



Suisse.
tout naturellement.

#AMOUREUXDELASUISSE

Grüezi!

Livret d'inspiration pour les médias

MySwitzerland.com/mediabefr





Grüezi!

Vous pensez à la Suisse ? Alors, vous pensez certainement au Cervin, au chocolat, au fromage, aux montres et aux trains. A moins que vous n'ayez un souvenir nostalgique pour vos premières vacances à la montagne, dans votre jeunesse.

Mais la Suisse, c'est aussi une nature merveilleuse et impressionnante, de l'authenticité et de la diversité. Sur le plan de l'architecture, de la technique, de l'innovation et de la durabilité, les Suisses ont en outre toujours une petite longueur d'avance. Ce n'est pas pour rien que l'on parle de "Swiss Quality".

Dans **"Grüezi! Livret d'inspiration pour les médias"**, vous trouverez un savant mélange de défis spectaculaires et sportifs, de Suisses étonnants, d'événements ludiques, d'hôtels qui sortent de l'ordinaire et d'activités inédites. Les clichés suisses ne pouvaient manquer à l'appel : ils vous sont présentés, mais parfois sous un angle inattendu. Laissez la Suisse devenir une source d'inspiration pour vos reportages!

Vous avez besoin d'aide pour l'organisation de vos activités en Suisse? Chez nous, vous êtes à la bonne adresse, grâce à nos longues années d'expérience dans l'organisation de reportages télévisés, de productions pour la radio et de voyages de presse en Suisse. Avec nos partenaires régionaux en Suisse, Swiss Int. Air Lines, Switzerland Travel System (réseau de transport public) et Europcar, nous sommes tout disposés à vous fournir un appui logistique.

En tant qu'Office national du tourisme, nous avons tissé un important réseau comportant différentes marques et entreprises, ainsi que des spécialistes en tous genres sur place.



Vous avez vous-même une idée géniale de reportage?
N'hésitez pas à nous en informer.

Saar Claeys
Media Manager Suisse Tourisme Belgique et Luxembourg



La Suisse, source d'inspiration

Vous trouverez ci-dessous de chouettes suggestions et des sujets passionnants pour vos reportages, dénichés dans une Suisse étonnante aux multiples facettes. Pour de plus amples informations et d'innombrables autres sujets, n'hésitez pas à consulter MySwitzerland.com/mediabefr, MySwitzerland.com, MySwitzerland.com/facebook en www.twitter.com/MySwitzerlandFR.

Adrénaline à gogo !

Le Mur suisse

Mauviettes s'abstenir ! Le Pas de Chavanette – que les Français appellent 'Le Mur suisse', se trouve dans le domaine skiable transfrontalier des Portes du Soleil. Cette piste noire ultraride est l'une des pistes les plus impressionnantes au monde. Avec son dénivelé de quatre cents mètres sur une longueur de 1.000 mètres et son phénoménal champ de bosses, elle forme un 'mur' particulièrement périlleux. Seuls les très bons skieurs peuvent affronter sa pente terriblement raide (une déclivité de 50 degrés) et ses bosses, qui peuvent atteindre deux mètres de hauteur après une chute de neige.

www.champery.ch www.valais.ch



La reine des randonnées à skis

La Haute Route est extrêmement belle, mais ne s'adresse qu'aux randonneurs à skis chevronnés, ayant également des connaissances en matière d'alpinisme. Cette randonnée à skis éprouvante vous emmène du Mont Blanc au Cervin en 5 à 8 jours, parcourant pas moins de 150 kilomètres. Le trajet, appelé 'Haute Route Classique', débute à Argentière, dans la vallée de Chamonix, en France, et passe via Champex et Bourg Saint Pierre, en Suisse, vers le Plateau du Couloir et la Cabane de Vignet, avant de rejoindre Zermatt via le col de l'Evêque et le col de Valpelline. Aujourd'hui, diverses variantes sont possibles, comme celle qui passe par Verbier. La Haute Route, initialement 'High Route', a été créée en 1800 par des amoureux de la montagne du British Alpine Club qui cherchaient une manière 'offroad' de relier Chamonix et Zermatt. Durant les mois d'été, lorsque les cols étaient dégagés par la neige, ils parcouraient les quelque 150 kilomètres séparant les deux stations en 12 jours environ. La route a été parcourue pour la première fois à skis en 1911. La Haute Route est également ouverte en été.

www.haute-route.com www.alpincenter-zermatt.ch



A l'épreuve avec l'armée suisse

La Patrouille des Glaciers est à la Suisse ce que la célèbre Elfstedentocht est aux Pays-Bas. Cette épreuve de ski et d'alpinisme est organisée tous les deux ans par l'armée suisse. Il existe deux variantes du trajet : celle qui relie Zermatt à Verbier (53 km) et celle qui relie Zermatt à Arolla (26 km).

Des civils et des militaires participent à cette épreuve internationale extrêmement ardue. Chaque équipe est composée de trois personnes. Le meilleur temps de parcours pour le trajet de Zermatt à Verbier est de 5h52 chez les hommes et de 7h27 chez les femmes. La Patrouille des Glaciers a été organisée pour la première fois en 1943 pour des militaires suisses, afin de tester leur endurance et leur vigilance.

La prochaine Patrouille des Glaciers se déroulera du 19 au 24 avril 2016.

www.pdg.ch



La plus longue descente en mountainbike sur glace

Foncer en mountainbike sur la neige et la glace. Chaque année, le village valaisan de Saas-Fee et son glacier accueillent début mars le Glacier Bike Downhill. Sur leur mountainbike, les participants bruissent en descendant sur la glace, à des vitesses atteignant 140 km/h. Ils partent d'Allalin, à 3.500 mètres d'altitude, et arrivent à Saas-Fee, à 1.800 mètres. Le Glacier Bike Downhill est la plus longue descente sur glace au monde.

www.saas-fee.ch www.valais.ch





La plus longue descente à skis

Le Matterhorn Glacier Paradise est une piste de 25 kilomètres, avec des portions noir foncé ! Cette fantastique piste démarre à 3.883 mètres d'altitude sur le petit Cervin et dévale jusqu'au village de Zermatt. Cela en fait la plus longue descente de Suisse, sur laquelle la présence de la neige est toujours assurée. Un véritable 'pro' arrive au bas de la piste en 20 à 25 minutes.

www.zermatt.ch www.valais.ch

La course de descente la plus spectaculaire

Participez à l'Infernorace annuelle de Mürren (janvier / février), une spectaculaire compétition de descente à skis. En raison des conditions atmosphériques, les 14,9 km du trajet sont parfois parcourus en 45 minutes, mais les meilleurs temps sont inférieurs à 15 minutes. La course attire plusieurs centaines de participants, qui partent toutes les dix secondes. C'est la grande foule sur la piste, mais l'expérience est inoubliable. Mürren fait partie, tout comme Grindelwald, Wengen et Lauterbrunnen, de la région de la Jungfrau.

www.inferno-muerren.ch www.jungfrau.ch



“Vous enchaînez les virages de glace à la vitesse folle de 135 km/h.”



La seule piste de bob naturelle au monde

Enchaînez les virages de glace à une vitesse folle de 135 km/h. La piste olympique de bob de St. Moritz-Celerina est la seule piste du genre entièrement naturelle au monde. Elle est également la plus ancienne piste au monde encore en activité. Outre les compétitions nationales et internationales annuelles de bob, elle accueille aussi des épreuves de skeleton et de luge. Parmi les autres ingrédients incontournables du programme annuel de la piste figurent une compétition de traîneaux et le ‘bob run skating’, qui voit une centaine de joueurs de hockey sur glace dévaler la pente, d’abord individuellement, puis par groupes de trois. Une visite au musée du bob vaut certainement aussi le détour.

www.olympia-bobrun.ch www.engadin.stmoritz.ch www.bobmuseum.ch



La plus ancienne descente à skis

Ne manquez pour rien au monde ce classique de la glisse. La légendaire descente de Parsenn procure un plaisir infini aux skieurs chevronnés : la piste commence au sommet du Weissfluh et se termine après plus de 12 kilomètres à Küblis, avec un dénivelé de 2.000 mètres. La zone skiable de Parsenn, située au-dessus de Davos et Klosters, est considérée comme le berceau du ski en Suisse. C’est ici que fut organisé en 1924 le Parsenn-derby, la première compétition de ski du pays.

www.davos.ch fr.graubuenden.ch



Le triathlon des diables

Relevez un défi sportif extrême lors de l'Inferno Triathlon. Comme son nom l'indique, il s'agit d'un défi diabolique. Le décor époustoufflant de l'Oberland bernois, avec les géants que sont l'Eiger, le Mönch et la Jungfrau, contribue toutefois à faire de ce triathlon une expérience inoubliable. L'Inferno est organisé chaque année en août.

www.inferno.ch www.jungfrauregion.ch



Le marathon le plus exigeant d'Europe

Uniquement pour ceux qui en veulent toujours un peu plus ! Avec son dénivelé de 1.839 mètres, le Jungfrau Marathon est certainement l'un des plus exigeants d'Europe. Via Lauterbrunnen et Wengen, il emmène les participants vers Kleine Scheidegg, d'où ils ont l'occasion d'admirer les sommets de l'Eiger, du Mönch et de la Jungfrau. Le Jungfrau Marathon se déroule chaque année en septembre. La veille est organisée la Jungfrau-Pararace.

www.jungfrau-marathon.ch www.jungfrauregion.ch



La Course des fous

Faire le fou ne peut pas faire de tort ! C'est ce que les gens se disent chaque année à Davos lorsqu'est organisé en juillet le Swissalpine Marathon. Ce n'est pas pour rien que ce marathon a reçu le surnom de 'Course des fous'. Avec ses différentes catégories et ses différents trajets, il s'adresse aussi bien aux coureurs professionnels qu'amateurs. Il est extrêmement difficile, mais grâce au panorama époustouflant des Alpes grisonnes, y participer est un vrai must.

www.swissalpine.ch www.davos.ch



Sierre-Zinal, la course des cinq 4.000

Une course dont le décor est constitué de cinq sommets de 4.000 mètres, qui parcourt 31 km, avec 2.000 mètres de chemins en montée et 800 mètres de chemins en descente. Cela vous dit ? Cette course entre Sierre et Zinal existe depuis 1974 et se tient chaque année le deuxième dimanche d'août. Sierre-Zinal est souvent appelée la course des cinq sommets de plus de 4.000 mètres qui sont visibles depuis le parcours: le Weisshorn (4.506 m), le Zinalrothorn (4221 m), l'Ober Gabelhorn (4.073 m), le Cervin (4.478 m) et la Dent Blanche (4357 m). Pour les coureurs bien entraînés, cette course est incontournable.

www.sierre-zinal.com www.valais.ch

Engadin Swimrun

L'Engadin Swimrun, la première course de natation du genre organisée hors de Scandinavie, se déroule en juillet et fait partie de l'ÖTILLÖ RACING SERIES organisée par l'initiateur des Swimrun World Championships. Les nombreux lacs suisses, tant dans les vallées que dans les zones montagneuses d'altitude, se prêtent à merveille à l'organisation d'une 'swimrun'. Les équipes de deux personnes démarrent de la localité réputée de Maloja, puis courent et nagent à travers les communes de St. Moritz et Sils. La course se termine enfin dans le superbe lac de Silvaplana.

www.engadinswimrun.ch



Le plus long Flow Country Trail d'Europe

Flims est un véritable paradis de la descente en mountainbike. Parcourir le tracé du Runcatrail et l'achever sans avoir déchiré ses vêtements, c'est la montée d'adrénaline assurée ! Le trail s'étend sur six kilomètres, possède un dénivelé de 780 mètres et a été désigné 'plus long Flow Country Trail' d'Europe. Les premiers kilomètres de descente ne sont pas de tout repos : on descend à toute allure sur des sentiers de montagne bien raides. Après une partie intermédiaire plus plate, le trail change de visage : les rochers laissent la place à la forêt, les sentiers de montagne deviennent des pistes truffées de jumps artificiels, de virages creusés dans le sol et d'obstacles en bois.

www.flims.com



Le plus long câble de descente

Volez en 45 secondes à une vitesse atteignant 84 km/h sur une distance de 800 mètres, depuis le sommet du First (2.167 m) en direction de Schreckfeld. Et tout cela accroché à un câble ! Vous prenez place dans un petit siège spécial, qui ressemble au harnais d'un parapente. Avec le First Flyer, quatre personnes peuvent foncer dans la descente, simultanément mais séparément. Le First Flyer se trouve à Grindelwald et est ouvert durant toute l'année.

www.grindelwald.ch





Promenade verticale

Une via ferrata, ou 'klettersteig', est un chemin le long d'une paroi rocheuse, qui est sécurisé avec des câbles, des échelles métalliques ou des marches. Le Pinut, situé au-dessus du petit village de Fidaz, près de Flims, est le plus ancien 'klettersteig' de Suisse encore en service. La première mention écrite qui en a été faite remonte à 1739. Il existe sous sa forme actuelle depuis 1907. Ce 'klettersteig' n'est pas trop difficile et convient donc parfaitement pour les débutants. Ceux qui recherchent une bonne poussée d'adrénaline choisiront donc plutôt le Klettersteig Gemmi-Daubenhorn à Loèche-les-Bains. Il s'agit de la plus longue et de la plus exigeante via ferrata du pays. Ses longues échelles verticales et ses escalades raides transforment cette expérience en vrai must. Le point de départ se trouve à la station du téléphérique du Col de la Gemmi (2.322 m).

fr.graubuenden.ch www.flims.com www.leukerbad.ch www.gemmi.ch

Le plus haut pont suspendu d'Europe

Traversez le plus haut pont suspendu d'Europe. Le Titlis Cliff Walk se dresse à plus de 3.000 mètres au-dessus du niveau de la mer à Titlis-Engelberg. Le court chemin qui mène au pont part du village de montagne de Titlis et emprunte un tunnel de 140 mètres de long en direction d'un point de vue situé sur la paroi sud. Il relie ce point de vue au village et au télésiège du glacier 'Ice-Flyer'. Depuis la structure en câbles du pont, les visiteurs ont une vue impressionnante sur un précipice de 500 mètres.

www.titlis.ch





Maloja : paradis du surf en été et rendez-vous des courses de chevaux et des marathons de ski de fond en hiver

Laissez-vous emporter par le vent de Maloja. Ce vent local fort, qui se lève dans l'après-midi, fait du plateau des lacs de l'Engadine un paradis des surfeurs, des kitesurfeurs et des amateurs de voile. Durant l'hiver toutefois, lorsque les lacs de Silvaplana, Surlej et Champfèr sont entièrement gelés, ils accueillent d'importants événements sportifs. Depuis 1907 est ainsi organisé trois dimanches d'affilée en février la célèbre course équestre internationale du White Turf. En mars, ce sont pas moins de 13.000 personnes qui participent à l'Engadin Skimarathon. Le parcours de 42 kilomètres va de Maloja à S-chanf, en passant par St. Moritz. Il n'y a pas que le vent de Maloja ! Il y a aussi le serpent de Maloja, un phénomène naturel typique de la région de l'Engadine St. Moritz. Cette impressionnante formation nuageuse a inspiré Olivier Assayas pour son film 'Sils Maria' (2014), dans lequel Juliette Binoche joue le rôle principal.

www.engadin.stmoritz.ch www.silvaplana.ch www.whiteturf.ch

Des Suisses animés d'une grande passion

Simon Jacomet, créateur de skis design

ZAI est une marque de skis design de qualité, faits main, créée en 2003 par le Suisse Simon Jacomet. La qualité et l'innovation sont les valeurs qui inspirent ZAI. Le nom 'zai' signifie 'dur' en rhéto-roman et symbolise l'endurance et la conviction. Dans l'atelier de Disentis, vous pouvez assembler vos propres skis design. Bien entendu, vous pouvez également les tester.

www.zai.ch fr.graubuenden.ch



Daniel et Markus Freitag, du camion au sac dernier cri

En 1993, les frères Daniel et Markus Freitag, étudiants en design graphique et fanatiques de vélo, ont l'idée de créer un sac étanche. Pour cela, ils ont besoin : d'une bâche de camion usagée et d'une machine à coudre. Ils commencent à vendre des sacs en petite quantité à des amis, et c'est ainsi que naît la marque FREITAG. Aujourd'hui, cela fait belle lurette que les deux frères ne sont plus étudiants. Ils sont à la tête d'une entreprise prospère qui vend des sacs, mais aussi des sacs à main, des porte-monnaie, des housses pour iPhone... toujours selon le même principe : ces objets sont découpés à la main dans une bâche de camion. Freitag fabrique environ 350.000 produits par an, pour lesquels l'entreprise utilise 350 tonnes de bâches de camion, 18.000 chambres à air de vélo et 150.000 ceintures de sécurité de voiture. Leur magasin phare de Zürich, composé de 19 conteneurs empilés, se dresse comme un totem chamarré au-dessus de la ville.

www.freitag.ch www.zuerich.com



Olivier Piguet, horloger de renom

La Suisse est LE pays de l'horlogerie, cela ne fait pas l'ombre d'un doute. Mais comment fonctionnent les montres et les horloges ? Dans le Centre d'initiation à l'Horlogerie, situé dans une ancienne ferme horlogère à Le Sentier, vous découvrirez les petits secrets d'Olivier Piguet, horloger de réputation mondiale. Le Musée International d'horlogerie de La Chaux-de-Fonds, berceau de l'horlogerie suisse et classé au patrimoine mondial de l'Unesco, vaut certainement aussi le détour.

www.olivierpiguet.ch www.myvalleedejoux.ch www.neuchateltourisme.ch

“350 tonnes de bâches de poids lourd, 18.000 chambres à air de vélo et 150.000 ceintures de sécurité de voiture sont chaque année transformées en 350.000 produits Freitag.”





Albert Kriemler, designer de la maison de couture AKRIS

L'Est de la Suisse possède de longue date une importante industrie textile. Même Lady Gaga et Michelle Obama viennent y faire du shopping. St. Gall est le port d'attache de la fameuse maison de couture AKRIS, qui fut fondée en 1922 par Alice Kriemler-Schoch. En 1980, à l'âge de vingt ans, le designer suisse Albert Kriemler est entré dans l'entreprise familiale. Il a décroché le Swiss Design Award en 2008. Aujourd'hui encore, Albert et son frère Peter dirigent cette maison de couture couronnée de succès. Ils comptent notamment parmi leurs clients la princesse Charlène de Monaco.

www.akris.ch www.st.gallen-bodensee.ch



Ludwig Hatecke, boucher artisanal en Engadine

La réputation de Ludwig Hatecke dépasse largement les frontières de l'Engadine. Ce boucher artisanal de Scuol vous raconte tout sur la manière dont il sèche sa viande et produit de la 'salsiz'. Il organise également des ateliers spécifiquement pour les enfants, auxquels il montre comment sont produites de manière artisanale les charcuteries fines régionales. Une fois que la saucisse est séchée, il l'envoie à votre adresse, pour que vous puissiez encore profiter longtemps des saveurs de cette délicatesse locale bien particulière. Hatecke possède non seulement une boucherie à Scuol, mais également à Zernez et St. Moritz.

www.hatecke.ch fr.graubuenden.ch



Andreas Caminada, chef étoilé (The World's 50 best restaurants)

Fort de ses 19 points au Gault-Millau et de ses 3 étoiles au Michelin, le top chef Andreas Caminada, originaire des Grisons, parvient toujours à proposer quelque chose de particulier aux hôtes qu'il reçoit dans le cadre exceptionnel du Schloss Schauenstein, dans le petit village de Fürstenu. Sa philosophie : mes plats titillent les sens et laissent une impression persistante. Ici, un menu n'est pas simplement servi, mais célébré service après service. Toutes les créations gastronomiques sont entourées d'une aura de perfection. Son sens inné de l'esthétique et son amour du détail se retrouvent partout. «Je le fais tout le temps à ma manière, et il se fait qu'elle est différente», explique Andreas

Caminada. «La différence essentielle se trouve peut-être dans la variété de mes plats, qui sont généralement basés sur un thème. C'est ce que les gens trouvent particulièrement passionnant. Je trouve mon plaisir dans la variété lorsque je cuisine. C'est devenu une passion pour moi.» Son partenaire, le manager du restaurant, Olivier Friedrich, s'est quant à lui vu décerner le titre de 'sommelier de l'année 2013'.

En 2015 également, le restaurant d'Andreas Caminada figure sur la liste des 'World's 50 Best Restaurants', et cela pour la sixième fois consécutive.

www.andreascaminada.com www.schauenstein.ch fr.graubuenden.ch



Joël Quentin, la magie des fleurs et des plantes sauvages dans l'assiette

Dans la cuisine du restaurant Le Peppino à Villars, vous ne vous contentez pas de glisser simplement vos pieds sous la table. On compte aussi sur vous pour la préparation du repas ! Dans l'après-midi, vous accompagnez donc le chef dans la montagne, à la recherche de fleurs et de plantes sauvages comestibles. Grâce à son volumineux guide des plantes et des fleurs sauvages, vous découvrez celles qui sont comestibles et celles dont les combinaisons sont un ravissement pour les yeux comme pour le palais. Vous donnez ensuite même un petit coup de main lors de la préparation des plats, puis vous vous délectez de vos propres créations colorées.

www.eurotel-victoria.ch

Bruno Bagnoud, sauveteur

La haute montagne n'est pas sans dangers. Bruno Bagnoud, guide expérimenté et l'un des fondateurs d'Air-Glacières, le sait mieux que quiconque. Visitez les bases d'hélicoptères des services de sauvetage suisses d'Air-Glacières, découvrez l'envers du décor d'une opération de sauvetage et apprenez comment ceux qui fréquentent la montagne doivent mieux tenir compte de la force et des caprices de mère-nature. Air-Glacières s'occupe également du transport de parties de chalets, de l'approvisionnement des cabanes de montagne ou du traitement de vignes. Air-Glacières a notamment déjà travaillé avec le Sea King de la Force aérienne belge.

www.air-glacières.ch





Ueli Steck, le charpentier devenu alpiniste de l'extrême

Ueli Steck est l'un des meilleurs et des plus fameux spécialistes de l'escalade en solo actuels. A 18 ans à peine, il escaladait déjà pour la première fois la légendaire paroi nord de l'Eiger, réussissant cette prouesse en 10 heures. Il la réédita ensuite en 2007 et 2008. En 2008, il établit un Eiger Speed Rekord en escaladant la montagne en 2h47 minutes à peine. Par la suite, il s'est encore distingué par une série d'escalades en Suisse et à l'étranger, parmi lesquelles celle du Cervin en 2009, réalisée en 1h56 minutes.

www.uelisteck.ch www.madeinbern.com



Thomas Ulrich, guide lors du tournage de "Golden Eye" et aventurier devant l'éternel

Les montagnes n'ont pratiquement plus de secrets pour Thomas Ulrich. Son aventure a débuté par le ski et l'escalade. Il est ensuite devenu guide de montagne, assistant de vol à bord d'hélicoptères et testeur de parapente. Il fut même l'un des premiers à proposer des vols de parapente. En tant que 'safety guide', il participe également au tournage du film de James Bond 'Golden Eye', réalisé sur le Schilthorn. Son goût de l'aventure et de l'adrénaline l'emmène largement au-delà des frontières suisses. Ulrich est en effet également un remarquable photographe et caméraman extérieur. Ses photos font le tour du monde et paraissent régulièrement dans l'édition américaine du National Geographic Magazine.

www.thomasulrich.com





Joe Steiner, l'inventeur de l'airboard

En lançant la marque Airboard® en 2011, Joe Steiner a donné naissance à un nouveau sport d'hiver. Il a créé un 'bodyboard', un coussin d'air aérodynamique sur lequel on peut dévaler les pentes enneigées à vive allure. Peu après, la station suisse d'Engelberg a ouvert le premier hôtel airboard. Cet hôtel, le Waldegg, propose des arrangements airboard, comprenant une initiation sur la piste spéciale dédiée à l'airboard dans le domaine de Brunni, ainsi que la location de l'airboard. Joe Steiner n'en est pas resté là. Il a également conçu des produits innovants pour l'été, tels que le 'smartkat', les 'loungeseats' et les 'solarsunrings'.

www.airboard.com www.fun-care.ch www.waldegg-engelberg.ch
www.engelberg-titlis.ch



Freddy Nock, the sky is the limit

L'équilibriste et funambule suisse Freddy Nock est incontestablement l'un des plus talentueux acrobates du ciel actuels. Il interprète très littéralement sa devise "the sky is the limit". Sans équipement de sécurité, muni uniquement de son balancier, il s'avance de préférence sur les câbles porteurs des téléphériques. Il a ainsi déjà établi d'innombrables records du monde et a gagné à plusieurs reprises sa place au Guinness Book of World Records. Son exploit le plus retentissant remonte à 2011, lorsqu'il a établi 7 records en 7 jours en Suisse, en Allemagne et en Autriche. Nock vient d'une célèbre famille du milieu du cirque : son père, sa mère et son grand-père étaient des danseurs de corde. Il est monté sur une corde pour la première fois à l'âge de 4 ans. C'est lors d'une excursion familiale à St. Moritz alors qu'il avait 12 ans que lui est venue l'idée de marcher sur les câbles des téléphériques.

www.freddynock.com



Chrigel Almer vit chaque année durant 7 mois dans les neiges éternelles

De mars à octobre, Heidi König et Christian ('Chrigel') Almer vivent et travaillent dans le refuge de Mönchjoch comme 'Hüttenwart' (gardiens de cabane). Le fait que cette cabane soit située à 3.650 mètres d'altitude ne leur facilite pas vraiment la vie. Durant sept mois, ils vivent dans des conditions extrêmes, au milieu des neiges éternelles et de la glace. Cela signifie qu'ils n'ont pas d'eau courante, que les réservoirs des toilettes sont gelés et que la neige s'amoncèle jusqu'au toit de leur cabane. Chrigel adore être confronté à des tempêtes de neige hivernales durant les mois d'été, mais son épouse est nostalgique des étés dans la vallée. La cabane plane pour ainsi dire au-dessus du précipice. Elle est la cabane habitée la plus haute de Suisse. La Mönchjochshütte se trouve à Fieschertal, dans le Valais, et il est relativement facile d'y accéder depuis Grindelwald, où le petit train de la Jungfrau vous emmène jusqu'au Jungfraujoch, la gare la plus haute d'Europe (3.454 mètres). De là, il vous suffit d'emprunter un sentier de promenade balisé au-dessus du glacier d'Aletsch pour arriver en une petite heure jusqu'au refuge de Mönchjoch.

www.moenchsloch.ch www.sac-cas.ch www.jungfrauregion.ch



Martin Horat, prophète traditionnel de la météo

Selon le Suisse Martin Horat, l'hiver prochain sera inoubliable ! Comment le sait-il ? Ce sont les fourmis qui le lui ont expliqué ! Martin Horat est l'un des prévisionnistes météo traditionnels de la vallée reculée de Muotathal, une petite commune du canton de Schwyz. Les 'Wetterschmöcker', comme on les appelle en suisse allemand, ne sont pas des acteurs, mais de véritables prophètes de la météo. Leur secret pour prévoir la météo, ils ne vous le dévoileront pas ! Deux fois par an – une fois pour l'hiver et une fois pour l'été – ils présentent avec beaucoup d'humour les pronostics de la météo aux membres de l'assemblée générale de l'Association météorologique locale. A cette occasion, les prévisions de l'année précédente sont également passées au crible et le 'Wetterschmöcker' ayant émis la prévision la plus perspicace reçoit un prix.

www.wetterschmoecker.ch/wetterschmoecker_kurzvorstellung.htm
www.erlebniswelt-muotathal.ch



Renato Häusler, le guet de Lausanne

La Suisse a beau être le pays des montres, cela n'empêche pas la ville de Lausanne de maintenir la tradition séculaire du 'Guet'. Chaque nuit, entre 22 heures et 2 heures du matin, le guet' ou veilleur de nuit, crie depuis la tour de la cathédrale, haute de 75 mètres, pour donner l'heure aux habitants. Cette habitude date de 1405, à une époque où le guet veillait sur la ville pendant la nuit, avertissait les habitants en cas d'incendie et leur indiquait l'heure. Depuis 2002, c'est le cri de Renato Häusler annonçant "C'est le guet, il a sonné dix..." qui rompt le silence de la nuit. Ceux qui le souhaitent peuvent rendre une petite visite au guet dans la tour de 'sa' cathédrale.

www.lausanne-tourisme.ch





Déborah Métrailler adore faire du jogging avec ses vaches

Déborah Métrailler a une vingtaine d'années et aime faire du jogging avec sa vache. Et pas n'importe laquelle ! Dorina est une vache d'Hérens. Cette race typique, que l'on trouve principalement dans le Val d'Hérens, dans le Valais, est petite, robuste et puissante. Leur peau, de rouge foncé à noire, ainsi que leur combativité, donnent aux vaches d'Hérens quelque chose de majestueux lorsqu'elles s'affrontent dans les alpages. Elles sont combattives de nature et généralement, elles ne se blessent pas mutuellement. Mais le combat leur permet d'établir la hiérarchie dans le troupeau : la gagnante devient la reine qui dirige le troupeau. Chaque année, de mai à septembre, des combats de vaches, appelés "combats de reines", sont ainsi organisés dans le Valais. La famille de Déborah élève des vaches d'Hérens depuis de longues années. Bon nombre d'entre elles sont devenues des reines des Alpes.

www.valais.ch

Lukas Meier, constructeur professionnel d'épouvantail en forme de bonhomme de neige

En 2016, Heinz Wahrenberger passera le flambeau à Lukas Meier. Tous deux sont des spécialistes de la construction de Böög, l'épouvantail traditionnel de Zürich, en forme de bonhomme de neige. Böög est le symbole de la Sechseläuten, le festival annuel célébré à Zürich le troisième lundi d'avril. Ce festival printanier annonce la fin de l'hiver. Le dimanche est organisée une parade pour les enfants, tandis que le lundi midi, les corporations de Zürich arpentent la ville, décorée pour l'occasion. Le point d'orgue de la fête est la mise à feu de Böög, un bonhomme de neige fabriqué en coton et en laine, rempli de feux d'artifices. Les flammes qui consomment Böög symbolisent la fin de la rigueur de l'hiver. Plus la tête de Böög explose vite, plus l'été sera chaud.

www.sechselaueten.ch www.zuerich.com





'Gold-Gusti' Brändle : de l'orpaillage dans les Alpes suisses

Les Alpes suisses abritent l'une des principales réserves d'or d'Europe. Tentez votre chance à Disentis. A Fontanivas, sur le Rhin, vous pouvez apprendre l'orpaillage sous la houlette du chercheur d'or professionnel August 'Gold-Gusti' Brändle. Durant son cours, vous apprendrez à trouver le plus d'or possible et vous entendrez des histoires passionnantes sur l'or et sur la découverte de la plus grande pépite dans les gorges du Lukmanier.

www.gold-gusti.ch www.disentis-sedrun.ch



Les plantes vitales de Germaine Cousin

"Pour chaque maladie, il existe une plante". Voilà la devise de Germaine Cousin. Cette femme vaillante est née en 1925 dans le Val d'Hérens, où elle habite toujours. A l'âge de douze ans, Germaine s'est retrouvée incapable de marcher, après une chute dans un ravin. Ce n'est que grâce aux mixtures de plantes de sa mère qu'elle est parvenue à reprendre le dessus. Aujourd'hui, Germaine transmet le savoir de sa mère au cours d'ateliers au Centre Germaine Cousin-Zermatten. Elle y aborde des thèmes tels que les plantes médicinales, l'alimentation saine et la méditation.

www.germainecousin.ch www.valdherens.ch





Corinne Karnstädt a de l'or dans les mains

Cette dame, qui a un faible pour les traditions de sa région natale, le Pays-d'Enhaut, a insufflé une nouvelle vie à l'art du découpage. A l'aide de ciseaux et d'un cutter, et avec beaucoup de précision et de patience, elle découpe des formes qui ressemblent à de la dentelle et qui présentent des scènes de la vie quotidienne. Ses créations sont généralement réalisées en noir et blanc, mais ses découpages sur papier peuvent tout aussi bien adopter différentes couleurs et ressembler à un collage de papier coloré. Ses lampes et ses sacs à main décorés suivant l'art du découpage sont très originaux. Au Musée du Vieux Pays d'Enhaut à Château-d'Oex, vous en apprendrez plus sur l'histoire du découpage.

www.kcreation.ch www.chateaudoex.ch www.musee-chateau-doex.ch

Typiquement suisse

Championnat du monde de 'luge-vélo'

Pour une fois, ne dévalez pas les pentes sur vos skis, mais sur un 'velogemel'. A Grindelwald, une luge s'appelle 'gemel'. Le 'velogemel' n'est donc pas une luge comme les autres. Basé sur le principe du vélo, il a été inventé en 1911 par l'ébéniste Christian Bühlmann, de Grindelwald. Ce 'ski-vélo' très particulier convient pour parcourir des trajets sur la glace. Pour les débutants, il est plus facile à manier qu'une luge traditionnelle. Mais il est également beaucoup plus rapide. Chaque année, Grindelwald accueille le championnat de 'velogemel', qui se déroule fin janvier-début février. Une compétition on ne peut plus ludique !

www.velogemel.ch www.jungfrauregion.ch

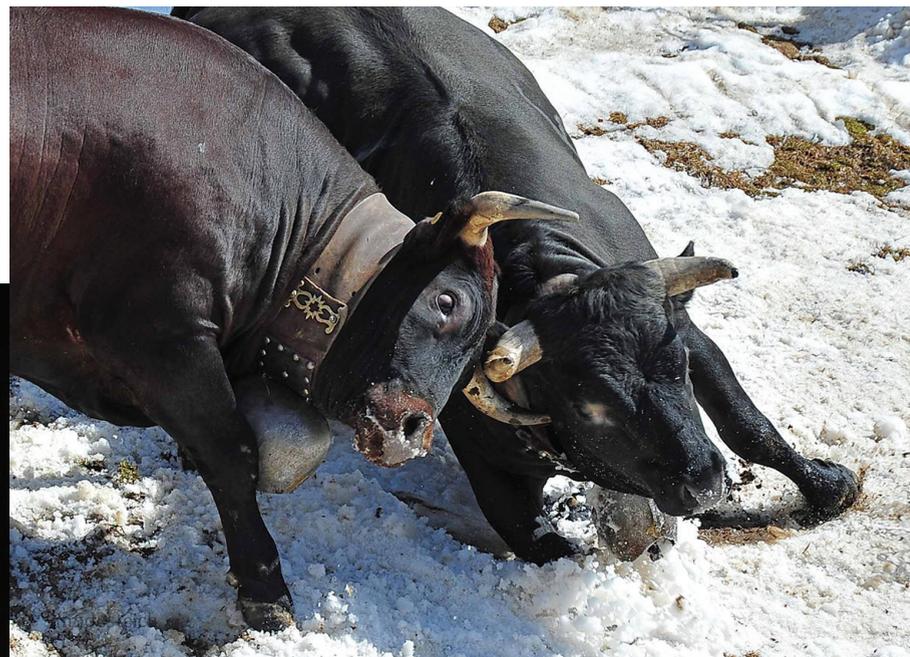




Le championnat du monde des Saint-Nicolas et des Pères Noël

Vous voulez devenir le meilleur Saint-Nicolas du monde ? Alors, participez au championnat du monde Clau Wau Santa Claus à Engadin-Samnaun. Chaque année, fin novembre, les meilleurs Saints-Nicolas et Pères Noël s'affrontent dans les disciplines les plus folles lors de cette compétition.

www.clauwau.ch www.engadin.com



La reine du Valais

Chaque année, après avoir passé un long hiver à l'étable, les petites vaches brun foncé de la race d'Hérens s'affrontent jusqu'à ce que la gagnante – la reine – soit désignée. Cet affrontement est appelé Le combat de reines. Les combats de vaches se déroulent généralement en juin durant l'Inalpe, c'est-à-dire lorsque les vaches sont emmenées vers leur alpage. La finale annuelle se déroule à Aproz. A Loèche-les-Bains, les vaches d'Hérens luttent déjà début mars, en hiver et dans la neige, pour le titre.

www.leukerbad.ch www.valais.ch





72 heures de fête !

Perdez complètement la boule lors de la Basler Fasnacht. Le carnaval de Bâle est la plus grande fête du genre en Suisse, qui attire quelque 20.000 participants. Il se déroule dans la semaine qui suit le mercredi des cendres et débute par le 'Morgestraich'. Le lundi matin, celui-ci annonce le début de la période du carnaval, avec l'extinction de toutes les lumières de la ville. Un cortège de fifres et de tambours s'ébroue alors à travers les rues sombres. Lorsque la fête éclate ensuite, toute la ville semble perdre la boule. Les bars et les restaurants de la vieille ville ouvrent leurs portes et restent ouverts durant les 72 heures suivantes, jusqu'au jeudi matin à 4 heures.

www.baslerfasnacht.info www.basel.com

Au bal masqué

Fêtez le carnaval dans un lieu authentique. Le 'Tschägä' est une fête de carnaval très particulière, qui se déroule dans le village valaisan de Lötschental. Dans cette vallée reculée, les mythes et les légendes se sentent comme chez eux. On raconte que des personnages terrifiants rendent la vallée peu fréquentable. Bien entendu, ces personnages sont au cœur des festivités du carnaval à la mi-février. Un véritable événement culturel au beau milieu d'une authentique vallée valaisanne. Les masques artisanaux taillés dans le bois sont typiques de ce carnaval. Dans l'atelier de Ferden, vous pouvez même fabriquer votre propre masque.

www.loetschental.ch www.valais.ch





Déblayer la neige avec une locomotive à vapeur

Le chemin de fer rhétique (Rhätische Bahn) est un petit chef-d'œuvre de technique ferroviaire et l'un des fleurons touristiques des Grisons. Le trajet Albula/Bernina a été reconnu au patrimoine mondial de l'Unesco. Un voyage à bord du Bernina Express sur ce trajet est un must absolu : des sommets impressionnants, un univers de glaciers époustouflants, des cols alpestres, de nombreux tunnels et même un viaduc hélicoïdal. C'est encore plus impressionnant lorsque l'on peut observer tout cela depuis la cabine du conducteur ou admirer comment la Rhätische Bahn dégage la neige qui encombre les voies. Pour cela, il vous suffit de monter – nostalgie quand tu nous tiens ! - à bord d'une vieille locomotive chasse-neige à vapeur de 1910.

www.rhb.ch fr.graubuenden.ch



Construire un igloo

Sur l'Engstligenalp, à Adelboden, vous pouvez construire votre propre igloo, muni d'une pelle, d'une sonde d'avalanche et d'une scie à neige. Tout cela, sous le regard professionnel d'un guide de montagne. En deux ou trois heures, le tour est joué. Bien entendu, vous pouvez aussi terminer cette aventure à la neige en passant la nuit dans l'igloo que vous avez bâti. N'oubliez pas non plus de passer chez vos voisins de l'Igloo Fondue pour y déguster une délicieuse fondue suisse !

www.alpenschule-adelboden.ch www.adelboden.ch www.fondue-iglu.ch
www.iglu-dorf.com





Une première mondiale: le téléphérique Cabrio

On ne peut que conseiller une visite au Stanserhorn à tous ceux qui sont dans les environs de Lucerne. Depuis 2012, on peut atteindre le sommet de cette montagne de 1.900 mètres à bord du premier téléphérique cabrio au monde. Sur la plateforme ouverte, les visiteurs jouissent d'une vue imprenable sur le lac des Quatre cantons et sur les alentours.

www.stanserhorn.ch www.luzern.com

Réalisez votre propre canif suisse

Réalisez vous-même votre canif suisse dans le Swiss Knife Valley Center de Brunnen, dédié au succès du célèbre couteau de poche suisse de Victorinox. Le musée dispose d'une vaste collection de canifs. C'est en 1884 que le pionnier suisse Karl Elsener conçut le couteau originel de l'armée suisse qui est à la base du canif suisse que nous connaissons actuellement. L'usine de Victorinox est établie à Ibach, dans la région de Schwyz.

www.swissknifevalley.ch www.victorinox.com



Plus de 150 souffleurs de cor des Alpes

Suivez un stage d'initiation au cor des Alpes à Nendaz, la capitale de cet instrument typique. Qui sait, peut-être prendrez-vous également part au Festival international de cor des Alpes, qui est organisé chaque année fin juillet. A cette occasion, pas moins de 150 souffleurs de cor des Alpes donnent le meilleur d'eux-mêmes sur Le Tracouet, sous l'œil attentif d'un jury. A Nendaz, vous pouvez également visiter un atelier où les cors des Alpes sont fabriqués de manière traditionnelle.

www.nendazcordesalpes.ch www.nendaz.ch www.valais.ch





Un cours accéléré pour réaliser des sgraffites

Scuol est connu pour ses anciennes œuvres de sgraffites. En Engadine, les maisons ornées de sgraffites sont caractéristiques des parties anciennes des villages. Lors d'un séjour à Scuol, vous apprendrez à réaliser vos propres sgraffites. L'artiste local Josin Neuhäusler explique dans un cours de 2 heures 30 les rudiments des techniques du sgraffite et dévoile la signification qui se cache derrière ces œuvres. Bien entendu, à l'issue du cours, vous pouvez également emporter votre propre œuvre en souvenir à la maison.

www.engadin.com fr.graubuenden.ch



50 tonnes d'oignons à Berne

Le Zibelemärit, ou marché aux oignons, vaut certainement le détour. Cet événement annuel en l'honneur de l'oignon se déroule le quatrième lundi de novembre. A cette occasion, des agriculteurs venus de toute la Suisse viennent présenter leur récolte annuelle. Plus de 50 tonnes d'oignons (!) de toutes les formes et de toutes les couleurs décorent les rues de la capitale fédérale suisse. Profitez de l'occasion pour visiter le vieux centre, avec l'horloge astronomique, le Zytglogge (Tour de l'horloge) et le Parc aux ours.

www.bern.com





L'or noir du Vaud

Bonvillars, un petit village du canton du Vaud, est le seul endroit de toute la Suisse où l'on peut trouver des truffes. Le marché annuel de la truffe s'y déroule fin octobre.

Vous souhaitez partir vous-même à la recherche de l'or noir ? Alors, suivez une journée de cours au domaine de La Coudre. Vous y apprendrez non seulement comment reconnaître les truffes, mais également comment les utiliser dans de succulents mets. Bien entendu, le cours est suivi d'une dégustation de délicieux vins de la région de Lavaux (Patrimoine mondial de l'Unesco).

www.coudre.ch www.region-du-leman.ch

La Sibérie suisse

Au début du Moyen-âge, La Brévine (1.046 mètres), près de Neuchâtel, dans le Jura suisse, était un no man's land. Le village doit son surnom de Sibérie de la Suisse à ses hivers glaciaux. Le 12 janvier 1987, les thermomètres y ont enregistré -41,8°C, soit la température la plus basse jamais mesurée officiellement en Suisse. Chaque année, le village accueille en février La Fête du froid, un événement avec toutes sortes d'activités hivernales.

www.neuchateltourisme.ch www.vallee-brevine.ch



Le plus long tunnel au monde

Quarante minutes de moins pour aller de Zürich vers le Tessin. Le 1er juin 2016, le plus long tunnel ferroviaire du monde raccourcira considérablement la durée du trajet entre le nord et le sud de la Suisse. Le nouveau tunnel de base du Saint-Gothard, dont la construction a débuté en 1999, fait partie du projet AlpTransit, tout comme les tunnels de base du Zimmerberg et du Ceneri. Ce tunnel permettra la mise en service d'un nouveau train à grande vitesse entre Zürich et Milan. La durée du trajet sera réduite de plus d'une heure, grâce à quoi le train deviendra une alternative attrayante à la voiture et à l'avion. Pour le transport de marchandises par la voie ferrée également, le tunnel de base du Saint-Gothard apportera une importante amélioration : la capacité de transport sera presque doublée. Avec ses 57 km, le tunnel de base du Saint-Gothard sera le plus long tunnel du monde.

www.gottardo2016.ch



Un toit hors du commun

Un campement de nomades luxueux

Le campement écologique high-tech Whitepod, situé à Les Cerniers, est niché à 1.500 mètres d'altitude dans les Alpes valaisannes et propose la combinaison ultime du luxe et de l'aventure. Il s'agit d'une sorte de campement de nomades pour amoureux de nature et aventuriers. Et la nature ne pâtit pas du tout de son aménagement, car tout est conçu de manière très écologique. Whitepod s'est distingué en remportant le "Responsible Tourism Award 2005 for Innovation".

MySwitzerland.com www.whitepod.com



Un hôtel de luxe flottant

Conçu comme expérience temporaire spéciale pour l'Expo nationale suisse de 2002, un hôtel du futur a vu le jour sur le lac de Neuchâtel. Ses quarante pavillons sur pilotis possèdent chacun une suite de 68 mètres carrés. Depuis les chaises longues de la terrasse avec vue sur les Alpes, vous pouvez plonger directement dans le lac. Après l'Expo, l'hôtel Palafitte devait être démoli, mais il était déjà devenu beaucoup trop populaire pour subir ce sort. Et donc, il vous est toujours possible de passer la nuit dans le seul hôtel cinq étoiles flottant au monde.

www.palafitte.ch





Le Diamant de verre, une cabane luxueuse dans les arbres

Grâce au Diamant de verre, un cube de verre placé dans la cime des arbres, vous jouissez d'une vue spectaculaire à 360° sur le lac de Morat. De l'extérieur, cette cabane au design luxueux resplendit comme un diamant. Tout en élégance, l'intérieur n'est pas en reste. Pour un séjour 100% 'glamping' dans la région de Fribourg !

www.vieuxmanoir.ch www.fribourgregion.ch

Le cristal de roche de Zermatt

La cabane du Mont rose du Club alpin suisse (SAC-CAS), également surnommée le cristal de roche, se dresse à 2.882 mètres. Cette cabane est probablement la construction la plus complexe de Suisse. Grâce à son revêtement en aluminium argenté et à ses panneaux photovoltaïques sur la façade sud, elle produit d'une manière écologique 90% de ses besoins en énergie. En 2009, la cabane s'est vue décerner le Prix solaire suisse, qui récompense des projets innovants et écologiques. Pour visiter la cabane (accessible uniquement de juin à septembre), il faut faire appel à un instructeur expérimenté de l'Alpine Center de Zermatt. La randonnée de quatre heures vers la cabane du Mont rose n'est pas à la portée de tous. Elle comporte notamment une traversée du glacier du Gorner, crampons aux pieds.

www.zermatt.ch www.neuemonterosahuette.ch





Une suite dans une cabane dans les arbres

Passez la nuit dans un hôtel de cabanes dans les arbres. Près de Klosters, à une altitude de 1.900 mètres, se trouve le parc de loisirs et de découvertes Madrisa-land. Outre dans le foin ou dans un tipi, on peut également y dormir dans un hôtel de cabanes dans les arbres. L'hôtel est composé de 10 cabanes de 4 à 6 lits et possède même une suite avec un chef privé. L'hôtel dans les arbres est également accessible aux personnes moins valides.

www.madrisa-land.ch fr.graubuenden.ch



Swiss Tubes

Cinq tubes empilés avec une vue unique sur le lac de Thoune vous donnent l'occasion de passer une nuit unique ! L'hôtel modulaire SwissTubes de Gwatt, près de Thoune, est entouré par une zone naturelle classée. La ville de Thoune est la porte d'accès à l'Oberland bernois. La vieille ville historique, qui abrite encore un château du douzième siècle et son musée, se trouve à environ un kilomètre du lac, sur la rive de l'Aar.

www.swisstubes.ch www.tcs.ch





Dormir dans un tonneau

Dans le village viticole de Trasadingen, dans la région de Klettgau, près de Schaffhausen et dans la Seigneurie grisonne (Bündner Herrschaft) à Maienfeld et Jenins, il est possible de passer la nuit dans un tonneau de vin. Les tonneaux sont agréablement aménagés avec des lits confortables et une toilette. Depuis votre tonneau-maisonnette, vous jouissez d'une vue sur les vignobles environnants.

www.fasshotel.ch www.rueedi-ferien.ch www.schlaf-fass.ch

Un hôtel dans la roche, sous le col du Saint-Gothard

Le Felsenhotel La Clastra est un hôtel unique, construit dans la roche, dans un ancien bunker de l'artillerie et situé à 2.050 mètres au-dessus du niveau de la mer. Il se trouve dans la région du Saint-Gothard, à 16 km d'Airolo. Ici, on est vraiment à l'écart du monde, au propre comme au figuré.

Profitez également de l'occasion pour jeter un coup d'œil dans le Réduit, les fortifications souterraines d'Airolo, sous le tunnel du Saint-Gothard. Elles furent construites durant la Deuxième Guerre mondiale.

www.claustra.ch www.sasso-sangottardo.ch www.ticino.ch





Un lit douillet dans un champ de maïs

A Estavayer-le-Lac, les propriétaires de la Ferme de La Corbière déploient votre lit au beau milieu d'un énorme champ de maïs. Vous y dormez sur un matelas de paille, sous une toile de tente qui vous protège de la pluie ou des insectes indésirables. Le matin, vous êtes réveillé par le gazouillis des oiseaux ou par le fermier, qui vient vous apporter le petit déjeuner au lit.

www.corbiere.ch www.fribourgregion.ch www.estavayer-payerne.ch



Un hôtel-prison

Vivez l'ambiance sobre et froide de la vie en prison. Jailhotel est le tout premier hôtel-prison de Suisse. Le bâtiment date de 1862 et est resté en service jusqu'en 1998 en tant que prison centrale de Lucerne. L'Erlebnishotel Jailhotel est situé au cœur de la vieille ville historique de Lucerne.

www.hotel-jail.ch www.luzern.com





L'hôtel le plus bizarre

Dormez avec la tête dans les nuages suisses et les pieds sur le sol français. L'hôtel le plus bizarre de Suisse se trouve dans le petit village de montagne de La Cure. L'Auberge d'Arbez, dans le Jura, est à cheval sur deux nations. La frontière franco-suisse traverse en effet cet établissement de trois étoiles. L'hôtel constitue le point de départ idéal pour partir explorer le Jura suisse, avec l'industrie horlogère dans la Vallée de Joux et le fameux fromage Vacherin-Mont d'Or, ou pour faire de la randonnée cycliste ou pédestre. En hiver, la région propose aussi aux amateurs de ski de fond quelque 250 kilomètres de pistes.

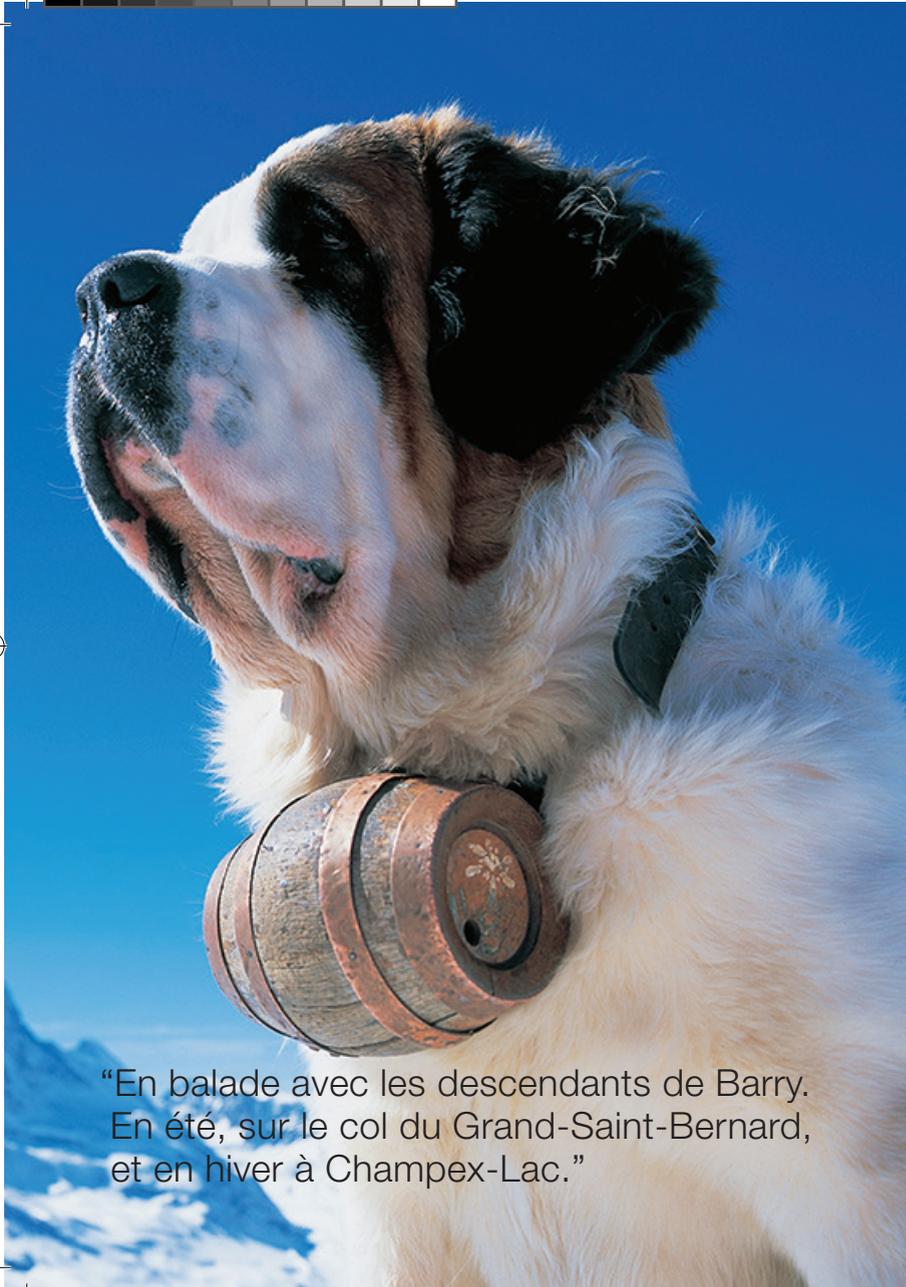
www.arbezie-hotel.com www.region-du-leman.ch

Dans des 'Love' yourtes mongoles

Sept authentiques tentes nomades forment un endroit particulier pour passer la nuit, à 2.000 mètres d'altitude à Rochers-de-Naye, près de Montreux. Cinq yourtes traditionnelles sont à la disposition des groupes comptant jusque huit personnes. Quant aux deux 'Love yourtes', elles s'adressent aux couples. Depuis Rochers-de-Naye, on jouit d'une vue époustouflante sur le lac Léman, les Alpes vaudoises et les Dents du Midi. Le voyage vers Rochers-de-Naye est une expérience en soi. On part de la gare de Montreux à bord d'un train à crémaillère et on arrive au sommet à Rochers-de-Naye via Glion et Caux.

www.goldenpass.ch www.region-du-leman.ch





“En balade avec les descendants de Barry.
En été, sur le col du Grand-Saint-Bernard,
et en hiver à Champex-Lac.”

Sur les traces de...

Barry, le plus célèbre des Suisses

Barry, le sauveur de vies humaines (1800-1814), était un célèbre Saint-Bernard qui travailla comme chien de sauvetage en montagne. Il vécut à l'Hospice du Grand Saint-Bernard, près du sommet du col du Grand Saint-Bernard. On peut admirer Barry au Musée d'histoire naturelle de Berne.

En été, au col du Grand-Saint-Bernard, vous pouvez partir en randonnée avec les descendants de Barry. Combinez votre randonnée à une visite à l'Hospice, également situé sur le col. En hiver, on ne peut atteindre l'hospice qu'équipé de raquettes à neige. A cette époque de l'année, les chiens ne s'y trouvent pas, mais séjournent à la Fondation Barry à Martigny. Dans ce centre, vous apprendrez tout ce qu'il faut savoir sur les chiens de Saint-Bernard. A ne pas manquer : une promenade hivernale avec les chiens à Champex-Lac, tout près de là.

www.saint-bernard.ch www.gsbernard.net www.fondation-barry.ch
www.museesaintbernard.ch





Guillaume Tell, le plus courageux des Suisses

Guillaume Tell est le légendaire héros de la liberté, qui transperça une pomme placée sur la tête de son fils à l'aide de son arbalète. Il aurait vécu au début du 14^e siècle à Altdorf, sur les rives du lac des Quatre cantons. A Gersau, rendez une petite visite à Sepp Steiner, le sosie de Tell, et apprenez à fabriquer une authentique arbalète. Tout au long de la Voie suisse, ne manquez pas non plus les différents lieux qui ont joué un rôle dans l'histoire de la création de la Suisse. Mais découvrez également les différents lieux qui ont joué un rôle dans l'histoire de la création de la Suisse le long de la Voie suisse. Ce parcours pédestre compte 35 km et s'étend le long de l'une des rives du lac des Quatre cantons, mais il pourrait encore être étendu. La Voie suisse fut réalisée en 1991 à l'occasion du 700^e anniversaire de la Confédération helvétique. Tous les 26 cantons suisses ont ainsi 'adopté' une partie du trajet, dont la longueur dépend du nombre de leurs habitants et de l'année de leur accession à la Confédération.

La route panoramique Guillaume Tell Express fait également référence à la légende du héros. En bateau à vapeur et en train, elle permet de traverser les lieux historiques de la Suisse.

www.weg-der-schweiz.ch www.swisstravelsystem.com
www.tellswerkstatt.ch

Heidi, la plus gentille de petites filles suisses

Loin au-dessus de Maienfeld, dans la région viticole réputée de la Seigneurie grisonne (Bündner Herrschaft), 'Alp-Öhi' vit en solitaire dans sa cabane. Un jour, la petite orpheline Heidi se trouve sur le pas de sa porte. Cela ne change pas seulement sa vie, mais également celle du jeune berger Peter, qui se lie d'amitié avec Heidi. Les romans racontant l'histoire de Heidi, de l'écrivaine suisse Johanna Spyri, sont depuis plus de 130 ans le symbole de la beauté intacte de la montagne suisse. Découvrez le monde alpestre idyllique de Heidi dans son Village, situé au-dessus de Maienfeld. Un réseau de sentiers de promenade bien aménagés vous emmènera vers tous les lieux importants de l'histoire de Heidi, parmi lesquels sa maison.

www.heidiland.com fr.graubuenden.ch



Le détective Sherlock Holmes

Dans 'Le Dernier problème', l'écrivain Sir Arthur Conan Doyle fait chuter son héros Sherlock Holmes et son rival, le professeur Moriarty, dans le vide, depuis une plateforme panoramique au-dessus des chutes d'eau du Reichenbach, hautes de 120 mètres. Empruntez donc le petit train à crémaillère nostalgique vers les chutes d'eau du Reichenbach, à l'endroit où Sherlock Holmes et le professeur plongent dans le vide. Depuis les wagonnets en bois du train à crémaillère, vous jouissez d'une vue époustouflante sur les chutes d'eau et la vallée du Hasli. Le musée Sherlock Holmes vous attend quant à lui à Meiringen.

www.sherlockholmes.ch www.reichenbachfall.ch www.haslital.ch





James Bond l'espion

Refaites le saut d'une hauteur de 220 mètres effectué par James Bond depuis le barrage de la Verzasca dans le film 'Goldeneye'. Selon certains, il s'agit de la meilleure cascade de l'histoire du cinéma. Le '007 Bungy' offre la poussée d'adrénaline ultime au lac de Vogorno, dans le canton du Tessin.

L'agent secret a également fait un passage dans la région de la Jungfrau. Le restaurant tournant Piz Gloria, construit dans les années soixante sur le Schilthorn, a servi de décor au tournage de plusieurs scènes importantes du film de James Bond 'Au service secret de Sa Majesté'. Une exposition permanente et le 007 WALK OF FAME le rappellent encore toujours.

www.trekking.ch www.ticino.ch www.schilthorn.ch

Tintin, le héros de bande dessinée belge

Dans sa jeunesse déjà, Hergé était un grand fan de la Suisse, où il passait régulièrement ses vacances. Il s'est d'ailleurs souvent inspiré de la Suisse pour ses bandes dessinées, et notamment pour L'Affaire Tournesol. Suivez l'itinéraire Tintin et Milou de Nyon Tourisme, qui passe par la maison du professeur Topolino à Nyon, mais également par Genève, Rolle et Yvoire. Visitez l'hôtel Cornavin à Genève, où une fausse porte a été placée avec le numéro de la chambre 122 qu'occupait le professeur Tournesol dans l'album.

www.nyon-tourisme.ch www.region-du-leman.ch





Charlie Chaplin

Charlie Chaplin vécut les 25 dernières années de son existence à Vevey, sur la Riviera suisse. On ne s'étonnera donc pas qu'un musée dédié à Charlie Chaplin y ouvrira ses portes en 2016. Un parcours interactif de trois heures relate l'existence de l'acteur, réalisateur et humoriste. Une statue de Charlie Chaplin est érigée sur la rive du lac Léman.

www.chaplinmuseum.com www.montreuxriviera.com



Thomas Cook, pionnier du tourisme

En 1863, le pionnier britannique du tourisme Thomas Cook élaborera pour la première fois un voyage organisé en groupe à travers la Suisse. Les participants voyagèrent de Genève vers le Valais, via Chamonix, visitèrent la région de l'Oberland bernois, escaladèrent le Rigi et roulèrent finalement en train depuis Lucerne jusque chez eux, en passant par Neuchâtel.

Parcourez une partie de la Via Cook en franchissant le col de la Gemmi à Loèche-Bains en direction de Kandersteg. L'hôtel Schwabenbach, construit en 1742 pour servir de poste de péage, se trouve à mi-chemin. Le col de la Gemmi est la plus ancienne liaison entre le Valais et les Alpes bernoises. Il forme le point central de la Via Cook, la randonnée de longue distance qui suit les traces du pionnier britannique du tourisme que fut Thomas Cook.

www.viacook.ch www.kandersteg.ch www.valais.ch

Le Dalai Lama et sa vigne

A Saillon, on sert du vin spirituel ! Au-dessus du centre du village de ce bourg valaisan, vous trouverez la "Vigne à Farinet", la plus petite vigne cadastrale de Suisse, d'une superficie de 1,62m² à peine. Elle compte trois ceps de vigne. La vigne est la propriété du Dalai Lama et sa gestion est assurée par des personnalités telles que Zinedine Zidane. En empruntant le Sentier des Vitraux à Saillon, vous arriverez dans les environs de la vigne du Dalai Lama. Si vous voulez en savoir plus sur les vins valaisans, ne manquez pas le Chemin du vignoble, qui va de Martigny à Loèche. On peut le parcourir à pied ou à vélo.

www.saillon.ch www.cheminduvignoble.ch



Boire comme un vrai Suisse

Vigneron d'un jour

Les vigneronnes de différentes régions de Suisse accueillent des visiteurs pour venir participer aux vendanges. Dans le canton du Valais, on vous attribue même votre propre petit vignoble. Pendant 3 jours, vous travaillez comme un vrai vigneron et apprenez à maîtriser les techniques de base de la viticulture.

www.valais.ch www.diroso.ch



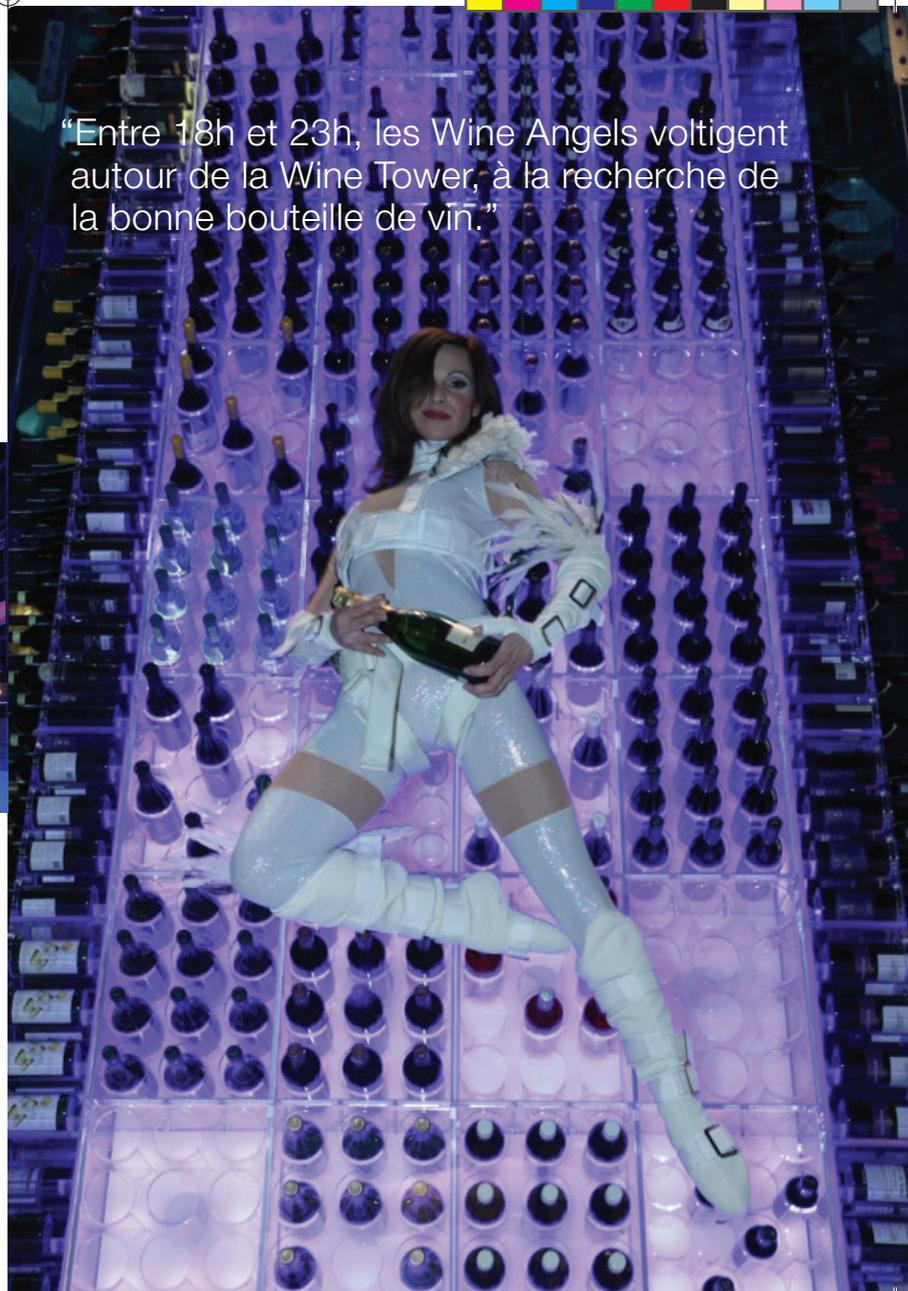
'Wine Angels' dans la plus haute tour de vin du monde

L'hôtel Design&Lifestyle Radisson Blu de Zürich, conçu par l'architecte et designer italien Matteo Thun, ne marque pas seulement les esprits en raison de son design luxueux, mais surtout grâce à sa Wine Tower de 16 mètres de haut. Cela en fait la plus haute 'tour de vin' au monde. Cette tour se trouve dans le lobby de l'hôtel et comporte pas moins de 4.000 bouteilles de vin et de champagne. Chaque soir, entre 18h et 23h, les 'Wine Angels', des danseurs talentueux, voltigent lors d'un impressionnant spectacle lumineux autour de la Wine Tower, à la recherche de la bonne bouteille de vin.

www.radissonblu.com www.zuerich.com

72 Livret d'inspiration pour les médias

“Entre 18h et 23h, les Wine Angels voltigent autour de la Wine Tower, à la recherche de la bonne bouteille de vin.”





La Fée verte

L'absinthe, une boisson fort alcoolisée et au goût anisé, est produite dans le Jura suisse depuis le 18e siècle. Bien qu'étant une boisson du peuple à l'origine, l'absinthe est surtout devenue populaire dans le milieu artistique au 19e siècle. Elle y a acquis le surnom de Fée verte. Cette Fée verte est ainsi devenue une importante source d'inspiration artistique. En 1910, elle fut interdite en Suisse. Ce n'est que depuis 2005 que sa production et sa vente sont à nouveau autorisées. La localité de Môtiers, dans le Val de Travers (canton de Neuchâtel) abrite le Musée de l'absinthe. Différentes distilleries vous en apprennent également un peu plus sur cette mystérieuse boisson fort alcoolisée. 'Die Grüne Fee', le premier bar à absinthe autorisé en Suisse, a ouvert ses portes à Solothurn. Bon à savoir : la Fée verte a meilleur goût lorsqu'elle est combinée à l'eau de source de la forêt la plus proche.

www.maison-absinthe.ch www.jurabernois.ch www.diegruenefee.ch

Le sherry du Valais

Le vin du glacier, parfois également appelé sherry du Valais, trouve son origine dans le Val d'Anniviers. Il vieillit le plus souvent de 10 à 15 ans dans des fûts de mélèze. Le principe de ce vin du glacier est simple : les fûts ne sont jamais entièrement vidés et chaque année, on y ajoute du vin nouveau à l'ancien. Le vin le plus ancien présent dans les fûts a... plus de 125 ans. A Grimontz, vous pouvez visiter la cave à vins du village et y goûter le vin du glacier.

MySwitzerland.com www.valdanniviers.ch



“Durant la plus haute randonnée whisky, vous passez par 27 auberges de montagne qui distillent elles-mêmes leur whisky.”



La plus haute randonnée whisky

Randonnée et whisky ! Voilà une combinaison qui sort des sentiers battus, mais qui n'effraie pas les Suisses. La plus haute randonnée dédiée au whisky a été ouverte dans le massif alpin. Durant ce tour, vous visitez différentes auberges de montagne, dont la plus haute est située à quelque 2.500 mètres. Dans chaque auberge, vous pouvez déguster du whisky et rassembler des petites bouteilles du whisky qu'elle distille elle-même. Il existe deux variantes du tour: une balade passe par 9 auberges et une autre par toutes les 27 auberges du parcours. La route débute près de la brasserie Brauquöll à Appenzell. Vous y recevez une carte avec toutes les auberges et vous pouvez y acheter le coffret dans lequel vous placerez toutes vos petites bouteilles. Vous pouvez accomplir la route comme bon vous semble et choisir vous-même le nombre de kilomètres et de jours que vous marchez, ainsi que le nombre d'auberges par lequel vous passez. Si vous optez pour une balade de plusieurs jours, vous pourrez passer la nuit dans les auberges de la randonnée whisky.

www.whiskytrek.com www.appenzell.ch www.alpstein.ch



Une brasserie wellness

Au Thermalbad & Spa de Zürich, vous vous baignez sous des voûtes en pierre centenaires, dans d'immenses cuves en bois : un clin d'œil aux cuves de l'ancienne brasserie Hürlimann. Le must absolu ? La partie extérieure du wellness, située sur le toit. Vous pouvez y profiter à ciel ouvert d'un panorama grandiose sur Zürich et le paysage montagneux.

www.thermalbad-zuerich.ch

Dans un bain de bière

Prenez un bain de bière à Innertkirchen. Vous commencez par vous plonger durant 20 minutes dans un jus d'orge aux senteurs épicées. Ensuite, vous vous enveloppez dans une serviette de lin et vous vous reposez une demi-heure sur un lit de paille. Grâce à ses vertus purifiantes et stimulantes, le 'Bier-Bottich-Bad' prend soin de votre peau et de vos articulations. Quant à la pompe à bière, elle soulage également votre gosier !

www.hotel-hof-post.ch

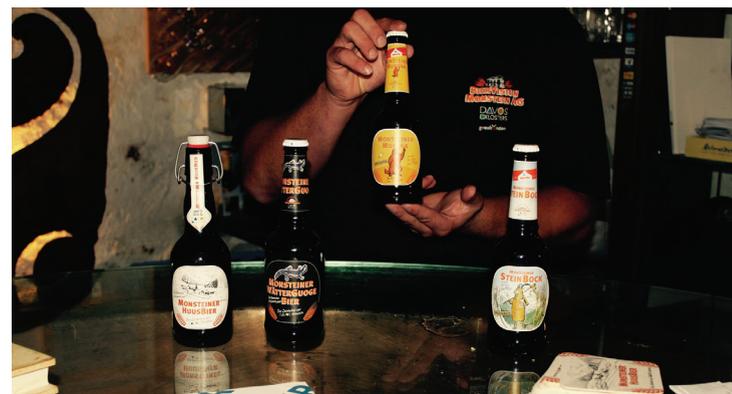


Brasser de la bière dans une casserole à spaghetti

En 1996, deux amis apprennent à faire de la bière à la maison dans de grandes casseroles à spaghetti. C'est ainsi que la brasserie Unser Bier de Bâle, dont la bière est brassée avec des ingrédients biologiques des environs, a vu le jour. La bière est encore toujours mise en bouteille et stockée à Bâle même. Ce n'est donc pas un hasard si la brasserie a choisi le slogan "De la bière d'ici et pas d'ailleurs" pour affronter les grands groupes brassicoles présents sur le marché suisse. Quant au logo de la bière, le Lällekönig (également appelé Lälli), il fait référence au roi qui tire la langue, dont la statue se trouvait jadis dans le centre-ville de Bâle. Capricieux, le 'Lällekönig' tirait la langue pour se moquer de habitants du Petit-Bâle, en signe de mépris.

Dans le bistrot de 'Unser Bier' sont organisés des ateliers sous la direction d'un sommelier brassicole, ainsi que des cours de cuisine à la bière.

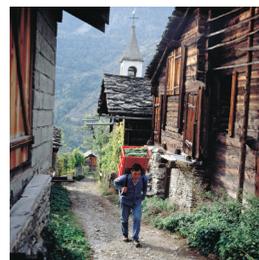
www.unser-bier.ch



La brasserie la plus haute

Si vous passez par les Grisons, essayez de programmer une visite à Biervision Monstein. Cette brasserie, perchée dans les montagnes près de Davos, est la brasserie la plus haute de Suisse. Outre des visites guidées, on y organise des ateliers au cours desquels vous apprenez à brasser vous-même de la bière. Ailleurs dans les Grisons, dans le petit village de Tschlin, près de Scuol, la délicieuse bière bio Biera Engiadinaisa est brassée par la brasserie du même nom. Elle vaut certainement aussi une petite dégustation.

www.biervision-monstein.ch www.bieraria.ch



Le vignoble le plus haut

Dans la localité valaisanne de Visperterminen, on cultive la vigne entre 650 et 1.150 mètres d'altitude. C'est le cas notamment de l'Heida de Visperterminen, un vin blanc aux saveurs épicées, qui est élaboré avec le cépage ancien du même nom.

MySwitzerland.com www.valais.ch
www.heidadorf.com

Vous reprendrez bien un petit peu de fromage !

Une balade en Tram-fondue

Explorez l'ancien centre-ville de Zürich lors d'une balade nostalgique en tram, pendant que le personnel de la Zunfthaus zur Zimmerleuten vous sert une succulente fondue au fromage. L'ancien tram démarre sur la Bellevue Platz, longe les maisons historiques des corporations sur le Limmatquai, emprunte la Bahnhofstrasse – la rue commerçante la plus réputée de Zürich – et passe devant la Paradeplatz.

www.zuerich.com



En balade avec le sac à dos à fondue

Vous rêvez d'une fondue au pique-nique ? A Gstaad, votre rêve devient réalité. Commandez votre sac à dos de fondue le soir, la veille de votre promenade, auprès de l'une des fromageries participantes. Le sac à dos, au look rétro, contient tout ce dont vous avez besoin pour préparer une fondue dans l'une des cabanes en chemin : set à fondue (caquelon et réchaud), fromage et mélange d'épices, pain, couverts et carte de randonnée. Vous pouvez partir vous balader avec votre sac à dos à fondue en été, mais également en hiver.

www.gstaad.ch



Une fondue dans les grottes du glacier

Zinal est l'un des villages traditionnels du Val d'Anniviers. Les grottes du glacier de Zinal sont quant à elles à l'écart de tout. On ne peut y accéder qu'avec des raquettes à neige aux pieds. Chemin faisant, vous jouissez d'un paysage hivernal féérique et vous en apprenez plus sur les légendes et les traditions de la région. Au cœur du glacier, vous pouvez ensuite vous préparer votre propre caquelon de fondue.

www.swissalpineemotion.com

En stage chez un Maître de la Raclette

La légende veut que ce soit un vigneron valaisan appelé Léon qui inventa la raclette. Un jour de grand froid, il aurait tenu son fromage près du feu, avant de le servir bien fondu à ses amis. C'est ainsi que serait née la Raclette AOP du Valais. L'origine du nom de ce délice n'est pas difficile à trouver : elle fait bien entendu référence à la façon de racler le fromage. Un geste qui n'est pas aussi évident qu'il n'y paraît, mais que vous pouvez apprendre en compagnie d'un racleur professionnel à Viège. Vous découvrirez ainsi comment racler dans les règles de l'art. Ces cours gratuits sont organisés tous les vendredis.

www.valais.ch





Le meilleur de la Suisse sur une seule route

Grand Tour de Suisse

Depuis 2015, la Suisse possède aussi son propre 'roadtrip'. Grâce au Grand Tour de Suisse, vous pouvez découvrir et vivre le meilleur de la Suisse en un seul trajet. Ce circuit de plus de 1.600 kilomètres vous emmène à la rencontre de 4 régions linguistiques, 5 cols des Alpes, 11 sites classés au patrimoine mondial de l'Unesco et 22 lacs. Excursions à couper le souffle garanties ! Prenez par exemple la Via Tremola, sur le versant sud du col du Saint-Gothard : elle a une longueur de 4 kilomètres, un dénivelé de 300 mètres, 24 virages en épingle à cheveux et des pavés cahoteux. Consultez la carte sur la couverture arrière pour découvrir le trajet du Grand Tour de Suisse.

MySwitzerland.com/grandtour



Grand Train Tour of Switzerland

Les Suisses et les trains : depuis toujours, c'est une combinaison gagnante. Grâce au 'Grand Train Tour of Switzerland', vous pouvez également effectuer un tour de Suisse en train. Il s'agit d'une manière fantastique d'aligner les routes panoramiques en train (comme le Bernina Express et le Glacier Express). Avec un seul ticket de train, le Swiss Travel Pass, vous voyagez partout sur le meilleur réseau de voies ferrées d'Europe.

www.swisstravelsystem.com

Bon à savoir

Capitale : Berne

Nombre d'habitants : 8 millions

Superficie : 41.285 km²

Géographie : principalement des montagnes et des lacs. Pas moins de 48 sommets de plus de 4.000 mètres, 65.000 voies d'eau, plus de 120 glaciers et 1.484 lacs. Point le plus élevé: Pointe Dufour dans le massif du Mont-Rose (4634 m). Point le plus bas: lac Majeur (193 m)

Langue: 63,7% allemand. En réalité, les Suisses parlent le suisse allemand, ou Schwyzerdütsch. Cette langue est née de la compilation des dialectes parlés dans les différents cantons de Suisse et au Liechtenstein. Il existe différentes variantes du suisse allemand. Pour les non-initiés, c'est comme si on collait "-li" ou "-i" à chaque mot ! Quelques exemples : Gruëzi (bonjour), Heisse Schoggi (lait chaud chocolaté), Gipfeli (croissant), sehr gut gsi (c'était très bien). Et celui qui fait le plus fourcher les langues : "Chuchichästli" (petite armoire de cuisine).

20,4% français. Le français qui est parlé en Suisse diffère également du français de France. Tout comme les Belges, les Suisses disent septante et nonante; quatre-vingt se dit même huitante en Suisse.

6,5% italien. L'italien est la langue véhiculaire dans le canton du Tessin et dans la partie sud du canton des Grisons.

0,5% rhéto-Roman. Le Rhéto-Roman (ou Romanche) est parlé par un peu plus de 36.000 personnes et possède le statut de langue officielle dans le canton trilingue des Grisons. Ailleurs en Suisse et au niveau fédéral, ce n'est pas le cas : les lois nationales sont rédigées en trois langues, mais pas en rhéto-roman. Quelques mots de rhéto-roman : Viva (santé), Allegra (bienvenue, bonjour), A revair (au revoir).

9% autres langues

Fête nationale : 1er août

Sport national : la lutte suisse (ou schwingen). Ce sport de combat est surtout pratiqué en Suisse alémanique et connaît son point d'orgue annuel lors du 'Brüningschwinget'.

Nos partenaires de voyage



Swiss International Air Lines

SWISS propose six vols quotidiens de Bruxelles vers Zürich et trois vols quotidiens de Luxembourg à Zürich. Votre premier équipement de ski ou de snowboard vous accompagne gratuitement. SWISS est disponible à tout moment sur SWISS Mobile Apps, sa lettre d'information électronique, son service clientèle 24h24/7j7, ainsi que via Twitter ou Facebook.

www.swiss.com



Swiss Travel System

Vous voyagez dans toute la Suisse avec un seul titre de transport. Le Swiss Travel Pass vous permet d'utiliser le train, le bus et le bateau de façon illimitée. Vous voyagez avec des enfants ? Dans ce cas, vous recevez une carte familiale avec chaque Swiss Travel Pass. Grâce à elle, les enfants de moins de 16 ans accompagnés par au moins un adulte voyagent gratuitement dans toute la Suisse.

www.swisstravelsystem.com/media



Europcar

Voyager à travers la Suisse à bord d'une voiture de location offre beaucoup de flexibilité. Sur les routes suisses, il n'y a vraiment aucun souci à se faire, car le réseau routier est parfaitement aménagé et signalisé. Europcar, le numéro un de la location de voitures en Europe, est également leader du marché en Suisse. Avec plus de 60 agences, Europcar est représenté dans toutes les régions du pays, et notamment dans les principaux aéroports.

www.europcar.ch



Crédit photos

Photographies: Swiss Image et Switzerland Tourism

A l'exception de la liste suivante :

- p. 5 La reine des randonnées à skis: Alpine Center Zermatt
- p. 6 Excursion à skis avec l'armée suisse: www.pdg.ch
- p. 7 Glacier Bike Downhill: PHOTOPRESS/Sedrik Nemeth
- p. 9 La course de descente la plus spectaculaire : Bruno Petroni
- p. 14 Trail Sierre-Zinal: Sierre-Anniviers
- p. 16 Flow Country Trail: Runca Danuser
- p. 23 Freitag: Roland Tännler, www.freitag.ch
- p. 25 Andreas Caminada: www.andreascaminada.ch
- p. 26 Joel Quentin, le chef aux plantes : VRT – Vlaanderen Vakantieland
- p. 29 Thomas Ulrich: visualimpact.ch | Børge Ousland
- p. 30 Freddy Nock: Ingrid Klaassen
- p. 33 Le Guet de Lausanne: www.diapo.ch
- p. 34 Déborah Métrailler: ValaisWallisPromotion_Silvano Zeiter
- p. 37 Germaine Cousin: Tony Kunz
- p. 38 Corinne Karnstädt: Fabrice Wagner
- p. 46 Festival de cor des Alpes de Nendaz: Yvan Lastes
- p. 47 Swiss Knife Valley AG, Visitor Center
- p. 50 L'or noir du Vaud: Marché aux Truffes de Bonvillars
- p. 51 La Sibérie suisse: Vincent Bourrut
- p. 51 Alptransit Gotthard – San Gottardo
- p. 54 Le Diamant de verre: www.vieuxmanoir.ch
- p. 56 Madrisaland
- p. 57 Swiss Tubes: Heberga SA - TCS Camping
- p. 58 Hôtel fût de vin: Micheles Fotografie, Chur
- p. 60 Hôtel champ de maïs: Hansjorg Hofpeter
- p. 62 Hotel Arbezie: www.arbezie-hotel.com
- p. 63 Yourtes mongoles: www.goldenpass.ch
- p. 69 Tintin: www.fhotels.ch
- p. 72-73 Wine Tower: Soenne Architekturfotograf, Radisson Blu Hotel - Zürich Airport
- p. 74 Der Grünen Fee, Solothurn
- p. 76 - 77 La plus haute randonnée whisky: Brauerei Locher AG
- p. 78 Unser Bier

Octobre 2015