



les Vallées

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



RÉTRO *Glamour* & DÉCALAGE

esf COURCHEVEL 1850 [PAGE 2]



ÉVÉNEMENTS
STATIONS
SPECTACLES
PATINAGE
PEOPLE

GUIDE GOURMAND
CHRONIQUES
MONTAGNE
PISTES
LUDIQUES

ART AU
SOMMET
POMPIERS
ANIMATIONS SUR
PISTES

HOCKEY
SUR-GLACE
NOËL EN
STATION
BEST OF LUGE



N°402

AGENDA DU 16 AU 23 DÉCEMBRE 2022



Jean Blanc Sports

LE SPÉCIALISTE DU SKI

À COURCHEVEL, DEPUIS 1947 SKI & MODE /// VENTE & LOCATION



REVENDEUR
STÖCKLI

COURCHEVEL 1850
+33 (0)4 79 08 26 41
www.jeanblancsports.com

SOMMAIRE

LE MUST TO DO!

2 - Avec son calendrier, l'ESF Courchevel 1850 casse les codes

NOTRE BEST-OF DES 3 VALLÉES

6 - Rencontre people : Renaud Lavillenie, à Val Thorens
9 - Shopping spécial Noël sportif
10 - Best-of : luge un jour, luge toujours
11 - L'actu des champions
12 - Les Bouquetins du HCMP à mi-saison

COURCHEVEL - LA TANIA

13 - Lorenzo Quinn, nouvel artiste au sommet
15 - Rencontre 4 saisons : Marine Chrétien
16 - Un Noël sous le signe de la magie Disney

BRIDES-LES-BAINS

18 - Le tour des festivités de fin d'année
19 - BLB Sports, la nouvelle association

MÉRIBEL

22 - Le village Inuit, spot des vacances
24 - Gala de patinage le 22 décembre
25 - Be-Cause : Méribel 2038, place aux actions

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

26 - Sur les chemins de l'histoire
27 - Noël au village, la semaine de folie

LES MENUIRES

29 - Du nouveau sur les piste(ur)s
30 - Le centre de secours se dévoile
31 - La folie des Crazy After Ski

VAL THORENS

33 - Pistes ludiques : objectif lune !
34 - Val Thorens fête ses 50 ans
37 - Métier : barbier et coiffeur, avec Matthieu Garcia

MOÛTIERS ET ALENTOURS

38 - Artistes : Matthieu Bois et Marie Sofys, à Montagny
41 - Exposition au centre culturel de Moûtiers
42 - Ode au spectacle vivant, à Moûtiers

GUIDE GOURMAND

43 - Notre sélection de bonnes tables
46 - Coup de fourchette : La Chapelle 1550, à Courchevel Village
57 - Coup de fourchette : La Rôtisserie, à Val Thorens
58 - Coup de fourchette : L'Olympiski, à Val Thorens

À GRIGNOTER

62 - Livre : « Une histoire de l'Aiguille du Midi et des téléphériques », de Pierre-Louis Roy
63 - Livre : « Le Grand Récit des montagnes », de Blandine Pluchet
64 - Le saisonnier : Emmanuel De Macedo, à Méribel

METEO

SAMEDI		-6°/0°
DIMANCHE		-4°/-3°
LUNDI		0°/7°
MARDI		1°/7°
MERCREDI		0°/5°
JEUDI		-1°/5°
VENDREDI		-1°/4°

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



OUKISON?

PAUL & RENÉ

Serez-vous capables de trouver Paul & René dans notre magazine ?

(hors 1^{er} de couverture et sommaire)

LES 3 VALLÉES INFOSNEWS N°402 16 DÉCEMBRE 2022

245 Rue de la Combe de l'Adret - Chef-Lieu - 73350 Montagny
+33 (0)4 79 410 410

infosnews.fr • contact@infosnews.fr

ÉDITEUR INFOSNEWS - Siren 818 149 395.

DIRECTEUR DES ÉDITIONS Gaëtan Blanrue

RÉDACTRICE EN CHEF Enimie Reumaux

RÉDACTION Caroline Bernard / Gaëtan Blanrue / Romain Carron
Mathis Chambost / Sabrina Maitre
Enimie Reumaux / Sarah Ritter

TRADUCTION Katrien Servranckx (indépendante)

GRAPHISME Léa Moles / Vincent Kernin

PUBLICITÉ Gaëtan Blanrue / Sabrina Maitre

Romain Carron / Caroline Bernard

IMPRESSION Lorraine Graphic

◆ Publi-rédactionnel

NOUVEAU SITE WEB

infosnews.fr

Toute l'actu en avant-première



10-31-1404 / PROMOUVOIR LA GESTION DURABLE DE LA FORÊT / PEFC-FRANCE.ORG
Tous les produits Infosnews s'intègrent dans une démarche éco-responsable, respectueuse de l'environnement.



CALENDRIER ESF COURCHEVEL 1850
BERNARD ORCEL

Les monos tombent le manteau

Si on a l'habitude de les voir faire des virages dans leur iconique tenue rouge, les moniteurs de l'ESF Courchevel 1850 dévoilent leur face cachée dans un calendrier exclusif créé avec Bernard Orcel. Et c'est pour la bonne cause, puisqu'une partie des ventes sera reversée à l'association Man of the Day - Montagne Propre.

UN CALENDRIER 100% LOCAL

Avec ce projet inédit, l'ESF Courchevel 1850 veut casser les codes et les clichés qui lui collent à la peau... Et pour ce faire, l'École s'est entourée d'un partenaire d'exception : le groupe made in Courchevel Bernard Orcel, devenu BO, qui allie sport et élégance avec ses collections de prêt-à-porter. Et comme on dit, jamais 2 sans 3 : l'association qui bénéficiera d'une partie des ventes, Man of the Day - Montagne Propre, est aussi un pur produit local. Le ski, la montagne et l'élégance : c'est tout Courchevel résumé en un seul calendrier.

DES MONITEURS HAUTS EN COULEURS

Fini la veste rouge : pour ce shooting décalé, les moniteurs se sont prêtés au jeu en arborant des pièces des marques de la collection 2022-2023 du groupe BO. Inspirées des calendriers Pirelli des années 1960, les photos ont une touche décalée, rétro et glamour irrésistible. Chaque mois, les moniteurs se montrent comme on ne les a jamais vus, que ce soit sur les pistes, sur un téléski ou même... dans la baignoire ! Petit clin d'œil, le Club des sports de Courchevel est lui aussi de la partie pour le mois de février, celui des Championnats du monde de ski alpin Courchevel-Méribel 2023.

MAN OF THE DAY - MONTAGNE PROPRE : L'ASSO QUI ŒUVRE POUR L'ENVIRONNEMENT

Parce que la montagne est notre terrain de jeu, cela faisait sens pour l'ESF et BO de dédier ce premier calendrier à une association qui œuvre pour sa protection. En plus de sensibiliser à la sauvegarde du milieu montagnard, Man of the Day - Montagne Propre organise régulièrement des actions concrètes comme des opérations de ramassage de déchets, la distribution gratuite de cendriers de poche ou encore la mise en place de poubelles de tri temporaires lors d'événements. Chaque calendrier acheté déclenche un don pour l'association qui pourra ainsi continuer d'œuvrer pour la montagne de demain et mettre en place de nouvelles actions... Raison de plus pour se le procurer ! En panne d'idée pour Noël ? Voilà un cadeau original à glisser sous le sapin pour les amateurs de godille et de montagne ! (S.R.)



**CALENDRIER 2023
ESF COURCHEVEL 1850
X BERNARD ORCEL**
**Disponible dans les boutiques
By ESF 1850 (La Croisette)
et Bernard Orcel (rue des Verdons)**
30€

UK The instructors of the ski school ESF Courchevel 1850 are reunited in an exclusive calendar created with the local ready-to-wear group Bernard Orcel. And it's for a good cause, as part of the sales will be donated to the association Man of the Day - Montagne Propre. For the occasion, instructors put on beautiful pieces from the Bernard Orcel 22-23 collection. Inspired by the Pirelli calendars of the 1960s, the photos have a retro, glamorous and irresistible touch.

 **ESF COURCHEVEL 1850**
110 rue de la Croisette
esfcourchevel.com
+33 (0)4 79 08 07 72



RESTAURANTS SUR LES PISTES

- ① Au Pain d'Antan +33 (0)4 79 08 23 07
- ② La Cabane des Skieurs
- ③ Le Blanchot +33 (0)4 79 00 55 78
- ④ Le Clos Bernard +33 (0)4 79 00 00 07
- ⑤ Côte 2000 +33 (0)4 79 00 55 40
- ⑥ Les Pierres Plates +33 (0)4 79 00 42 38
- ⑦ Le Plan des Mains +33 (0)4 79 07 31 06

- ⑧ Le Corbeleys +33 (0)4 79 08 95 31
- ⑨ La Loy +33 (0)4 79 08 92 72
- ⑩ Le Chalet de la Masse +33 (0)4 79 00 74 04
- ⑪ Peuf Daddy +33 (0)9 81 90 34 96
- ⑫ La Ferme de Reberty +33 (0)4 79 00 77 01
- ⑬ Le Roc 7 +33 (0)9 79 99 87 87
- ⑭ Les Chalets du Thorens +33 (0)4 79 00 02 80
- ⑮ La Moutière +33 (0)4 79 00 02 67



FREE OFFICIAL APP

INFOS EN TEMPS RÉEL
REAL TIME INFO

CHALLENGES

WEBCAM

RESTAURANTS

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

FACILE Easy	TELESIEGE À BULLE Chairlift with bubbles	RESTAURANT D'ALTITUDE Mountain restaurant	PORTIONS PLATES Flat sections
DIFFICULTÉ MOYENNE Average difficulty	TELEBORNE Open gondola	WC PUBLICS Public toilets	PISTE DE LUGE Sledge run
DIFFICILE Difficult	TELECABINE Gondola	AIRE DE PIQUE-NIQUE Picnic area	ZONE SKI & FUN Ski & Fun area
TRÈS DIFFICILE Very difficult	FUNTEL Gondola	SALLE DE PIQUE-NIQUE Picnic room	ZONE SKI & CHALLENGE Ski & Challenge area
TELESKI / TAPS Drag Lift / Magic carpet	TELEPHÉRIQUE Cable car	WI-FI GRATUIT Free Wi-Fi	RASCULES 3 VALLÉES Euros 3 Vallées Peak
TELESIEGE Chairlift	SECOURS / INFORMATION First Aid / Information Point	ALTIPOURFACE Hottel	SOMMET MYTHIQUE 3 VALLÉES Euros 3 Vallées Peak
	VUE INCONTOURNABLE Panoramic view	TYROLIENNE Zip line	

MORIOND RACING

3 km de pure glisse sur une piste de luge version Grand Prix de F1, ça vous tente ? Virages à bien négocier, 8 tunnels sous lesquels passer, carrousel qui va vous faire tourner et double serpent dans lequel zigzaguer... Faites parler le pilote qui est en vous!

The sledge run Moriond Racing is 3km long and is composed of short turns, 8 fun tunnels, a carrousel and a slalom, fun guaranteed for young and old!

À Courchevel Moriond, **Ariondaz**

LA PISTE DES INUITS

Partez en famille à la découverte du Grand Nord, amusez-vous tout au long de la piste et découvrez de nombreux jeux et animations au cœur du Village Inuit!

Take your family on a journey to discover the Far North, have fun along the piste and discover the numerous games and activities in the heart of the Inuit Village!

Saulire Express 1 ou Rhodos ou Altiport

ZONES PIQUE-NIQUE

Profitez d'une pause au soleil et au sommet sur les nouvelles aires de pique-nique disséminées sur le domaine.

Enjoy a sunny break at the summit on the new pic nic areas everywhere on the ski area.

Aire Friendly en haut du Roc 1
Aire Friendly Natural Park: en bas de la zone ludique
Aire du Pixel Area: sur la terrasse du snowpark
Aire couverte dans la salle hors sac de la Masse

SNOWTUBING MOON XPERIENCE

La descente la plus gonflée du domaine skiable ! Dévaliez sur une bouée les pistes de snow tubing de Val Thorens ! En solo, duo, à trois et même à 4, c'est sensations garanties !

Hurtle down the snowtubing run of Val Thorens. On a buoy, from 1 to 4 people, strong sensations and laughter guaranteed !

14€/30mn et 19€/60mn
Chalet Moon Xperiance à l'arrivée du tapis Campagnols



Il s'est élevé sur le toit du monde, en étant le premier à franchir la barre de 6,16m en saut à la perche en 2014, subtilisant l'ancien record au mythique Sergueï Bubka. Et s'il a été détrôné depuis par Armand Duplantis et ses 6,21m, Renaud Lavillenie tutoie toujours les sommets à 36 ans. C'est d'ailleurs à 2300m d'altitude que nous avons rencontré le champion olympique de 2012, triple champion du monde en salle et d'Europe, à l'occasion du Trophée Andros à Val Thorens. En attendant de débiter sa saison, Renaud avait alors troqué sa perche pour un volant dans la catégorie Andros Stars...

De la perche à la glace, il n'y a qu'un saut ?

J'ai toujours apprécié les sports automobiles et l'un de mes partenaires historiques est Andros, avec qui j'organise notamment à Clermont-Ferrand mon événement All Star Perche, qui réunit les meilleurs perchistes (prochain meeting le 23 février, ndlr). J'ai donc été invité plusieurs fois sur le Trophée Andros, je dois en être à ma 6e participation et c'est toujours un plaisir de venir faire une étape !

Tu t'entraînes avant les courses du Trophée ?

Non pas du tout, je n'ai pas vraiment le temps, car je dois préparer ma saison de saut à la perche à côté. L'Andros Stars, c'est plus une catégorie plaisir, avec uniquement des personnalités de tous horizons qui sont invitées. C'est bon enfant, mais on est tous un peu compétiteurs, alors on se tire la bourre... J'ai un petit avantage, comme j'en suis à plusieurs participations, je commence à prendre le coup !

Que penses-tu de l'étape de Val Thorens ?

C'est vraiment une chouette ambiance d'être en altitude, entouré des montagnes... Et le circuit est vraiment gelé, ce qui permet d'avoir de supers sensations. Ça fait du bien de changer d'air, et de toute façon, qu'il fasse 0°C ou -10°C, la combinaison est la même !

Tu as prévu de revenir profiter de la montagne ?

Malheureusement, ma saison de compétition tombe pile en même temps que celle d'hiver alors j'ai rarement l'occasion de skier, d'autant qu'il vaut mieux éviter de se blesser. Je commence un peu à ralentir le rythme alors je me suis mis au snowboard l'an dernier... Il n'est pas impossible qu'on se recroise sur les pistes des 3 Vallées ! (S.R.)



L'AVIS DE SÉBASTIEN LOEB



« L'étape de Val Thorens marque le début de la saison, donc c'est toujours sympa de découvrir les performances des voitures après les nouveaux réglages. [...] Même sans le bruit du moteur (les voitures sont électriques, ndlr), tu entends et ressens les sensations d'une voiture de course !



LE CADRE VAL THORENS ET LE TROPHÉE ANDROS : 30 ANS DE CO-PILOTAGE

Si le Trophée Andros a été créé en 1990, Val Thorens accueillait une étape de la compétition dès 1992 : autant dire que c'est une histoire qui dure ! 30 ans et un passage à une version 100% électrique plus tard, les pilotes ont à nouveau pris le départ les 3 et 4 décembre sur le circuit de glace Alain Prost pour la première étape de la saison. Pour fêter ces noces de perle, les habitués étaient au rendez-vous, à l'image des pilotes Nathanaël Berthon et Olivier Panis, mais aussi des invités de marque comme le nonuple champion du monde de rallye Sébastien Loeb.



As every year, the first stage of the Andros Trophy took place in Val Thorens on December 3 and 4 with rally driver Sébastien Loeb as the headliner. Other famous athletes got behind the wheel, like pole vaulting athlete Renaud Lavillenie, 36 years old, who participated 6 times in the Andros Trophy. Renaud has always enjoyed motor sports and one of his historical partners is Andros. He loves the atmosphere and the amazing setting. The circuit is frozen which offers great sensations.



TROPHÉE ANDROS

Après Val Thorens et Andorre, les 4 dernières étapes se dérouleront à Isola 2000, Tignes, Lans-en-Vercors et Super-Besse, toutes en janvier.

RENAUD LAVILLENIE

36 ANS
SAUT À LA PERCHE
CHAMPION OLYMPIQUE
EN 2012

& VENTE LOCATION

VÊTEMENTS TECHNIQUES
ACCESSOIRES / MATÉRIELS...



LES 3 VALLÉES

COURCHEVEL 1650

• Immeuble les Cascades,
170 Rue Ste Blandine
+33 (0)4 79 08 31 85

COURCHEVEL 1850

• Le Cristal de Roche,
215 Rue Park City
+33 (0)4 79 08 33 45

MÉRIBEL CENTRE

• Les glaciers, Route du centre
+33 (0)4 79 00 37 12

MÉRIBEL MOTTARET

• Le Plein Soleil,
Chemin des Gentianes
+33 (0)4 79 24 08 56

• Le Creux de l'Ours, Le Hameau
+33 (0)4 79 00 42 82

• Le Plan du Lac, Le Châtelet
+33 (0)4 79 00 45 91

SAINT-MARTIN DE-BELLEVILLE

• Front de neige
+33 (0)4 79 00 68 45

• Centre station
+33 (0)4 79 08 67 17

LES MENUIRES

• La Croisette, immeuble l'Oisan
+33 (0)4 79 01 15 56

• Les Fontanettes
+33 (0)4 79 00 68 99

VAL THORENS

• Centre commercial Caron
+33 (0)4 79 00 06 65

• Résidence le Cheval Blanc
+33 (0)4 79 00 07 44

WWW.INTERSPORT-RENT.FR

SHOPPING

SPÉCIAL NOËL SPORTIF

Noël arrive à grands pas et pour ceux qui n'ont pas encore trouvé d'idées pour leurs proches, ça sent l' sapin... Allez, c'est cadeau, voici 5 idées à dénicher chez Intersport pour réjouir les sportifs !



UNE CAMÉRA POUR FILMER SES EXPLOITS

À fixer sur le casque ou sur la poitrine, cette petite caméra sportive résolution 4k immortalisera les plus belles journées (ou chutes!) de l'hiver. Avec l'application Energetics E-Cam4k (retour vidéo en direct grâce au wi-fi), improvisez-vous réalisateur le temps d'une sortie.

ENERGETICS CAM4



UN MASQUE PHOTOCHROMIQUE

En montagne, le temps change vite... Pour être paré à toute éventualité, rien de mieux qu'un masque de ski photochromique. La technologie permet au verre de s'adapter à la luminosité entre les catégories 1 et 3, pour toujours y voir clair !

**CAIRN RAINBOW
PLUSIEURS COLORIS**

UNE VESTE TOP CONFORT

Un canapé dans un petit chalet, un chocolat chaud et les flocons qui tombent derrière la fenêtre... Il ne manque plus que cette veste polaire toute douce pour un moment cocooning au sommet !

COLUMBIA FIRE SIDE II SHERPA FEMME • DU XS AU XL



UNE SOUS-COUCHE THERMIQUE

Pour rester au chaud, c'est comme les oignons : mieux vaut avoir plusieurs couches ! Et la première se doit d'être fine et douce pour un max de confort. Fabriquée en laine mérinos, connue pour ses propriétés thermorégulatrices et anti-odeurs, cette sous-couche sera votre meilleure alliée !

**ODLO NATURAL 100% MERINO
DU S AU XXL (H) ET DU XS AU XL (F)**



DES MOUFLES DE COMPÉT'

Rien de pire que d'avoir les doigts gelés par une froide journée... Mais avec ces moufles en duvet, c'est terminé ! Complétées par une paume en cuir et une membrane Gore-Tex, elles tiendront les mains au chaud, peu importent les conditions.

**REUSCH DOWN SPIRIT GTX MITTEN
DU 6,5 AU 11**



Here are 5 gift ideas from Intersport to delight sportsmen and women : connected camera Energetics Cam4, photochromic ski mask Cairn Rainbow, ski jacket Columbia Fire Side II Sherpa for women, Odlo Natural 100% Merino, or mitten Reusch Down Spirit GTX.

LUGE UN JOUR, LUGE TOUJOURS !



Dans la famille glisse, on voudrait la luge ! S'il y a bien une pratique accessible à tous, c'est celle-ci. On vous donne quelques bons plans sur les 3 Vallées pour rester sur la bonne pente !

ÇA SENT L'SAPIN ! COURCHEVEL 1850 - COURCHEVEL VILLAGE

Sous le regard des épicéas, on vit une descente où l'adrénaline se mêle à l'enchantement. De Courchevel 1850 à Courchevel Village, petits et grands se défient durant 2 km et ça tombe bien, c'est gratuit si on souhaite la parcourir en mode nuit, c'est encore plus de frissons.

Piste éclairée, gratuit, accès télécabine des Grangettes • +33 (0)4 79 09 00 29

MISSION BLACK FOREST, UN DÉ-LUGE DE VIRAGES • MÉRIBEL

Envie d'être le personnage principal d'un monde fantastique typé Seigneur des anneaux ? Bienvenue dans la forêt d'Arbin, sur la piste Mission Black Forest, où personnages et jeux nous attendent à chaque virage : 3,4 km de piste sur neige, 470 m de dénivelé et 28 virages, de quoi perdre le fil de la réalité.

Dès 12 ans, 12€ la descente
+33 (0)4 79 08 65 32

ROC'N ROLL POUR LE ROC'N BOB LES MENUIRES

On s'apprête à rire en famille ou entre amis sur les 22 virages relevés étalés sur 4 km et 150 m de dénivelé. Quand y'en a plus, y'en a encore ! Vivons la descente en nocturne insolite éclairée à la frontale.

Dès 7 ans / 14€ la descente. Montée par Roc 1, location de la luge, du casque et d'une lampe frontale lors des nocturnes
+33 (0)4 79 00 62 75

PLUS C'EST LONG PLUS C'EST BON LA COSMOJET • VAL THORENS

Du côté de la station la plus haute d'Europe, on découvre la plus longue piste de France. 6 km de descente sous le thème de l'astronomie pour un dénivelé de 700 m, on s'éclate de 5 à 77 ans. (C.B.)

18,30€ la descente, gratuit de 5 à 9 ans. Chalet Cosmojet en amont de la gare de départ du télésiège Cascades
+33 (0)4 79 00 08 08.

The sledge runs in Les 3 Vallées guarantee fun for young and old : from Courchevel 1850 to Courchevel Village (2km) accessible via the cable car Les Grangettes (for free), Mission Black Forest in Méribel (3,4km, 470m altitude difference and 28 turns, €12/descent), Roc'n Bob in Les Menuires (4km, 150m altitude difference and 22 turns, €13/descent), and the Cosmojet in Val Thorens (6km, 700m altitude difference, €16,50/descent).



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 SLALOM GÉANT HOMMES
VAL D'ISÈRE 10 DÉCEMBRE

11^e ALEXIS PINTURAUULT
Courchevel

COUPE DU MONDE SLALOM HOMMES
VAL D'ISÈRE 11 DÉCEMBRE

5^e ALEXIS PINTURAUULT
Courchevel

COUPE DU MONDE SLALOM DAMES
SESTRIERE (ITALIE) 11 DÉCEMBRE

20^e CLARISSE BRÈCHE
Courchevel

20^e MARIE LAMURE
Courchevel



SKI DE BOSSES

COUPE DU MONDE HOMMES
IDRE FJÄLL 10 DÉCEMBRE

23^e MARTIN SUIRE
Méribel

COUPE DU MONDE DUEL HOMMES
IDRE FJÄLL 11 DÉCEMBRE

22^e MARTIN SUIRE
Méribel



SKI CROSS

COUPE DU MONDE HOMMES
VAL THORENS 9 DÉCEMBRE

2^e YOURI DUPLESSIS
KERGOMARD
Méribel

41^e MELVIN TCHIKNAVORIAN
Val Thorens



SKI DE FOND

COUPE DU MONDE
SPRINT CLASSIC HOMMES
BEITOSTOLEN (NORVÈGE) 9 DÉCEMBRE

1^{re} RICHARD JOUVE
Méribel

16^e RENAUD JAY
Les Menuires

COUPE DU MONDE
10KM CLASSIC HOMMES
BEITOSTOLEN (NORVÈGE) 10 DÉCEMBRE

22^e RICHARD JOUVE
Méribel

56^e RENAUD JAY
Les Menuires



HOCKEY-SUR-GLACE

11 DÉCEMBRE

Home
VILLARD-DE-LANS

Guest
HCMP

03

04

Prochain match : HCMP - Colmar le samedi
7 janvier à Courchevel
GO BOUKS GO !

COUPE DU MONDE DAMES
VAL THORENS 9 DÉCEMBRE

24^e MATHILDE BRODIER
Les Menuires

COUPE DU MONDE HOMMES
AROSA (SUISSE) 12 DÉCEMBRE

7^e YOURI DUPLESSIS
KERGOMARD
Méribel



LES BOUQUETINS À MI-CHEMIN

Après la première partie de saison et avant la trêve de fin d'année, les Bouquetins du HCMP pointent à la 2e place de leur poule, en D2 de hockey-sur-glace. Présentation de cette équipe aux patins bien affûtés...



©Photos HCMP

Go Bouk's Go ! En moyenne, à chaque match, ils sont entre 5 à 600 spectateurs en automne à garnir les tribunes des patinoires de Courchevel, Méribel ou Pralognan (une rotation se faisant entre les 3), et bien plus durant l'hiver. Et tous entonnent ce cri de guerre lorsque les Bouquetins partent à l'assaut de la cage adverse...

Alors que la trêve vient de sonner, sur une ultime victoire des joueurs du HCMP arrachée sur la glace de Villard-de-Lans dans les prolongations, c'est à une jolie deuxième place de leur poule de D2 (la 3e division française) que pointent les hockeyeurs entraînés par Pierre Rossat-Mignod.

Et pourtant, le début de saison a été un peu compliqué. Plusieurs joueurs emblématiques du club sont partis en retraite, comme Quentin Chevassu ou Thibaut Fillon, qui avaient tous les deux effectués toute leur carrière au club, depuis les catégories jeunes. Du sang neuf est donc arrivé du Canada, de République Tchèque, de Finlande ou de France, soit neuf joueurs qu'il a fallu intégrer. Après quelques défaites, c'est sur une jolie série que vient de se terminer l'année.

L'objectif désormais pour les Bouquetins ? Continuer sur cette lancée en début d'année (les matchs se joueront sur la glace de Courchevel, la patinoire de Méribel étant utilisée par l'organisation des Mondiaux de ski), assurer la qualification pour les play-offs, et viser a minima les quarts de finale. Go Bouk's Go ! (E.R.)

The local hockey on ice team Les Bouquetins of the club HCMP reuniting Courchevel, Méribel and Pralognan are in 2nd place in 2nd division coached by Pierre Rossat-Mignod. After a well-deserved break, the next match is programmed on 11 January, with the play-offs in sight...



HOCKEY COURCHEVEL-MÉRIBEL-PRALOGNAN

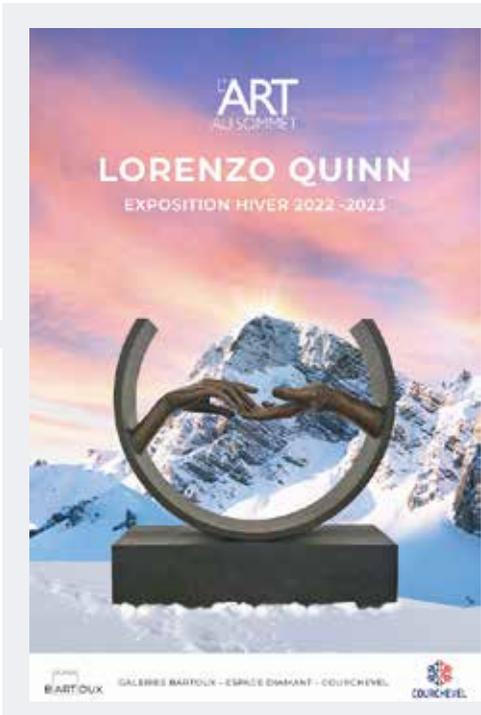
Prochains matchs à Courchevel : les 7, 14 et 28 janvier
www.hcmp-bouquetins.com

Les Bouquetins HCMP



Le solo show de Lorenzo Quinn

Cet hiver, pour la 14^e édition de l'Art au sommet, Courchevel accueille le sculpteur Lorenzo Quinn. Sept nouvelles œuvres monumentales, pleines de poésie et véritables odes à l'Amour, sont installées dans la station et sur les hauteurs.

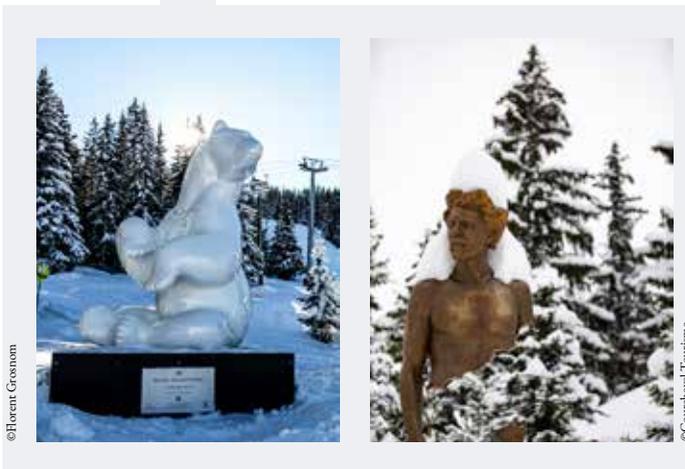


Il est connu dans le monde entier, et pas seulement parce que son père, l'acteur oscarisé Anthony Quinn, était une légende du cinéma. Après un cursus à l'Académie des Beaux-Arts de New-York, Lorenzo Quinn s'est rapidement consacré à la sculpture. Amoureux de la nature, s'inspirant du travail de Michel-Ange, Gian Lorenzo Bernini et Auguste Rodin, il conçoit généralement chaque œuvre par écrit, associant un texte poétique à chacun de ses projets. À travers son art, il souhaite sensibiliser à la beauté de la nature et à la nécessité de la préserver.

Aujourd'hui, ses créations puissantes et monumentales voyagent à travers le monde. Après les Pyramides de Gizeh en Égypte, les canaux de Venise et les grands parcs londoniens, les sculptures de Lorenzo Quinn arrivent pour la première fois au cœur des Alpes. Sept œuvres seront exposées sur les spots emblématiques de Courchevel (sommets de la Vizelle et du Biollay, place de Courchevel Tourisme, front de neige, église...), convertissant la station en un véritable musée à ciel ouvert ! (E.R.)

For the 14th edition of Art au Sommet, Courchevel welcomes the sculptor Lorenzo Quinn. Seven new monumental works will be installed in the resort. His powerful and monumental creations travel the world : the Pyramids of Giza in Egypt, the canals of Venice, the parks of London, and now Courchevel !

LES ÉDITIONS PRÉCÉDENTES



©Florent Groenem

©Courchevel Tourisme



L'ART AU SOMMET #14

Solo show de Lorenzo Quinn
L'artiste sera présent début janvier dans la station
Visites guidées prévues tout l'hiver
www.courchevel.com
+33 (0)4 79 08 00 29



LUDIMANIA
POUR LES ENFANTS
DE 3 À 6 ANS

3h d'activités ludiques encadrées par un maître-nageur
Découverte de l'eau à travers le jeu

MERCREDI
9H15 > 10H



KID'S AVENTURE
POUR LES ENFANTS
DE 6 À 12 ANS

3h d'activités ludiques encadrées par un maître-nageur
surf, escalade, jeux aquatiques

MERCREDI
14H > 17H



LUDISPORT
POUR LES ENFANTS
DE 12 À 17 ANS

Waterpolo, plongeon, aquafitness ou natation artistique

MERCREDI
17H30

VACANCES :
MAR./MER./JEU.
9H15 > 10H



DÉCOUVERTE VAGUE

À PARTIR DE 6 ANS

30mn d'initiation en bouée ou bodyboard

SUR RÉSERVATION OBLIGATOIRE



AQUAMOTION

— COURCHEVEL —

Le paradis des enfants

1297, Route des Eaux Vives
73120 Courchevel Village

+33 (0)9 71 00 73 00
www.aquamotion-courchevel.com

4 SAISONS

RENCONTRE

Une brise Marine à la montagne

Il y a 8 ans, cette fille du bord de mer quittait ville et routine pour découvrir la grande aventure des saisons. Après avoir atteint le sommet, elle n'en est jamais redescendue. Entretien avec cette amoureuxse des émotions aux allures de princesse Disney.

Comment es-tu arrivée ici ?

J'ai débarqué tout droit de Paris en 2014 où je vivais et travaillais en tant que vendeuse. J'avais 23 ans et l'envie de changer d'air. Je me suis dit pourquoi pas les Alpes, ainsi je n'étais qu'à 4h de Toulon ma ville natale. J'ai vu une annonce de poste saisonnier en tant que vendeuse, j'ai postulé à Courchevel et j'ai été prise alors que je ne connaissais rien à la montagne ni aux saisons.

Et 8 ans après tu es installée à l'année...

En effet, j'ai vite accroché avec ce rythme de vie qui n'existe nulle part ailleurs et la station est magnifique avec ses sapins à profusion. Vivre dans un décor pareil et dans un lieu où les gens viennent en vacances, ça me plaît. Et puis j'ai rencontré mon copain lors de la première saison, on s'est poussés l'un et l'autre à rester ici. On vit à Saint-Bon maintenant, on ne déménage plus tous les 6 mois, et on s'est fait un beau cercle d'amis.

Raconte-nous les avantages de chaque saison ici ?

L'hiver, j'adore skier le matin puis manger au Pilatus et à 16h me réchauffer à la Luge avec un café Macchiato. Au printemps, j'aime profiter des barbecues au Plan du Vah. L'été, j'aime écouter les concerts en extérieur et observer les marmottes. À l'automne, je me promène sur le chemin du Paradis qui va de Saint-Bon jusqu'au Freney.

Quel est ton meilleur souvenir ici ?

Le fait d'être montée en ski de randonnée dans le secteur des Creux et découvrir de la neige poudreuse incroyable à la descente.

Que t'a apporté ta vie de saisonnière dans ton quotidien d'aujourd'hui ?

Je suis arrivée vendeuse en saison puis j'ai intégré l'équipe de Bernard Charvin et je suis maintenant assistante de direction d'Emilie Charvin. Elle et les saisons m'ont appris la rigueur, le goût du travail, le sens du service et l'attention du détail (clientèle luxe de Courchevel). Ça m'a mis un peu de plomb dans la tête ! (C.B.)

Marine, 31 years old, came straight from Paris in 2014 where she lived and worked as a shop assistant. She was 23 years old and saw an advertisement for a seasonal job as a saleswoman in Courchevel. She met the love of her life and settled down in Saint-Bon. Today, Marine works as an assistant shop manager at the shop Bernard Charvin Sport. She loves skiing in winter, barbecuing at Plan du Vah in spring, going to concerts and spotting marmots in summer, and going for a walk in autumn.

Profil

- **Nom :** Chrétien
- **Prénom :** Marine
- **Âge :** 31 ans
- **Origine :** Toulon
- **Job :** Responsable adjointe des magasins Bernard Charvin Sport



66 LES SAISONS, ÇA M'A MIS UN PEU DE PLOMB DANS LA TÊTE! 99

LES 3 VALLEES COURCHEVEL BRIDES-LES-BAINS MÉRISEL BELLEVILLE - MENDIRES/ST MARTIN BELLEVILLE - VAL THORENS MOUTIERS / BOZEL ... GUIDE GOURMAND À GRIGNOTER



©Bruno Paganini/Pixabay



©LEBARNS STUDIO



©Aline Dassel Pixabay

COURCHEVEL

Un Noël Heureux-Disney !

Cette année, Courchevel pousse la féerie encore plus loin à l'occasion des fêtes de Noël. Ouvrons grand les yeux, car l'esprit de Disney flotte à Courchevel 1850 pour le plaisir des petits et des grands. De quoi se sentir libéré, délivré de toute pression quotidienne !

On le sait, chaque fin d'année, Courchevel place la barre très haut pour remplir nos yeux de paillettes et fait son maximum pour que nos souvenirs de vacances soient mémorables. Depuis l'an dernier, un partenariat a été établi entre Disneyland Paris et la station de Courchevel. Toute cette semaine, il faudra être aussi malin qu'un Peter Pan afin de flasher le QR code présent sur toutes les animations de l'office de tourisme et tenter de remporter un premier séjour à Disneyland Paris (valable pour 4 personnes).

UN DUPLEX AVEC DISNEYLAND PARIS SUR LE FRONT DE NEIGE

Coup de projecteur ou plutôt de baguette magique sur la soirée du 24 décembre où l'on assiste à l'incontournable descente aux flambeaux des moniteurs ESF à partir de 17h45 sur le front de neige, avant de voir le Père Noël arriver en dameuse puis le feu d'artifice tiré sur place. Entre ces trois temps forts, on tourne les yeux vers le Duplex Disney installé sur la scène du front de neige pour échanger avec les



©Lisa Che Pixabay

personnages en direct du Parc. À vous les studios ! C'est également ce soir-là que l'on connaîtra les gagnants de ce premier jeu concours lors du tirage au sort fait sur scène (présence obligatoire pour remporter le lot).

DES SÉJOURS À GAGNER !

Pour ceux qui auraient loupé le coche, pas de panique, puisqu'un autre jeu concours sera mis en place toute la saison dans les télécabines customisées sur la place spéciale Disney sur le front de neige (QR code à flasher / à partir du 19 décembre) afin de gagner un second séjour pour 4 personnes à Disneyland Paris. On vous donne un autre scoop au passage : le Père Noël sera de passage à Courchevel la Tania et le Praz le 21 décembre, à Courchevel Village et à Moriond le 22, et à Courchevel 1850 le 23. Vous voyez, il en faut peu pour être heureux ! (C.B.)

 Courchevel sets the bar very high to fill our eyes with glitter and is taking the enchantment even further for the Christmas holidays by inviting several Disney characters thanks to a partnership with Disneyland Paris. Flash the QR codes present on all the tourist office activities and win the first trip to Disneyland Paris (valid for 4 people) !



EN PISTE VERS LA MAGIE... DISNEY

Courchevel Tourisme
+33 (0)4 79 08 00 29
courchevel.com

EN+

**SAMEDI 17.12
DE 10H30 À 11H**

Histoires contées
pour enfants de 2 à 6 ans
*Storytelling for children
from 2 to 6 y.o.*

Gratuit – Contact :
+33 (0)4 58 83 01 22
Courchevel Le Praz - Médiathèque

**LUNDI 19.12
À PARTIR DE 14H**

Atelier robotique
Robotics workshop
Gratuit – Contact :
+33 (0)4 79 08 00 29
Courchevel 1850 - La Croisette

MARDI 20.12 DE 10H À 12H

Tournoi de jeux vidéo
Video game tournament
Gratuit – Contact :
+33 (0)4 58 83 01 22
Courchevel Le Praz - Médiathèque

MERCREDI 21.12 À 18H20

Millet Ski Touring
manche n°1
Millet Ski Touring – round 1
Course de ski de rando
au départ du Praz
Inscription sur
courchevelsportsoutdoor.com
Ou sur place entre 17h et 17h45

Office de tourisme
Courchevel
+33 (04) 79 08 00 29



On lâche la « Brides » en cette fin d'année...

Noël à la montagne, c'est magique... Ça, Brides-les-Bains l'a bien compris et nous a concocté un programme rempli de surprises et de magie pour le 24 et le 31 décembre. Entre deux surprises, les animations quotidiennes nous attendent pour une déconnexion totale.

ON SE MET AU « FÊTE »

Il est l'heure de revêtir ses plus beaux habits à l'occasion des deux dates les plus marquantes de l'année. On se donne rendez-vous à 16h le 24 décembre pour admirer la déambulation d'échassiers dans le centre de la ville. Parce qu'il n'est jamais trop tard pour écrire au Père Noël, un atelier créatif est organisé au parc thermal à partir de 16h30. Les lettres s'envoleront ensuite dans les airs grâce à des ballons. Alors que le soleil et le Père Noël descendent du ciel, nous attendons avec impatience son apparition dans le village entre 17h et 19h30. Et on dit qu'il se prêterait volontiers au jeu pour une séance photos...

On vous parle en avant-première du 31. Rendez-vous entre 15h et 18h où nous suivons les déambulations et cracheurs de feu qui nous conduisent ensuite vers le parc thermal. En effet, à 20h, le groupe Band Jodge Quator nous fait danser avant de nous faire lever les yeux vers le feu d'artifice à 22h45.

ON S'AMBIANCE ET ON S'ANIME AU QUOTIDIEN

Chaque semaine, on vibre à Brides-les-Bains. Rejoignons les Raquettes à Méribel encadrées par Raquett'Evasion (lundi, vendredi et samedi). Entre balade douce le mardi et le jeudi et la balade Chasseurs d'images mercredi, on a décidé de nous faire marcher ! On prend aussi soin de notre corps avec une séance de relaxation au petit chalet le mardi et le jeudi et les

cours de pilates le lundi. D'autres surprises viendront ponctuer les fins de journée, comme la démonstration de sculpture sur glace le mardi ou encore la Savoyard party, le live music et le feu d'artifice au parc thermal le mercredi. Au même endroit, le jour suivant, on danse lors de la DJ party Flow. En voilà un programme qui « Bri-des » mille feux ! (C.B.)

On 24 December at 4 pm, stilt walkers enchant young and old in the centre of the town. A creative workshop is organised in the thermal park as from 4.30 pm. The arrival of Father Christmas is programmed between 5pm and 7.30pm. On 31 December, we meet between 3pm and 6pm and follow the fire-eaters and firewalkers who lead us to the thermal park where at 8pm, the Band Jodge Quator group makes us dance before the fireworks at 10.45pm.



 OFFICE DE TOURISME DE BRIDES-LES-BAINS
+33 (0)4 79 55 20 64
www.brides-les-bains.com

NOUVELLE ASSOCIATION BLB SPORTS... ET SKI

À l'image des communes voisines, une nouvelle association vient de voir le jour afin de proposer aux résidents et travailleurs de Brides-les-Bains une réponse à la problématique du coût des forfaits de ski cet hiver. Présentation de BLB Sports...

Si la nouvelle association présidée par Fabien Pollier a pour but « de mettre en œuvre, contre adhésion, des temps sportifs pour tous », ainsi que des réductions et accès à des activités sportives tout au long de l'année, c'est bien la question du tarif des forfaits de ski de cet hiver qui est au cœur des attentions en ce début de saison.

En adhérant à BLB Sports, et à condition d'atteindre les 200 demandes de forfaits saison, les membres de l'association pourront donc obtenir des tarifs privilégiés pour cet hiver. Soit, pour un forfait saison vallée de Méribel par exemple, un tarif de 762€ (au lieu de 1270€), ou de 441€ (au lieu de 735€) pour un forfait 3 jours sur 7.

L'adhésion est ouverte aux résidents permanents et secondaires bridois, aux travailleurs et socioprofessionnels bridois, ainsi qu'aux enfants de moins de 18 ans. Toutes les informations pratiques sont disponibles sur le site internet de la mairie. L'association espère désormais réunir au plus tôt les 200 demandes nécessaires... Avis aux amateurs de ski ! (E.R.)



EN+

MARDI 20.12
Dédicace de Michel Roche
Dedication by Michel Roche
Pour son livre « 12 jours »
Bibliothèque
De 16h30 à 18h

JEUDI 22.12
Tournoi de bubble foot
Bubble football tournament
Gratuit
Parc thermal
De 16h à 19h

Office de tourisme
Brides-les-Bains
+33 (0)4 79 55 20 64

A new association has just been created to offer residents and workers in Brides-les-Bains a solution to the problem of the cost of ski passes this winter. By joining BLB Sports, the members of the association will be able to obtain special rates for this winter.

ASSOCIATION BLB SPORTS

Adhésion 10€/an - 5€ pour les moins de 18 ans
RDV avec les documents nécessaires en mairie en semaine,
à l'office de tourisme le week-end.
Détails et infos sur le site : mairie-brideslesbains.fr

BONNEVAL®

EAU MINÉRALE NATURELLE DE SAVOIE

Vous êtes à la source



ski
COURCHEVEL
MÉRIBEL 2023
CHAMPIONNATS DU MONDE FIS SKI ALPIN

PARTENAIRE OFFICIEL





©Photos Sylvain Aymoz



MÉRIBEL

Des vacances "inuit"

Il semblerait que le Père Noël soit déjà passé à Méribel, et il amené dans sa hotte tout un tas de nouvelles animations qu'il a pris soin de déposer au village Inuit de Méribel Altiport : pile à temps pour les vacances !

Pas de doute, les Inuits de Méribel aiment faire la fête et s'amuser, puisque pendant les vacances, c'est dans leur village que tout va se passer ! Ils mettront la main à la pâte en organisant une ribambelle de jeux en tout genre : pêche mystère, snow golf, luge en folie... Mais ils feront aussi appel à des spécialistes pour encore plus de magie. On pourra ainsi admirer Nicolas, sculpteur sur glace, donner vie à des blocs gelés grâce à son talent d'artiste et les petits devront eux-mêmes libérer des cadeaux prisonniers des glaces lors d'une chasse au trésor givrée. Les enfants pourront devenir de vrais petits Inuits en herbe et repartir le sourire aux lèvres et le visage grimé de mille couleurs après la séance maquillage... ou bien viser dans le mille pour une séance de tir à l'arc avec les aventuriers de la tribu de Yatho' ! (S.R.)



LE PROGRAMME DES VACANCES AU VILLAGE INUIT

Lundis 19 & 26 et mercredis 21 & 28 décembre, de 13h30 à 16h30

Jeux Inuit - chocolat chaud et papillotes offerts les mercredis !
De 5 à 12 ans

Mardis 20 & 27 décembre, de 13h à 16h

Maquillage Inuit
De 3 à 12 ans

Jeudi 22 & vendredi 30 décembre, de 14h à 16h

Démonstration de sculpture sur glace et chasse au trésor givrée
De 3 à 12 ans

Vendredi 23 & jeudi 29 décembre, de 13h30 à 16h30

Tir à l'arc Inuit
De 5 à 12 ans

EN+

🇬🇧 **During the French school holidays, the Inuit village situated at the Altiport of Méribel proposes an avalanche of activities, for free : hot chocolate and sweets on Wednesday, make-up workshop on Tuesday, ice sculpting demonstration and frozen treasure hunt or archery on Thursday and Friday. The Inuit village is accessible via the chairlift Altiport or the cable car Saulire Express.**

📍 **À MÉRIBEL ALTIPOINT,**

Animations gratuites
Accès en ski uniquement via télésiège Altiport ou télécabine Saulire Express
www.meribel.net • +33 (0)4 79 07 40 31

MERCREDI 21.12

Déambulation : Les Jeannots

Wandering around : Les Jeannots
Accès libre / +33 (0)4 79 08 60 01
Méribel Mottaret front de neige
De 16h à 16h45 et de 17h15 à 18h

MERCREDI 21.12

Les films Lapied « Zorra et le Clan des Renards »

Lapied film « Zorra and the Fox Clan »
Adulte : 9€ / 5-14 ans : 5,5€
-5 ans : gratuit
+33 (0)4 79 08 60 01
Méribel Centre – Auditorium
De 16h à 17h15

Office de tourisme Méribel
+33 (0)4 79 08 60 01

PATINAGE
PIROUETTE CACAHUÈTE

Le lancement de saison se fait tout en beauté pour le club de patinage de Méribel avec l'organisation, ce jeudi 22 décembre, d'un magnifique gala.

Sport où la recherche de l'élégance et l'esthétique comptent tout autant que les aspects technique et athlétique, le patinage artistique est toujours un spectacle magique. Jeudi 22 décembre dès 20h, sur la patinoire olympique de Méribel sont rassemblés tous les membres du club de la station, le temps d'un gala enchanteur. Dans une ambiance conviviale et bon enfant avec buvette pour trinquer, chaque membre du club s'en donne à cœur joie. Leur objectif, épater les spectateurs qui viennent admirer les progrès réalisés tout au long de l'année. Un show varié et vivant, qui vaut le déplacement. (S.M.)

Thursday 22 December at 8pm, all the members of the skating club of Méribel gather at the Olympic ice rink of Méribel for an enchanting gala. Their objective is to impress the spectators who come to admire their progress made throughout the year.



©Sylvain Aymoz



GALA DE PATINAGE

À 20h • entrée 2€
Parc olympique
+33 (0)4 79 00 50 90



MÉRIBEL 2038

DE LA CONCERTATION À L'ACTION

Après l'inventaire des actions existantes et la consultation publique, le projet de développement durable Méribel 2038 prend une nouvelle dimension avec la mise en œuvre de son premier plan d'action. 100 actions seront menées d'ici 2025.

Porté par la commune des Allues, Méribel 2038 vise à mettre en œuvre la transition écologique sur le territoire avec le centenaire de la station comme horizon. La concertation publique et les réunions entre acteurs de la vallée ont porté leur fruit : comme prévu, le premier-né d'une série de plans d'action a vu le jour à l'automne. 100 actions devraient être menées à bien d'ici 2025 par les 12 contributeurs dont la mairie bien sûr, mais aussi les exploitants du domaine skiable, l'office de tourisme ou encore le Parc national de la Vanoise. « Le but n'était pas de mettre des actions en place uniquement au niveau de la mairie, mais d'impulser une dynamique de territoire collective afin d'aborder la transition dans sa globalité », explique Julie Molinier, coordinatrice technique du projet à la mairie.

QUATRE GRANDES THÉMATIQUES ONT ÉTÉ RETENUES :

- « Tous impliqués ! » pour la gouvernance et la sensibilisation,
- « Adopter un modèle sobre et décarboné » pour la réduction des émissions de gaz à effet de serre,
- « Préserver la biodiversité, les espaces naturels et les ressources »
- « Bien vivre aux Allues » pour l'aménagement et la vie du territoire

Parmi les 100 actions listées, il y a de tout : des chantiers d'envergure comme la rénovation énergétique des bâtiments communaux, des projets réalisables plus rapidement comme le passage de tout l'éclairage public en LED à réducteur de puissance et des projets découlant directement de la concertation publique comme la création de jardins partagés. Un appel à projet sera aussi lancé chaque année pour subventionner des projets citoyens : chacun peut être acteur de la transition. « Nous ferons un bilan annuel sur l'avancement du plan d'action. Beaucoup ont participé à la concertation publique et nous voulons rester transparents sur la démarche », conclut Julie. (S.R.)

The sustainable development project Méribel 2038 implements its first action plan. Not less than one hundred actions should be carried out by 2025 by the 12 contributors including the town hall, the operators of the ski area, the tourist office and the Vanoise National Park. Among the 100 actions selected : large-scale projects, projects that can be carried out more quickly, and projects arising directly from public consultation such as the creation of shared gardens.



DÉMARCHE MÉRIBEL 2038

Pour suivre l'avancement du projet :
www.mairiedesallues.fr/meribel-2038

RÉPARATION
Repairs

**VENTE
MATÉRIEL
ET ACCESSOIRES**
Equipment and
accessories

**SPÉCIALISTE
BOOTFITTING**

**MATÉRIEL DE
SKI DE RANDO**
Ski touring material

LOCATION DE SKIS
Skis rental

WWW.INTERSPORT-RENT.FR

RÉSERVATION EN LIGNE :
FLASHEZ CE QR CODE



FRONT DE NEIGE



CENTRE VILLAGE

**Olivier et ses équipes vous accueillent
tous les jours de 8h à 19h**

FRONT DE NEIGE
+33 (0)4 79 00 68 45
intersport-smb@orange.fr
www.intersport-rent.fr

CENTRE STATION
+33 (0)4 79 08 67 17
intersport.smb@orange.fr



©Matthieu Cellard

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

**PATRIMOINE
SUR LES CHEMINS
DE L'HISTOIRE**

Ce n'est pas sans raison que Saint-Martin mise sur son ambiance village, son patrimoine et l'intemporalité de ses traditions. Laissez-vous surprendre par le petit vent de culture qui souffle cet hiver...

Pour en percevoir toutes les facettes et enrichir votre séjour de quelques instants culturels, rendez-vous bien sûr au Musée de Saint-Martin ! Celui-ci se découvre librement ou avec un guide (visite hebdomadaire dès 6 ans), et évoque 150 ans d'histoire pastorale et montagnarde. Pour ceux qui aiment apprendre en marchant, partez à la découverte du circuit du patrimoine en 11 étapes, cheminant devant le lavoir, l'église, les ruelles, la fromagerie ou la chapelle. À déguster par petites tranches ou en intégralité, selon l'humeur.

Discover all the facets of the patrimony of Saint-Martin-de-Belleville and its surroundings at the museum situated in the heart of the village. The museum can be visited freely or with a guide. A circuit through the village with 11 stops has also been put in place.



Musée de Saint-Martin - Rue du Clocher
Ouvert du dimanche au vendredi
Entrée 5€ / réduit 4€ / gratuit - 16 ans

Circuit du patrimoine
Carte disponible à l'office de tourisme (ou téléchargeable sur le site de l'OT)



©David André

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

FÊTES DE NOËL
Tra-la-la itou !

Du 20 au 25 décembre, le village de Saint-Martin-de-Belleville se transforme en véritable petit écrin de magie à l'occasion de la semaine Noël au village. Avec quelques surprises sonores et visuelles à ne pas manquer !



Durant toute la semaine, basculez dans un monde féérique, avec des déambulations, de la musique traditionnelle avec des yodleuses et des clarines, des ateliers et bricolages de Noël, des spectacles exceptionnels comme celui des Fiers à Cheval, un bar éphémère du terroir et bien d'autres surprises. Autant d'animations imaginées pour vivre un Noël authentique au cœur de la montagne.

LES TEMPS FORTS

- **le 20** : spectacle musical La Montagne à des oreilles, de la Compagnie Vox Alpina, à 18h, à la salle des fêtes
- **le 21** : déambulation de cors des Alpes et les Clarines musicales, dès 15h, sur le front de neige et dans le centre village. Atelier bricolage de Noël dès 6 ans à la bibliothèque. Place au bar éphémère du terroir, de 17h30 à 20h, et à 18h au spectacle féérique Fiers à cheval de la Compagnie Quidams, où les personnages se transforment en chevaux fantastiques et lumineux...
- **le 22** : Magalie la Yodleuse enchante le village, tandis que les plus petits partiront à la chasse au trésor de Noël, et que les Barons Barrés proposeront prouesses circassiennes et saynètes sur le domaine skiable.
- **le 23** : chasse de trésor de Noël (inscription à la bibliothèque)
- **le 24** : concert des Frères Misters (jazz et variétés) suivi de la descente aux flambeaux et du show pyrotechnique
- **le 25** : calèche et fanfare de Noël dans le village (E.R.)

From 20 to 25 December, the village of Saint-Martin-de-Belleville will be transformed into a magical setting for Christmas : a fairytale world with traditional music, workshops, shows like Fiers à Cheval, an temporary bar and many other surprises.



NOËL AU VILLAGE
Programme détaillé
st-martin-belleville.com



MERCREDI 21.12 À 17H
Vie d'autrefois dans les Belleville
Life in the past in the Belleville
Animation jeune public
de 3 à 10 ans
Musée de Saint-Martin

**Office de tourisme
Saint-Martin-de-Belleville**
+33 (0)4 79 00 20 00

Casino des 3 Vallées
 OUVERT 7j/7

L'Héliantis RESTAURANT
 OUVERT 5J/7 DÈS 17H30

20H30 - 3H BLACK-JACK
11H - 3H MACHINES À SOUS ROULETTE ÉLECTRONIQUE
BRIDES-LES-BAINS

LES JEUX D'ARGENT ET DE HASARD PEUVENT ÊTRE DANGEREUX : PERTES D'ARGENT, CONFLITS FAMILIAUX, ADDICTION... RETROUVEZ NOS CONSEILS SUR JOUEURS-INFO-SERVICE.FR (09 74 75 13 13 - APPEL NON SURTAXÉ).

ACCÈS DE LA SALLE DES JEUX RÉSERVÉ AUX PERSONNES MAJEURES. 18



© Vincent Latzenberg - Cyril Cerveas

LES MENUIRES

Du nouveau sur les piste(ur)s

En cette nouvelle saison, la station des Menuires a décidé de rendre hommage aux ange-gardiens du domaine skiable au travers de nouvelles activités immersives.

PAS DIFFICILES À RECCO-NAÎTRE

On a tous déjà croisé un de ces skieurs à la veste noire marquée d'une croix jaune, qu'ils soient en train de mettre de la signalétique en place ou même de descendre une « barquette », ces fameuses civières sur ski. Mais ce que l'on ne voit quasiment jamais (du moins, on l'espère pour vous!), c'est les interventions sur une avalanche. En l'honneur du nouveau partenariat avec la marque RECCO, une technologie de localisation de victime ensevelie, la station propose trois « Safety After Ski » cette saison. Au programme, une mise en situation scénarisée à échelle réelle d'une avalanche et du secours réalisé de l'arrivée des pisteurs sur place à l'hélicoptage de la victime en passant par la recherche avec un chien d'avalanche. Les spectateurs pourront ensuite échanger et poser toutes leurs questions aux pisteurs, maître-chiens et dameurs du service des pistes présents sur place. De quoi se rendre compte de l'importance de ces métiers et de l'implication nécessaire, tout en apprenant plus sur la sécurité en montagne!

Les mardis 7/02, 14/03 et 18/04 sur la Croisette. Accès libre.

IL FAUT BIEN COMMENCER QUELQUE PART...

Inaugurée en fin de saison dernière, la Ski Patrol Experience reprend déjà du service. Dans ce parcours ludique de plus de 3000m², les pisteurs en herbe pourront découvrir les ficelles des métiers des pistes, en se prêtant au jeu d'une simulation d'hélicoptage ou même du damage dans une mini-dameuse électrique. Pédagogique et fun, les enfants ressortent de l'expérience avec la connaissance des bons comportements à adopter sur les pistes, et peut-être même une nouvelle vocation!

À Preyerand, de 7 à 14 ans, 39,90€/enfant pour 1h30 • Sessions du mardi au vendredi à 10h, 13h30 et 15h • Inscription sur place ou à l'office de tourisme

... Y COMPRIS SUR LES SKIS !

Eh oui, tous les pisteurs ont appris à skier un jour... et les premiers virages se font bien souvent sur les pistes vertes. Bonne nouvelle, une piste est désormais entièrement dédiée aux débutants pour apprendre en toute sécurité et sérénité! (S.R.)

UK In honour of the new partnership with the RECCO brand, a technology to locate avalanche victims, Les Menuires proposes three Safety After Ski sessions. On the programme, a simulation of an avalanche with the arrival of the members of the ski patrol, the search with avalanche dogs and the transportation of the victim by helicopter. The Ski Patrol Experience is also back for children with a fun game around a helicopter transport simulation and even electrically assisted mini-groomers.

lesmenuires.com
 +33 (0)4 79 00 73 00



SAMEDI 17.12 DE 11H30 À 15H
 Déambulation musicale "Lok'Adabra"
 Musical stroll "Lok'Adabra" La Croisette
 Et aux Bruyères à 16h30

MARDI 20.12 À 18H
 Découverte d'un alpage à la tombée de la nuit
 Discovery of a mountain pasture at nightfall
 Durée 1h15 / Inscription : chezpepenicolas.com

MERCREDI 21.12 À 13H30
 Flèches - Skimium Cup
 Flèches - Skimium Cup
 Sur inscription dans les magasins Skimium
 Stade des Combes / stade de slalom

MERCREDI 21.12 DE 17H30 À 19H
 Visite guidée : « Les Menuires en pleine lumière ! »
 Guided visit : « Les Menuires in full light! »
 Sur inscription à l'Office de tourisme - La Croisette

Office de tourisme Les Menuires
 +33 (0)4 79 00 73 00



CENTRE DE SECOURS DE MONTAGNE POMPIERS, BON ŒIL !

Le centre de secours fait peau neuve, avec des locaux agrandis et restructurés, et une nouvelle équipe à sa tête. Le lieutenant Romain Laplace, chef de centre, et son adjoint, l'adjudant-chef Jérôme Dameron, nous présentent les spécificités des pompiers dans la vallée des Belleville.

Présentez-nous votre territoire...

La vallée des Belleville, c'est 3500 habitants en intersaison, mais 70 000 en hiver ! Il faut donc une organisation bien adaptée et des renforts saisonniers : 80% de nos 1500 interventions annuelles sont réalisées en hiver par le centre de secours de montagne des Menuires (ouvert toute l'année) ou le poste avancé de Val Thorens (ouvert du 15/11 au 8/5).

Quelles sont les particularités ?

L'éloignement et l'altitude. Nous sommes à 35 km du centre de secours principal de Moûtiers (où est basée la grande échelle par exemple), à 1h15 de l'hôpital d'Albertville. Nous avons mis en place des partenariats locaux (mairie, service des pistes...) pour faire face à certaines situations rapidement. Nos schémas de garde sont aussi coordonnés avec les centres de Moûtiers et Courchevel.

Le centre de secours vient d'être rénové...

Les travaux débutés en 2021 ont permis de réhabiliter les niveaux inférieurs (garages, bureaux, créations de vestiaires femmes) et d'améliorer la partie logement, en créant un étage supplémentaire. En plus des chambres de garde, nous pouvons désormais loger sur place les 16 pompiers saisonniers en renfort chaque hiver.

Quelle place ont les pompiers volontaires ?

Les volontaires, ce sont des gens du cru, qui vivent entre Saint-Jean-de-Belleville et Val Thorens. L'hiver, ils sont souvent très occupés par leur métier principal en station... En intersaison, ils prennent des gardes, assurent les départs

ROMAIN



JÉRÔME



©Centre de secours de montagne des Menuires

en intervention, et permettent les roulements de personnel pour les recyclages et formations. Nous avons 25 volontaires, dont 5 recrutés depuis l'hiver dernier grâce à notre présence sur diverses manifestations locales. La base est solide, la dynamique est bonne, et les évolutions sont possibles. Tou(te)s les intéressé(e)s peuvent nous contacter ! (E.R.)

UK The fire station went through a makeover, with expanded and restructured premises, and a new team at its head encouraged by lieutenant Romain Laplace, head of the centre, and his deputy, chief warrant officer Jérôme Dameron. The rehabilitation started in 2021 with the lower levels (garages, offices, creation of women's changing rooms) and the creation of an additional floor. Besides the guard rooms, the fire station can now house the 16 extra seasonal firefighters on site in winter.

EN CHIFFRES

- 1500 interventions par an
- 16 professionnels
- 25 volontaires (dont 5 femmes)
- 16 renforts saisonniers

**POUR DEVENIR SAPEUR-POMPIER
VOLONTAIRE DANS LES BELLEVILLE**

rlaplace@sdis73.fr
+33 (0)6 73 39 47 78

CRAZY AFTER SKI FOLIE EN LIBRE DISTRIBUTION !

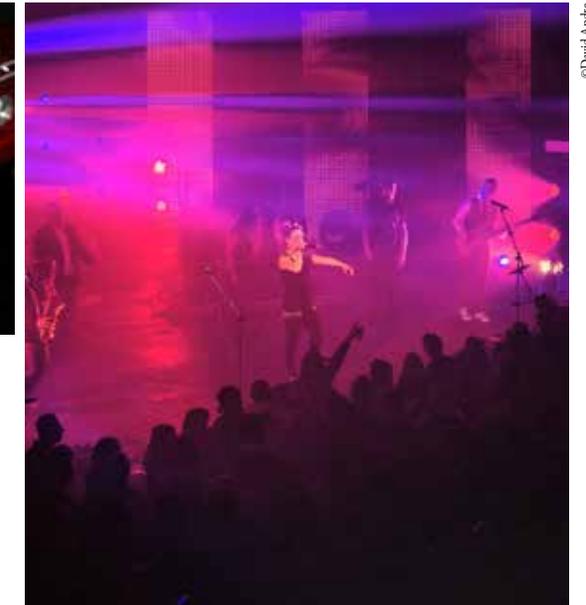


On retrouve ce concept qui a cartonné aux Menuires les années précédentes : les Crazy after ski ! Rendez-vous sur le front de neige de la Croisette tous les mardis en fin de journée pour profiter d'animations toutes plus fun les unes que les autres.

On dit que la folie est contagieuse... Voici une phrase que la station des Menuires a décidé de mettre en pratique pour nous réunir. On se retrouve tous les mardis de 17h à 19h pour prolonger le plaisir tous ensemble. Et ce 20 décembre, place à la musique avec le concert du groupe Revolver Light, dans une ambiance pop rock électro : les 4 musiciens nous font chanter et danser sur des reprises anglo-françaises.

Pour les plus agiles d'entre nous, deux animations sont également proposées : tables de ping-pong originales pour se mesurer et un lancer de haches qui fait autant appel à la force qu'à la précision (à partir de 7 ans). On l'aura compris, l'important n'est pas de gagner mais de pousser la curiosité jusqu'au front de neige, pour vivre un moment bon enfant et à destination de tous les publics. Let's go ! (C.B.)

UK The Crazy after ski is back this winter season ! Every Tuesday from 5pm to 7pm, we meet on the snow front La Croisette to enjoy fun activities. On 20 December : concert with the group Revolver Light, and a table tennis and axe throwing contest.



©David André

Carrefour
montagne

**PAIN CUIT
SUR PLACE
TOUTE LA
JOURNÉE**

**Aux Menuires,
je vais chez
Carrefour
Montagne,
le magasin
qui facilite les
courses !**

**NOUVEAU
DRIVE GRATUIT
Commande en ligne
et retrait sur place**

[carrefourlesmenuires.fr](https://www.carrefourlesmenuires.fr)
À BIENTÔT !

OUVERT TOUTE L'ANNÉE
Entrée des Menuires
Station Service Total - Quartier Preyerand
+33 (0)4 79 55 31 08 - drive@carrefourlesmenuires.fr
**ARRÊT NAVETTE GRATUITE
DEVANT LE MAGASIN**



ATTENTION! JOUR BLANC

spa-sport-fun.com

SOGEVAB

CENTRE SPORTIF

Les Menuires
La Croisette

+33 (0)4 79 01 08 83

ESPACE AQUALUDIQUE & WELLNESS

Les Menuires - Les Bruyères

+33 (0)4 79 00 69 98

VAL THORENS

NOUVEAUX ESPACES LUDIQUES

Objectif lune !

Val Thorens, c'est si haut qu'on se croirait presque sur la lune... Et avec les nouveaux espaces ludiques et jeux sur le thème de l'espace, l'expérience s'annonce encore plus cosmique !



©OTVal Thorens

La VT Fun Ride et le VT Family Park deviennent la Piste de l'espace et l'Expérience spatiale. Trous noirs... euh, tunnels à traverser, slaloms, obstacles cosmiques à éviter et whoops à en faire décoller plus d'un : nombreux sont les défis pour réussir les missions spatiales dignes de la NASA. Heureusement, Valthy, la marmotte mascotte, s'est trouvée de nouveaux amis (Abby, Chamy et Foxy) qui viendront en aide aux cosmo-skieurs dans leur périple.

Une fois redescendus, la nouvelle zone pique-nique au pied des pistes ludiques avec petits chalets, tables, poufs et transats promet un repas étoilé. Pour rester avec Valthy et ses amis, des jeux de piste à ski et dans la station, des carnets de jeux et autres goodies collectors sont à découvrir à l'office de tourisme. (S.R.)

 The Val Thorens Fun Ride and Family Park propose different space themed games and fun zones with tunnels, slaloms and obstacles, and a whole new picnic zone at the foot of the slopes composed of small chalets, tables and deckchairs for a relaxing break !



 **À VAL THORENS**

Espace junior
www.valthorens.com
+33 (0)4 79 00 08 08

21
DEC.**VAL THORENS****UN DEMI-SIÈCLE
PLEIN DE MAGIE**

Dernier né de la station, le vaste toit-terrasse du Board sera le théâtre des célébrations du cinquantenaire de la station le 21 décembre prochain... et ça va être show !

Pour commencer la soirée, des déambulations féériques d'artistes envahiront la rue du Soleil et la place du Slalom pour emmener les curieux tout droit vers le Board, cœur des festivités. C'est perché sur son toit que le show va ensuite commencer. La vaste terrasse s'éclairera de mille feux pour un spectacle son et lumière retraçant l'épopée de la station, de sa genèse à aujourd'hui. Pour clôturer la soirée en beauté, un spectacle pyrotechnique illuminera le ciel de Val Tho : étoiles dans les yeux garanties... (S.R.)

On 21 December as from 6pm, Val Thorens celebrates its 50th anniversary with an amazing sound and light show on the rooftop of Le Board followed by a breathtaking fireworks show !

50 ANS DE VAL THORENS

Le 21/12 à partir de 18h
Sur le rooftop du Board (accès place Caron)
Gratuit - places limitées

En édition limitée !

Pour son 50^e anniversaire, Val Thorens marque le coup en proposant deux modèles collector à ses plus grands fans.

©OT Val Thorens

**LES SKIS SALOMON**

L'esprit de Val Thorens et le savoir-faire de Salomon se retrouvent dans cette magnifique paire de skis, typée all-mountain. Côté design, le bleu fluo contraste avec la neige, tandis que les lignes des Aiguilles de Pécelet se révèlent en chaussant les deux skis.

Stance 84

200 exemplaires (vente uniquement à Val Thorens)

3 tailles : 161 / 169 / 177 cm

Tarif ski nu 600€ / fixation 240€

LA MONTRE ALPINA

Partenaires de longue date, Val Thorens et l'horloger suisse Alpina ont conçu un modèle collector Startimer en édition très limitée. Prestigieux, unique et emblématique, côté pile comme côté face.

Modèle Startimer Pilot Automatic
100 exemplaires • Tarif 1275€

For its 50th anniversary, Val Thorens is marking the occasion by offering two collector's models to its biggest fans : 200 all-mountain Salomon skis Stance 84 (€600 without bindings), and 100 Swiss Alpina watches Startimer Pilot Automatic (€1275).

50 ANS DE VAL THORENS

+33 (0)4 79 00 08 08
www.valthorens.com

©OT Val Thorens

VAL THORENS**COURT-CIRCUIT**

Si l'envie d'apprendre les bonnes bases en termes de conduite vous trotte dans la tête, l'école Ice Driving Val Thorens est toute indiquée !

Perché à 2300 mètres d'altitude, le circuit de glace Alain Prost n'attend que les aficionados de sensations, mais aussi et surtout de maîtrise de la conduite sur glace. Pour débiter cet apprentissage, Olivier et son équipe proposent de piloter une Suzuki Swift Sport : « Une petite voiture sportive hybride traction avant, parfaite pour débiter et apprendre les bons réflexes pour la conduite au quotidien », nous explique-t-il. Assis au volant de ce petit bolide, accompagné d'un pilote aguerri, c'est parti pour quelques tours de circuit où sensations et apprentissage joueront de concert. (S.M.)

Perched at an altitude of 2300 metres, the Alain Prost ice circuit is accessible to all enthusiasts. Olivier and his team members of the Ice Driving school in Val Thorens propose driving on ice sessions behind the wheel of a Suzuki Swift Sport.

**ICE DRIVING VAL THORENS**Circuit Alain Prost, parking P3
+33 (0)6 74 78 25 13

Ouvert tous les jours

contact@icedrivingvalthorens.com

SUZUKI

ICE DRIVING VAL THORENS
The highest altitude circuit in Europe

★ **LOISIRS ET ÉCOLE DE PILOTAGE**

KARTING

FORMATION PROFESSIONNELLE MAÎTRISE & SÉCURITÉ

ANDROS CAR

EVENT ENTREPRISES

SSV

+33 (0) 674 782 513
contact@icedrivingvalthorens.com

📍 @IVALTHO

VOTRE PARTENAIRE SUZUKI SAVOIE MOTORS PRÉSENT À :

- 📍 Annemasse
- 📍 Annecy
- 📍 Chambéry
- 📍 Albertville

Consommations mixtes Suzuki Swift Sport (WLTP) : 5,6 l/100 km. Émissions CO₂ cycle mixte (WLTP) : 125 g/km. *Le circuit le plus haut d'Europe.



Bonnet JANN
40 €



Moufle blanche RACER
119,95 €



Shoes ASTANA NOIR
189 €

Blouson modèle KORRUM
249 €
Pantalon IRIMO
149 €
Sous-couche ROGOW 52
79 €

VAL THORENS - RUE CARON
OUVERT DE 10H À 13H ET DE 15H30 À 19H
+33 (0)6 59 89 40 96

MÉTIER
RENCONTRE



Un barbier tout sauf rasoir !

MATTHIEU GARCIA

Il n'est pas le Barbier de Belleville, chanté par Serge Reggiani, mais depuis cet hiver celui de Val Thorens... Cet Aveyronnais de 28 ans exerce un métier atypique, qui a failli disparaître. Barbier et coiffeur pour hommes, ça ne se trouve pas à tous les coins de piste ! Attention, rencontre au poil...

Comment es-tu devenu barbier et coiffeur pour homme ?

J'ai eu une révélation pendant mon stage de 3^e. La valorisation du client, le côté bien-être, ça m'a tout de suite attiré. J'ai passé un CAP puis un BP coiffure mixte à Millau avant de travailler. En 2014, j'ai rejoint le salon de Gilles Ayrat, coiffeur et barbier depuis près de 40 ans. Il m'a transmis son savoir-faire, réappris toutes les techniques de coupe, car il n'existe plus de formation particulière pour ces techniques masculines.

En quoi ce métier est-il spécifique ?

Barbier, c'est un très vieux métier qui a failli disparaître dans les années 1950 avec l'avènement des rasoirs Gillette. Le plus difficile, c'est le rasage, qui demande précision et souplesse dans le poignet. Pour la coiffure, c'est assez technique. Je travaille beaucoup avec le ciseau droit. La tondeuse ne s'utilise qu'à main levée.

Qu'aimes-tu dans cette approche masculine ?

En général, les hommes savent exactement ce qu'ils veulent, et il y a plus de finitions sur une coupe homme. J'aime partir d'une coupe assez classique qu'ensuite on adapte. Le coiffage apporte le côté mode. Ce qui compte, c'est que la coupe reste impeccable dans la durée.

Pourquoi ouvrir un salon, ici, à Val Thorens ?

J'ai besoin de nouveaux projets pour avancer. Et il y a ici une bonne bande d'Aveyronnais ! Avec Gilles, on a pu s'associer sur ce projet et le concrétiser l'an passé. L'hiver, je suis à Val Thorens, et l'été, je retournerai travailler avec lui à Rodez.

As-tu des tendances ou conseils à partager ?

Les coiffures avec plein de motifs, ce n'est pas forcément mon délire ! Cet été, on a vu le retour de la coupe mulet et de la moustache, qu'on peut travailler à toutes les sauces. Petit conseil : en altitude, c'est important de brosser sa barbe dans le sens du poil tous les jours et de la huiler régulièrement, car elle devient vite très sèche, rêche et s'emmêle plus rapidement. (E.R.)

Barber and hairdresser Matthieu Garcia, 28 years old, from Aveyron, joined Gilles Ayrat's salon in 2014, a hairdressing professional and barber for almost 40 years. Gilles Ayrat passed on his know-how and learned him all the cutting techniques. Together, they opened a barber shop in Val Thorens.

EN+

LUNDI 19.12 À 20H30

Concert d'hiver :
"The crooner story"

Winter concert : "The crooner story"
Entrée libre - Tout public
Église - Salle polyculturelle

Office de tourisme
Val Thorens

+33 (0)4 79 00 08 08



BOIS & SCIE

LES ARTISANS QUI ENVOIENT DU BOIS !

Dans leur atelier, Marie Sofys et Matthieu Bois planchent sur toutes sortes de créations sur-mesure. À la croisée entre menuiserie, ébénisterie et personnalisation, il n'y a qu'une condition : que ce soit du bois. Nous avons visité l'atelier à quelques mètres des locaux Infosnews, où Mathieu a d'ailleurs officié en tant que commercial il y a quelques années... Le hasard est bien fait !

Comment est né Bois&Scie ?

Matthieu : Même si mon nom de famille m'y prédestinait, je n'aurais jamais pensé faire du bois mon métier ! J'ai commencé à réaliser des petites créas et cela s'est su. Je travaillais à l'office de tourisme de Pralognan à l'époque, et on m'a demandé de réaliser les trophées pour la Coupe du monde de télémark : c'est ainsi que Bois&Scie a vu le jour, en 2018 ! Nous sommes à l'atelier pendant les intersaisons, l'été et l'hiver nous travaillons tous les deux à Courchevel Adventure.

Vous travaillez maintenant à 4 mains : qui fait quoi ?

Marie : J'aime beaucoup tout ce qui est déco, je montrais souvent à Matthieu des idées de choses à réaliser... jusqu'à ce qu'il me propose de les faire moi-même, et j'ai tout de suite accroché ! Depuis, j'ai appris les différentes techniques et nous pouvons tous deux nous servir de toutes les machines. J'aime particulièrement tout ce qui est création, graphisme, dessin...

Matthieu : C'est souvent comme ça : Marie a plein d'idées créatives pour répondre aux besoins des clients, et moi je me creuse la tête pour qu'elles soient réalisables techniquement. On est très complémentaires et c'est stimulant d'être à deux pour imaginer de nouvelles créations.



Mais alors, qu'est-ce que vous faites concrètement ?

Marie : On travaille beaucoup avec les hôteliers et les restaurateurs, comme les Airelles à Courchevel, pour réaliser des petits objets comme des ronds de serviette, des plateaux de présentation, et même des pics à fondue entièrement en bois ! On fait aussi de la déco et de la signalétique, et toujours des trophées, notre cœur de métier. Vous verrez d'ailleurs nos créations sur les podiums des Championnats du monde de ski alpin en février prochain...

Matthieu : Un client nous a un jour dit : « Vous faites tout ce que le menuisier ne fait pas. » C'est resté, car cela résume parfaitement notre activité. Nous faisons plein de petits objets fonctionnels, de la déco, des panneaux... On travaille sur-mesure, on ne fait pas de gros volume ni de meubles. D'ailleurs, même des menuisiers nous passent commande !

Qu'est-ce qui vous plaît le plus ?

Matthieu : On ne se met pas vraiment de limites. J'adore avoir de nouveaux challenges ! Même si créer la pièce parfaite avec un cahier des charges très précis peut prendre du temps, c'est super satisfaisant de répondre à des besoins ou des envies spécifiques et de repousser les limites de ce qu'on pensait pouvoir faire. Nos clients sont souvent à deux pas, on tient aussi beaucoup à cette relation de proximité.

Marie : On allie techniques traditionnelles et technologie de précision comme le laser, bois (local ou français !) brut et design moderne. Cela ouvre le champ des possibles pour créer des designs uniques. Chaque demande est différente, on ne s'ennuie pas. (S.R.)



ON ALLIE TECHNIQUES TRADITIONNELLES ET TECHNOLOGIE DE PRÉCISION

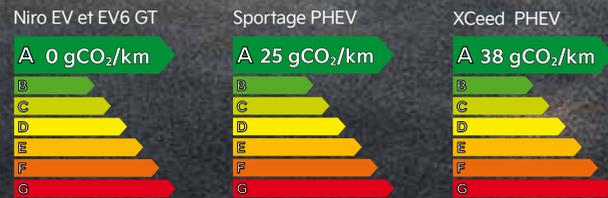
 Marie Sofys and Matthieu Bois work on all sorts of custom-made creations made of wood. Located in Montagny, Bois&Scie saw the light in 2018. Marie and Matthieu work in their workshop during the off-seasons, in summer and winter they both work for Courchevel Adventure. They collaborate with hotels and restaurants, and propose small objects such as napkin rings, presentation trays, and even fondue picks made entirely of wood, but trophies remain their core business, like the trophies for the Alpine World Ski Championships next February.



www.boisetscie.com

Gamme Kia électrifiée.

Commandez avant le 31 décembre et profitez du Bonus Écologique jusqu'à 6 000 €⁽²⁾.



Delta Savoie
 KIA CHAMBERY LA RAVOIRE
 22 Rue Pierre et Marie Curie,
 73490 La Ravoire
 Tél. : 04 79 72 94 08 | www.deltasavoie.fr/kia
 KIA ALBERTVILLE
 63 rue Aristide Berges,
 73200 Albertville
 Tél. : 04 79 10 03 37 | www.deltasavoie.fr/kia

Consommations mixtes du Nouveau Kia Niro EV 100% électrique : 16,2 kWh/100 km ; du Nouveau Kia Sportage Hybride Rechargeable : de 1,1 L/100 km ; du Nouveau Xceed Hybride Rechargeable : de 1,4 à 1,7 L/100 km ; de Kia EV6 GT : de 16,5 à 20,6 kWh/100 km.

*Garantie 7 ans ou 150 000 km (1^{er} 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 et Gibraltar sous réserve du respect du plan d'entretien défini par le constructeur et présenté dans le manuel utilisateur. (1) Movement that inspires = Du mouvement vient l'inspiration. (2) Conditions d'éligibilité au Bonus Écologique sur service-public.fr. Modèles présentés : versions spécifiques. Voir Kia.fr



Pensez à covoiturer #SeDéplacerMoinsPolluer

MOÛTIERS

EN T(ART)ENTAISE...



À Moûtiers, la galerie du centre culturel Marius-Hudry ne cesse de nous surprendre, avec ses expositions mensuelles toujours plus bluffantes. Entre photographie, peinture, sculpture ou encore art du vitrail, les prochains mois s'annoncent créatifs !

Au centre culturel Marius-Hudry, l'objectif est de mettre en avant les travaux réalisés par des artistes en lien avec la Tarentaise. Ce mois-ci, c'est l'artiste Olga Vladi Celegato, installée à Courchevel, qui partage son travail. D'origine finlandaise, Olga utilise ses photographies pour montrer le monde différemment, et faire comprendre qu'il existe des choses extraordinaires, même à travers les banalités du quotidien. Son exposition est visible jusqu'au 1^{er} janvier prochain (M.C.)

UK In Moutiers, the gallery of the cultural centre never ceases to surprise us. This month, the artist Olga Vladi Celegato, who is visiting Courchevel, is honoured to share her work with us. Originally from Finland, Olga uses her photographs to show the world in a different way.

LES EXPOSITIONS 2023

- Janvier** : Nicolas Eudes, vitrailliste
- Février** : Raphaëlle Alessio, peintre
- Mars** : Aurélie Martino, peintre
- Avril** : Salim Bouguel, peintre
- Mai** : Melchior Ravier, plasticien
- Juin** : Serge Bouvier, peintre

EXPOSITIONS AU CENTRE CULTUREL
 Moûtiers • Place Saint-Pierre
 Rez-de-chaussée • Gratuit
 Du lundi au samedi, de 9h-12h et 14h-18h
 +33 (0)4 79 24 04 23
 www.ccmh-moutiers.com

MANNES
 L'Atelier Spécialiste
 Marques Allemandes

**MERCEDES • BMW • VOLKSWAGEN
 AUDI • PORSCHE • MINI...**

Mécanique & Diagnostic
 Carrosserie & Pare-Brise
 Accessoires : Jantes, Attelage

GARANTIE CONSTRUCTEUR PRESERVÉE

GARAGE///L'ATELIER DES CIMES
 MOÛTIERS - Z.I. DES SALINES
 172 rue des Érables - 73600 Moûtiers
 +33 (0)4 79 55 00 82
 moutiers@mannes.fr
 @latelierdescimes73
 @latelier.des.cimes
 www.latelier-des-cimes.fr



LES 3 VALLEES
 COURCHEVEL
 BRIDES-LES-BAINS
 MÉRIBEL
 BELLEVILLE - MENUIRES/ST MARTIN
 BELLEVILLE - VAL THORENS
 MOÛTIERS / BOZEL ...
 GUIDE GOURMAND
 À GRIGNOTER

Ode au spectacle vivant

En cette période de Noël, vous avez envie de chanter, rêver et rire aux éclats ? En plus des différentes activités proposées à Moûtiers, vous pourrez assister à trois spectacles différents, prévus exclusivement pour vous !

Le dimanche 18 décembre, dès 16h, c'est la Chorale Mabelvoy qui ouvrira le bal des spectacles de Noël, à la salle Maurice Calloc'h. Au total, 11 titres vous seront interprétés par les quelque 70 choristes et leur orchestre de 5 musiciens présents sur scène. Le groupe vous a d'ailleurs préparé quelques petits sketches, pour introduire leurs différentes chansons. Entre variété française, chants de Noël et musiques intemporelles connues de tous, la soirée promet d'être mouvementée.

Pour le second spectacle de Noël, c'est à la salle des fêtes que ça se passe. Ce mercredi 21 décembre, dès 16h, vous y retrouverez un spectacle d'exception, proposé par Sylvain Gerard, qui ne manquera d'ailleurs pas de faire participer son public, car comme on dit, plus on est de fous, plus on rit ! Bien qu'il soit spécialisé dans la comédie et la magie, Sylvain est avant tout un artiste aux multiples talents. Entre magie, ventriloquie et sculpture sur ballons, préparez-vous à vivre un spectacle unique en son genre.

Pour finir, mercredi 28 décembre, à 16h, vous retrouverez à la salle des fêtes le spectacle « Les Clowns Tic et Froc frappent encore », à partager en famille et sans modération ! Les deux comédiens sur scène feront rêver les petits comme les grands. À la fois magiciens, acrobates, jongleurs, mentalistes ou encore avaleurs de sabre, ils ont plus d'un tour dans leur sac, prévus pour faire vibrer leur public 1 heure durant. Alliant jeux de scènes et numéros intemporels, ils vous transporteront dans leur univers si particulier.

Un programme des plus complets, prévu spécialement pour vous permettre de profiter de cette période de Noël, seul ou en famille ! (M.C.)

UK In addition to the various activities offered in Moûtiers, you can attend three different shows on the occasion of the end of the year festivities. The choir Chorale Mabelvoy on 18 December at 4pm, magician and comedian Sylvain Gerard on 21 December at 4pm, and the show "Les Clowns Tic et Froc frappent encore" for the entire family on Wednesday 28 December at 4pm.



©Chorale Mabelvoy - Sylvain Gérard

EN+

**SAMEDI 17.12
DE 14H À 17H**

Balades en calèche et atelier maquillage pour les enfants

Carriage rides and make-up workshop for children

Animation proposée par la FAEM
Place Saint Pierre - Moûtiers

JEUDI 22.12 À 18H15

Découvrir Moûtiers à travers ses quartiers historiques

Discover Moûtiers through its historic districts

1^{er} étage du centre culturel
Renseignements : +33 (0)4 79 24 04 23

**Office de tourisme
Cœur de Tarentaise Tourisme**
+33 (0)4 79 04 29 05

Guide Gourmand
LES BONNES TABLES DES 3 VALLÉES

Au Pain d'Antan



◆ Pour commander :
+33 (0)4 79 08 23 07

à proximité de chez vous, sur tous les niveaux de Courchevel, à la Tania et Méribel Village

SPECTACLES DE FIN D'ANNÉE

Les 18/12 • 21/12 • 28/12

Infos : Cœur de Tarentaise Tourisme
+33 (0)4 79 04 29 05

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 !

🇬🇧 Once we open the door, we enter in a warm and authentic universe. Here, the chef proposes homemade dishes prepared with local products and tasty meat grilled in the central fire place.

♥ Ardoise de charcuterie

✔ La pause ski idéale au cœur d'un village historique et au pied de la nouvelle piste de l'Eclipse

Ouvert du mardi au dimanche le soir
Courchevel le Praz • 116 rue de la Chapelle
+33 (0)4 79 06 96 32



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

✔ L'ambiance authentique et chaleureuse

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.

🇬🇧 In the authentic and convivial establishment La Chapelle 1550 we feel at home, comfortably installed near the fireplace or on the sunny terrace savouring delicious Savoyard specialities.

104 rue des Rois
Ouvert 7j/7 midi et soir
+33 (0)4 79 55 46 48
lachapelle1550.fr



♥ Pains bios, pains, pâtisseries, sandwichs gourmands, nouvelles recettes de pizzas

✔ Idéal pour une pause rapide entre 2 pistes

COURCHEVEL MORIOND Bistrot Manali

Offrez-vous un déjeuner ou dîner avec vue ! Bistrot Manali, le restaurant de l'hôtel Manali Lodge, reçoit skieurs et piétons en quête d'une pause épicurienne sur le front de neige de Courchevel Moriond. Avec sa grande terrasse ensoleillée, il offre un panorama majestueux sur la Saulire et Courchevel 1850. Dans les assiettes, gourmandes et généreuses, on retrouve des recettes traditionnelles sublimement revues et modernisées par le talentueux chef Antony Trezy, pour le grand plaisir de nos papilles. Pour le dîner, profitez d'une ambiance intimiste et chaleureuse grâce au doux crépitement des flammes et au ballet des dameuses sur les pistes extérieures.

♥ La pièce de boeuf du boucher (200g.), frites, salade verte, sauce béarnaise

✔ Accès ski aux pieds et piétons !



🇬🇧 Bistrot Manali, the restaurant of the hotel Manali Lodge, welcomes skiers and pedestrians in search of a culinary break on the snowy slopes of Courchevel Moriond. With its large sunny terrace, it offers a majestic panorama on La Saulire and Courchevel 1850, and traditional dishes revisited by the talented chef Antony Trezy.

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

COURCHEVEL MORIOND Gaïa



Découvrez Gaïa, un lieu unique pour vos soirées à Courchevel, où le menu comme l'ambiance proposent un accord succulent entre Asie et haute montagne. Régalez-vous avec les multiples sushis fait maison, le délicieux tataki de thon ou encore les bao bun. Sur place ou à emporter !

♥ Les gyozas, bao bun ou sushi prestige !

✔ L'ambiance à la fois feutrée, intimiste et... festive !

Ouvert tous les jours de 19h à 3h
+33 (0)4 79 23 19 42
gaia@manali-lodge.com
Manali Lodge
234 Rue de la Rosière
gaia-courchevel.com

COURCHEVEL La Cabane des Skieurs



Au pied du téléphérique de la Saulire, La Cabane des skieurs attend les gourmands ! Au menu, une belle gamme d'encas allant des sandwichs les plus simples aux plus haut de gamme comme le Lobster Roll's, le tout à des prix attractifs.

🇬🇧 Situated at the foot of the cable car Saulire, La Cabane des Skieurs proposes a nice range of snacks from traditional sandwichs to more upscale sandwichs prepared with noble products like the Lobster Roll's, all at an attractive price.

♥ Crêpes, gaufres, cheesecake, diverses tartes et donuts maison

✔ La terrasse au départ du Family Park

Au sommet de la ☺ des Verdon, au pied du téléphérique de la Saulire et de la ☺ Vizelle



Mille-feuille aux fruits rouges et sa soupe de fraises



La Chapelle 1550

COUP DE FOURCHETTE
COURCHEVEL VILLAGE

Bien plus qu'une bonne adresse, c'est le repère d'un couple passionné, Thierry et Zed qui apportent âme et amour à leur cuisine. Le restaurant La Chapelle 1550, c'est plus qu'un repas, c'est une histoire, un réconfort et surtout le témoin du Courchevel d'autrefois.



Omelette norvégienne glace vanille, cassis



Fondue œuf cocotte à la truffe

UN SUCCÈS COMMUNICATIF

Lorsqu'on pénètre dans ce restaurant typique, on se sent tout de suite comme à la maison. Les lumières tamisées et le poêle à bois nous réchauffent déjà, mais c'est surtout la générosité de nos hôtes qui finit de séduire. Ici c'est l'effervescence, les rires se mêlent aux pas actifs de Zed qui ne cesse de voler de table en table pour servir son sourire et les plats faits maison de Thierry. On entend des « Comme d'habitude » ou « À demain », prouvant que le restaurant connaît un succès quotidien depuis cinq ans et que les habitués sont nombreux. On se régale des anecdotes de Thierry qui raconte le Courchevel d'autrefois, et de la bienveillance de Zed. On l'a compris, ici tous les publics sont conquis : ouvriers, touristes, locaux, à tel point que l'on s'étonne quand ils ferment les portes le dimanche soir pour se reposer un peu...

DES NOUVEAUTÉS DONT ON FAIT TOUT UN PLAT

Nous ne nous lassons jamais de découvrir les plats originaux de Thierry, mais cette fois-ci la créativité est poussée à son paroxysme. Il nous présente avec un sourire malicieux une entrée nommée « Une fondue œuf cocotte à la truffe d'été ». L'œuf est chauffé sur place par une flamme à la manière d'une fondue savoyarde. Il fond en 4 minutes pour se mélanger à la crème et à la truffe. C'est inédit, participatif et évolutif. Pour la suite, on craque en moins de 4 minutes pour les ravioles à la truffe d'été et aux cèpes où « même la fleur décorative se déguste », nous dit Thierry.

Que dire des desserts qui voleraient presque la vedette aux plats précédents. On déclare en effet notre flamme à l'omelette norvégienne et sa glace vanille/cassis faite maison. Le mille-feuille aux fruits rouges et sa soupe de fraise sont un délice visuel et gustatif. Voici une véritable pause hors du temps d'où l'on ressort reboosté ! Et tout comme Thierry nous conte l'époque du saut à skis des années 1970, on parie que dans 40 ans, on évoquera la belle époque du restaurant La Chapelle 1550 ! (C.B)

 The restaurant La Chapelle 1550 situated in Courchevel Village is managed by a passionate couple, Thierry and Zed. When you enter this typical restaurant, you immediately feel at home. The subdued lights and the wood stove already warm us up, but it is above all the generosity of our hosts that seduces us. Here, we love Zed's friendly service and Thierry's homemade dishes like ravioli with summer truffles and ceps, and for dessert a Norwegian omelette with homemade vanilla/cassis ice cream.



Ravioles à la truffe et aux cèpes

◆ À Courchevel Village - 104 rue des Rois
+33 (0)4 79 55 46 48
www.lachapelle1550.fr

♥ La Chapelloise, spécialité de la maison
✔ Ouvert en continu en période de vacances scolaires

COURCHEVEL Bar The Seven Kings



District of Fahrenheit Seven

THE SEVEN KINGS

Courchevel 1650

Bar festif par excellence, il est le nouveau lieu de la Maison °Fahrenheit Seven. Ici, on nous plonge dans l'ambiance vibrante des pubs, avec une sélection affûtée de bières et gins, servis dans un décor cuir et bois so vintage.

♥ Retransmissions sportives et live music toutes les fins de semaine pour l'après-ski

« barber corner » en collaboration avec le Mamen's Barber Shop.

Rue du Marquis - Courchevel Moriond
couch@sevenkingsbar.com

COURCHEVEL MORIOND

°Fahrenheit Seven

La Rôtisserie



Directement sur le front de neige de Courchevel 1650, la Rôtisserie offre une cuisine conviviale aux inspirations du Sud et italiennes, avec toujours les incontournables best-sellers du °Fahrenheit Seven: Tigre qui Pleure, Tartare de thon...

Front de neige de Courchevel Moriond
+33 (0)4 86 15 44 44

MÉRIBEL

Lilie

Lilie est un bistrot de famille au concept mêlant restaurant, bar et boutique traiteur dans une atmosphère cosy et chaleureuse. Côté bar, c'est dégustation de vins au verre, cocktails et petites bouchées. Côté restaurant, on a le choix entre coin cheminée ou terrasse ensoleillée pour déguster une cuisine française des plus soignée!

♥ Service traiteur & caviste

✓ Boutique déco by Muriel Gacon-Lecomte



🇬🇧 Lilie is a family bistro with an unusual concept. Restaurant, bar and catering shop: wines by the glass, cocktails, small bites, or traditional French cuisine on the sunny terrace or near the fireplace.

Rond-Point des Pistes,
Route du Belvédère
www.lilie-meribel.com • +33 (0)4 79 00 31 29



MÉRIBEL Le Refuge

Avec un titre de maître restaurateur et des fromages sélectionnés chez un affineur, le ton est donné: ici on mange frais et local! Côté spécialités, la fondue est à l'honneur: 3 fromages, suisse, au chèvre, aux cèpes... À la carte également, des pizzas savoureuses et quelques entrées et plats originaux à découvrir absolument!

🇬🇧 Le Refuge proposes Savoyard specialties, tasty pizzas and traditional starters and main courses prepared with fresh and local products.

♥ La boule raclette,
Le crozitto au butternut et Saint-Jacques,
Le feuilleté de ris de veau et pleurotes

Méribel Centre
+33 (0)4 79 08 61 97



MÉRIBEL Le CroMagnon

Le CroMagnon est l'endroit rêvé pour savourer fondues, viandes d'exception ou spécialités savoyardes. Une cuisine à base de produits locaux et agrémentée de quelques petits secrets gourmands! Vous passerez ici des moments mémorables, accueillis par Mathieu et Iuliana.

🇬🇧 Le CroMagnon is the perfect place to savour French and Savoyard specialties prepared with local products. You will spend an unforgettable moment in the presence of Mathieu and Iuliana.

♥ Le filet de bœuf
✓ La salle cosy

1928, Route du Plateau
Immeuble les Merisiers - Méribel
+33 (0)4 79 00 57 38 • mathieu91078@outlook.fr

MÉRIBEL Le Clos Bernard



En plein cœur de la forêt, venez tomber sous le charme d'une cuisine traditionnelle et gourmande, avec des produits de notre région, dans un lieu unique. Nouveauté le soir, dîner féérique, live-musique et surprises culinaires à découvrir.

🇬🇧 In the heart of the forest, come and enjoy traditional dishes prepared with products from our region, in a unique place. When the night falls, Le Clos Bernard proposes a more festive atmosphere.

♥ Soirée d'ambiance unique à Méribel

✓ Les grillades à la cheminée



Accès ski ☺ Loze Express
Accès piétons et calèche: route de l'Altiport
+33 (0)4 79 00 00 07 • www.closbernard.com

MÉRIBEL-MOTTARET Côte 2000



Soirées festives

Un événement à fêter, un moment de partage entre amis ou en famille? Soirées savoyardes ou dîner à la carte, soirée intime ou dîner spectacle? Réservez votre soirée à Côte 2000! Montée en chenillette, descente aux flambeaux à ski; c'est un moment inoubliable et magique que vous propose le restaurant, sur les pistes de Méribel.

🇬🇧 An event to celebrate, an evening with friends or family? A Savoyard evening or dinner à la carte, a more intimate evening or a dinner show? Book your evening at Côte 2000! The restaurant proposes an unforgettable and magical moment (ascent in a tracked vehicle and descent on skis by torchlight)!



Information et réservation:
+33 (0)4 79 00 55 40 ou contact@restaurantcote2000.fr
www.restaurantcote2000.fr

📱 restaurantcote2000

MÉRIBEL - MOTTARET Le Plan des Mains



LE RESTAURANT

Le restaurant propose une cuisine traditionnelle raffinée, originale et unique, mitonnée à partir de produits frais issus, pour beaucoup, de la culture de producteurs locaux. Petit plus, espace terrasse cosy pour un encas rapide.

🇬🇧 The restaurant Le Plan des Mains offers a refined and traditional cuisine, prepared from fresh products, mainly from local producers. The cosy terrace is perfect for a quick snack.

- ✔ Membre de l'association Food Altitude - Le pain fait maison
- ♥ Le buffet de desserts

LA SANDWICHIERIE

Vous cherchez à faire une pause gourmande mais rapide pour repartir vite sur les pistes de ski ? Arrêtez-vous à la sandwicherie du Plan des Mains et dégustez une gamme d'encas délicieux. Idéal pour les pauses rapides.

Accès ski et piéton: au pied du TC Mont Vallon
+33 (0)4 79 07 31 06
www.plandesmains.com
📍 Restaurant Le Plan des Mains



- ♥ Une atmosphère inédite à Méribel
- ✔ Les planches de tapas à déguster autour d'un bon verre, Le wok de Saint-Jacques flambées au génépi

MÉRIBEL-MOTTARET La Tanière

Une véritable pépite à découvrir au hameau du Mottaret. Avec un vrai plafond végétal et un décor moderne tout de bois et de velours à l'inspiration industrielle, c'est une ambiance unique à Méribel. Cuisine traditionnelle et spécialités savoyardes s'y laissent déguster, accompagnées d'une bière locale ou d'un cocktail.

🇬🇧 Enter La Tanière and let yourself be transported in a modern decor with industrial inspirations, all in wood and velvet, under a real vegetal ceiling which creates a unique atmosphere in Méribel. The chef cook proposes homemade French dishes, Savoyard specialities accompanied by a local beer, a glass of wine or a cocktail.

Au Hameau du Mottaret
Par beau temps : de 16h à 2h
Par mauvais temps : midi et soir • Le samedi : midi et soir
+33 (0)4 79 22 04 31

MÉRIBEL Le Blanchot



© Photos: Philippe Gall



Au cœur des sapins enneigés, le Blanchot est situé dans un cadre exceptionnel de beauté et de tranquillité, avec une vue magique sur les sommets environnants. En cuisine tout est fait maison, à base de produits frais et locaux. Une carte simple et efficace répond à toutes les attentes, y compris une sélection 100% veggie. Ajoutons à cela quelques spécialités savoyardes et un appétissant choix de desserts (sur place ou à emporter), et le tour est joué. Assez rare pour être souligné, le livre de cave compte de nombreuses références de vins triées sur le volet et pour tous les budgets.

Deux nouveautés cette année : l'espace boutique où dénicher déco, accessoires et bijoux de créateurs français ainsi que des gourmandises à emporter, concoctées sur place, pour faire le plein de souvenirs. Au pied du restaurant, le nouvel espace lounge est parfait pour boire un verre ou déguster tapas, pâtisseries et même des plats à la carte sur les chaises longues.

🇬🇧 Le Blanchot is situated in an exceptional setting with a magical view on the surrounding mountains. In the kitchen, all dishes are homemade, prepared with local and fresh products : vegetarian dishes, local specialities, and delicious desserts. New is the souvenir shop and the lounge area at the foot of the restaurant.

- ♥ Le nouvel espace boutique au pied du restaurant
- ✔ Possibilité de privatisation en soirée

3921 Route de l'Altiport - Méribel
Arrêt navette gratuite Méribus (Ligne C)
+33 (0)4 79 00 55 78 • leblanchot@orange.fr

BRIDES-LES-BAINS L'Héliantis

Rien ne va plus, les jeux sont faits ! Joueurs affamés ou amoureux de la cuisine traditionnelle savoureuse, découvrez la table du Casino pour un moment convivial et ludique. Des assiettes généreuses, des menus copieux, un service rapide et chaleureux : voilà une cuisine à déguster sans modération !

🇬🇧 L'Héliantis, the restaurant of the Casino of Brides-les-Bains, is open to all and proposes traditional dishes, local specialities, snacks. The service is fast and friendly! The Lounge Bar welcomes you as from 5pm.

- ♥ Fondue et raclette individuelle
- ✔ Lounge bar ouvert à partir de 17h30

L'Héliantis, restaurant du Casino
Esplanade des Thermes
+33 (0)4 79 55 23 07
casino3vallees.com





MÉRIBEL / COURCHEVEL

Copiña

Copiña s'est rapidement imposé comme le bar incontournable de Méribel et Courchevel. Inspiré de la région galicienne du nord de l'Espagne, Copiña propose une gamme de cocktails au design innovant, des bières artisanales sélectionnées à la main, une gamme de vins du monde et une gamme exceptionnelle de tapas mixtes. Copiña propose également un service de restauration, vous pouvez donc demander à un chef privé de cuisiner pour vous et à un barman de préparer vos cocktails préférés dans votre chalet - une expérience culinaire unique!

🇬🇧 Inspired by the Galician region in northern Spain, Copiña boasts a range of innovatively designed cocktails, hand-selected craft beers, an array of world wines, and an exceptional spread of fusion tapas. Copiña offer a catering service too, so you can have a private chef cook for you and a barman make your favourite cocktails in your chalet!

MÉRIBEL
Meribel Centre
+33 (0)4 79 24 07 90
f @copinameribel
Tous les jours,
16h-1h

COURCHEVEL MORIOND
Immeuble Le Praziond
Rue du Marquis
+33 (0)4 79 08 25 45
f @copinacourchevel
Tous les jours, 11h-1h

✔ L'influence ibérique et le cadre intime

♥ Les cocktails sélectionnés par des professionnels et les fameux tapas du Copiña

www.copina.fr



SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

Le Corbeleys

Martine et Bruno perpétuent dans leur chalet d'alpage une véritable tradition familiale et montagnarde pétrie de chaleur et d'hospitalité. Restaurant aux gourmandises authentiques, ils proposent également un goûter généreux pour les petits creux.

🇬🇧 Martine and Bruno, have managed to keep an alpine tradition going in their mountain pasture chalet. Hospitality, warmth and a welcome reception are what counts here.

♥ Aiguillettes de poulet à la Bellevoise

✔ Retrouvez l'équipe et l'authenticité du Corbeleys en été

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



LES MENUIRES

Roc Seven

Une belle déclinaison de l'état d'esprit °Fahrenheit Seven version restaurant d'altitude : ici, on mange, on boit et on danse! La cuisine est italienne, la décoration design, et l'ambiance survoltée. Un spot unique, au milieu des pistes, avec DJ sets avec performers tous les après-midis.

🇬🇧 Open 7 days a week, the restaurant Roc Seven is a beautiful °Fahrenheit Seven version at an high altitude : here, we eat, drink and dance! A unique spot offering Italian specialities in a festive atmosphere with DJ sets and performers in the afternoon.

♥ DJ set du duo Mozambo le 31 décembre!

Accès piéton par la C du Roc 1
Ouvert tous les jours de 9h à 17h

LES MENUIRES

L'Alpin



Nouveau concept : steak house (viande d'exception), pizzas (créations gourmandes du pizaiolo) et spécialités savoyardes de qualité. Pour vivre une expérience inouïe, l'Alpin propose les tentes alpines pour passer une soirée autour du poêle à bois, au chaud, façon trappeurs... Souvenirs garantis! (sur réservation)

🇬🇧 The restaurant l'Alpin proposes Alpine tents to spend an unforgettable evening around the wood stove with a large choice in tasty meat, generous pizzas and quality Savoyard specialities.

♥ Les viandes d'exception, la Rôtissoire

✔ Les tentes alpines

Quartier des Bruyères
+33 (0)4 79 00 61 01

f Alpinlesmenuires



SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

Le Corbeleys

Martine et Bruno perpétuent dans leur chalet d'alpage une véritable tradition familiale et montagnarde pétrie de chaleur et d'hospitalité. Restaurant aux gourmandises authentiques, ils proposent également un goûter généreux pour les petits creux.

🇬🇧 Martine and Bruno, have managed to keep an alpine tradition going in their mountain pasture chalet. Hospitality, warmth and a welcome reception are what counts here.

♥ Aiguillettes de poulet à la Bellevoise

✔ Retrouvez l'équipe et l'authenticité du Corbeleys en été

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



LES MENUIRES

Roc Seven

Une belle déclinaison de l'état d'esprit °Fahrenheit Seven version restaurant d'altitude : ici, on mange, on boit et on danse! La cuisine est italienne, la décoration design, et l'ambiance survoltée. Un spot unique, au milieu des pistes, avec DJ sets avec performers tous les après-midis.

🇬🇧 Open 7 days a week, the restaurant Roc Seven is a beautiful °Fahrenheit Seven version at an high altitude : here, we eat, drink and dance! A unique spot offering Italian specialities in a festive atmosphere with DJ sets and performers in the afternoon.

♥ DJ set du duo Mozambo le 31 décembre!

Accès piéton par la C du Roc 1
Ouvert tous les jours de 9h à 17h

LES MENUIRES

Le Comptoir



Sabrina et Béatrice vous accueillent dans ce lieu de convivialité gourmand et très chaleureux. Pour le déjeuner, en intérieur ou en extérieur, le Comptoir c'est une restauration en libre-service aux teintes de cantine gourmande et montagnarde, généreuse et 100% maison. Le soir, en plus de la restauration à table, notre bar à vins et cocktails maison sont à découvrir jusqu'à minuit.

🇬🇧 Sabrina and Béatrice welcome you for lunch for a quick break inside or outside, for dinner in the dining room, or for a glass of wine or a homemade cocktail until midnight.

♥ Epaulé d'agneau rôti au miel et romarin (pour 2 personnes)

Bâtiment L'Oisans - La Croisette
+33 (0)4 79 00 69 20 • lecomptoirmenuires.com

f @LeComptoir.Menuires



LES MENUIRES

La Marmite



La Marmite propose une carte montagne aux produits frais, locaux et originaux à la fois. La carte des vins est à découvrir absolument car revisitant toutes les régions de France. C'est aussi une carte de pizzas maison, ainsi qu'une délicieuse offre de snacking salés, crêpes et gaufres de Liège.

🇬🇧 La Marmite proposes dishes à la carte prepared with fresh and local products, as well as delicious homemade pizzas, snacks, pancakes and waffles from Liège.

♥ Carré de veau rôti (2 pers) et frites de polenta

✔ Un repas insolite dans une télécabine, au chaud

Quartier des Bruyères
+33 (0)4 79 00 74 75

lamarmite-lesmenuires.fr
f @ lamarmitelesmenuires

LES MENUIRES La 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.

🇬🇧 We have a menu that is constantly changing to suit the mood. Our dishes are uncomplicated and 100% homemade. Desserts are created around local fruit and there is a lovely assortment of wines to choose from on the wine list. The restaurant is cosy, with a snug area by the fireplace and is decorated in soft tones.

♥ La côte de bœuf dans la cheminée

☑️ Apéritif dinatoire

Quartier de Preyerand
Le Villaret Preyerand
+33 (0)4 79 01 04 76



LES MENUIRES Le Bistrot des Cimes

Adresse familiale et conviviale située à l'entrée des Menuires, au Bistrot des Cimes, on se sent comme à la maison. Dans un décor contemporain qui allie la chaleur des Alpes à la modernité, ou sur la terrasse panoramique, on déguste ici une cuisine de type bistrot à la française qui saura ravir les gourmands. Notre équipe propose également pizzas, burgers et spécialités savoyardes.

🇬🇧 In a contemporary decor that combines the warmth of the Alps and modernity, Le Bistrot des Cimes proposes French bistronomy-style dishes, but also pizzas, burgers and Savoyard specialties.

♥ Travers de porc cuits au miel, basse température

☑️ Vente à emporter

Quartier de Preyerand • Le Cœur des loges
+33 (0)4 57 55 07 72



LES MENUIRES La Ferme de Reberthy



On déguste ici une cuisine traditionnelle et gourmande, où se mêlent spécialités savoyardes et cuisine de montagne revisitée: le midi sur la terrasse skis aux pieds (service tardif), le soir au coin de la cheminée. Côté festif, l'après-midi se passe en musique sur les transats près du bar à gin, et le soir côté pub.

🇬🇧 In the heart of Reberthy 2000, on foot or on skis, La Ferme de Reberthy welcomes you all day long, with traditional dishes and Savoyard specialties. The wine cellar is worth a visit for all wine lovers.

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



♥ La côte de bœuf de chez Gaston

☑️ Nouvelle cave avec magnums et grands crus

LES MENUIRES La Table Gourmande de Peuf Daddy



2 restaurants en 1

Le midi, la belle terrasse joliment aménagée et les effluves d'une cuisine gourmande sont une invitation à vivre une pause épicurienne des plus agréables. C'est simple, bon, généreux et fait maison, évidemment.

Le soir, on se laisse entraîner dans un voyage culinaire au cours duquel la magie opère. À partir de produits bruts de nos montagnes, Johan nous invite à vivre notre terroir, sublimant nos légumes, nos viandes, nos poissons... dans des associations de saveurs surprenantes, qui prennent tout leur sens tant elles explosent en bouche. « Ce qui pousse et ce qui vit en montagne, c'est ce qu'on cuisine. On raconte une histoire, on vit un moment de partage ». Quant au sourire de Caroline, c'est en salle qu'on le retrouve, tout comme ses précieux conseils sur les accords mets-vins. Ensemble, ces deux-là bousculent les codes, pour notre plus grand plaisir.

🇬🇧 The restaurant Peuf Daddy proposes the beautiful terrace for a homemade and generous lunch, or the cosy dining room for dinner around a homemade dish prepared with local products accompanied by a bottle of wine chosen with care.

♥ Restaurant gastronomique tous les soirs

Quartier Reberthy 1850, à moins de 100m de Speed Mountain, de la TC Bruyères 1 et de l'espace aqualudique des Bruyères
+33 (0)9 81 90 34 96



VAL THORENS Les Chalets du Thorens



Une ambiance électrique et festive s'offre à tous les skieurs qui ont faim de folies ! Bar lounge avec scène DJ, self, gaufres belges, pizzas, wok, snack, sushis, crêperie, glacier et restaurant : tout y est pour étancher chaque envie ! Nouveau: un igloo hors du commun à découvrir pour vivre des instants inoubliables en journée comme en soirée.

☑️ La viande maturée

♥ Véritable village aux mille plaisirs

🇬🇧 Lounge bar with DJ set, self-service, Belgian waffles, pizzas, woks, snacks, sushi, ice cream and restaurant : there is something for everyone! Whole new is an igloo to experience an unforgettable moment during the day or in the evening.

Accès ski/piéton: Départ TS Moraine,
accès scooter et chenillettes sur demande
+33 (0)4 79 00 02 80
info@leschaletsduthorens.com
www.leschaletsduthorens.com



- ♥ Les viandes de race Aubrac
- ☑ Terrasse ski aux pieds

VAL THORENS La Maison



La brasserie aveyronnaise la plus haute d'Europe fait peau neuve pour ses 10 ans! Faire simple et de se concentrer sur la saveur de très beaux produits, travailler en circuit court, telle est la volonté de l'établissement, dont la cuisine pleine de saveurs est portée par le chef Cyril Attrazic. Un voyage gustatif unique entre Savoie et Aveyron.

🇬🇧 The highest brasserie in Europe is getting a makeover for its 10th anniversary! Keeping things simple, focusing on the flavour of the finest products, and working with local producers, such is the will of the establishment, whose cuisine full of flavours is carried by the chef Cyril Attrazic.

Galerie Caron
contact@la-maison-valthorens.fr
+33 (0)4 79 00 00 48

VAL THORENS °Fahrenheit Seven - La Rôtisserie



Midi et soir, on trouve ici le meilleur des saveurs italiennes et du Sud, à déguster dans le confort des banquettes velours baignées de lumière ou sur la belle terrasse au pied des pistes. À la carte, antipastis à partager, pâtes al dente, viandes et poissons grillés, pizzas faites maison.

🇬🇧 For lunch and dinner, here you find the best of Italian and southern flavours, to be enjoyed in the comfort of the velvet benches bathed in light or on the beautiful terrace at the foot of the slopes. On the menu, antipastis to share, pasta al dente, grilled meat and fish, homemade pizzas.



♥ Afterskis avec DJ sets et performers
tous les après-midis à partir du 26/12



297 Rue de la Lombarde
+33 (0)4 79 00 04 04

VAL THORENS Le Chamois d'Or



Le Chamois d'Or propose de déguster ses plats variés et gustatifs au cœur d'un décor rustique et chaleureux. Sa surface d'accueil est suffisamment grande pour accueillir des groupes et sa terrasse ensoleillée ravira vos après-midis.

🇬🇧 The restaurant Le Chamois d'Or proposes varied and tasty dishes in a rustic and warm decoration. There is enough space to accommodate groups, and its sunny terrace with an amazing view will delight your afternoons.

- ♥ Omelette aux cèpes
- ☑ Livraison de burgers & pizzas à domicile

Rue du Soleil
+33 (0)4 79 00 08 79
+33 (0)7 61 95 71 00
valtho1@orange.fr
www.restaurantlechamoisdor.com



La Rôtisserie

Restaurant de l'hôtel °Fahrenheit Seven

COUP DE FOURCHETTE



VAL THORENS

La Rôtisserie, restaurant de l'hôtel °Fahrenheit Seven, se présente comme une élégante brasserie, où l'on soigne les bons produits dans de somptueuses assiettes autant que l'on chouchoute le client.

Donnant sur les pistes, la grande terrasse ensoleillée domine l'effervescence de Val Thorens. L'endroit est idéal pour s'octroyer une pause en mode déjeuner ou après-ski, en sirotant un cocktail ou une boisson chaude tout en contemplant les sommets. À l'intérieur, la vaste salle accueille les gourmets venus se restaurer le midi comme le soir. Avec ses plats aux notes franco-italiennes, la carte séduit : Focaccia ou straciatella truffée en antipasti, linguine all'astice ou salade romaine côtoient les huîtres du bassin d'Arcachon, les chipirons grillés, les pizzas et autre Bombolone Burger.

À la Rôtisserie, les stars de l'assiette, ce sont les produits « simples, généreux et qualitatifs », nous glisse le chef Ludovic Philipps, arrivé cet hiver. La bavette de 500g à partager est de race Black Angus et vient de la boucherie Metzger. Et elle est cuite au four à charbon Jospier, donnant ce petit côté barbecue à l'assiette. Mais voici qu'arrive à notre table Le Tigre qui pleure, plat signature de l'établissement, où le bœuf cru est relevé de piments et adouci par le wakamé marin. Un délice ! Quant à la côte de veau à la Milanaise de 350g servie avec roquette et parmesan, elle rassasiera n'importe quel skieur affamé. Avant de rechausser les skis, on succombe à l'une des nouvelles douceurs sucrées de la carte. Effet waouh garanti avec le Mille-Feuille à partager, aussi visuellement impressionnant que délicieux.

◇ 297 Rue de la Lombarde – Val Thorens
Ouvert 7j/7 • accès skis par les pistes
Service midi et soir (à partir de 19h)
+33 (0)4 79 00 04 04
www.fahrenheitseven.com

Les huîtres du bassin d'Arcachon



Côte de veau



Le Tigre qui pleure

🇬🇧 The restaurant La Rôtisserie of the hotel Fahrenheit Seven welcomes you every day for lunch and dinner. Chic and vintage brasserie atmosphere inside, or outside on the panoramic terrace with view on the slopes and ski-to-door access. Come and enjoy the generous cuisine of Chef Ludovic Philipps, freshly arrived this winter season.



L'Olympiski

Restaurant de l'hôtel 3 Vallées

COUP DE FOURCHETTE

VAL THORENS

L'Olympiski, c'est la pépite cachée de l'Hôtel 3 Vallées, établissement emblématique de Val Thorens qui a vu les débuts de la station. Entièrement rénové l'an dernier, le cadre cosy et intimiste et la nouvelle carte créative font la promesse d'une soirée réussie.

Si la façade de l'hôtel est caractéristique des années 1970, l'ambiance se métamorphose une fois à l'intérieur. Avant de passer à table, le bar offre un espace cosy et moderne avec canapés confortables et cheminée pour siroter un cocktail signature ou une bière locale. Côté restaurant, nous voilà transportés dans le temps : bois, fourrures et couleurs chaudes rappellent l'atmosphère d'un chalet savoyard tandis qu'un peu partout skis anciens, dossards, archives et même une véritable médaille de bronze retracent l'épopée des Jeux olympiques d'hiver depuis 1952. L'équipe est aux petits soins et l'agencement des tables permet de dîner en toute intimité : on se sent bien, presque à la maison... Il est temps de passer à la dégustation.

comme dans le délicieux jus de la souris d'agneau à base de vin rouge, cannelle, badiane et baies de genièvre. La Savoie est aussi mise à l'honneur avec un omble chevalier en croûte de pain, accompagné d'une polenta au beaufort et d'une originale sauce beurre blanc et génépi. Les 120 références à la carte permettent d'accorder facilement mets et vins sous les conseils avisés d'Estelle, directrice de la restauration.

Ouvert à tous et pas seulement à la clientèle de l'hôtel, ce restaurant au cœur de la station offre un rapport qualité-prix et une ambiance qui valent le détour et en font un incontournable de Val Thorens. (S.R.)



Omble chevalier en croûte de pain, tombée d'épinards, polenta au beaufort et sauce beurre blanc & génépi



En cuisine, le chef Sebastian orchestre une partition sans faute alliant produits locaux et associations créatives. Arrivé des Pays-Bas il y a une dizaine d'années pour découvrir de nouveaux horizons, ce sont désormais les clients de l'Olympiski qu'il fait voyager grâce à ses assiettes colorées. Passé par des maisons étoilées dont Les Explorateurs 1* à Val Thorens, l'expérience se ressent tant dans les saveurs que dans le visuel. Tout est frais et fait maison, jusqu'au tahini et au levain. Le dressage est élégant et raffiné, à l'image de la tartelette au houmous montée comme un millefeuille avec ses pickles de légumes maison. Et une fois en bouche, le palais est aussi conquis que les yeux : les goûts et les textures sont équilibrés avec une petite note de piment d'Espelette pour relever le tout. Les épices, c'est la touche de Sebastian qui n'hésite pas à les utiliser



Tartelette boumous et pickles de légumes

THE restaurant L'Olympiski is the hidden jewel of the 3 Vallées Hotel. Completely renovated last year, the cosy and intimate setting and the new creative menu promise a successful evening. In the kitchen, chef Sebastian combines local products and creative combinations. The 120 references on the wine list make it easy to match food and wine under the expert advice of Estelle, the restaurant manager. Open to all, not just hotel guests, this restaurant in the heart of the resort offers value for money.

◆ À Val Thorens, Grande Rue
Ouvert tous les soirs de 19h à 21h30
www.hotel3vallees.com
+33 (0)4 79 00 01 86

VAL THORENS

Le Diamant Noir Koh-I Nor

Les Etincelles collection



©Mathieu Cellard

Le chef Eric Samson vous propose une cuisine d'hiver créative et raffinée. Mêlant des produits d'exception tels que la truffe noire et une large sélection de plantes aromatiques, épices et herbes de montagne, il crée des recettes simplement renversantes. Sur la belle terrasse panoramique ou à l'intérieur au décor majestueux et lumineux, la vue spectaculaire sublime cet instant culinaire d'exception.

♥ Le menu à la truffe

☑ Carte saveurs gourmandes tout au long de la journée

Rue de Gébroulaz, sommet station
+33 (0)4 79 31 00 00

info@hotel-kohinor.com • www.hotel-kohinor.com

🇬🇧 The chef Eric Samson proposes creative and refined dishes. A combination of exceptional products like the black truffle and a large selection of aromatic plants, spices and herbs from the mountains. To savour inside or outside on the sunny terrace with an amazing view.

VAL THORENS

La Mouillère



1972, c'est l'année à laquelle les parents de Julie Coppier, pionniers de Val Thorens, ont construit ce joli chalet. Ici, elle a passé les premières années de sa vie et propose dans ce cocon tout en bois à l'esprit refuge, une cuisine gourmande de qualité. C'est frais, c'est local, c'est fait maison, c'est savoyard... c'est tout simplement bon!

🇬🇧 Julie Coppier's parents, pioneers of Val Thorens, built this beautiful chalet in 1972 where she spent the first years of her life. Julie proposes high quality homemade dishes prepared with fresh and local products in a cosy atmosphere.

♥ Les spécialités savoyardes

☑ Terrasse plein sud abritée du vent

+33 (0)4 79 00 02 67

📍 Chalet de la Mouillère

Val Thorens

📷 lamoutiere.valthorens

Gare de Moûtiers
TRAIN STATION

LUNCHBOX
À emporter
TAKEAWAY



OFFREZ-VOUS UN

Retour Gourmand

TREAT YOURSELF TO A
GOURMET RETURN

LES3VALLEESCAFE.COM

les Vallées
CAFÉ



LA RECETTE CARREFOUR

TARTIFLETTE

INGRÉDIENTS

- × 1 Reblochon de Savoie
- × 1 kg de pommes de terre
- × 2 oignons
- × 200 g de lardons fumés
- × 25 cl de crème fraîche
- × 10 cl d'huile
- × 1 gousse d'ail
- × Sel et poivre

PRÉPARATION

Un bon reblochon, des lardons fumés d'autrefois produits en Haute-Savoie, de belles pommes de terre, des oignons et un trait de vin blanc de Savoie... Voici la recette d'une délicieuse et réconfortante tartiflette !

Pelez les pommes de terre, coupez-les en rondelles et faites-les cuire 10 min à la vapeur. Pelez et émincez les oignons. Dans une poêle, faites dorer les lardons avec les oignons émincés. Réservez.

Préchauffez votre four à 200 °C. Dans un plat à gratin, mélangez les pommes de terre, les lardons, les oignons et la crème. Salez et poivrez.

Sans retirer la croûte, tranchez le reblochon en deux dans l'épaisseur. Coupez une moitié en dés et mélangez-les dans le plat. Déposez l'autre moitié sur le dessus, croûte vers le haut. Enfouissez et laissez gratiner 20 min.

Servez accompagné d'une salade verte.



Carrefour market
MOÛTIERS
groupe provencia

04 79 24 12 44

ON A LU POUR VOUS...

UNE HISTOIRE DE L'AIGUILLE DU MIDI ET DES TÉLÉPHÉRIQUES

DE PIERRE-LOUIS ROY



UNE HISTOIRE DE L'AIGUILLE DU MIDI ET DES TÉLÉPHÉRIQUES

Pierre-Louis Roy
Glénat • Coll. Beaux livres montagne
192 pages • septembre 2022 • 25€

Passionné par l'histoire des remontées mécaniques, Pierre-Louis Roy retrace dans son nouvel ouvrage paru chez Glénat, les péripéties qui ont mené à l'existence des téléphériques tels qu'on les connaît aujourd'hui. Et notamment celles du plus vieux de France : l'Aiguille du Midi, à Chamonix.

Si aujourd'hui, il est tout à fait commun de monter dans un télécabine ou un téléphérique, il n'en a pas toujours été de même... Il a même fallu des décennies et une sacrée détermination pour réussir à accrocher les téléphériques aux sommets. Et derrière la machine, il y a avant tout des histoires d'hommes qui ont cru en des projets paraissant un peu fous à l'époque. Difficultés techniques, appréhension de l'accident, batailles politiques... Qui aurait cru que l'histoire des remontées était aussi riche en péripéties, que l'auteur, écrivain passionné des Alpes et du sujet, se fait un plaisir de détailler ? En plus d'une avancée technologique remarquable, les téléphériques et autres remontées ont façonné les territoires de montagne. En permettant à un grand nombre d'accéder à des sommets jusque là indomptables, elles ont non seulement propulsé le tourisme mais aussi ouvert de nombreuses possibilités en alpinisme et en ski extrême par exemple.

Pour comprendre comment un téléphérique peut fonctionner aujourd'hui, il faudra d'abord passer en revue ses ancêtres comme le train à crémaillère et le funiculaire qui, plus terre à terre, étaient préférés par les ingénieurs encore frileux d'aller suspendre des cabines en l'air. Et pourtant, la prouesse est bien là

aujourd'hui. Elle continue d'ailleurs de fasciner et d'interroger sur l'empreinte humaine dans le paysage. Lorsqu'on lit ce livre, enrichi de près de trois cents photos et documents, une chose est sûre : on repensera forcément à cette épopée technique et humaine lorsqu'on mettra les pieds dans l'une de ces cabines vertigineuses. Une simple machine, vraiment ? (S.R.)

Passionate about the history of ski lifts and drag lifts, Pierre-Louis Roy retraces in his new book, published by Glénat, the adventures that led to the existence of cable cars and ski lifts as we know them today. And in particular the history of the oldest cable car in France : l'Aiguille du Midi, in Chamonix. The creation of ski lifts and cable cars allowed a large number of people to access the mountains, which propelled tourism but also opened up many possibilities in mountaineering and extreme skiing, for example.

LE GRAND RÉCIT DES MONTAGNES

DE BLANDINE PLUCHET

C'est à travers le prisme scientifique que la physicienne Blandine Pluchet a choisi de raconter les montagnes dans cet ouvrage. Partie en quête des secrets des sommets pendant un an, elle raconte ses découvertes au travers d'échanges avec des scientifiques qui étudient ce milieu fascinant.

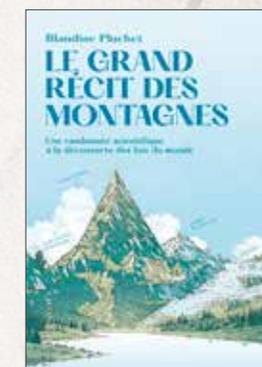
Pour la plupart d'entre nous, la montagne évoque un milieu naturel sauvegardé et vertigineux, terrain de jeu idéal pour les activités de pleine nature et la contemplation. Mais pour certains, c'est aussi un environnement privilégié pour étudier le monde, son histoire et son fonctionnement, et même essayer de prédire son avenir. C'est précisément ces personnes que Blandine Pluchet est allée rencontrer, que ce soit dans des laboratoires perchés sur des sommets ou enfouis dans les entrailles de la Terre.

Formation des montagnes et glaciers, des nuages et flocons de neige, avalanches... Ce récit interactif donne la parole aux scientifiques, souvent dans l'ombre, qui étudient la montagne et continuent chaque jour d'en percer les mystères. Pas de jargon complexe, mais des explications simplifiées pour comprendre les phénomènes naturels particuliers du milieu montagnard : pourquoi les orages y sont-ils fréquents, d'où vient le foehn, ce vent chaud et sec ? Autant de questions auxquelles on trouve des réponses.

Les effets du réchauffement climatiques, décuplés en montagne, sont aussi expliqués comme la fonte du permafrost et l'impact des gaz à effet de serre. Mais les sommets qui semblent parfois toucher le ciel sont aussi un lieu d'étude privilégié du cosmos et de l'atmosphère, loin de la pollution et des lumières artificielles, comme nous le fait découvrir l'auteure. Car pour elle, « la science n'a de sens que si on la partage ».

Des Alpes aux Cévennes en passant par le massif Armoricaïn, du cosmos aux profondeurs sous-marines, cette épopée scientifique présente la montagne comme un « eldorado de savoirs », où le plus petit caillou peut raconter des milliards d'années d'évolution pour qui sait l'écouter. (S.R.)

RECOMMANDÉ PAR
Cultura



This book written by Blandine Pluchet gives a voice to scientists who study the mountains and continue to unravel its mysteries every day. No complicated but simplified explanations to understand the particular natural phenomena of the mountain environment. This scientific epic presents the mountains as an "eldorado of knowledge".

LE GRAND RÉCIT DES MONTAGNES

Blandine Pluchet
Flammarion • Collection Sciences
Mai 2022 • 272 pages • 20€



Cultura

Loisirs créatifs
livres - univers
enfants - jeux de
société & puzzle
jeux vidéos &
consoles...

Des milliers d'idées cadeaux
à moins de 10, 20 ou 30 euros.

Noël
bien
inspiré

Zone commerciale du Chiriac
57 rue Ambroise Croizat
Albertville



Profil

- **Nom :** De Macedo
- **Prénom :** Emmanuel
- **Âge :** 22 ans
- **Origine :** Châteaubriant (44)
- **Job :** Responsable de salle, au restaurant Le CroMagnon
- **Station :** Méribel

Manu passe à table

Emmanuel a commencé à travailler dans la restauration à l'âge de 18 ans pour une grande chaîne de restaurants, avant de débiter les saisons en 2021. C'est son deuxième hiver au restaurant Le CroMagnon, à Méribel. Rencontre...

Comment tu t'es retrouvé à faire les saisons ?

Je travaille depuis que j'ai l'âge de travailler. En 2020, j'ai pris un peu de temps pour moi et suis parti quelques semaines sur la côte ouest. Là-bas, j'ai découvert l'ambiance des restaurants sur la plage. Ça m'a tout de suite attiré, alors j'ai attaqué ma première saison l'été suivant, au Lavandou cette fois, dans le restaurant d'un couple ayant beaucoup expérimenté les saisons. Ils m'ont donné énormément de conseils et d'idées sur quoi faire une fois la saison terminée. L'hiver 2021/2022, j'étais en station.

Qu'aimes-tu particulièrement dans ton travail ?

Le sourire des clients et leurs remerciements en sortant de l'établissement. Dans un restaurant, on a envie de profiter, et de passer un bon moment. Alors quand je sers des clients, que je vois qu'ils apprécient leur repas, et qu'ils quittent la table en étant satisfaits du moment passé, je me dis que j'ai réussi !

Qu'est-ce qui te plaît à Méribel ?

Je ne visais pas de station précise au départ, mais j'avoue qu'à Méribel, je m'éclate vraiment. En plus, le domaine skiable est vraiment cool. Ça m'a permis de me remettre au ski. Je prends beaucoup de plaisir sur les pistes de la station.

Tes spots préférés dans la station ?

La Taverne ou L'Abreuvoir. On y mange bien, et même pour boire un verre c'est très sympa, il y a une super ambiance.

Une expression qui te définit bien ?

Quand faut y aller, faut y aller ! À un moment, il faut prendre son courage à deux mains et se lancer, car personne n'avance en campant sur ses positions. Il faut expérimenter, tenter des choses, quitte à commettre des erreurs car c'est comme ça qu'on avance dans la vie. (M.C)

 **O**ur seasonal worker of the week, Emmanuel, 22 years old, started working in the restaurant business at the age of 18 for a large restaurant chain, before starting the winter seasons in 2021. This is his second winter at Le CroMagnon restaurant in Méribel. His favourite spots for a nice meal or a drink in the station are La Taverne and L'Abreuvoir, and in his free time you can find Emmanuel on the slopes !

Résidence Le Bois des Ours | Méribel

Promotion Immobilière

Collection Hiver 2022-2023



**EDI
FIM**
MONTAGNE

MÉRIBEL · COURCHEVEL
LES BELLEVILLE
PEISEY-VALLANDRY
SAMOËNS · MEGÈVE
NOTRE-DAME-DE-BELLECOMBE
LE GRAND-BORNAND · MANIGOD

+33 (0)4 50 33 56 63 | edifim.fr |   



VOUS INVITE À DÉCOUVRIR LA CÉLÉBRATION DU
30^e ANNIVERSAIRE DE DISNEYLAND® PARIS

Disneyland
PARIS

En PISTE
vers la
MAGIE



© Disney

LES CÉLÉBRATIONS ONT COMMENCÉ !

Vous aussi, rêvez plus grand, riez plus fort et émerveillez-vous plus encore avec des nouveaux spectacles à couper le souffle, des festivités ériocelantes, et même un tout nouveau land, l'épique Marvel Avengers Campus !

Tentez votre chance de remporter **voire séjour à Disneyland Paris** grâce aux jeux dans les cabines.

BONNE CHANCE !

Rendez-vous sur le front de neige de Courchevel 1850