

Février 2024, numéro 12

postille

LE MAGAZINE POUR LES HÔTES ET LES AMIS

VOTRE VOYAGE SENSORIEL
commence ici.

VOTRE LIBERTÉ
culturelle.

VOTRE INVITATION
à un retour sur soi.



BEATUS
MERLIGEN-THUNERSEE
Wellness- & Spa-Hotel



ERMITAGE
GSTAAD-SCHÖNRIED
Wellness- & Spa-Hotel



BEATUS

MERLIGEN-THUNERSEE

Wellness- & Spa-Hotel

DANS VOTRE élément.

La force régénératrice de l'eau: une expérience fascinante vous attend au BEATUS au bord du lac de Thoune et dans ses eaux d'un bleu profond. Découvrez les bienfaits d'une baignade régulière en eau glacée – du renforcement du système immunitaire à la libération d'endorphines, ces hormones qui vous boostent. Dans notre piscine couverte, vous pourrez conjuguer mouvement et détente lors d'un cours d'aqua-fit tout en harmonie et en douceur. Le BAIN SALIN découverte en plein air, dont l'eau chauffée à 35 °C contient un sel naturel de la Suisse, est idéal pour une régénération profonde et un moment de retour sur soi.

Les effets thérapeutiques de l'exercice: notre chemin pieds nus est plus qu'un simple sentier – c'est une invitation à expérimenter la nature de façon singulière. A travers les nouvelles sensations se crée pas à pas un lien plus profond avec la terre et avec soi. Forts de ce sentiment de détente et d'ancrage, vous participez alors le pied léger aux excursions guidées par Susanne et Volker qui vous dévoilent les incomparables panoramas de l'Oberland bernois.

Votre expérience, notre passion: votre séjour au BEATUS devient un voyage sensoriel. Plongez dans le monde fascinant de l'eau et du mouvement et laissez-vous gagner par la beauté de l'instant. Notre équipe du Vitalità vous propose toute une série d'offres wellness, avec en particulier des massages relaxants, des bains revitalisants et des techniques de détente et de relaxation innovantes. Nous sommes là pour faire de votre visite au BEATUS une expérience totale, inoubliable.

Votre équipe du BEATUS



L'énergie de l'eau





Bien-être

et bonheur intérieur

INCLUS DANS TOUS LES FORFAITS:

Pension culinaire du BEATUS, excursions & wellness pur

- + **Paquet wellness** (espace wellness de plus de 2'000 m², BAIN SALIN découverte en plein air [35 °C], piscine couverte [29 °C], parcs de saunas «Classic» et «Bamboo», salle de repos «Le Petit Oubli», bar Vital «La Santé»)
- + **Pension culinaire du BEATUS** (buffet de petit-déjeuner, soupe et salades le midi, table de gâteaux «Blechchueche» l'après-midi, dîner avec un large choix de menus)
- + **Excursions accompagnées avec nos guides** (du lundi au vendredi)
- + **Programme sport et détente accompagné quotidien.** Autres activités proposées à l'hôtel et autour (éventuellement payantes): fitness, baby-foot, ping-pong, pétanque, vélo, golf, tennis, bateau électrique MS BEATUS III, pédalo, canoë, barque, kayak, stand-up paddles, lit de massage Wellsystem Wave Touch et bien plus encore.



BEATUS

MERLIGEN-THUNERSEE

Wellness- & Spa-Hotel

RETRAITES AU BEATUS

harmonie pour le corps et l'esprit.

La rive idyllique du lac de Thoue abrite notre lieu énergétique à nous, Merligen, propice à une détente et une revitalisation bienvenues. Faites votre choix parmi les expériences qui vous sont proposées selon un programme structuré, du yoga harmonieux aux sessions d'entraînement dynamiques sur le mini-trampoline bellicon® en passant par la méditation profonde. La nature et le wellness se rejoignent pour vous ouvrir un espace de repos et de régénération pour le corps et l'esprit.

Retraite de pleine conscience: du 17 au 21 mars 2024.

Yoga: du 25 au 28 avril, du 12 au 16 mai, du 20 au 23 juin 2024 et à d'autres dates encore.

Retraite Nature: du 21 au 25 avril et du 27 au 31 octobre 2024.

bellicon®: du 23 au 26 juin 2024.

Retraite de qi gong: du 5 au 8 septembre 2024.

Retraite mobilité & relaxation: du 3 au 6 novembre 2024.

Retraite de méditation: du 28 novembre au 1^{er} décembre 2024.

Visitez notre site www.beatus.ch.

Vous trouverez ces forfaits à la rubrique «Retraites».





BEATUS

MERLIGEN-THUNERSEE

Wellness- & Spa-Hotel

Nouvel éveil au lac de Thoune

SPÉCIAL PRINTEMPS

le renouveau au cœur de la nature.

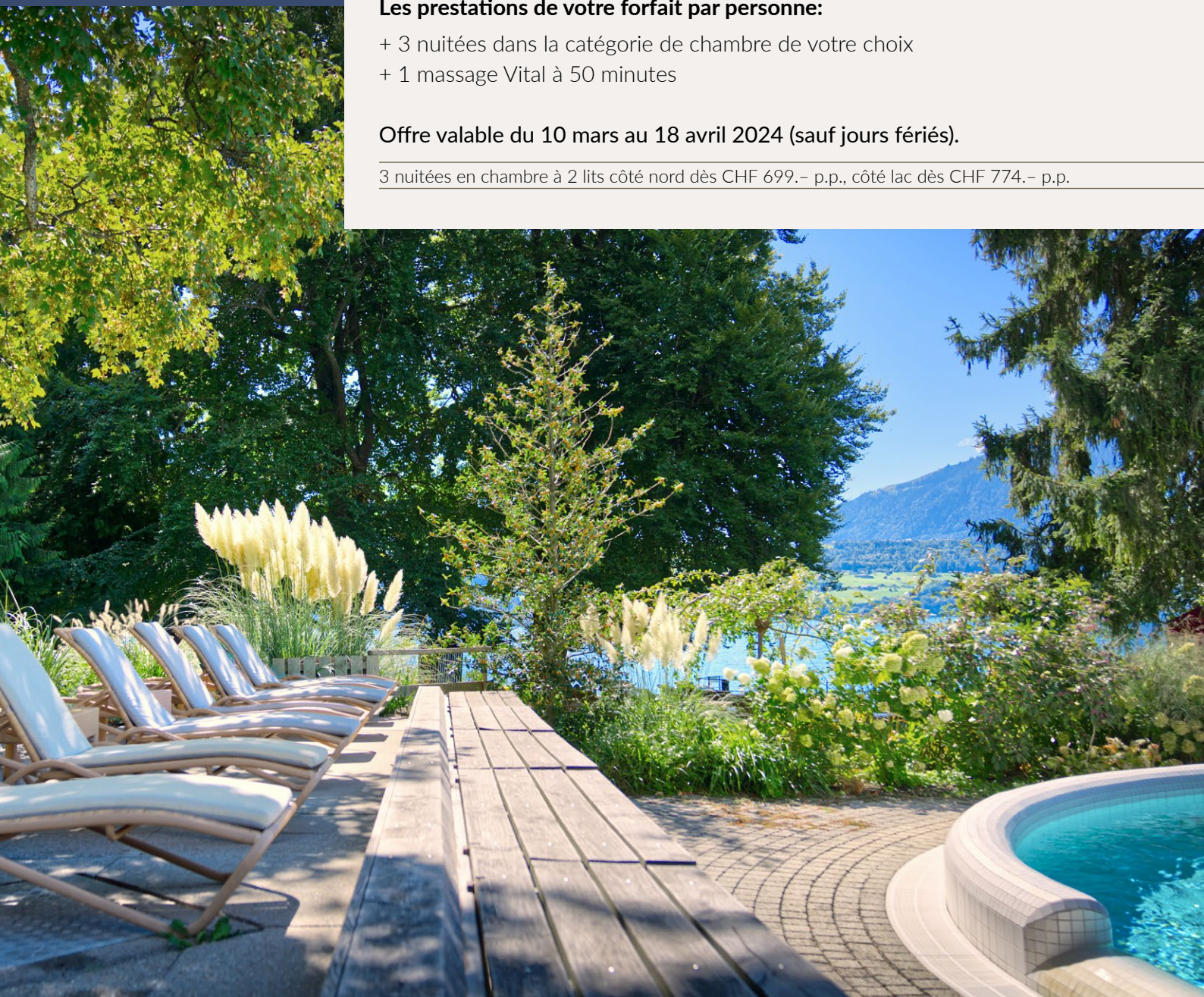
Immergez-vous dans l'immense parc de l'hôtel qui s'étend sur 12'000 m² et imprégnez-vous de l'énergie régénératrice de la nature qui éclot. Abandonnez-vous aux eaux bienfaisantes de notre BAIN SALIN découverte en plein air agréablement chauffées à 35 °C – vous sentez cet air printanier qui vous envahit?

Les prestations de votre forfait par personne:

- + 3 nuitées dans la catégorie de chambre de votre choix
- + 1 massage Vital à 50 minutes

Offre valable du 10 mars au 18 avril 2024 (sauf jours fériés).

3 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 699.- p.p., côté lac dès CHF 774.- p.p.



VERS DE NOUVEAUX RIVAGES

détente exotique.

Faites-vous du bien dans un cadre paradisiaque.

Les prestations de votre forfait par personne:

- + 4 nuitées dans la catégorie de chambre de votre choix
- + 1 massage Pantai Luar à 50 minutes
- + 1 massage Lomi Lomi à 90 minutes

Offre valable jusqu'au 18 avril 2024 (sauf jours fériés).

Offre valable pour une arrivée le dimanche.

4 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 1'045.- p.p., côté lac dès CHF 1'145.- p.p.



COURTE PAUSE ALPEOR

toute la fraîcheur des Alpes suisses.

Retrouvez dans les produits Alpeor l'essence des Alpes suisses, cultivée depuis plusieurs générations par la famille Flückiger à 1'500 mètres d'altitude près de Montreux. Ces produits d'exception protègent et stimulent les cellules de la peau, font rayonner le teint de vitalité et racontent l'histoire d'une tradition authentique de la beauté.

Les prestations de votre forfait par personne:

- + 2 nuitées dans la catégorie de chambre de votre choix
- + 1 traitement signature Alpeor à 60 minutes

Offre valable jusqu'au 26 avril 2024 (sauf jours fériés).

Offre valable pour une arrivée entre le dimanche et le mercredi.

2 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 600.- p.p., côté lac dès CHF 650.- p.p.



BEATUS

MERLIGEN-THUNERSEE

Wellness- & Spa-Hotel

Programme

Paroles, art & musique au bord du lac

Annemarie Mühlemann, Sonja Hasler, Urs Heinz Aerni, Luzia Stettler et Christoph Hoigné vous proposent une talentueuse sélection artistique, dont voici un extrait thématique (les événements se déroulent en allemand).

MARDI 27 FÉVRIER 2024

CONVERSATION AU BORD DU LAC – AVEC ESTHER GEMSCH

Sonja Hasler, animatrice à la SRF et ancienne présentatrice de l'émission «Persönlich».

Esther Gensch, actrice.

MARDI 12 MARS 2024

LA FOLIE DU BIO COMME PRINCIPE DE VIE

Ursula Fricker, auteure.

Livre: Gesund genug (Atlantis Verlag)

Luzia Stettler, animatrice et médiatrice littéraire.

DIMANCHE 17 MARS 2024

SOIRÉE D'OUVERTURE DU FESTIVAL DE MAGIE DU BEATUS

«LouDeMilla», magicienne.

Michel Gammenthaler, humoriste et magicien.

Blake Eduardo, magicien.

LUNDI 18 MARS 2024

«LouDeMilla»: UN SPECTACLE ENSORCELANT

MARDI 19 MARS 2024

MICHEL GAMMENTHALER

MERCREDI 20 MARS 2024

BLAKE EDUARDO

MARDI 26 MARS 2024

LE JOURNALISME AU QUOTIDIEN ET SON AVENIR

Franziska Streun, journaliste locale et auteure.

Daniel Puntas Bernet, fondateur, éditeur et rédacteur en chef du magazine «Reportagen».

Urs Heinz Aerni, journaliste.

MARDI 2 AVRIL 2024

À LA DÉCOUVERTE D'INSTRUMENTS DE MUSIQUE TRADITIONNELS

Olga Kleshchenko, joueuse de domra.

Aleksei Kleshchenko, joueur de balalaïka.

Ilya Kurtev/Danila Denisov/Anton Kryukov, joueurs de bayan.

Visitez notre site www.beatus.ch. Vous trouverez le programme complet à la rubrique «Expériences & Top Events».

Sous réserve de modifications du programme.





BEATUS

MERLIGEN-THUNERSEE

Wellness- & Spa-Hotel

PAROLES, ART ET MUSIQUE

au bord du lac.

Un programme enthousiasmant qui mêle les talk-shows, la littérature, le cabaret et un éventail musical allant de la musique populaire au jazz et aux improvisations libres.

Les prestations de votre forfait par personne:

- + 3 nuitées dans la catégorie de chambre de votre choix
- + Entrée aux extraordinaires soirées culturelles
- + 1 boisson lors de la soirée culturelle

Offre valable jusqu'au 26 avril 2024 (sauf jours fériés).

3 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 594.- p.p., côté lac dès CHF 669.- p.p.

Offre valable du 28 avril au 27 juin 2024.

3 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 669.- p.p., côté lac dès CHF 819.- p.p.

Offre valable pour une arrivée le dimanche, le lundi ou le mardi. Validité hors jours fériés.



TRAVAILLER AU BEATUS

la cohésion d'un esprit familial.

Faites plus ample connaissance avec Beat Küenzi:

Beat Küenzi · Fleuriste

Mes principales tâches: Etre fleuriste, c'est faire en sorte qu'il règne dans tout l'hôtel une atmosphère fleurie. Je m'occupe des achats de fleurs, de la création des décorations florales et aussi de l'exécution des commandes des hôtes, pour leur meilleure satisfaction. Je prends également soin des plantes d'intérieur, je réalise les décorations événementielles et je participe avec le jardinier à l'entretien du parc.

Pourquoi le BEATUS: C'est un rêve que je nourrissais depuis longtemps, de pouvoir évoluer au BEATUS. En plus de son environnement idyllique, il faut imaginer que ce lieu où je travaille est celui que d'autres choisissent comme destination de vacances. L'excellente ambiance au sein d'une équipe motivante me plaît évidemment beaucoup.

Ce que tout le monde ne sait pas: Parallèlement à ma passion de l'art floral, j'exerce comme professeur de danse et danseur de compétition. J'ai aussi participé à l'émission de danse télévisée «Darf ich bitten» avec le même engouement que je mets dans mon métier de fleuriste. J'ai été plusieurs fois champion suisse de danse standard, c'est un monde aux multiples facettes qui m'offre un autre terrain d'expression.



ERMITAGE

GSTAAD-SCHÖNRIED

Wellness- & Spa-Hotel

L'enthousiasme
pour la nature



LE MÉTIER DE SES RÊVES

guide.

L'ERMITAGE est devenu pour Gaby Jungen sa deuxième maison au fil de près de 40 années d'activité. Originaire de Schönried, celle qui a beaucoup voyagé vient de concrétiser son rêve: c'est aujourd'hui en guide de notre hôtel, chers hôtes, qu'elle vous fait découvrir les plus beaux endroits du Saanenland.

Gaby vous ouvre les portes de son univers

Nos hôtes familiers seront sans nul doute agréablement surpris de la retrouver, non plus à leur servir le petit-déjeuner, mais à leur offrir sur un plateau des sommets sauvages, des cascades rugissantes et des riches pâturages. Cetteoureuse de la nature curieuse de tout adore partager pendant ses excursions plein de choses intéressantes et d'histoires passionnantes. Elle a l'art de transformer les noms des sommets et des vallées en anecdotes frappantes et de communiquer son enthousiasme d'une manière divertissante.

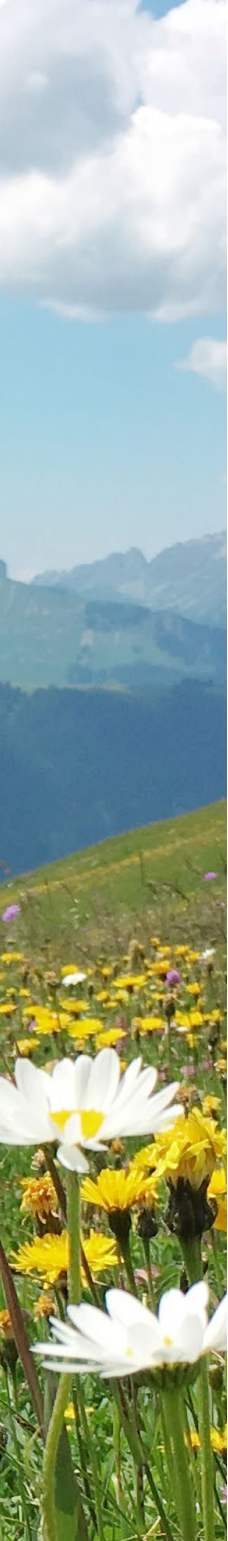
Une hospitalité et une créativité de tous les instants

Gaby, qui accessoirement met ses talents de couturière au service de quelques menus travaux pour l'hôtel, est intarissable quand elle relate toutes les belles conversations et expériences qui jalonnent ses excursions. C'est pour elle un pur bonheur de redécouvrir à chaque fois avec vous les beautés de la nature et de faire fructifier sa longue expérience avec les hôtes avec sa vaste connaissance de la région.

Des idées pour toutes les saisons

En fonction des conditions d'enneigement, Gaby vous a préparé pour les mois de mars et d'avril divers circuits à basse altitude. A partir de mai/juin, elle se fera un plaisir de vous emmener plus haut humer le printemps fleuri. Son itinéraire préféré vous conduit de Schönried à Rougemont par la vallée des Fenils (Grischbachtal), avec en point d'orgue le Rellerli accessible toute l'année: la montagne qu'elle préfère.

Gaby est là pour vous du lundi au mercredi.





Nature

de bien-être

INCLUS DANS TOUS LES FORFAITS:

Pension culinaire de l'ERMITAGE, excursions & wellness pur

- + Paquet wellness (espace wellness de plus de 3'700 m², BAINS SALINS couverts et en plein air [35 °C], piscine sportive extérieure [28-31 °C], parc de saunas avec aqua-dôme [36 °C], 10 saunas et bains de vapeur différents, salles de repos panoramiques et salle de détente, Lady's Spa séparé, «Brunnenstube» avec bar Vital qui vous accueille en peignoir de bain, salle de fitness de 135 m²)
- + Pension culinaire de l'ERMITAGE (buffet de petit-déjeuner, soupe et salades le midi, plateau de gâteaux «Chuechetisch» l'après-midi, dîner avec un large choix de menus)
- + Excursions accompagnées avec nos guides (du lundi au vendredi)
- + Programme sport et détente accompagné quotidien. Autres activités proposées à l'hôtel et autour (éventuellement payantes): squash, fitness, billard, randonnées, vélo, beach-volley, tennis, lit de massage Wellsystem Wave Touch et bien plus encore.

NATURE ET WELLNESS

ne font qu'un.

Vivez des moments de bien-être qui, en plus de la détente, stimulent votre joie de vivre.

Les traitements Alpeor mettent en exergue le pouvoir des ingrédients végétaux naturels qui font écho à la nature.

Les prestations de votre forfait par personne:

- + 4 nuitées dans la catégorie de chambre de votre choix
- + 1 massage classique à 50 minutes
- + 1 soin du visage Alpeor à 60 minutes
- + 1 gommage du corps Alpeor à 30 minutes

Offre valable du 1^{er} avril au 4 juillet 2024.

Offre valable pour une arrivée le dimanche ou le lundi.

4 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 1'160.- p.p., côté sud dès CHF 1'320.- p.p.

JOURNÉES WELLNESS ALPIENNE

pause ressourçante.

Faites une halte détente et soin grâce aux vertus des plantes médicinales des produits Alpienne.

Les prestations de votre forfait par personne:

- + 7 nuitées dans la catégorie de chambre de votre choix
- + 3 traitements Alpienne au choix parmi les 5 proposés:
 - › Massage Harmonie à 50 minutes
 - › Peeling au miel à 50 minutes
 - › Massage de la nuque à 25 minutes
 - › Bain de pieds à 20 minutes
 - › Massage sport et vitalité à 50 minutes

Valable du 1^{er} avril au 4 juillet 2024 (sauf jours fériés).

Offre valable pour une arrivée le dimanche ou le lundi.

7 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 1'810.- p.p., côté sud dès CHF 2'090.- p.p.



ERMITAGE

GSTAAD-SCHÖNRIED

Wellness- & Spa-Hotel

SPÉCIAL PRINTEMPS MONTAGNE

deux saisons réunies.

Devant votre porte, vous avez la possibilité de faire du ski ou de partir pour vos premières promenades aux crocus. Vivez le printemps en montagne avec nos guides et offrez-vous des moments rafraîchissants au spa.

Les prestations de votre forfait par personne:

- + 3 nuitées dans la catégorie de chambre de votre choix
- + 1 massage aux huiles aromatiques au pin arôle à 50 minutes
- + 1 traitement wellness sur le lit de massage Wellsystem Wave Touch à 30 minutes
- + 1 smoothie de saison

Offre valable du 17 au 28 mars 2024.

3 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 825.- p.p., côté sud dès CHF 1'020.- p.p.

Offre valable du 1^{er} avril au 19 juin 2024.

3 nuitées en chambre à 2 lits côté nord dès CHF 720.- p.p., côté sud dès CHF 840.- p.p.





ERMITAGE
GSTAAD-SCHÖNRIED
Wellness- & Spa-Hotel

Coaching personnel

un conseil individuel



L'on a vite fait de s'oublier soi-même dans le tourbillon du quotidien. Maria Domingas Da Cruz Franco Freire, votre coach personnelle expérimentée, vous encourage à vous recentrer sur votre propre bien-être. Avec la profonde conviction que l'individu doit être compris dans sa globalité, elle vous aide à vous découvrir et aller vers de nouvelles choses.

Un programme sur mesure

Professeure de fitness et de Pilates, professeure de yoga certifiée, massothérapeute qualifiée, praticienne de reiki, intervenante en travail de respiration et animatrice en Somatic Experiencing, Maria associe sa très vaste expérience dans le domaine de la santé et du fitness à un large éventail de méthodes d'entraînement.

Lors d'un entretien préalable d'une quinzaine de minutes pour apprendre à faire mutuellement connaissance, elle recueille toutes les informations importantes, à l'écoute de vos besoins et de vos attentes, pour élaborer un plan d'entraînement sur mesure pour vous.





Maria est là pour vous

Que vous souhaitiez améliorer votre posture, favoriser votre récupération musculaire après une opération, vous libérer de douleurs physiques ou que vous ayez besoin d'un temps pour vous – Maria vous accompagne sur votre chemin personnel.

Donnez la priorité à votre bien-être

Maria place votre santé en premier. Vous suivez un programme d'entraînement individuel varié qui est adapté à votre potentiel de performance. Pour atteindre vos objectifs de manière efficace et durable.

Vous êtes une personne à part entière, vous ressentez pleinement votre corps, vous progressez grâce à Maria vers plus de santé et de bien-être. Accordez-vous l'attention que vous méritez!

50 minutes à CHF 100.–

LA MUSIQUE REND HEUREUX à l'ERMITAGE.

Les jeudis indiqués, de 21h30 à 22h30 environ au «One Million Stars Bar» by Swarovski.

Jeudi 14 mars 2024

FETTE DUETTE (DUO DE JAZZ)

Jeudi 4 avril 2024

MARK KÜNG TRIO (DJANGO REINHARDT - SWING - JAZZ)

Jeudi 18 avril 2024

RegiHochZwei (LA MUSIQUE DES ALPES REVISITÉE)

Jeudi 30 mai 2024

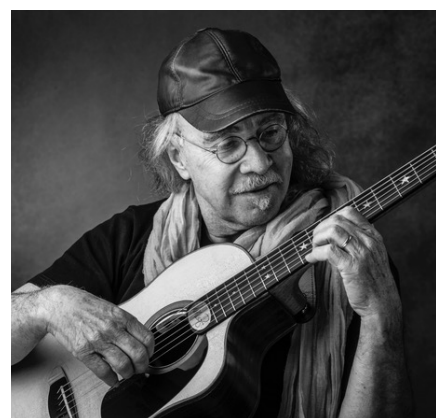
DuoCalva (MUSIQUE CLASSIQUE ET HUMOUR)

Jeudi 13 juin 2024

MARCO ZAPPA (FOLK ITALIEN ET MUSIQUE DU MONDE)

Nous serons ravis de vous accueillir!

Sous réserve de modifications du programme.





BEATUS

MERLIGEN-THUNERSEE

Wellness- & Spa-Hotel

BEATUS Wellness- & Spa-Hotel

+ 41 33 748 04 34

welcome@beatus.ch, www.beatus.ch



ERMITAGE

GSTAAD-SCHÖNRIED

Wellness- & Spa-Hotel

ERMITAGE Wellness- & Spa-Hotel

+ 41 33 748 04 30

welcome@ermitage.ch, www.ermitage.ch

VOTRE DÉVOUÉE FAMILLE LUTZ



gedruckt im
berner oberland



Wirkt Nachhaltig
Drucksache
myclimate.org/01-23-533141



www.blauer-engel.de/uz5

- energie- und wassersparend hergestellt
- aus 100 % Altpapier
- besonders schadstoffarm