

Dahu News

NUMÉRO 1 /// ÉTÉ 2024 /// GRATUIT



LE MAGAZINE QUI TOURNE AUTOUR DE VOUS



Nom de diot !

Une recette originale

Parole de parigo

La « Yaute », c'est mieux que le métro !

Trouvez le dahu



Un gueuleton à gagner !



Jeux de l'été

2 pages pour vous amuser



Bienvenue

dans la toute première édition du

Dahu News

LE MAGAZINE QUI TOURNE AUTOUR DE VOUS



Pourquoi ce nom ?

Vous vous demandez sûrement pourquoi nous avons choisi de nommer notre magazine Le Dahu News. Eh bien, tout comme le dahu, notre magazine se veut agile et adaptable, prêt à gravir toutes les montagnes pour mettre en lumière nos talentueux artisans, commerçants et entreprises locales.

Le dahu est également connu pour être insaisissable et mystérieux, un peu comme les trésors cachés de notre région que nous nous efforçons de dénicher pour vous à chaque numéro.

L'Histoire du Dahu

Pour ceux qui l'ignorent encore, le dahu est une créature légendaire des montagnes, célèbre pour ses pattes de tailles inégales qui lui permettent de se déplacer en diagonale sur les pentes. La chasse au dahu est une tradition folklorique qui a toujours amusé petits et grands, une occasion de se rassembler autour d'histoires farfelues et de passer un bon moment ensemble. En sélectionnant ce nom, nous voulons également apporter une touche de légèreté et de convivialité à notre magazine, tout en rendant hommage à notre riche patrimoine local.

Le Dahu News N° 1 a été édité en 4000 exemplaires. Imprimé sur un papier issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées.

Crédits photos © :
Lunelia Communication
Freepik - Shutterstock



**Directrice de la publication /
Rédaction /
Régie publicitaire /**
Angélique PACHOUD
Lunelia Communication
06 30 12 84 18
www.lunelia.fr



**Conception graphique /
Maquette /**
Ludovic Barbier
06 72 24 77 96
ludovicbarbier21@gmail.com



Un magazine qui fait bouger les choses

Le Dahu News, c'est un peu comme un bon fromage de montagne : authentique, savoureux et parfois avec un petit grain de folie. Nous avons concocté ce magazine avec amour et une pointe d'humour pour rendre votre lecture aussi agréable qu'une balade en forêt. Chaque numéro sera rempli de publiereportages qui vous plongeront dans l'univers de nos partenaires locaux. Attendez-vous à rencontrer des artisans passionnés, des commerçants dynamiques et des entreprises innovantes, tous unis par la volonté de faire vivre et prospérer notre belle région

Focus sur les publiereportages

Ce qui fait vraiment battre le cœur du Dahu News, ce sont des articles publicitaires prenant la forme de reportages pour vous offrir une immersion dans l'univers de nos partenaires. Vous aurez ainsi l'occasion de mieux connaître les talents qui se cachent derrière vos commerces préférés et d'en découvrir de nouveaux. À travers nos publiereportages, nous vous invitons à embarquer pour un voyage au cœur de la vie locale. Vous découvrirez les coulisses de vos endroits préférés, parfois des anecdotes sur leurs créateurs et une multitude de raisons de les soutenir. Que ce soit un café familial, une boutique artisanale ou une startup innovante, chaque publiereportage aura pour vocation une invitation à la découverte. Alors, plongez avec nous dans les pages du Dahu.

Une diffusion au plus près de vous

Notre magazine sera diffusé dans tous les coins et recoins de Reignier à Viuz-en-Sallaz en passant par Findrol, Fillinges etc. Vous pourrez le trouver chez votre boulanger préféré, dans les restaurants, commerces divers, dans les salles d'attente (pour rendre ces moments moins ennuyeux) et même à l'office de tourisme pour guider nos chers visiteurs. En plus de cela, nous aurons prochainement une version numérique disponible sur notre site web et nos réseaux sociaux pour que vous puissiez nous lire partout, même en haut de la montagne si le cœur vous en dit (et si vous avez du réseau).

Rejoignez l'aventure

Nous espérons que ce premier numéro du Dahu News saura vous captiver, vous informer et surtout vous divertir. Ce magazine, c'est aussi le vôtre. N'hésitez pas à nous faire part de vos suggestions, de vos idées ou de vos petites anecdotes locales. Ensemble, faisons tourner le Dahu News et faisons découvrir à tous les trésors cachés de notre région. Un grand merci à nos annonceurs et partenaires qui ont cru dans cette aventure. Si vous souhaitez voir votre entreprise briller dans nos pages, **contactez-nous au 06 30 12 84 18**. Nous serons ravis de vous accueillir dans notre grande famille du Dahu News.

*Chers lecteurs, chères lectrices,
Pour rendre ce magazine encore plus
excitant, nous avons un petit jeu
amusant : la chasse au dahu !
Oui, vous avez bien lu.
Nous avons caché un petit dahu
dans les pages de ce magazine.
Votre mission, si vous l'acceptez,
est de le trouver.*

Comment participer ?

Feuilletez attentivement ce premier numéro du **Dahu News**. Repérez le dahu caché dans ce magazine. Envoyez votre réponse à angelique.pachoud@gmail.com en indiquant l'emplacement exact où vous avez trouvé le dahu.

À Gagner

Une personne parmi celles ayant envoyé la bonne réponse sera tirée au sort et se verra donc offrir un repas dans un restaurant local de notre choix.

Règles du Jeu

Un seul gagnant sera désigné. Le concours est ouvert à tous les lecteurs de ce numéro. La date limite pour envoyer votre réponse est **le 15 août**. Le tirage au sort aura lieu juste après cette date et la personne chanceuse sera prévenue par mail avant la fin août.

Bonne chance !

Nous espérons que vous vous amuserez autant à chercher le dahu que nous avons eu de plaisir à le cacher. Alors, à vos loupes et que la chasse commence !

En plus de nos publiereportages captivants, Le Dahu News vous propose également de mettre la main à la pâte avec nos recettes de cuisine. Chaque numéro présentera une recette locale, pour ravir vos papilles et celles de vos proches. Vous trouverez des plats traditionnels revisités et des idées de repas simples mais savoureux à préparer chez vous.



Pour ceux qui aiment se détendre en faisant travailler leurs méninges, nous avons aussi pensé à vous ! Retrouvez des mots croisés, des mots fléchés, des sudokus et d'autres jeux de réflexion dans les pages centrales de ce magazine. Une manière ludique de passer le temps tout en stimulant votre esprit.

Demandez-nous la lune !

*Angélique Pachoud,
fondatrice de Lunelia Communication
et créatrice du magazine Dahu News*



Bonjour Angélique, merci de nous accorder cette interview.

Pouvez-vous vous présenter et nous parler de votre parcours ?

Bonjour, il y a 17 ans, j'ai créé Lunelia Communication. Avant cela, j'étais salariée dans différentes entreprises.

Malheureusement, j'ai vécu des expériences difficiles, notamment du harcèlement moral et des non-paiements de salaire, ce qui m'a conduit aux prud'hommes. C'est à ce moment-là que j'ai décidé de créer ma propre société, et je dois dire que c'était la meilleure idée que j'ai eue.

Cela a dû être une période difficile, mais aussi le début d'une belle aventure. Pouvez-vous nous parler de Lunelia Communication et de vos activités principales ?

Absolument, c'était un défi, mais cela m'a permis de développer des projets qui me tiennent à cœur et de créer des liens de proximité avec mes clients. J'adore le papier, donc une grande partie de mon activité est axée sur le print.

Je fais surtout de la régie publicitaire pour des collectivités comme les mairies, les écoles de ski, les lycées, et les hôpitaux. Mon objectif est de fournir des documents papier de qualité, financés par des partenaires.

À côté de cela, je m'occupe également de la création de logos, de sites internet, etc.

Vous parlez avec passion de votre travail. Comment ces relations avec vos clients se sont-elles développées au fil des années ?

Ces relations sont devenues très amicales et durables. Je travaille avec certains de mes clients depuis plus de 17 ans. C'est un vrai plaisir de collaborer avec eux sur le long terme.

Vous avez récemment eu l'idée de créer un magazine. Pouvez-vous nous en dire plus sur ce projet ?

Bien sûr. J'ai eu envie de lancer un magazine collaboratif et local qui permettrait à tout le monde de s'exprimer. C'est ainsi que Dahu News est né.

L'idée est de créer un magazine distribué dans tous les commerces de la vallée de l'Arve, offrant une grande visibilité et un contenu ludique.

C'est un projet ambitieux et passionnant. Qui vous accompagne dans cette aventure ?

Même si je suis à l'origine de Dahu News, ce projet est porté par mon graphiste et mon commercial. Mon commercial se charge des visites et des discussions pour le financement du magazine. C'est un vrai travail d'équipe.

Quels sont vos objectifs pour ce magazine ?

Tout est encore ouvert. Nous envisageons de le diffuser d'abord dans la vallée de l'Arve, puis peut-être d'étendre la distribution à d'autres secteurs, ou de créer une version générale distribuée partout. Ce qui est motivant, c'est cette liberté et cette ouverture.

Quel type de contenu peut-on s'attendre à trouver dans Dahu News ?

Je l'ai conçu pour qu'il soit attrayant et agréable à lire, avec une vraie plus-value pour ceux qui souhaitent communiquer à travers le Dahu. J'ai imaginé un tarif accessible à tous. Au-delà de la rentabilité, j'ai mille idées comme des pages dédiées aux balades de la région, des offres d'emploi, et un agenda des événements.

Cela semble vraiment intéressant et utile pour la communauté. Comment peut-on vous contacter ou en savoir plus sur Lunelia et Dahu News ?

N'hésitez pas à me contacter directement ou à visiter le site de Lunelia. Le site de Dahu News sera bientôt disponible également.

Merci beaucoup, Angélique. Nous vous souhaitons beaucoup de succès avec Dahu News !



lunelia 

Lunelia Communication
Tél. : 06 30 12 84 18
angelique.pachoud@gmail.com

www.lunelia.fr

Vivons ouvertement !



Open bistrot

Une expérience culinaire authentique et local

Situé au cœur de Findrol Annemasse, l'Open Bistrot est bien plus qu'un simple restaurant, c'est une véritable invitation culinaire ouvert tous les jours. Notre équipe de chefs talentueux vous propose une cuisine authentique, mettant en avant le terroir, élaborée à partir de produits locaux et de saison. Décorée dans l'inspiration industrielle avec une très belle lumière naturelle, notre salle de restaurant a été pensée aussi bien pour des diners en amoureux, en groupe avec grande tablée ou en famille pour vous offrir un moment de détente et de convivialité. Venez découvrir notre carte qui se renouvelle deux fois par mois au gré des saisons et de l'inspiration du chef !

Ouvert tous les jours de 12h à 14h et de 19h à 22h.

Open work

Le coworking réinventé

Dans un monde où le travail est en constante évolution, Open Work propose un espace de coworking moderne et flexible, idéal pour stimuler votre créativité et votre productivité. Que vous soyez freelance, entrepreneur ou salarié en télétravail, nos installations sont pensées



pour répondre à tous vos besoins professionnels. Profitez de bureaux ergonomiques, d'une connexion internet haut débit, de salles de réunion entièrement équipées et de zones de détente confortables. Rejoignez notre communauté dynamique et innovante pour échanger, collaborer et grandir ensemble.

Hôtel

Confort et Modernité

Pour vos séjours professionnels ou personnels, l'Hôtel Campanile Findrol Annemasse vous accueille dans un cadre moderne et chaleureux. Nos chambres, élégamment décorées, offrent tout le confort nécessaire pour un séjour reposant : lits de haute qualité, espaces de travail fonctionnels, et salles de bain privatives. Notre équipe

fera tout pour rendre votre séjour des plus agréables et vous conseiller les adresses incontournables de la région.

Micro crèche

Un accueil de qualité pour vos enfants

Notre micro-crèche vous offre une solution pratique et sécurisée pour l'accueil de vos enfants. Nos professionnels qualifiés veillent à l'épanouissement de chaque enfant en proposant des activités éducatives et ludiques adaptées à leur âge. Les espaces sont conçus pour stimuler leur créativité et leur développement, avec des équipements modernes et des jeux pédagogiques. De plus, notre emplacement à côté de l'espace de coworking permet aux parents de rester proches de leurs enfants tout en travaillant en toute sérénité.



Pôle de services

Pour tous vos besoins

Que ce soit pour manger, travailler ou dormir, notre Pôle de Services à Findrol Annemasse est conçu pour répondre à tous vos besoins dans un cadre moderne et agréable. Venez découvrir un lieu où innovation et convivialité se rencontrent, au cœur de la Haute-Savoie. Parce que nous sommes attentifs à vos futurs besoins, nous sommes là pour vous accompagner au quotidien.

Open - Route des Marais - Z.A.E de Findrol -74250 FILLINGES
Pour plus d'informations et pour découvrir nos offres, rendez-vous sur
www.openpole74.com

Propulser sa carrière en Suisse

Eric Urner,
Exaltateur de carrière



Bonjour Eric, merci de nous accorder cet entretien.

Pour commencer, pouvez-vous nous parler de votre parcours et de ce qui vous a conduit à devenir coach de carrière ?

Bonjour, c'est un plaisir d'être ici. J'ai une double culture franco-suisse et j'ai grandi dans la région lémanique. J'ai obtenu un diplôme de psychologie du travail à l'Université Paris VIII. Pendant dix ans, j'ai travaillé dans des cabinets de recrutement et des départements RH de grandes multinationales à Genève et Zurich. À la suite d'une expérience de 2 ans en qualité de coach et formateur pour les demandeurs d'emploi genevois, j'ai décidé de lancer mon propre service de coaching pour aider les professionnels à réussir sur le marché de l'emploi suisse.

Quels types de services offrez-vous à vos clients ?

Je propose une gamme complète de services de coaching adaptés aux besoins spécifiques de chacun. Cela inclut des bilans pour identifier et valoriser les compétences et les motivations, l'optimisation des dossiers de

candidatures, la création et revue de profils en ligne, dont LinkedIn, le développement de réseaux professionnels et la préparation aux entretiens d'embauche.

Qu'est-ce qui distingue votre approche du coaching ?

Mon approche est à la fois bienveillante et pragmatique. En tant que psychologue et formateur certifié FSEA, je suis attentif aux besoins individuels de mes clients. Je combine mon expertise en psychologie avec une connaissance approfondie du marché de l'emploi suisse pour offrir un accompagnement personnalisé. Je crois fermement que la recherche d'emploi ne se résume pas à « se vendre », mais à identifier des synergies de compétences avec les employeurs.

Pouvez-vous partager quelques succès de vos clients ?

Bien sûr. Un de mes clients, par exemple, a réussi à décrocher un poste de rêve en Suisse grâce à notre travail sur son CV et sa préparation aux entretiens. Les retours que je reçois souvent soulignent l'impact positif de mon coaching sur leurs carrières.

Cela me motive à continuer d'aider les gens à atteindre leurs objectifs professionnels.

Où êtes-vous basé et comment peut-on vous contacter ?

Je suis basé à Annemasse, à la frontière suisse. Les séances de coaching se déroulent en visioconférence et peuvent se faire en français ou en anglais. Les intéressés peuvent me contacter au +33 7 66 61 77 34 ou à contact@ericurner.com.

Quelles sont vos perspectives pour l'avenir ?

Je souhaite continuer à apprendre et à m'inspirer des parcours de mes clients. Mon objectif est de rester à la pointe des meilleures pratiques en coaching de carrière, et de continuer à offrir un accompagnement de qualité à ceux qui cherchent à réussir sur le marché de l'emploi suisse.

Merci pour ce partage inspirant. Nos lecteurs seront sans doute intéressés par vos services.

Merci à vous, ce fut un plaisir de discuter avec vous.



Pour en savoir plus sur les services d'Eric Urner et comment il peut vous aider à transformer votre carrière, rendez-vous sur www.ericurner.com

Les doigts verts... mais pas que !

Jérémy Mazzucate,
Gérant de MC Espaces Verts

MC
ESPACES
VERTS
RECRUTE
CONTACTEZ
JÉRÉMY

Quel est votre engagement vis-à-vis de la formation des jeunes dans votre domaine ?

Nous sommes très attachés à la formation des jeunes. Nous accueillons régulièrement des stagiaires et des apprentis afin de leur faire découvrir notre métier et de les former aux bonnes pratiques de l'entretien des espaces verts. C'est une manière pour nous de transmettre notre savoir-faire et de contribuer à la formation des futurs professionnels du secteur.

Quels sont vos projets ou ambitions pour l'avenir ?

Pour l'avenir, je souhaite continuer à développer notre expertise dans l'entretien des espaces verts et à renforcer notre réputation de qualité et de fiabilité dans la région. Nous envisageons également d'explorer de nouvelles technologies et pratiques écologiques pour améliorer nos services tout en préservant l'environnement.

Merci beaucoup pour cet échange enrichissant. Nous vous souhaitons beaucoup de succès pour la suite.

Merci à vous, c'était un plaisir de partager mon parcours et ma passion. À bientôt !

Bonjour Jérémy, merci d'avoir accepté cette interview. Vous avez fondé l'entreprise MC Espaces Verts en avril 2005 avec votre associé. Pouvez-vous nous raconter comment tout a commencé ?

Bonjour, et merci à vous de me donner la parole. En 2005, avec mon associé, nous avons lancé MC Espaces Verts. Je me suis principalement concentré sur l'entretien des espaces verts, tandis que mon associé s'occupait de la partie création. À l'époque, nous étions une petite équipe composée de nous deux et d'un apprenti, Julien qui est toujours dans notre équipe.

Comment l'entreprise a-t-elle évolué au fil des années ?

En 2009, nous avons franchi une étape importante en aménageant une plateforme de stockage et compostage de végétaux, augmentant notre effectif à une moyenne de 4 à 5 personnes.

En 2010, nous avons également investi dans la création d'une plateforme et d'un tunnel de stockage pour notre matériel. Puis, en 2018, une opportunité s'est présentée lorsque Serge Verdan, un paysagiste à la retraite, nous a proposé de racheter son dépôt à Reignier.

Cela a significativement augmenté notre effectif annuel, qui est passé à environ 13 personnes jusqu'en 2022.

En avril 2023, votre associé a quitté l'entreprise. Comment avez-vous géré ce changement ?

Effectivement, en avril 2023, mon associé a pris la décision de partir pour de nouvelles aventures. J'ai choisi de me concentrer davantage sur ce que j'aime le plus, l'entretien des espaces verts. Pour moi, ce métier va au-delà d'une simple occupation, c'est une véritable passion.

Qu'est-ce qui vous motive le plus dans votre métier ?

Ce qui me motive profondément, c'est la relation de confiance que j'ai établie avec mes clients au fil des années.

Beaucoup d'entre eux me suivent depuis les débuts de l'entreprise, et je tiens à les remercier pour leur fidélité. Être à leur écoute et leur apporter une entière satisfaction avec un travail soigné est ma priorité.

Comment décririez-vous les services que propose MC Espaces Verts ?

Nous nous spécialisons principalement dans l'entretien général des espaces verts, ce qui inclut la tonte, le désherbage, le binage, et le débroussaillage. Nous assurons également la taille des arbres, des haies et des arbustes, ainsi que les plantations et la pose de brise-vue. De plus, nous réalisons occasionnellement des créations paysagères pour nos clients.



Pour en savoir plus,
contactez Jérémy au
04 50 94 03 78
ou à contact@mcev.fr

MC Espaces Verts
1176 route d'Annemasse
74930 Reignier



Le Petit Savoyard Jusqu'au bout de la nuit !

Découvrez un lieu où gastronomie, le divertissement et la convivialité se rencontrent pour créer des souvenirs inoubliables.

Le Petit Savoyard est une institution incontournable de la vie nocturne à Fillinges et ses environs. Il est bien plus qu'un simple établissement nocturne. C'est un lieu où la gastronomie, la musique et la convivialité se rejoignent pour offrir une expérience inoubliable à ses visiteurs.

LE RESTAURANT

Dès 20h jusqu'à 22h30, notre restaurant vous accueille dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Avec une capacité d'accueil pouvant aller jusqu'à 200 personnes pour des banquets sur réservation, nos menus à 29€ et 38€ sont préparés avec soin pour ravir tous les palais. Réservez dès maintenant pour une soirée gastronomique mémorable.



LE GRILL DE NUIT

À partir de 23h00 et jusqu'au petit matin, le Grill de Nuit prend le relais pour offrir une ambiance chaleureuse et conviviale. Que ce soit pour un repas tardif entre amis ou un en-cas nocturne, le Grill de Nuit saura vous accueillir dans une atmosphère détendue et festive.



LE CLUB

C'est le lieu incontournable pour les amateurs de musique et de danse. Le club se distingue avec une grande piste de danse et une autre salle avec un grand bar à shooters avec de délicieuses granita de vodka. Que vous soyez passionné de salsa, de dance, de R&B, de house, de reggae, de funk ou d'autres styles encore, vous trouverez votre bonheur ici. Le DJ résident, Maxstaff, garantit des soirées endiablées où la piste de danse ne désemplit pas.

Le Club propose également des soirées de karaoké en français, italien et anglais, avec un choix impressionnant de plus de 1000 titres. Chaque mercredi à partir de 23h00, les amateurs de karaoké peuvent se produire en live et partager un moment de divertissement unique en son genre.

LA TERRASSE D'ÉTÉ

De 20h à minuit, profitez de la douceur des belles soirées d'été sur notre magnifique terrasse de plus de 150 m², avec sa cuisine extérieure, sa petite scène... le tout ambienté par notre DJ !



Pour plus d'infos, plus d'actus, plus d'événements : www.petit-savoyard.com

Pour réserver une table ou organiser une soirée spéciale : 04 50 36 45 60

LE PETIT SAVOYARD - 20 ROUTE DU CHEF LIEU - 74250 FIILLINGES

Le montagnard des toits

Eric, ramoneur escaladeur !



Vous avez fondé votre société de ramonage en 2016. Pouvez-vous nous raconter comment tout a commencé ?

Bonjour, c'est un plaisir de partager mon histoire. Tout a commencé avec un rêve. J'ai toujours adoré la montagne et l'escalade, et je cherchais un métier qui me permettrait de rester en contact avec ces passions tout en étant proche des gens. Une nuit, j'ai rêvé d'échelles, d'un camion, et d'un toit... et dans ce rêve, j'étais ramoneur. À mon réveil, j'ai su que c'était le métier que je voulais faire.

C'est fascinant ! Comment êtes-vous passé du rêve à la réalité ?

Je n'ai pas perdu de temps. Je me suis inscrit à des modules de formation nationaux à la Confédération des Ramoneurs Savoyards. J'ai suivi ces formations pendant plusieurs mois pour apprendre toutes les compétences nécessaires. Une fois formé, j'ai lancé ma société de ramonage.

Qu'est-ce qui vous passionne le plus dans votre métier de ramoneur ?

Ce qui me passionne le plus, c'est la combinaison de l'escalade et du service à la communauté. J'aime grimper sur les toits et travailler en hauteur, mais j'apprécie aussi beaucoup le contact humain.

J'aime aider les gens à maintenir leur maison en sécurité. Chaque intervention est une opportunité d'écouter, de conseiller et de rendre service.

Quelles sont les valeurs principales de votre entreprise ?

Les valeurs principales de «Eric Ramonage» sont l'efficacité, la sécurité, les conseils et la propreté. Je m'assure toujours que le travail est fait de manière efficace et sécurisée.

Je prends le temps de vérifier chaque habitation de fond en comble et je laisse toujours les lieux aussi propres qu'à mon arrivée. Les conseils sur la gestion de la combustion et l'entretien sont également une partie importante de mon travail.

Quels types de chauffages ramenez-vous ?

Je ramone tous types de chauffages : cheminées traditionnelles, inserts, chaudières au fuel, au gaz ou à granulés, ainsi que les chaudières d'immeubles ou de bâtiments architecturaux, comme les églises par exemple.

Quelle est la région sur laquelle vous intervenez ?

J'interviens principalement dans la Vallée de l'Arve et à La Roche-sur-Foron.

C'est une région que j'aime beaucoup et où j'ai le plaisir de travailler quotidiennement.

Merci beaucoup, Eric, pour cet échange inspirant. Nous vous souhaitons beaucoup de succès dans votre activité.

Merci à vous, c'était un plaisir de partager mon parcours. À bientôt peut-être, sur un toit ou ailleurs !



Eric Ramonage
111 chemin des moulins
74950 Le Reposoir
06 77 83 59 04

Bienvenue au royaume des fromages qui puent et des montagnes qui se prennent pour des vedettes

« Nom d'une marmotte en chaussons ! Me voilà débarqué ici comme un explorateur urbain catapulté dans un western alpin, encore sous le choc des bouchons parisiens et des croissants ratés. J'avais quitté la capitale avec une offre d'emploi en poche, prêt à franchir la frontière suisse pour une nouvelle aventure professionnelle et personnelle, mais je ne m'attendais pas à ce déferlement de traditions ancestrales et de festivals où même les chèvres dansent le mazurka. »

“ À première vue, c'est comme si on avait peint un décor de théâtre en technicolor : des chalets en bois, des clochers sonnant l'heure avec une précision qui ferait passer Big Ben pour un débutant, et des panoramas à couper le souffle qui donnent envie de siffler l'hymne des Alpes à tue-tête. Mais grattez un peu le vernis et vous découvrirez un univers où la proximité de la frontière suisse ajoute une dimension particulière et où même les vaches ont l'accent savoyard.

Les premières interactions avec les autochtones, fiers gardiens de leurs coutumes ancestrales et de leur recette secrète de fondue, m'ont catapulté dans un monde où chaque discussion se transforme en sketch de stand-up.

Au début, j'ai cru avoir atterri dans un épisode loufoque des Feux de l'Amour version montagnarde. Les dialectes savoyards, un joyeux mélange de français et de quelques mots inconnus au bataillon, donnent à chaque conversation l'effet d'un épisode de Benny Hill. Et puis, il y a ces pauses café qui s'éternisent, où l'on débat passionnément de la dernière chute de neige comme si c'était la finale de la Coupe du Monde de ski.

La Haute-Savoie, c'est comme un mariage entre la rusticité et la folie des touristes en tong. Les habitants, fiers de leurs traditions et ouverts aux touristes, contribuent à une atmosphère où les coutumes cohabitent harmonieusement avec les selfies au sommet du Mont Blanc. Chaque village, perchés comme des chats sur des rochers ou blottis comme des marmottes dans des vallées, racontent des histoires de guerre contre la météo...

Les marchés colorés entre fromages qui puent et saucissons qui dansent sont comme des discothèques pour les sens. Les festivals de musique se téléportent entre les expositions d'art contemporain, pendant que les petits cafés cosy tentent de rivaliser avec les

restaurants étoilés au Michelin, comme des escargots en course contre des baguettes magiques.

Et puis, cette sensation de liberté quand on regarde les montagnes enneigées et qu'on se dit : « Avec tout ça, même les tongeurs auraient besoin d'un bon conseil en style ! » Imaginez des batailles épiques de boules de neige transformées en matchs de curling improvisés avec des meules de raclette, pendant que les skieurs dévalent les pentes en équilibre précaire avec un verre de vin chaud dans chaque main, défiant ainsi les lois de la gravité et de la sobriété.

Mais la vie ici n'est pas seulement une partie de plaisir en altitude. Le coût de la vie en Haute-Savoie, surtout près de la frontière suisse, pourrait faire rougir un banquier suédois. Les loyers et les prix de l'immobilier rivalisent avec ceux des palaces de Monaco, reflétant la proximité avec Genève et ses banques plus sûres que le coffre-fort de Picsou et ses banquiers plus sérieux qu'un pingouin en smoking. Les supermarchés, quant à eux, affichent des prix dignes d'une course de luge sur glace, influencés par les allers-retours transfrontaliers et la passion locale pour le fromage et le saucisson.

Pour conclure, la Haute-Savoie, c'est là où les traditions sont plus imprévisibles que la météo. C'est les majestueuses montagnes, dressées comme des géants aux pieds de fromage fondu. C'est les lacs scintillants, où même les canards font du ski nautique. C'est les festivals de fromages qui rivalisent en puissance odorante. C'est aussi les bouchons épiques pour traverser la frontière suisse et les prix rivalisent avec ceux du caviar

Mais bon, je suis juste un Parisien expatrié, alors pardonnez-moi si ma description vous donne envie de me lancer des croissants mois.

Un parisien anonyme



GAEC L'Api Étoilé

Du Bio qui roule !

Créée par Thomas Suter en 2018, l'exploitation se situe au lieu dit du Pont-Neuf à Reignier, au bord de l'Arve. Céline Adam le rejoint 2 ans plus tard avec la culture de petits fruits et le projet de pépinière. En 2022, Loïc, complète l'équipe.



Suite aux deux crues de l'Arve, qui ont inondé le terrain du Pont-Neuf en fin d'année 2023, nous avons décidé de relocaliser notre production maraîchère à la ferme de L'Amarante, sur lequel nous cultivons environ 60 variétés de légumes.

Nous disposons de deux vergers d'une grande diversité : 24 variétés de pommes, 7 de cerises, 5 de prunes, et bien d'autres, sans compter les petits fruits. Notre entreprise produit des fruits et légumes de saison, ainsi que des conserves afin de limiter nos invendus. Nous vendons notre production localement grâce à un système d'abonnements de paniers hebdomadaires. En complément, nous réalisons différents projets avec certaines communes : entretien des vergers, aides à l'implantation de jardins familiaux et ateliers sur le potager au sein d'écoles. Nous ne traitons pas nos cultures maraîchères ni nos arbres fruitiers. Vous pourrez donc retrouver parfois des petits «habitants» dans nos fruits. Nous avons fait le choix de cultiver majoritairement sans motorisation, pour préserver la biologie et la structure du sol. Fumier, terreau, tourteau de ricin et broyat de bois sont les seuls apports sur nos cultures. Notre terreau est d'ailleurs développé avec les composts de cuisine de nos clients.

La pépinière fruitière répond à un souhait de perpétuer nos variétés fruitières, ainsi que de participer à la sauvegarde et à la diffusion de variétés anciennes. Nous produisons nos porte-greffes afin d'obtenir des arbres adaptés à notre climat régional.

Nous ne voyons pas nos terrains uniquement comme une ressource qui nous permet de gagner nos vies, mais aussi comme des lieux que nous devons servir et préserver pour la faune, la flore, ainsi que les générations actuelles et futures. Nous acceptons les aléas météorologiques et les ravageurs. De part cet entretien limité et la diversité d'essences, la petite faune, en particulier les oiseaux, peuvent nicher et se nourrir toute l'année sans être dérangés. Ces derniers nous aident car ils régulent nombre d'insectes sur nos cultures. Nous ne fauchons nos prairies que deux fois dans l'année, ceci permettant de limiter l'évaporation en plus de faciliter l'infiltration de l'eau lors des pluies, mais aussi de laisser les plantes terminer leur cycle de floraison.

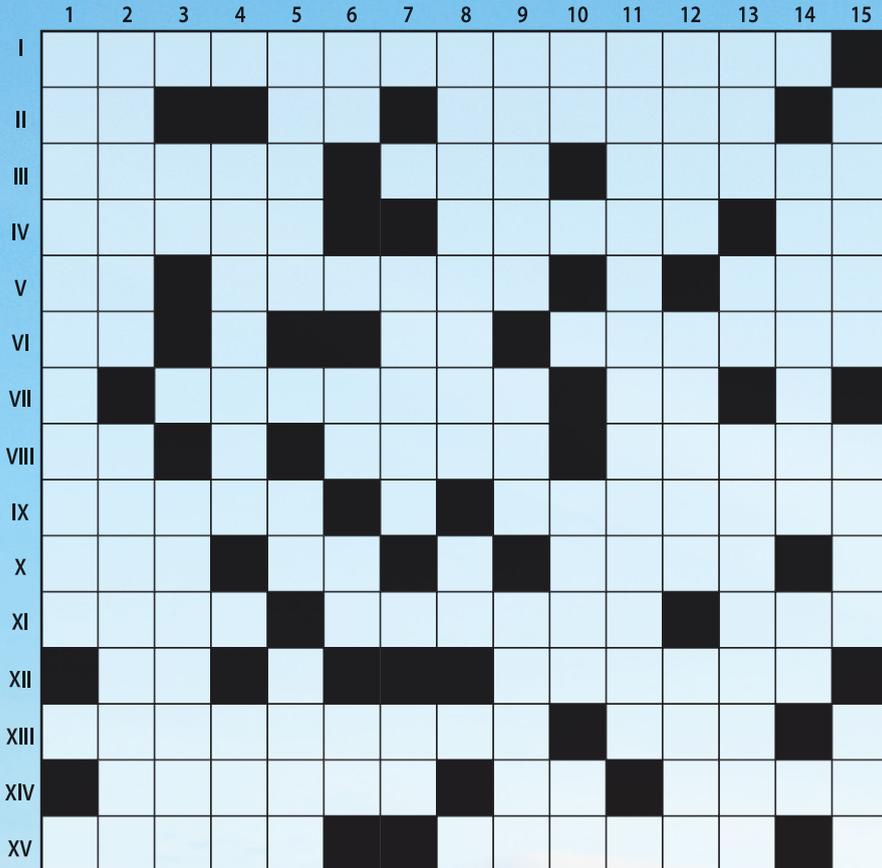


Nous sommes devenus paysans car nous avons fait le choix de cette façon de cultiver. Issus tous les trois du monde académique des sciences, nous n'avons que peu, voire aucune expérience du monde agricole. Nous sommes pourtant la preuve qu'il y a une envie, d'une partie de notre génération, de retourner les mains dans la terre, mais d'une manière différente de l'agriculture industrielle, mise en avant ces dernières décennies.

GAEC L'ÉPI ÉTOILÉ - Chemin du Pont Neuf - 74930 REIGNIER
www.api-etoile.com - Tél. : 06 31 28 00 40

Remu méninges !

Mots croisés sportifs !



HORIZONTALEMENT

I. L'essentiel est d'y participer (deux mots). **II.** A été, à reculons. Les débuts à «bicyclette». Train. **III.** Terrain de sport en gymnase. Entrée dans le «stade». Comme certains centres. **IV.** Habits de danseuses. A celle de foot, on y apprend le foot. Au cœur du «lancer». **V.** Naissance d'«allure». L'attaquant du milieu. Ce travail-là n'est plus imposé. **VI.** A l'entendre, il a été sifflé. Paresseux comme lui, adieu l'entraînement !... Il faut savoir le doser. **VII.** Ils ont leur «Parc». Déesse qui aurait vachement aimé la pelouse du stade. **VIII.** Matière de médaille pour le meilleur. Elle applaudit son homme. Elle écrit encore sur le tableau. **IX.** Pelages sur le champ de courses. Crient haut et fort. **X.** Sigle de club. Départ d'«attaque». Enlever. **XI.** Virage de ski. Célèbre moto italienne. Un certain Institut. **XII.** En «athlétisme». Canne d'alpiniste. **XIII.** Epreuve complète d'athlète. Refus. **XIV.** On cherche toujours à le battre. Reçu. Le sport des scolaires du mercredi après-midi. **XV.** Le boxeur y passe avant de monter sur le ring. Essayée.

VERTICALEMENT

1. Il moule le corps de la gymnaste. **2.** Il est «jeté» chez l'haltérophile. Plus confortable que le kart. **3.** Un certain lycée. Ces «chébecs»-là sont sûrs de couler. **4.** Coin où tirer les buts. Service à ne pas rendre au tennis. **5.** Personne de poids. Possessif. Une «côte» brisée dans la chute. **6.** Etalon chinois. Sur terre. Certains travaux. Un bout du «harnais». **7.** Geste défensif au foot. Lettres de «leader». **8.** Equipement. Utiles pour se délester avant l'épreuve ! **9.** Classement. On y est, en salle. Souffle coupé. **10.** Pronom. Mieux vaut bien l'être. Chiffre du départ. **11.** Elle amène à la compétition. **12.** Déchet d'urine. Avec Décathlon, on l'a «à fond». En location. **13.** Une «ère» un peu bousculée. Départ de «soleil» à la barre fixe. Une telle démonstration nous mène aux nues. **14.** Dynamisme. Un peu de «natation». **15.** Champ de courses anglais. Saisons pour pratiquer les sports nautiques. Un certain club de foot.

HORIZONTALEMENT : 1. JEUXOLYMPIQUES, 2. UP BI, ALLURE, 3. SALLE, 5. LUCARNE, 6. OMBRE, 7. TACLE, 8. MATRIEL, 9. PLACE, 10. QUALITE-CITON, 12. UREE, 13. LOTI, 14. ENTRAIN, 15. ASCOT, 16. ERES, 17. EER, 18. SO, AERINNE, 19. ENTRAIN, 20. URES, 21. PSE, 22. URS, 23. PESE, 24. TENITE. VERTICALEMENT : 1. JUSTAUCORPS, 2. EPAULE, 3. LIT, 4. BICHES, 5. OMBRE, 6. TACLE, 7. HR, 8. MATRIEL, 9. PLACE, 10. QUALITE-CITON, 12. UREE, 13. LOTI, 14. ENTRAIN, 15. ASCOT, 16. ERES, 17. EER, 18. SO, AERINNE, 19. ENTRAIN, 20. URES, 21. PSE, 22. URS, 23. PESE, 24. TENITE.

Sudoku !

1

6			7		4		8	
9	1	4			8	3		
	8		5	3				6
2						8	6	
5								3
	9	7						4
3				2	6		7	
		6	3			5	1	2
	2		4		5			9

2

7	5						2	6
	2	8	3				4	
		4		8	2		7	
		6	2				3	
2		5	7		6	4		9
	1				9	5		
	6		4	2		7		
	4				8	2	9	
8	7						5	4

3

	8			5		9	2	
7	5	6	9		2			
		3		8	4			
	7	8	4	1		2	9	
	4	9		6	7	8	5	
			8	7		4		
			6		3	7	1	2
	3	7		2			8	

Mots fléchés

1

ENVEUX EFFONDRE	PROFIT PETITE PÂTISSÈRE	CABINET DE NOTAIRE DÉBAR- REUR	NOTE CONFIRMÉS À LEUR POSTE	CHÉREUSE APRÈS LA SIGNATURE	BASSESE DEVERSE
SALADE VERTE TEMPÊTES			CHIFFRE DIVIN AFRICAIN	TRAIT LUMINEUX EXCLAMA- TION	
VEUX DO ORIENTENT	REDRES- SENT ECHELONS		PREMIÈRE PAGE PAREIL	PARTICULE COUVETTE	
PETIT RUMINANT	JOE POPULAIRE STATION DES LANDES		ABSORBÉS ARTICLE	SALUE L'AN NEUF OBTENU	METTAIT SUR LA PAILLE
RETRÉ VILLE TURQUE		COURBE DU FLEUVE NÉGATION		DUPE PERCÉ	ÉVASION
LIMITE ILE DE FRANCE			DYNAMIQUE PASSAGE À PIED		
	RISQUE	FAIRE DÉPARTÉ- MENT FRANÇAIS		DÉVÊTU ÉMISSION DE GAZ	
JEU DE PIONS INAMICAL	TROMPERAI TITANE AU LABO			APERÇORT	
SOUVE- RAINE			SOMME EN JEU		

2

SORTILÈGE DENT LONGUE	CONFLIT INNÉE	OBSTINÉE NÉGATION	CHARMEUR	CONFÈRE PASSIONNÉ	VEDETTE ABRASIF
			RÉSULTAT COUTUMES		
PERMISSION LÉGENDE DU NEPAL				POSSESSIF FACÉTIE	
		VOLER CITADINE			
ESCAPADE LUSTRIER			CONJONC- TION	VIELLE PEAU VF	ANIMAL À PENCES
				MANNE PATRIE D'ABRAHAM	
DÉMON- TRATIF PÊCHE EN DESSERT	ALCOOLIQUE REGION VINCOLE				APÉRITIF
		CRI D'ARCHI- MESE MYSTÈ- REUSE			
IMMORTEL TEMPS LIBRE SOUTERRAIN				COOR- DONNÉES BANCAIRES CIRQUE	
				NID D'ANGLE CONFES- SIONS	
GREFFE	AFFIRME HABILLE LE PETIT RAT				MATÈRE PREMIÈRE DE LA BIÈRE
		SONGE			ÉLIMÉE
DEAU DU DE LATI BRINDILLE					
SOMPTUEUX		OUTIL DE MAÇON			
					SAISON

Anagrammes

1

Reportez dans la grille de droite les anagrammes des 9 mots de la grille de gauche pour former verticalement un mot répondant à la définition «activité la plus reposante qui soit lorsqu'on est en vacances».

F	A	M	I	N	E				
S	A	B	L	E	S				
R	I	V	A	G	E				
L	A	G	U	N	E				
M	A	R	I	N	E				
N	A	V	I	R	E				
R	E	G	I	O	N				
D	E	P	A	R	T				
R	E	F	L	E	T				

2

Reportez dans la grille de droite des noms de pays formés à partir des anagrammes de la grille de gauche, et parvenez à former le nom d'un dixième pays dans la colonne indiquée.

		R	E	L	A	I	S							
S	A	L	U	T	A	I	R	E						
		G	A	L	E	R	I	E						
			L	I	B	R	E	S						
			M	A	N	I	E	R	E					
			C	A	I	R	O	T	E					
					C	H	I	E	N					
			A	U	M	O	N	I	E	R				
					P	R	O	U	E					

Solutions des jeux

1

9	6	9	4	7	5	6	7	8	1	2	8	4	7	5	6	7	8	1	2
4	7	6	3	8	9	6	8	9	5	1	2	8	4	7	5	6	7	8	1
3	5	9	1	2	6	4	7	8	3	5	9	1	2	6	4	7	8	3	
8	9	7	6	5	4	3	2	1	2	4	3	2	1	2	4	3	2	1	
5	6	1	8	4	2	7	9	3	5	6	1	8	4	2	7	9	3	5	
2	4	3	9	1	7	8	6	5	2	4	3	9	1	7	8	6	5	2	
7	8	2	5	3	1	9	4	6	7	8	2	5	3	1	9	4	6	7	
9	1	4	2	6	3	5	8	7	9	1	4	2	6	3	5	8	7	9	
6	3	5	7	9	4	2	8	3	1	6	3	5	7	9	4	2	8	3	

2

4	3	6	5	3	4														
8	7	2	1	9	6	7	8	3	5	4									
5	4	1	6	7	8	9	3	6	5	4									
3	4	2	1	9	6	7	8	3	5	4									
2	3	5	7	1	6	4	8	9	2	3									
9	8	6	5	4	3	7	2	1	9	8									
7	8	3	5	4	2	1	6	7	8	9									
1	2	8	3	5	4	2	1	6	7	8									
7	5	2	6	1	8	9	3	4	7	5									

1

J	G	E	D	C	P					
C	A	T	A	S	T	R	O	P	H	E
L	A	I	T	U	E	S	E	P	T	
T	O	R	N	A	D	E	S	R	A	I
U	T	R	E	L	E	V	E	N	T	
A	X	E	N	T	U	N	E	D	E	
C	H	E	V	R	E	G	U	I	S	
O	T	E	M	E	A	N	D	R	E	
I	S	T	A	N	B	L	E	U	E	
S	E	U	L	A	C	T	I	E		
R	E	X	A	G	I	R	N	U		
G	O	A	B	U	S	E	R	A	I	
H	O	S	T	I	L	E	V	O	I	
R	E	I	N	E	D	E	T	T	E	

2

M	L	T	S	I	S				
C	A	N	I	N	E	F	F	E	T
L	A	T	I	T	U	D	E	M	A
Y	E	T	I	U	S	U	R	P	E
C	I	R	E	R	E	T	I	C	
C	E	B	U	V	E	U	R	R	
M	E	L	B	A	E	U	R	E	K
L	O	I	S	I	R	I	B		
E	T	E	R	N	E	L	A	I	R
U	D	E	C	L	A	R	E		
E	N	T	E	R	E	V	E	M	U
N	U	A	G	E	N	C	A	S	
F	E	T	U	T	R	U	E	L	L
L	L	U	X	U	E	X	E	T	E

1

I	N	F	A	M	E
B	L	A	I	S	E
V	I	R	A	G	E
L	A	N	G	U	E
A	N	I	M	E	R
I	G	N	O	R	E
P	E	T	A	R	D
T	R	E	I	F	L

2

I	S	R	A	E	L									
A	U	S	T	R	A	L	I	E						
A	L	G	E	R	I	E								
B	R	E	S	T	L									
A	R	I	M	E	N	T	E							
C	R	O	A	T	T	E								
C	H	I	N	E										
P	R	O	J	I	M	A	N	I	E	P	E	R	I	O

Joyeuse *Sonia,* comme la pierre *Une pierre à l'édifice*



Bonjour Sonia, merci de nous accorder cette interview. Vous avez fondé l'association « Ma Pierre à l'Edifice » dédiée à la lithothérapie. Pouvez-vous nous raconter comment cette passion est née ?

Bonjour, merci à vous de m'accueillir. J'ai toujours adoré les pierres et leurs énergies, et je n'ai jamais cru au hasard... La vie m'a donné raison ! Une nuit, en regardant une émission à la télévision, je suis tombée sur un monsieur qui vendait un coffret en bois contenant des pierres comme le jade, la turquoise, l'améthyste, et le cristal de roche. Cela a été une illumination pour moi ! J'ai réalisé que je pouvais bricoler des coffrets et surtout étudier les pierres qui les accueilleraient.

Vous avez donc décidé de suivre cette voie. Qu'est-ce qui vous a motivé à vous lancer dans la lithothérapie ?

Ce qui m'a vraiment motivée, c'est le désir d'accompagner des personnes dans leurs besoins avec de nouveaux outils. Le domaine du bien-être est très à la mode et attire beaucoup de convoitises. Malheureusement, il y a des personnes qui cherchent plus à faire de l'argent qu'à aider ou accompagner. J'ai donc fait beaucoup de recherches et j'étais animée par une paix intérieure et une envie intense. J'ai voulu rencontrer une personne qui connaissait vraiment les pierres avant de les utiliser pour aider les autres.

Vous avez rencontré une personne clé dans votre parcours, pouvez-vous nous en parler ?

Oui, j'ai eu la chance de rencontrer un homme extraordinaire, minéralogiste devenu par la suite lithérapeute. Cette rencontre a été magique pour moi et m'a confortée dans l'idée que j'étais au bon endroit et surtout à ma place. Grâce à cet enseignement, j'ai également souhaité suivre un stage à l'Institut National de Gemmologie à Lyon pour différencier les pierres de synthèse des « vraies » pierres.

Parlez-nous de votre association Ma Pierre à l'Edifice.

Depuis mai 2023, j'ai monté cette association qui me permet de faire des bilans énergétiques à Marnaz, près de Saint-Pierre en Faucigny. Je peux aussi venir à domicile si impossibilité de se déplacer. Ces bilans me donnent des informations sur les pierres que je vais apposer sur les personnes en fonction de leurs besoins. Lors d'une anamnèse, le corps sait souvent ce que nous avons du mal à identifier.

Quel message souhaitez-vous transmettre à travers votre travail ?

Je souhaite que chacun se rende compte que le bonheur se cherche à l'intérieur de soi-même, pas à l'extérieur. Prenez soin de vous, car personne ne peut le faire à votre place. Cependant, d'autres peuvent vous aider à le faire... Si vous êtes prêts à tenter l'expérience avec des pierres, je suis à votre disposition pour cela.

Merci beaucoup pour ce partage.

Un dernier mot pour nos lecteurs ?

Merci à vous ! Souvenez-vous que chacun fait ce qu'il peut avec les outils qu'on lui a fournis à sa naissance. L'Univers est généreux et nous offre la chance de changer les choses, voire nos vies, malgré les conditionnements, croyances limitantes et peurs qui nous empêchent souvent d'agir. Prenez soin de vous !

Si un bilan énergétique ou des soins de lithothérapie vous intéressent, écrivez à

mapierrealedifice74@gmail.com

Tél. : 07 88 40 80 08.



La passion selon **Marie-Jo !**



Chez Marie-Jo, c'est avant tout notre histoire, celle d'une femme au grand cœur qui a grandi à la ferme voisine.

Marie-Jo passait des heures à flâner près de cette maison, rêveuse, imaginant qu'un jour elle y vivrait. Marie-Jo avait une passion dévorante pour l'accueil, le partage et la cuisine, utilisant avec amour les produits frais de la ferme familiale, notamment ceux cultivés par ses parents.



Chez Marie-Jo

773 route de Soly à Fillinges

Jeu*di* 19h30 à 21h

Vend*redi* 12h à 13h30 et 19h30 à 21h

Sam*edi* 12h à 13h30 et 19h30 à 21h

Diman*che* 12h -13h30 et 19h30 à 21h

Lun*di* 12h à 13h30

Mardi et mer*credi* : fermé

Privatisati*on* possible

Tél. : 04 50 36 26 71

www.chezmariejo.com

reservationschezmariejo74@gmail.com

Après le décès de Marie-Jo, nous (Sylvia et Louis) avons ressenti le besoin de rendre hommage à notre mère. En 2018, nous avons décidé de transformer la maison familiale en un restaurant, un lieu où les valeurs de Marie-Jo pourraient continuer à briller. Notre objectif était clair : mettre en avant les produits du terroir et créer un espace de convivialité et de partage, à l'image de notre mère.

Le restaurant *Chez Marie-Jo* a ainsi vu le jour, empreint de souvenirs et de la chaleur de Marie-Jo. Cependant, en fin de 2023, Sylvia a décidé de quitter l'aventure pour se lancer dans un nouveau projet personnel.

Ce départ a marqué un tournant pour le restaurant. Déterminés à faire perdurer l'esprit du lieu, nous avons choisi de renouveler son identité. Pour cela, nous avons fait appel à Ema et Paul, deux talents venus de Paris, riches d'une expérience gastronomique impressionnante.

Leur parcours a commencé au restaurant Le Servan et Double Dragon dans le XI^e arrondissement de Paris. Paul, chef de cuisine, a perfectionné ses compétences à Londres avant de rejoindre l'équipe. Ema, quant à elle, a acquis une solide expérience dans la restauration à Genève et à Paris, et a perfectionné son apprentissage à La Revue du vin de France.

Aujourd'hui, *Chez Marie-Jo* est un lieu vibrant, où nous vous faisons découvrir une cuisine qui sublime les plus beaux produits de la région, rehaussés par une subtile touche asiatique. Le tout est servi avec chaleur et engagement, dans une démarche respectueuse du vivant.

Venez et laissez-vous emporter par une expérience culinaire unique, dans un cadre où chaque détail est pensé pour rappeler l'amour et la passion de Marie-Jo.



Optique Reigner, c'est vraiment bien vu !



Situé en plein centre de Reignier-Esery, créée en 2001 par Sophie Excoffier et Antoine Ménard.

Renouveler ses lunettes

La durée de validité des ordonnances nous permet de vous proposer un renouvellement de vos lunettes directement en magasin : 5 ans entre 16 et 42 ans, et 3 ans à partir de 42 ans. Nous nous ferons un plaisir de vérifier votre vue, grâce à notre matériel et nos compétences d'opticiens expérimentés !



Une solution pour chaque plainte visuelle

Des nouvelles lunettes mais toujours gêné ? Parlez-nous bien de vos inconforts, tels que des yeux qui tirent, qui piquent, des maux de tête, une sensibilité à la lumière, des raideurs dans la nuque... Une sécheresse oculaire, une mauvaise ergonomie du poste de travail, des problèmes de vision binoculaire non détectés, des lunettes mal positionnées ou

mal réglées peuvent en être à l'origine, et il existe toujours une solution pour les supprimer ou les réduire fortement. Il suffit juste de prendre le temps de bien les comprendre.

Solutions basse vision

Nous pouvons vous proposer un bilan visuel personnalisé et l'essai d'aides visuelles des plus simples aux plus innovantes pouvant vous aider dans les difficultés que peuvent présenter une perte visuelle liée à un accident ou problème de santé oculaire, le plus fréquemment une DMLA évolutive. Lampes, loupes classiques ou électroniques, lunettes grossissantes sur mesure, filtres colorés, écrans et tablettes grossissantes, éventuellement parlantes. Votre optométriste formée et diplômée en basse vision saura vous guider.

Solutions en lentilles de contact

Myope, astigmat, hypermétrope, presbyte ? Tous les défauts visuels peuvent maintenant être compensés en lentilles de contact ! Nous pouvons déterminer ensemble la solution la plus adaptée pour vous en fonction de vos besoins, de vos activités, et de votre correction visuelle. Il existe des lentilles souples à renouvellement journalier, bimensuel, ou mensuel ; et des lentilles rigides à renouvellement annuel. Parmi les lentilles rigides, une nouveauté : les lentilles d'orthokératologie. Ces lentilles réalisées sur mesure pour vos yeux, sont portées la nuit et vous permettent de voir toute la journée sans rien sur les yeux ! Tous les types de lentilles nécessitent une adaptation initiale, et un suivi ophtalmologique régulier.



Christelle



Léonard



Renée



Séverine

Notre motivation :

Trouver la solution parfaite, faisant de votre confort visuel et de votre satisfaction une priorité !

Demandez conseil à votre opticien spécialisé et confiez-nous votre confort visuel, il est notre motivation principale et notre passion !

OPTIQUE REIGNIER - 208, Grande Rue - 74930 REIGNIER
www.optiquereignier.fr - Tél. : 04 50 43 40 90

Une équipe qui assure !



Alexandre TROUSSEL, Nicole MAGNIN & Véronique TOLLANCE

NOTRE PHILOSOPHIE

**ÊTRE PROCHES DE VOUS, C'EST MIEUX
VOUS CONNAÎTRE, MIEUX VOUS
COMPRENDRE, ET MIEUX VOUS ASSURER.**



VOTRE FAMILLE

Protégez vos proches avec des garanties adaptées (GAV, assurance décès) et préparez votre retraite tout en optimisant votre fiscalité.

VOS BIENS

Assurez vos autos, motos, habitations etc. contre tous les risques.

VOTRE ENTREPRISE

Que vous soyez un entrepreneur, un indépendant ou un agriculteur, nous vous aidons à trouver la protection idéale pour votre entreprise (mutuelle, prévoyance collective) et vos biens (auto, flotte, locaux). Nous vous assistons également dans l'optimisation de votre fiscalité et la constitution de votre patrimoine professionnel.

Avec notre équipe expérimentée, bénéficiez de conseils avisés pour établir une relation durable et de proximité.

Témoignage d'une cliente satisfaite :

Alexandre Troussel est un excellent professionnel. Les conseils et solutions proposées sont clairs, précis et adaptés. Je recommande vivement.

Implantée à Pers-Jussy depuis 5 ans, l'agence ATA ASSURANCES fait partie du groupe AREAS. Alexandre Troussel vous accompagne avec ses collaboratrices.

Après avoir travaillé de nombreuses années pour de grandes compagnies d'assurances, Alexandre a choisi de créer sa propre agence afin de fournir un service personnalisé et adapté à ses clients, qu'ils soient particuliers ou professionnels.

*Pour un service d'assurance complet
et personnalisé, faites confiance
à ATA Assurances.
Votre sécurité et votre satisfaction
sont notre priorité.*



ATA Assurances Agence du Groupe AREAS
140, impasse des contamines
74930 PERS-JUSSY
www.troussel-assurance.fr
Tél. : 04 50 25 54 55



C'est quoi ce barnum ?

Basée en Haute-Savoie, à Reignier-Esery, Chapiteaux Orsier est une entreprise familiale fondée par Gilles ORSIER et reprise en mars 2021 par François, son fils, diplômé par le ministère de l'intérieur. La qualité des structures et des services de cette entreprise en fait un partenaire de confiance pour la réussite de tout type d'événement. De la planification à la mise en place, Chapiteaux Orsier accompagne ses clients pour leur garantir une organisation sans faille, avec un service clés en main.



L'ÉVÈNEMENTIEL...

Que ce soit pour un mariage élégant, un séminaire d'entreprise, un anniversaire festif ou tout autre événement, Chapiteaux Orsier propose des solutions sur mesure et adaptées. Leur souci du détail et leur réputation en font un acteur incontournable du secteur pour la réussite de tout événement, qu'il soit privé ou professionnel.

Il vous sera proposé une large gamme de structures de chapiteaux et de pagodes, mais pas que... En plus de ses incontournables chapiteaux variés, Chapiteaux Orsier propose divers équipements complémentaires tels que des planchers pour un sol stable et confortable, des caisses frigo pour la conservation des aliments et des boissons, de l'éclairage pour créer une ambiance chaleureuse, ainsi que des tables, des chaises et des mange-debout pour l'aménagement de l'espace.

... CLÉ EN MAIN

Chapiteaux Orsier propose également des solutions de chauffage pour le confort des invités, des praticables au cas où une scène serait nécessaire, une billetterie type chalet si l'organisation de la soirée en nécessite une...

Dans un souci de satisfaction client, Chapiteaux Orsier offre un service personnalisé, attentif à chaque détail. Leur expertise et leur expérience dans le domaine garantissent une prestation de qualité, répondant aux attentes les plus exigeantes. Pour tous les besoins en structures événementielles, Chapiteaux Orsier est le partenaire idéal pour la concrétisation de vos projets mémorables.

Chapiteau Orsier

Location tentes & chapiteaux - Matériel pour événements

74930 REIGNIER

Tél. : 06 89 50 75 90

 Chapiteaux Orsier

Immo & passion c'est possible !

Florian Ciamporcero, Négociateur immobilier

Bonjour, pouvez-vous vous présenter et nous parler de votre parcours dans l'immobilier ?

Bonjour ! Je m'appelle Florian Ciamporcero, je suis natif des Voirons, une région que je connais comme ma poche. J'ai choisi de devenir conseiller immobilier par passion pour cette région et pour l'immobilier en général. Depuis plusieurs années, je m'investis pleinement dans ce métier qui me permet d'allier mon attachement pour les Voirons et mon expertise du marché immobilier local.

Pourquoi avez-vous choisi de vous spécialiser spécifiquement dans les communes de Lucinges, Cranves-Sales, Bonne et les environs ?

Ces communes font partie intégrante de mon histoire personnelle et professionnelle. Ayant grandi ici, je suis intimement familiarisé avec les quartiers, les tendances du marché immobilier local, et surtout, les besoins spécifiques des résidents et futurs acheteurs. C'est une région où je me sens particulièrement investi et où je souhaite apporter un service de qualité et de proximité.

Quels sont les principaux avantages que vous offrez à vos clients en tant que conseiller immobilier ?

Mon approche se distingue par un service

à taille humaine et une écoute attentive. Je suis disponible 7 jours sur 7 pour mes clients, afin de leur offrir un accompagnement personnalisé à chaque étape de leur projet immobilier.

Que ce soit pour vendre un bien ou trouver la maison de leurs rêves, je m'engage à être leur interlocuteur privilégié, toujours prêt à répondre à leurs besoins et à leurs questions.

Quelles sont vos valeurs et principes en tant que professionnel de l'immobilier ?

La transparence, l'intégrité et l'engagement sont au cœur de ma pratique. Je crois fermement en l'importance d'établir une relation de confiance avec mes clients, basée sur la franchise et la disponibilité.

Chaque projet immobilier est une responsabilité que j'assume avec sérieux et passion, en visant toujours la réussite et la satisfaction de mes clients.

Quel message souhaitez-vous transmettre aux propriétaires vendeurs ou aux acheteurs potentiels dans votre région ?

Si vous envisagez de vendre ou d'acheter un bien immobilier dans les Voirons et ses environs, n'hésitez pas à me contacter.



Ensemble, nous pourrions concrétiser vos projets dans les meilleures conditions. Ma connaissance approfondie du marché local et mon engagement total sont à votre disposition pour vous guider vers la réussite de votre projet immobilier.

Merci beaucoup pour cette entrevue enrichissante.

C'est moi qui vous remercie ! J'espère pouvoir accompagner vos lecteurs dans cette aventure immobilière !



N'hésitez pas à contacter Florian au

07 85 00 40 35

YAUTIMMO

Florian Ciamporcero
35 chemin de jardins
74380 Lucinges

www.yautimmo.fr



Le bon diot en culotte de velours !



Ah, le diot savoyard, cette petite saucisse qui ne manque pas de caractère ! Eh bien, figurez-vous qu'il n'est pas obligé de se baigner dans le traditionnel vin blanc. Non, non ! La cuisson au vin rouge est son petit secret bien gardé. Assez méconnue, la cuisson au vin rouge est plus longue, plus douce...elle va attendrir davantage les diots et les transformer en véritables stars de la cuisine.

Préparation :
30 minutes

Cuisson :
3 heures
(Oui, vous avez bien lu, trois heures !)

Pour 4 personnes affamées :

- 4 diots nature
- 4 diots fumés (pour l'arôme BBQ sans barbecue)
- 3 oignons rouges (parce que la couleur, c'est la vie)

- 6 gousses d'ail qui vont s'adoucir en cours de cuisson (pour une haleine de dragon)
- 3 carottes (parce que Bugs Bunny approuve)
- Un peu de farine (juste assez pour dire qu'on a mis quelque chose)

- 20 cl de bouillon de légumes (le petit coup de pouce)
- 1 bouteille de mondeuse (à boire avec modération... ou pas)
- Thym, romarin, sel, poivre (pour épicer votre vie)

Pré-chauffez la cocotte : faites revenir les diots à feu moyen dans une cocotte avec un peu d'huile. Traitez-les avec douceur, comme si vous manipulez des œufs de Fabergé, puis réservez-les.

Les légumes en action : faites revenir les oignons et les carottes coupés en gros morceaux. On n'est pas à MasterChef, alors pas de tracas pour la coupe parfaite.

Remettez les diots dans la danse : ajoutez les diots, les gousses d'ail (donnez-leur une petite claque avec le plat de votre lame pour libérer les saveurs), le sel, le poivre, le thym et le romarin (mais mollo, ces herbes-là ne plaisent pas sur la durée).

Farinez tout ça : une cuillère à soupe pour une sauce légère, trois cuillères pour une sauce épaisse. C'est vous le chef !

Bouillon et mondeuse : ajoutez le bouillon et remuez comme si vous dansiez un tango pour éviter les grumeaux. Goûtez la mondeuse. Si elle est à votre goût, versez-la pour recouvrir les diots les diots à hauteur, remuez encore, portez à ébullition, couvrez et laissez frémir 3 heures à feu doux (1/3 de la puissance du feu). C'est long, mais Rome ne s'est pas construite en un jour, n'est-ce pas ?

L'assaisonnement final : goûtez et ajustez l'assaisonnement si nécessaire. Vous êtes à la finale de votre chef-d'œuvre culinaire.

Bonap' dans les Alpes ! Et n'oubliez pas, un diot heureux est un diot bien cuisiné !

Le secret du diot tendre et juteux ?

Gardez son boyau intact ! Ne piquez pas ces petites saucisses et laissez-les tranquillement atteindre la température ambiante avant de les cuisiner. C'est un peu comme un spa pour diots, sans le jacuzzi.

On mange quoi avec ?

Purée maison, polenta, petites pommes de terre fermes, ou des torsades de pâtes. Faites-vous plaisir !

