



les 3 vallées®

COURCHEVEL / BRIDES-LES-BAINS / MÉRIBEL  
SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE / LES MENUIRES  
VAL THORENS / MOÛTIERS & ALENTOURS



RETROUVEZ-NOUS

EN VIDÉO



NOUVEAU



## Côte Brune, une liaison 2.0

Méribel-Mottaret

ÉVÉNEMENTS  
STATIONS  
TRANSITION  
ARTISTES  
CHAMPIONS

COUPE DU MONDE  
PORTFOLIO  
VINCENT LOTTENBERG  
CABANE À DONS  
BOUTIQUES

GUIDE  
GOURMAND  
NOËL  
HAUTE  
MONTAGNE

RACLETTE  
S K I  
PORTRAITS D'ICI  
SANTÉ



© Antoine Laurent



N°471

AGENDA DU DU 12 AU 19 DÉCEMBRE 2025







RÉSERVATION  
OBLIGATOIRE

CANDELORO  
SHOW COMPANY  
PRÉSENTE



HIVER  
WINTER  
25-26

les 3 vallées

INFINITE  
MOUNTAIN  
EXPERIENCES

LE 23  
DÉCEMBRE  
PATINOIRE DE MÉRIBEL

# La fille du Marchand de Sable

SUR GLACE

LA NOUVELLE CRÉATION  
D'OLIVIA CANDELORO

SALOMON

WWW.MERIBEL.NET

Photos : Luna Juvignat - Stéphanie Keras - (HB STUDIOS) - www.hbstudios.fr

METEO

SAMEDI		6°	-3°
DIMANCHE		6°	-4°
LUNDI		6°	-4°
MARDI		7°	-4°
MERCREDI		6°	-3°
JEUDI		6°	-3°
VENDREDI		5°	-3°

Attention: la météo n'est pas une science exacte.

## KEZAKO ?



Regarde bien : sauras-tu deviner ce qui se cache  
derrière ce zoom ? *réponse page 23*



## OUKISON ?

Serez-vous capables de trouver  
Paul, René & Suzanne dans notre magazine ?  
(hors 1<sup>er</sup> de couverture & sommaire)

DANS LE N°470, PAUL SE CACHAIT  
EN PAGE 2, RENÉ EN PAGE 11  
ET SUZANNE EN PAGE 20

## 3 VALLÉES INFOSNEWS N°471 12 DÉCEMBRE 2025

245 Rue de la Combe de l'Adret - Chef-Lieu - 73350 Montagny  
infosnews.fr • contact@infosnews.fr • +33 (0)4 79 410 410

ÉDITEUR INFOSNEWS - Siren 818 149 395. DIRECTEUR DE LA PUBLICATION :  
Gaëtan Blanrue DIRECTRICE D'EXPLOITATION : Sabrina Maitre RÉDACTRICE  
EN CHEF : Enimie Reumaux RÉDACTION : Caroline Bernard / Émilie Haensler  
Céline Leclaire (indépendante) / Fanny Nayrolles / Mélina Perreau  
Enimie Reumaux GRAPHISME : Gatién Armand Colon / Sabine Cordier  
PUBLICITÉ : Gaëtan Blanrue / Sabrina Maitre / Caroline Bernard / Émilie Haensler  
IMPRESSION : Lorraine Graphic  
Publi-rédactionnel • Crédits photos : Infosnews, sauf mention contraire

## SOMMAIRE

### LE MUST TO DO !

2 - Peau neuve pour Côte Brune, à Méribel-Mottaret



© Antoine Laurent

### NOTRE BEST-OF DES 3 VALLÉES

- 4 - Le plan des pistes
- 6 - Quiz : êtes-vous 100% 3 Vallées Addict ?
- 8 - Les bons plans food & drink, spécial Saisons
- 9 - Le saisonnier : Jade Matifas, aux Menuires
- 10 - Shopping : spécial Noël
- 11 - L'actu des champions
- 12 - Les consos, parlez-en avec le Pélican
- 15 - Livres : « Samivel » et « Solitude »
- 16 - Portfolio : L'œil de Vincent Lottenberg

### COURCHEVEL - LA TANIA

- 18 - Coupe du monde : 100% femmes, 100% nocturne
- 20 - Championne : Doriane Escanér, en ski alpin
- 22 - Là où l'art prend racine...
- 23 - SkiService s'offre pignon sur rue

### BRIDES-LES-BAINS

- 24 - Tous les chemins mènent à l'Olympe

### MÉRIBEL

- 26 - Le championnat qui monte !
- 27 - Be-Cause : Direction la cabane à dons
- 28 - Philippe Candeloro, le feu sur la glace

### SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

- 30 - Métier : Guide de haute montagne, avec Gaby Jay

### LES MENUIRES

- 33 - La transition autour d'un café
- 34 - Champion : Enzo Hudry, en ski de fond

### VAL THORENS

- 36 - Crazy Brits !
- 37 - C'est la Boarderweek...
- 39 - Caron 3200, all I want for Christmas is ?

### MOÛTIERS ET ALENTOURS

- 41 - Anima Sithorse, une amitié qui a du flair
- 43 - Keskonfé ce week-end ?
- 44 - Les créateurs s'enracinent à Conflans

### GUIDE GOURMAND

- 46 - Journée de la raclette, à vos poêlons
- 47 - Notre sélection de bonnes tables
- 48 - Les Mousses du Dahu, à La Perrière

LES 3 VALLÉES

COURCHEVEL

BRIDES-LES-BAINS

MÉRIBEL

BELLEVILLE - MENUIRES/ST MARTIN

BELLEVILLE - VAL THORENS

MOÛTIERS / BOZEL ...

GUIDE GOURMAND



NOUVELLE LIAISON DE MÉRIBEL À VAL THORENS

# PEAU NEUVE POUR Côte Brune

Désormais, la liaison entre Méribel-Mottaret et Val Thorens/Les Menuires se fera à bord d'une télécabine moderne, rapide et confortable, bien à l'abri des éventuelles intempéries. Zoom sur ce nouvel équipement de ce secteur emblématique des 3 Vallées avec Raphaël Guzzi, responsable service remontées mécaniques à la S3V.

## Pourquoi avoir remplacé l'ancien télésiège par cette nouvelle télécabine ?

Le télésiège de Côte Brune a été mis en exploitation au début de l'hiver 1991 pour donner un accès direct à Val Thorens depuis Méribel-Mottaret. Il avait 34 ans ! Il n'était plus dans les attentes des clients, car il était ouvert et se trouvait dans un versant extrêmement soumis aux aléas climatiques. On est donc passé sur une télécabine pour plus de confort et pour pouvoir l'utiliser par tous les temps. En plus, avec une capacité de 10 personnes par cabine, on augmente le débit de 2200 personnes/heure à 2600.



RAPHAËL GUZZI

## Quelles sont ses caractéristiques ?

50 cabines de 10 places, panoramiques avec une grande visibilité, empruntent le même tracé. Elles sont équipées de panneaux solaires qui nous servent à faire de la communication unilatérale avec les clients en cas de panne par exemple. On passe sur une motorisation DirectDrive : un moteur lent, moins de risque de panne, pas d'huile donc pas de risque de fuite, et plus de silence. Le quai d'embarquement se situe au niveau de la piste, pas d'escalier ou de rampe. On a aussi adapté le bâtiment à notre personnel avec des accès en gare sécurisés par l'intérieur.



## QUELQUES CHIFFRES


- 50 cabines de 10 places
- 2600 pers/h
- Vitesse de 7m/s
- 14 pylônes
- 800 000 skieurs chaque hiver sur l'ancien télésiège

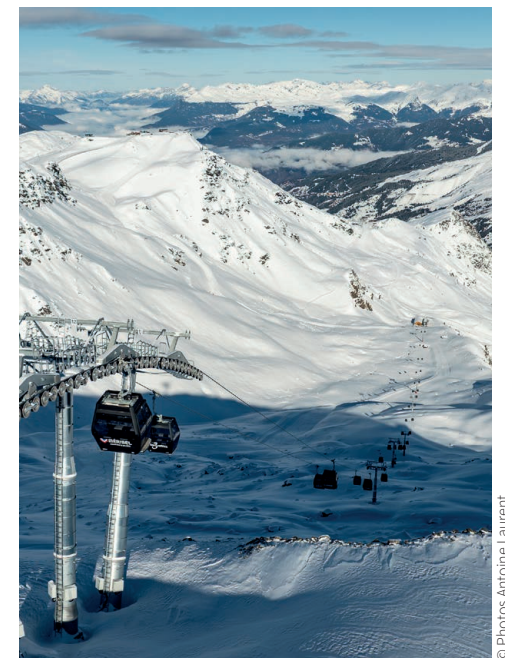
## Lors du chantier, quelles ont été les actions pour limiter l'impact sur l'environnement ?

On était dans une zone à proximité immédiate de captages d'eau potable, donc toutes les précautions ont été prises pour la préserver. Par exemple, la nuit, le stationnement des engins ne se faisaient pas sur le chantier même, mais sur une zone hors captage (en cas de fuite de carburant). Nous avons également pris des mesures spécifiques pour préserver les zones humides et les espèces protégées identifiées lors des études environnementales, comme des coussins d'androsaces des Alpes.

## D'autres mesures à signaler ?

Nous avons installé une centrale à béton sur le site pour réduire les transports, tous les résidus ont été récupérés et traités. Tous les bâtiments sont habillés en bois et pierres récupérées sur place. Sur la ligne en elle-même, le tracé reste le même, mais on passe de 25 à 14 pylônes. (C.L.)

 A new modern gondola now links Méribel-Mottaret to Val Thorens/Les Menuires, replacing the 34-year-old Côte Brune lift. With 50 ten-person panoramic cabins, DirectDrive motorization, and improved weather protection, it boosts capacity from 2,200 to 2,600 skiers/hour. Built with environmental care—recycled materials, protected wetlands, and solar-powered communication—it ensures comfort, efficiency, and sustainability while preserving the iconic 3 Vallées experience.



© Photos Antoine Laurent

  
**TÉLÉCABINE CÔTE BRUNE**  
**MÉRIBEL-MOTTARET**

Sur le domaine skiable  
Société des 3 Vallées  
skipassmeribelmottaret.com



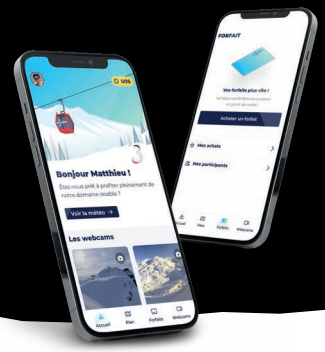


- |  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li> FACILE / Easy</li> <li> DIFFICULTÉ MOYENNE / Average difficulty</li> <li> DIFFICILE / Difficult</li> <li> TRÈS DIFFICILE / Very difficult</li> <li> TÉLÉSKI / TAPIS / Drag Lift / Magic carpet</li> <li> PISTE DE LUGE / Sledge run</li> <li> PORTIONS PLATES / Flat sections</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> TÉLÉSIÈGE / Chairlift</li> <li> TÉLÉSIÈGE À BULLE / Chairlift with bubbles</li> <li> TÉLÉBENNE / Open gondola</li> <li> TÉLÉCABINE / Gondola</li> <li> FUNITEL</li> <li> TÉLÉPHÉRIQUE / Cable car</li> <li> TYROLIENNE / Zip line</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> SECOURS / INFORMATION / First aid / Information Point</li> <li> RESTAURANT D'ALTITUDE / Mountain restaurant</li> <li> WC PUBLICS / Public toilets</li> <li> AIRE DE PIQUE-NIQUE / Picnic area</li> <li> SALLE DE PIQUE-NIQUE / Picnic room</li> <li> ALTISURFACE / Airfield</li> <li> TYROLIENNE / Zip line</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> VUE INCONTOURNABLE / Panoramic view</li> <li> PASSERELLE PANORAMIQUE / Panoramic pass</li> <li> ZONE SKI &amp; FUN / Ski &amp; Fun area</li> <li> ZONE SKI &amp; CHALLENGE / Ski &amp; Challenge area</li> <li> BASCULE 3 VALLÉES / 3 Vallées Link</li> <li> SOMMET MYTHIQUE 3 VALLÉES / Iconic 3 Vallées Peak</li> </ul> |
|--|--|--|---|

# LES 3 VALLÉES À PORTÉE DE MAIN LAISSEZ-VOUS GUIDER

LES 3 VALLÉES WITHIN REACH  
LET US GUIDE YOU

- |                                  |                              |  |
|----------------------------------|------------------------------|--|
| <b>PLANS</b><br>MAPS             | <b>WEBCAMS</b>               | <b>POINTS D'INTÉRÊTS</b><br>POINTS OF INTEREST |
| <b>OUVERTURES</b><br>LIFT STATUS | <b>FORAITS</b><br>SKI PASSES | <b>RESTAURANTS</b>                             |





MISSIONS, NOUVEAUTÉS, OBJECTIFS

# ÊTES-VOUS 100% 3 VALLÉES ADDICT ?!

Comme chaque début d'hiver, l'Association Les 3 Vallées (A3V) a réuni ses partenaires des stations pour présenter les nouveautés, étoffer les liens et se projeter sur l'avenir. Mais connaissez-vous bien cette structure unique qui, depuis 20 ans, fait rayonner la notoriété du plus grand domaine skiable du monde ? À vos méninges...

1

**Quelle connexion stratégique du domaine fait entièrement peau neuve ?**

- A - La liaison entre Mottaret et Val Thorens ☐
- B - La liaison entre Val Thorens et Orelle ☐
- C - La liaison entre Brides et Méribel ☐

Réponses A, B et C, avec les nouvelles télécabines de réaménagement de la gare de départ de l'Olympe à Brides, Côte Brune à Mottaret, de Face Nord à Val Thorens, et le

2

**Qui sont les financeurs de l'Association Les 3 Vallées ?**

- A - Les 5 communes, les 5 exploitants du domaine skiable et les ESF 3 Vallées ☐
- B - Les offices de tourisme et les socio-professionnels ☐
- C - Les skieurs, un pourcentage sur chaque forfait étant reversé à l'A3V ☐

Réponse A.

3

**Un grand événement sportif va voir le jour en 2026 dans les 3 Vallées. Mais dans quelle discipline ?**

- A - Une course de ski alpinisme sur plusieurs jours ☐
- B - Une compét' de luge déguisée ☐
- C - Un ultra trail qui envoie du gros ☐
- D - Un triathlon des lacs aux sommets ☐

Réponse C. Il se déroulera durant l'été 2026, avec 172 km et 12000m de D+, devenant l'un des plus durs de France.

4

**Quelle télécabine est remplacée cet hiver après 55 ans de bons et loyaux services ?**

- A - Les Rhodos à Méribel ☐
- B - Les Chénus à Courchevel ☐
- C - Côte Brune à Méribel-Mottaret ☐

Réponse B. Les deux autres remontées ayant également été rénovées cet hiver...

5

**Sur quel réseau social Les 3 Vallées ont-elles le plus de followers ?**

- A - TikTok ☐
- B - Facebook ☐
- C - Radio télésiège ☐
- D - Instagram ☐

Réponse D. Avec pour objectif de dépasser les 200 000 followers cet hiver.

7

**Le médiatique chef Danny Khezzar (Top Chef) va prendre les commandes d'un restaurant gastronomique de Courchevel 1850. Lequel ?**

- A - Baumanière 1850 ☐
- B - Atmosphère 1850 ☐
- C - Alpage ☐
- D - MayaBay ☐

Réponse B. Avec l'ambition d'une cuisine alpine moderne, végétale et inspirée.

6

**Une des stations des 3 Vallées fête ses 30 ans cet hiver. Laquelle ?**

- A - La Tania ☐
- B - Saint-Martin-de-Belleville ☐
- C - Orelle ☐
- D - Courchevel ☐

Réponse C. Il s'agit d'Orelle, qui aménage pour cette occasion un nouveau parking de 1000 places au pied de sa télécabine. Courchevel fête quant à elle ses 80 ans.



© Marie Les Belleville

**L'AVIS DE**

« Les 3 Vallées, c'est plus qu'une association, c'est tout une histoire qui s'est construite pas à pas... Sa vocation est multiple : promouvoir le territoire, travailler à la notoriété des 3 Vallées, avoir un rôle d'animation. C'est un outil formidable, une structure qui doit être fédératrice de tous les acteurs des 3 Vallées. On a plusieurs marques fortes dans nos stations, mais on est encore plus forts tous ensemble... Pour tous les acteurs du territoire, il faut vraiment avoir le réflexe de penser 3 Vallées, d'agir 3 Vallées. » (E.R.)

**Claude Jay**  
Président de l'A3V et maire des Belleville



**L'AVIS DE**

« L'Association Les 3 Vallées est chargée de la promotion et de la commercialisation de la destination 3 Vallées. Ces dernières années, tous les objectifs ont été atteints : site internet, réservation, commercialisation, et les indicateurs sont au vert. Le rôle de l'A3V est de continuer à mettre de l'huile dans les rouages pour que ça fonctionne. Nos clients viennent pour skier dans les 3 Vallées, c'est la marque qu'ils cherchent et qui rayonne à l'international. Dans cette optique, la coordination avec les offices de tourisme des différentes stations est très importante, pour être le plus pertinent possible. Ce n'est pas toujours facile, mais on arrive à avancer, avec des initiatives communes efficaces comme en direction du marché américain. »

**Alexandre Bouet**  
Vice-président de l'A3V et directeur général de Méribel Alpina



© Photos Arthur Bertrand

**NOUVEAUTÉS ET TEMPS FORTS  
DANS LES 3 VALLÉES**

Pour ne rien rater, direction le site et les réseaux sociaux de l'Association Les 3 Vallées  
les3vallees.com





SPÉCIAL SAISONNIERS



© Sylvain Aymoz

Chers saisonniers/saisonnières, ce qui va suivre est fait pour vous... Vous voilà bien installés dans votre station ? On vous a concocté un top des « places to be », pour partager de bons moments avant ou après le boulot, faire des rencontres et bien vivre sa saison.

#### À COURCHEVEL

Envie d'une bonne pizza après une journée sur les pistes ? Rendez-vous au Black Pearl (Saint-Bon) ou à La Corto (1550). Et pour une fondue, au Petit Savoyard à 1650. Pour les assoiffés, il a le choix ! Au Praz, L'Éléphant vous accueille entre sport et musique live, billard et fléchettes. À 1650, dans le même esprit, cap sur le Funky Fox ou le Pelican (après-ski en semaine). Et à 1850, ne loupez pas The Gatekeeper pour une ambiance pub et le bar/concept store Prends ta luge et tire-toi.

#### À MÉRIBEL

En route pour l'Arbé aux Allues, le restaurant authentique savoyard. Un peu plus haut, à Mottaret, profitez du bon rapport qualité/prix du Rastro. Et pour finir sur une ambiance festive, direction Le Rambler et ses live music.

#### À VAL THORENS


Le resto Le Blanchot est un bon combo, avec ses fins de soirée festives ! En mode rapide, direction Le Winter Café, ses burgers, pizza, kebabs. Place ensuite à la fête au Wild and Savage : bar, concerts et... tattoo. Sans oublier le Rhum Box, Le Crewzer, Au Perchoir, et le p'tit nouveau de cette année : La Timbale et son ambiance rock'n'roll !

#### AUX MENUIRES / SAINT-MARTIN

Un petit creux en descendant les pistes ? Arrêtez-vous au Ride&food : burgers, tacos, paninis... Et finissez à La Mousse, le bar à bières de la station avec DJ set. Et pour une ambiance pub/sport alors c'est au Lou-bar qu'il faut se rendre. Le petit nouveau ? Le Zig zag café, le nouveau coffee shop... Et un peu plus bas à Saint-Martin, c'est L'Art B, évidemment !

#### EN VALLÉE

À Brides-les-Bains, deux adresses incontournables : cap au Relief où plats maison et bonnes bières pressions vous attendent. Et pour une atmosphère plus festive, rendez-vous au Bis'Trop Savoyard, et ses soirées live music. À Bozel, mention spéciale aux tapas et cocktails du Branzin, et aux pizzas du Saint-Roch, sans oublier le Cool Heure Kfé. Enfin, à Moûtiers, on se retrouve à Art Factory, le bar culturel où aller voir un concert. (M.P.)

 In Courchevel, Méribel, Val Thorens, Les Menuires and the valley, seasonal workers will find plenty of places to eat, relax or enjoy a night out. From mountain-top breaks to warm atmospheres and lively evenings, each area offers ways to unwind before or after work. Here are our top tips...

## LA SAISONNIÈRE DE LA SEMAINE

### LES MENUIRES

## Jade LA REINE DU RANG

Jade entame sa troisième saison aux Menuires, au restaurant Le Comptoir, en tant que cheffe de rang. Passionnée par son travail, elle nous raconte son parcours, ses coups de cœur, la vie en station et les liens forts qui soudent ceux qui y travaillent chaque hiver.

#### Quel est ton parcours ?

J'ai commencé à travailler dans la restauration à 16 ans. Ça fait déjà dix ans que j'évolue dans ce milieu ! Avant de rejoindre Le Comptoir, je faisais des saisons dans les stations balnéaires l'été : une autre ambiance.

#### Depuis quand travailles-tu au Comptoir ?

C'est ma troisième saison d'hiver. Mon copain y travaillait déjà et m'a présentée à l'équipe. Le feeling a été immédiat ! Je suis cheffe de rang, en formation pour devenir responsable de salle.

#### Le positif dans ton métier ?

Le rythme intense me convient parfaitement : je m'ennuie très vite. Mais surtout, j'adore la cohésion d'équipe. En saison, on passe la majorité de notre temps ensemble. Ça crée des liens forts. C'est comme une deuxième famille.

#### Les points négatifs ?

Vivre dans les cartons. Comme je fais aussi les saisons d'été, je déménage tout le temps. Au début, c'est excitant, mais sur la durée, ça peut devenir fatigant.

#### Où aimes-tu sortir ?

Pizza Patrol, c'est notre QG avec ma collègue Nono pour aller boire des verres. Côté Bruyères, j'aime beaucoup aller manger à La Marmite. Côté Val Thorens, j'adore le restau La Maison : c'est excellent !



### Profil

**Prénom :** Jade

**Nom :** Matifas

**Âge :** 26 ans

**Origine :** Saint-Raphaël (Var)

**Métier :** Cheffe de rang

**Où :** Le Comptoir


**Station :** Les Menuires

#### Que fais-tu quand tu es off ?

Je suis plutôt casanière, à l'opposé du cliché de la saisonnière fêtarde. J'aime aller au restau, me balader autour de la station... mais je ne fais même pas de ski ! J'ai trop peur de me blesser.

#### Un dernier mot ?

Je veux saluer l'humanité avec laquelle on m'a accueilli au Comptoir. J'ai traversé des périodes compliquées côté santé mentale, et j'ai toujours été soutenue. L'équipe a cru en moi, et je leur en suis profondément reconnaissante. (F.N.)

 Jade begins her third winter season at Le Comptoir as a head waitress. Passionate about her work, she thrives in the station's fast-paced environment and values the strong team bonds that make seasonal life feel like a second family. Despite constant moving and long hours, she appreciates the support, camaraderie, and human connections, which make her work rewarding and her experience in the mountains deeply fulfilling.



# SPÉCIAL SHOPPING

## MADE IN MONTAGNE

Vous êtes passés en mode panique à bord, car en manque d'idées cadeau pour Noël ? Voici une sélection d'idées locales et last minute, pour un budget de 20 euros maximum....

### L'ICONIQUE OPINEL N°8

Fidèle compagnon de toutes les virées en montagne, l'outil indispensable des casse-croûtes à n'importe quelle heure, c'est l'idée made in Savoie parfaite pour un cadeau de dernier moment. Et en plus, il dure... Très large choix à Moûtiers, au Grenier des Alpes, avec personnalisation possible.



DÈS 11,50€  
COLORIS DE MANCHE AU CHOIX

### HIP HIP HIP GÉNÉPI

Quand te reverrai-je, pays merveilleux ? Que n'aurait pas donné le regretté Michel Blanc, bloqué sur son télésiège dans le film « Les Bronzés font du ski », pour avoir dans sa poche une petite fiole de génépi, ou d'une autre plante de nos montagnes. Une réf locale, la distillerie L'Eau Folle à Moûtiers.



DÈS 20€  
SELON LES CONTENANTS

### « NEIGE ROUGE »

Rien ne va plus dans la station de Val d'Arel... Un oligarque russe, une jeune femme qui s'enfuit dans la neige, des décès en montagne, une enquête à rebondissement... Ce premier roman de Jacques Leleu, ancien journaliste du Dauphiné Libéré, tient en haleine jusqu'à la dernière page.



© Guérin

18€  
ÉDITIONS GUÉRIN

### LES CROZETS GONG

Tiens, si on se faisait une bonne croziflette ! Savez-vous que la machine à découper ces petites pâtes carrées a été inventée à Moûtiers ? Et que le secteur compte de réputés producteurs de crozets ? Direction la gamme Gong au sarrasin, ail des ours, orties, fabriquée dans la vallée de Naves...



DÈS 6,50€ LES 430G

### L'EFFET BUFF'

Que ce soit pour contrer la bise matinale sur le télésiège, pour le transformer en accessoire de mode sur la tête pour les sessions après-ski, ou simplement pour offrir un cadeau léger et pratique de sa station préférée, le buff, c'est le cadeau malin !



© Buff

AUTOUR DE 15€  
SELON MARQUE ET MODÈLE

### L'APPAREIL RACLETTE POUR 2

Un format en mode duo, qui a l'avantage de ne pas prendre de place dans une valise pour ses week-ends à la neige ! Pour les petits plaisirs coupables des inconditionnels des soirées de fromages... Et ça marche aussi très bien si on est tout seul. (E.R.)



© Photos DR

DÈS 19,95€  
BOUTIQUES EN LIGNE

Prix publics conseillés par les fabricants

— LES 3 VALLÉES —

# L'ACTU DES CHAMPIONS

Retour sur l'actualité sportive de nos champions des 3 Vallées qui représentent fièrement notre domaine tout autour de la planète... et en Tarentaise !

## SKI ALPIN

Coupe du monde • Beaver Creek (USA)

SLALOM GÉANT HOMME – 7 DÉCEMBRE

11<sup>e</sup> **ALEXIS PINTURAU** Courchevel

16<sup>e</sup> **ALBAN ELEZI CANNAFERINA** Courchevel

DESCENTE HOMME – 4 DÉCEMBRE

38<sup>e</sup> **ALBAN ELEZI CANNAFERINA** Courchevel

39<sup>e</sup> **ADRIEN THÉAUX** Val Thorens

## SNOWBOARD FREESTYLE

Coupe du monde • Beijing (Chine)

BIG AIR HOMME – 6 DÉCEMBRE

10<sup>e</sup> **MATIAS ROCHE** Val Thorens

## SKI NORDIQUE

Coupe du monde • Trondheim (Norvège)

SPRINT FINAL CLASSIC HOMME • 5 DÉCEMBRE

19<sup>e</sup> **RICHARD JOUVE** Méribel

## SAUT À SKI

Coupe du monde • Wisla (Pologne)

HOMME 134 MÈTRES • 6 DÉCEMBRE

10<sup>e</sup> **VALENTIN FOUBERT** Courchevel

HOMME 134 MÈTRES • 7 DÉCEMBRE

10<sup>e</sup> **VALENTIN FOUBERT** Courchevel

## HOCKEY-SUR-GLACE

Division 1

6 DÉCEMBRE

Home  
**CHAMBÉRY**

Guest  
**HCMP**

**06**

VS

**03**

Prochains matchs :

Caen – HCMP le 9/12 à Caen

HCMP – Strasbourg le 13/12 à 20h30 à Méribel  
Go Bouks go !







© Nico Secerov

Envie de profiter de la saison sans se prendre la tête ? Dans les 3 Vallées, un drôle d'oiseau veille sur les saisonniers : Le Pélican, l'asso qui parle conso sans tabou et sans jugement, histoire de garder le fun sans les galères.

Si tu as déjà fait une saison en station dans la vallée, tu as sûrement déjà croisé ce drôle d'oiseau haut en couleurs et son look de rider. C'est la mascotte du Pélican, une asso savoyarde qui fait de la prévention sur les addictions depuis plus de quarante ans. Depuis 1992, son antenne d'Albertville débarque en stations pour aller à la rencontre des saisonniers, là où ils vivent et travaillent. Rencontre avec Céline Pasquali, l'une des trois infirmières qui sillonnent les stations tout l'hiver pour parler consos sans prise de tête.



CÉLINE PASQUALI

#### Comment intervenez-vous en station ?

On installe des stands de prévention dans les lieux fréquentés par les saisonniers : espaces saisonniers, halls de résidences, événements locaux... L'idée, c'est de permettre à chacun de s'informer sur les risques liés à l'alcool, au tabac, aux drogues, et simplement d'échanger. On propose aussi des stands de dépistage des IST (VIH, hépatites...).

#### Quelle est votre position sur les consos ?

On n'est pas là pour faire la morale ni pour prôner l'abstinence : on fait de la réduction des risques. Dans ce cadre, on distribue du matériel stérile pour différents modes de consommation (injection, sniff, inhalation), des préservatifs, mais aussi des antidotes en cas d'overdose aux opioïdes.

#### Et vos valeurs ?

Le non-jugement. On accueille tout le monde, sans conditions et sans tabou. On veille aussi à prendre en compte tout type d'addiction, quel qu'il soit. Et surtout : nos services sont gratuits et anonymes.

« ON N'EST PAS LÀ  
POUR FAIRE LA MORALE (...),  
ON FAIT DE LA RÉDUCTION  
DES RISQUES »



© Mairie Les Belleville

#### Vous proposez aussi des consultations individuelles.


Oui, à la demande. Nos partenaires locaux nous prêtent des bureaux au plus près des saisonniers. Souvent, ce sont des personnes rencontrées lors des stands de prévention, qui souhaitent parler en toute confidentialité.

#### Qu'en est-il des employeurs ?

Depuis deux ans, on leur propose des formations : Comment réagir face à un problème de consommation au travail ? Comment ouvrir la discussion ? Où orienter la personne ? La sanction n'est pas toujours la meilleure solution... Les employeurs sont des relais essentiels.

#### Quels sont vos autres relais ?

On est physiquement présents dans chaque station une journée par mois en moyenne, mais on s'appuie sur un réseau de partenaires locaux : espaces saisonniers, pharmacies, cabinets médicaux, commerces, bars... Ils relaient nos infos et permettent de nous identifier facilement sur le terrain. (F.N.)

 In the 3 Vallées, Le Pélican watches over seasonal workers, offering non-judgmental advice on alcohol, drugs, and health. Since 1992, this Savoyard association has run prevention stands, provided anonymous individual consultations, distributed harm-reduction tools, and trained employers. Active in eight ski resorts, Le Pélican helps seasonal staff stay informed, safe, and enjoy their work and leisure without stress, keeping the fun alive throughout the winter season.

#### UNE PRÉSENCE DANS 8 STATIONS

- Les Arcs
- La Plagne
- Courchevel
- Tignes
- Les Menuires
- Val d'Isère
- Val Thorens
- Valmorel



© Vincent Lottenberg

#### LES PROCHAINS RENDEZ-VOUS

##### Les Menuires

- Mardi 16/12 à 18h30, salle Lacroix : Soirée opening des saisonniers
- Lundis 12/01 et 23/03 de 9h30 à 16h30, Espace Saisonnier : Journées dépistage & prévention
- Lundi 23/02 de 16h30 à 18h30, immeuble La Viaz : Stand de prévention

##### Val Thorens

- Lundi 26/01 de 17h à 19h, immeuble Les Arolles : Stand de prévention
- Lundi 16/02, de 17h à 19h, immeuble Le Manaslu : Stand de prévention
- Jeudi 12/03, de 11h à 17h30, Le Board : Journée Santé

Retrouve tout le calendrier des actions dans la rubrique « Prévention » sur [le-pelican.org](http://le-pelican.org)



#### SANTÉ • ASSOCIATION LE PÉLICAN TARENTOISE

Prévention des addictions  
Gratuit, anonyme et sans rendez-vous  
+33 (0)6 37 89 52 63  
[le-pelican.org](http://le-pelican.org)



# Nouvelle Kia EV4. 100% électrique.

Jusqu'à 625 km d'autonomie.<sup>(3)</sup>



Movement that inspires<sup>(1)</sup>

L'électrique sous son meilleur jour. Découvrez Kia EV4, la nouvelle berline familiale compacte 100% électrique qui offre jusqu'à 625 kilomètres d'autonomie.<sup>(2)</sup> Profitez de son habitabilité exceptionnelle et de sa technologie innovante et ultra-connectée au service du plaisir de conduire. Et avec Kia Charge, accédez à plus de 145 000 points de charge en France.<sup>(5)</sup>

*Delta Savoie*

À partir de

**297** € TTC/mois<sup>(4)</sup>

1<sup>er</sup> loyer majoré de 3 200 € TTC

LLD 49 mois et 40 000 km

Prime « Coup de Pouce Mobilité Électrique » 4 200 € déduite<sup>(6)</sup>

**CHAMBÉRY - LA RAVOIRE**

22 rue Pierre et Marie Curie, 73490 La Ravoire

Tél. : 04 79 72 94 08 | www.deltasavoie.fr

**ALBERTVILLE**

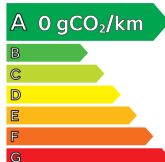
63 rue Aristide Berges, 73200 Albertville

Tél. : 04 79 10 03 37 | www.deltasavoie.fr

Consommations mixtes de la Nouvelle Kia EV4 : de 14,6 à 15,8 kWh/100 km.

\*Garantie 7 ans ou 150 000 km (1<sup>er</sup> des deux termes échu) valable pour tous les modèles Kia en France métropolitaine et Corse (hors DOM-TOM) et dans tous les états membres de l'UE ainsi qu'en Norvège, Suisse, Islande, Gibraltar, Monaco et Andorre, sous réserve du respect du plan d'entretien défini par le constructeur et présenté dans le manuel utilisateur.

(1) Mouvement that inspires = Du mouvement vient l'inspiration. Mentions légales KIA FINANCE (2) Exemple de Location Longue Durée (LLD) de 49 mois et 40 000 km pour le financement d'une Nouvelle Kia EV4 Air autonomie standard (58,3 kWh) 150 kW (204ch) (hors options). 1<sup>er</sup> loyer majoré de 3 200 € TTC, puis 48 loyers mensuels de 297 € TTC. Exemple hors assurances et prestations facultatives. Modèle présenté : Nouvelle Kia EV4 autonomie longue (81,4 kWh) 150 kW (204ch) GT-Line avec peinture métallisée. LLD 49 mois et 40 000 km. 1<sup>er</sup> loyer majoré de 3 200 € TTC, puis 48 loyers mensuels de 427 € TTC. Exemple hors assurances et prestations facultatives. (3) Cycle mixte WLTP pour la Kia EV4 Earth avec batterie de 81,4 kWh et jantes 17". (4) Après déduction de la prime « Coup de Pouce Mobilité Électrique » de CertiNergy SAS d'un montant maximum de 4 200 euros du prix du véhicule, auprès des Distributeurs Kia participants, réservé aux clients particuliers sous conditions de revenus fiscaux, et sous réserve d'éligibilité au dispositif à la date de facturation. (5) Voir : www.kia.com/fr/mobilité-electrique/recharge-publique/. Offres réservées aux particuliers, non cumulables, valables du 01/09/2025 au 30/09/2025 chez tous les distributeurs Kia participant. Sous réserve d'acceptation du dossier par Kia Finance, Kia Finance est une marque exploitée par Hyundai Capital France, SAS au capital de 155 104 000 euros 69 avenue de Flandre 59700 Marcq-en-Barœul SIREN 491 411 542 RCS Lille Métropole. Les marques citées appartiennent à leurs propriétaires respectifs. Conditions sur kia.fr.



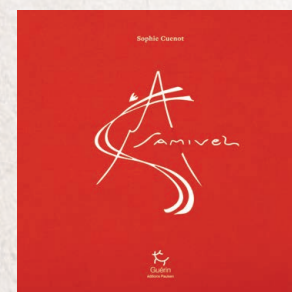
Pensez à covoiturer #SeDéplacerMoinsPolluer

## CHRONIQUES

ON A LU POUR VOUS...

### « SAMIVEL »

SOPHIE CUENOT



C'est dans les paysages familiers de nos montagnes que résonne l'œuvre de Samivel. Cette biographie illustrée retrace le parcours de cet artiste et alpiniste. Un homme qui a investi corps et âme la montagne pour mieux la défendre.

Cette biographie illustrée nous plonge dans l'univers de Samivel (1907-1992), originaire de Paris mais Savoyard d'adoption. Cet alpiniste et artiste, disparu il y a plus de trente ans, n'a eu de cesse de parcourir, photographier et peindre les montagnes. Elle met aussi en avant son combat pour la préservation de notre patrimoine naturel, notamment à travers la création du premier parc national en Vanoise et de l'association Mountain Wilderness. À travers 240 pages abondamment illustrées, Sophie Cuenot mêle témoignages, dessins, aquarelles et archives afin de faire revivre un artiste polyvalent qui a placé la montagne au cœur de son message. (F.N.)



« Samivel »

Sophie Cuenot

Guérin-Paulsen

240 pages • 56 € • Octobre 2025



« K2 »

Benjamin Védérines, Sébastien Montaz-Rosset,

Thibaut Marot

Guérin-Paulsen

256 pages • 29,90 € • Octobre 2025

« Solitude »

Benjamin Védérines

Guérin-Paulsen

168 pages • 21 € • Octobre 2025



# Vincent Lottenberg

## NUANCIER DE L'HIVER

Pas de temps mort pour Vincent Lottenberg, photographe de la vallée. À chaque saison ses lumières, ses couleurs, ses ambiances... Les paysages évoluent sans cesse, et pour celui qui est là pour capturer à la fois leur essence et leur fugacité, les montagnes sont un terrain de jeu inépuisable. Isolant parfois certains éléments du paysage, il révèle des contrastes de textures, de formes ou de couleurs, laissant apparaître une image très graphique. « Les paysages se révèlent différemment selon les lumières de la journée et des saisons. L'hiver, par exemple, offre plus de lumières rasantes et une palette de contrastes et de couleurs magnifiques. » À cela s'ajoutent ces instants imprévisibles qui donnent toute sa force à la photographie : « Parfois, ce sont de belles coïncidences, des éléments qui se répondent bien ou une lumière qui passe au bon moment. » (F.N.)

Always chasing light, valley photographer Vincent Lottenberg captures the ever-changing moods of the mountains. Through textures, colors, and fleeting light, he reveals their graphic beauty — moments where nature, contrast, and coincidence align in perfect harmony.



vincentlottenbergphoto.com

vinzphoto



© Photos Vincent Lottenberg



COUPE DU MONDE FÉMININE DE SKI ALPIN

# Le ski du bon côté



Événement phare du début de saison, la Coupe du monde féminine de ski alpin, c'est ce moment magique où les meilleures skieuses de la planète se retrouvent pour en découdre en nocturne sur le stade Émile-Allais. Mardi 16 décembre, impossible de passer à côté...



## 1 CÔTÉ PISTE LE STADE ÉMILE-ALLAIS

Baptisé en hommage au pionnier du ski français, triple champion du monde, ce site emblématique accueille depuis 2010 les plus grandes championnes du circuit. Doté d'un éclairage nocturne depuis 2020, il offre aux athlètes des conditions optimales d'entraînement et de compétition, de jour comme de nuit.

L'épreuve de slalom en chiffres : Départ 2015m  
Arrivée 1795m / Dénivelé 220m / Longueur 614m

## 2 CÔTÉ ATHLÈTES LES COURCHEVELOISES CHEZ ELLES

Quelques semaines avant les Jeux olympiques de Milan-Cortina, nul doute que les spécialistes courcheveloises du slalom auront à cœur de performer devant leur public, à l'image de Marie Lamure et Doriane Escané (lire aussi son portrait p20).



### L'AVIS DE

« On commence à travailler dès les premières chutes de neige pour avoir une surface uniforme sur tout le parcours. La neige est arrosée pour qu'elle soit très dure. Une fois la piste validée, on n'y touche plus, sauf s'il reneige : on doit alors enlever toute la neige fraîche. C'est un travail minutieux... comme tout le damage à Courchevel ! »

*Julien Berlioz, conducteur de damase à la Société des 3 Vallées*

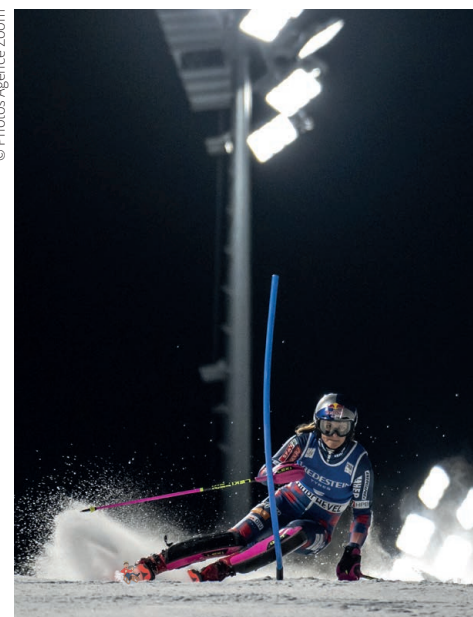


### L'AVIS DE

« Chaque athlète rêve d'avoir une Coupe du monde à la maison. Pour moi, c'est une réelle chance. Entendre son prénom, les encouragements de la famille, du Club... ça a un effet « boost ». La piste est exigeante, avec un départ dans la pente, déversante pied gauche, donc pas facile à négocier. Arriver à la dompter, c'est top ! En plus en nocturne, cela donne un côté spectacle très intéressant. »

*Marie Lamure*

© Photos Agence Zoom



## 3 CÔTÉ PROGRAMME

**La course : slalom nocturne**

- 17h45 : 1<sup>re</sup> manche
- 20h45 : 2<sup>e</sup> manche
- 21h45 : Cérémonie des fleurs et remise des prix

**Animations**

- Dès 16h : Village des partenaires au pied du stade ; Batook tricolore Les Exquis ; Snacking chaud et boissons chaudes
- DJ set avec Loran entre les manches et remise des prix du classement Top Afesa
- 21h45 : Remise des prix et feu d'artifices de clôture

🇬🇧 The Women's Alpine Ski World Cup opens the season in Courchevel, where the world's best slalom skiers compete by night on the iconic Émile-Allais stadium on 16 December. Meticulously prepared, the technical slope showcases top athletes, including local contenders Marie Lamure and Doriane Escané. Artist David Cintract presents unique gold-leaf helmet trophies, adding an artistic touch to the event. Fans can enjoy a festive programme with a partner village, music, warm snacks, and a closing firework show.

 **COUPE DU MONDE DE SKI ALPIN**

Stade Émile-Allais, dès 16h

Entrée gratuite

Télécabines Grangettes et Praz gratuites  
dès 16h et jusqu'à 23h30 + navettes ski-bus  
entre les villages de la station  
ski.worldcupcourchevel.com



DAVID CINTRACT

## 4 CÔTÉ ARTISTE LES TROPHÉES DE L'ARTISTE POP FRANÇAIS DAVID CINTRACT

*David, quelles sont vos inspirations ?*

« La création des Trophées repose avant tout sur la symbolique du casque. J'utilise des casques de pilotes de chasse, qui incarnent la puissance, la vitesse et la protection : trois valeurs fortes que l'on retrouve dans le ski alpin de haut niveau. Pour cette édition, ils seront travaillés de manière abstraite et habillés de feuilles d'or, ce qui leur donne une dimension à la fois précieuse, lumineuse et plus sculpturale. »

*Quels sont les retours des skieuses ?*

« Elles considèrent ces trophées comme de véritables objets d'art, autant que comme des récompenses sportives. Cette dimension artistique apporte, selon elles, une valeur émotionnelle et symbolique supplémentaire à leur victoire. » (C.L.)



© David Cintract





# Doriane Escané

## LE SKI À L'INSTINCT

Originaire des Pyrénées, Doriane a rejoint le club de Courchevel en 2017 pour performer dans sa passion du ski alpin. Malgré quatre ruptures de ligaments, elle n'a jamais lâché et a bien l'intention de continuer à le prouver en cette année olympique...

### Doriane, revenons sur tes débuts à ski...

J'ai commencé le ski dans les Pyrénées, à Font Romeu. Mes parents m'ont mis sur les skis vers 2 ans et demi. Je suis rentrée au club des sports, et en classe de seconde, direction la Savoie où j'ai intégré le club de Courchevel, puis le District Tarentaise et le pôle France de la Fédération.

### Qu'est ce qui te fait vibrer sur les skis ?

Petite, c'était d'être avec les copains, et après j'ai vite accroché avec la compétition. J'étais plutôt bonne et j'avais envie d'aller gagner.

### Quelles sont tes forces et faiblesses ?

Ma force, c'est mon mental. Ma faiblesse... aussi le mental ! Mais c'est surtout le physique, je dois beaucoup bosser pour y arriver. Sur les skis, parfois je me sens très à l'aise, d'autres fois j'ai l'impression de manquer de repères. Mais en général, c'est assez fluide : je sais ce que je dois faire, c'est de l'instinct.



### Profil

**Prénom :** Doriane  
**Nom :** Escané  
**Âge :** 26 ans  
**Discipline :** Ski alpin  
**Club :** Courchevel

### Palmarès

- 12 podiums en Coupe d'Europe dont 7 victoires (Krvavec 2020, Mayrhofen 2022, Vaujany 2023, Valle Aurina 2023, Sestrières 2024 et Diablerets 2025)
- 20<sup>e</sup> à la coupe du monde Kranjska Gora en 2021
- 5<sup>e</sup> aux Mondiaux d'Are en parallèle par équipe (Suède) en 2019

### Quel bilan fais-tu de la saison dernière ?

Je revenais de ma 4<sup>e</sup> blessure au genou, ça a été assez dur mentalement. Je me suis dit : je prends le temps, et on verra. Ça n'a pas été une mauvaise saison, mais il n'y a pas eu de résultats sur lesquels s'appuyer. J'avais envie de plus...

© Photos Agence Zoom



© DR

### Aujourd'hui, comment te sens-tu ?

Cet été, j'ai fait la préparation complète, je suis contente. Quand je suis arrivée sur les premières courses, j'étais prête... malgré une perte de ski et une chute !

### Quel est objectif cette saison ?

J'ai de quoi faire, je me donne tous les moyens. Dans mes objectifs, j'aimerais rentrer dans le Top 30, je suis capable de faire des Top 15. Et si tout ça marche, il y a les Jeux olympiques de 2026...

**J'AI DÉJÀ ENVIE DE FAIRE  
LES CHOSES BIEN, JO OU PAS.**

### Justement, comment abordes-tu cette échéance olympique ?

C'est un rêve d'y aller, mais ça ne me rajoute pas de pression. J'ai déjà envie de faire les choses bien, JO ou pas.

### Un dernier mot sur la Coupe du monde à la maison, le 16 décembre prochain ?

C'est toujours une course particulière, car il y a plein de monde qu'on connaît : le club, ma famille qui vient des Pyrénées... La piste est technique, toujours bien préparée avec du mur, du plat, et l'ambiance de nuit est vraiment sympa à vivre... Il faudra surveiller Mikaela Shiffrin bien sûr, mais Zrinka Ljutic peut faire des gros trucs. Et les Françaises peuvent sortir de belles courses. Je pense qu'il faut s'attendre à beaucoup de choses de beaucoup de monde ! (C.L.)

**Originally** from the Pyrenees, Doriane joined the Courchevel Ski Club in 2017 to follow her passion for alpine skiing. Despite suffering four knee ligament injuries, she has never given up and remains determined to prove herself this Olympic season. Known for her strong mental resilience and physical dedication, she aims for Top 30 or Top 15 finishes. The Courchevel World Cup holds special meaning with family and friends watching, while the upcoming Olympics are a dream she approaches without added pressure.

## ZOOM

## FAITES VOTRE MARCHÉ... de Noël !



© Courchevel Tourisme

Grande première à Courchevel, le village du Praz accueille un marché de Noël, une nouveauté très attendue qui promet de devenir un incontournable des festivités. Dès ce samedi 13 décembre, et jusqu'au 2 janvier, une douzaine de petits chalets chaleureux attendent les visiteurs. En plus des gourmandises et produits locaux, les exposants proposeront des bougies artisanales, de la vaisselle et d'autres surprises. De nombreuses animations sont prévues autour de ce marché de Noël. (C.L.)

**Ouvert 7j/7 de 11h à 20h, et les vendredis de 14h à 22h. Programme détaillé à l'office de tourisme.**

**🇬🇧** Courchevel's Le Praz celebrates Christmas with its first-ever festive market from December 13 to January 2.



### TO DO LIST

**SAMEDI 13.12**  
Aquamation fête ses 10 ans !  
Aquamation celebrates its 10th anniversary!  
14h-20h • Dès 8€  
Aquamation • Courchevel village

**SAMEDI 13.12**  
Conférence neige et avalanche  
Snow and avalanche conference  
De 19h à 23h • Entrée libre  
Salle K120 • Le Praz

**Office de tourisme • Courchevel**  
+33 (0)4 79 08 00 29  
courchevel.com



# LÀ OÙ L'ART *prend racine...*

**Humanité, amour et élévation des âmes, voici les thématiques de l'exposition L'Art au Sommet qui prend racine cet hiver encore sur les cimes de Courchevel. Place aux œuvres monumentales d'Andrea Roggi et Bruno Catalano...**

Devenu l'événement artistique incontournable de la saison, cette exposition à ciel ouvert a vu le jour en 2009. Depuis, les Galeries Bartoux et la station proposent de découvrir des œuvres incroyables et monumentales exposées sur les sommets et sur les différents niveaux de Courchevel. Une façon originale de sensibiliser un large public à l'art.

## DES ARBRES DE VIE D'ANDREA ROGGI...

Cette année, c'est l'artiste italien Andrea Roggi qui sera à l'honneur avec sept de ses œuvres : des « Arbres de Vie » en bronze, inspirés par les cyprès et les oliviers anciens qui entourent son atelier en Toscane. Des figures humaines s'intègrent à ces formes végétales, conférant à ces œuvres une dimension onirique et magique... sublimée par les paysages enneigés ! Pour les découvrir, direction : sommet de la Vizelle, sommet du Biollay, rue de l'Eglise, place du tremplin, front de neige et place du Rocher.

## ...AUX VOYAGEURS DE BRUNO CATALANO

Les « Voyageurs » de l'artiste français Bruno Catalano quant à eux, reposeront de nouveaux leurs valises à Courchevel. Ces sculptures, en bronze également, traversées par le vide retrouveront un écho saisissant au cœur de la station. Au spectateur d'imaginer ce qui peut combler ces sculptures incomplètes...

Pour découvrir ces merveilles et leur histoire, des visites guidées sont proposées par la Fondation Facim. Facile et accessible à tous dès 7 ans, cette balade à pied permet de se laisser surprendre par le côté insolite de cette exposition façon musée à ciel ouvert. Alors, prêt pour une échappée artistique spectaculaire ? (C.L.)

**UK** This winter, Courchevel once again hosts L'Art au Sommet, an open-air exhibition exploring humanity, love, and spiritual elevation. Monumental works by Andrea Roggi—bronze “Trees of Life” blending human and vegetal forms—and Bruno Catalano's iconic “Voyagers” appear across the resort. Guided tours by the FACIM Foundation invite visitors of all ages to experience this surprising mountainside art journey.



## L'ART AU SOMMET

- Sur le domaine skiable, le centre de 1850 et dans les villages.
- Visites guidées gratuites : les mercredis 24 et 31/12, puis les jeudis à 10h jusqu'au 16 avril. Inscription sur billetweb ou +33(0)4 79 08 00 29
- Vernissage en présence de l'artiste Andrea Roggi, vendredi 9 janvier

# SKISERVICE S'OFFRE PIGNON SUR RUE

L'histoire SkiService, créée par les Lepeudry depuis 1957, ajoute un nouveau chapitre à sa saga familiale. Un 14<sup>e</sup> magasin de location a vu le jour du côté de Courchevel Village, perpétuant la marque de fabrique du groupe : un service personnalisé et une humanité sans pareil.

## UNE FAMILLE FORMIDABLE

Chez Infosnews, les histoires de famille nous touchent particulièrement. L'occasion de rappeler la belle aventure du clan Lepeudry. Créant Le Chamois, deuxième magasin de ski à Courchevel toujours en service et leader du groupe, Daniel et Nanny, les grands-parents, avaient lancé l'épopée largement perpétuée par Patrick et Laurence Lepeudry. Depuis l'an dernier, Alric et Laetitia, les petits-enfants, ont décidé de reprendre le flambeau. « L'humain passe avant tout, témoigne Alric. On n'est pas juste des loueurs, on a un rôle de conseil et d'écoute. Et sans nos équipes, on n'est rien. »



COURCHEVEL EN 1960

## REMETTONS SKISERVICE AU MILIEU DU VILLAGE

Le groupe étend sa présence et son offre diversifiée en s'installant à la place du tabac presse La Boule de Neige à Courchevel Village. Le nouveau magasin offre dès à présent un service de location sur mesure et très étoffé, ainsi qu'un corner dédié à la vente de textiles et de matériel réunissant les marques phares de SkiService (Rossignol, Nikkie, Fusalp...). En plus de proposer des prix attractifs, le magasin sera dirigé par Guillaume, membre du groupe depuis 5 ans. « Notre personnel est fidèle, gagnant chaque année en savoir-faire et en conseil. L'un des intérêts d'avoir un magasin sur un autre étage de la station, c'est que nous pouvons être flexible. Si le client a loué sur l'un de nos magasins à 1850, et qu'il commence à avoir mal au pied sur le domaine de Courchevel 1550, il peut venir changer son matériel au magasin de Courchevel Village. » (C.B.)

**UK** SkiService, a family-run business since 1957, opens its 14th rental shop in Courchevel Village. The Lepeudry family emphasizes personalized service, expert advice, and human connection, offering flexible ski rentals, gear, and apparel from top brands, continuing a multigenerational legacy of care and expertise in the mountains. The new shop enhances convenience and maintains the group's hallmark attentive, customer-focused approach.



## SKISERVICE SKISET 1550 • NOUVEAU MAGASIN

193 rue des Rois, à Courchevel Village  
Ouvert de 8h45 à 19h  
ski-service.fr



## TOUS LES CHEMINS MÈNENT À L'OLYMPE



Ce samedi 13 décembre, la télécabine de l'Olympe, qui relie Brides à Méribel, rouvre pour toute la saison d'hiver. L'occasion d'apprécier les nouveaux aménagements, tant en termes d'accès que d'infrastructures. Tour d'horizon...

**A**mélioration des cheminements et accès piétons et navettes, importants travaux d'aménagement de la gare de départ, avec un vrai espace couvert ou profiter des différents services : les habitués de la télécabine de l'Olympe apprécieront !

### CHEMINEMENTS ET NAVETTES RÉORGANISÉS

« Le but c'est d'améliorer le parcours et le confort des skieurs et piétons au départ de Brides-les-Bains, explique Bruno Pideil, maire de la commune. Pour faciliter la mobilité à proximité de la télécabine, deux cheminements piétons ont été réaménagés, et cette année, nous mettons en place de nouvelles navettes bus. Le plan de circulation a été revu, pour faciliter le stationnement vers les parkings de la Dova, et les bus sont à fond plat, donc plus faciles d'utilisation avec des ski et chaussures de ski. »



© Meribel Alpina

### UNE GARE MODERNE ET MULTISERVICES

Mais ce n'est pas tout. Une fois le pied de l'Olympe atteint, une deuxième surprise attend les usagers. Et pas des moindres ! L'ancienne gare de départ a connu un véritable lifting. Exit l'achat de forfait aux guichets extérieurs, les consignes à ski dans des bungalows sur le parking du dessous... « Nous avons procédé à une refonte et une modernisation globale du site », indique Alexandre Bouet, directeur général de Méribel Alpina, société exploitant la télécabine. Avec trois axes majeurs : l'accessibilité PMR et tout public avec la création d'un escalator couvert jusqu'à l'embarquement ; la réalisation d'un point de vente couvert et clos, équipé également de distributeurs (boissons...), de WC publics et de consignes à ski ; et un relooking esthétique du bâtiment qui datait de 1992. « La fréquentation est en augmentation constante, poursuit Alexandre. Avec nos horaires élargis, dès 7h45 le matin, cela répond aux besoins des travailleurs à la journée, comme des skieurs... »



© Meribel Alpina

### UN NOUVEAU PARKING EN 2027 ?

Dernier gros projet autour de l'Olympe, confirmé par Alexandre Bouet et Bruno Pideil : la création d'un parking de 200 places, au niveau de la route départementale contournant Brides-les-Bains, qui permettra de rejoindre facilement le départ de la télécabine. De quoi donner un peu d'air au centre-ville de Brides et attirer encore plus de skieurs à la journée. Mise en service, si tout va bien, à l'horizon 2027. (E.R.)



**UK** The Olympe gondola linking Brides-les-Bains to Méribel reopens on 13 December with major upgrades. Pedestrian routes, bus access, and circulation have been redesigned, while the departure station has been fully modernised with a covered escalator, indoor ticketing, ski lockers, public restrooms, and services. As ridership grows, these improvements boost comfort and accessibility. A new 200-space parking area is also planned for 2027.

### ◆ TÉLÉCABINE DE L'OLYMPE

Fonctionnement du 13 décembre au 10 avril 2026

- Fonctionnement de 7h45 à 17h30 (dernière descente de Méribel).
  - Point de vente des forfaits : de 8h30 à 14h en semaine, et de 8h30 à 17h les samedis et dimanches
- +33 (0)4 79 55 20 64 • brides-les-bains.com



### ✓ TO DO LIST

#### LUNDI 15.12 Sortie raquettes

Snowshoes ride  
Départ 8h45 • 39€/pers  
Inscription obligatoire à l'OT

#### JEUDI 18.12 Concert Roc Cab & vin chaud

Concert & hot wine  
À 17h • Gratuit  
Place du Centenaire

#### VENDREDI 19.12 Séance de pilates

Pilates session  
À 10h15 • Gratuit  
La Dova

#### Office de tourisme Brides-les-Bains

+33 (0)4 79 55 20 64  
brides-les-bains.com



**VOTRE NOUVEAU SUPERMARCHÉ DE PROXIMITÉ**

129 route du Belvédère  
Rond-Point des Pistes  
**Méribel 1700**

- livraison à domicile
- course U
- service drive

**Ouvert TOUS LES JOURS**  
toute l'année de 7h30 à 20h

+33 (0)4 87 79 09 99  
uexpress.meribel@systeme-u.fr

— MÉRIBEL —

*Ça monte, ça monte !*

Au programme de ces Championnats de France de ski alpinisme les 13 et 14 décembre, deux épreuves à Méribel-Mottaret : Vertical Race et Sprint. Un temps fort de haut niveau !



Près de 230 skieurs-alpinistes sont attendus les 13 et 14 décembre pour en découdre sur les sommets de Méribel. À noter la présence des athlètes du Club des sports de la station à encourager tout particulièrement : Célestin Gullon, Paul Jay pour la Vertical Race, et Bazil Ducouret pour les deux courses. On commence samedi 13 avec la Vertical Race, où seule la montée est chronométrée. Les départs se font groupés, de façon échelonnée sur la matinée, pour un effort de 300 à 1000m de dénivelé positif selon la catégorie. Dimanche, place au Sprint ! Sur un parcours très court s'enchaînent conversions, escaliers, portage des skis et descente balisée. À l'issue des compétitions, les titres de champions de France seront décernés dans chaque catégorie. (C.L.)

The French Ski Mountaineering Championships take place in Méribel-Mottaret on December 13–14, featuring the Vertical Race and Sprint. Around 230 athletes, including local club members, will compete for national titles across various categories.

**CHAMPIONNATS DE FRANCE DE SKI ALPINISME**  
Départs des courses à 9h40  
Infos : meribel-sport-montagne.com

**DIRECTION**  
*la cabane à dons !*



Depuis le 15 septembre, une nouvelle cabane s'est implantée dans le décor de la commune des Allues. Celle du Père Noël ? Non mais presque, c'est la cabane à dons ! Après les livres, place aux objets.

Située dans l'impasse du Plan de l'Église, cette nouvelle cabane permet de déposer, prendre ou échanger librement des objets. Des objets, oui, mais pas n'importe lesquels ! La liste est la suivante : articles de puériculture, jeux et jouets, équipements sportifs et multimédias. Bien évidemment, il est demandé de donner ces objets en bon état, c'est-à-dire non cassés, propres et complets. Vous voulez faire don d'un objet lourd ou volumineux ? Pas de problème, un tableau d'annonces est situé à l'intérieur.

L'origine de ce projet d'expérimentation fait suite à un appel à projets citoyens porté par la commune de Méribel en 2024. Le but est de sensibiliser et impliquer les habitants à l'économie circulaire en facilitant le partage d'objets. Vos enfants ont grandi et les skis traînent dans le garage, redonnez-leur une seconde vie. Direction la cabane à dons ! (M.P.)

A new donation cabin has opened in Les Allues, where residents can freely leave or take items like toys, baby gear, sports equipment, and electronics—promoting circular economy and giving unused objects a second life.

**CABANE À DON'S**  
Impasse du Plan de l'Église, les Allues  
Ouvert tous les jours de 8h à 18h30  
+33 (0)4 79 08 61 04 • mairiedesallues.fr

**CABANE À DON'S**  
ouverte tous les jours de 8h à 18h30

**Ici : déposez, prenez, échangez !**

- Articles de puériculture
- Jeux, jouets et jeux de société complets
- Équipements sportifs
- Équipements multimédias

- Vêtements
- Appareils électroménagers
- Vaisselle
- Objets en mauvais état ou sales
- Objets à piles ou batteries usagées
- Produits alimentaires, périssables ou médicaux
- Objets illégaux
- Dépôt sauvage à l'extérieur de la cabane

Don d'objets lourds ou volumineux via le tableau des annonces à l'intérieur de la cabane.

**CABANE À LIVRES**  
90 rue de la Resse aux Allues

**DÉCHETTERIE DU PLAN CHARDON**  
www.valvarnoise.fr



**TO DO LIST**

**SAMEDI 13.12**  
Opening La Folie Douce  
La Folie Douce Opening  
De 9h-16h45  
Intermédiaire Saulire Express

**SAMEDI 13.12**  
Match de hockey HCMP-Strasbourg  
HCMP vs Strasbourg match  
À 20h30 • Payant  
Patinoire • Méribel Centre

**Office de tourisme • Méribel**  
+33 (0)4 79 08 60 01  
meribel.net



L'INTERVIEW PEOPLE



MAR 23  
• DÉCEMBRE

Il a révolutionné le patinage artistique français dans les années 1990 et est connu pour ses « candelorettes » et croustillantes anecdotes... Philippe Candeloro revient à Méribel le 23 décembre avec « La fille du marchand de sable », un spectacle de sa femme Olivia. Une belle histoire de famille, puisque Maya, sa fille, campe le personnage principal.

Parle-nous de « La fille du marchand de sable »...

Ce spectacle de patinage artistique a été écrit et mis en scène par ma femme Olivia. C'est un conte de fée qui tourne en France depuis deux ans. Il met en lumière la transmission... Ma fille Maya, danseuse (7 ans à l'Opéra de Paris), campe le personnage principal Étoile, qui prend le relais de son père pour apporter de la magie aux enfants.

Un petit mot sur les surprises du spectacle ?

On vous promet des numéros aériens, chant, danse et un passage du Père Noël avec 25 artistes sur scène. Même si je vieillis et malgré mes prothèses de hanche, je réalisais encore jusqu'ici le saut périlleux arrière. Alors je ferai bien quelques apparitions dans le show...

Tu connais bien les 3 Vallées...

Oui, je viens à Méribel régulièrement depuis 15 ans, et je fréquentais aussi Courchevel, notamment pour commenter les Étoiles du sport avec Nelson Monfort. Et quand j'étais jeune, je skiais aussi aux Menuires et à Val Thorens : c'était un super rapport qualité/prix pour ce domaine immense.

Tes spots préférés dans les 3 Vallées ?

Cet été, on est revenus à Méribel : je préfère la montagne à la mer, les paysages changent tout le temps. C'est une station charmante encore accessible. On aime aussi le ski de printemps, et dans les 3 Vallées, il y a toujours de la bonne neige, et on peut se balader pendant des heures.



INTERVIEW DÉCALÉE

- **Si tu étais un animal de montagne ?**  
Un aigle pour observer tout ce qui se passe et passer d'un domaine skiable à un autre en 3 minutes
- **Un plat savoyard ?**  
Une fondue
- **Un sport de glisse autre que le patinage ?**  
Le monoski, j'en ai fait 15 ans.
- **Un film culte de Noël ou de montagne**  
Le père Noël est une ordure...
- **Une boisson de montagne**  
Un vin chaud blanc à midi et un chocolat chaud à 16h.

Un souvenir avec ton compère Nelson Monfort ?

On a passé 19 ans à commenter ensemble les événements sportifs, voire même à faire du ski. Alors des souvenirs, il y en a ! Lorsqu'on commentait les compétitions de patinage, je sortais souvent mes « candelorettes » décontençant Nelson. Lors des Jeux de Turin, les Français (Isabelle Delobelle et Olivier Schoenfelder) terminent « à la 4<sup>e</sup> place ». J'avais souligné à l'antenne que « c'était la place du con », mettant Nelson mal à l'aise devant des millions de spectateurs...

Quelles sont tes actus ?

En 2026, avec Nelson, on continue de jouer en tournée au théâtre une pièce parodie autodérivoire « Ça patine à Tokyo », écrite par Hugo Cremaschi et Julien Grange. Et on attend de voir si on sera présents pour commenter les Jeux olympiques de Milan Cortina en février prochain. (C.B.)

🇬🇧 **L**egendary French figure skater Philippe Candeloro returns to Méribel on December 23 with "The Sandman's Daughter": a family ice show blending skating, dance, singing, and aerial acts, created by his wife Olivia and led by their daughter Maya, the story's guiding Star. With 25 performers and a visit from Santa, Candeloro will also make a few appearances on the ice, promising a magical evening in the heart of the 3 Vallées.

**SPECTACLE DE PATINAGE**  
« LA FILLE DU MARCHAND DE SABLE »

À 18h, au Parc Olympique  
Places de 19€ à 62€  
Billetterie sur [my.weezevent.com](http://my.weezevent.com)



PHILIPPE CANDELORO

BIO EXPRESS

Patineur artistique français originaire des Hauts-de-Seine, Philippe Candeloro a été sacré vice-champion du monde en 1994, et remporté les médailles de bronze aux Jeux olympiques de Lillehammer (1994) et Nagano (1998). Côté sportif, il a inventé une série de sauts pieds-joints en avant, ainsi qu'une pirouette sur les genoux. Il est aussi connu pour son rôle de consultant sportif au côté de Nelson Monfort et Annick Dumont sur France Télévisions de 2005 à 2018. Il est intervenu dans de multiples émissions comme Fort-Boyard (1997), Intervilles (2009), Danse avec les Stars 2 (2011), Les Grosses Têtes (2013-2014)...



© Photos Olivier Brajon



GUIDE DE HAUTE MONTAGNE

# HAUT, *Gaby Gaby...*

Gabriel Jay, alias Gaby, a consacré sa vie à la montagne. Guide, ancien directeur du Bureau des guides des Belleville et gérant d'un magasin de ski à Saint-Martin-de-Belleville, il nous partage son amour pour les cimes et son attachement à sa vallée natale.

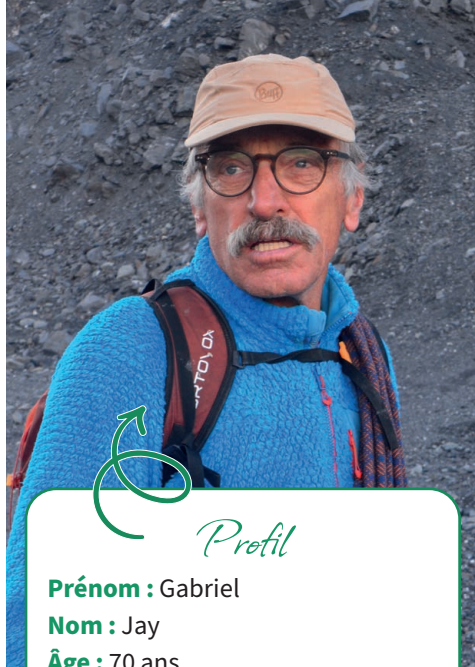
## Comment a débuté ton histoire avec la montagne ?

J'ai grandi à Saint-Martin-de-Belleville, dans une famille de dix enfants. Mes parents étaient agriculteurs. L'été, on montait en alpage un peu en dessous de Val Thorens pour s'occuper des vaches. Mon père est à l'origine de la ferme et du restaurant Chez Pépé Nicolas, créés en 1957.

## TANT QUE J'Y TROUVE DU PLAISIR, JE CONTINUERAI

## Tu étais donc destiné à devenir guide de haute montagne ?

Oui, c'était une évidence. J'ai suivi un cursus ski-études à Saint-Michel-de-Maurienne où j'ai passé un CAP de plomberie — que je n'ai jamais utilisé ! J'ai travaillé aux Menuires comme dameur et secouriste avant de rejoindre l'École du Ski Français. Puis j'ai passé mon diplôme de guide en 1984.



## Profil

**Prénom :** Gabriel  
**Nom :** Jay  
**Âge :** 70 ans  
**Origine :** Saint-Martin-de-Belleville  
**Où :** Les Belleville  
**Métier :** Guide de haute montagne

## Pourquoi ce métier ?

Par passion avant tout. J'avais lu « Première de cordée » de Roger Frison-Roche, qui m'a donné envie de devenir guide. La haute montagne m'attirait, et le développement du tourisme offrait de belles perspectives.

## Quels sont tes lieux favoris dans la vallée ?

Les aiguilles de Polset et de Péclet. J'y ai passé énormément de temps. Les glaciers ont beaucoup reculé. Ils s'étendaient autrefois jusqu'à la télécabine de la Moraine. Aujourd'hui, il faut monter en 4x4 jusqu'au col de Thorens pour les randos glaciaires. J'aime montrer ces évolutions aux visiteurs, pour qu'ils réalisent la fragilité de ces paysages.



## Qu'est-ce qui t'anime encore après tant d'années ?

Le partage. Faire découvrir la montagne, échanger avec les gens, vivre ces moments intenses là-haut... C'est ce que j'aime le plus.

## Une anecdote marquante ?


J'ai accompagné un groupe de sourds-muets au sommet du Mont-Blanc. C'était à la fois cocasse — j'oubliais parfois de me retourner pour qu'ils puissent lire sur mes lèvres — et très émouvant de les voir atteindre le sommet.

## La vallée a-t-elle beaucoup changé ?

Oui, malheureusement. Le village se vide, les maisons se vendent à prix d'or. On essaie de maintenir une vie locale, avec des repas de village, mais ce n'est pas simple. Ce n'est pas seulement dû au tourisme, c'est aussi une question de générations.

## Et toi, comptes-tu un jour poser le sac à dos ?

Je plaisante souvent en disant que j'arrêterai dans les trente prochaines années ! Tant que je peux, et tant que j'y trouve du plaisir, je continuerai. (F.N.)

 Gabriel Jay alias "Gaby" has devoted his life to the mountains. A high-mountain guide, former head of the Belleville Guides Office and ski-shop owner in Saint-Martin-de-Belleville, he shares his deep bond with his valley. From childhood summers in the alpine pastures to decades guiding on the Polset and Péclet peaks, he's driven by passion and the joy of sharing. Despite changes in the valley, he plans to keep going—as long as it brings him pleasure.


## ZOOM

# CE DIMANCHE, LE VILLAGE S'ILLUMINE



© Vincent Lottenberg

Pour célébrer cette nouvelle saison, l'office de tourisme a concocté une journée d'animations conviviales et féériques (accès libre et gratuit). Rendez-vous sur la place principale de Saint-Martin, dimanche 14 décembre (dès 13h30). Au programme : marché de Noël, ateliers créatifs, fanfare, contes musicaux pour enfants, fontaine à chocolat et verre de l'amitié. Clou du spectacle : le concert aux chandelles, inspiré d'Harry Potter, à 18h30 dans l'église du village (10-15€/pers, gratuit -6 ans). (F.N.)  
**Le 14/2, dès 13h30 • Place du village**  
**Animations gratuites, sauf le concert**

 Celebrate the season's opening with a Christmas market, creative workshops, music, and a chocolate fountain. The day ends with a candlelight concert at 6:30 pm.



## TO DO LIST

### DIMANCHE 14.12

Live music : Luke Robinson  
À 19h30 • Gratuit  
Bar Pourquoi Pas • Place de l'église

### MERCREDI 17.12

Soirée des Transitions  
Transitions evening  
19h-21h • Accès libre  
La Belle Vie  
(Lire aussi en p.33)

**Maison du Tourisme**  
**Saint-Martin-de-Belleville**  
+33 (0)4 79 00 20 00  
st-martin-belleville.com





**NOUVEAU**  
**RETROUVEZ-NOUS**  
**DÈS MAINTENANT**  
**EN VIDÉO**  
**WEB APP**



### COMMENT ÇA MARCHE ?

- 1 Ouvrez votre navigateur : ... [www.infosnews.tv](http://www.infosnews.tv)
- 2 • Sur Sur l'écran d'accueil   
 • Sur Ajouter à l'écran d'accueil
- 3 Cliquez sur : Être averti des nouvelles vidéos :  
☐ Pour les 3 Vallées  
☐ Pour Paradiski



## La transition AUTOUR D'UN CAFÉ

Deux journées pour comprendre, débattre et s'inspirer : la Mountain Académie arrive dans Les Belleville les 16 et 17 décembre, avec un programme pour mieux saisir les enjeux des transitions en montagne. Présentation avec Marlène Giacometti, directrice de l'office de tourisme.

### Comment est née la Mountain Académie ?

Mountain Change Maker et Mountain Riders ont imaginé un dispositif pour faire progresser la transition sur nos territoires. Leur conviction est simple : la transition ne se décrète pas, elle s'apprend. La Mountain Académie crée donc des espaces d'échange pour tous – professionnels, habitants, saisonniers, vacanciers – autour de formations, conférences, ateliers ou encore media trainings.

### Qu'est-ce qui distingue cette édition ?

Pour la première fois, la Mountain Académie se déploie sur deux journées complètes : le 16 décembre aux Menuires, et le 17 décembre à Saint-Martin-de-Belleville. Cela nous permet de proposer un format plus immersif et accessible au plus grand nombre.

### En quoi consistent les Cafés Causeries ?

Les Cafés Causeries rythmeront les deux journées (de 8h à 17h45), dans différents lieux. Le principe : partager un café et échanger sur un thème lié à la transition. Des témoins experts présentent une action qu'ils ont réellement menée. C'est ouvert à tout le monde, et en particulier à ceux qui ne savent pas encore très bien comment se positionner.



MARLÈNE GIACOMETTI

### Qui retrouvera-t-on parmi les témoins ?

Stéphane Labranche, sociologue du climat, interviendra lors de la Soirée des transitions à Saint-Martin (La Belle Vie, de 19h à 21h), notamment autour des JO 2030. Seront également présents un représentant de Gaz électricité de Grenoble, de la Sevel, du Parc de la Vanoise, et des figures locales comme le skieur Fabien Maierhofer.

### Et la Fresque de la montagne ?

C'est une déclinaison de la Fresque du climat, pensée pour les territoires alpins. Les participants identifient ensemble causes et conséquences du changement climatique et imaginent des futurs désirables. Trois sessions seront proposées (sur inscription) : de 9h à 11h30 et de 14h à 16h30 à l'Alpeen le mardi, de 9h à 11h30 à la mairie de Saint-Martin le mercredi. (F.N.)

The Mountain Académie returns to Les Belleville for two immersive days exploring mountain transitions. Open to all, it offers workshops, Cafés Causeries, and the Alpine Climate Workshop, uniting experts, locals, and professionals to share insights, debate challenges, and co-create sustainable, future-ready solutions for alpine territories.



### LES RENDEZ-VOUS MOUNTAIN ACADEMIE

- Mardi 16 décembre aux Menuires
- Mercredi 17 décembre à Saint-Martin-de-Belleville
- Accès libre et gratuit • Tout public
- +33 (0)4 79 00 73 00 • [lesmenuires.com](http://lesmenuires.com)

✓  
TO DO LIST

### MARDI 16.12

Soirée spéciale saisonniers

Special evening for seasonal workers

18h30-21h30 • Gratuit

La Croisette

Office de tourisme • Les Menuires

+33 (0)4 79 00 73 00

[lesmenuires.com](http://lesmenuires.com)



ENZO HUDRY

# PLUS GRAND, PLUS FORT

Le fondeur Enzo Hudry signe son grand retour sur les circuits après deux saisons blanches dues à une blessure rare. Il attaque cet hiver sa première saison en U23, bien déterminé à retrouver son plus haut niveau, et même au-delà !

## Enzo, comment as-tu débuté le ski de fond...

Je suis originaire des Menuires, j'ai commencé le ski de fond à 5 ans au club des sports de la station. J'ai progressé au fil des années, jusqu'à intégrer le Pôle France au lycée Reinach, à La Motte-Servolex.

## Pourquoi avais-tu arrêté la compétition ?

Je me suis blessé en janvier 2023 lors des championnats de France longue distance. En pleine course, une décharge électrique m'a paralysé la jambe droite. Deux années de douleur et d'errance médicale ont suivi, sans qu'aucun spécialiste ne trouve la cause.

## Comment as-tu trouvé la solution ?

J'ai toujours été curieux du fonctionnement du corps humain, j'ai même pensé faire médecine ! Devant le flou des diagnostics, j'ai mené mes propres recherches. C'est ainsi que j'ai découvert le travail d'une chirurgienne suisse, la seule à pratiquer une endoscopie spécifique permettant de voir et d'opérer en même temps. Elle m'a opéré en avril 2025 : deux nerfs étaient coincés par un ligament du bassin, un cas très rare.



## Profil

**Prénom :** Enzo

**Nom :** Hudry

**Surnom :** Le Sanglier

**Âge :** 20 ans

**Origine :** Saint-Marcel

**Discipline :** Ski de fond

**Spécialité :** Sprint & Classic

**Club :** CS Les Menuires / I3 Ski Team

## Palmarès

- Vice-champion de France élite en relais (2022)
- Vice-champion de France des clubs (2022)
- Champion de France KO sprint skate (2020)

## Comment s'est passée ta reprise ?

Après un mois de convalescence, j'ai repris progressivement, en commençant par la musculation car j'avais perdu beaucoup de muscles. Je voulais retrouver une base solide avant de rechausser les skis. En juin, j'étais de nouveau à 100% sur ski-roues, puis j'ai retrouvé la neige en octobre, en Suède.

**IL FAUT ÉCOUTER SON CORPS,  
MÊME DANS LE HAUT NIVEAU**

## Tes premières impressions sur neige ?

J'avais un peu d'appréhension. Est-ce que la douleur allait revenir ? Mais très vite, ce n'était que du plaisir. J'étais heureux de retrouver cette sensation de glisse qui fait partie de ma vie depuis mes six ans.

## Quels sont tes objectifs cette saison ?

Je veux retrouver mon meilleur niveau. Avant ma blessure, j'étais parmi les meilleurs Français en U18. Cet hiver, je repars en U23 avec l'ambition de briller sur le Samse National Tour et la FESA Cup. Et pourquoi pas décrocher une sélection pour les Mondiaux U23.

## Et à plus long terme ?

Intégrer l'équipe de France nordique, la Coupe du monde, et viser les Jeux olympiques 2030 en France. C'est mon objectif ultime, et je ferai tout pour l'atteindre.

## Que t'a appris cette épreuve ?

Qu'il faut écouter son corps, même dans le haut niveau. Avant, je fonçais sans me poser de questions. Aujourd'hui, je mesure la chance que j'ai de pouvoir recourir. J'ai cru ma carrière finie, mais je repars plus fort. Il ne faut jamais perdre espoir. (F.N.)



After two seasons sidelined by a rare injury, cross-country skier Enzo Hudry makes his comeback this winter in the U23 category. Following a complex surgery to release trapped nerves, he gradually regained strength and returned to snow. Focused on the Samse National Tour, FESA Cup, and long-term goals like the French national team and 2030 Olympics, Enzo emphasizes listening to his body and embracing the joy of skiing once again.

Pour le suivre  
@enzo\_hudry



© Photos Etienne Magini



RETOUR SUR ↩

# CRAZY BRITISHS !

LONDRES - VAL THORENS À PIED

Cet été, les deux meilleurs amis de 24 ans, Reuben Gray et Matt Brinkley, se sont lancé un pari fou : relier Londres à Val Thorens à pied et en... chaussures de skis ! Une randonnée audacieuse pour rejoindre les Alpes, qu'ils nous racontent depuis les 3 Vallées, où ils ont élu domicile cet hiver.

## Pourquoi ce périple jusqu'à Val Thorens ?

Car c'est la plus haute station d'Europe, un gros challenge pour nous. On n'y était jamais allé avant, mais c'est à nos yeux l'endroit le plus excitant pour skier. Il y a une vraie culture du ski là-bas.

## Racontez-nous ce projet un peu fou...

L'objectif étant de relever des fonds pour la recherche contre le cancer (Macmillan Cancer Support) et aussi pour Snow Camp, qui est une association qui aide les jeunes à rentrer dans le monde du ski de manière plus accessible.

« C'ÉTAIT HORRIBLE, LOURD, DÉSAGRÉABLE, DOULOUREUX, MAIS TELLEMENT DRÔLE ! »

## Comment s'est déroulée votre épopée ?

On marchait l'équivalent d'un semi-marathon par jour. Au total, on a parcouru 1200km en 50 jours. Les premiers soirs, on dormait en tente, ensuite dans nos voitures. On en avait deux qu'on déplaçait tous les jours, une fois arrivés au point d'arrivée. En France, il faisait tellement chaud la journée (40°C) qu'on marchait la nuit. Les gens étaient très généreux, surtout les Français ! Des bières, du café, à manger... On nous a même invité à passer la nuit...



REUBEN & MATT



© Photos OT Val Thorens



© DR

## Et l'arrivée en Tarentaise ?

On a été super bien accueillis par l'office de tourisme de Val Thorens et notre famille. On était une dizaine, mais le champagne coulait à flot !

## Une anecdote à nous raconter ?

Une fois, on s'est fait arrêter parce qu'on marchait de nuit et qu'on n'avait qu'une seule lampe frontale. La police nous a emmené sur une autre route, à 16km de notre chemin !

## C'est quoi la suite ?

On a créé une application (King of the Hill) destinée à tous riders venant passer des vacances ou une saison en station de ski. On peut y retrouver des challenges à réaliser entre potes, un plan du domaine avec géolocalisation pour se retrouver sur les pistes ou encore un dossier pour les photos et les vidéos présent sur les meilleurs spots. Il y a même des réductions sur la location de ski (SkiSet). Elle peut être utilisée dans n'importe quelle station du monde.

## Un dernier mot ?

Pour ceux qui souhaiterait discuter ou skier, on sera sur les 3 Vallées toute la saison ! (M.P.)

**T**his summer, best friends Reuben Gray and Matt Brinkley undertook a daring 1,200 km trek from London to Val Thorens in ski boots over 50 days, facing heat, tents, and night walks. Raising funds for cancer research and Snow Camp, they were welcomed with champagne at the finish. Their adventure inspired "King of the Hill," an app offering ski challenges, geolocation, and perks for riders worldwide.



## INITIATIVE KING OF THE HILL

Avec Reuben Gray et Matt Brinkley

Pour les suivre :

📱 kingofthehillrace

👤 King of the Hill

ZOOM

# C'EST LA Boarderweek !



© Jérôme Carret

Comme chaque année, près de 3000 Allemands convergent cette semaine dans la station pour la Ski & Boarderweek. Un événement festif mêlant tradition, ski, concerts et activités variées, accessibles aussi à tous. Du 13 au 20 décembre, Val Thorens devient un véritable terrain de jeu pour la clientèle allemande : tests de matériel ski et snowboard en journée, initiations freestyle au Easy Fun Park, défis ludiques (snow-volleyball, slalom, conduite sur glace), mais aussi projections cinéma et concerts marquants. Toutes les activités sont accessibles via un bracelet à 31 €, disponible à l'office de tourisme.

Infos : [valthorens.com](http://valthorens.com)

**From 13 to 20 December, Val Thorens hosts the Ski & Boarderweek, a unique festival with equipment test villages, freestyle lessons, fun challenges (snow volleyball, slalom, ice circuit), film nights and concerts.**



TO DO LIST

## VENDREDI 12.12

Coupe du monde de ski cross

Ski cross world cup

Finale à 14h30

Village animation : 9h-16h

Piste Jean-Fred Chapuis

## TOUT L'HIVER

Club Val Thorens

Adhésion gratuite

Infos à l'OT

Office de tourisme • Val Thorens

+33 (0)4 79 00 08 08

[valthorens.com](http://valthorens.com)



# Move & Relax\*

📍 SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE 📍 LES MENUIRES 📍 VAL THORENS



Piscine | Wellness | Musculation |  
Cours collectifs fitness et aquasports  
Multisport indoor | Massages & Soins | Fun Park



[sportwellnesslesbelleville.com](https://sportwellnesslesbelleville.com)

\*Bouger et se détendre - Création : waraka - Crédit photos : Maxime Giraud, Alpcat Médias, L. Brochot - OT Val Thorens

CARON 3200

## All I Want for Christmas is...

Envie de prendre de la hauteur pour vos cadeaux de Noël ? Direction Caron 3200 ! Là-haut, se cache un concept-store unique en son genre. Son credo : créer des produits exclusifs, à l'effigie de la Cime Caron.

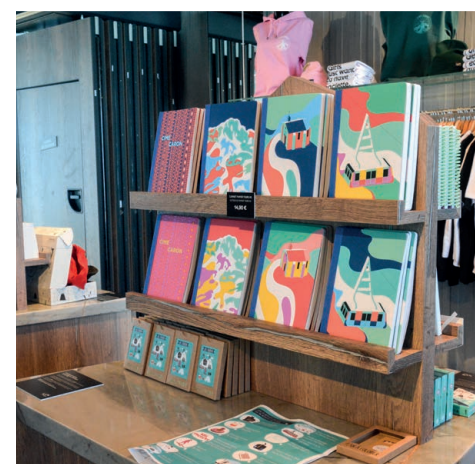
Noël approche ! Des cadeaux célestes vous attendent au sommet de la Cime Caron. Au premier étage du complexe Caron 3200, un des plus hauts d'Europe, se cache un concept-store atypique.

### N'OUBLIE PAS MON PETIT BONNET

Caron 3200 a lancé sa propre marque de vêtement. Hoodies, tee-shirts, bonnets, casquettes... La gamme met en avant des couleurs pastel et un textile en coton organique. Notre coup de cœur ? La collection de tee-shirt avec une touche humoristique et locale : « Un génépi et au lit ! », ou encore « Beau comme un diot ». Punchlines déclinées sur de jolis mugs. On valide.



© L. Brochot



### DES COLLABS QUI FONT MOUCHE

Caron 3200 c'est aussi des collabs exclusives à l'effigie de la Cime Caron. Parmi elles, des chaussettes Happy Socks et des carnets Papier Tigre. Black Peuf a créé une collection d'affiches et de cartes postales, à poster sur place avec des timbres exclusifs ! Les enfants trouveront leur bonheur dans une gamme de jeux créatifs. Mention spéciale : le kit pour fabriquer son bonhomme de neige de la marque locale Mim.

Le concept store Caron 3200 est une escale à ne pas manquer avant de redescendre sur terre... De quoi fredonner « Vive le vent » en repartant les bras chargés. (F.N.)



At 3,200 meters, the Caron 3200 concept store turns Christmas shopping into a high-altitude experience. Its exclusive line of apparel, witty mugs, and pastel accessories celebrate mountain life with style. Collaborations with brands like Happy Socks, Papier Tigre, and Mim add a creative touch, offering everything from postcards to snowman kits. A charming alpine stop for gifts that capture the spirit of the peaks—proof that Christmas truly shines above the clouds



### CONCEPT STORE CARON 3200

Sommet de la Cime Caron (niveau 1)  
Ouvert 7j/7 de 10h à 15h30  
Accès ski et piéton via TPH Cime Caron  
TC Orelle-Caron  
+33 (0)4 79 00 80 20 • [caron3200.com](https://caron3200.com)



## 7 COMPÉTENCES À VOTRE SERVICE



**FAMILLE**



**ENVIRONNEMENT**



**TOURISME**



**CULTURE**



**SPORTS ET LOISIRS**



**MOBILITÉ ET TRANSPORT**



**HABITAT**

Une équipe à votre disposition du lundi au vendredi :  
04.79.24.41.41 - [contact@coeurdetarentaise.fr](mailto:contact@coeurdetarentaise.fr)  
133 quai Saint Réal - 73600 Moûtiers



### JOËLLE

Touche-à-tout originaire de Vendée, Joëlle a toujours vécu entourée d'animaux. Heureuse maman de deux garçons et quatre chats, elle ne recule devant rien ! Dixit Élodie, elle est « fun, fiable et bosseuse. »

### ÉLODIE

Installée en Tarentaise depuis 3 ans pour « recommencer à zéro », Élodie, originaire de Bourges, a fait de sa passion un métier. Cavalière depuis ses six ans, elle partage sa maison avec deux chats. Joëlle dit d'elle qu'elle est « sensible, adorable et motivée. »



### GARDE D'ANIMAUX

## UNE AMITIÉ qui a du flair

Fortes de leur amitié et de leur passion commune pour les animaux, Joëlle Duriez, 38 ans, et Élodie Cornuault, 33 ans, ont créé Anima-Sithorse, une entreprise de petsitting et de services équestres qui met la Tarentaise à l'heure des balades à quatre pattes.

### COUP DE FOUDRE

C'est dans une station-service de Moûtiers, en 2022, que tout a commencé. Joëlle travaillait à la caisse, Élodie venait passer un entretien d'embauche. De cette rencontre improbable est née une amitié instantanée. « J'ai su tout de suite que ça allait être ma copine », sourit Élodie. Très vite, les deux femmes se découvrent une passion commune : les animaux. Élodie, qui a toujours voulu travailler au contact des bêtes, initie Joëlle au petsitting. « Être avec les animaux m'a reconnectée à l'essentiel, confie Joëlle. » En 2023, l'idée d'Anima-Sithorse germe, et l'activité voit officiellement le jour en décembre 2024.

### DES BALADES ET DES CÂLINS

Anima-Sithorse, c'est bien plus qu'une simple garde d'animaux. Chiens, chats, chevaux, nouveaux animaux de compagnie (NAC) : toutes les boules de poils sont les bienvenues ! Les deux associées, titulaires du certificat ACACED, proposent visites, soins et promenades individuelles. « On aimerait bientôt proposer des balades collectives pour sociabiliser les chiens », expliquent-elles. Chaque mission débute par une rencontre sans engagement : « C'est essentiel pour instaurer la confiance, poursuit Joëlle. Et on aime donner des nouvelles, photos et vidéos à l'appui. » De quoi garantir la tranquillité d'esprit des maîtres !

### UNE CORDE ÉQUESTRE À LEUR ARC

Spécialiste du monde du cheval, Élodie a passé son BPJEP mention équitation. Cavalière depuis plus de 25 ans, elle a accompagné de nombreux couples jusqu'aux championnats de France. Aujourd'hui, elle donne des cours, propose des séances d'éducation post-débourrage et s'occupe aussi de la garde et des balades équines.

### UN RÊVE DE PENSION EN TARENTAISE

Pour l'heure, les animaux sont gardés au domicile des clients, mais les deux amies rêvent de créer une pension dans un cadre adapté. « On cherche un terrain en Tarentaise et des subventions pour s'y installer, confient-elles. C'est notre objectif à plus long terme ! » (F.N.)



**Bound by friendship and a shared love for animals, Joëlle Duriez and Élodie Cornuault founded Anima-Sithorse, a Tarentaise-based pet-sitting and equine service. From dogs and cats to horses, they offer personalized care, walks, and training. Élodie, a certified riding instructor, complements Joëlle's animal passion. Together, they dream of opening their own boarding center in the valley — a true haven for all furry (and hooved) friends.**



### ANIMA-SITHORSE • GARDE D'ANIMAUX

Moûtiers, alentours, Tarentaise

- Joëlle : +33 (0)6 33 21 92 46
  - Élodie : +33 (0)7 58 63 16 09
- [anima-sithorse.fr](http://anima-sithorse.fr)



KORALP

SPACE  
FITTERSSOLUTIONS DE STOCKAGE  
SÉCHAGE SUR-MESUREK-STOKDRY-A -  
SÈCHE-CHAUSSURES MURAL

## MULTISPORTS



Un maximum de technologies  
dans un minimum d'espace pour  
une robustesse à toute épreuve.

FACILE À UTILISER  
ET À ENTREtenir

- Ventilation en partie haute
- Système de fixation murale intégré
- Système de ventilation ultra basse consommation avec option air chaud
- Agencement modulable à loisir : chaussures, gants...

Vente en ligne :

www.koralp.com

Produits français  
Production 100%  
régionale

— MOÛTIERS —

# La famille Boulet À SES ŒUVRES

JUSQU'AU MER  
• DÉCEMBRE 31

© CCMH

L'art, c'est parfois une affaire de famille. La famille Boulet en est un parfait exemple. Aquarelles, photographies et céramiques... Les membres de cette tribu touchent à tout. Roger, le grand-père, fut même un des architectes de la ville de Moûtiers ! Ses aquarelles et dessins seront exposés tout le mois de décembre au centre culturel Marius-Hudry, ainsi que les photographies de Jean-Marie, le fils, et les céramiques de Garance, la petite-fille. (F.N.)

The Boulet family showcases art across generations: Roger's watercolors, Jean-Marie's photos, and Garance's ceramics, highlighting a creative family legacy.



## EXPOSITION AU CENTRE CULTUREL MARIUS HUDRY

Entrée libre durant les heures d'ouverture  
+33 (0)4 79 24 04 23 • museemoutiers.fr

TO DO LIST

## SAMEDI 13.12

## Théâtre « Papiel »

« Papiel » theater  
À 11h30 • 5€  
Espace culturel  
intercommunal • Moûtiers

## MERCREDI 17.12

## Spectacle

« Seniors on dance »  
« Seniors on dance » show  
À 14h • Gratuit  
Salle Calloc'h • Moûtiers

Cœur de Tarentaise Tourisme

+33 (0)4 79 04 29 05  
coeurdetarentaise-tourisme.com

— MOÛTIERS ET ALENTOURS —

# KESKONFÉ ?



En ce début d'hiver, les événements s'enchaînent à Moûtiers ! Au programme de ce week-end, la deuxième édition du Winter Run pour se réchauffer le corps, un conte musical ou encore le spectacle de Noël de la chorale Mabelvoy.

## COURT QUI PEUT !

Le Winter Run, c'est l'occasion d'une escapade nocturne, baskets aux pieds. Ce vendredi 12 décembre, le rendez-vous est fixé à la mairie de Moûtiers pour un départ sur les starting-blocks à 18h45 pour les enfants et à 19h30 pour les adultes. Cette année, trois parcours sont proposés : le 10km solo pour les plus aguerries, le 10km en relais et la course enfant de 900m. Et pour le réconfort de fin de course, un kiné sera également présent. Après la remise des prix, place au DJ set.

Vendredi 12/12 à Moûtiers

Départs dès 18h45

Tarifs 13€ (adulte) / Gratuit enfants

Inscription : milesrepublic.com

## VAGABONDER EN MUSIQUE

Cyprien N'Tsaï est un baladin qui voyage de villages en villages sur les sentiers de Provence avec sa guitare sur le dos et son âne Biloute toujours à ses côtés. Le samedi 13 décembre à 20h, c'est à la salle polyvalente d'Hautecour la Basse qu'il fait escale. À travers son conte musical Balad'un âne, ce vagabond invite le spectateur à s'évader aux notes de sa gratte et de ses histoires chantées. Une soupe en compagnie de l'artiste, sera proposée en fin de concert (réservation au +33 (0)6 77 74 77 53). Une occasion pour échanger sur ses aventures.

Samedi 13/12 à Hautecour

À 20h • Participation libre

## M. NEIGE A DISPARU

La chorale Mabelvoy prend place le dimanche 14 décembre à la salle Maurice Calloc'h à 16h, pour un spectacle de Noël haut en couleurs. Le bonhomme Hiver a disparu de la circulation et la chorale est chargée de mener l'enquête afin de le retrouver. Heureusement, elle est aidée par un super gendarme pour l'épauler dans ses recherches. Un spectacle où venir en famille pour passer une belle après-midi, au cœur d'une investigation rocambolesque. (M.P.)

Dimanche 14/12 à Moûtiers

À 16h • Participation libre



© Savoie News



© DR



© DR

Moutiers launches the season with dynamic events, starting with the Winter Run on December 12—three routes, from a 900m kids' race to a 10km solo or relay, followed by music and celebrations. A musical tale with wandering storyteller Cyprien N'Tsaï takes place on December 13, while the Mabelvoy choir presents a colorful family Christmas show featuring a playful winter mystery.



## LES RENDEZ-VOUS DU WEEK-END

+33 (0) 04 79 04 29 05  
coeurdetarentaise-tourisme.com



# Les créateurs S'ENRACINENT À CONFLANS



BÉATRICE FOLIET, JOHAN FABIEN

**L'Arbre à plumes donne des ailes aux créateurs locaux. Située place de Conflans, cette boutique associative réunit quatorze artistes et artisans. Une vitrine vivante de l'artisanat savoyard qui fête cette année ses dix ans, et qui joue les prolongations tout le mois de décembre...**

## UNE HISTOIRE COLLECTIVE

Situé place de Conflans, L'Arbre à plumes a vu le jour en 2015. « L'association est née de la volonté de redonner vie à ce local, qui avait accueilli tour à tour une galerie puis un restaurant », raconte Johan Fabien, peintre et président de la structure. Avec trois amies artistes, il se lance alors dans l'aventure. « On voulait un nom un peu décalé, comme le Mouton à cinq pattes, se remémore-t-il. On a donc choisi L'Arbre à plumes. » Béatrice Foliet, responsable boutique, trésorière et elle-même artisane, sourit en ajoutant : « L'arbre, c'est la boutique... Et les plumes, c'est nous ! »

## QUATORZE TALENTS

Peinture, couture, céramique, sculpture... Quatorze artisans et artistes exposent et vendent leurs créations dans la galerie. Parmi eux, on retrouve Stéphanie Pelissier (Ti Bouts d'Fils) de Viviers-du-Lac, qui imagine des accessoires textiles, ou encore Françoise Barrachin (La Fab' de Soize), potière céramiste de Gilly-sur-Isère. « Il y a de nouveaux créateurs d'une année sur l'autre, précise Johan. L'idée, c'est de proposer une offre très variée. »

## UN LIEU DE CULTURE VIVANTE

L'Arbre à plumes est devenu un véritable acteur culturel local. L'association organise régulièrement des événements dans la cité médiévale. Son rendez-vous phare reste Les Musicales de Conflans, une soirée de concerts en juillet. Plus récemment, les bénévoles ont proposé La tête dans les étoiles, en août, mêlant observation du ciel, ateliers créatifs et spectacles. « Tous nos événements sont gratuits, insiste Johan. C'est essentiel pour nous qu'ils soient accessibles à tous. »



## POURQUOI ACHETER ARTISANAL ?

Acheter artisanal, c'est aussi un engagement. Béatrice en souligne la valeur : « Ici, tout est fabriqué localement. C'est écologique, chaque pièce est unique et de qualité. Et contrairement aux idées reçues, il y en a pour tous les budgets, de 5€ à plusieurs centaines. Choisir le Made in chez moi plutôt que le Made in China, ça a vraiment du sens ! » (F.N.)

**🇬🇧** In the medieval heart of Conflans, L'Arbre à plumes unites fourteen local artists and artisans in a vibrant collective boutique celebrating ten years of Savoyard creativity. Beyond a shop, it's a living cultural space that hosts concerts and creative events, showcasing local talent and craftsmanship. This December, it opens specially for the holidays, inviting visitors to find unique, handcrafted, and meaningful gifts made in Savoie.

## OUVERTURE EXCEPTIONNELLE EN DÉCEMBRE

Habituellement accessible de mai à septembre, la boutique ouvre exceptionnellement ses portes tous les jours jusqu'au 23 décembre (de 10h à 18h). Un choix assumé pour dynamiser la vie locale en hiver et permettre aux habitants comme aux visiteurs de préparer leurs fêtes de fin d'année en choisissant des cadeaux originaux et locaux.



**L'ARBRE À PLUMES • PLACE DE CONFLANS**

+33 (0)4 79 89 82 10

📍 L'Arbre à plumes – Conflans - 73

📧 arbrepumes73conflans

## ZOOM

# Noël SUR LA PATINOIRE



MER 17  
• DÉCEMBRE

**C**e mercredi 17 décembre, la patinoire de la Halle Olympique se transforme en royaume enchanté pour une séance spéciale Noël : lutins, rennes et petits patineurs sont attendus pour vivre une après-midi magique. En famille ou entre amis, venez chaussés de patins (location incluse), déguisés en lutins ou Père Noël, et profitez d'animations féeriques sur glace, d'une ambiance chaleureuse... et d'une buvette gourmande offerte. (F.N.)

**🇬🇧** December 17th, The Halle Olympique ice rink becomes a magical Christmas kingdom with elves, reindeer, skating, festive fun, and treats for all.

À la Halle Olympique  
De 14h à 17h • Gratuit - 4 ans  
Entrée 5€ (9,90€ avec location patins)  
+33 (0)4 79 39 02 10 • halleolympique.fr



TO DO LIST

## MERCREDI 17 & JEUDI 18.12

Spectacle de cirque « Frasques »

« Frasques » circus show

À 20h • Dès 8€

Le Dôme Théâtre • Albertville

Maison du Tourisme d'Albertville

+33 (0)4 79 32 04 22  
pays-albertville.com



# À vos poêlons !



**Samedi 13 décembre, oubliez le fitness, la sobriété et les bonnes résolutions : c'est la Journée internationale de la raclette ! Une fête mondiale où l'on célèbre le gras, le fondant et les poêlons. Et en Tarentaise plus qu'ailleurs...**

## LE DÉBAT QUI FAIT FONDRE : VALAIS OU SAVOIE ?

Ah, la grande guerre du fromage fondu... Les Suisses du Valais brandissent fièrement leurs archives de 1574, leurs bergers légendaires et surtout leur AOP Raclette du Valais : « C'est écrit noir sur blanc, la raclette est suisse ! ». En face, les Savoyards (Maurienne et Tarentaise en tête) dégagent leurs poêlons en criant : « Eh oh, on faisait déjà ça au coin du feu avant vos tampons officiels ! ». Résultat : on assiste à un procès imaginaire où la Suisse joue l'avocat pointilleux et la Savoie le cousin fêtard. Verdict ? Tout le monde est coupable... d'en reprendre un poêlon.



## COMMENT CHOISIR SON FROMAGE ?

Choisir son fromage à raclette, c'est un peu comme choisir son partenaire de ski : il faut qu'il tienne la route. Pour les puristes, on opte pour les valeurs sûres : Raclette du Valais AOP (au lait cru, goût franc, un peu corsé) ou Raclette de Savoie IGP (plus douce, crémeuse). En magasin, demandez une meule bien affinée : trop jeune, le fromage fait de la résistance dans le poêlon ; trop vieux, il se rebelle et prend un caractère digne d'un oncle grincheux. Évitez les tranches industrielles sous plastique : elles fondent, oui, mais elles n'ont pas d'âme (ni d'odeur, et c'est suspect pour un vrai fromage). Bref, privilégiez la coupe chez un fromager : il saura vous dire lequel vous fera fondre... de plaisir.

## L'ART DE NE PAS FONDRE SEUL

La raclette, c'est du fromage... mais pas que ! Pour éviter le syndrome du poêlon solitaire, il faut des partenaires à la hauteur : pommes de terre chaudes et dodues, cornichons acidulés, oignons croquants et charcuterie généreuse. Pour les puristes légers, salade verte et quelques légumes grillés suffisent à calmer la culpabilité. Pour les aventuriers gourmands : champignons sautés, poivrons rôtis ou tofu fumé pour une raclette végétarienne. Conseil de pro : tout déposer joliment sur l'assiette avant que le fromage fondu ne fasse des ravages... (F.N.)

On December 13th, forget fitness-it's International Raclette Day! In Tarentaise, melted cheese is a religion. The debate still sizzles: Swiss Valais or French Savoie? The Swiss claim the AOP, the Savoyards answer with tradition and passion. Verdict: everyone's guilty of wanting more. Just add friends, hot potatoes, and the perfect melted cheese.



## JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA RACLETTE

Le site (infos, recettes...) à déguster : [raclette-de-savoie.fr](http://raclette-de-savoie.fr)

# Guide Gourmand

LES BONNES TABLES DES 3 VALLÉES



## Les Mousses du Dahu

Bières artisanales locales

LA PERRIÈRE



# Les Mousses du Dahu

## TANT BIEN QUE MALT

La brasserie locale Les Mousses du Dahu fait peau neuve et vit une aventure qui déménage. Nouvel emplacement à La Perrière, nouveaux projets, l'occasion de revenir sur cette épopée créée en 2019 par Léo Delmo, moniteur de ski à Courchevel. Un produit 100% local...

### Comment est née cette aventure ?

Tout a commencé en 2019 au Villard-du-Planay suite à un voyage au Chili. J'étais parti pour découvrir la montagne, et lorsque je suis entré dans un bar en Patagonie, j'y ai rencontré le brasseur qui m'a proposé de m'héberger pendant 10 jours. C'est lui qui m'a appris les premiers rudiments de la fabrication de bière. De retour en France, je me suis formé auprès de l'Institut français et de la Malterie à Nancy. À l'automne 2019, je recevais mes premières cuves dans mon local au Villard-du-Planay.



LÉO DELMO



### Elle a vite pris de l'ampleur...

Juste après la première vague de Covid, les gens se sont tournés vers la nature et les produits bio et locaux. À la fin de l'été 2020, j'ai pu doubler ma capacité de production.

### Présente-nous tes bières.

Ce sont des bières bio et locales, brassées pour certaines avec l'eau de nos montagnes qui est douce. Nous fabriquons 9 bières, mais aussi des bières pour des établissements comme la Mutinerie, pour la pizzeria le Black Pearl (Courchevel) ou la Branzine, au Branzin à Bozel. Leur histoire repose sur la création d'un village féérique imaginaire rappelant Bozel avec le Grand Bec en fond. Par exemple, la blonde Sutter Mill raconte qu'un chercheur d'or des États-Unis aurait intégré l'or de nos montagnes pour donner sa couleur au produit.



### Quels sont les nouvelles actus ?

Nous avons déménagé à La Perrière pour avoir plus de place (28 000L/mois) et on a développé un bar dégustation ouvert au public. Nous avons lancé un nouveau partenariat avec l'Amicale des pisteurs et donc une nouvelle bière, la Barquette (une partie des fonds est reversée à l'association).

### Où retrouve-t-on tes bières ?

Partout dans les cafés et hôtels de Tarentaise, et lors des événements sportifs (Coupe du monde de ski à Courchevel, Altifest, Live on the Slopes). (C.B.)

Local brewery Les Mousses du Dahu, founded in 2019 by Courchevel ski instructor Léo Delmo, has moved to La Perrière with expanded production and a tasting bar. Specializing in organic, mountain-water beers, the brewery creates nine signature brews and collaborates with local restaurants. Following COVID, demand for local products grew. New initiatives include a partnership with ski patrols and the Barquette beer. Their creations are available throughout Tarentaise and at major winter sports events.



342 route de Contregon, La Perrière  
Bar de dégustation  
Du lundi et mardi de 14h à 17h  
Du mercredi au vendredi de 14h à 19h30  
+33 (0)6 36 20 27 18  
contact@lesmoussesdudahu.com  
lesmoussesdudahu.com





## COURCHEVEL MORIOND

### Bistrot Manali



Sur le front de neige, skieurs et piétons sont conviés à déjeuner sur la grande terrasse ensoleillée au panorama exceptionnel. Au dîner profitez d'un repas gourmand et généreux dans un cadre chaleureux et décontracté.

♥ Musique live les samedis des vacances scolaires

Manali Lodge • 234 rue de la Rosière  
Front de neige, accès ski aux pieds  
+33 (0)4 79 23 19 41 • bistrot-manali.com

## COURCHEVEL MORIOND

### Carné



Ce nouveau restaurant steakhouse Carné, situé dans le resort Le C, met à l'honneur la gastronomie française, tel un véritable festin du champ à l'assiette. Le menu propose une sélection fine et soignée de viandes de race et de haute qualité : entrecôte, filet de bœuf, faux-filet, côte de bœuf, bavette, rumsteak...

♥ Les pièces d'exception de la cave à viandes

🇬🇧 Carné, the new steakhouse at Le C, honors French gastronomy with a refined farm-to-table feast. Enjoy a curated selection of premium cuts—rib-eye, fillet, sirloin, prime rib and more—crafted for true meat lovers.

122 rue Notre-Dame-des-Neiges  
7j/7 de 18h30 à 23h  
(fermé le lundi hors vacances)  
carne-courchevel.com

## COURCHEVEL MORIOND

### La Bokka



L'Italie s'invite à Courchevel dans un restaurant chaleureux où baroque authentique et style montagnard se rencontrent. Installez-vous confortablement pour savourer une cuisine italienne généreuse, parfumée et conviviale, servie dans une ambiance festive aux teintes chaudes. Un lieu gourmand où l'on partage, on savoure et on profite pleinement. Buon appetito !

♥ DJ set les jeudis et samedis soir

🇬🇧 Italy comes to Courchevel in a warm restaurant blending authentic baroque style with mountain charm. Settle in and enjoy generous, aromatic Italian cuisine served in a festive, welcoming atmosphere with rich, glowing tones. A gourmet place to share and savor. Buon appetito!

378 rue Sainte-Blandine  
7j/7 de 19h à 2h (fermé mardi hors vacances)  
labokka-restaurant.com

## COURCHEVEL MORIOND

### Gaïa



Un lieu unique pour vos soirées à Courchevel, où le menu et l'ambiance proposent un accord succulent entre Asie et haute montagne. Régalez-vous avec les sushis faits maison ou les plats fusion asiatique. Sur place ou à emporter.

♥ Le menu Omakase avec sa sélection de mets de la carte

Manali Lodge • 234 Rue de la Rosière  
7j/7 de 18h30 à 2h (mercredi hors vacances)  
+33 (0)4 79 23 19 42 • gaia-courchevel.com

## COURCHEVEL LE PRAZ

### La Petite Bergerie

Quand on passe la porte, on plonge dans un univers pastoral très chaleureux. Dans l'assiette, la viande grillée dans l'imposante cheminée est l'ADN du lieu. Ici la cuisine très locale est à l'honneur, et plus qu'ailleurs le client est roi !



♥ Croque-monsieur savoyard à la truffe

Ouvert du lundi au samedi soir  
116 rue de la Chapelle • +33 (0)4 79 06 96 32

## COURCHEVEL VILLAGE

### La Chapelle 1550



À La Chapelle 1550, qu'il est bon de s'installer bien au chaud près du poêle à bois pour savourer des recettes traditionnelles savoyardes, ou même sur la terrasse ! Amateurs de bonne cuisine faite maison et de lieux authentiques où la convivialité est de mise, La Chapelle 1550 exaucera tous vos vœux.

♥ La célèbre Chapelloise : 3 fromages savoyards avec de l'ail passés à la poêle

104 rue des Rois  
Ouvert tous les jours, midi et soir  
+33 (0)4 79 55 46 48 • lachapelle1550.fr

## COURCHEVEL MORIOND

### La Cheminée

Cette table bistrannique propose une carte généreuse, renouvelée toute la saison. Tous les jeudis et vendredis soir, des lives de musique complètent l'ambiance lounge et feutrée — l'adresse parfaite pour prolonger la journée ski en douceur à Moriond.

♥ La vue dégagée sur la vallée



Ouvert 7j/7 de 19h à 21h30  
Hôtel °Fahrenheit Seven Courchevel  
+33 (0)4 86 15 44 44 • fahrenheitseven.com

## COURCHEVEL 1850

### Cabane des skieurs

C'est LE spot pour les gourmands en quête d'une pause rapide qui ne fait pas l'impasse sur la qualité. Sandwichs, burgers, salades, soupes et desserts satisferont tous les appétits, des recettes les plus simples aux plus élaborées.

♥ Le croque montagnard

🇬🇧 La Cabane des Skieurs is the place to be for a quick meal prepared with quality products : sandwiches, salads, soups and desserts.



Accès piétons et skieurs  
Au sommet de la TC des Verdens • +33 (0)4 79 08 98 87  
📍 Snack La Cabane des Skieurs

## COURCHEVEL 1850

### Il Rifugio

Chez Il Rifugio, la pause déjeuner, en salle ou en terrasse, c'est un voyage au parfum d'Italie. Antipasti, plats de pâtes et pizzas faits maison : la cuisine est simple mais généreuse, avec de bons produits régionaux.

♥ L'ambiance Dolce Vita



🇬🇧 At Il Rifugio, savour antipasti, homemade pasta dishes and pizzas, in the dining room or on the terrace : simple and generous dishes prepared with local products.

Accès piétons et skieurs  
Au sommet de la TC des Verdens  
au pied de la TC Vizelle  
+33 (0)4 79 08 98 98



## L'Épicerie du Praz

C'est le repaire des gourmets, où l'on retrouve une sélection de produits utilisés dans les restaurants de La Maison Pinturault : pain, fromages, charcuteries de Savoie ou miels, vins, jus de fruits artisanaux, mais aussi casse-croûtes et desserts maison.



♥ La Mousse du chef, bière créée par Jean-Rémi Caillon

Ouvert du mardi au dimanche  
De 8h30 à 13h et 15h à 19h • 147, Rue du Lac  
+33 (0)4 79 08 42 90 • lespeupliers.com

## L'Étable des Lys



L'Étable des Lys se dévoile dans une ancienne étable du village. On y déguste des spécialités fromagères et paysannes savoyardes, comme le potchon et la matouille dans un cadre rustique et authentique, avec des produits venus des fruitières et fermes avoisinantes.

♥ Le potchon (pommes de terre et fromage de chèvre)

Du mercredi au lundi de 18h30 à 21h30  
22 Passage des Écoliers  
+33 (0)4 79 07 97 71 • lespeupliers.com

## La Table de Mon Grand Père

Au cœur du village, La Table de Mon Grand-Père incarne la générosité et le partage. La carte locale et durable sublime la richesse et la saisonnalité des produits montagnards, les saveurs et textures revisitant avec finesse les inspirations alpines.

♥ Le grand menu de partage



Ouvert 7j/7 midi et soir  
Restaurant de L'Hôtel Les Peupliers  
119 Rue du Lac  
+33 (0)4 79 08 41 47 • lespeupliers.com

## Alpage\*



Quand la nuit tombe sur les sommets de Courchevel, Alpage\* s'éveille. Inspiré par une balade au clair de lune, le chef Jean-Rémi Caillon sublime le terroir alpin. Pêche, chasse et cueillette s'unissent dans une symphonie de saveurs audacieuses.

♥ Une véritable expérience immersive

Dès 19h30, du mercredi au dimanche inclus  
Hôtel Annapurna • 734 Route de l'Altiport  
+33 (0)4 79 08 04 60 • annapurna-courchevel.com

## La Fèrma

Déguster une raclette ou une fondue fait partie des grands plaisirs des sports d'hiver. D'où la création de La Fèrma, un refuge sophistiqué et chaleureux, mêlant bois, laine et zelliges bleus pour sublimer les spécialités savoyardes dans un parfait équilibre entre prestige et tradition.



♥ Fondue au Grand Brut Alpin

Ouvert 7j/7, de 19h30 à 21h  
Hôtel Annapurna, 734 Route de l'Altiport  
+33 (0)4 79 08 04 60 • annapurna-courchevel.com

## La Table de l'Annapurna



C'est le cœur gourmand de l'Hôtel Annapurna. Résidents et visiteurs s'y retrouvent autour d'une cuisine de tradition française mettant à l'honneur des produits locaux et de saison, avec des plats servis au guéridon, découpés ou flambés en salle pour le plaisir des yeux.

♥ Les desserts du chef pâtissier Téophane Faucher

Dîner 7j/7 de 19h30 à 21h  
Hôtel Annapurna, 734 Route de l'Altiport  
+33 (0)4 79 08 04 60 • annapurna-courchevel.com

## Marius



Le midi, Marius invite à une pause snacking gourmande, entre burgers, fish and chips et salades. Le soir, le chef Steven Subinlou présente une cuisine élégante au cœur d'une salle aussi spacieuse que chaleureuse.

♥ La cave à vins du propriétaire, exploitant viticole du domaine Terres Destel.

En face du Parc Olympique  
Restaurant-marius.com  
+33 (0)4 79 40 06 16

## La Grange

Cette brasserie dans le centre de Méribel décline les spécialités locales en plats réconfortants et conviviaux — raclette, pierre chaude, fondue... Le tout au coin d'une cheminée. En hiver, soirée savoyarde tous les mercredis ! Et en journée, on apprécie la terrasse plein sud face au mont Vallon...

♥ Escalope milanaise & sole meunière (découpe en salle)

🇬🇧 Savor local delights—raclette, fondue, hot stone—by a crackling fireplace. Bask on the sunny terrace with Mont Vallon views, and join lively Savoyard evenings every Wednesday for an authentic alpine experience.

Ouvert 7j/7 : 12h-15h30 / 19h-22h30  
Restaurant de l'hôtel L'Eterlou\*\*\*  
+33 (0)4 79 08 53 19 • hoteleterlou.com  
@ hotel\_eterlou

## Le Refuge

Au Refuge en ce début de saison on se régale avec les plats du jour généreux et faits maison sans oublier les spécialités savoyardes : les 9 fondues différentes sont à tester ! Nouveau cette année, l'assiette raclette duo nature et brézain.

♥ Plats 100% faits maison

✓ Les 9 fondues différentes

🇬🇧 At Le Refuge, the season starts with generous homemade dishes and Savoyard specialties, including nine types of fondue. New this year: raclette plate, plain and brézain.

Méribel Centre  
Ouvert tous les jours, midi et soir  
+33 (0)4 79 08 61 97

## Tipi



À Tipi, sur les pistes, le chef réinvente les classiques avec des produits locaux et de saison aussi bien pour les familles que pour les fins gourmets. Une adresse sur les pistes, entre chalet de montagne festif, galerie d'art et music live en terrasse.

♥ L'os à moelle

Ouvert 7j/7, de 9h30 à 17h  
le jeudi, Tipi est ouvert jusqu'à 23h30  
Accès via piste de l'Aigle  
+33 (0)4 65 84 65 64 • tipi-meribel.com





## MÉRIBEL-MOTTARET

### Le Plan des Mains

Au pied du Mont-Vallon, le restaurant propose une cuisine de brasserie créative et soignée, avec des produits frais et locaux, dans une ambiance cosy. Pour une pause rapide mais gourmande, direction le coin sandwicherie, et ses encas aussi variés que délicieux.

♥ La terrasse ensoleillée



🇬🇧 At the foot of Mont Vallon, Le Plan des Mains offers creative, refined brasserie-style dishes made with fresh, local ingredients in a cozy atmosphere. For a quick culinary break, head to the sandwich corner, proposing a variety of delicious snacks.

Accès ski et piéton : au pied du TC Mont Vallon  
+33 (0)4 79 07 31 06

📍 Restaurant Le Plan des Mains

## MÉRIBEL-MOTTARET

### La Buvette de Tueda

Au bord du lac de Tueda, on déguste de généreux plats, salades, crêpes et autres spécialités savoyardes. L'accent est mis sur les produits locaux et le circuit court, des boissons jusqu'aux desserts !

♥ La vue à couper le souffle



🇬🇧 Situated near the lake Tueda in an amazing setting, La Buvette de Tueda proposes traditional dishes, Savoyard specialties, salads, pancakes using local produce and short distribution channels, from drinks to desserts !

Chemin de Tueda, à Mottaret  
Accès à pied ou en raquettes  
+33 (0)4 79 00 45 08

## SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

### Le Corbeleys

Martine et Bruno vous accueillent dans leur ancien chalet d'alpage familial, devenu une véritable institution. Ici, les bons produits du terroir s'unissent aux recettes d'antan, dans une cuisine généreuse : raviols au beaufort, croziflette, souris d'agneau confite...

♥ Terrasse panoramique ensoleillée



À droite départ TSD St Martin Express  
+33 (0)4 79 08 95 31 • le-corbeleys.com  
📍 lecorbeleys

## LES MENUIRES

### La Chouette

La carte du chef Éric Samson fait le bonheur des gourmands, avec ses plats maison, menus du jour, spécialités savoyardes ou traditionnelles, et véritables crêpes bretonnes... Les assiettes sont généreuses, l'ambiance familiale, la terrasse et la salle accueillantes.

♥ Le soir, menu bistro-bonomique



Front de neige des Bruyères  
+33 (0)4 79 00 21 26  
restaurantlachouette.fr • 📍

## LES MENUIRES

### Le Lou-Bar

Tu aimes déguster de bonnes bières du monde, siroter un cocktail signature maison, ou bien te réchauffer autour d'un vin chaud ? Viens traîner ton museau au Lou-Bar ! Côté cuisine : tarte flambée, tapas, charcuterie et fromage de la région, à partager (ou pas) si tu as les crocs.

♥ Petits souvenirs du Lou Bar à s'offrir ou à offrir



Galerie la Croisette • 16h-02h  
+33 (0)6 09 07 40 71 • @loubar\_pub

## LES MENUIRES

### Le Comptoir

Le Comptoir, cantine montagnarde pour le déjeuner et table raffinée le soir, célèbre une cuisine généreuse et créative aux saveurs du terroir. Produits frais, recettes soignées et bar extérieur, l'idéal pour une pause gourmande sucrée ou salée dans une ambiance élégante et décontractée, sans chichi.

♥ Bar à pâtes fraîches au homard, à la truffe, etc.

🇬🇧 Le Comptoir offers mountain-style lunches and refined dinners, celebrating generous, creative cuisine inspired by local terroir. Fresh produce, carefully crafted dishes, and an outdoor bar create a relaxed yet elegant spot for gourmet indulgence.

Bâtiment L'Oisans, La Croisette  
+33 (0)9 53 76 85 86 • lecomptoirmenuires.com  
@ lecomptoir73440  
📍 Le Comptoir



## LES MENUIRES

### L'Alpin

À L'Alpin, la viande est à l'honneur : pièces maturées, steak juteux et rôti flambant neuve pour des cuissons au cordeau. Cuisine maison, produits locaux, et esprit savoyard se retrouvent dans chaque assiette, pour satisfaire les amoureux de la bonne viande comme les fins gourmets en quête de réconfort.

♥ Les soirées alpines ultracooning igloo (6 à 10 pers.) et télécabines / 25°

🇬🇧 At L'Alpin, meat reigns supreme: aged cuts, tender steaks, and a gleaming rotisserie ensure perfect flavors. Beyond the grill, homemade dishes from local produce, infused with Savoyard spirit.

Quartier des Bruyères • +33 (0)4 79 00 61 01  
@ alpin\_steak\_house 📍 L'Alpin

## LES MENUIRES

### La Marmite

La Marmite, labellisée Maître Restaurateur, propose une vraie cuisine de montagne à base de produits frais et locaux. Spécialités savoyardes et plats généreux se savourent dans une ambiance chaleureuse et authentique. Côté flacons : une belle sélection de vins qui sillonnent les terroirs de France.

♥ Nouveau : Soirées Live music & pop avec une chanteuse, les lundi et mercredi

🇬🇧 At La Marmite, Maître Restaurateur, indulge in authentic mountain flavors crafted from fresh, local produce. Savoyard classics meet a warm, rustic charm. Fine wines celebrate French terroirs. After-ski pleasure with live music & pop nights every Monday and Wednesday.

Quartier des Bruyères • +33 (0)4 79 00 74 75  
lamarmite-lesmenuires.fr  
@ lamarmite73440 📍 La Marmite







**COMMANDEZ DIRECTEMENT AU RAYON :  
TRAITEUR, BOUCHERIE ET POISSONNERIE !**

**Carrefour market** 

**MOÛTIERS 04.79.24.12.44**



**DIMANCHES OUVERTS**

**14 / 21 / 28 DÉCEMBRE, 08H30 À 19H**

**BESOIN D'INSPIRATION ?  
TOUTES NOS RECETTES  
VOUS ATTENDENT SUR NOTRE SITE**



## LA RECETTE CARREFOUR

### MOUSSE DE POIRE AU PAIN D'ÉPICES & CHOCOLAT

#### INGRÉDIENTS

- × 300g poires
- × 200g lait concentré
- × 4 disques de pain d'épices
- × 50g chocolat noir
- × 1 jus de citron



#### PRÉPARATION

- Versez le lait concentré dans un saladier et placez-le 30 mn au réfrigérateur ou 15 mn au congélateur.
- Conservez une tranche de pain d'épices pour la décoration.
- Pelez les poires. Citronnez-les.
- Mixez les poires avec 3 tranches de pain d'épices émiettées.
- Battez le lait au batteur électrique et ajoutez le jus de citron en continuant de battre.
- Incorporez délicatement la mousse de lait aux poires mixées. Faites fondre le chocolat au micro-ondes avec 2 cuillerées à soupe d'eau (1 mn à 500W).
- Versez la mousse dans des ramequins, réalisez des zébrures de chocolat sur le dessus et laissez prendre 1h au réfrigérateur.
- Décorez avec la 4<sup>e</sup> tranche de pain d'épices coupée en petits triangles.



## LES MENUISRES

### La Ferme de Reberty



Entre terroir et créativité, La Ferme sert une cuisine de montagne raffinée aux saveurs d'ici et d'ailleurs. Déjeunez en terrasse au soleil, vivez l'après-ski entre cocktails et musique, puis dînez au coin du feu autour d'un bon verre.

♥ Belle cave à vin & viandes d'exception

Reberty 2000  
Accès skis : piste des Boyes  
+33 (0)4 79 00 77 01 • lafermedereberty.com

## LES MENUISRES

### Là-Haut



Une cuisine de cœur au gré de l'ardoise. Les plats sont bon enfant et 100% maison, les desserts jouent avec les fruits d'ici et la jolie carte des vins fait le tour des vignobles. La salle est cosy, la cheminée propice au « cocooning » et les couleurs sont douces.

♥ La côte de bœuf dans la cheminée

Quartier de Preyerand  
+33 (0)4 79 01 04 76  
Ouvert tous les jours

## LES MENUISRES

### L'Ours Blanc

Savourez une cuisine de saison aux saveurs locales sur la terrasse panoramique et ensoleillée, face aux montagnes. À l'intérieur, l'orangerie et le bar lounge au coin du feu offrent une parenthèse gourmande et chaleureuse, entre authenticité, plaisir et voyage gustatif.



♥ Les Papardelles forestières, chanterelles, truffe & copeaux de parmesan

Restaurant de l'hôtel Ours Blanc  
Ouvert 7j/7 midi (carte) & soir (buffet) • Quartier Reberty  
+33 (0)4 79 00 61 66 • hoteloursblanc.com  
@ hoteloursblanc\_lesmenuisres

## LES MENUISRES / VAL THORENS

### Refuge du Lac du Lou

C'est dans un cadre naturel magique, à 2035m, que Marie et Jonathan accueillent skieurs et randonneurs pour une pause gourmande ou une nuit en refuge au cœur des montagnes. La carte du restaurant est à l'image de leurs valeurs : simple, authentique et responsable.



♥ La cuisine locale et/ou bio

Marie, Jonathan et leur équipe  
Ouvert le Midi / Soir (sur réservation) • fermé tous les lundis  
Accès Ski hors piste, ski de randonnée, raquettes ou piéton  
+33 (0)7 70 22 86 79 • refugedulacdulou.com

## VAL THORENS

### The Crêperie & Breakfast

Dans cette belle adresse gourmande, on déguste de délicieux petits déjeuners, pour être au top sur les pistes. Galettes, crêpes sucrées & salées, fondues et burgers, planches à partager régaleront les affamés de toutes heures.



♥ Les planches à partager

Ouvert 7j/7 dès 8h30  
Galerie Péclet • +33 (0)4 79 00 28 40  
thecreperie.breakfast@gmail.com • f

## VAL THORENS

### La Timbale

C'est le nouveau repaire de la station ! À La Timbale, bar à l'ambiance vintage porté par Bastien et Téo, deux enfants de Val Tho, terroir rime avec convivialité. Au menu : des tapas et plats à la française, et une belle cave à vins, bières et spiritueux.



♥ Les soirées festives et concerts

Ouvert 7j/7, de 16h30 à 2h  
Sommet de la Galerie Péclet • +33 (0)6 25 33 00 70  
@ latimbalevaltho • f La Timbale Valthorens

## VAL THORENS

### Il Gusto



Dans un décor feutré ou sur la magnifique terrasse panoramique plein sud, on déguste ici de bonnes pizzas italiennes et des plats aux accents asiatiques. Sans oublier la cuisine sincère et généreuse de la Savoie, pour partager un excellent moment de convivialité.

♥ Salon cosy avec cheminée et tapas

Résidence Oxalys • +33 (0)4 79 23 26 58  
ilgusto-valthorens.fr

## VAL THORENS

### La Table

Au pied des pistes, La Table offre une terrasse ensoleillée avec vue imprenable sur les sommets. Cuisine généreuse, ambiance conviviale, esprit brasserie raffinée le soir : une bonne table où l'on se retrouve, au cœur des 3 Vallées.



✓ Déjeuner (12h-14h), dîner (19h-21h30) ou snacking (15h-18h)

Hameau du Kashmir  
(entrée station, piste du Cairn)  
+33 (0)4 79 09 50 21 • le-hameau-du-kashmir.com  
f @

## VAL THORENS

### Le M, hôtel Marielle



Le midi, le M vous invite à une pause bistro sur sa belle terrasse ensoleillée, avec viandes grillées et produits de saison. Entre deux pistes, profitez aussi du snack rapide avec burgers et paninis. En soirée, buffet varié de la boucherie à la pâtisserie.

♥ Accessible skis aux pieds

Ouvert 7j/7 midi et soir • 327 Rue du Soleil  
+33 (0)4 58 24 00 80 • hotelmarielle.com  
@ hotelmarielle

## VAL THORENS

### Chalet de la Marine



Dans ce chalet traditionnel sur les pistes, le charme de l'antan se marie à l'élégance. Les spécialités savoyardes côtoient une cuisine gastronomique célébrant les produits nobles. Côté bistro, un service avec des plats maison, rapides et copieux pour le bonheur des skieurs.

♥ La yourte mongole pour des soirées d'exception

Piste des Dalles • Ouvert 7j/7 • 9h-16h30  
+33 (0)4 79 00 11 90 • chaletmarine.com

## VAL THORENS

### Chalet des 2 Lacs



Sur les pistes, ce chalet plein de charme accueille les skieurs dans une ambiance montagnarde. En salle ou sur la terrasse ensoleillée, le chef revisite les recettes traditionnelles avec une touche gastronomique, comme les Linguine et leur demi-homard.

♥ L'incontournable Black Burger

Accès télécabine des 2 Lacs  
Ouvert 7j/7 • 9h-17h  
+33 (0)4 79 00 28 54 • chalet2lacs.com

## VAL THORENS

### Le Confidentiel



Dans un décor chaleureux aux touches montagnardes, le chef sublime avec passion la cuisine française, maison et de marché, les produits de saison et les desserts créatifs. Une adresse moderne, intime et gourmande.

♥ Le clin d'œil aux Jeux olympiques d'hiver

Ouvert 6j/7 (fermé le mercredi) • 19h-21h  
Restaurant de l'hôtel des 3 Vallées  
+33 (0)4 79 00 01 86 • hotel3vallees.com



## Base Camp

Le midi, plus besoin de choisir entre tout ce qui vous fait envie ! Les plats du Base Camp se déclinent en buffet, chaud, froid et pâtisserie. Savourez une cuisine alpine créative et généreuse. L'occasion de se régaler et de se ressourcer avant de repartir sur les pistes.

Le soir, installez-vous au chaud autour de plats généreux, servis dans une ambiance conviviale animée par de la musique live. Soupe, cocottes fumantes et desserts gourmands composent un repas réconfortant, dans l'esprit de la cuisine typique des refuges. L'idéal pour vivre un moment parfait après une journée au grand air.

♥ La formule brunch et spa

✓ La terrasse ensoleillée



© L. Brochet



© Photos Hôtel Pashmina

🇬🇧 At Val Thorens' Base Camp, savor refined alpine cuisine — from gourmet buffet delights enjoyed on the sunny terrace at lunchtime to comforting soups and sizzling cocottes by night. In a warm, lively chalet atmosphere, each dish blends mountain spirit and elegant gastronomy, perfect for sharing memorable moments.

Ouvert 7j/7

Restaurant de l'hôtel Pashmina\*\*\*\*\*

Service du midi : 12h-14h

Service du soir : 19h-21h

+33 (0)4 79 00 09 99 • hotelpashmina.com

## Les Explorateurs\*

Embarquez pour un voyage culinaire unique dans le restaurant étoilé de l'Hôtel Pashmina, préparé par la cordée de chefs Camille Vallet (chef des cuisines) et Sébastien Deléglise (chef pâtissier de renom). Dans un véritable cocon montagnard, les assiettes célèbrent la haute cuisine alpine, créative et épatante. Chaque produit est sourcé avec soin, chaque cuisson pensée avec précision, pour révéler contrastes, textures et arômes, et raconter dans chaque plat une histoire. Les desserts d'inspiration montagnarde ne laisseront pas indifférents les gourmands et gourmets !

♥ Fera du Léman, beurre blanc Chignin yuzu fera fumé

✓ Les accords mets vins d'exception



© Photos Hôtel Pashmina

🇬🇧 Embark on a unique culinary journey at Pashmina's Michelin-starred restaurant, guided by chefs Camille Vallet, Romuald Fassenet and pastry maestro Sébastien Deléglise. In this mountain cocoon, refined Alpine cuisine reveals precise techniques, expressive textures and evocative aromas. Desserts echo the peaks with irresistible finesse.

Ouverture le 10 décembre

Restaurant de l'hôtel Pashmina\*\*\*\*\*

Du lundi au samedi, de 19h30-20h45

+33 (0)4 79 00 09 99 • hotelpashmina.com

## La Maison

La Maison vous propose un voyage gustatif unique entre Savoie et Aveyron. Cyril Attrazic, chef doublement étoilé, sublime les produits, soigneusement sélectionnés pour leur qualité et leur production en circuit court. Une très belle expérience gourmande, dans une ambiance cosy et design au pied des pistes.

♥ Les viandes de race Aubrac

✓ Terrasse ensoleillée avec vue sur les sommets

🇬🇧 La Maison offers a unique culinary journey between Savoie and Aveyron. Chef Cyril Attrazic, awarded two Michelin stars, proposes local quality products. Enjoy an exceptional gourmet experience in a cozy, stylish setting at the foot of the slopes.

Ouvert 7j/7 • Place Caron

+33 (0)4 79 00 00 48 • la-maison-valthorens.com



© Photos Alpea Médias

## Club 72 Steakhouse

Angus, Aubrac, Simmentales... Retrouvez les plus prestigieuses races de viande au Club 72 où chaque produit est sélectionné avec soin et travaillé pièce par pièce. Le bar propose un large choix de cocktails classiques et signatures. Un cadre chaleureux où bon temps et convivialité sont mots d'ordre.

♥ Noix d'entrecôte Angus

🇬🇧 Angus, Aubrac, Simmental... discover the most prestigious meat breeds at Club 72 Steakhouse. Each product is carefully selected and served in a warm and convivial setting. The bar offers a wide selection of classic and signature cocktails.

7j/7 de 15h à 1h30 • Rue de Gébroulaz

+33 (0)4 79 01 31 19 • club-72.com

## La Cabane

Découvrez dans ce lieu atypique l'excellence de la cuisine savoyarde. Les décors tout en bois et la lumière tamisée vous transportent dans l'intimité d'une cabane perchée sur la montagne. Au menu : des plats raffinés mettant le terroir à l'honneur, chaleur humaine et convivialité. On se sent ici comme chez soi !

♥ La boîte chaude truffée

🇬🇧 Here, in this unique and intimate setting, discover the excellence of Savoyard cuisine. On the menu : refined dishes prepared with local products, in a warm atmosphere. You'll feel right at home !

Ouvert 7j/7 de 18h à 23h • Rue des Balcons

+33 (0)4 79 00 83 84

la-cabane-valthorens.com





## VAL THORENS Les Chalets du Thorens

### UN VILLAGE MINIATURE

Les Chalets du Thorens, c'est un petit village au bord des pistes, où l'on sait recevoir, vivre et faire la fête, du matin jusqu'au soir. Restaurant aux saveurs exquises du chef Valentino, pizzeria, wok et sushis, crêpes, gaufres belges, snack, self, terrasses ensoleillées... les différents espaces rassasient les skieurs affamés et pressés aussi bien que les gourmets. À ne pas manquer : le bar lounge avec scène DJ, l'ambiance après-ski festive, le Festi'Val Tho chaque année en mars, et l'igloo pour des moments insolites.

✓ Les appartements, chambres d'hôtel et sauna pour une nuit de prestige

♥ Le Festi'Val Tho (17 au 19 mars) réunissant les meilleurs DJ de la scène électro

🇬🇧 Situated on the slopes, Les Chalets du Thorens propose something for everyone: restaurant, pizzeria, wok and sushi, pancakes, Belgian waffles, snack bar, self-service restaurant,... There is plenty of place on one of the sunny terraces, at the lounge bar with live DJ set, or the igloo for an unforgettable experience!



Au départ Télécabine Moraine • Accès en ski, à pied (et en motoneige sur demande)  
+33 (0)4 79 00 02 80 • leschaletsduthorens.com

### LE RESTAURANT

À l'intérieur des Chalets du Thorens se cache une pépite gastronomique : le restaurant du chef Valentino. Dans un décor montagnard chaleureux et élégant, ses plats mêlent la créativité d'un cuisinier ancré dans ses racines italiennes mais ouvert sur le monde. Des fruits de mer au bœuf Simmental, en passant par les spécialités savoyardes et recettes traditionnelles, il en résulte une cuisine généreuse et gourmande, sublimée par l'amour des bons produits. Un régal pour les papilles, de l'entrée au vaste choix de desserts réalisés par le pâtissier de l'établissement. Enfin, mention spéciale pour Maître Dao : ses déclinaisons de sushis sont tout simplement à tomber...

♥ Les sushis de Maître Dao

✓ La verrière, pour manger au chaud avec la vue



🇬🇧 Hidden inside Les Chalets du Thorens, in an elegant setting, Chef Valentino proposes refined dishes with an Italian touch. From seafood and Simmental beef, to Savoyard specialties and traditional recipes, it's a feast of flavours, enhanced by top-quality products, including superb sushi from Maître Dao.

## VAL THORENS Enjoy It

Brasserie chaleureuse au cœur de Val Thorens, Enjoy It revisite l'esprit montagnard avec une cuisine généreuse : spécialités savoyardes, pizzas au feu de bois, plats gourmands et ambiance conviviale. Grande terrasse ensoleillée, accès skis aux pieds, service continu.

♥ La raclette au lait cru et sa charcuterie artisanale

🇬🇧 A warm and lively brasserie in the heart of Val Thorens. Enjoy It offers generous mountain cuisine: Savoy specialties, wood-fired pizzas and hearty dishes in a cozy atmosphere. Sunny terrace, ski-in access and all-day service.



Service continu 7j/7 • Rue du Soleil  
De 7h30 à 1h  
+33 (0)4 79 00 08 79 • +33 (0)7 61 95 71 00  
restaurantlechamoisdor.com

## VAL THORENS Le Caribou

Toute l'équipe vous accueillent dans ce joli restaurant d'altitude (2750m) aux allures scandinaves. Les bons petits plats se dégustent à l'intérieur, sur la terrasse panoramique ou dans les petits chalets privatibles.

♥ Coin snack pour les plus pressés

🇬🇧 All the team offer tasty dishes to be enjoyed indoors, on the terrace or in the small private chalets. Le Caribou is open for lunch.



Ouvert 7j/7 de 11h30 à 16h30  
À l'intersection pistes Généri et Moraine  
Accessible TC Moraine et Funitel de Thorens  
+33 (0)6 80 11 26 91 • chaletcaribou.com

## BOZEL Le Branzin

Clément Bailly nous ouvre les portes de ce lieu de partage et d'ambiance et nous invite à déguster les tapas maison garnis de produits locaux (agneau confit, poulet mariné...). Sans oublier la sélection de vins passionnément choisis, à emporter également.



♥ Le Hot Diot

Ouvert du lundi au samedi  
De 16h à 1h • Privatisation possible  
+33 (0)9 87 70 34 78 • lebranzin.com

## LA PERRIÈRE Les Mousses du Dahu



La brasserie locale et bio vit une nouvelle aventure avec un grand A. Nouvellement installée à La Perrière, elle s'agrandit et propose un bar de dégustation ouvert tous les jours. Pour ceux qui n'ont pas encore testé ses produits, laissez-vous tenter par ses 9 bières au goût unique.

♥ La Sutter'Mill (American Pale Ale à 5,5°)

🇬🇧 Les Mousses du Dahu opens a vibrant new chapter in La Perrière, unveiling its expanded organic brewery and a tasting bar open daily. Discover the house's craft through eight uniquely flavoured beers, perfect for curious palates and seasoned beer lovers.



Lundi et mardi : 14h-17h  
Du mercredi au vendredi : 14h-19h  
342 route de Contregon (RD915)  
+33 (0)6 36 20 27 18 • lesmoussesdudahu.com  
lesmoussesdudahu



## BOZEL

### Au Caprice



La boulangerie/pâtisserie Au Caprice, c'est the place to eat. Depuis plus de 10 ans, Mickaël et son équipe nous servent plus de 20 sandwiches gourmands : magret de canard et figues, beaufort, kebab... Et des desserts à tomber comme le Biscuit de Bozel, spécialité de la maison.

♥ Le framboisier

Du jeudi au mardi de 6h à 19h  
Immeuble le Bonrieu, à Bozel  
+33 (0)4 79 22 08 36 

## BRIDES-LES-BAINS



### Relief

Pablo nous accueille dans le seul bar craft de Tarentaise, dans son ambiance musicale et branchée. Découvrons les vins traditionnels et naturels ainsi que 10 bières tournantes locales à la pression. Pour les gourmands, laissez-vous tenter par les tapas originaux !



© Valentin Vion

♥ Le choix de bières pression

Service 6j/7, fermé le mardi  
Ouvert de 17h à 01h • 37 rue Aristide Briand  
+33 (0)6 21 69 38 66 •   reliefandfriends

## GRAND AIGUEBLANCHE

### Le Manoir de Bellecombe



Dans un authentique château du XVIII<sup>e</sup> siècle, on déguste une cuisine traditionnelle française généreuse, faite de produits frais et locaux. Entrées gourmandes, viandes fondantes et desserts savoureux vous séduiront à coup sûr !

♥ La souris d'agneau confite sept heures

Mardi soir - Dimanche midi • 12h-14h / 19h-22h  
25 route de Saint-Oyen  
+33 (0)4 79 01 44 49 • lemanoirdebellecombe.com


## MOÛTIERS

### Les 3 Vallées Café



Cette brasserie créative accueille les gourmands autour d'un menu du jour (21€) et une dizaine de plats à la carte. Bagagerie, wifi gratuit, tickets restau... Pour les plus pressés : direction l'offre à emporter du Spot dans la gare !

♥ La croziflette aux morceaux de cèpes

Parvis de la gare SNCF  
Service 7j/7 : 8h30 (6h30 le samedi) à 17h  
+ soirée du vendredi au lundi  
+33 (0)4 79 00 49 20 • les3vallees-cafe.com  
 

## INFOSNEWS = PAPIER INTELLIGENT

### ✓ FORÊT PRÉSERVÉE

Tous nos papiers sont certifiés PEFC sous le numéro 10-31-1404. Ce label est une des normes environnementales les plus élevées en matière de gestion durable des forêts prélevées. **Pas d'arbre coupé**, nos papiers sont réalisés à base de résidus et sciures de bois, issus de l'industrie du meuble.

### ✓ ENCRE ÉCOLOGIQUE

Nos magazines sont labellisés IMPRIM'VERT, ce qui garantit l'utilisation d'encres écologiques solubles à l'eau et donc facile à recycler. **Pas de chlore utilisé** pour dissoudre nos encres = pas de pollution des nappes phréatiques.

### ✓ MAGAZINE RECYCLÉ

Nous repassons régulièrement sur tous nos lieux de distribution et récupérons les magazines non pris (moins de 5%). Ils sont ensuite recyclés dans le **bac jaune**.

### ✓ IMPRIMÉ EN FRANCE

Depuis 2003 nos magazines sont exclusivement imprimés en France chez un seul imprimeur. Le transport est direct de chez l'imprimeur à nos véhicules de distribution, via un camion dédié.

Ce petit point pour rappeler que le papier n'est pas un écoterroriste. C'est un matériau noble qui demande du respect, il nous en remercie en nous offrant un contact intime, unique et rassurant. Son utilisation intelligente est aujourd'hui bien moins polluante pour notre planète, que la surenchère d'offres numériques et de méga-octets stockés.

Bonne lecture papier à tous ;-)



10-31-1404 / PROMOUVOIR LA GESTION DURABLE DE LA FORÊT / PEFC-FRANCE.ORG



mon super marché  
**sherpa**

**À 2 pas de chez vous,  
14 magasins au coeur des 3 Vallées**

**Chez nous, le choix et l'authenticité font la différence !**

MÉRIBEL 1600  
04 79 06 68 40

MÉRIBEL LES ALLUES  
04 79 08 62 81

MÉRIBEL PLATEAU  
04 79 08 51 20

MÉRIBEL MOTTARET  
04 79 00 40 91

MENUIRES BRELINS  
04 79 08 38 23

MENUIRES BRUYÈRES  
04 79 00 69 59

MENUIRES CROISSETTE  
04 79 04 19 34

MENUIRES PREYERAND  
04 79 00 73 37

MENUIRES REBERTY 1850  
04 79 00 05 62

MENUIRES REBERTY 2000  
04 79 01 05 65

COURCHEVEL 1850  
04 79 08 40 39

LA TANIA  
04 79 08 80 69

VAL THORENS BALCONS  
04 79 00 91 90

VAL THORENS PÉCLET  
04 79 00 01 67



www.sherpa.net



sherpa.supermarche



sherpa\_supermarche

Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour | [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



★ ★ ★  
DIMANCHE 14 DÉCEMBRE

# Saint-Martin s'illumine

★ ★ ★

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

DÈS 13H

**Marché artisanal** de Noël  
**Atelier déco** de Noël  
**Déambulation musicale**  
**Contes** jeune public

**ANIMATIONS OFFERTES**

18H ÉGLISE

CONCERT  
ECHOS  
DU  
**PETIT  
SORCIER**  
LES MUSIQUES  
DE LA SAGA  
HARRY POTTER

**CONCERT AUX BOUGIES**

Adulte	15 €
- 18 ans	10 €
- 6 ans	Offert

**RÉSERVATION**  
[locationsaintmartin.com](http://locationsaintmartin.com)



**BE MY GUEST-MARTIN**  
LES 3 VALLÉES

INFOSNEWS, QUAND Y'EN A PLUS... Y'EN A ENCORE

