

Découverte

Le magazine qui ouvre les yeux et l'esprit

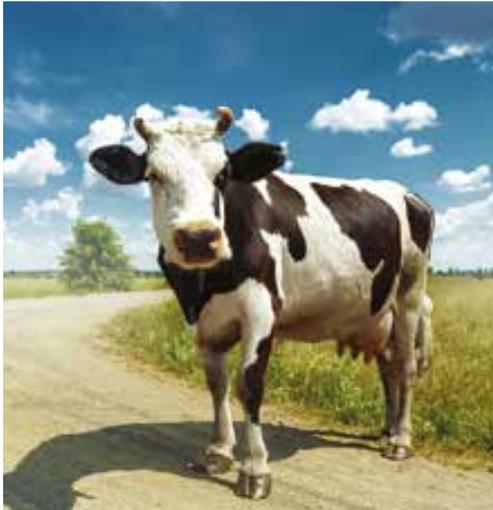
Zante

la mystérieuse

hors-série #1

FAITES DE VOTRE PASSION UN MÉTIER

ESNA⁺ École Suisse de Naturopathie pour Animaux



L'**ESNA** (École Suisse de Naturopathie pour Animaux)
propose des formations à distance en **naturopathie**
pour **cheval, chat, chien et bovins**.

Visitez notre site internet
www.esna-formations.com

E-mail : info@esna-formations.com

Tel. +41 (0)24 430 26 32

#1 ÉDITO



Le magazine Découverte est édité par :
Scriptis Éditions et Évènementiels SARL
Chemin de Brit 17 B, 1462 Yvonand Suisse.
Directeur de la publication : Alain Barbier.
Direction artistique : Philippe Monnier.
Tous droits réservés. www.scriptis-editions.com

Au cours des dernières décennies, de nombreux magazines sont passés au numérique pour des raisons principalement économiques. Mais faut-il toujours nécessairement aller avec son temps ? Pourquoi ne pas oser aller à contre-courant de notre époque de plus en plus numérisée ?

Notre magazine en ligne **decouverte-mag.com** jouit d'une large audience et nous en sommes ravis. Pourtant, en tant qu'éditeurs depuis 2007, nous aimons sentir le contact du papier sous nos doigts et nous apprécions les récits, les reportages que l'on peut poser et reprendre, sans avoir recours à un ordinateur, une tablette ou un téléphone mobile. Redevenir des voyageurs, avoir du plaisir à entreprendre ou à créer. Voilà ce que vous découvrirez dans nos pages captivantes. Vous aimerez le prendre en mains, le relire et le transmettre à vos proches. Nous l'avons conçu d'un format plus généreux que nos précédentes éditions.

Ainsi écrites, informations et images sont encore mieux mises en valeur. Voilà le défi que nous nous sommes lancé. Je crois sincèrement que nous l'avons relevé avec brio. Grâce à tous nos partenaires qui nous ont fait confiance, nous avons le plaisir de vous l'offrir !

L'éditeur

Goldpfinger

DES CONSEILS QUI VALENT DE L'OR



protection
juridique



prévoyance
3ème pilier



accès à la
propriété
hypothèques



assurances
santé



assurances
entreprises



assurances
choses

Goldpfinger est le nom d'un programme de remerciement et de fidélité pour les clients de Samuel Pfenninger, courtier en assurances indépendant chez FS Finances & Services, spécialiste en conseil global.

Vous êtes mon client et me faites deux recommandations réussies, un lingot d'un gramme est pour vous !

 078 718 22 17

 www.goldpfinger.ch

 samuel@goldpfinger.ch



Joyau préservé de la Mer Ionienne, Zante est une île chaleureuse et accueillante. Son principal atout ? Affirmer sa différence sans paillettes. Face aux attraits superficiels des lieux bondés, Zante affiche une belle insolence car son trésor est ailleurs. Les dieux l'ont constellée de quelques lieux magiques où la nature nous offre une beauté saisissante et sans fard : des falaises, du sable et la magie d'une mer turquoise qui s'illumine de mille feux lorsque le soleil rejoint l'horizon avec, dans son sillage, la promesse d'un nouveau jour.

Aux antipodes des décors surfaits des *îles cartes postales*, Zante vous dévoile chastement son authenticité simple. Ici, pas de maisons blanches aux volets bleus mais des découvertes brutes, éblouissantes, séduisantes...

HypnotiZante

Un reportage de Philippe Monnier

BAIE DU NAUFRAGE

La Baie du Naufrage (Plage de Navagio ou Shipwreck) est à Zante ce que la Statue de la Liberté est à New York : le spot incontournable. L'épave échouée, rongée par la rouille, y trône comme un vestige décrépi et confère au lieu son originalité picturale.

Le meilleur moyen de s'y rendre est de louer un bateau avec pilote ou de réserver une excursion sur un petit navire. Comme vous pouvez l'imaginer, le lieu est passablement bondé. Optez pour une visite tôt le matin ou en soirée, pour un brin de tranquillité.



© AdobeStock



© AdobeStock

La Plage de Plakaki se mérite. Pour se mettre en jambe, rien de tel qu'un petit trek dans les broussailles. L'expérience se corse lorsqu'il faut emprunter un sentier raide et escarpé. Une rampe en ferraille vous aidera à descendre les marches taillées à même la roche et vous protège d'une chute de plusieurs dizaines de mètres dans le vide. Les tongues, sandales et autres espadrilles sont à proscrire. Le spectacle est lunaire : des roches blanches polies par le temps vous mènent à une petite anse, le lieu parfait pour un plongeon dans une eau cristalline et limpide. Profitez-en car la remontée sera éprouvante.

UN PEU DE CULTURE...

Déjà citée par Homère dans l'Iliade et l'Odyssée, Zante (autrement appelée Zakynthos) est la patrie du poète grec Dyonisos Solomos. En 1823, il écrit l'*Hymne à la liberté*, un poème qui deviendra plus tard... l'hymne national grec !

PLAKAKI BEACH

GROTTES BLEUES

Une visite des Grottes Bleues (Blue Caves) gravera dans votre mémoire des images magnifiques. Le contraste entre la roche blanchâtre et la mer turquoise s'intensifie lorsqu'on y plonge. Bleu ciel, bleu nuit, pétrole, toutes les nuances y passent pour le plus grand émerveillement de chacun. Si vous optez pour l'excursion en petit bateau, le pilote vous emmènera peut-être à l'intérieur et là, c'est du grand art car il n'y a guère plus d'un mètre de chaque côté et la moindre fausse manoeuvre pourrait endommager la coque.



© Laura Monnier

COMMENT S'Y RENDRE ?

L'aéroport international de Zante (ZTH) est desservi par les principales compagnies aériennes : easyJet, TUI, Ryanair, Transavia... La compagnie helvétique Edelweiss propose un départ depuis Zurich. Vous pouvez aussi prendre un ferry depuis Brindisi et Bari (IT) ou Kyllini (GR).

PORT DE ZANTE

AÉROPORT (ZTH)

Zakynthos

À ÉVITER...

Si vous réservez une excursion ou un bateau dans le sud de l'île, vous aurez l'opportunité de naviguer vers la baie des tortues et d'en apercevoir quelques spécimens. Malheureusement, vous ne serez pas seul et, à la moindre apparition, une horde de touristes se jette à l'eau pour l'approcher, prendre des photos pendant que certains n'hésitent pas à la toucher. N'oublions pas que chaque animal mérite de vivre paisiblement et que, lorsque nous pénétrons dans son univers, à nous de nous faire discret et de savourer la magie de l'instant à une distance respectable.

La NUTRI- THÉRAPIE

l'Art de soigner par l'alimentation



Vanessa Ritter

Née aux Etats-Unis il y a plus de cinquante ans, la nutrithérapie commence à se faire connaître en France grâce au Docteur Curtay, pionnier dans cette discipline. Le but de la nutrithérapie est d'optimiser les fonctions naturelles du corps humain, mais aussi de prévenir et co-traiter des pathologies plus ou moins lourdes. Pour cela, le nutrithérapeute établit un diagnostic précis afin de corriger les déficits et les surcharges nutritionnels. Ensuite, il met en œuvre des techniques en vue de modifier le comportement alimentaire. Il procède à l'utilisation pharmacologique des aliments, vitamines, minéraux, phyto-nutriments, probiotiques, acides aminés pour rééquilibrer l'alimentation.

La nutrithérapie n'est ni une médecine alternative, ni un nouveau régime à la mode. Elle repose sur la biochimie dont elle est l'application pratique.

La nutrithérapie s'adresse à tous, du bébé à la personne âgée et du bien portant au malade. Notre environnement ainsi que notre rythme de vie actuels augmentent de manière considérable le vieillissement de nos cellules. En effet, l'alimentation moderne, la culture intensive, les sols appauvris, les pesticides, les additifs alimentaires, les cuissons trop chaudes et/ou trop longues, les produits raffinés sont autant de causes qui appauvrissent considérablement l'apport de micronutriments dont le corps a besoin pour fonctionner de façon optimale. Ces déficits fonctionnels et nutritionnels, combinés à des niveaux de stress élevés ainsi que des carences en sommeil réparateur, ont un impact direct et dangereux sur notre santé et notre bien-être.

Champs d'action

- Optimisation de l'alimentation pour votre bien-être quotidien et votre santé à long terme
- Prévention des effets du vieillissement ainsi que des maladies dégénératives
- Prévention et co-traitement des maladies cardio-vasculaires
- Prévention et/ou traitement du surpoids et de ses complications
- Gestion du stress, troubles de l'humeur et du sommeil
- Accompagnement et suivi du processus de procréation (avant, pendant et après la grossesse)
- Accompagnement dans le traitement des maladies chroniques (maladies de Crohn, syndrome de l'intestin irritable, polyarthrite rhumatoïde, maladie de Lyme, troubles de la thyroïde...)
- Optimisation de l'alimentation des enfants et adolescents
- Accompagnement du sportif et optimisation des performances sportives
- Prévention des états dépressifs et des troubles de l'humeur, burn-out...

La consultation

Lors de la consultation, le nutrithérapeute vous pose des questions précises afin de déceler et identifier les déséquilibres qui vous affectent. Suite à ce constat, il va vous proposer des conseils alimentaires personnalisés, spécifiques à vos propres besoins. Il va également établir un diagnostic et une correction des éventuels déficits en macro et micro nutriments. En cas de besoin, il va recourir à l'utilisation pharmacologique des aliments et micronutriments afin de rétablir l'équilibre du corps.

Soyons clairs

Le nutrithérapeute est un professionnel dont le rôle n'est pas de traiter une pathologie ni de poser un diagnostic (à moins qu'il ne soit également médecin). C'est un éducateur de santé qui travaille en collaboration avec la médecine allopathique. Il n'y aura donc aucune prescription de médicaments.



NUTRI- THÉR **HAPPY!**

Des super-aliments ?

Lors de vos achats quotidiens, vos yeux ont sûrement dû s'arrêter sur certains noms comme **graines de chia, baies de goji, fèves de cacao crues, matcha, myrtilles, curcuma...**

Parmi le vaste choix d'aliments qui s'offre à vous, seulement quelques-uns peuvent se détacher et se présenter comme de vrais remèdes ou « médicaments » grâce notamment à leurs pouvoirs anti-oxydants, leur forte teneur en polyphénols ou en acides oméga-3. Ils sont de véritables mines d'or.

Le nutrithérapeute vous aidera à intégrer dans votre quotidien toutes ces *bombes* de nutriments afin de vous faire profiter pleinement de leurs bienfaits.

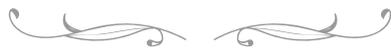


Crédit Photo : Sylvain Sester

Vanessa Ritter prépare actuellement **un livre dédié à la nutrithérapie**. Il sera agrémenté de recettes saines et savoureuses. Sa parution est prévue au printemps 2022. En attendant, vous pouvez découvrir quelques recettes en vous rendant sur www.decouverte-mag.com ou en scannant le QR code ci-contre à l'aide de votre téléphone portable ou tablette.

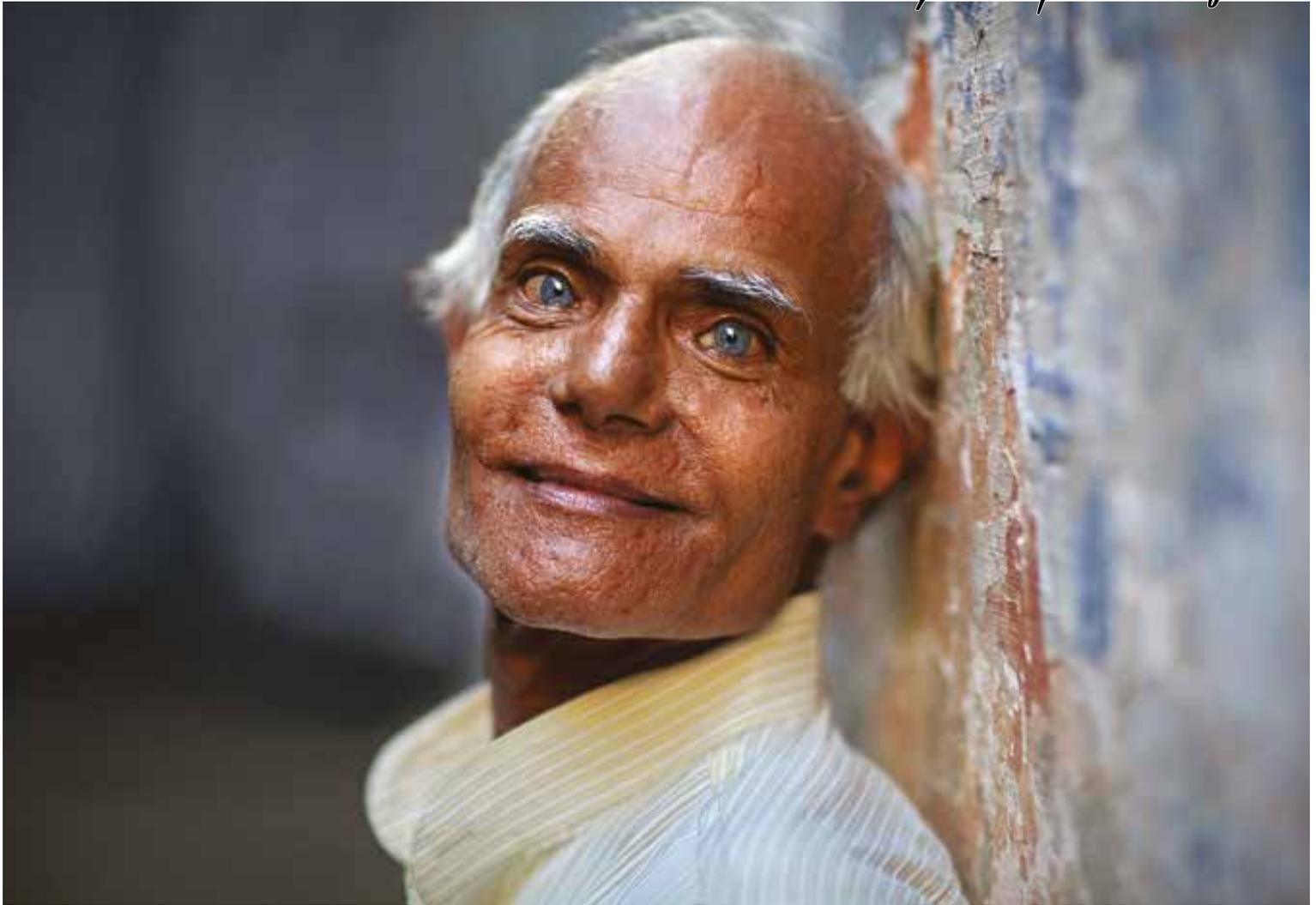


La magie de l'instant



à Varanasi, en Inde.

pour Sylvain Sester



Il est 17 heures et je sirote un chaï dans une ruelle. Soudain, arrive un homme au regard à la fois captivant et bienveillant. On m'explique qu'il est sourd et muet. Son regard hypnotique me remue. Je réfléchis déjà à l'endroit adéquat et aux réglages appropriés pour réaliser une photo. Elle doit être faite très rapidement pour préserver le naturel de l'instant. Après lui avoir fait comprendre mes intentions, je lui indique de se placer le long d'un mur à la peinture défraîchie avec un arrière-plan sombre. Par chance, les couleurs du mur rappellent celles de ses yeux et de sa peau. J'opte pour une profondeur de champ la plus faible possible. Trente secondes et trois clichés successifs me suffisent pour réaliser la prise de vue. À l'issue de la petite séance, j'offre une galette et un chaï à mon indien aux yeux bleus, une collation que nous partageons en silence.



Commandez le livre «La vie est belle» à Sylvain Sester - Rantzwiller, France - 33 (0)7 71 72 21 27
sylvain.sester@gmail.com - instagram.com/sylvainsester - facebook.com/sylvain.sester



LES ANIMUCHACHOS

www.animuchachos.com

Ils débarquent !



Ici votre envoyé spécial depuis sa navette spatiale. Il semblerait que des animaux ont décidé de semer la zizanie dans ce numéro de Découverte. Attendez... On me dit à l'oreillette qu'en fait, ils sont là pour annoncer la sortie imminente du premier volume de leurs aventures trépidantes : **Le Hamster d'Amsterdam**. À vous les studios !

C'est quoi ce truc ?

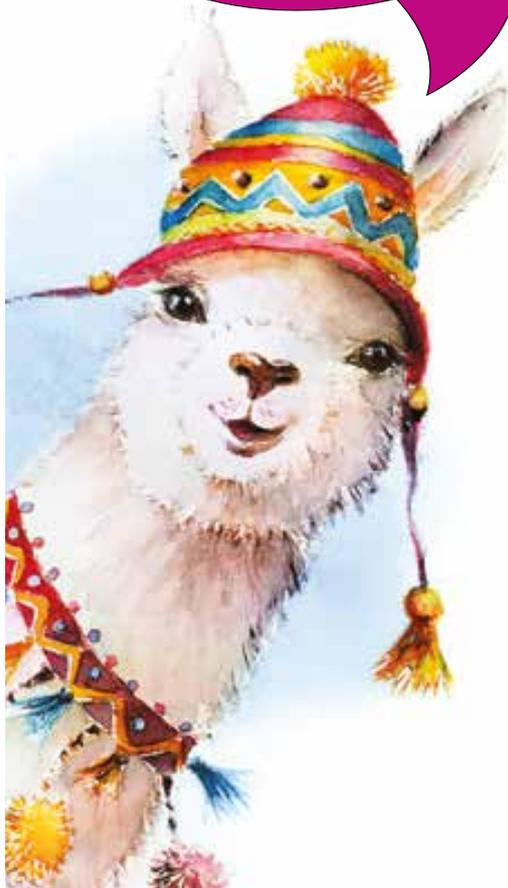
Eh ben, t'en fais une tête :
On dirait la pastèque aztèque !
Toi, tu as besoin de passer
un bon moment avec des amis...
Alors, rejoins les animuchachos
et partons à l'aventure !

Au marché d'Amsterdam, un petit hamster vend des munsters-mystères.

Un jour, il décide d'aller rendre visite à ses amis. Commence alors un trépidant périple qui le mènera chez le **grizzly des Grisons**, l'**autruche d'Autriche**, la **belette qui joue à la belote**, le **lama de Lima**, le **chameau qui aime les mochis**, le **lapin de Laponie** et enfin, la **limace d'Alsace**.

Pourquoi un si long voyage ?

La réponse se trouve au fil des pages !



Et moi ?
On ne me demande
pas mon avis ??



Imaginé, créé et dessiné
en Alsace



*Nous avons imaginé cet ouvrage comme
une belle histoire à partager.*

*Un livre que les parents prendront autant de
plaisir à lire
que les enfants.*

*Un prétexte pour
découvrir, rire, passer du bon temps
et enfin...*

*Une fantastique opportunité pour
imaginer et rêver.*

le hamster d'Amsterdam

Illustré par d'authentiques aquarelles d'Eléna Blondeau, l'histoire du petit hamster vous fera découvrir des mots et des sons rigolos dans des décors bucoliques.

Mais, avant tout, cette aventure met l'accent sur les belles valeurs de la vie : **l'amitié, la bienveillance... et la rigolade !**



Je le veux !

**Pour commander le livre
Le Hamster d'Amsterdam**
(Livre broché, 48 pages, format A4,
prix : 18-EUR ou 22CHF + port) **et
connaître les points de vente,**

- visitez notre site web :
www.animuchachos.com
- envoyez un email à :
animuchachos@gmail.com
- ou contactez-nous sur facebook :
facebook.com/animuchachos

À bientôt les amigos !



Simone

100 ANS D'HISTOIRES

Cette petite dame à la silhouette frêle a les yeux qui pétillent lorsqu'elle raconte l'enfance, l'amour, la famille. Son regard bleu se voile parfois et sa voix se casse, à l'évocation de la guerre, des aléas et des événements qui, en dépit de leur aspect tragique, sont les ingrédients d'une vie simple et humble.

À l'aube de ses 100 ans, Simone a accepté de raconter ces années de bonheur, ces instants où tout a basculé, avec nostalgie et tristesse parfois, mais sans jamais se plaindre, sans une once de rancœur envers quiconque. En l'écoutant, je perçois l'enfant espiègle qu'elle était sans doute, entraînée dans les sottises par ses frères aînés. Je m'imagine la jeune femme courageuse, dynamique et volontaire, déracinée de son « pays » après la guerre et parachutée dans les faubourgs Sétois. Je vous livre ici une anecdote particulièrement éprouvante qui relate le jugement d'André, son premier mari, qui comparaisait pour actes de résistance.

Le 11 octobre 1943, , trois mois après son arrestation, le procès d'André et de ses complices s'est ouvert. Au beau milieu des plaidoiries, des crépitements de mitrailleuse en provenance de la Citadelle se sont fait entendre. Ces bruits nous étaient familiers car tous les matins, des français se faisaient fusiller là-haut, nous le savions. Mais croyez-moi, en ce jour, ces crépitements ont pris une toute autre dimension car nous pensions tous à la même chose. Une véritable torture ! Plus de soixante-dix ans après, ils résonnent encore dans ma tête. Parmi les accusés, il y avait un petit jeune, âgé d'environ 16 ans. Parce que oui, c'étaient les jeunes qui cassaient tout. Ils faisaient sauter les écluses, les ponts, tout ce qui pouvait endiguer l'avancée de l'ennemi. Et, si l'occasion se présentait, ils tuaient des Allemands. Et ça, les Allemands ne le pardonnaient pas.

Les résistants ont donc été jugés les uns après les autres. Ils étaient représentés par deux avocats : Maître Koch et Maître Kreinleng. À l'issue de la délibération, ce sont eux qui ont convoqué les familles pour leur annoncer la décision du tribunal. Un seul membre était autorisé à entrer, pas deux. La majorité étaient les épouses. L'un des avocats a pris la parole :

- Vous savez, je n'ai pas trop de bonnes nouvelles à vous annoncer, mais je pense que vous êtes assez courageuses, chacune d'entre vous. Je vais commencer par le plus mauvais.

Alors, il a commencé à énoncer le nom de ceux qui étaient appelés à être fusillés. En entendant le nom de son fils, une mère s'est évanouie. Le père du jeune instituteur que mon mari connaissait s'est mis à hurler. Il s'empoignait la tête et il hurlait. Je ne peux pas vous décrire la scène : c'était horrible ! Le verdict était sans appel. Sur les 17 accusés, 10 seraient fusillés et les 7 autres seraient déportés en Allemagne. Quand il a eu fini d'énoncer les noms de ceux destinés à être fusillés, il a continué avec les déportés. André était le troisième. L'avocat m'a dit :

- Madame Bèche ? Votre mari part en Allemagne.

Aussi incroyable que cela puisse paraître, à cet instant, j'ai éprouvé du soulagement car il avait échappé à la mort. Même si la déportation impliquait beaucoup de choses, au moins, il n'était pas condamné à mort. Alors, avec les épouses et les familles de ceux qui partaient, on est tombés dans les bras les uns des autres, tant on sentait qu'on devait se raccrocher à quelque chose, à quelqu'un. Le lendemain du jugement, à l'aube, ils ont été fusillés.

Quelques jours plus tard, j'ai été autorisée à rendre visite à André. Je suis montée en courant à la prison. Là-haut, il y avait un comité d'accueil que je connaissais désormais : une Allemande irascible. Elle m'a fait rentrer, toujours au même

endroit, dans cette cabine grillagée. André est arrivé escorté. Il était rasé, les cheveux coupés mais mon Dieu, qu'il était maigre : maigre comme un clou. Il m'a dit :

- Oh, tu es revenue ? Eh bien, je ne suis pas plus beau qu'avant...
- Si ! Tu es bien rasé, tu es tout beau, lui ai-je répondu. Maintenant, quand même, je te reconnais : ça va mieux ! Tu sais, rien n'est perdu...

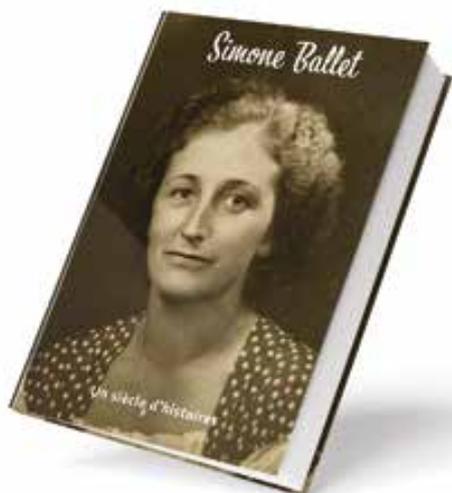
J'étais sur le point de lui dire « Tu vas partir », parce qu'il ne le savait sans doute pas. J'hésitais. Puis, je me suis dit qu'après tout, les Allemands pourraient me faire ce qu'ils voudraient, mais il fallait qu'il sache ce qui l'attendait. Les mots de Madame Marchand résonnaient dans ma tête : « Ils vont très certainement partir cette nuit pour l'Allemagne. Mais rien n'est désespéré ! Même en Allemagne, vous le reverrez. »

Je lui ai donc dit :

- Tu sais où tu vas ? Vous partez cette nuit !

À ce moment précis, le garde m'a empoigné violemment par l'épaule. Il a hurlé « Raus! » et, sans que je puisse prononcer un mot de plus, il ma jetée dehors. Je n'ai pas pu dire au revoir à mon mari.

Et, même si je l'ignorais ce jour-là, c'était la dernière fois que je le voyais.



Propos recueillis par Philippe Monnier.

**Le temps passe,
les souvenirs s'effacent...**

**RACONTEZ-MOI
VOS MÉMOIRES
J'EN FERAI
UNE HISTOIRE**

« Mon plus grand regret est de ne pas avoir consigné quelque part les incroyables histoires que ma grand-mère me racontait lorsque j'étais enfant. J'aimerais tant retrouver cet ébahissement et je donnerais n'importe quoi pour entendre le son de sa voix, ne serait-ce qu'une fois. »

Offrez à vos parents, grands-parents un cadeau unique :
**l'histoire de leur vie
dans un beau livre.**

Laissez une trace, un témoignage.
Transmettez vos valeurs
à vos enfants et petits-enfants.
Faites-les voyager dans le temps
et découvrir leurs origines.

Philippe Monnier, écrivain-biographe, vous accompagne dans la réalisation de votre biographie.

Organisation des séances d'interview, enregistrement, écriture, mise en page et illustration de votre livre jusqu'à l'impression.

**PENSEZ AUX BONS-CADEAUX :
UNE BIOGRAPHIE À OFFRIR !**



Philippe Monnier
BIOGRAPHE
Écrivain en Alsace

hello@philippe-monnier.com
https://ecrivain.philippe-monnier.com
ecrivain.biographe.alsace

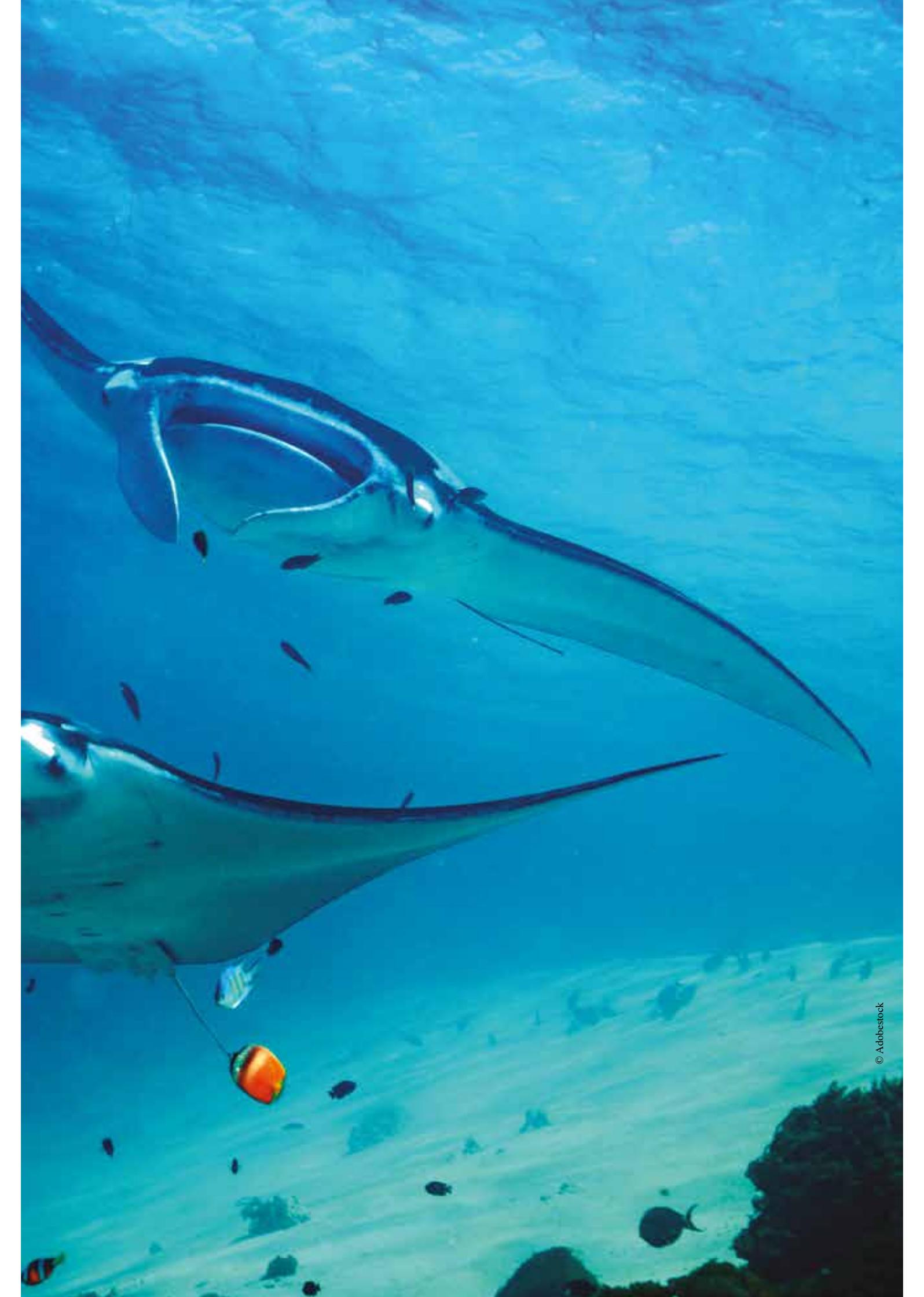
Un monde à découvrir et à préserver

Au royaume des raies Manta

Dans la vie de tous les jours, Marine et Joanna sont hôtesse de l'air. Le ciel n'étant pas assez vaste, elles ont décidé de vivre une expérience différente mais pas moins extraordinaire. En juin dernier, elles ont troqué l'uniforme pour un masque et un tuba. Direction : Isla Mujeres au large des côtes mexicaines. L'objectif de ce beau voyage ? Plonger à la rencontre des raies Manta et les répertorier pour le compte de l'ONG *Manta Caribbean Project*.

Retour sur une aventure palpitante et humaine qui met en lumière la magie et la beauté du monde qui nous entoure.

Propos recueillis par Philippe Monnier



Au royaume des raies Manta

Découverte magazine : Vous nous ouvrez les portes d'un monde merveilleux et fragile. Comment vous est venue l'idée de participer au projet de Manta Caribbean Project ?

Marine : De formation scientifique, j'ai toujours eu au fond de moi l'idée de créer une association ou de faire du bénévolat pour préserver les océans. C'est une cause qui me tient énormément à cœur. Je suis fascinée par les requins et les raies Manta depuis quelques années et, de cette fascination est née une irrésistible envie de les rencontrer. En 2018, je me suis rendue à Bali pour réaliser ce rêve. La première rencontre fut un coup de foudre, une fusion que j'ai encore du mal à exprimer aujourd'hui, tant l'émotion demeure forte. De retour en France, je me suis renseignée à leur sujet et je me suis éduquée à travers de nombreux livres et webinaires. Puis, je suis tombée sur l'annonce d'une ONG, *Manta Caribbean Project*, qui recherchait des volontaires pour une mission d'un mois au Mexique. J'ai rédigé une lettre qui transpirait ma passion, j'y ai joint mon CV et j'ai envoyé le tout.

Joanna : C'est Marine qui m'a parlé de ce projet. Moi qui aime explorer et observer le monde animal, que ce soit du plus petit insecte à la plus grande baleine bleue, j'ai immédiatement été séduite par ce projet qui rassemble mes centres d'intérêt : l'océan, les animaux et la plongée.

Avez-vous rencontré des difficultés dans le montage de ce projet ou des freins ?

La Covid ! Notre projet a été décalé de Septembre 2020 à Juin 2021. Au fond c'est une bonne chose car de la sorte, nous avons pris le temps de nous organiser correctement vis à vis de notre travail. Toutes les restrictions mises en place nous ont plusieurs fois fait douter de l'aboutissement de notre projet, mais nous sommes restées positives et finalement... notre patience a payé !

Pourquoi avoir choisi Manta Caribbean Project ?

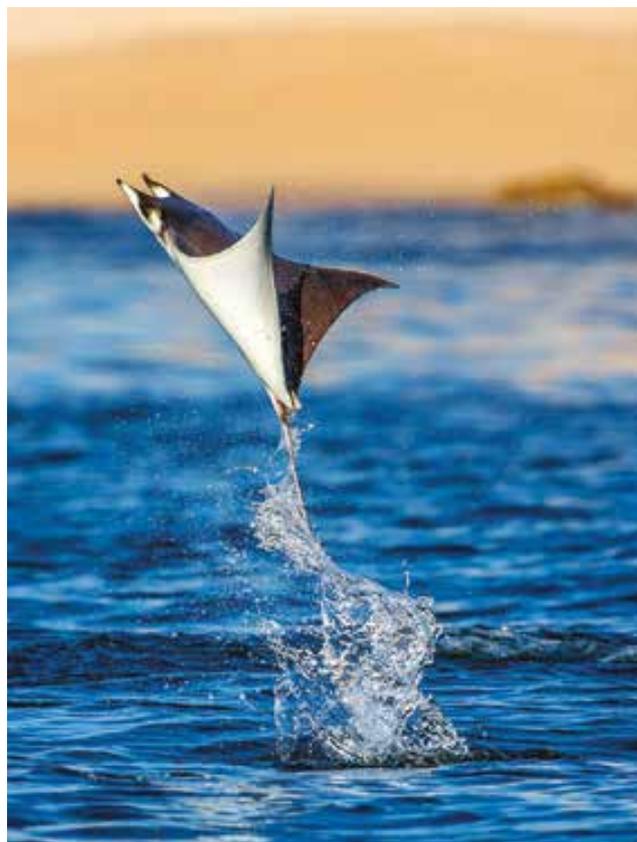
C'est une des seules organisations qui travaille sur l'existence d'une troisième espèce de raie Manta spécifique aux Caraïbes. C'est une question majeure car depuis des décennies, les scientifiques sont persuadés qu'il n'y en a que deux : les *Mobula alfredi* (raie Manta de récif) et les *Mobula birostris* (raie Manta océanique). Les Mantas mexicaines (toujours classées en tant que *Mobula birostris*) ont des caractéristiques physiques appartenant aux deux espèces. Leur tendance à sauter énormément hors de l'eau (communément appelé *breaching*) est une de leurs caractéristiques.

Par ailleurs, être bénévole pour *Manta Caribbean Project*, c'est aussi s'occuper des tortues et dépolluer la plage et la mangrove en ramassant tous les

déchets. Nous participons donc activement à la protection et à la conservation des océans.

Qu'éprouve-t-on lorsqu'on se retrouve face à ces géants pour la première fois ? Ressent-on de la peur, de l'appréhension ou une certaine fascination ?

Marine: Je suis une ancienne thalassophobe (*NDLR : peur intense et persistante de la mer*). Il y a quelques années, j'ai réussi à guérir de cette phobie. J'adresse d'ailleurs ce message à tous les thalassophobes: ne perdez pas espoir ! Je ne cache pas que je ressens toujours une certaine anxiété. Je ne parlerais pas de peur mais plutôt d'appréhension.



Les raies Mantas peuvent atteindre une envergure située entre 3,5 et 7 mètres. Il ne faut pas oublier qu'au Mexique, de mai à septembre, elles sont accompagnées des requins-baleines, les plus gros poissons du monde aux mensurations qui font frémir : quinze mètres de long avec une bouche allant jusqu'à un mètre et demi de large. Il y a des jours où on peut observer une quarantaine de raies Manta se mélangeant à tout autant de requins baleine dans un ballet océanique absolument merveilleux. Face à ce spectacle, j'ai ressenti l'apaisement le plus total. J'étais à ma place. C'est la plus belle chose que j'aie jamais vue.

Joanna: J'ai été fascinée par le calme et l'impression de lenteur et de puissance qui émanaient de ces géants se déplaçant autour de moi. Malgré

leur grande taille, ils sont totalement inoffensifs pour l'homme car ils consomment uniquement du plancton.

Pouvez-vous nous expliquer de déroulement d'une journée-type ?

Nous préparons toutes les affaires la veille. Parmi nos équipements, il est impératif de ne pas oublier le GPS et le CTD (*Conductivity - Temperature - Depth*) qui permettent une traçabilité obligatoire.

6h45 : départ de la maison. Avec Karen, la cheffe de projet et les autres volontaires, on grimpe dans un taxi qui nous dépose à la marina. Là nous attendent le capitaine, son bras-droit et le bateau.

7h30 : après avoir chargé tout le matériel, nous prenons le large.

9h30 : arrivée sur la zone de recherche. Celle-ci étant relativement large, il nous arrive parfois de tourner quelques heures avant d'avoir la chance d'apercevoir ces beautés. Lorsque la rencontre a lieu, nous plongeons immédiatement car le but de la journée est d'en répertorier un maximum.

16h00 : nous nous redirigeons vers le port. Arrivés à la maison, la journée n'est pas finie. Il faut rincer tout le matériel à l'eau claire pour enlever le sel et tout suspendre sur le toit pour le séchage.

Ensuite, nous devons traiter toutes les données de la journée et les répertorier dans l'ordinateur.

Comment s'organise concrètement le répertoriage et à quoi sert-il ?

Tout se réalise sous la supervision de Karen, la responsable de l'organisation. Pour être efficaces, nous devons prendre des photos nettes du ventre des raies Manta car c'est là que se trouve leur *empreinte digitale*. Et c'est grâce à cette distinction que l'on peut agrandir la base de données.

Mais, il y a d'autres tâches à réaliser sur le bateau. Tout d'abord, le pointage GPS chaque heure, dès le départ du port. Nous notons scrupuleusement l'heure, le numéro de pointage, la présence de Mantas, leur nombre, leur comportement, ainsi que les observations diverses (bateaux de pêche à proximité, sargassum).

Ensuite la recherche avec le CTD nous permet d'obtenir des informations sur la conductivité, la température et la profondeur de l'eau. Nous disposons également du *Manta Trawl* : c'est un dispositif équipé d'un filet et d'un filtre qu'on accroche à l'arrière du bateau. Il nous permet de faire une recherche sur la concentration de microplastiques dans une zone définie. Le bateau calque son allure sur celle d'une Manta (2 à 3 noeuds) pendant 20 minutes.

Pour finir, nous notons tous les bateaux touristiques rencontrés.

Parvient-on à établir une « communication » avec les animaux ?

Dans un premier temps la priorité majeure est de ne

pas les déranger. Si une Manta se montre curieuse et vient dire *bonjour* d'un peu plus près, il faut rester immobile et la laisser venir à nous.

Lors de la plongée en apnée il faut être attentif à ne pas plonger juste devant ou derrière elles, mais sur le côté pour limiter leur inquiétude.

Parmi tous les souvenirs qui restent gravés dans votre mémoire, y'en a-t-il un qui surpasse tous les autres ?

Marine : Je dirais que c'est un condensé de tout ce que j'ai pu vivre. Mais la journée la plus merveilleuse restera la première, lorsque j'ai plongé et que je me suis retrouvé au milieu des Mantas qui me frôlaient. Et, en me retournant, j'ai eu la chance d'apercevoir un requin-baleine. Une journée incroyable !

Joanna : Oui, la première immersion dans ce monde magique est mémorable, lorsqu'on se retrouve au milieu d'une horde de raies Manta qui tournoient tout près de nous et que de majestueux requins baleine se mêlent à nous. Car, même s'ils peuvent paraître effrayant, ils ne feraient pas de mal à une sardine. Cet épisode est le coup de cœur de mon voyage et demeure mon meilleur souvenir.

Qu'est-ce que cette expérience a déclenché en vous ?

Marine : Cette expérience m'a fait sortir de ma zone de confort et je pense qu'il n'y a pas plus stimulant pour s'enrichir. Les voyages en eux-mêmes sont déjà très enrichissants, mais le bénévolat l'est bien plus encore, surtout lorsqu'on quitte totalement le sentier touristique et qu'on apprend à vivre avec les locaux. Je suis fière d'avoir laissé ma trace dans un projet qui me tient tant à cœur et qui joue un rôle dans la protection de nos océans.

Nous sommes devenues des *gardiennes des raies Manta* et cette distinction honorifique est un honneur pour moi.

Des projets pour l'avenir ?

Marine : Pour commencer, je pousse toutes les personnes qui auraient l'envie de prendre part à un projet tel que celui-ci de se lancer. Me concernant, dans un avenir proche, je prévois un séjour aux Maldives. Les raies Manta ont une façon particulière de se nourrir là-bas, dans l'atoll de Baa à Hanifaru Bay. Il s'agit du *cyclone feeding* : en moyenne entre 150 et 300 Mantas se rejoignent et tournent de manière simultanée en formant un cyclone. Cela permet au plancton de remonter et de se concentrer vers la surface. Mon objectif est de participer à ce spectacle en 2022 !

Joanna : Pour ma part, je veux continuer à explorer le monde et voyager le plus possible.

En savoir plus :

www.mantacaribbeanproject.org

Entre ciel et terre

Doté de son identité picturale propre, Bernard Garo expose ses œuvres dans le monde entier et surtout en Chine. L'artiste peint ses œuvres avec des pigments naturels, des roches volcaniques et des sédiments marins qu'il dépose délicatement sous forme de strates sur ses toiles aux immenses formats.



Josiane Meyer

La force et la fragilité

Ce qui me semble paradoxal, c'est que cet artiste romand semble être animé d'une énergie phénoménale. Ses peintures en mouvement alliant la force terrestre à son opposé, la fragilité, invitent le spectateur à s'immerger dans une réflexion sur notre planète. Soucieux de l'avenir de notre environnement face au réchauffement climatique, fonte des glaciers, pollution, destruction, cet artiste connu révèle par ses toiles et l'émotion qui s'en dégage une partie de ce patrimoine disparaissant peu à peu. La virtuosité de ce peintre international dissimule une parfaite maîtrise des effets les plus divers. À cela s'ajoute une inventivité constante dans le travail des couleurs et de la matière. C'est dire qu'il mélange savoureusement toutes les techniques avec un grand talent. Bernard Garo aime ainsi saisir la beauté dans l'espace et le temps. C'est l'artiste que j'ai rencontré à son atelier de Nyon me dit-il lors de ma visite : « Je ne peins pas le monde avec de la peinture, mais avec la matière de nos origines ». Il est pour moi davantage qu'un artiste-peintre. C'est un véritable porteur de sens ! Il nous invite à découvrir en exclusivité l'espace de sa créativité. Vous y découvrirez tout un univers inspiré de la terre, des déserts, des glaciers, des montagnes et des volcans.



La BIO RÉSO NANCE

C'est quoi au juste ?

Par Yves Rebaud



Se fondant sur les ondes électromagnétiques produites par le corps, la biorésonance permet, en quelques dizaines de minutes, de scanner, de parcourir les caractéristiques fréquentielles des organes, des tissus et des cellules et de détecter leurs faiblesses. Elle évalue tout une série de paramètres, dont l'analyse des terrains et des systèmes pathologiques. Le thérapeute peut alors identifier assez précisément quels tissus ou organes sont affectés.

Bref, la biorésonance a la propriété de mesurer, de corriger, voire d'harmoniser les déséquilibres énergétiques au sein de l'organisme. On parle alors de réharmonisation des cellules. L'appareil envoie des fréquences correctrices aux organes présentant des faiblesses ou des carences. Les effets sont ressentis rapidement.

Comment ça marche ?

Lors d'une séance de biorésonance et pour un bilan que l'on intitule bilan énergétique, la personne examinée porte un casque temporal qui évoque un simple casque audio. La biorésonance pose comme un fait avéré que les molécules corporelles émettent des ondes électromagnétiques et un spectre typique, individuels à chaque personne. Le système a ainsi la faculté de capter l'ensemble des flux énergétiques des organes de la personne. Un logiciel spécifique au type d'appareil utilisé enregistre les mesures, puis évalue l'intensité moyenne des émissions énergétiques propres à chaque organe. Il calcule aussitôt en temps réel leur état potentiel. Le logiciel traduit ensuite à l'écran, pour le ou la thérapeute spécialisé(e), le résultat sous forme de représentations synthétiques réalistes.

Cette technique permet alors d'identifier les pathologies les plus précises, même lorsqu'elles ne sont encore qu'à un stade de développement primaire. La rédaction du magazine decouverte-mag.com publiera prochainement dans son annuaire la liste des thérapeutes de Suisse romande et de France qui pratiquent cette approche holistique.

SAUVEGARDEZ VOS SOUVENIRS, VOS TRÉSORS !



Jeune homme, la programmation informatique l'intéresse. S'ensuit un parcours d'ingénieur orienté vers le traitement de signal en temps-réel. Il rejoint le laboratoire d'acoustique de l'EPFL. Mais c'est une fois son brevet fédéral de technicien du son en poche que Benjamin se spécialise dans l'archivage numérique de tous supports audiovisuels et photos. 1er saxophone ténor, ce musicien hors pair utilise avec joie son don musical dans son métier de cœur.

Une particularité hors du commun

Fondée en 1998, Genevay Media Services devint récemment GMS Digital Sàrl. Elle prend en charge plus de 500 types de supports provenant d'Europe ou du reste du monde.

Numérisation de tous supports

Vos enregistrements audios et vidéos, films sur pellicule, disquettes, photos, plans, registres, documents et données informatiques sont précieux. Pour les pérenniser dans le temps, et surtout avant que ces supports ne se détériorent, c'est justement ce que fait ce spécialiste de l'archivage digital. Comme il assure une prestation individualisée, il fournit aussi de précieux conseils à sa nombreuse clientèle pour sauvegarder archives et souvenirs inoubliables sur les différents supports numérisés.

Efficienc e et avantages de la numérisation

Les transferts sont réalisés sur mesure, avec une amélioration du son et de l'image, une édition des passages non enregistrés ou avec des défauts, le montage chronologique des séquences, l'atténuation des bruits parasites, l'ajustement des teintes, le recadrage font parties des prestations que propose Benjamin Genevay. La numérisation permet un énorme gain de place et une facilité de consultation des archives

restaurées. De plus, ces fichiers-là pourront être dupliqués sans perte de qualité et transmis plus facilement à l'entourage des utilisateurs de ces prestations pas comme les autres.



Pour sauver vos trésors :

Benjamin Genevay

tel. **0840 111 555**

mail : info@archivage.digital

web : www.archivage.digital

Créer une entreprise, la faire prospérer, affronter les difficultés financières, maintenir le cap... Bien souvent, le parcours de l'entrepreneur(e) ressemble à celui d'un alpiniste qui brave tous les dangers pour atteindre le sommet... sans dévisser. Ces histoires méritent d'être connues. En racontant votre vie d'entrepreneur(e), vous donnerez envie aux jeunes générations de se lancer et de perpétuer l'esprit pionnier qui vous anime.



HISTOIRE(S) d'**ENTREPRENDRE**

Vu de l'extérieur, la réussite peut paraître facile. Rares sont ceux qui imaginent les sacrifices, le stress, les challenges endurés par celle ou celui qui un jour, décide de fonder une entreprise. Une success-story est rarement le fruit du hasard : c'est souvent le résultat d'un travail acharné.

Histoire(s) d'entreprendre retrace les événements marquants et raconte l'histoire de votre entreprise dans un beau livre, unique et précieux.

Dans un monde où tout s'accélère, il paraît nécessaire d'enseigner aux générations actuelles et futures que le succès est rarement le fruit du hasard.

La satisfaction du travail bien fait, la fierté de construire quelque chose de durable et l'envie de partager sont des valeurs essentielles que vous devez transmettre.

Quel meilleur support qu'un livre pour délivrer votre vertueux message ?

Écrivons ensemble
l'histoire de votre entreprise
dans un beau livre

« Les entrepreneur(e)s sont des êtres à part. Visionnaires, doués, ils incarnent des personnages hauts en couleur. Souvent humbles, ils participent activement au progrès en esquissant les produits et les services de demain. Raconter leur histoire, c'est leur rendre l'hommage qu'ils méritent ».

L'aventure vous tente ?
CONTACTEZ-NOUS
pour écrire ensemble votre histoire !

Éditions *Scriptis*
tel. +41 (0)24 430 26 30
e-mail : alain@scriptis-editions.com
www.scriptis-editions.com





Fabrice Bernhard* est champion sur Bobcat, machine de chantier et sur ses propres pelles mécaniques de gros tonnage.

« Démolir, dit-il, ne veut plus rien dire. Aujourd'hui, les réglementations demandent aux entrepreneurs comme moi de trier les matières et matériaux lorsqu'on démolit un bâtiment, par exemple. Et nous devons le faire par tous les temps et toute l'année. Cela implique une grande expérience et une connaissance accrue des modalités à respecter. De même que tous les autres travaux d'extérieurs qu'architectes, municipalités et privés veulent bien me confier. Mais j'ai choisi ce métier d'entrepreneur par vocation. J'aime les machines de chantier. Alors je suis apte à relever tous les défis que pose un chantier ».

**Il est le partenaire exclusif de la société d'outsourcing Planet 21 Sàrl*

www.topomultiservices.ch/
076 558 98 84 ou 079 789 89 72



Precious Moments TO CELEBRATE

Votre partenaire musique, son et lumière pour animer, organiser vos cérémonies de mariage, vos événements d'entreprises, vos anniversaires ou vos soirées club. Vinz Rosso propose aussi des séances de coaching vocal.

Vinz Rosso
Chemin du Levant 2
1315 La Sarraz
+41 78 752 70 31
info@vinzroosso.com
vinzroosso.com



Soif d'aventures ?

Découverte Magazine et surtout Croisimer International se réjouissent de collaborer avec Sybille Cabale, propriétaire de l'agence FLH-Excellence. Ainsi vous découvrirez les plaisirs de redevenir de vrais voyageurs.

Grâce au savoir-faire de Sybille Cabale, vous bénéficierez de circuits absolument hors du commun. Des immersions culturelles extraordinaires tant en Europe, qu'en Afrique ou qu'en Asie vous attendent.

Vous pourrez aussi satisfaire votre soif d'aventures notamment par un camping itinérant au moment des grandes migrations en Afrique australe.



Autant de types d'aventures
que notre magazine Découverte se fera un plaisir de vous faire
découvrir prochainement...

DES MAISONS DE RÊVE PARTOUT DANS LE MONDE

FLH EXCELLENCE, PLUS QU'UNE AGENCE...

Une certaine
idée de
l'exception

À partir d'une agence
de location classique
et pour répondre à des
demandes particulières
Flh Luxury Holidays.

Elle est dédiée aux séjours
d'exception en famille,
entre amis, en rencontres
professionnelles ou
évènementielles.

L'agence sélectionne
des villas et appartements,
dans des lieux et sites
idéaux à travers
le monde.

Le nouveau
FLH Excellence
souhaite faire vivre
un moment inoubliable
en soignant le moindre
détail et en répondant
à toutes les attentes.



FRANCE

CROATIE

ESPAGNE

MAROC

NAMIBIE

L'AVENTURE AUX 4 COINS DU MONDE

Envolez-vous au cœur de la péninsule des trolls, au Nord de l'Islande. Cette région très isolée de fjords verdoyants et dominée de volcans, reçoit chaque hiver des chutes de neige parmi les plus importantes de la planète, démultipliant l'isolement de l'hôtel et l'aura de mystère qui se dégage de l'endroit !

L'été, la neige laisse place à des vallées verdoyantes où abondent cascades et rivières grondantes. Au milieu de ces paysages étourdissants, une multitude d'activités vous permet de communier avec la nature pour une décharge d'adrénaline en plein air hyper-revigorante.

À titre d'exemples : surf, héliski, balade à cheval et en motoneige, kayak, chien de traîneau, vtt, baignade dans des sources thermales... Le tout en profitant du confort exceptionnel du plus bel écolodge d'Islande, en comité restreint.



Immanent Travel est une agence de voyages haut de gamme et ultra personnalisés dont le cœur de métier est la création d'expériences sur mesure et sensorielles, avec un goût prononcé pour l'aventure dans les grands espaces.

Assurance annulation multirisques covid, assistance à destination pour la réalisation des tests PCR au retour.

Site web : www.immanenttravel.fr

E-mail : info@immanenttravel.fr

Tel. +33 (0)7 87 82 47 01

La mer...

à couper le souffle



Alain Barbier

Découvrez le charme de la navigation à voile, loin du tourisme de masse. Le Royal Clipper, l'unique 5 mâts au monde, d'une longueur de 134 mètres et de 17 mètres de large offre beaucoup de place à ses 227 passagers lorsque toutes ses cabines sont occupées.

Vivez l'ambiance chaleureuse, élégante et décontractée d'une croisière pas comme les autres. Imaginez l'instant où vous verrez au loin très, très tôt le matin depuis votre cabine 'le lait bleuté' jaillir de l'océan, s'élancer dans le ciel, s'y répandre et s'arrêter à une incision rouge au ras de l'horizon. Cela vous paraîtra sans doute une version poétique pour décrire le lever du soleil à bord du Royal Clipper. Rassurez-vous ! Comme vous vivrez des journées exaltantes, point ne vous oblige de vous lever avec le soleil. À bord, vous aurez le choix de vos activités et de vos rencontres. Si vous êtes à bord pour vous reposer ou de tenter de découvrir la richesse et la diversité des existences, vous pourrez arpenter villes, littoraux et campagnes au gré de vos captivantes escales. À bord, vous y serez comme sur un yacht privé avec un confort très raffiné proposé à un prix très abordable. Si vous y allez en groupes d'amis (contemporains, anniversaires, fêtes de famille, associations sportives), en sportifs ou en contemplatifs d'une nature encore authentique, *Croisimer International* vous négociera un tarif préférentiel avec l'armateur qu'elle représente. En poupe, sur le Royal Clipper, vous pourrez aussi vous adonner à des sports aquatiques.





Chaque fois que nous étions à bord du *Royal Clipper*, du *Star Clipper* ou du *Star Flyer*, nous avons fait de belles rencontres. L'ordre de table y est très souple. Pas besoin d'occuper toujours la même table. Au contraire, avant de descendre au restaurant, vous annoncerez au maître d'hôtel votre désir d'avoir une table avec les connaissances que vous avez rencontrées. Vous passerez donc de bons moments à table et vous vous remettrez allégrement des périodes de confinement que vous avez subies.



Le Royal Clipper dispose de 92 cabines extérieures mesurant entre 11 et 14 m². Elles proposent deux dispositions possibles et vous pourrez choisir entre un lit double ou deux lits jumeaux bas convertibles. Il y a 6 cabines intérieures et quelques très belles suites.

TRANSFORMEZ VOTRE EN VRAIE **passion** **profession** !

Depuis le début de l'année 2021, 49% des personnes actives envisagent ou ont déjà réalisé une reconversion professionnelle. Un chiffre impressionnant. Un tiers s'est déjà reconverti en changeant de métier ou en devenant indépendant. Quant aux 2/3 restants, ils songent fortement à se réorienter professionnellement. Et vous ?



Olivier Barbier, réorienteur professionnel

Pourquoi tant de personnes choisissent de se reconvertir?

Est-ce la faute à la crise sanitaire? Travail dans une entreprise vouée à disparaître à la suite des répercussions dues à la crise sanitaire, licenciement, bouleversement de la vie familiale ... Le moins que l'on puisse dire, c'est qu'il y a de nombreuses raisons de vouloir changer d'activité lucrative !

Pourquoi veut-on changer ?

Les principales raisons sont souvent des attentes de performances toujours réévaluées, des problèmes de santé (burn-out ou bore-out) ou le manque de sens au travail. Même s'ils existaient déjà, pour beaucoup, ils ont été révélés par la prise de recul lors des périodes confinées. Cette évolution de notre manière de vivre nous a amené à remettre au premier plan nos valeurs fondamentales. Le besoin de rétablir l'équilibre entre vie privée et professionnelle est plus présent que jamais : liberté, indépendance, qualité de vie.

Pourquoi est-ce si difficile de faire le pas ?

La peur de l'inconnu ou de se tromper existent en chacun de nous en différentes proportions. Un besoin de certitude est l'un des besoins fondamentaux. Lorsque que nous hésitons, la difficulté de faire un choix crée de l'inconfort qui se traduit par de l'anxiété. Nous cherchons donc naturellement à éviter ces situations et la manière la plus simple est de ne pas remettre en question la situation actuelle en se persuadant- qu'elle est idéale ou pas si difficile à vivre : **ne pas choisir est un choix**. Peut-être, avez-vous juste besoin d'un coup de pouce pour mettre en œuvre vos changements. Et vous, quel choix feriez-vous ? Accepter et apprendre à aimer votre situation actuelle ou tenter de réaliser vos rêves ?



Olivier Barbier
réorienteur professionnel
mentor d'entreprise

tel. 078 215 75 00
contact@personalcoaching4you.ch
www.personalcoaching4you.ch



Nouveau regard sur la planification financière

SwissLife Select est le leader européen dans la planification financière. Les meilleures solutions - de la naissance à la retraite - pour une vie en toute liberté. **Sylvain Kolly** est l'un des 700 conseillers. Biologiste de formation, passionné de finances, il a obtenu un brevet fédéral de Planificateur financier. Il vous propose des solutions idéales en étant totalement à votre écoute.

SwissLife Select est soutenue par la maison mère SwissLife, établie en Suisse depuis 160 ans. Conseils et prestations de qualité accompagnent les clients sur le long terme. « Plus de 350 000 clients en Suisse nous font confiance, » dit-il « et nous attirons chaque année environ 20 000 nouveaux clients sur le principe du bouche à oreille et surtout par recommandations ». Selon lui, c'est la meilleure preuve d'efficacité de la qualité d'une société responsable.

Conseils pour planifier une situation financière

Premier conseil: faites une analyse complète de la situation du client et d'être à l'écoute de ses objectifs, de ses vœux. Ainsi, une stratégie financière, des solutions appropriées, lui seront proposées avec une planification des produits et un suivi personnalisé sur du long terme. Deuxième conseil : adressez-vous à des généralistes et à des spécialistes comme lui.

Les avantages que propose Sylvain Kolly

Le client n'aura qu'un seul conseiller SwissLife Select pour que s'établisse une relation privilégiée de confiance. Il lui apportera une vision d'ensemble de sa situation. Il lui proposera une synergie entre les différentes solutions. Il abordera tous les domaines financiers: planification des investissements, prévoyance et surtout l'immobilier. Ce dernier domaine est son domaine de prédilection, car c'est souvent sur ce sujet que les optimisations pour ses clients sont les plus conséquentes. Le Hors-série print de Découverte Magazine permet à Sylvain Kolly d'exprimer son désir d'aider les personnes à réaliser concrètement leurs rêves, de sécurité notamment.

Sylvain Kolly

Membre Cicero 25442

Av. des Baumettes 7 - 1020 Renens

Mobile : +41 (0)79 484 02 51

E-mail : sylvain.kolly@swisslife-select.ch

Site web : www.swisslife-select.ch





La désormais
incontournable

Leloluce

Il n'y a guère de semaines où nos confrères ou consœurs comme Elle, Marie-Claire, etc. ne présentent pas cette artiste-peintre sculptrice qui a la cote. Elle est référencée dans le top 100 des artistes internationaux. Raison pour laquelle nous lui consacrerons bientôt une interview beaucoup plus imagée dans notre magazine en ligne decouverte-mag.com.

Une aventure formidable

Fidèle à sa devise «*Tout réussit à celui qui ose, rêve, et n'abandonne jamais*», Leloluce a toujours dessiné ces formes qui la caractérisent. Chez elle, il y a des couleurs, de l'émotion et des techniques. Elle retranscrit cet univers enfantin dans toutes les formes de son art.

Elle utilise de l'acrylique à haute pigmentation pour des couleurs «*punchy*». Puis, pour certaines œuvres, elle coule une résine époxy avec des médiums qui donnent de l'épaisseur à la matière. Les grands formats lui permettent de mieux s'exprimer. Mais elle adore aussi travailler sur les toiles, sur du bois, des tonneaux, des véhicules, sur des textiles et chaussures. Pour ses sculptures elle utilise de la résine, du gel Coat et du vernis carrosserie.

Lucie reçoit sur rendez-vous en son atelier - 74540 Saint Félix
Tel. +33 (0)6 79 10 06 57
E-mail : contact@leloluce.com - Site web : www.leloluce.com

L'ORIGINE DES PATHOLOGIES



Marcel Bianchi

De plus en plus de scientifiques, de thérapeutes de toutes sortes, s'intéressent à l'origine des maladies. Notre Centre Energie et santé au Mont-sur-Lausanne s'y penche, lui aussi, depuis une bonne vingtaine d'années. Mais comment s'y retrouver ? Quel est au fond le sens biologique des maladies et qu'ont-elles à nous dire ? Collaborant au magazine Découverte, j'ai déjà eu l'occasion de me prononcer à ce sujet. Voyez l'interview que j'ai donnée à son éditeur (www.decouverte-mag.com/decodage-biologique-les-maladies-ont-elles-un-sens). S'il est nécessaire de se fonder sur le mot biologie ou vie dans le décodage, c'est surtout parce que l'on doit examiner au premier chef la fonction biologique de l'organe atteint.

L'inconscient du patient

Les thérapeutes en décodage de vie, ceux exerçant une thérapie pratique complémentaire à la médecine classique et même complémentaire, doivent pouvoir accéder à l'inconscient biologique du patient qui est à l'origine du symptôme. En clair, la thérapie allopathique se concentre sur le symptôme et la thérapie énergétique et centrée sur la cause qui a engendré la ou les causes ayant généré le symptôme. Et qu'est-ce que le symptôme sinon que le langage qu'exprime le corps physique de l'être humain ou animal, d'ailleurs ? Incontestablement, le corps nous parle. Seulement voilà, il s'agira de traduire correctement les signes qu'il nous envoie à travers l'épiderme, par exemple, et tous nos autres organes, voire par le canal de nos dysfonctionnements.

Une partie de l'inconscient du patient produit et surtout maintient le symptôme, tandis qu'une autre partie de son inconscient, elle, est la meilleure solution pour transformer ce langage qu'est le symptôme. Le modèle du décodage de vie ou biologique est au fond très simple et absolument logique. Les codes biologiques nous permettent de retrouver les conflits, les émotions conflictuelles, les besoins biologiques totalement non satisfaits. Et du coup, je viens de vous prononcer deux termes qui sont extrêmement importants pour comprendre une situation générant un stress, un épisode de vie totalement imprévu : besoin et conflit.

Je ne peux ici que faire un infime résumé des cours que nous prodiguons à ce sujet à notre Centre. A l'arrière-plan de n'importe quel conflit, naît un besoin biologique tout à fait non satisfait. Il s'agit d'interpréter le langage émotionnel des différents troubles somato-émotionnels d'un point de vue psychologique. Il y en a des dizaines et je ne vous en fournirai que quelques-uns.

Problèmes cardiaques : déceptions amoureuses, amertume, conflits d'emplois, d'habitat. Lors de problèmes cardiaques graves, on cherche une situation de rupture de territoire (professionnel, affectif, etc.).

Pathologie autour de l'estomac : ras-le-bol en rapport avec tout ce que l'on ne sait plus digérer, conflits familiaux, etc. Dans la plupart du temps, il s'agit d'un ressenti de « Je ne suis pas compris au sein de ma famille ».

Cancer du sein féminin : conflit mère-enfant, conflit du nid, secrets de famille.

Les métaphores populaires relatives au corps

Là encore elles sont légion. Je ne vous donnerai donc que quelques exemples traduisant l'effet des émotions sur le corps.

Corps : à son corps défendant, corps et âme, corps à corps

Coudes : se serrer les coudes, jouer des coudes

Doigts : ne pas lever le petit doigt, être à deux doigts de...

Dos : en avoir plein le dos, courber le dos, faire un enfant dans le dos de...

Émotions et stress guident nos actes et nos réactions.



Deux regards...



Josiane Meyer

Les Twins, Arnaud & Nelson Sasso, m'exposent leur méthode de management relationnel fondée sur l'intelligence émotionnelle. Domiciliés dans les hauteurs de Vevey, les 2 jumeaux de 32 ans me reçoivent dans leur univers.

Deux âmes à part entière

La gémellité d'Arnaud et de Nelson n'est pas synonyme de relations fusionnelles, exclusives. Chacun possède en effet ses moments d'indépendance et son propre système de pensée. « Nous étions deux âmes à part entière, synchronisées dans le ventre de notre maman, d'où nos mêmes goûts. Nous n'étions pas nommés *les jumeaux*, mais bien Nelson et Arnaud.

Nous sommes partenaires de vie, mais chacun à son univers. Aimant nous affirmer et nous lancer des défis, nous sommes la référence l'un pour l'autre », me dit Nelson, l'aîné de 9 minutes.

Ils en rient tous les deux, car ils ont le même humour.

Et Arnaud de rajouter: « Dans l'ensemble, nous sommes complémentaires et nous allons dans le même sens.

Chaque idée émise par l'un; musique, vin, sport... est validée par l'autre. Il n'y a pas de dominé-dominant dans notre relation.

Par chance, nous n'avons pas les mêmes goûts en matière de filles. Cela dit, personne ne s'interpose entre nous, car nous sommes UN. »

Le management relationnel

Entrepreneurs et ensemble, ils créent selon leurs parcours et expériences professionnelles, une méthode à succès fondée sur le management relationnel lié à l'intelligence émotionnelle. Je veux savoir à quelle clientèle ce type de management est destiné. Arnaud me répond : « Nous la proposons aux actuels et futurs managers de tous types de corps de métiers, afin de leur permettre de créer une synergie de groupe, car au final, nous nous intéressons à « l'humain », au cœur de tous ces systèmes. J'apprends que les jumeaux rédigent un guide pratique et synthétique qui recense les points essentiels de leur méthode.



...une vision



Des exemples comme la valorisation, la communication ou encore l'intelligence collective, y sont proposés. En présentiel, des jeux de rôles de mise en situation émotionnelle, sont mis en scènes pour susciter une prise de conscience auprès du manager. Rejouée et adaptée, cette situation va évoluer vers l'objectif visé. Un suivi est proposé à la clientèle pour vérifier la déprogrammation d'anciens schémas aux profits de nouveaux mis en place par Arnaud et Nelson.

Changement de microcosme

Les lieux atypiques choisis, tels que châteaux ou domaines viticoles apportent un sentiment positif lors des formations. Les Twins constatent rapidement que c'est tout le microcosme de l'entreprise qui change de manière bénéfique. Il y a moins d'absentéisme ou de turn-over dans les entreprises. Le personnel s'implique davantage, a un meilleur relationnel et de meilleurs résultats économiques et financiers... Nelson me confie: « Sur le plan personnel, nous éprouvons de la gratitude et pouvoir partager cette force, nous rend heureux. »

Un réseau international d'entrepreneurs

Comme nos deux jumeaux sont des entrepreneurs dans l'âme, cela ne m'étonne pas qu'ils aient intégré à l'époque un tel réseau, le BNI. Présents au sein du Chapter Riviera de Montreux, les deux jumeaux représentant l'entreprise Twins Vision ont pris les rênes de la Direction de ce réseau d'entrepreneurs en date du 1er octobre 2021. La passation s'est faite lors du dîner gala du BNI le 30 septembre dernier. Nelson et Arnaud sont très fiers, car ils me confirment: « Le bonus que l'on peut apporter avec dynamisme à ce réseau d'entrepreneurs bienveillants, c'est de mettre à profit notre vision du relationnel. Même si cela demande du temps et de l'investissement, nous nous y consacrerons avec plaisir et joie. » Je demande le mot de la fin à mes interviewés qui me répondent joyeusement: « Impacter le maximum de gens dans le bon sens afin de comprendre qu'il y a des solutions où tout le monde y gagne! ».

Arnaud & Nelson Sasso

Tel. 079 719 69 14 - www.twinsvision.ch



Alain Barbier
Récit de voyage

Les 1001 merveilles de la CROATIE

L'Adriatique est encore largement inconnue. Les voyageurs savent qu'elle est une sorte de golfe très allongé et fermé. Fermé au nord par Venise, Trieste et... Adria. Adria est non seulement une ancienne cité étrusque à laquelle cette mer doit son nom, mais aussi le nom du yacht à bord duquel nous faisons une croisière d'une semaine.

On ne sait pratiquement rien de la civilisation étrusque. Des petites îles de l'Adriatique, on en dénombre tout de même plus de 1300, on ne sait pas non plus grand-chose, sinon qu'elles sont situées pour la plupart près de la côte croate. Le capitaine Jurica Rakuljic (Jure pour les passagers), propriétaire de ce yacht 4 ancres, nous fait découvrir les coins les moins connus de la Croatie.

L'immense avantage de ce genre de navire d'à peine 54 m de longueur et de 8m60 de largeur, c'est qu'il peut aborder des criques aux eaux limpides qui nous servent alors de piscine illimitée. C'est simple, une fois arrivés dans une crique, en poupe, l'un des membres de l'équipage (on dirait un champion de natation) plonge et nage vers un gros rocher pour arrimer le navire. Sécurité oblige avant la baignade des passagers à bord.

La croisière à bord de l'Excellence Adria nous permet surtout aussi découvrir tout une série de petites îles, la plupart méconnues des voyageurs que nous sommes redevenus. Ainsi, l'archipel des Kornati, sis en Dalmatie du Nord, entre Zadar et Šibenik qui se compose de 150 îles, dont 89 sont protégées en tant que parc national. Zadar, ville portuaire âgée de plus de 3000 ans, détient un riche patrimoine culturel et historique. Au marché de Zadar, on y trouve des fruits et légumes frais cultivés sur les îles d'Ugljan, de Pašman ainsi qu'une grande variété de poissons, mollusques et coquillages fraîchement pêchés, le matin même. Pour nous, toutefois, nous nous contenterons du plaisir des yeux, car le plaisir des papilles, nous l'avons tous les jours à bord. Les mets très gouteux sont accompagnés des meilleurs crus de Croatie.

L'archipel des Kornati en Dalmatie du Nord.



La vie à bord

Ce que j'ai vraiment apprécié sur ce yacht, ce sont les cabines. La nôtre (ci-contre) sur le pont principal était lumineuse et spacieuse. Un grand dressing (avec coffre-fort) n'empiétant pas sur la cabine et une magnifique salle de bains avec douche donnaient une touche de véritable confort. L'ambiance qui régnait à bord fut des plus agréables.

Le capitaine Jure et tout son équipage étaient aux petits soins des passagers. Les espaces communs sont très beaux. La tranquillité y est assurée. Ce yacht battant pavillon croate est affrété par la compagnie suisse Mittelthurgau que représente Croisimer International en Suisse romande. Les langues parlées à bord sont le croate, l'anglais et l'allemand que Jure parle du reste couramment. Les prix, avec vol et transferts inclus, sont très étudiés et me semblent plus que corrects. Ce mini-reportage ne pouvait évidemment pas rendre compte et toutes les splendeurs et plaisirs vécus à bord. Regardez www.decouverte-mag.com pour lire d'autres reportages captivants de nos reporters.



L'histoire d'un cheval condamné par la science



Sonia Martin

En tant que naturopathe animalière, je recours toujours aux soins énergétiques en complément aux approches naturelles traditionnelles. Dans ce contexte, l'histoire de Kéops est de celles qui m'ont durablement marquée...

Il y a quelques mois, je reçois un appel urgent : Kéops, un magnifique cheval de 5 ans, souffre d'une infection des vaisseaux lymphatiques à la jambe antérieure gauche.

Vétérinaire, phytothérapeute, aromathérapeute, praticien de médecine chinoise, ostéopathe équin... toute une palette de soignants est intervenue. Malheureusement en vain. Les vétérinaires estiment qu'il faut abréger les souffrances de l'animal, mais sa propriétaire ne peut se résoudre à faire euthanasier le compagnon qu'elle a vu naître. Avec lui, elle a non seulement une véritable connexion d'âme, mais ce cheval est très prometteur au niveau de sa relation avec les enfants dits « différents ».



Kéops, 5 ans.

La stratégie de la dernière chance

C'est donc sur mes épaules que repose « la stratégie de la dernière chance », une bien lourde responsabilité... Comme souvent, je décide d'effectuer d'abord un soin énergétique. Il faut savoir que le corps physique est entouré d'un « bouclier énergétique », l'aura, composé de plusieurs strates, les corps subtils.

En cas d'agression énergétique – phénomènes géobiologiques nocifs, ondes électro-magnétiques, chocs physiques ou émotionnels, etc. - des trous peuvent se former dans l'aura, ce qui entraîne des fuites de l'énergie vitale, avec pour conséquences de la fatigue, des douleurs, des maladies et un affaiblissement des facultés d'auto-guérison. En passant la paume de la main le long du corps de Kéops, à quelques centimètres de la peau, je ressens deux zones très froides, qui me font suspecter des trous par lesquels l'énergie s'échappe et plusieurs zones très chaudes, typiques d'une inflammation.

J'ai plusieurs moyens à ma disposition :

- un guérisseur druide m'a enseigné que l'on pouvait faire appel à l'Esprit de la Salamandre (élément Feu) pour cautériser les trous dans l'aura ;
- plus simple... et moins étrange : on peut aussi frotter énergiquement ses mains l'une contre l'autre pour générer de la chaleur et visualiser qu'elles contiennent un « mastic énergétique » qu'on applique comme un baume sur la zone.



La jambe antérieure gauche avait doublé de volume.

Pour les zones chaudes, il suffit d'appliquer du froid, par exemple, de doucher le membre à l'eau froide ou d'appliquer une poche à glace.

En complément, j'ai conseillé des plantes connues de longue date pour leur action sur les œdèmes (liquide accumulé dans les tissus), à savoir des plantes diurétiques (notamment l'orthosiphon), plantes qui avaient déjà été administrées par le phytothérapeute, sans résultat durable.

Mais logiquement, si l'aura ne « fuitait » plus, d'une part Kéops mobiliserait mieux ses facultés d'auto-guérison, et d'autre part, toutes les autres approches se révéleraient plus efficaces...

Effectivement, en dix jours, l'état de Kéops s'est spectaculairement amélioré. Il n'était plus question d'euthanasie, mais de projets enthousiasmants pour son avenir !

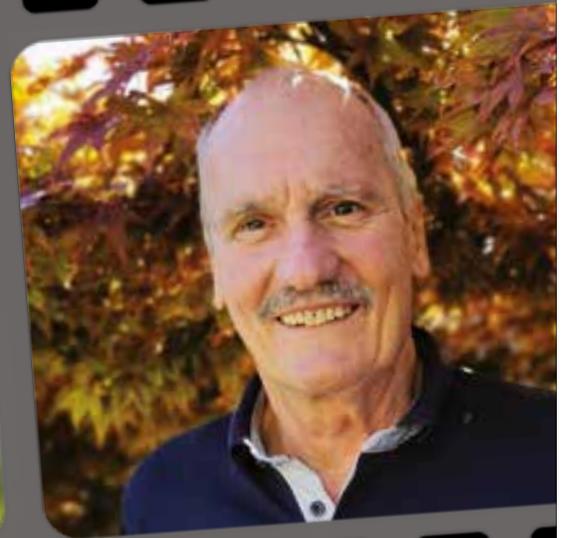
*Cet article existe dans une version plus complète sur :
decouverte-mag.com*

Sonia Martin, naturopathe animalière, est la fondatrice de l'École Suisse de Naturopathie pour Animaux (ESNA).

Meryl

Composer
le passé,
le présent
et le futur.

Yves, le père



Meryl Moser

Chroniqueuse du 7^e art

Depuis des mois, des dizaines de milliers de nos lecteurs et lectrices apprécient vivement les talents de conteuse – et ce au-delà des préjugés ou des valeurs préétablies par la société – de notre chroniqueuse Meryl Moser sur decouverte-mag.com.

Arrêt sur image est la rubrique que nous lui consacrons plus ou moins chaque semaine en exclusivité. Comme Meryl est aussi une grande voyageuse devant l'Éternel, elle adore rencontrer les différentes cultures de notre planète. La Directrice de la 3^e génération de Cinérive se remémore volontiers la citation de Winston Churchill, alors Premier ministre du Royaume- Uni :

**« Plus vous saurez regarder loin dans le passé,
plus vous verrez loin dans le futur ».**

Le passé, c'est son grand-père : Léon Moser.

Grâce à lui, son papa, Yves, incarnant pendant longtemps le présent, a su faire prospérer l'entreprise.

Léon, le grand-père



À Meryl de voir loin dans le futur

Depuis qu'elle a repris, il y a quelques années, la direction de Cinérive SA occupant 75 salariés, elle n'a eu de cesse d'imaginer de nouvelles stratégies pour satisfaire tout un pan de la population, avide du grand écran et de nouveaux films. Ou encore de nouvelles prestations. Meryl a dû se dévouer comme un ange pour que soit à nouveau réalisé l'Open Air de Vevey dans sa mouture de 2021. Ailleurs, sur la Piazza Grande de Locarno, en nocturne un film prisé du public réunit 10'000 spectateurs, soit beaucoup plus qu'il ne le fera plus tard dans sa distribution et son exploitation commerciale dans les salles de cinéma. Meryl doit ainsi faire des choix. Comment le grand-père aurait-il pu prédire la fin des bobines de pellicule, d'abord en salle de cinéma puis, plus tard au tournage même? Le papa, lui, à son époque a vu que certains films suivaient le manifeste « Dogma 1995 » (pas de studio, caméra à l'épaule, éclairage naturel et autres préceptes) et que les créations de DreamWork, Disney-Pixar, Fox et les films animés nippons cartonnaient.

L'ivresse des saveurs



Josiane Meyer

Vous aimez la convivialité, le partage avec des amis? Découvrir de nouvelles saveurs et faire fi d'idées préconçues sur tel ou tel produit? **Nicolas Bertoli**, voilà bien un nom à retenir! Vous allez adorer ses produits. Il en a une septantaine. De quoi éveiller bien des émotions pour votre palais.

Cet épcurien suisse perpétue chez nous la qualité de distilleries familiales italiennes à base de marc d'alambic pour produire des grappas blanches ou vieilles en fût de chêne. Il a découvert des Panettone aux saveurs exceptionnelles dans les montagnes de Brescia.

La gamme classique est présentée dans de jolies bouteilles et la gamme prestigieuse peut s'offrir dans des coffrets luxueux en bois ou magnifiées dans des œuvres d'art en verre de Murano.

Lors de votre rencontre avec Nicolas Bertoli, vous aurez l'occasion de déguster chez vous ou dans ses locaux, un large choix de grappas blanches, barriquées, millésimées et certaines bios, ainsi que des gins, des liqueurs à base de grappa, telles que framboise, myrtilles, fruits des bois. Nocino, arancino, limoncello, myrto, ainsi que

des crèmes de café, melon, pistache, noisettes et whisky. Des liqueurs, telles qu'amaretto, amaro, sambuca blanche, ou pour accompagner vos cigares, préférez celle au café, noix ou réglisse. Renommé pour faire découvrir d'excellentes liqueurs artisanales, Nicolas Bertoli, gourmet et fin connaisseur, me reçoit dans ses locaux à Lausanne.

Pour les fêtes tant de Noël que de Pâques, vous pourrez accompagner vos repas ou cadeaux d'un choix de Panettone (Noël) ou Colomba (Pâques), réalisés de façon artisanale également par un artisan de la région du Lac de Garde. Ils se déclinent aux saveurs telles que nature (Pandoro), raisins, chocolat, choco-noix, choco-poire, aux fruits confits, crème à la grappa ou au limoncello, le fameux 4 saisons (cerise noire-chocolat-marrons glacés-orange), sans oublier le classique aux fruits confits.

Réjouissez-vous, Nicolas Bertoli vous fera découvrir un univers gustatif exceptionnel qu'à votre tour, vous partagerez avec bonheur avec vos proches.



OTHENCIA & DELICIAE

Nicolas Bertoli

079 271 29 45 - n.bertoli@othencia.ch

www.othencia.ch



Formations en présentiel & distanciel

Magnétisme, décodage de vie, chromothérapie, anatomie-physiologie-pathologie, auto-hypnose, homéopathie, magnétisme, psycho-généalogie, radiesthésie, neuralthérapie...

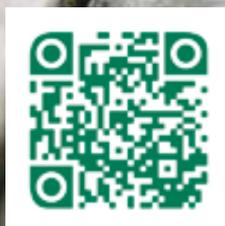
Consultations

Hypnose et décodage, thérapie par les couleurs, astrologie, séances énergétiques scalaires, bilan cardicheck...

Boutique en ligne

Purification de l'eau, osmoseurs, argent colloïdal, bio-raisonnance, compléments alimentaires, détox, soins de la peau, harmonisation de l'habitat, homéopathie, protection de l'habitat...

*Flashez ce code avec
l'appareil photo de votre
téléphone portable et accédez
directement au site !*



Le Centre Energie et Santé est agréé par l'ASCA en tant qu'organisme de formation.

Centre de Formation et de Consultations

Ch. de Budron H14 - 1052 Le Mont-sur-Lausanne - Suisse
+41 21 648 11 01 - info@energie-sante.ch - www.energie-sante.ch

À Vevey, Monthey, Aigle, La Sarraz, Orbe et Montreux

CINÉRIVE

Pour vos évènements, voyez les choses en grand.

OFFREZ À VOS AMIS, CLIENTS, COLLABORATEURS

LA MAGIE DU GRAND ÉCRAN

PRIVATISEZ UNE SALLE DE CINÉMA !



jeu vidéo
séance privée
escape game
anniversaire

conférence
cocktail
avant-première
séminaire

13 salles à disposition pour accueillir de 1 à 300 personnes
un lieu unique, original et chargé d'histoire !



CINÉRIVE

www.cinerive.com / info@cinerive.com / Tél : 021 925 88 88