

encore!

LE STYLE EN PLUS | FÉVRIER 2012

BIEN-ÊTRE
LES SOINS
INSPIRÉS
DES PAYS
LOINTAINS

TENDANCE
L'aventure
à cheval

VINS
Sous le soleil
du Portugal

Voyage

Le Bhoutan s'ouvre
au tourisme, avec
prudence, mais bonheur



Cette publication
ne peut être vendue
séparément

**Le Matin
Dimanche**



032 343 96 00

calvinklein.com

watches

ck
Calvin Klein
swiss made



* Selon une étude Clinique Interne, réalisée entre 2009 et 2010 pendant 12 semaines avec 21 femmes entre 38 et 64 ans. clinique.com © Clinique Laboratories, LLC



Une seconde chance pour votre peau.

Triplement efficace – contre les ridules, les rides et les dommages causés par le soleil. Nouveau. Repairwear Laser Focus concentré correcteur ride et réparateur UV.

Les premiers résultats sont visibles après 4 semaines. Particulièrement sur le contour des yeux. Après 12 semaines, la réduction des rides est comparable au traitement par laser dermatologique, de 63% pour être exact.

Sans effet secondaire. Simple et rapide à utiliser. Pour des résultats impressionnants garantis.

Plus de renseignements sur: www.ch.clinique.com.

CLINIQUE

Soumis à des tests d'allergie. 100% sans parfum.



Énotourisme au Portugal P. 20



Les spas qui invitent au dépaysement P. 16



Les goûts de Frida Giannini, la fée de Gucci P. 22

Voyage | Février 2012

SUJETS

9 L'aventure à cheval

La nouvelle tendance? Entrer dans les paysages lointains en chevauchant sa monture

10 Exceptionnel Bhoutan

Reportage dans un royaume préservé, qui s'ouvre à peine aux touristes mais propose déjà des hôtels fabuleux

16 Spas dépaynants

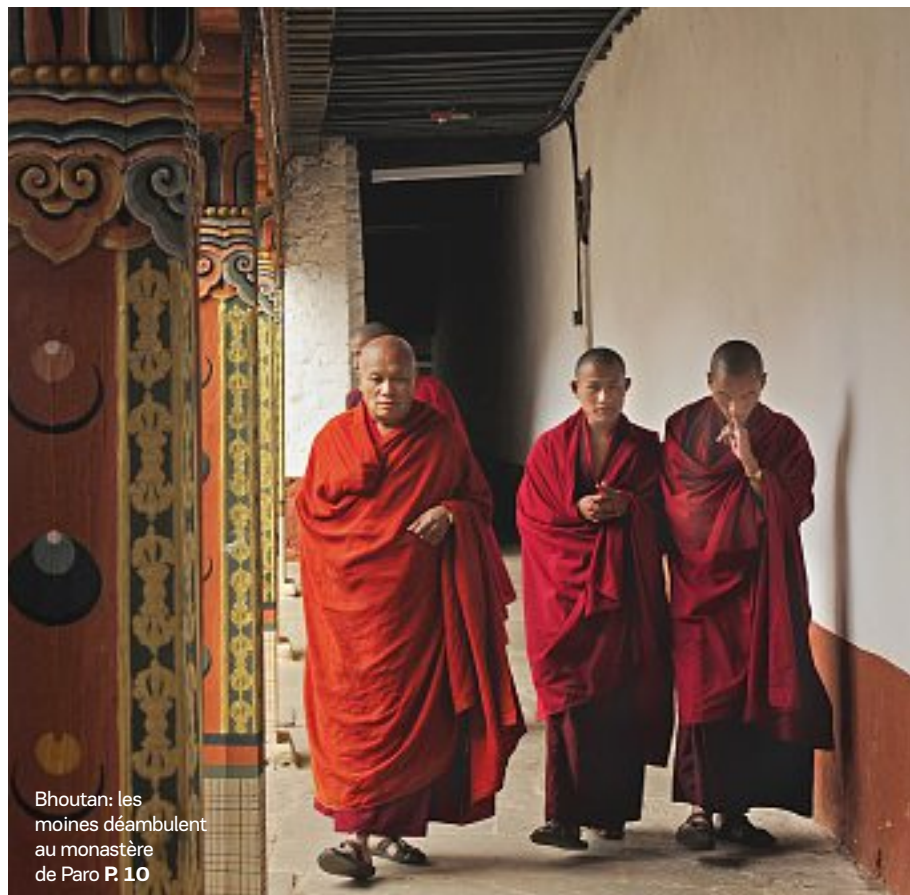
10 lieux romands qui prodiguent des soins wellness inspirés des pays lointains

20 Le Portugal, côté vin

La région d'Alentejo ouvre aux amateurs ses domaines viticoles ensoleillés et des logements axés sur la douceur de vivre

RUBRIQUES

6 Merveilles 8 Swiss made: une enceinte acoustique en bois choisi 21 Montres: coups de cœur du SIHH 22 Ses goûts: Frida Giannini, la directrice artistique de la maison de luxe Gucci 23 Le guide



Bhoutan: les moines déambulent au monastère de Paro P. 10



EN UNE

Un moine novice devant un moulin à prières du monastère de Dechen Phodrang, près de la ville principale, Thimphu. C'est là que se trouve le plus important centre de formation des moines du pays, fréquenté par plus de 450 étudiants. Photos: Gavin Gough, Lonely Planet.

Le voyage immobile, tout un art!

SOUVENT, IL SUFFIT D'UN RIEN: un parfum de vanille dans l'huile de massage, un thé de gingembre, et voilà que la tête s'envole pour Madagascar, alors que le corps, las de l'hiver helvétique, repose sagement, à l'horizontale, en terre romande. Les divers instituts de wellness ont bien compris ce désir d'évasion et multiplient les soins capiteux inspirés des pays lointains (voir notre sélection en page 16). Pas étonnant que les adeptes se précipitent: il est si doux de s'abandonner aux mains d'une masseuse experte en ailleurs et de se laisser emmener, sans jet-lag ni valises à boucler. Qu'ils sont délicieux, les voyages paresseux... On en revient l'âme apaisée, presque



Renata Libal, rédactrice en chef

surpris de ne pas avoir les paumes teintes au henné. Mais les vrais voyages aussi, ceux qui impliquent visas et avion, mériteraient davantage d'immobilité que ce que le touriste leur accorde d'ordinaire. Prenez le Bhoutan (reportage en page 10), ce royaume himalayen émergeant de l'Histoire et des légendes: la meilleure façon de s'en imprégner et de s'asseoir sur une marche, dans la cour d'un monastère, et de regarder. Longtemps. Se perdre dans les volutes dorées qui décorent les colonnes. S'envoler avec la fumée de l'encens. Se réjouir d'un sourire. Arrêter de bouger pour mieux ressentir. Pas si simple, pour les accros de l'agenda bourré et du j'arrive-à-tout-boucler-en-cinq-minutes? Personnellement, j'envisage de me mettre à l'aquarelle, pour m'y entraîner.

Magazine imprimé sur du papier issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées.





Les trois âges de la femme, œuvre du peintre Gustav Klimt.

ESCAPADE

La Vienne de Klimt

Vienne fête les cent cinquante ans de la naissance de Gustav Klimt. Et l'ancienne ville impériale voit les choses en grand pour fêter son enfant prodige: huit expositions temporaires autour de son œuvre, agendées au fil de l'année. Dans ces conditions, ne pas passer quelques jours dans la capitale autrichienne relèverait presque de l'indécence... Romantique? Vous vous pâmerez devant le fameux *Baiser au Belvédère*: une exposition mettra en lumière les rapports entre le peintre et l'architecte Joseph Hoffmann, en tant que pionniers de la modernité. Curieux? Le Musée Léopold offre dès février la correspondance de Klimt. Connaisseur? Le Wien Museum



Le bracelet Diva Adele Bloch-Bauer, plaqué or, avec ses incrustations en or et ses motifs en émail, a été inspiré aux orfèvres et émailleurs de la maison Freywillle par l'univers de Klimt.

possède le fond de dessins le plus important au monde. Une bonne occasion aussi de (re)découvrir le patrimoine architectural de la ville qui fut le berceau du Jugendstil et de la modernité. En témoigne la coupole dorée de la Sécession où Klimt et ses collègues bouleversaient les normes artistiques. Tout près, le Café Museum, l'institution où se rendaient les intellectuels. Enfin, pour ceux qui se sentiraient étouffés sous les volutes dorées de Klimt, il suffira de foncer au Museumsquartier, véritable poumon contemporain de la ville.

Anouk Schumacher

Toute l'actualité de l'année Klimt sur le site www.klimt2012.info/fr

L'ART À MOINS DE 1000 FRANCS

Scotch painting



PAR LAURENT DELALOYE
Collectionneur

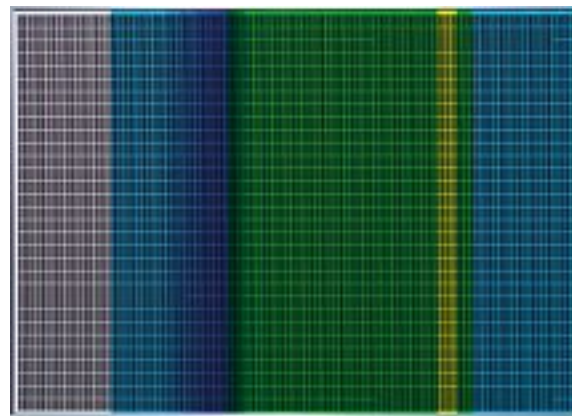
L'artiste Née en 1987 en Russie, où elle grandit jusqu'à l'âge de 12 ans, elle arrive à Rolle pour étudier. Elle reste en Suisse (elle est d'ailleurs originaire de ce pays depuis 2008) pour se former sans savoir où cela va l'amener. Toujours créative, elle est attirée par le dessin et en fait un mode de vie. Elle sort de l'ECAL en 2009 avec un Bachelor en Arts visuels. «Mais je ne me bloque pas sur un seul médium», précise-t-elle. Travaillant de préférence seule et tous les jours, elle «produit» une petite quinzaine de pièces par an. Il faut dire que sa technique est un processus long et méticuleux. Pour l'instant, elle évolue avec aisance avec le scotch, qu'elle travaille en dégradé et trompe-l'œil: «J'aime cet aspect superficiel et plastique, et cette idée de façade et de surface.»

L'œuvre L'architecture des grands immeubles est pour elle une grande source d'inspiration. Elle en réinterprète la géométrie et la couleur sur Illustrator, et crée ainsi une grille très structurée qu'elle imprime sur une bande autocollante puis qu'elle colle sur de l'aluminium dibond (un matériau composite rigide). Enfin, elle recouvre horizontalement et verticalement cette plaque avec des bandes de scotch industriel de différentes couleurs. Par un effet d'optique, plus il y a de superpositions, plus les tons sont intenses.

L'actu La jeune artiste s'est fait remarquer à l'exposition *Accrochage* [Vaud 2011]. Elle a exposé en solo, en fin d'année 2011, à l'Espace GB/Projects à Genève.

Le prix 1000 francs, sans le cadre.

Light blue, green and yellow (50x70 cm), scotch painting, 2011.



VIN

Des bulles en héritage

Le luxe met l'accent sur la valeur patrimoniale de ses créations, avec des chefs-d'œuvre à léguer. La marque de champagne Perrier-Jouët n'est pas en reste, qui inaugure une nouvelle manière d'offrir des bulles. Un double écrin en résine blanche abrite deux bouteilles, l'une pour l'acquéreur, l'autre pour un héritier de son choix – lequel viendra chercher son lot à la cave de Reims. Pour lancer cette idée, deux magnums cuvée 1998 ont été offerts à l'horloger Manuel Emch, CEO de Romain Jerome. Voir le chef de cave Hervé Deschamps deviser avec l'horloger sur l'art de durer a quelque chose d'émouvant... Manuel Emch a légué sa bouteille à Zélie, sa nièce de 4 ans, en hommage aux femmes de la famille: «Ma mère m'a beaucoup appris», dit-il à propos d'Arlette Emch, à la direction générale du Swatch Group. Zélie a une clé de cave numéro 23 – date anniversaire de grand-maman. S.F.



Le sac pliable, devenu culte, adopte un cuir hybride ultrasouple.

SAC

Le Pliage fait peau neuve

S'il existe autant de sacs, c'est peut-être que ceux qui font l'unanimité sont rares. Vous imaginez madame échanger son Birkin contre l'Alexander Wang d'un mannequin adepte des nuits arrosées? Il y a pourtant un modèle qui a su se faire aimer de toutes, que ce soit ma voisine cheffe de tribu, ma cousine collégienne ou ma copine architecte branchée: il s'agit du Pliage de Longchamp, un sac culte transgénérationnel dont le succès réside dans le concept, inspiré dit-on, de l'art de l'origami: en deux temps trois coups de poignet, il passe de la taille d'un portefeuille à celle d'un cabas prêt à avaler excédents de shopping comme classeurs. Ce printemps, il troque son nylon contre une nouvelle peau prête à se plier à tous les caprices. Mais dites voir, un cuir capable des mêmes contorsions qu'une toile de nylon, ça ne

cachera pas quelque chose? «Les pliages en cuir sont réalisés à partir d'une peau rare sur le marché, le cuir métis», explique la maison parisienne. Métis comme le fruit de l'hybridation entre une chèvre et un agneau?! Bingo! Dans des élevages d'Afrique du Sud, ces bêtes batifolent ensemble et la progéniture issue de ce drôle d'accouplement offre une peau extrêmement souple. La nouvelle version chic du Pliage devrait donc renouveler le succès d'un modèle qui s'est déjà vendu à plus de 13 millions d'exemplaires dans le monde depuis 1993. On se demande pourquoi l'idée n'est pas venue plus vite aux héritiers du fondateur de la marque. Après tout, l'aventure Longchamp a commencé en 1948 lorsque Jean Cassegrain marqua son entrée dans la maroquinerie de luxe en gainant une pipe... de cuir, pardi! *Anouk Schumacher*

ACCESSOIRE

Un toy for boy très pratique

«5 heures du mat', c'est l'insomnie, j'ai des frissons, sommeil cassé...» Ça tombe bien, je dois prendre l'avion et me lever très tôt. Je suis en retard, mais cette fois j'ai un avantage sur le vilain dieu Chronos: une trottinette magique – pardon, un microluggage! – équipé d'une valise Samsonite et repliable en deux clics. Robuste et bien conçu, l'intérieur dispose de nombreuses poches, dont un compartiment renforcé pour accueillir un portable ou une tablette tactile. Le tout a une capacité de 26 litres, pas énorme, mais suffisant pour emporter de quoi passer un week-end à Londres. Son inventeur, le Zurichois Wim Ouboter, peut être fier, car sa création a été nominée pour le prestigieux «Design Preis Deutschland 2012», après avoir été nommé «Product of the year 2011» et avoir reçu une mention honorable au «Red Dot Awards». Déjà sur le chemin de la gare, ce microscooter permet de filer à vive allure. Son poids, 5 kilos à vide tout de même, donne une impression sécurisante de stabilité, et l'objet reste «debout» tout seul, même à l'arrêt. En revanche, tenter un virage serré est un peu risqué. La longue avenue qui relie la gare à l'aéroport de Genève est avalée en quelques poussées. Ultime atout, le microluggage se glisse aisément dans le compartiment à bagages de l'avion. Grisant! *Didier Bonvin*
339 fr., www.micro.ms



A la fois trottinette et valise, le microluggage passe partout!



PARFUMS

L'odeur d'Anzère

Dans son atelier d'Afrique du Sud, Tammy Frazer, petite-fille du créateur d'Oil of Olaz, manufacture des «chapitres» olfactifs: le N° 5 est une réminiscence de ses balades à Anzère, en Valais. La fierté chauvine en odeur de sainteté... *S. J.-F.*



PRODUITS

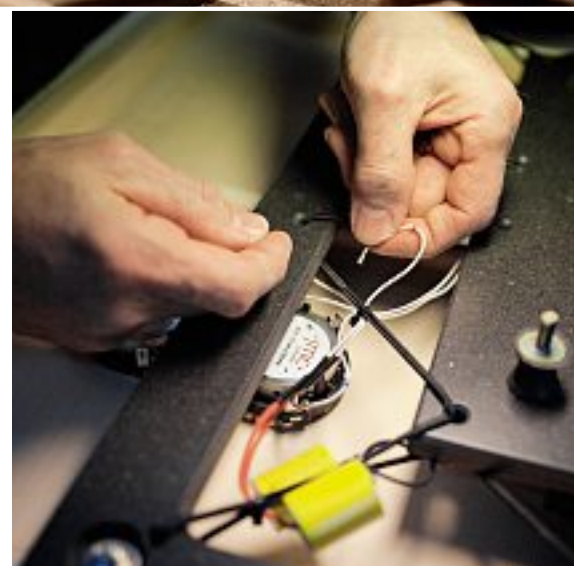
La guitare idéale et l'enceinte Soundboard, sorties de l'imaginaire de Jean-Michel Capt.

MATIÈRE

L'épicéa, issu de la forêt du Risoux, au cœur du Jura, a été sélectionné par un «cueilleur d'arbres».

TECHNO

Chaque haut-parleur, fabriqué main, requiert un savoir-faire en lutherie et artisanat, mais également en technologie de pointe.



Enceinte poétique

AU FIN FOND DU JURA, UNE LUTHERIE PRODUIT À LA MAIN UN HAUT-PARLEUR UNIQUE AU MONDE, ENTIÈREMENT DE BOIS. UNE ŒUVRE D'ART SONORE DONT L'ORIGINE RELÈVE DU CONTE DE FÉES

LA VALLÉE DE JOUX n'est pas que le berceau de l'horlogerie. On y fabrique aussi d'étonnants objets technologiques, tels que le Soundboard, un haut-parleur mêlant l'artisanat régional et la tradition de la lutherie aux technologies acoustiques de pointe. C'est l'œuvre d'un luthier autodidacte et un peu particulier, Jean-Michel Capt, animé par une passion originale: «Je cherche à associer des techniques ancestrales avec ce qui se fait de mieux dans les dernières technologies; je veux ancrer la lutherie dans le XXI^e siècle.» Conçue à base d'un épicéa plusieurs fois centenaire, l'enceinte qu'il a créée n'a pas de membrane et seules les vibrations du bois génèrent le son. Autre distinction, chaque haut-parleur est fabriqué à la main et avec passion, dans la lutherie du Brassus.

Par ses dimensions et son aspect – un élégant carré boisé de plus d'un mètre de diagonale – le Soundboard s'apparente à un tableau. Pas étonnant donc si ces haut-parleurs haut de gamme arborent désormais des œuvres d'art, comme celles de l'artiste Marc J. Pasini, le temps d'une série limitée appelée «Art & Sound». Et pour que le son ne soit pas altéré par les sérigraphies, le vernis subit un traitement particulier. Jean-Michel Capt garde sa technique secrète, mais explique le raisonnement à l'origine de cette pièce à la fois sonore et visuelle: «Cela

permet d'associer les deux lobes du cerveau. Nous avons deux composants en nous, un masculin et un féminin. Le côté cartésien va percevoir la peinture, tandis que le côté féminin sera plus sensible aux émotions suscitées par la musique.»

Un artisanat qui sonne juste

Avant de trouver acquéreur, ces pièces uniques d'«Art & Sound» sont exposées dans son showroom, JMC Lutherie. Aisément reconnaissable à ses volets en fins rondins de bois, il fait face à un géant jurassien de la montre de luxe. Ses fenêtres donnent sur la plus grande forêt de résineux d'Europe, qui s'étend d'un seul tenant, le Risoux. «C'est là que sont cueillis les fameux épicéas d'harmonie qui donnent ce bois de résonance si particulier», souligne Jean-Michel Capt. Seul un arbre sur dix mille serait assez droit et aurait des rainures assez denses pour faire une table de résonance parfaite. Afin de dénicher et reconnaître ce trésor de la nature, le luthier a fait la rencontre la plus étonnante de sa vie: un «cueilleur d'arbres», Lorenzo Pellegrini. C'est le troll, ou l'âme du Risoux. Il parle le langage des arbres et connaît tous les secrets de la forêt. Lui seul peut identifier l'épicéa parfait en l'embrassant de ses mains nouvelles. L'homme de 80 ans arpente toujours la forêt de son corps courbé par les années. Un contraste étonnant pour celui qui cherche l'arbre le plus droit.

Une fois le résineux choisi, il est coupé en fonction de la lune. Non pas pour des raisons mystiques ou de superstition populaire, mais plus pragmatiquement pour des raisons d'hydrométrie. «A la lune basse, la sève est au repos», nous explique le luthier. Le bois est encore asséché et travaillé selon des techniques propres à la lutherie et l'enceinte sera préparée comme un instrument de musique. Huit chevalets sont placés sur la pièce de bois finie. L'orientation et la position sont calculées pour obtenir la basse ou l'aigu parfait. Le Soundboard donnera une acoustique parfaitement pure et claire. Le matériau de résonance si précieux est également utilisé pour une autre création: des sortes de cathédrales sonores miniatures au design courbé étonnant, employées entre autres dans l'horlogerie. Une fois la montre placée sur ce poignet boisé, le son du mouvement est sensiblement amplifié.

En parlant de sensibilité, on se demande en quoi peut bien consister une nouveauté du catalogue de JMC Lutherie: cette année, il s'agit d'une hache, qui se classe dans les produits de luxe par son prix (7500 fr. pour la série limitée avec manche en noyer). «C'est un clin d'œil aux bons moments passés en forêt, un objet particulièrement travaillé pour redonner de la valeur à un outil vulgaire», nous explique Jean-Michel Capt.

Décidément, la région du Jura réserve toujours son lot de surprises. Renouveau d'une tradition? Effectivement! ☺



Jean-Michel Capt

Guitariste, auteur, compositeur et chanteur, Jean-Michel Capt est originaire de la vallée de Joux. Autodidacte, c'est en cherchant à créer la guitare parfaite il y a trente ans qu'il s'est formé à la lutherie. En 2005, aidé d'une jeune entrepreneure, Céline Renaud, il crée JMC Lutherie SA. Ses guitares et son haut-parleur Soundboard se vendent désormais aux plus passionnés, dans le monde entier.

TEXTE DIDIER BONVIN

En Afrique, le safari est un favori du tourisme équestre.



L'aventure à cheval

FRÔLER LA CUISSE CHARNUE d'un hippopotame, traverser un troupeau de buffles africains ou encore se mesurer à une girafe au galop, beaucoup de cavaliers émérites n'osaient en rêver. Si, à l'étranger, des agences spécialisées proposent depuis un moment déjà des safaris équestres, en Afrique notamment, la Suisse était en reste. Face à la demande grandissante, le voyageur genevois Vickyh a introduit l'aventure à cheval dans son catalogue (outre l'agence confidentielle Pegasus Reiterreisen & Equitour, à Bâle). Au programme de ces chevauchées, un périple sur mesure, dans tous les pays du continent noir, où la nature exerce tout son pouvoir de séduction. «Le silence des chevaux crée une complicité avec l'environnement.

Une sensation de vertige s'empare de vous lorsque votre monture tressaille, car elle a senti avant vous la présence d'un animal. C'est un lien très fort», explique Claire Buart, auto-proclamée «amazone-voyageuse» et qui établit les itinéraires avec les clients, avant de guider ces expéditions. L'expérience s'avère d'autant plus troublante que la faune sauvage est mieux habituée au bruit des 4x4 qu'au souffle des équidés. Du Zimbabwe au Kenya, la Tanzanie ou le Botswana, différentes formules sont proposées: randonnées à la journée et retour au lodge le soir ou campement itinérant de luxe. De quoi vivre en corps à corps ces pays aux fleuves mythiques, aux oasis profondes et aux paysages ensorceleurs. ●

TEXTE SEMAJA FULPIUS



PRIÈRE

Les moines rassemblés au monastère de Punakha prient pour la paix dans le monde.

À DROITE Au sommet des cols et aux endroits stratégiques, les drapeaux de prière témoignent de la piété de tous.



DESTINATION BHOUTAN

LE **ROYAUME DE L'HIMALAYA** ENTROUVRE DES RÉGIONS FERMÉES IL Y A PEU, AUTORISE L'ACCÈS DE SES MONASTÈRES FABULEUX, INAUGURE DE NOUVEAUX AÉROPORTS ET S'ENORGUEILLIT D'HÔTELS SOMPTUEUX. DESTINATION EXCLUSIVE

TEXTE **RENATA LIBAL** PHOTOS **THOMAS GOISQUE**



QUAND LA NUIT TOMBE SUR GOM KORA, les millions s'égaient comme un envol d'oiseaux rouges et filent vérifier que les lampes à beurre sont bien allumées. Le temple en bois sculpté s'enrobe alors d'un supplément de mystère, avec ces petits halos orangés qui vacillent dans le noir et la senteur entêtante de l'encens au bois de santal. Après la prière du soir, les jeunes garçons – ils sont environ 25 à s'initier là aux enseignements de Bouddha – improvisent une partie de football, à la lumière d'une lampe de poche. Le ballon rond: trait d'union entre tous les gosses du monde... Sauf que ces enfants-là vivent dans un univers encore très clos, tout à l'est du Bhoutan, avec verdure luxuriante à perte de vue. A Gom Kora, un lieu saint dévolu à la méditation, seule la rivière Drangme rappelle que le temps s'écoule et qu'il est d'autres horizons, ailleurs.

Depuis quelques mois pourtant, les moines de l'endroit sont de plus en plus souvent sollicités pour montrer aux visiteurs la caverne où Gourou Rinpoché, le deuxième Bouddha et propagateur de la foi dans la région au VIII^e siècle, a combattu un démon déguisé en serpent. C'est que le Bhoutan, dit «Pays du Dragon paisible» et par ailleurs prospère petit royaume de l'Himalaya, s'inscrit de plus en plus fermement sur la carte des destinations qui font rêver. Et encore davantage depuis octobre dernier, quand le mariage royal a transporté dans le monde entier les images colorées de l'histoire d'amour entre Jigmé Khesar Namagyal Wangchuck, 5^e roi de la dynastie Wangchuck, et sa jeune et ravissante épouse, Jetsun Pema. Les deux jeunes gens ont suivi des formations universitaires en sciences politiques et économie en Europe, en Inde et aux Etats-Unis, où la nouvelle reine s'est même fait une réputation en basket-ball. Mais leur éducation cosmopolite ne les a nullement éloignés de l'art de vivre bouthanais: sa majesté porte le *gho*, la chasuble officielle que les hommes nouent à la taille, et l'écharpe jaune des monarques. Il pratique aussi le tir à l'arc, sport officiel du pays. La reine, elle, ne s'habille qu'en *kira*, cette longue bande de tissu coloré que les femmes drapent en robe.

Leur romance himalayenne a rappelé à tous que le Bhoutan s'ouvre au monde, avec prudence et délicatesse, et qu'il est en train de s'acheminer vers la démocratie, par volonté royale. Etrange pays que ces 38 000 km² montagneux (dont 72 % de forêt), qui se résout à contrecœur à un système électoral, la population rechignant à renoncer au confort du bon roi qui résout tout... La Suisse, tout particulièrement, suit le Bhoutan de près, par une sorte de complicité entre pays montagneux. L'aide suisse au développement y a été très forte, dès les années septante, dans les domaines de l'agriculture, de

FERVEUR

EN HAUT Dans la région sacrée de Bumthang, le temple de Kurjey est réputé pour l'empreinte que Gourou Rinpoché aurait laissée dans la pierre en méditant. Cela en fait un haut lieu de pèlerinage, assidûment fréquenté.

AU CENTRE Le portrait du couple royal est exposé dans chaque maison et tout Bhoutanais a le sentiment que le roi appartient à sa famille.

EN BAS A la tombée du jour, les jeunes moines allument de l'encens et vérifient les lampes à beurre, ici au temple de Gom Kora, dans l'est du Bhoutan.





Le Bhoutan se refuse au profit rapide, l'important, c'est le bonheur

la sylviculture et de la santé. Dans la région sacrée de Bumthang, au centre du pays, là où les légendes religieuses sont les plus intenses, on dit même que si l'herbe est si verte dans la vallée, c'est que les Suisses y ont introduit le trèfle, pour fournir de la pâture aux vaches locales, croisées depuis avec notre race de brunes.

Le Bhoutan n'est accessible au tourisme que depuis les années quatre-vingt. Les visiteurs se concentrent sur les monuments célèbres, proches des villes principales, Paro et Thimphu. Or, depuis peu, d'autres districts s'essayaient aussi à la confrontation avec les étrangers, dont l'est du pays. En décembre dernier, deux petits aéroports pour lignes intérieures ont ouvert à Trashigang et Bumthang, désenclavant ces terres agricoles où poussent maïs, mandarines et bananes vertes. Il devient ainsi possible d'éviter les quelques vingt-sept heures de mauvaise route nécessaires pour traverser le pays en voiture. Du coup, les agences de voyages étoffent leur offre: attention, les touristes arrivent!

Un modèle de développement alternatif

Mais ils arrivent sur la pointe des pieds. Ils n'étaient que 27 000 l'an dernier en provenance des pays à devise forte (un revenu estimé à 80 millions de dollars) et il n'est pas question d'ouvrir grand les portes aux hordes de backpackers: les autorités sont terrifiées par l'exemple du Népal tout proche, qui ne sait plus comment juguler la saleté du pays, la prostitution, la corruption... «Voilà exactement ce dont nous ne voulons pas!», explique Karma Galay, un politologue brillant attaché au gouvernement, expert de l'élaboration du fameux indice de Bonheur National Brut (BNB), qui conditionne toutes les décisions politiques. «Nous avons la chance d'avoir entamé notre développement très tard et de pouvoir profiter de l'expérience des autres pays. Et nous avons réalisé que le profit rapide ne rendait pas forcément la société heureuse. Alors, nous essayons d'instaurer un modèle de développement alternatif, qui ne soit pas uniquement

fondé sur la richesse.» Ces derniers trois ans, le Centre d'études bhoutanaises a développé un modèle de calcul qui inclut des données objectives (comme le niveau de santé, de scolarisation, de préservation de l'environnement), et des données subjectives (comme le rapport harmonieux au temps ou la confiance dans les liens de famille). La dernière étude, en 2010, évalue ce fameux indice à environ six sur dix. Pas si mal, mais la marge d'amélioration est possible!

En matière de tourisme, cette approche a induit une politique résumée par la formule gouvernementale «high value, low impact» – beaucoup de valeur, peu d'impact. Chaque voyageur doit dépenser un minimum de 250 dollars par jour et par personne et ne se déplacer qu'en compagnie d'un guide local. Voilà qui trie les candidats à l'aventure... Chaque nouveau projet est, lui aussi, évalué à l'aune de ses retombées sur la population et l'environnement. Un exemple, parmi une myriade: une route va être construite, dans l'est du pays justement, qui mène vers les villages semi-nomades de Merak et Sakteng, où vivent les éleveurs de la tribu Brokpa – que l'on reconnaît aisément, lors des jours de fête, à leur chapeau en feutre de yak, dont s'échappent des tresses de laine comme autant de gouttières antipluie. Ces tribus sont aujourd'hui scolarisées à 80 % et bénéficient du système de santé public. Mais comment les faire participer à l'aventure touristique sans dénaturer leur mode de vie? Lungten Donrji, préfet de cette grande région de Trashigang et Sakteng, explique sa stratégie: «La route s'arrêtera à trois heures de marche des villages. Cela permettra de préserver les pâturages et l'écosystème fragile de la région, encouragera les visiteurs à prendre leur temps et incitera les villageois à développer une offre de transport en yak, de nuitée chez l'habitant ou de guide local. Il est crucial que la communauté puisse bénéficier de la manne touristique, pas seulement le chauffeur de taxi qui dépose ses clients là pour deux heures.» Cette manière de freiner la modernité peut paraître candide, mais tout est ainsi au Bhoutan: des solutions sur mesure, brodées au petit point. Dans le même ordre d'idées, on incite les villageois à produire du fromage de yak à pâte dure (à la place de l'actuel fromage fermenté à l'odeur surpuissante), histoire de pouvoir alimenter les visiteurs de gourmandises locales. Voyageurs de l'été prochain, faites savoir si le projet a fonctionné!

En traversant le pays de part en part, force est de constater que cette pratique du tourisme au compte-goutte (le «quality tourist» ou «touriste de qualité» comme on dit là-bas) induit une relation tout à fait particulière entre les habitants et les visiteurs. Pas un enfant de village ne tend la main pour mendier, pas un marchand qui surjoue son offre, pas l'ombre d'un sentiment d'hostilité. Les jeunes parlent anglais (langue de l'enseignement scolaire) et quelques mots de civilités s'échangent volontiers avec les Occidentaux de

EMBLÈMES

À GAUCHE Le temple de Taktsang, dit «Nid de la Tigresse», près de la ville de Paro, est le lieu le plus visité du pays. Après qu'il a brûlé lors d'un incendie, en 1998, il a été rebâti à l'identique, les foules de bénévoles ayant aidé à transporter le matériel sur le chemin d'accès, très escarpé.

À DROITE Une femme de la tribu nomade Brokpa, reconnaissable à son chapeau en laine de yak, dont les tresses servent de gouttière.



passage. Quand ceux-ci débarquent au hasard lors de danses festives, le chef du village les invite sans façon sous la tente officielle et le danseur costumé en singe fait des bons de bienvenue. Même les plus petits troquets sont avenants, comme le Jewong Food & Lodging, près du col de Thrumshing La. A 3750 mètres d'altitude, le brouillard est souvent épais comme du coton et le vent souffle, glacé. Quand des voyageurs s'arrêtent pour boire un thé sucré au lait, les gens du coin se serrent autour du poêle pour leur faire une petite place devant la télévision. Ce jour-là, l'unique chaîne nationale retransmettait en direct des images d'un festival de danses religieuses, auquel assistait le couple royal. On voyait le roi et la reine, accroupis dans la foule, devisant avec les villageois. C'est comme ça, le Bhoutan: une sorte de gentillesse évidente, érigée en valeur nationale. Et une fierté à promouvoir la culture du pays.

Mais il n'y a pas que des gargotes sympathiques, au Bhoutan. Pour ceux qui tiennent à leur confort, les hôtels de luxe se sont multipliés, avec, toujours, la valorisation d'un art de vivre local: par exemple, les fameux bains de pierres chaudes, où l'on s'immerge dans une vasque de bois en pleine nature, pendant que le préposé au feu chauffe les pierres sur la braise. La chaîne hôtelière Aman, réputée pour son raffinement et son sens des emplacements sublimes, a été la toute première compagnie étrangère à être autorisée dans le pays, en 2001. Elle compte aujourd'hui cinq lodges überluxueux dans le pays, construits avec une austérité presque monacale pour ne pas concurrencer l'exubérante architecture locale, très portée sur les décorations florales et les dragons sculptés dans les boiseries. A Bumthang, le petit hôtel jouxte un monastère et les voyageurs sont conviés à partager la prière du soir des moines; à Thimphu, le personnel donne des cours bénévoles d'anglais et de maths dans les écoles et les touristes sont bienvenus pour y participer. «Notre philosophie implique une grande intégration dans la communauté, explique John E. Reed, responsable de la chaîne au Bhoutan. Nous avons formé les paysans locaux pour produire les légumes qu'il nous faut, nous employons des cueilleurs pour trouver le cresson sauvage ou les fraises, nous nous investissons beaucoup dans la formation hôtelière ou les campagnes de nettoyage des sentiers naturels. Avez-vous goûté notre carpaccio de yak, ce midi?» Ce cocon de raffinement permet de s'imprégner du mode de vie local, sans jamais se départir du service haute couture. Du coup, l'offre draine une clientèle aisée, attirée par la profondeur historique et spirituelle du pays, mais qui ne serait jamais venue s'il fallait loger dans de petites pensions.

Mais quel que soit le nombre d'étoiles du gîte, l'expérience bhoutanaise est évidemment ailleurs, avec deux atouts fabuleux: une nature très préservée et une intensité culturelle, religieuse, sans comparaison. En matière de paysages, les adeptes du trek sont inta-

Les drapeaux rituels claquent près des cours d'eau, **dispersant les mantras dans le vent**

rissables sur la splendeur des sommets de l'Himalaya, que l'on voit au loin, en traversant des cols sauvages et fleuris, au printemps, de pavots géants. Il n'est cependant pas besoin d'expérience extrême pour s'immerger dans une végétation luxuriante et parfumée. Des sentiers de randonnée sont accessibles partout (et bien balisés!), qui permettent de flâner dans les rizières sur le chemin d'un monastère ou de s'enfoncer, au printemps, dans de fabuleux jardins de rhododendrons. La vallée de Phobjikha, dans l'ouest du pays, se prête tout particulièrement à des explorations bucoliques et fait le bonheur des ornithologues. C'est aussi là que, entre novembre et janvier, hibernent les grues à cou noir, élégantes sur leurs longues pattes, parmi les troupeaux de vaches. Toute cette région n'a été connectée à l'électricité que l'an dernier, car les lignes à haute tension ont été enterrées, pour justement préserver les couloirs de migration de ces oiseaux de bon augure – un travail de titan. A la jumelle, on suit le ballet aérien de ces échassiers que l'on croirait échappés d'une peinture murale bouddhiste, tant ils sont raffinés. La croyance locale assure d'ailleurs que les vols de grues font trois fois le tour du monastère sur la colline (dans le sens des aiguilles d'une montre, comme le veut le rituel) à chaque fois qu'elles arrivent du Tibet, en signe de piété.

Trois jours de prière, presque sans pause

La piété, justement! Nulle part au monde sent-on vibrer une telle ferveur religieuse assortie d'une si douce bienveillance et d'un réel goût pour le magique et la superstition. Le voyage est rythmé par le tintement des moulins à prières, tandis que les drapeaux rituels claquent dans tous les endroits propices, dispersant les mantras dans le vent. Dans le Dzong (la bâtisse majestueuse qui, dans chaque district, abrite le pouvoir civil et religieux) de Punakha, ce jour-là était spécialement dédié à une prière pour la paix dans le monde. Après la brève pause de midi, les moines accouraient de toutes parts à l'appel

TOURISME

A DROITE Traverser le Bhoutan au guidon d'une Royal Enfield: un vrai rêve de motard! Qu'il est possible de réaliser depuis peu.

EN HAUT À GAUCHE Les voyageurs sont ébahis devant les fresques dans les temples, si raffinées (ici, une représentation de la longévité, à l'entrée du temple de Punakha).

EN BAS À GAUCHE Le traditionnel bain de pierres chaudes, avec vue sur la vallée de Phobjikha, une prestation de l'hôtel de luxe Amankora.



TRADITION

À GAUCHE Deux moines observent la cour intérieure du monastère de Trongsa.

À DROITE Un jeune homme interprète la danse rituelle des dieux de la mort.

du fouet dont l'intendant battait le sol. Dans un ballet fantomatique pour recouvrir leur robe rouge d'une toge orange, les moines s'installaient pour psalmodier des prières devant la statue du roi et celle de Trulku Jigme Choedra, le 70^e chef spirituel du pays. Un spectacle, un chant à donner des frissons. Ugyen Tschering, un jeune homme de 27 ans, historien érudit, féru de langues modernes et de moto, regardait la scène avec presque une lueur d'envie: lui aussi, tout laïc et passionné du monde qu'il soit, pratique la prière chaque matin durant quarante minutes, avant de partir travailler. Le soir, il enchaîne les prosternations, paumes et front au sol, pour atteindre le nombre de 100 000 – celui qui assure santé et esprit clair au pratiquant. Il en est à 59 000 à ce jour. «Je me sens déjà plus léger, dit-il. Et c'est une belle leçon d'humilité que de s'agenouiller ainsi régulièrement.»

Même pour les non-bouddhistes, les non-croyants, la visite des temples et monastères relève d'une expérience troublante, tant les lieux sont imprégnés de spiritualité et de mystère. Car aux enseignements religieux viennent se superposer d'incroyables légendes où les démons sont domptés pour devenir des déités protectrices, où les chapelets rompus deviennent des cascades où rebondissent des millions de perles de prières. Et que dire des fresques? Sinon que leur raffinement incite à une étrange paix de l'âme. Une magie particulière se dégage de cette confrontation entre l'art humain et la majesté des paysages. Là aussi: leçon d'humilité...

S'il fallait n'en choisir qu'un sur les 3400 temples du pays, c'est évidemment Taktsang, dit «Nid de la Tigresse», qu'il faudrait visiter. Perché sur une falaise vertigineuse, près de la ville de Paro, le bâtiment se confond avec la pierre et semble effectivement avoir été posé là par une volonté surnaturelle: la légende veut que le monastère soit lié aux rochers par les cheveux des créatures célestes qui y ont apporté les matériaux de construction, au XVII^e siècle, par la voie des airs. Sur le chemin escarpé qui y mène (1 h 30 de marche soutenue), on croise parfois un village entier de paysans du Ladakh, avec leurs longues tresses et leurs superpositions de jupes en laine, venus là dans le pèlerinage d'une vie. Une fois au sommet, le moine devant l'autel vous accueille, comme eux, d'une bénédiction et d'une goutte d'eau consacrée, qu'il verse dans votre paume pour que vous puissiez en boire une gorgée avant de vous l'appliquer sur la tête. Au retour, changement d'ambiance: une centaine d'étudiants du Goeddu College of Business viennent en procession, après les examens de fin d'année, endimanchés, derrière le moine qui psalmodie. Ils babillent sur leur téléphone mobile, mais s'arrêteront pour vous interpeler. Alors, vous entendrez une fois de plus la même plaisanterie: «Ah, la Suisse! Nos pays alpins sont très proches. Mais avec une différence: vous avez les montres, nous avons le temps!» Deux visions du bonheur. ☺

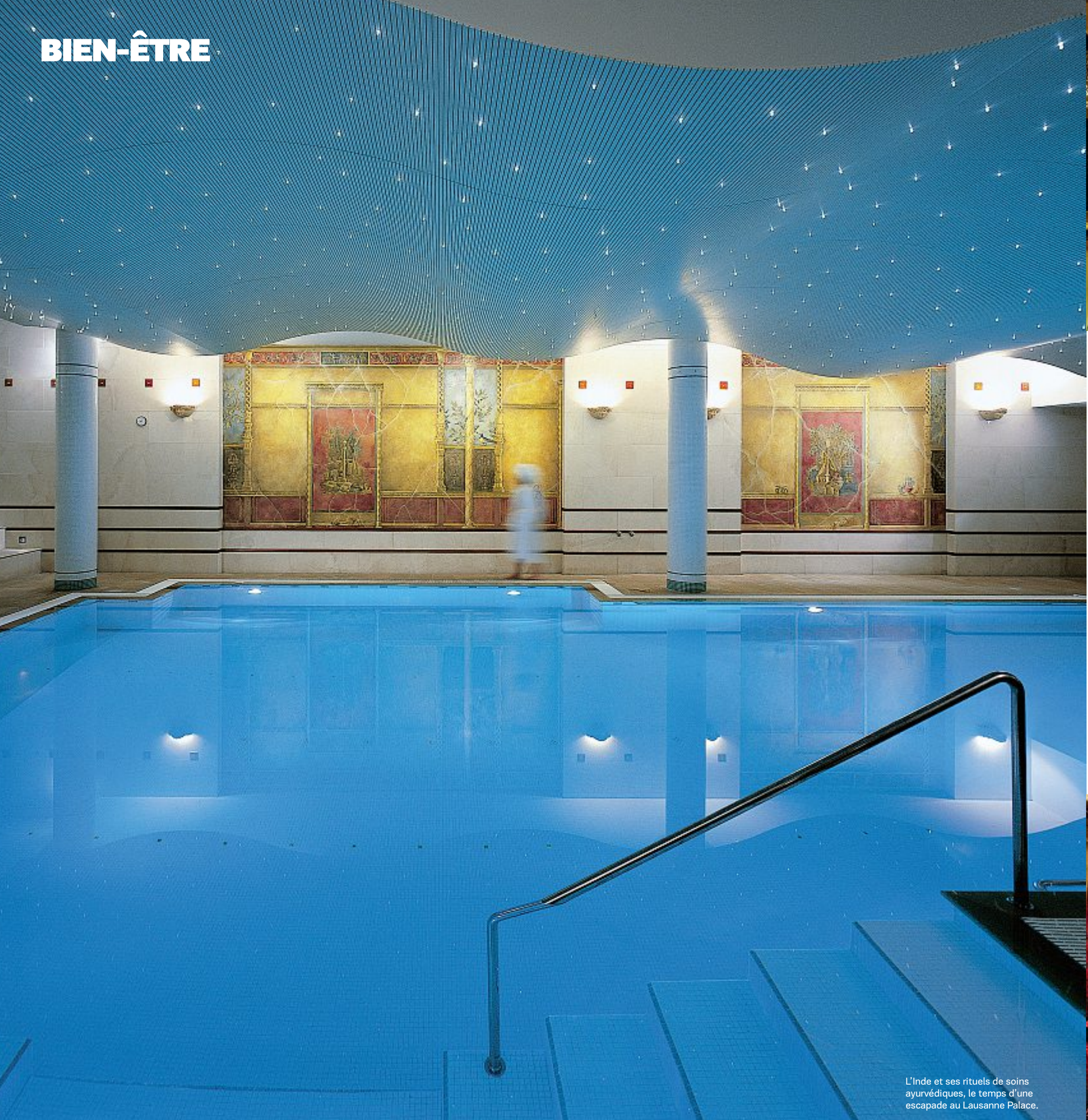


Dessins symboliques sur les habitations.

Check list: On ne repart pas du Bhoutan sans avoir...

- pris un **bain aux pierres chaudes**. Il y en a un rustique au Rinchenling Lodge, à Bumthang; un parfumé aux feuilles de camphre au Nak-Sel Boutique Hotel, à Paro (un hôtel presque luxe 100 % bhoutanais); mais le plus fabuleux reste celui de l'Amankora de Gangley, dans une cabane de pierres sèches, en pleine nature, qui s'ouvre sur un panorama exceptionnel. A faire à deux, à la lueur des bougies.
- photographié l'un des nombreux **phallus roses**, énormes et joyeux, peints en guise de protection sur les façades des maisons.
- assisté à la **danse sacrée des tambourins** (Dramtse Ngacham), chorégraphiée selon le rêve d'un homme saint, au XVI^e siècle et inscrite au Patrimoine de l'UNESCO.
- participé à une **prière des moines**.
- déjeuné dans une **vraie ferme**, comme celle de Sangay Dem, qui sert un thé salé au beurre redoutable, dans la vallée de Phobjikha.
- acheté de l'**essence de citronnelle**, de l'encens au bois de santal et un moulin à prières portatif.

BIEN-ÊTRE



L'Inde et ses rituels de soins ayurvédiques, le temps d'une escapade au Lausanne Palace.

10

SPAS QUI INVITENT AU VOYAGE

DES RITES SCANDINAVES, UNE ESCAPADE TIBÉTAINE OU UNE BALADE NIPPONE, À DEUX (S)PAS DE CHEZ SOI

TEXTE RACHEL BARBEZAT



1 Rituels de l'Inde à Lausanne

L'invitation au voyage Un coup de blues hivernal justifie amplement un aller-retour en Inde pour rééquilibrer ses chakras. Mais si l'on manque de temps, l'harmonisation des énergies proposée par le CBE Concept SPA (membre du groupe des Leading Spa) est aussi très efficace. Porte indienne sculptée et tentures blanches, la féerie est totale. Côté soins, le Shirodhara, qui «guérit» le troisième œil, ou bien le Shiroshampi, un massage du cuir chevelu, ou enfin le Mardanamarma, destiné à faire circuler les forces vitales dans tout le corps, sont tout aussi dépayés.

Le plus La consultation ayurvédique (contrôle du pouls) suivie de conseils pratiques et diététiques. Et le Spa Bar & Lounge Yogi Booster, idéal pour s'assurer une alimentation équilibrée issue de la culture bio. Les traitements et l'espace Kid's Corner.

On s'offre Le soin du visage Green Science, d'Aveda.

Et tant qu'à faire On réserve le package Royal Spa Suite pour deux personnes (durée: 3 heures).

Le Lausanne Palace & Spa, Grand-Chêne 7-9, Lausanne, tél. 021 331 31 31, www.lausanne-palace.com

2 Zénitude du Japon à Interlaken

L'invitation au voyage Le Japon est le pays du monde qui se passionne le plus pour la peau satinée. Là-bas, la disgrâce des bras rugueux et des joues sèches tient plus du blasphème que de la faute de goût. En route donc pour une opération douceur tout en profondeur. Le soin phare est «Indulgence de soie», proposé par le Sensai Select Spa, havre de zénitude à la déco japonisante. Durant trois heures, le visage et le corps sont nettoyés, exfoliés avec de délicats gants de soie, massés à la poudre de soie et hydratés.

Le plus Un espace de 5500 m² dédié à la beauté. Perfection ultime de ce «Leading spa of the world», la vue magique sur le massif de la Jungfrau et les chambres qui offrent toutes un accès direct au spa.

On s'offre Le soin après-Spa Sensai Silk, une lotion adoucissante et hydratante, de Sensai Kanebo.

Et tant qu'à faire On découvre le programme follement alléchant: «72 heures sans quitter ma robe de chambre», valable jusqu'au 31 mars 2012.

Le Victoria Jungfrau Grand Hotel & Spa, Höheweg 41, Interlaken, tél. 033 828 28 28, www.victoria-jungfrau.ch

3 Senteurs de Polynésie à Genève

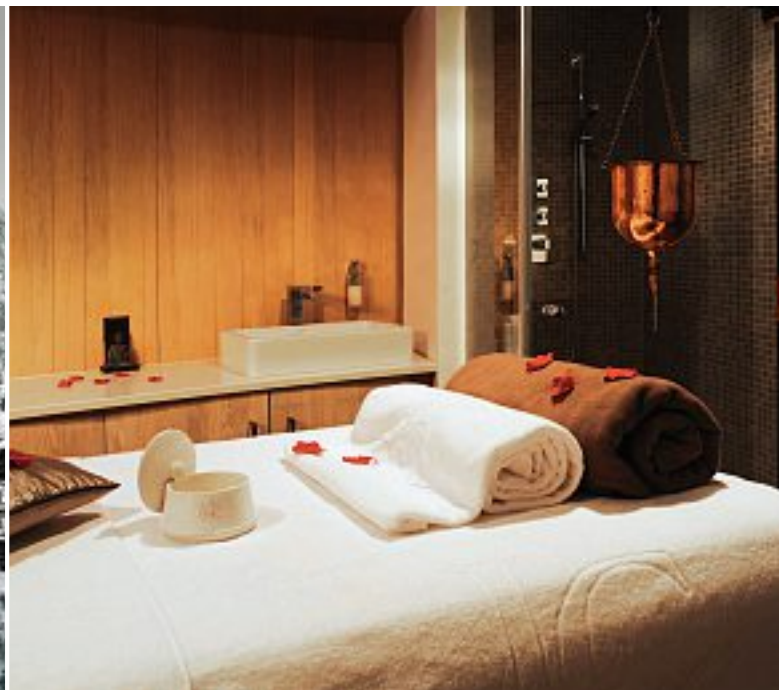
L'invitation au voyage Ah, Bora-Bora! Ses plages, ses vahinés, ses colliers de fleurs de tiaré! Le moment semble tout indiqué pour effectuer une croisière «bien-être en Polynésie»: la peau se fait douce après un gommage au sable fin de Bora-Bora, le corps se régénère grâce au divin enveloppement maori au beurre de mangue et l'esprit s'apaise au massage Sweet Lomi à la fleur de frangipanier. bercé par les effluves de monoï, on croirait entendre le ukulélé.

Le plus Sa situation sur les rives du Léman et ses 2000 m² avec piscines intérieure et extérieure, hammam, sauna, courts de tennis, salon de coiffure et garderie. Sa cure personnalisée Better Aging, contre le vieillissement ou pour gérer les variations de poids.

On s'offre Le soin après-spa anti-âge novateur Cellular Power Infusion, de La Prairie.

Et tant qu'à faire On cède aux sirènes de la «glamouritude» en s'offrant un soin du visage Radiance or pur, à base de vraies gouttes d'or.

La Réserve Spa, route de Lausanne 301, Bellevue, Genève, tél. 041 22 959 59 59, www.lareserve.ch



4 Nirvana du Tibet à Lucerne

L'invitation au voyage Faut-il gravir les sommets himalayens pour atteindre le nirvana? Non! Il suffit de se rendre dans l'un des six cottages Sparkling Wellness situés sur les rives du lac des Quatre-Cantons. Dans ces «temples du bien-être» de 70 m², des soins ancestraux sont prodigués par des thérapeutes tibétains. Du Tsampa Scrub, gommage aux herbes et sel fin de l'Himalaya, au Ku Nye, un massage à l'huile suivi par des pressions effectuées à l'aide de sachets d'épices, de bâtons et de galets, le choix des soins nirvaniques est vaste.

Le plus La piscine extérieure en pierre naturelle noire, le jardin de méditation japonais ou le «Königskinder», une initiation au spa pour les minirois et reines.

On s'offre Le soin après-spa Splash de bambou énergisant, hydratant et énergisant signé Kenzoki.

Et tant qu'à faire On déguste des grands crus dans le cellier de l'établissement avant de savourer un repas équilibré dans l'un de ses restaurants gastronomiques.

Park Hotel Weggis, Sparkling Wellness Spa, Hertensteinstrasse 34, Weggis, Lucerne, tél. 041 392 05 05, www.phw.ch

6 Essences du monde à Flims

L'invitation au voyage L'Amérique, l'Inde ou l'Asie... Les tentations lointaines ne manquent pas dans ce Leading Spa of the World qui s'étend sur 2500 m², à l'Hôtel Waldhaus: le traitement indien LaStone, à base de pierres chaudes, les massages ayurvédiques ou hawaïens, le shiatsu japonais et les stimulations des points d'énergie selon les techniques thaïes. Et si l'océan manquait à certains, le spa propose le Lagoon Bath, un bain d'eau de mer authentique.

Le plus La piscine intérieure entourée d'un cube de verre transparent, qui offre une vue spectaculaire sur les montagnes, et le sauna «creusé» à même la terre, qui donne sur un bassin d'eau de source.

On s'offre Le soin après-Spa Masque Crème à la Rose Noire de Sisley, à l'action lissante et repulpante.

Et tant qu'à faire On dévale les pistes du domaine skiable des Grisons entre Flims, Laax et Falera, et on dîne dans l'un des six restaurants du complexe hôtelier (14 et 17 au Gault Millau pour deux d'entre eux).

Hôtel Waldhaus Mountain Resort & Spa, Le Delight Spa & Beauty, Via dil Parc 3, Flims, tél. 081 928 48 48, www.waldhaus-flims.ch

5 Beautés du Brésil à Montana

L'invitation au voyage Période de carnaval oblige, un petit stop du côté de Rio s'impose. Si la plage d'Ipanema, la samba et le jet-lag ne figurent pas au programme du Spa des Cinq Mondes de Crans-Montana, le massage amincissant à la crème de café, l'enveloppement drainant et raffermissant à l'argile et aux algues sont quant à eux 100 % brésiliens. Et pour ce qui est de l'esprit festif «Brasil», on peut toujours aller se trémousser au célèbre Carnaval de Sion!

Le plus Le spa, qui propose des soins du monde entier, le cadre sublime dans lequel le mélange de pierre et de bois confère à la déco un côté cosy et luxueux, et la piscine extérieure chauffée, qui donne l'impression de nager entre ciel et montagne.

On s'offre Le soin après-spa du visage Eclat aux Cinq fleurs, de la gamme Cinq Mondes, hydratant et lissant.

Et tant qu'à faire On visite la vintothèque de l'hôtel, réputée pour sa sélection des meilleurs crus de monde et de la région, avant de réserver un dîner à la table d'hôte dans la cuisine du Restaurant Le Mont-Blanc.

Le Crans Hotel & Spa, Spa des Cinq Mondes, Plans-Mayens, Crans Montana, tél. 027 486 60 60, www.lecrans.com



7 Salsa cubaine à Genève

L'invitation au voyage Nul besoin d'être un virtuose des danses latines ou de se trouver à Cuba pour entamer un pas de deux «caliente» et se sentir enveloppé dans la moiteur torride d'une nuit à La Havane. A l'occasion du soin Salsa, élaboré par le Spa After the Rain, les corps sont massés au beurre de chanvre dans une cabine double, puis immergés dans un bain de La Havane, le tout accompagné d'un mojito et d'un cigarillo... en chocolat! A ceux qui préféreraient les danses de salon accessoirisées d'une coupe de champagne, on recommande le soin Valse de Vienne. Et pour les amateurs de déhanchement stylé et passionné, le soin Tango s'avérera parfait.

Le plus L'originalité et la diversité des soins proposés ainsi que l'emplacement, au cœur de Genève.

On s'offre L'Élixir pour l'humeur Ailleurs, au jasmin, bois de santal, vanille et orange douce.

Et tant qu'à faire On opte pour l'option «délivrer la boutique Louboutin», de l'autre côté de la rue.

After The Rain, Urban Day Spa, passage des Lions 4, Genève, tél. 022 819 01 50, www.aftertherain.ch

8 Essences de Suisse à Villars

L'invitation au voyage L'envie de crapahuter dans les alpages vous taraude, vous rêvez de délaissier la jungle urbaine pour humer des fleurs sauvages, et l'air pur des Alpes est synonyme de bonheur? Les soins Pure Altitude, du Spa by RoyAlp, sont à base d'edelweiss, prisé pour ses vertus régénérantes et protectrices, et parfois associé à la mélisse, la menthe ou la gentiane. Elixir Minéral, Eclat de Givre ou Blanc comme Neige, leur nom fleurissent les sommets suisses et invitent à la découverte.

Le plus La piscine couverte donnant sur une cheminée, les formules originales pour les couples ou les amis, comme le soin Fleur des Neiges, ou le programme Royalp Beauté sur une demi-journée.

On s'offre Le Masque Précieux, de Cellcosmet-Cellmen, unifiant et révélateur d'éclat.

Et tant qu'à faire On s'immerge totalement dans la «suissitude» en testant un soin Swiss Elasto-Collagène Intensif, pour assouplir la peau.

Chalet RoyAlp Hôtel & Spa, Domaine de Roche-grise, Villars-sur-Ollon, tél. 024 495 90 90, www.royalp.ch

9 Saunas de Scandinavie à La Lenk

L'invitation au voyage Les forêts de pins, les grandes étendues de neige et les massifs montagneux évoquent des paysages nordiques et, bien qu'il se situe dans les Alpes bernoises, le Lenkerhof Alpine Resort qui s'y trouve a pour spécialité le plus populaire des rituels de détente scandinave: le sauna. Du sauna finnois à 95° en passant par le sauna bio, le sauna aux herbes ou encore la grotte de soufre ou de glace, l'hôtel offre «sept possibilités de transpirer... en beauté!»

Le plus La piscine extérieure et la source sulfureuse de Balmen, qui alimente le centre thermal de l'hôtel et le Restaurant Spettacolo, coté 16/20 au Gault Millau.

On s'offre Le Masque Baume dépurant, de Clarins, qui retend et redessine l'ovale du visage en dix minutes.

Et tant qu'à faire On active notre circulation sanguine en se fouettant avec des branches de bouleau (tradition finlandaise), on dévale les 185 km du domaine skiable ou on s'enveloppe de boue à l'eau soufrée de La Lenk.

Lenkerhof Alpine Resort, 7 sources Beauty & Spa, Badstrasse 20, Lenk im Simmental, tél. 033 736 36 36, www.lenkerhof.ch



Des rituels issus de pays lointains viennent désormais enrichir la panoplie des soins proposés par les spas en Suisse

Histoire

A l'origine du spa, les eaux thermales

Avant les spas, en Suisse, il y avait les bains... «Depuis l'époque romaine, le thermalisme a subi un phénomène de modes, explique Irène Keller-Richner, spécialisée dans l'histoire des espaces thermaux suisses. Des phases d'engouement ont été suivies par des périodes de désamour, lors de récessions, de guerres, mais aussi pour des problèmes de mœurs ou d'hygiène.» La vague actuelle de soins lointains est le dernier avatar de la tradition des traitements à base d'eau en Suisse. Les thermes les plus anciens ont été découverts à Baden, en Argovie, et remontent à la période romaine. Jusqu'au XV^e siècle, ces thermes servaient de substitut aux salles de bains – bien que peu hygiéniques! – comme les sources chaudes de Loèche-les-Bains en Valais. Puis, peu à peu, les bains sont devenus des lieux mondains.



Loèche-les-Bains, en Valais, au début du XX^e siècle.

Des traités historiques rapportent que dès le XVII^e siècle, la bourgeoisie allait «prendre les eaux» en Argovie, à Schinznach-Bad, pour y débattre de l'évolution de la société. Des médecins (dont le fameux Paracelse) ont prôné les vertus des sources chaudes dès le XVI^e siècle, mais il faudra attendre le XIX^e pour que les thermes suisses s'orientent vers la santé et que naisse finalement le tourisme thermal. L'expression latine *Sanitas per aquam* (Spa – santé par les eaux) prit alors tout son sens. Depuis une cinquantaine

d'années, les soins médicaux ont intégré les bains, en rééducation postopératoire, contre les rhumatismes, mais aussi contre les maladies du stress. Du bienfait médical au bien-être, il n'y avait qu'un pas. Les thermes sont devenus synonymes de loisir (Lavey, Yverdon, Saillon...), de luxe et de détente. Bénéficiant d'une longue tradition et d'une grande richesse naturelle, tout hôtel de luxe suisse propose désormais un spa – quitte à chauffer l'eau à défaut d'avoir une vraie source thermale naturelle à 19°. *Hélène Béziat*

10 Hammam du Maroc à Zermatt

L'invitation au voyage Découvrir l'Orient et ses rituels envoûtants alors que l'on se trouve à 1620 mètres d'altitude dans le Haut-Valais est une prouesse facilement réalisable. Lumière tamisée, nuage de vapeur et colonnes en marbre, pas un seul détail ne manque à la déco du hammam conçu dans le nouvel espace wellness du Cœur des Alpes. Ne vous attendez pas à partager votre bain avec des inconnus et ne cherchez pas de masseurs, il n'y en a pas! Le périple se fait dans une cabine en duo, façon Shéhérazade et le Sultan. Le programme s'improvise entre bains purificateurs, gommage au rhassoul, pour conclure en se prélassant sur des dalles chaudes, enveloppé d'une douce et orientale torpeur.

Le plus Le jacuzzi, face au Cervin, et la déco rétro-moderne signée de l'artiste et designer Heinz Julen.

On s'offre Le Musk Eau de Toilette Spray, de Kieh'l's, à base de fève tonka, de patchouli blanc et de musc.

Et tant qu'à faire On prend le téléphérique du Petit-Cervin, pour le «panorama spectaculaire».

Le Cœur des Alpes, Zermatt, tél. 027 966 40 80, www.coeurdesalpes.ch

les bonheurs pour moi ?



Partez serein, revenez heureux

Nous nous occupons de vous depuis 60 ans

Un voyage ne s'improvise pas! Club Med s'engage et garantit vos vacances quoi qu'il arrive: changement de séjour vers une destination de même confort, assurance avant départ incluse et G.O expérimentés qui vous prennent en charge en toute situation. Depuis 60 ans la force du tout compris by Club Med vous assure le bonheur de vos vacances. Retrouvez-nous sur www.clubmed.ch ou au 0840 841 842 (tarif local).

Club Med 
tous les bonheurs du monde



L'hôtel de luxe L'and Vineyards.



A Evora, le charme à l'ancienne
Face au temple de Diane et ses colonnes romaines: **la Pousada de Evora**. Dès 1940, sous la dictature de Salazar, des hôtels ont été improvisés dans des châteaux et couvents. Ce réseau a été privatisé et sourit aux romantiques amateurs de lourdes tentures et de meubles patinés par le temps. De 120 à 300 fr. la chambre, www.pousadas.pt



A Montemor-o-Novo, un art de vivre viticole
Une cave superbe, mais aussi un spa entièrement basé sur la vinothérapie. Le **L'and Vineyards** propose un concept d'art de vivre autour du vin, incluant gastronomie et design. Les chambres sont conçues pour que le paysage s'inscrive dans les baies vitrées comme un tableau géant. Dès 200 fr. la suite, www.l-andvineyards.com/pt



Près de Beja, la pause détente
Ambiance lounge et spa au **Malhadinha Nova**. Choyés par la famille Soares, on monte à cheval, prend des cours de cuisine, se prélassa au bord de la piscine. Et surtout on déguste des vins produits sur place. Les crus visent le haut de gamme, sous la conduite de l'œnologue-conseil Luis Duarte, www.malhadinhanova.pt



Près de Beja (route de l'Algarve), les saveurs
Le domaine Grous: hôtel, restaurant et cave se partagent une partie des 700 hectares où paissent les bœufs «alentejana» et les porcs «patanegra». La viande des premiers rassasie les touristes et même si le groupe hôtelier a été fondé par un riche allemand de Francfort, le meilleur du cochon finit en jambon... espagnol! www.herdedadosgrous.com

En Alentejo, terre de vins solaires

EN PLEIN CŒUR DU PORTUGAL, L'ALENTEJO SE PROFILE EN RÉGION PHARE DU TOURISME VITICOLE: HÔTELS SOMPTUEUX, DOMAINES ACCUEILLANTS ET BONNES TABLES... NOTRE ITINÉRAIRE

TEXTE PIERRE THOMAS

ON PEUT rejoindre l'outre-Tage (traduction littérale du mot Alentejo) sans forcément faire une halte dans Lisbonne. Dommage, tant la «ville blanche», décor de cinéma cher à Wenders et à Tanner, est envoûtante. Mais tant pis, filons de l'aéroport international (relié à Genève par vols directs) vers l'arrière-pays, après avoir franchi le Tage et sa lagune sur l'impressionnant pont Vasco de Gama. Evora n'est qu'à une heure et demie de route (et de train!). C'est la capitale de l'Alentejo. Une ville faite de maisons basses crépies à la chaux, aux encadrements de granit, et inscrite au Patrimoine mondial de l'UNESCO. Mais surtout la cité (40 000 habitants à peine) se profile comme le centre de l'œnotourisme au Portugal. Ses nombreuses bonnes tables mettent le vin local à l'honneur grâce au talent d'une génération de jeunes chefs, et des hôtels de charme invitent à faire une escale de plaisirs.

Dans les environs de la ville, de magnifiques résidences sortent de terre. Tout beau, tout neuf! L'été passé, un splendide hôtel s'est ouvert à Montemor-o-Novo, clé de voûte de cette volonté de mettre en valeur le patrimoine viticole, en l'associant à un style de vie élégant. Dessiné par le célèbre architecte brésilien Marco Kogan, le L'and Vineyards est plus qu'une résidence: un véritable concept autour du vin et de la vinothérapie. La moitié de ses 22 suites propose un toit ouvrant, pour dormir à la belle étoile. Au sud d'Evora, près de Reguengos de Monsaraz et du lac artificiel d'Aquelva,



ENRICHIR SA CAVE

Tous les domaines cités dans cette page font d'excellents vins. Mais inutile de compter sur des prix cassés. A titre d'exemple, comptez entre 21 fr. 50 (Reserva 2008 d'Esporão) et 45 fr. (Reserva 2009 de Grous, et l'assemblage de Maladinha 2008).

un autre paradis viticole déroule son tapis vert: le domaine d'Esporão et ses 450 hectares d'un seul tenant. Ce printemps, un restaurant luxueux s'ouvrira sur ce paysage, juste à côté de la «winery». Le golf recevra ses premiers joueurs d'ici à Pâques, et une centaine de chambres seront disponibles, en partenariat avec le groupe Alila (Singapour), pour une clientèle internationale sélect, dans ce qui a été le domaine de chasse de l'avant-dernier roi du Portugal, Charles I^{er}. D'ores et déjà, plus de 15 000 personnes par an visitent le domaine, planté en 1973.

Des vins riches et solaires

C'est qu'à lui seul, le vin vaut le déplacement. Comme toutes les régions viticoles d'Europe, l'Alentejo connaît une montée en gamme. La vigne est présente sur 22 000 hectares (Suisse: 15 000 ha). Les vins rouges, corsés, sont à base des cépages alicante bouschet, trincadeira, touriga nacional et aragonez (le tempranillo espagnol). Ils peuvent être assemblés à des variétés internationales (cabernet sauvignon et syrah). Grâce au climat, certes chaud, mais influencé par les vents de l'Atlantique, ces rouges riches en alcool (14% et plus) gardent une bonne fraîcheur et sont arrondis par l'élevage en barriques de chêne. La région est partagée entre la DOC (appellation d'origine contrôlée) Alentejo, qui fournit un tiers du volume, et les vins de pays «vinho regional alentejano». Des saveurs d'exception qui incitent à s'attarder dans ces paysages brûlés par le soleil, alternant grandes cultures et vignobles. Le regard se pose sur les troncs des chênes-lièges: le Portugal est le principal producteur mondial de bœufs... C'est un signe! ☉

Toqués de belles toquantes

L'ANNÉE 2012 SERA ICONIQUE OU NE SERA PAS. AU RÉCENT SALON DE LA HAUTE HORLOGERIE DE GENÈVE (SIHH), LES MARQUES EXPOSANTES ONT SOUFFLÉ UN PARFUM DE NOSTALGIE DANS L'UNIVERS DES MONTRES DE LUXE. L'ESSENTIEL: UN RETOUR À L'HISTOIRE. NOS COUPS DE CŒUR



La Pierre Arpels Van Cleef & Arpels

L'idée Une montre éternelle, pour férus d'élégance sobre.
L'histoire C'est un clin d'œil cinématographique au poignet: dans une scène de *Fantômas*, film-culte de 1964, Jean Marais entre dans la boutique du bijoutier Pierre Arpels, qui joue son propre rôle. Il porte sa montre fétiche – datée de 1949 et redessinée aujourd'hui. Respect des codes de l'époque: cercle parfait, blanc mat, chiffres romains bien droits et nets. Une icône renaît.
La technique Mouvement mécanique à remontage manuel, indication simple du temps, heures et minutes.



Chronographe Capeland automatique

Baume & Mercier
L'idée Les balades nu-pieds en bord de mer, pull shetland au cou vous inspirent? Les 13 nouvelles déclinaisons 2012 de la Capeland Vintage sont là!
L'histoire Retravaillée d'après le modèle original d'un chronographe monopoussoir daté de 1948, la nouvelle Capeland poursuit la renaissance de l'univers Baume & Mercier, très inspiré des Hamptons. A noter: le bracelet acier, tout en rondeur et très ergonomique.
La technique Le mouvement chronographe Valjoux 7753 est désormais visible sur le fond.



Grande Montre d'Aviateur Top Gun Miramar

IWC
L'idée Pour les hommes qui se voient aux commandes d'un avion de chasse, la BO de Top Gun en musique de fond.
L'histoire IWC retrouve l'ADN des premières montres pilotes de la manufacture de Schaffhausen et y ajoute une touche de design militaire.
La technique Une indication des heures et des minutes séparée, un mouvement automatique IWC de 168 heures de réserve de marche, un boîtier en céramique et un look camouflage. Une vraie montre de pilote.



Collection Princesse Grace de Monaco

Montblanc
L'idée Rendre un hommage lumineux à l'inoubliable princesse monégasque, en lui dédiant une création horlogère qui soutient sa fondation.
L'histoire Grâce à l'intégration de ce nouveau partenariat de bienfaisance avec la Fondation Grace Kelly USA, Montblanc ajoute une étoile mythique à son histoire.
La technique En acier serti de 130 diamants et d'un saphir rose taillé en goutte, le modèle indique sobrement heures, minutes et petites secondes. Sur le fond, le monogramme gravé de la princesse Grace.



La Royal Oak Squelette

Audemars Piguet
L'idée Comment célébrer les quarante ans de la Royal Oak sans la dénaturer? Avec un modèle anniversaire extraplat et squelette. Une dentelle mécanique à porter jour et nuit.
L'histoire En 1972, une lunette octogonale, huit vis hexagonales, un cadran tapisserie, un boîtier et un bracelet intégré en acier défiaient les convenances de la montre sport luxe. Le mouvement est devenu emblématique du savoir-faire manufacturé AP.
La technique Du haut vol! Mouvement extraplat de 3,05 mm tout squeletté.



La Gouverneur Tourbillon

Piaget
L'idée Inventer une nouvelle forme classique, à mi-chemin entre l'ovale et le cercle.
L'histoire Quoi de mieux que l'alliage inédit du rond et de l'ovale (une forme esthétiquement affirmée) pour valoriser de nouveaux mouvements manufacture Piaget? La Gouverneur est désormais sur les rangs avec déjà trois complications. Une ligne hommes que les femmes vont aimer!
La technique Mouvement tourbillon volant, d'une finesse extrême de 4 mm, et une phase de lune ultraprécise, indiquée par une aiguille.



La Tank Anglaise

Cartier
L'idée Poursuivre la saga Tank en retravaillant les codes de la forme légendaire de la maison. Après le fameux carré de la Tank Française, le rectangle bombé de l'Américaine, voilà le rectangle ample de la Tank Anglaise. Sobre ou très serti?
L'histoire Les trois frères Cartier ont conquis le monde, au siècle passé, à partir des boutiques de Paris, New York et Londres. La Tank a désormais sa trilogie – un hommage!
La technique La couronne, insérée sur le côté du boîtier, suit l'idée-force de la Tank: l'intégration stricte des lignes et éléments de la montre.



La Tonda Rétrograde Calendrier annuel

Parmigiani Fleurier
L'idée Mettre en valeur le tout nouveau et 17^e mouvement maison, dans une montre classique. La ligne Tonda s'y prête bien, avec ce bel accord chromatique.
L'histoire Le calendrier annuel rétrograde sait régler la longueur des mois sur 30 ou 31 jours. Une performance à souligner pour cette manufacture qui est totalement intégrée.
La technique Par son balai rétrograde sur le haut du cadran, l'aiguille indique la date. Le jour, le mois et les phases de lune de précision (à 6 heures) complètent le calendrier.



Frida Giannini

À LA TÊTE DE TOUTES LES COLLECTIONS GUCCI, LA STYLISTE ITALIENNE EXCELLE DANS L'ART DE CAPTER L'AIR DU TEMPS. ELLE A SU DONNER À LA MAISON DE LUXE UNE NOTE D'EFFRONTERIE

TEXTE SEMAJA FULPIUS

ELLE A SU RENOUEUR avec l'héritage de la maison Gucci sans perdre de vue l'aspect à la fois sexy et fashion de la marque. Frida Giannini a débuté en s'occupant des accessoires avant de prendre la tête de toute la création artistique. Pour les 90 ans de la maison italienne, elle a imaginé des événements, des partenariats surprenants et même un musée qui retrace l'histoire de la petite manufacture florentine devenue symbole de raffinement et du luxe hot. Travailleuse, ultramoderne et bien dans sa peau, la jolie trentenaire évoque ses plaisirs, ses exigences tech et ses envies design. Révélatrice de talents tels que James Franco ou Mark Ronson, elle nous dévoile ses dadas mode, un univers qu'elle sublime de son empreinte bourgeoise et sophistiquée...

Quel sac Gucci symbolise à vos yeux le summum de l'élégance?

C'est sans hésiter le **Bamboo Bag (1)**. Un sac classique, indémodable, mais en même temps à l'allure jeune et moderne. Je l'aime

surtout dans sa version mini, car on peut aussi bien la porter la journée que le soir.

Le rouge à lèvres qui traîne toujours au fond de votre sac à main?

Je ne sors jamais sans mon **Glossy Lipgloss (2)**, de la marque Sisley.

Votre dernier achat design?

J'ai cédé au plaisir d'une **lanterne de Georg Jensen (3)**, une marque scandinave.

Le restaurant romain dans lequel vous vous sentez comme à la maison?

C'est l'**Antica Pesa (4)**, un vieux restaurant situé au cœur de Trastevere, un quartier très vivant où l'on peut goûter des plats typiquement romains, mais dans une cuisine habilement revisitée.

Une chaussure italienne qui vous séduit particulièrement cette saison?

J'affectionne beaucoup les **bottes cavalières de chez Stivaleria Parlanti (5)**, un chausseur toscan qui travaille les chaus-

sures de façon artisanale avec des peaux de la plus haute qualité. Elles sont sublimes!

Dans quelle voiture roulez-vous?

Même si la maison Gucci a fait un partenariat avec Fiat, je possède une **Q7 (6)**, de chez Audi.

Le seul parfum auquel vous soyez toujours restée fidèle?

Je ne suis pas fidèle aux parfums. J'en change et en expérimente de nouveaux selon les saisons ou mes états d'âme. En ce moment, j'utilise les dernières gouttes de **Mandarine (7)**, chez l'Artisan Parfumeur. A ma grande déception, ils viennent de l'arrêter...

Le gadget tech dont vous ne pouvez plus du tout vous séparer?

J'adore tous les produits Apple! J'écoute ma musique sur de nombreux iPod, équipés de **baffles Bose (8)** ou Bang&Olufsen.

L'objet qui symbolise le mieux l'Italie?

La **Vespa (9)**! Elle symbolise autant la créativité italienne que le succès commercial. ☺



L'Hôtel Uma, à Paro

LE BHOUTAN, MODE D'EMPLOI

Y aller Diverses agences ont introduit le Bhoutan dans leur offre, mais le grand spécialiste romand est Horizons Nouveaux, à Verbier (Rue de Médran 6, tél.: 027 761 71 71, www.horizonsnouveaux.com). L'un des partenaires, Nicolas Jacques, parcourt le Bhoutan depuis 25 ans et organise des voyages à la carte (circuits culturels ou trek). Nouveau: la traversée du Bhoutan en moto Royal Enfield. **Les saisons** Idéalement printemps et automne. La mousson d'été rend les routes boueuses, mais l'hiver devient praticable, avec l'amélioration de l'hôtellerie: il faut disposer d'un bon bukhar, le poêle à bois local. **Les prix** Les premiers prix sont calés sur le minimum imposé de 250 dollars par jour et par personne, ce qui met le voyage à environ 5950 fr. les deux semaines. Supplément pour les hôtels de luxe. **Les hôtels chics** On notera le Uma de Paro (www.uma.paro.como.bz) avec sa cuisine réputée, son spa magnifique et ses pavillons éparpillés dans une pinède odorante (un second Uma va ouvrir au mois de septembre

à Punakha) ou le Taj Tashi, à Thimphu (www.tajhotels.com), architecturé comme un dzong. Mais les plus exigeants parcourront le pays d'un établissement Amankora à l'autre (www.horizonsnouveaux.com/fr/hotels/bhoutan/amankora.html), même s'il faut mettre le prix pour accéder à ce paradis (à partir de 8300 fr. la semaine, sans les vols).

ADRESSES

GUCCI GENÈVE, rue du Rhône 92, 022 310 84 06; Drake Store, rue Ami-Lévrier 9, 022 731 87 32 et rue des Alpes 13, 022 732 24 42; Anita Smaga, rue du Rhône 49-51, 022 310 26 55 – LAUSANNE, Drake Store, rue de Bourg 22, 021 320 08 20 – MONTREUX, Attitude. Grand-rue 83, 021 963 92 24 – BERNE, GENÈVE, LAUSANNE, LUCERNE, Bon Génie Grieder. www.gucci.com
LONGCHAMP LAUSANNE, rue de Bourg 12, 021 320 70 30. www.longchamp.ch
PARLANTI www.parlanti.com
TAMMY FRAZER Chez Colette, Paris. frazerparfum.com
VICKYH DESTINATIONS GENÈVE, rue des Eaux -Vives 92, 022 940 17 47. www.vickyh.ch

L'APPLI QUI BUZZ



PAR **DIDIER BONVIN**

Journaliste **spécialisé Web et techno**, il repère chaque mois une application à télécharger d'urgence.

«Oink» invite à partager ses coups de cœur

Tiens, une nouvelle application sociale!? Avec les 800 millions d'utilisateurs de Facebook, je commençais justement à me sentir un peu seul... Le nouveau venu sur le terrain des applications sociales répond au doux nom de «Oink» – oui, comme le «Oink» satisfait qu'expriment les cochons – leur logo est d'ailleurs une sympathique truffe toute rose. Le principe de «Oink» est de noter ou recommander non pas un restaurant ou un lieu, mais tout ce qu'on peut y trouver en photographiant et en commentant. Idéal pour partager ses coups de cœur et bons plans. Les autres applications sociales avec géolocalisation se contentaient de noter des lieux. Avec «Oink», on rentre dans le détail avec photos des plats ou des objets à l'intérieur des commerces, comme si on voyait à travers les murs. Après une inscription rapide, l'application me demande ma spécialité. Je choisis mode, salade, thés et cuisine thai. Je saute ensuite au cœur du fonc-

tionnement, en signalant où je me trouve par GPS. Bon point pour l'app: au centre de Lausanne par exemple, elle reconnaît la majorité des clubs et des restaurants qui m'entourent dans un rayon de 100 mètres. On peut paramétrer la distance, jusqu'à quelques kilomètres pour les plus aventureux. Je signale à l'application mes bons plans du coin, le meilleur thé et le meilleur pad thai à ma connaissance avec un petit commentaire. Me voilà déjà niveau 2 en thé et en thai food! Comme dans un jeu vidéo, plus je participe, plus mon niveau augmente. Toujours depuis mon smartphone, je regarde les recommandations de mes futurs nouveaux amis virtuels. La moutarde Grey Poupon d'une brasserie, les baguettes d'une station essence à proximité et des bonbons Haribo! Mmh, pas terrible comme menu... Et le meilleur thai du coin alors, où est-ce qu'on le trouve? L'application me signale un alléchant homard aux Pad Thai... à 4803 kilomètres! L'Asian Bistro de Miami. C'est combien le billet d'avion?



Une application sociale pour échanger des bons plans.

PUBLICITE



Davidoff
CIGARETTES

STYLE & WIN YOUR OWN TRIP

Composez votre voyage sur-mesure en participant sur www.davidoff-cigarettes.ch. Vous pourrez peut-être bientôt préparer vos bagages.

La participation au concours est ouverte aux fumeurs adultes âgés de 18 ans minimum. Le concours a lieu du 2.01.2012 au 29.02.2012. Conditions de participation sous www.davidoff-cigarettes.ch



Rauchen fügt Ihnen und den Menschen in Ihrer Umgebung erheblichen Schaden zu. Fumer nuit gravement à votre santé et à celle de votre entourage. Il fumo danneggia gravemente te e chi ti sta intorno.

Taches ?
Rides ?
Teint terne ?

NOUVEAU

Sérum Capital Lumière

Le soin anti-âge
triple action.

La Recherche Clarins réalise une nouvelle avancée dans le soin anti-âge. Pour la première fois, Sérum Capital Lumière associe l'exceptionnel pouvoir revitalisant des plantes pionnières à l'hexylrésorcinol, la molécule anti-taches à l'efficacité prouvée.

En seulement deux semaines* les taches sont réduites, les rides lissées, la peau retrouve sa fermeté et sa luminosité profonde. L'ombre des années s'estompe, votre visage s'éclaire d'une nouvelle jeunesse.

Clarins, N°1 Européen des soins de beauté haut de gamme**.

*Etude de satisfaction réalisée auprès de 133 femmes durant 2 semaines.

**Source : European Forecasts

www.clarins.com



CLARINS