autres préféreront des espaces vitrés ou alors des matériaux comme le béton ou le bois. La neuro-architecture vient également réveiller son propre vécu, l'environnement dans lequel l'on a grandi étant enfant et le type d'intérieur qui nous rassure ou au contraire nous angoisse.

Aujourd'hui, l'aménagement d'intérieur fait un pas de plus vers le bien-être, une notion de plus en plus intégrée en architecture. En plus des paramètres techniques de législation, d'ergonomie et de confort environnemental, les indices subjectifs tels que l'émotion et le bonheur sont désormais pris en compte pour créer des environnements qui optimisent le comportement humain et le bien-être. Son application est vaste et peut concerner autant l'intérieur de sa propre maison, appartement ou chalet de montagne que des bureaux d'entreprises, hôpitaux, salles d'attente ou restaurants par exemple.

Renata Koglin, fondatrice de Renata Koglin Interiors : « À



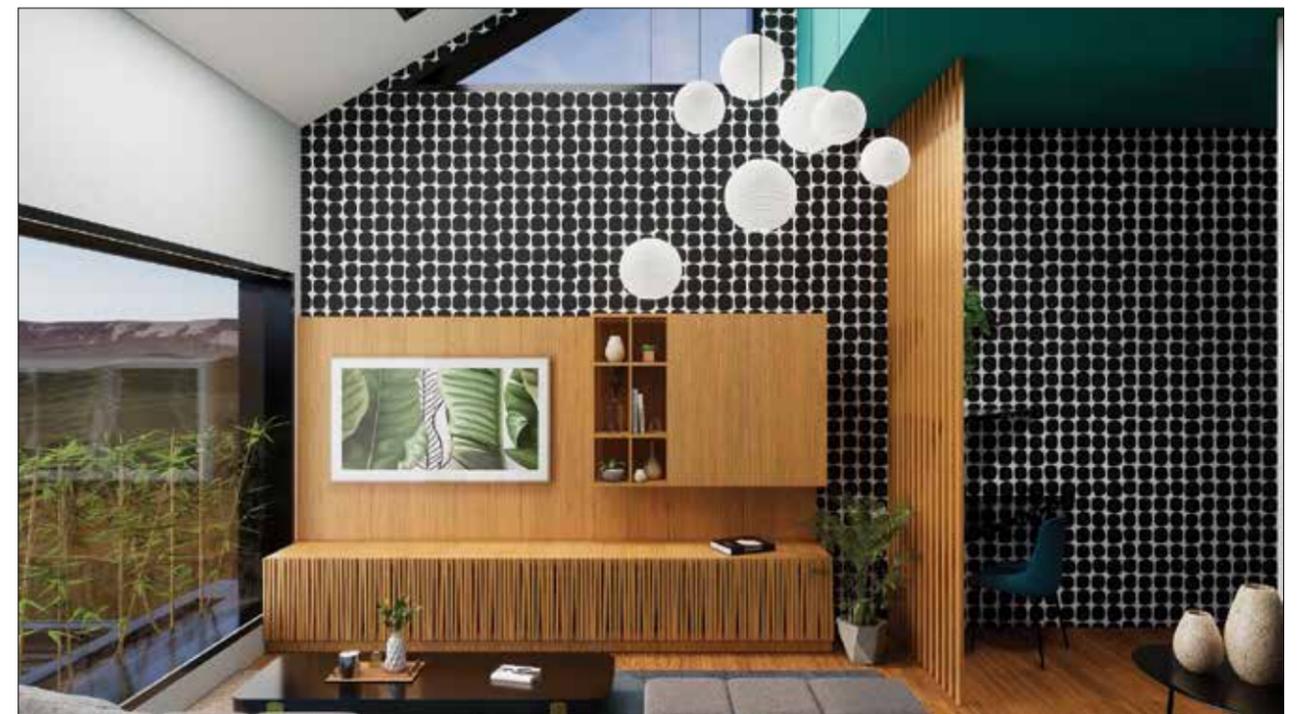
*la recherche constante de moyens pour avoir un impact positif sur la vie des gens, j'ai décidé de me spécialiser dans la neuro-architecture et le design biophilique. En ayant une compréhension plus profonde de la façon dont les différents éléments sensoriels peuvent avoir un impact sur les émotions des gens, mon objectif est d'apporter un équilibre et une harmonie psychologiques pour transformer les intérieurs, maisons ou bureaux et, par conséquent, de changer des vies. »*

### Le design biophilique place la nature au cœur des espaces

La biophilie fait partie de la neuro-architecture et signifie l'amour de la nature incorporé dans les environnements présentant de la verdure et des éléments naturels. Une conception biophilique vise à améliorer la qualité et la circulation de l'air, le rythme cardiaque et le bien-être de

manière générale. Intégrer des plantes d'intérieur et de motifs naturels améliore l'expérience multisensorielle et stimule la connexion visuelle. Les matériaux naturels, la présence d'eau et la lumière naturelle représentent, entre autres, des tendances du design biophilique.

Renata Koglin, fondatrice de Renata Koglin Interiors : « En Suisse, nous passons beaucoup de temps à l'intérieur car la saison froide est longue et sombre. Nous perdons notre contact avec la nature qui fait pourtant partie de nos besoins fondamentaux. Mon objectif est d'apporter des solutions d'aménagement intérieur ayant un impact sur le bien-être des gens sur le long terme. La neuro-architecture et le design biophilique ne sont pas qu'une simple tendance, c'est aujourd'hui une réflexion de fond que les architectes doivent mener, que je souhaite ancrer en Suisse romande, autant dans les environnements privés que publics. »





*Quand on rêve de vacances différentes, authentiques, en contact direct avec un peuple généreux, fiers de ses racines et de son histoire, dans un environnement incroyablement vert où l'on trouve l'Amazonie, 1000 kilomètres de côtes au bord du Pacifique, une avenue des volcans où niche le plus grand volcan actif au monde et le sommet le plus proche du soleil depuis le centre de la terre ainsi que des îles enchantées appelées Galapagos on n'imagine pas que ce rêve s'appelle l'Equateur.*



J'ai créé l'agence VoyagesDeRêve pour répondre à ce rêve. Vivre des expériences particulières et personnalisées dans un seul lieu peu connu mais magique. L'Equateur est traversé par la ligne équatoriale où se rencontrent les courants marins de Humboldt et « el Niño », cette situation privilégiée, fait que le pays bénéficie d'une grande diversité climatique, géographique et culturelle. L'Equateur a gardé son Patrimoine culturel intact. On trouve les premières villes à avoir été déclarées Patrimoine Culturel de l'Unesco : Quito et Cuenca, les seuls parcs naturels à remplir plusieurs critères : les Îles Galapagos, sans oublier d'autres parcs nationaux où l'on trouve le 17% d'espèces d'oiseaux, environ 5000 espèces d'orchidées, des dauphins roses ou les baleines qui viennent se retrouver chaque année entre juin et octobre. On y trouve également le majestueux condor, les ours à lunettes, des pumas, des espèces de faune et de flore incontestablement magnifiques. D'autres patrimoines font que l'Équateur soit si particulier : le patrimoine culturel immatériel, le chapeau « panama » est Équatorien. Le pays est l'un des principaux exportateurs de crevettes, bananes et de roses et qui produit le seul et unique cacao appelé « fino de Aroma ». D'ailleurs la première boisson au monde préparée à base de cacao fut en Equateur.

Un voyage en Equateur avec VoyagesDeRêve est synonyme d'authenticité, de diversité et adapté à chaque personne.

Chacun vivra un voyage unique et en accord à ses intérêts et besoins. Nous avons différents programmes qui répondent à différentes demandes selon les âges et les goûts. De plus, nous avons notre propre tour opérateur, vous aurez un seul responsable durant tout votre voyage.

Pour les femmes, nous avons créé un programme spécial appelé Ladies Only, car des rencontres entre amies, pour des associations, mère-fille, peut se vivre différemment.



Les femmes pourront découvrir une faune et une flore unique et incroyable aux îles Galápagos. Vous pouvez y faire de la plongée ou du snorkeling, observer les tortues géantes, les iguanes marins, les frégates, bobby à pattes bleues entre autres et explorer les différentes îles. Toutes les activités sont planifiées avec elles et s'accompagnent des cours de danse, de cuisine, de la préparation des encens et du shopping.

Quito et Cuenca sont des villes idéales si vous aimez la culture, l'histoire et le patrimoine. Nous vous amènerons au centre historique où nous pourrions visiter des musées, des églises et des marchés. Notre « plus » est de vous accompagner pour discuter avec des artisans locaux qui vous apprendront les techniques de leurs tissages, broderies, les couleurs utilisées et vous expliqueront la vie communautaire. On pourra visiter divers sites incas, préparer la nourriture traditionnelle et faire une partie de marche dans le Qhapaq Nan (réseau des routes andin ou chemin de l'inca).

Pour celles qui aiment le trekking, l'escalade, faire du cheval et la randonnée, les Andes sont une destination idéale pour les femmes qui aiment l'aventure. Vous pouvez faire des treks à travers les montagnes, visiter des villages indigènes et admirer d'incroyables paysages. Il est également possible de faire des randonnées douces et vivre l'expérience unique de dépasser les 4000mts.

La ville de Baños est une destination populaire pour les femmes qui cherchent à faire des activités en plein air comme le rafting, le canyoning et la tyrolienne. Vous pouvez également profiter des sources thermales et des cascades de la région. C'est ici qu'on vivra des expériences SPA ; massages à la boue volcanique ou aux plantes médicinales.

L'Amazonie et la Côte pacifique vous donneront l'occasion de partager les coutumes des communautés et de connaître les traditions de ce peuple qui préserve ce savoir ancestral et qui aime aussi les partager avec ses hôtes.

Pour 2023 nous avons créé deux nouveaux programmes qui tournent autour du tourisme vert et durable ainsi qu'un programme de ressourcement, d'énergie et de bien-être.

Nous sommes heureux d'organiser de vrais voyages personnalisés en Equateur, la terre aux quatre mondes.

**Elizabeth Rojas Gilliland**  
**info@voyagesdereve.ch**  
**+41 78 613 91 71 / +41 21 635 66 17**



## Un rendez-vous devenu incontournable

# Gonet Geneva Open



*Huit jours de grand tennis dans l'un des plus beaux clubs d'Europe: le Gonet Geneva Open propose à nouveau un grand spectacle dans le cadre magnifique du Parc des Eaux-Vives. Le tournoi peut s'appuyer sur une équipe de passionnés qui œuvrent pour sa réussite, parmi lesquels quatre femmes qui tiennent un rôle en vue.*

Ces quatre femmes ne sont, bien sûr, pas les seules personnes qui contribuent à la réussite du Gonet Geneva Open. Marion Duvillard peut s'appuyer sur le concours de grands professionnels mais aussi sur une fidèle famille de bénévoles passionnés.

Stefanie Rossier

# GENÈVE



**Marion Duvillard, la cheville ouvrière de l'organisation**

Marion Duvillard est, depuis 2016, la responsable opérationnelle du tournoi. Elle est notamment le relais auprès des sponsors, des prestataires et des autorités des trois patrons du tournoi qui sont les copropriétaires Ion Tiriac et Rainer Schüttler et le directeur général Gérard Tsobanian. Elle est l'une de personnes qui, au fil des années, a permis au Gonet Geneva Open de s'ancreur pleinement dans la vie genevoise.



**Clémentine Martin, responsable de la billetterie**

Son sourire est déjà devenu légendaire. Responsable de la billetterie, Clémentine Martin vous accueille à l'entrée du Parc des Eaux-Vives. Avec son expérience et son calme à toute épreuve elle peut faire face à toutes les demandes, à toutes les situations et à tous les imprévus qui rythment la vie d'un tel tournoi.



**Rosy Canavese, la "maman" des ballboys et des ballgirls**

Elle est la "maman" des 80 enfants qui ont été retenus pour oeuvrer comme ramasseurs de balles durant les huit jours du tournoi. Rosy Canavese est une "maman" attentionnée au bien-être de ses protégés mais aussi une "maman" qui s'attache aussi à leur inculquer une rigueur indispensable pour que tout se passe bien. Et depuis 2015, tout se passe effectivement bien.



**Noémi Ramirez Campos, responsable du players desk**

Depuis quatre ans, Noémi Ramirez Campos est à la tête du players desk, c'est-à-dire le bureau où les joueurs peuvent notamment réserver les terrains d'entraînement. Elle est aussi là pour régler les problèmes d'intendance. L'accueil réservé aux joueurs est aussi l'une des raisons pour laquelle le Gonet Geneva Open est considéré comme l'un des plus beaux tournois de l'année.

# Pioupiau Cosmetics élargit sa gamme



Claire Dhote a évolué de nombreuses années dans le secteur de la beauté, d'abord chez L'Oréal puis La Prairie et ensuite Estée Lauder. Elle a ensuite eu envie de créer une marque de cosmétiques pour accompagner les femmes enceintes, les nouveaux-nés et les enfants. Sa collection s'articule autour de 3 produits phares : Un baume douceur bébé, une huile de massage & depuis peu, la crème visage. Le développement et la fabrication des produits sont réalisés en Suisse. Les formules se composent d'ingrédients biologiques, 100 % d'origine naturelle, végan et bio certifiés Cosmos Organic. Autre particularité du label, Pioupiau Cosmetics s'engage à avoir un impact minimal sur l'environnement avec une attention particulière sur le choix des emballages.

Basée dans le canton de Zoug en Suisse, Claire Dhote a travaillé sur le projet Pioupiau Cosmetics pendant 3 ans avant de se lancer. Maman de 2 garçons, elle connaît les priorités et les

rituels simples à adopter. Grâce à des huiles, baumes et crèmes, les soins nourrissent le visage mais aussi tout le reste du corps. », explique Claire. Concernant les massages prodigués aux enfants avec l'huile, Claire Dhote y trouve un intérêt particulier et non négligeable : « Créer un lien d'attachement, chouchouter, stimuler, détendre, faciliter la digestion avec un massage abdominal et même renforcer son système immunitaire, tels sont les atouts d'un massage. Cerise sur le berceau ? Il favorise l'endormissement. Quand ils sont réalisés avec des produits aussi sains que Pioupiau Cosmetics, on ne fait que du bien à nos enfants » développe Claire. Les produits de la gamme sont disponibles en ligne sur le site de Pioupiau Cosmetics et dans des boutiques spécialisées. Autre good news ? Pioupiau Cosmetics lance aussi une collaboration avec les spas en proposant ses soins doux dans des lieux réservés au bien-être.

Pioupiau Cosmetics  
pioupiau-cosmetics.ch



Après le succès réussi du lancement de la marque suisse saine et bio Pioupiau Cosmetics, la fondatrice Claire Dhote lance une crème visage douce et irrésistible destinée aux nouveaux-nés, enfants et femmes enceintes.



# Mireille Dürig

## kinésiologue au cabinet Kinessence

**Madame Dürig, à quoi ressemble votre parcours professionnel ?**

J'ai d'abord été enseignante d'anglais et de musique, pour des adolescents. C'est là que j'ai pris la mesure de combien d'enfants ne réussissaient pas aussi bien qu'ils le devraient. Ma rencontre en 2001 avec la kinésiologie a été une révélation et m'a permis d'accompagner avec succès des milliers d'enfants et d'adultes.

**Expliquez-nous ce qu'est la kinésiologie et comment vous pratiquez :**

Le mot « kinésiologie » veut dire « science du mouvement ». Elle prend ses racines dans les années 1940, s'appuyant sur les méridiens de médecine chinoise. Elle permet de questionner, au travers du test neuro-musculaire, l'inconscient du patient, et d'équilibrer le système corps-cerveau. C'est une approche holistique. Pour les enfants, le Brain Gym® créé dans les années 80 par Paul Dennison est très efficace, favorisant l'accès au plein potentiel cérébral au travers de mouvements.

**Parlons de vos ouvrages, à qui sont-ils destinés ?**

Je les ai écrit en pensant prioritairement aux parents qui ne sont pas des spécialistes de l'apprentissage et /ou qui ont besoin de clés thérapeutiques. Ils s'adressent également aux enseignants, aux kinésiologues, aux logopédistes, aux ergothérapeutes et autres thérapeutes qui peuvent ainsi enrichir leurs pratiques. Ils viennent dans le prolongement de ma pratique de cabinet et font la synthèse de mes observations.

Mon premier ouvrage « Génial, j'y arrive enfin » apporte



des solutions pour les enfants en difficulté scolaire. Il est répertorié par tranche d'âge, afin de faciliter la recherche d'informations.

On y trouve :

des exercices de Brain Gym et des mises en mouvement, qui sont l'idéal pour les enfants qui ont besoin de bouger pour apprendre

des conseils pour la gestion émotionnelle, pour tous les âges. Et notamment des astuces pour la concentration, la mémorisation, l'organisation des stratégies d'apprentissage (vocabulaire, dictée, table de multiplications, calcul mental, langues étrangères)

Vient ensuite dans son prolongement « Génial, le jeu qui met ton corps et ton cerveau en mouvement ». Inspiré du Brain Gym et en relation avec les mises en mouvement liées à chaque étage du cerveau (cerveau reptilien, système limbique et cortex), ce jeu offre plusieurs possibilités d'utilisation.

Seul, en tirage de cartes, ou en groupes, avec comme but du repérage visuel, ou encore en Memory. Le jeu est un prétexte à la pratique des exercices qui vont booster le cerveau et faciliter les apprentissages

Mon deuxième ouvrage intitulé « Des étoiles vers la terre » reprend la thématique du travail scolaire, mais va plus loin dans les compréhensions. Entremêlant l'impact du transgénérationnel, la dynamique d'incarnation, l'empreinte de naissance et le symbolique, il met en avant comment le corps est notre outil d'incarnation et comment notre manière de venir au monde impacte sur nos comportements. Et notamment la relation au travail scolaire. Car derrière chaque difficulté, il y a une histoire de vie à dévoiler.



**Que vous ont apportées (personnellement) vos diverses formations professionnelles ?**

Elles ont élargi mes connaissances et augmenté ma boîte à outils. Il y a également un apport indéniable au niveau humain, au travers des rencontres et des échanges. J'ai complété mon cursus professionnel de kinésiologue par d'autres formations en périnatal, en décodage biologique, en nutrithérapie et dans d'autres thématiques. Elles sont un tremplin pour avoir envie d'aller toujours plus loin dans ce que je peux apporter.

**Qu'aimeriez-vous transmettre aux gens qui viennent vous consulter ?**

Qu'il est toujours temps de prendre soin de soi. Quel que soit son âge. Il est essentiel de comprendre que les enfants expriment le plus souvent - surtout quand ils sont en bas âge - le non-résolu des parents. En d'autres termes, ils sont des éveilleurs de conscience et ils viennent faire grandir les parents. L'autre aspect important pour moi est de savoir qu'en travaillant avec l'arbre généalogique, on se libère soi-même, mais cela a aussi un impact bénéfique sur les ancêtres et les descendants.

**Quels sont les conseils et les soins que vous prodiguez aux gens qui viennent vous rendre visite ?**

En kinésiologie, avec les enfants, je passe beaucoup par le mouvement et le corps. J'essaie de rendre les séances le plus vivantes possible. Aux enfants en âge scolaire et qui viennent pour des difficultés d'apprentissage, je leur demande de pratiquer quelques exercices de Brain Gym. Avec les adultes, je travaille beaucoup en kinésiologie émotionnelle et énergétique.

Un lien de confiance doit se créer entre celui qui vient en consultation et le thérapeute. Car sans ce lien de confiance, rien ne se passe vraiment. Je recommande vivement de prévoir 3 séances, afin d'avoir le temps de faire connaissance, de voir les améliorations et d'ancrer les changements positifs.

La kinésiologie convient à tous les âges.

**Quels sont vos projets futurs au sein de votre cabinet ?**

Je souhaite continuer les partages au travers de diverses formations et ateliers, ainsi que l'écriture d'autres livres. Pour moi, transmettre est essentiel.



**Quelles sont vos spécificités dans votre travail en tant que kinésologue ?**

Je m'appuie sur les données généalogiques et je fais donc un travail de fond au niveau des ancêtres, afin que ceux qui viennent en consultation ainsi que leurs descendants soient déchargés des fardeaux qui ne leur appartiennent pas, et qu'ils puissent ainsi exprimer tout leur potentiel. Je mets aussi en lumière toute la période périnatale, avec une attention particulière sur la manière de venir au monde, car celle impacte notre manière d'être et notre relation au travail (je l'explique dans mon livre « Des étoiles vers la terre »).

Ma force est de savoir faire des liens entre divers aspects. Je suis particulièrement reconnue pour mon travail de kinésologue sur les difficultés scolaires car j'ai bien fréquenté le milieu de l'école et je suis capable de comprendre la symbolique d'une difficulté, en relation avec une histoire de vie, qui peut être celle d'un ancêtre. Ceci tout apportant du concret et du pragmatique

Mon métier est une véritable passion : grâce au contact de ceux et celle qui viennent en consultation, j'en apprend toujours plus sur l'être humain. Je suis profondément reconnaissante pour cela.



Kinessence, 5 Route de Gingins,  
Grens, VD, 1274, Switzerland  
mdurig@kinessence.ch



*Daniel Voyages est une jeune agence de voyages basée à Sion dirigée par l'énergique Daniel Pereira.*



Le parcours de Daniel Pereira force le respect. Ce travailleur infatigable et passionné par son activité professionnelle est un véritable touche-à-tout surdoué. Cet ancien arbitre de hockey (qui a dû cesser cette activité en raison d'un accident survenu à ses 18 ans), a travaillé dans le bâtiment jusqu'à ses 22 ans.

Ensuite, il s'est reconverti dans la vente et l'offre qu'il a faite a été validée à la première place. C'est par la suite qu'il décide de se tourner vers le tourisme, où il trouve définitivement sa voie.

Son enthousiasme, son amour pour le travail bien fait et la place centrale qu'il accorde à la satisfaction des clients émanent en grande partie de sa personnalité dynamique et impliquée. Son leitmotiv est de donner de la joie de vivre aux gens. Son énergie communicative stimule toute l'équipe de l'agence, ce qui garantit un travail accompli avec motivation et compétence.

Outre les nombreuses excursions en car, dont l'offre s'étoffe chaque année, Daniel Voyages propose l'élaboration de voyages sur mesure, adaptés à vos envies et surtout, à votre budget. L'agence n'a de cesse d'innover et d'expérimenter de nouveaux concepts attractifs. Le dernier-né est le voyage surprise. Une idée un peu folle où le client n'apprend la destination qui a été choisie pour lui que 48 heures à l'avance, mais l'agence veille au grain en tout temps ! Des transferts, des sorties d'entreprise, des circuits ou des vacances balnéaires les doigts de pieds en éventail font entre autres partie des nombreuses prestations de l'agence. Demandez dès aujourd'hui votre offre sans engagement !

N'hésitez plus, venez à la rencontre de cette agence novatrice qui gagne à être connue et qui n'a pas fini de vous surprendre. Présent dans ses bureaux à Sion, Daniel Voyages travaille également volontiers avec des outils tels que Skype, WhatsApp, l'e-mail ou le téléphone.



**Daniel Voyages**  
Rue des Aubépines 5  
1950 Sion  
Bureau : 027 565 02 60  
Daniel Pereira : 079 935 37 00 / danielvoyages@netplus.ch

## Anouk Vergé Dépré

# Le beach-volley pour passion

La passion du sport comme leitmotiv. Cela collerait parfaitement à la peau de la championne Anouk Vergé Dépré, qui excelle dans sa discipline sportive depuis plusieurs années. Avec un magnifique palmarès à son actif, la jeune athlète enchaîne les compétitions et les gagne haut la main toujours en duo avec Joana Heidrich. Ensemble elles vont plus loin, ensemble elles sont plus fortes.

### Un ballon, des compétitions et un sourire

Ce qui est essentiel pour Anouk, c'est le dépassement de soi, dans cette discipline qui demande de la rigueur et du travail. Pleinement engagée l'athlète collectionne les exploits sportifs, les victoires. Victoires en duo avec une coéquipière en or qui n'est autre que Joana Heidrich. Ensemble elles ont vécu des moments forts en émotion et ont atteint le graal plus d'une fois au fil de leur carrière pro. Anouk a même créé une association en faveur des sportifs professionnels dans le but d'une meilleure revalorisation du métier. Engagée sportivement et humainement, l'athlète a tout d'une grande et peut voir un très bel avenir devant elle.

### Des médailles autour du monde

Joana Heidrich et Anouk Vergé-Dépré ont remporté la première médaille olympique de l'histoire de la Suisse en beach volley féminin, lors des derniers jeux Olympiques de Tokyo, en décrochant le bronze. Anouk et sa coéquipière ont un sacré palmarès derrière elles. Toutes les deux partent à la conquête de nouveaux horizons et de nouveaux objectifs. Munich, Rome, Sardaigne, Tokyo, Lettonie, et tant d'autres lieux qui ont permis à ce duo d'acquiescer de nouvelles expériences et d'améliorer encore plus leur jeu. Le rendez-vous est pris à Paris, car elles ont été sélectionnées pour les JO en 2024. Malgré les coups durs, les défaites, les blessures, le duo Vergé Dépré et Joana Heidrich ne baisse jamais les bras pour avancer passionnément dans ce domaine on ne peut plus compétitif.

### La famille et le sport à 100 à l'heure

Entre sa famille, ses voyages et ses engagements, Anouk laisse une grande place au Beach volley depuis de très nombreuses années. Et c'est au sein d'une team bienveillante qu'Anouk grandit et se perfectionne dans sa discipline. Car comme elle le dit si bien : « la Magie se produit dehors de votre zone de



confort » Une pluie de médailles, une bonne dose d'humour, d'engagement, de passion et de talent, sans oublier une détermination à toutes épreuves, tels sont les grandes valeurs d'Anouk Vergé Dépré. Dépasser ses limites est souvent le crédo des grandes championnes, la réussite d'Anouk n'est pas due au hasard. Elle est plutôt le fruit d'efforts continus et répétés, et qui trouvent donc aujourd'hui leur aboutissement et leur récompense. Ne reste plus qu'à lui souhaiter tout le bonheur du monde et de glaner une nouvelle médaille aux prochaines olympiades de Paris 2024.

Stefanie Rossier



# Ultima Courchevel Belvédère

*Take skiing to new heights. Exquisitely situated on the Belvédère slopes, sitting between Courchevel 1850 and La Rosière forest, you will discover Ultima Courchevel Belvédère. A luxurious ski and wellness resort with 13 privatised four and five-bedroom residences, offering the experience of an ultra-luxury 5-star hotel, served to you in utter privacy.*



**T**hese chalets are in a league of their own. Ultima Courchevel Belvédère couldn't be any closer to the slope, boasting ski-in/ski-out access straight onto the glorious Sunny Valley. Inside, the floor-to-ceiling windows allow natural light to fill the properties, as well as, breathtaking views across the picturesque snow-blanketed valley. Natural beauty is not in short supply. With large living areas, stylish interiors and sumptuous bedrooms, these residences are perfect for a family or group of friends looking to savour their precious time together. With exceptional service

as a standard.

As expected with an Ultima Collection property, wellness is at the heart of its offering. Balance days of skiing with mind-soothing treatments in our world-class spas. Depending on which residence you're staying in, you will access one of our two state-of-the-art spas. They feature sensual saunas, hammams, fitness rooms, heated pools, and an outdoor Jacuzzi. Bespoke treatments and programmes with leading wellness experts are available, accompanied by the latest innovative products from the leading Swiss wellness brand, Swiss Perfection.

Food is an artform at Ultima Courchevel Belvédère. Not only can you fine dine in our golden-lit private dining room and savour cocktails in the welcoming Lobby Bar, but you can also enjoy daily culinary experiences in your private residence. Your day will begin with Ultima's Signature Breakfast served by your dedicated butler and end with private chef experiences, who deliver show-worthy meals based on your group's tastes.

Located at the heart of Europe's largest ski region, Les Trois Vallées, over 600 kilometres of maintained pistes lie on the doorstep of the residences. It's a short 7-minute transfer journey

to the city's bars and restaurants, for when the hours turn dark. Plus, Ultima ski guides and instructors are at the ready to lead excursions to the hidden gems of The Three Valleys and beyond. Non-skiers can take to the town of Courchevel to explore the refined boutiques, dining, and entertainment on offer, with the Ultima team on call to curate unique and authentic experiences featuring the region's finest offerings at any time.

"C'est en décembre 2020, que je suis tombée sous le charme de cet établissement regorgé d'histoire."

## BRASSERIE Café de Paris



*Logé dans le petit village de Chalais, son histoire a débuté il y a 130 ans, il était alors le bistrot du village. Avec l'aide de « l'homme de l'ombre » qui est également l'esprit créatif de la cuisine, j'ai voulu donner une nouvelle vie à ce lieu tout en lui redonnant cette âme typique des vieilles brasseries parisiennes.*

J'ai toujours travaillé au contact de la clientèle. Je n'ai pas de formation en restauration, mais cela ne m'a pas empêché de me lancer dans ce projet car « l'homme de l'ombre » lui, a tout un bagage et moi j'aime bien recevoir.

J'ai voulu avec ce projet créer un espace où tout le monde est le bienvenu et peut venir déguster une cuisine entièrement "fait maison", à partir de produits bruts de première qualité.

Etant maman de trois enfants en bas âge, je me suis vite aperçue que l'offre était très limitée pour les enfants et les familles en général. J'ai donc voulu proposer plus de choix à la jeune clientèle. Pour cela, rien de plus simple, toute la carte est proposée en plat enfant. Les assiettes sont dressées avec le même soin, indépendamment de l'âge de notre client. Ils pourront ainsi déguster tout aussi bien un filet de bœuf « Simmental » que des filets de perches du Lötschberg, ou encore notre cordon bleu « Ricci » remplis de bonheur, entre plein d'autres



choix. J'adore voir leur réaction quand ils comprennent qu'ils peuvent choisir et manger comme les grands. Ils prennent du plaisir et découvrent plein de nouvelles saveurs. Récemment un groupe d'enfants m'a même dit que nous étions le meilleur restaurant du monde, ça m'a fait chaud au cœur, surtout venant des enfants. Nous avons également introduit depuis peu un nouveau concept, le plat

« P'tit Bout 'Chou ». L'idée est de proposer une purée adaptée aux plus petits, entièrement préparée maison.

Ma carte est présentée en format numérique, influence de mon ancienne expérience dans les télécommunications mais pas que.... Je travaille avec des produits de première qualité et qui peuvent ne pas être toujours disponible sur le marché. Je privilégie les produits frais, pour cela, j'achète des petites quantités mais plus régulièrement. De ce fait, il se peut qu'un plat manque à l'appel. Je peux ainsi en deux clics retirer ce plat de la carte sans devoir le biffer sur une carte papier. Ma carte est également en constante évolution, on la modifie selon les saisons mais pas seulement. On aime proposer des nouveautés à chaque nouvelle venue de nos clients. Pour finir, j'aime donner une idée visuelle du plat qui va être présenté à table, ça aide le client à choisir son plat, tout en lui permettant d'oser des choix différents desquels il a l'habitude.

Vous retrouverez dans nos spécialités le Filet et l'Entrecôte de Bœuf « Simmental » rassis au minimum deux mois par notre boucher local, notre Tartare de Filet de Bœuf, notre Burger de Bœuf avec son pain à la patate douce, notre Cordon Bleu façon Ricci ou encore notre Pavé de Bœuf de Kobe, ce Bœuf légendaire qui fait partie des aliments les plus uniques et rares au monde. Le tout, accompagné de notre fameuse et goûteuse sauce signature « Café de Paris ». En dehors de cela, le choix est varié, tout en gardant une petite carte afin de préserver la qualité. Nous aimons également proposer des plats qui ne sont



plus traditionnellement proposés tels que le Bœuf Wellington, le Tournedos Rossini, la Souris d'Agneau confite en basse température, soit 4 heures de cuisson ou encore notre chariot de fromages qui compte 16 fromages Valaisans.

Nous travaillons essentiellement avec des produits locaux afin de soutenir les artisans de la région que nous mettons à l'honneur sur notre carte.

Notre souhait est que nos clients puissent prendre du plaisir tout au long du repas tout en retrouvant une ambiance chaleureuse et familiale comme à la maison.

Notre envie ? Vous faire plaisir ...

**BRASSERIE "CAFÉ DE PARIS"**  
Rue de la Forge 20  
3966 Chalais  
027 525 77 70



# L'univers du Bien-ETRE d'Isabelle Lengrand



*C'est un monde de détente physique et mental que côtoie Isabelle Lengrand. Ostéopathe, homéopathe et naturopathe, elle apporte tous les soins nécessaires pour soigner les blessures des corps et de l'âme. Grande voyageuse et attentionnée, elle prend soin de toutes les personnes âgées de 0 à 100 ans.*



rue Adrien-Lachenal 26  
1207 Genève  
Chemin des Campanules 11  
1273 Arzier  
info@isabellelengrand.ch  
isabelle.lengrand@gmail.com  
079 368 83 78

## Un parcours atypique

Entre voyages et passions, le parcours d'Isabelle Lengrand est atypique. Après un BAC Scientifique avec prépa, elle se forme pour acquérir davantage de compétences dans ce domaine. Une école de physiothérapie, ostéopathie et étioopathie à Paris, naturopathie et homéopathie à Genève, une chose est sûre : la passion anime Isabelle Lengrand. Elle qui aime découvrir de nouveaux pays, elle part au Luxembourg apprendre la phytoembryothérapie, et se rend apprendre la dissection en Allemagne. Des voyages qui l'inspirent, donne des envies encore plus fortes de prendre soin des gens. Une certaine soif de connaissance et de nouveaux horizons. Mme Lengrand, a pu, à travers le monde se procurer des soins pour en apprendre plus sur elle-même. Un certain développement personnel et de ses qualités de thérapeute.

En 2015 en Mongolie, elle a été initiée par les Chamans mongoles d'où une révélation dans ses pratiques professionnelles.



7 ans plus tard, Mme Lengrand, attirée depuis tant d'années par la montagne, part avec une amie au Kilimandjaro, gravir le sommet, pour se surpasser, se lancer un défi. Un challenge sportif, personnel et spirituel. Un entraînement intensif et un mental d'acier pour atteindre le graal.

Elle aura vécu deux reconnections avec son âme avec des émotions fortes. Une ascension qu'elle finira seule en compagnie de son guide.

## Le Bien-ETRE pour tous

Ce qui importe pour Isabelle Lengrand c'est le Bien-ETRE des gens. De 0 à 100 ans comme elle le dit si bien. Elle s'intéresse à la reliance des gens à l'intérieur d'eux-mêmes. Guérir, panser ses blessures du passé pour voir un avenir meilleur. Elle propose une route vers la guérison « car nous n'avons jamais fini ». Elle pratique également la bio-résonance et présente 3 types de consultations : le toucher et magnétisme, l'ostéopathie tissulaire, la naturopathie avec la bio résonance et l'homéopathie avec des remèdes spécifiques aux patients. Toutes ses consultations peuvent être avec une canalisation.

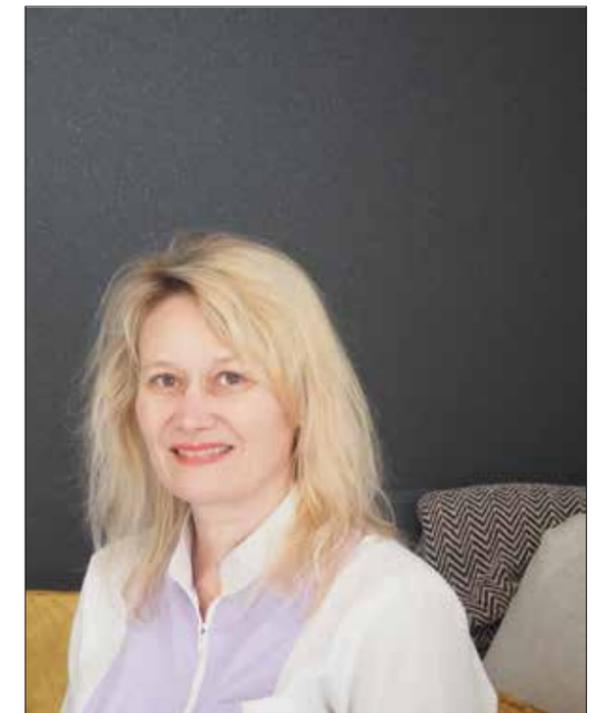
D'où un travail possible en transgénérationnel et/ou sur les vies antérieures.

Passion, engagement, voyages, Bien-ETRE, personnes et plaisirs, voilà tous les mots qui pourraient caractériser Madame Lengrand. Un parcours professionnel qui reflète parfaitement sa vie : passionnée et enrichissante.

Stefanie Rossier

*"Ma rencontre avec Isabelle Lengrand est arrivée un peu comme tout le reste : sur une coïncidence qui n'en est pas une, dans un moment qui paraissait être un trou noir alors qu'en fait il m'emmenait à la lumière. Depuis deux ans et demi je continue d'aller lui rendre visite quasiment toutes les semaines, peu importe mes contraintes : le travail d'évolution, d'acceptation, de recul et les transformations bénéfiques qui en découlent sont exponentielles. De n'importe quel angle que l'on puisse le considérer ou interpréter son approche, je sais que pour moi ça marche, et c'est tout ce qui importe : faire en sorte d'emmener le plus de personnes possibles vers leur lumière intérieure."*

Claire.





**A** l'origine de cette enseigne, c'est Sabine Pirat, qui vous confectionne des luminaires et du petit mobilier. En général, elle part d'une pièce de récupération pour vous créer une lampe, une console ou encore une table de salon et quelques fois une sculpture. Tout a commencé il y a quelques années quand Sabine a décidé de mettre en avant sa créativité et s'est lancé le défi de réaliser des luminaires. Mais elle ne voulait pas juste les customiser ! « Je me suis donc dit qu'il fallait que je sache souder et j'ai pris des cours. Ça été une véritable révélation ! J'ai dû être ferrailleur en d'autres temps car je me suis tout de suite sentie dans mon élément et j'adore l'odeur du métal que l'on coupe ! »



En 2017, elle a eu l'opportunité de prendre un atelier dans un centre culturel où différentes mixités de créativité se côtoient, se mélangent, interagissent et peuvent donner naissance à des nouveaux projets ainsi qu'à de belles collaborations. « Cela m'a beaucoup boostée, permis d'évoluer et d'affirmer ma créativité. »

Vous êtes les bienvenus dans son univers afin de découvrir ses créations et pouvez passer à son atelier visiter son coin expo cependant il est préférable de l'appeler avant car elle pourrait être au fond d'une benne pour vous dénicher une pépite à upcycler.

Le bois et le métal sont ses matériaux de prédilection, elle crée principalement des luminaires mais aussi du petit mobilier ainsi que des sculptures.

Pour ce faire, en tant qu'autodidacte, elle a pris des cours de soudure et dès qu'une technique l'interpelle, elle se renseigne auprès de professionnels ou prend d'autres cours. Cependant, comme l'expression le dit : « c'est en forgeant que l'on devient forgeron ! ». Elle aime relever les défis, elle réinvente constamment et attache beaucoup d'importance aux détails et aux finitions.

Elle n'aime pas l'approximatif ! Et du fait qu'elle récupère différents objets et qu'elle travaille diverses matières, elle s'exerce jusqu'à ce qu'elle y arrive. Par exemple, quand elle a récupéré de superbes



Dame-Jeanne que j'ai voulu transformer en lampes, j'ai d'abord demandé à un vitrier s'il pouvait m'en couper le fond. Il m'a répondu par la négative car il y avait trop de risques qu'elles se cassent. Du coup je me suis renseignée, j'ai regardé des vidéos, me suis exercée sur des bouteilles vides et me suis lancée. La première n'était pas parfaite mais j'ai continué jusqu'à ce que je sois satisfaite du résultat.

Cependant, il faut accepter que ce ne soit pas parfait. Le parfait est ce qui sort de l'usinage, les « imperfections » sont ce qui donnent le charme et l'unicité de l'artisanat. En plus, elle ne peut pas avoir tout l'outillage professionnel pour chaque matière. La beauté d'une création peut être dans l'imperfection et dans les traces laissées par le temps d'une pièce upcyclée.

La plupart du temps, son travail se dirige sur la valorisation des pièces de recyclage ; boîtes à vitesses, disques de freins, bidons usagés, palettes et autres qu'elle chine soit directement dans les entreprises ou dans les centres de tri. C'est un élément fondamental de son travail et c'est là qu'elle puise ses



différentes sources d'inspiration, ce sont aussi les pièces qu'elle récupère qui vont orienter ses créations.

Son travail a notamment été remarqué par les réalisateurs de la télévision et c'est ainsi qu'elle a eu le plaisir et l'honneur de participer à la 1<sup>ère</sup> saison de l'émission « Bon Débarras » sur l'upcycling de la RTS1 diffusée le 13 août 2021.

Ainsi qu'à une émission « La Vie des Objets » sur France2 le 22 décembre 2022 qui était dédiée à la transformation d'un lot de boîtes de chocolat art déco auquel elle a donné une 2<sup>ème</sup> vie en applique murale. Cela a été une expérience passionnante et une belle reconnaissance de son travail, elle a aussi dû sortir de sa zone de confort mais c'est très stimulant et inspirant. Elle est très reconnaissante de ce que la vie lui offre.



**Sabine Pirat**  
+41 79 124 64 71  
<http://www.passionetcreations.ch>  
[info@passionetcreations.ch](mailto:info@passionetcreations.ch)



Une expérience inédite

# la cuisine chinoise au déjeuner



## Pour le weekend

Offrant la plus belle vue de Zurich, le Maiden Shangai, restaurant primé et reconnu par le GaultMillau, vous fait découvrir sous la direction du chef Luo Bing, une cuisine chinoise d'exception. Situé dans la partie ouest de Zurich, l'emplacement est à couper le souffle; terrasse extérieure grandiose complétée par une expérience gastronomique surprenante et un salon privé aménagé selon vos envies.

Venez désormais profiter de cette expérience culinaire le weekend pour le dîner.

Avec un menu où tout se partage, le chef Luo Bing enchante vos papilles. A travers un voyage culinaire allant de la cuisine cantonaise, en passant par Shanghai, Sichuan et Pékin, le Chef nous délecte toujours. Avec ses ingrédients frais et sélectionnés sans OGM, il offre une découverte chinoise gourmande : wok, dumplings ... Un moment de pure magie culinaire créant ainsi les souvenirs de toute une vie, propre à l'expérience FIVE.

Le chef Bing aime sa cuisine traditionnelle chinoise et c'est avec passion qu'il la partage avec ses clients d'ici et d'ailleurs. Pour les surprendre, il réinterprète le déjeuner avec une sélection de plats chinois évitant ainsi un déjeuner occidental conventionnel.

Grâce à son nouveau et déjà célèbre style, le chef Bing inspire et crée de quoi mettre vos sens en ébullition. S'appuyant sur sa propre culture, le chef Luo Bing révèle son génie, de l'Ouest à l'Est, pour le plaisir de tous.

## Pour un dîner exquis

Associant une cuisine gastronomique moderne à une cuisine traditionnelle, le succès est garanti. Le chef Bing crée un menu imaginaire incomparable avec des ingrédients frais et subtils soigneusement choisis. Une de ses signatures.

Vous en voulez plus ? Le Maiden est fait pour vous. Une terrasse extérieure chic et fabuleuse est là pour des moments de glamour et de fun dans une ambiance festive. Laissez-vous porter.

Pour plus d'intimité, le Maiden vous propose un salon privé,



l'endroit idéal pour des moments précieux.

Surtout n'oubliez pas de tester nos délicieux cocktails signature.

Restez à l'écoute.

## À propos du Maiden Shanghai

Restaurant chinois servant des plats gastronomiques sans OGM, d'inspiration shanghaienne des années 1920, le Maiden dispose d'une magnifique terrasse extérieure, d'un restaurant luxueux et festif ainsi que d'un salon privé.

En plus de ses événements branchés dont un brunch primé et des lady's night, le Maiden vous promet une version surprenante de la cuisine asiatique traditionnelle sublimée par le style disruptif du FIVE.

## A propos du FIVE

Avec ses restaurants les plus en vogue et son nouveau club le plus branché de Suisse, le FIVE Zurich est un hôtel au style de vie avant-gardiste avec sa propre vision du luxe.

Ses 87 suites et chambres de luxe offrent une vue scintillante sur la ville ou sur la forêt luxuriante. Ses 7 magnifiques restaurants primés à la renommée internationale réjouissent les fins-gourmets. Un club en rooftop ainsi qu'une piscine extérieure en été attendent les oiseaux de nuit. Pour se détendre, le FIVE offre également un merveilleux spa accompagné de sa piscine intérieure pour une detox assurée.

En alliant le meilleur de l'hospitalité suisse au style FIVE, Le FIVE Zurich propose de vivre une expérience magique et inoubliable à tous ces invités, d'ici et d'ailleurs. Grâce à ses services d'exception, le FIVE s'est d'ailleurs vu décerner cinq étoiles lui valant l'honneur de faire partie de la prestigieuse Hôtellerie Suisse.

Situé à 10 minutes en voiture du centre-ville et de ses principales attractions et à 20 minutes en voiture de l'aéroport principal de Zurich, le FIVE surplombe Zurich depuis le magnifique plateau d'Uetliberg. Il est également directement accessible.



*Mariana Correia aime apprendre en permanence. Une éternelle insatisfaite qui pense constamment à se perfectionner et qui avec plein d'objectifs persévère quotidiennement. Elle se sent chanceuse d'avoir des personnes qui l'entourent et reconnaissante du retour de ses clients et patients à l'hôpital.*

### Quel est votre parcours professionnel ?

Actuellement, je travaille dans mon salon 3 jours par semaine, l'autre partie du temps je travaille avec une chouette équipe à la Providence où je fais des consultations pour l'apnée du sommeil. J'ai enfin trouvé un équilibre qui me plaît, dans le domaine de la santé c'est un rêve depuis petite et je tiens à le préserver. Pendant 3 ans j'ai suivi une formation dans la micropigmentation et sur le tatouage, tout en travaillant dans le domaine de la santé. Quand j'ai ouvert mon espace, j'ai trouvé qu'il était plus juste de pratiquer des prix plus accessibles en ayant des pigments de haute qualité. Je pense que le mérite vient aussi avec l'expérience.



### Quelle est la différence entre le microblading et la micropigmentation ?

La plupart des clientes ne connaissent pas la différence entre microblading et micropigmentation ! La micropigmentation est réalisée à l'aide d'un dermographe qui va implanter le pigment dans le derme. Cette méthode est plus douce et durable.

Le microblading est réalisé à l'aide d'un petit scalpel qui va couper afin d'introduire le pigment dans le derme. Il n'est pas adapté à tous les types de peau, je remarque que souvent le

pigment a été mis trop profondément laissant des cicatrices en forme de sillons. Je reçois souvent des personnes désespérées qui se laissent séduire par cette méthode. Mais leur rêve devient un cauchemar quotidien. Parfois je dois refuser de corriger car il est souvent nécessaire de faire quelques séances de laser avant de pouvoir faire quoi que ce soit où la peau a été trop endommagée.

Avoir un diplôme de microblading ou micropigmentation ne veut pas dire que le technicien peut le pratiquer. Et ça les gens ne le savent pas non plus.

Dans le canton de Neuchâtel, pour pouvoir pratiquer il faut une autorisation du SCAV, une inspection approfondie du lieu est réalisée mais avant cela nous devons présenter par écrit un concept sur les bonnes pratiques de travail, justifier 2 ans d'expérience sous surveillance et 3 ans de formation (etc..).

Chaque canton est différent et possède ses propres exigences spécifiques.

### Quelle est la formation solide à avoir pour exercer ce métier ?

Le problème que nous rencontrons actuellement c'est qu'il y a des professionnels qui donnent des formations de 2 jours.



Les personnes qui paient ces formations n'ont pas conscience de tout ça et pensent que le jour d'après ils ont les capacités nécessaires pour pigmenter.

### Quelles bases professionnelles avez-vous dû faire pour ce métier ?

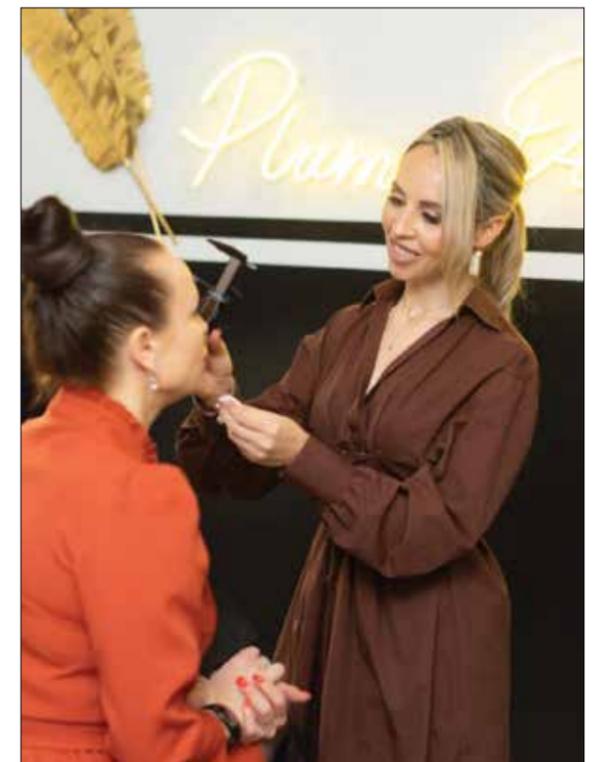
Moi-même je n'étais pas consciente au départ de tout le chemin que je devais faire pour pouvoir exercer sereinement. Comme j'étais sûre de mon choix et que je voulais atteindre cet objectif, j'ai continué les formations, j'ai trouvé une formatrice qui a pu me suivre pendant 3 ans.

J'entretiens une relation de confiance avec la clinique Jouvence ainsi que le salon FreeStyle que je tiens à remercier. Pour moi la micropigmentation n'est pas qu'une question d'embellir ou paraître plus jeune, c'est aussi de pouvoir aider certaines personnes à se sentir quelconque sans devoir se soucier du regard des autres. C'est comme ça que je me sens utile et épanouie.

### Quels sont vos futurs projets professionnels ?

Mes prochains objectifs seront de faire la formation pour la reconstruction mammaire (suite au cancer du sein).

Stefanie Rossier



Une histoire de haute société, de haute couture et d'horlogerie

# PIAGET

*Alors que Piaget s'embarque dans une nouvelle aventure créative, la Maison retrouve l'esprit d'innovation qui a transformé les montres des décennies 1960 et 1970 en de fascinants objets de désir contemporains pour la jet-set.*

Aujourd'hui, sous l'impulsion de son CEO, Benjamin Comar, Piaget avance vers un avenir radieux où le design règne en maître, avec pour guides les icônes avant-gardistes de son passé glamour. À travers ses chefs-d'oeuvre 2023 et l'architecture incroyablement contemporaine de son stand au salon Watches and Wonders, Piaget recrée la magie de la rencontre inattendue entre audace, ingéniosité et virtuosité hypnotique.

## Un héritage culturel

Au salon de Bâle de 1969, Piaget dévoile les créations saisissantes de la collection 21st Century, un nom prophétique pour une série de montres spectaculaires qui ont l'audace de réunir l'horlogerie, la joaillerie, la mode et le design contemporain. Ces montres-bijoux attirent alors l'attention de la jet-set, une communauté glamour d'artistes, de designers, d'acteurs, de musiciens et de mannequins qui forme l'intelligentsia artistique et hédoniste, et dont Andy Warhol est le chef de file incontesté.

L'époque est au bouillonnement culturel ; nous sommes alors en pleine révolution sociale, économique, artistique et vestimentaire, et la nouvelle élite est en quête d'originalité. Cette jeunesse dorée a envie de nouveaux bijoux – symboles de réussite – qui puissent correspondre à son train de vie à la fois exubérant et décontracté. La collection de montres-bijoux 21st Century de Piaget comprend d'audacieuses manchettes graphiques ajourées, des bracelets chaînes en or aux somptueux effets texturés, des pierres ornementales aux couleurs veloutées intenses, sans oublier l'extravagante montre-sautoir qui deviendra un bijou emblématique des années 1970. Toutes ces créations livrent une réinterprétation fascinante de la mesure du temps.



## La Piaget Society

Une grande partie du patrimoine culturel de Piaget est née de collaborations créatives et de liens privilégiés avec les artistes contemporains avant-gardistes : Salvador Dali, Hans Erni ou encore Arman, membre fondateur du nouveau réalisme. Ce sont ces relations – et l'esthétique des montres d'art de Piaget – qui ont placé la Maison au coeur de la société artistique internationale des décennies 1960 à 1980. Mais c'est sans doute la relation avec Andy Warhol qui sera la plus influente, prestigieuse et durable. L'artiste possédait sept montres Piaget, et notamment un modèle de 1974 dissimulé dans un lingot d'or et doté d'un mouvement manuel ultrafin, ainsi que le premier garde-temps alimenté par le mouvement à quartz suisse Beta 21. Yves Piaget deviendra un ami proche d'Andy Warhol, voyageant avec lui pour assister à des événements à New York, Palm Beach et Washington, ou l'accompagnant au Studio 54 et chez Régine. En 1983, Andy Warhol ira jusqu'à inviter Yves Piaget à participer à une entrevue pour Interview Magazine menée par le jeune artiste et galeriste Robert Lee Morris.

Nous sommes bien loin des premières heures de la Maison, fondée dans la ferme familiale du village suisse de La Côte-aux-Fées en 1874. L'esprit pionnier de son fondateur, Georges-Édouard Piaget, s'intensifie au fil des générations, au point d'aboutir à la fin des années 1950 à une invention qui a pour effet de libérer le design : le mouvement ultra-plat. Au cours de la décennie suivante, Valentin Piaget a l'idée lumineuse d'envoyer ses designers à Paris afin qu'ils y observent les défilés de haute couture. De retour au studio, l'équipe va réaliser des esquisses à la gouache sur des pages arrachées dans les magazines, s'inspirant de l'énergie radicalement différente de la mode parisienne, et imaginant en rêve des montres aux allures de bijoux qui dansent au rythme de la nouvelle génération.





**T**out a commencé il y a 2 ans (mars 2021), quand Mélanie (co-fondatrice) a un projet qui germe dans sa tête. Elle a l'envie débordante d'apporter sa pierre à l'édifice, de pouvoir partager sa passion pour les cosmétiques et de changer la vision sur la cosmétique.

Elle contacte son amie d'enfance Sarah (co-fondatrice) et après 3 mois de réflexion, de recherche et une étude de marché menée, la Sàrl Aveline Cosmétique a été fondée en juin 2021.

La marque a été créée d'une volonté commune de proposer un concept, se basant sur les végétaux de chez nous, revenir à l'essentiel avec des ingrédients de qualité, en adoptant une consommation plus raisonnée.

Une marque de cosmétique qui permet d'avoir un autre regard sur la nature, la respecter, se connecter à la nature qui nous entoure et reprendre conscience des ressources qu'elle a à nous

offrir. Aveline Cosmétique est pour toutes les personnes qui souhaitent consommer de manière réfléchie.

C'est pourquoi les co-fondatrices ont eu l'idée d'enlever en premier les huiles exotiques de leur formulation. En effet, les huiles dans les cosmétiques sont des produits qui proviennent en dehors de l'Europe, avec des indices carbone très élevés et souvent des conditions de production et de récolte peu humaine. Alors que nous avons à disposition des huiles de plantes endémiques qui ont des propriétés similaires à l'avocat, le jojoba, ou la noix de coco.

Le but d'Aveline Cosmétique est de remettre à l'honneur les plantes de chez nous. Et à terme est d'avoir des produits cosmétique avec majoritairement des ingrédients du pays où ils sont développés.

Après avoir commencé les recherches en partenariat avec le

laboratoire Phytosphère en Valais, les co-fondatrices ont décidé de lancer un crowdfunding pour aider au financement des 6 premiers produits qui vont composer la gamme visage d'Aveline Cosmétique. Ce financement participatif a été couronné de succès en mai 2022 !

L'envie d'Aveline Cosmétique est de développer ses propres formules afin d'avoir en tout temps la main sur ces formules afin de pouvoir changer les ingrédients dès que cela est nécessaire.

Il ne faut pas oublier que la cosmétique est un domaine proche de la médecine, c'est un domaine en perpétuelle évolution, avec de nombreuses études sur les ingrédients présents utilisés dans les cosmétiques actuels. Ce qui veut dire qu'en 5/10 ans le paysage de la cosmétique peut radicalement changer suivant les résultats des études en cours.

Afin de ne pas être tributaire des entreprises qui vendent des formulations toutes faites qui peuvent disparaître du jour au lendemain, nous avons décidé de développer toutes nos formules afin qu'elles nous appartiennent et soient uniques.

De plus, grâce à cela, nous avons la flexibilité nécessaire de réagir en fonction des dernières études publiées ou de la volonté de nos clients.

Aveline est née d'une envie commune de changer les mentalités dans le monde de la cosmétique en prouvant qu'il est possible

d'allier, beauté, qualité et prix attractifs.

Le but est que tout le monde fasse sa part d'effort pour améliorer le monde dans lequel on vit. Et Aveline est là pour prouver que c'est faisable, que c'est à la portée de tout le monde et que ça ne demande pas tant d'effort que ça de le faire.

### Présentation de nos produits

**Revenir à l'essentiel avec simplicité en utilisant moins mais mieux.**

**Des produits uniques, car vous êtes unique.**

Notre première idée était de lancer une gamme visage. Une gamme visage qui convient à un maximum de personnes. Pour se faire nos produits ont été conçus pour convenir à tous types de peau. Nous voulions privilégier les contenants grands formats pour diminuer le nombre de produits dans sa salle de bains et limiter ses déchets. Sans parfum ni huile essentielle pour que les produits soient partagés avec toute la famille.

Notre produit phare est la noisette que vous retrouvez dans chaque produit.

Notre gamme visage est composée d'un démaquillant-nettoyant 2 en 1, d'une crème hydratante universelle et de 4 sérums déclinés au fil de la saison.

Démaquillant / nettoyant 2 en 1 : (140ml)



Pour faciliter le quotidien de tous, nous proposons un démaquillant (100% ingrédients naturel) à base d'huiles végétales de tournesol, noisette et prune pour un démaquillage et nettoyage en douceur.

De plus au contact de l'eau il se transforme en émulsion lactée afin d'éviter d'avoir un film gras sur la peau. Eh oui l'extrait qui permet cette transformation de l'huile en lait et une molécule naturelle.

#### Crème universelle : (100ml)

Notre crème universelle a pour but de répondre à la majorité des peaux (sèche, acnéique, sensible, etc...) c'est une crème sans huile essentielle et sans parfum qui convient très bien aux personnes avec une peau très sensible et également aux nourrissons.

La noisette, le chanvre et la cameline, est le trio d'huile que nous avons choisi afin d'apporter tous les acides gras nécessaire à la peau, tout en étant non comédogène.

#### Nos sérums :

Pour amener un petit plus à la crème universelle, nous proposons un sérum qui se décline au fil des saisons. Pour chaque saison on retrouve des ingrédients spécifiques pour donner un coup de booste à notre peau.

Notre idée derrière ces sérums est de respecter le cycle de la vie et de la nature, et vivre en harmonie avec elle. Tout en puisant ce qu'elle a à nous offrir pour protéger notre peau.

#### Le sérum hiver : (30ml)

Contient de la pomme du valais pour aider à la réhydratation de la peau pendant les périodes de grand froid.

#### Le sérum printemps : (30ml)

Contient de la carotte, donc du bêta-carotène. C'est une molécule qui aide la synthèse de la mélanine. Ce sérum prépare la peau à l'exposition du soleil lors des premiers beaux jours

#### Le sérum été : (30ml)

Contient de la tomate d'Italie, le lycopène contenu dans la tomate est un filtre naturel anti-pollution, il peut également faire l'effet d'un léger filtre UV et est un anti-radicalaire (ralenti le vieillissement de la peau).

#### Le sérum automne : (30ml)

Contient un cocktail de plante verte, comme l'asperge du valais, du cresson, de l'ortie et de la prêle. Afin de détoxifier la peau et faire le plein de minéraux avant la période d'hiver.



**Aveline Cosmétique**  
1052 Le Mont-sur-lausanne  
[contact@avelinecosmetique.ch](mailto:contact@avelinecosmetique.ch)



#### **Sarah**

Sarah, multi-entrepreneuse et passionnée de sport, elle a également un parcours professionnel atypique. C'est lors de ses études en Management et Business International qu'elle développe une passion pour l'entrepreneuriat, elle sait qu'un jour elle aura sa propre entreprise.

À la suite de ces études elle part voyager à l'étranger et revient en Suisse pour travailler dans l'événementiel sportifs pendant 4 ans.

Fin 2020, elle décide de quitter son travail, elle prend du recul pour lancer ses propres projets (en premier une fondation sur le canton de Vaud) et c'est là que Mélanie la contacte pour un développer un projet commun. C'est là que l'aventure commence !



#### **Mélanie**

Mélanie, multi passionnée et amoureuse de la vie. Un parcours professionnel atypique passant de la vente au secrétariat médical, et en parallèle devenue thérapeute en hypnose et tout récemment naturopathe, sans oublier l'entrepreneuriat autant de diversités pour satisfaire le besoin d'apprendre, de comprendre et de satisfaire sa curiosité.

Depuis son plus jeune âge la nature était au centre de ses préoccupations. Adore la cosmétique depuis de nombreuses années, et a eu d'ailleurs la chance d'être conseillère pour une marque suisse. Découvrir et tester de nouveaux produits, passer à la loupe les formules est devenu un passe-temps, elle aime également s'amuser à faire ses propres recettes.

## Aubergines, Lentilles de Beluga et son Miso, Cerises et Herbes

Par la Cheffe Francesca Fucci



  
**THE RITZ-CARLTON**  
 HOTEL DE LA PAIX, GENEVA



### Ingrédients :

- 8 Aubergines perlées (ou des aubergines de petites tailles si vous n'en trouvez pas)
- 110gr de yoghourt de soja
- 35gr de pâte de sésame noir (ou l'équivalent d'une petite cuillère)
- Sel et poivre, selon votre goût
- Agar Agar (gélifiant)
- 40 gr lentilles Beluga
- 12 cerises
- Aneth, basilic, estragon, ciboulette et d'autres herbes de votre choix
- Huile d'olive extra vierge
- 40 gr de miso de lentilles. (La cheffe fait son propre miso, mais vous pouvez toujours en trouver dans les supermarchés).

1. Commencez par cuire les lentilles Beluga comme un risotto en ajoutant le bouillon louche par louche. Cette méthode de cuisson préserve la couleur noir des lentilles. Une fois cuites, étalez-les

sur une plaque de cuisson et laissez-les sécher dans un four à 60°C. Une fois sèches, faites-les frire dans de l'huile de tournesol à 180°C.

2. Pendant que les lentilles sèchent, enfournez les aubergines dans le four à 180°C pendant 20 min.

3. Lorsque les aubergines sont cuites, retirez délicatement la partie supérieure de chaque aubergine et retirez la chair à l'intérieur avec une petite cuillère. Mettez la chair dans une passoire ou un chinois pour enlever l'eau, mais ne la jetez pas, vous en aurez besoin plus tard.

4. Mixez la chair des aubergines égouttée avec du yoghourt de soja, de l'huile d'olive, du sel, du poivre et de la pâte de sésame noir.

5. Pour la gélatine, récupérez l'eau égouttée de l'aubergine et selon la quantité que vous avez : 100g d'eau - 1gr d'Agar

Agar. Mélangez l'Agar agar avec un peu de sel, puis mettez le mélange sec dans une casserole avec l'eau égouttée. Portez à ébullition tout en remuant avec un fouet. Versez le mélange sur une plaque et laissez-le refroidir. Une fois gélifié, coupez-le en triangles.

6. Pour la dernière étape, coupez les cerises en quartiers, lavez les herbes et les laissez sécher sur une plaque. Pour assembler le plat, déposez les aubergines cuites, disposez à l'intérieur la crème d'aubergine préparée préalablement, quelques lentilles croustillantes, des cerises, des touches de miso pour relever le tout, des pousses d'herbes et enfin, les triangles de gélatine d'aubergine. Dégustez ce plat aux textures et saveurs variées et savoureuses. La cheffe Francesca prône le zéro déchet et récupère tous les ingrédients possibles.

Au coeur de Cossonay,  
 une cuisine gastronomique aux douces saveurs

## Fleur de sel



### Du local et du végétarien

Une des qualités premières de ce restaurant, c'est la mise en avant des produits locaux. Dans la mesure du possible, tous les mets qui sont concoctés par le chef, sont composés de produits de la région pour aider le client à manger et consommer mieux. Et cela donne des plats plus succulents les uns que les autres aux mille et une saveurs.

Pour les végétariens, le chef Romain Dercile propose des plats raffinés et exquis, composés de produits d'ici. De quoi satisfaire et attirer de nombreux clients.

Savourer, prendre plaisir, plats subtiles et soignés, gastronomie, s'ouvrir à d'autres goûts et surtout apprécier les mets locaux, voici ce qui vous attend au Restaurant Fleur de Sel au coeur de Cossonay, à 20 min de Lausanne et 45 minutes de Genève !

Stefanie Rossier

Un lieu idyllique et chic, une cuisine gastronomique accessible à tous et des plats on ne peut plus gourmands. Bienvenue dans un restaurant où les papilles et les saveurs se décuplent en plein coeur d'une ville historique, Fleur de Sel.

### Nouveau nom, nouveau concept

Fleur de Sel a pris ses quartiers en 2020 avec deux nouveaux chefs aussi passionnés l'un que l'autre. D'un côté Romain Dercile qui concocte avec sa brigade des mets sophistiqués, sains et variés pour le plus grand bonheur de ses clients et François Gautier le chef de salle qui lui se soucie d'une jolie présentation du restaurant et de sa salle pour un confort et une touche de classe optimaux.



Restaurant FLEUR DE SEL  
 Rue du Temple 10 – 1304 Cossonay  
 021/861.26.08 – www.lafleurdesel.ch

# PIGUET

HÔTEL DES VENTES | GENÈVE | 1978



## **VENTES AUX ENCHÈRES | ESTIMATIONS POUR ASSURANCES INVENTAIRES : SUCCESSIONS ET PARTAGES**

VENTES : DÉCEMBRE | MARS | JUIN | SEPTEMBRE

BIJOUX | MONTRES | MAROQUINERIE | TABLEAUX | DESIGN | VINS FINS

51, rue Prévost-Martin | 1205 Genève | 022 320 11 77 | [info@piguets.com](mailto:info@piguets.com) | [piguets.com](http://piguets.com)  
Place Saint-François 4 | 1003 Lausanne | 021 613 71 11 | [lausanne@piguets.com](mailto:lausanne@piguets.com)