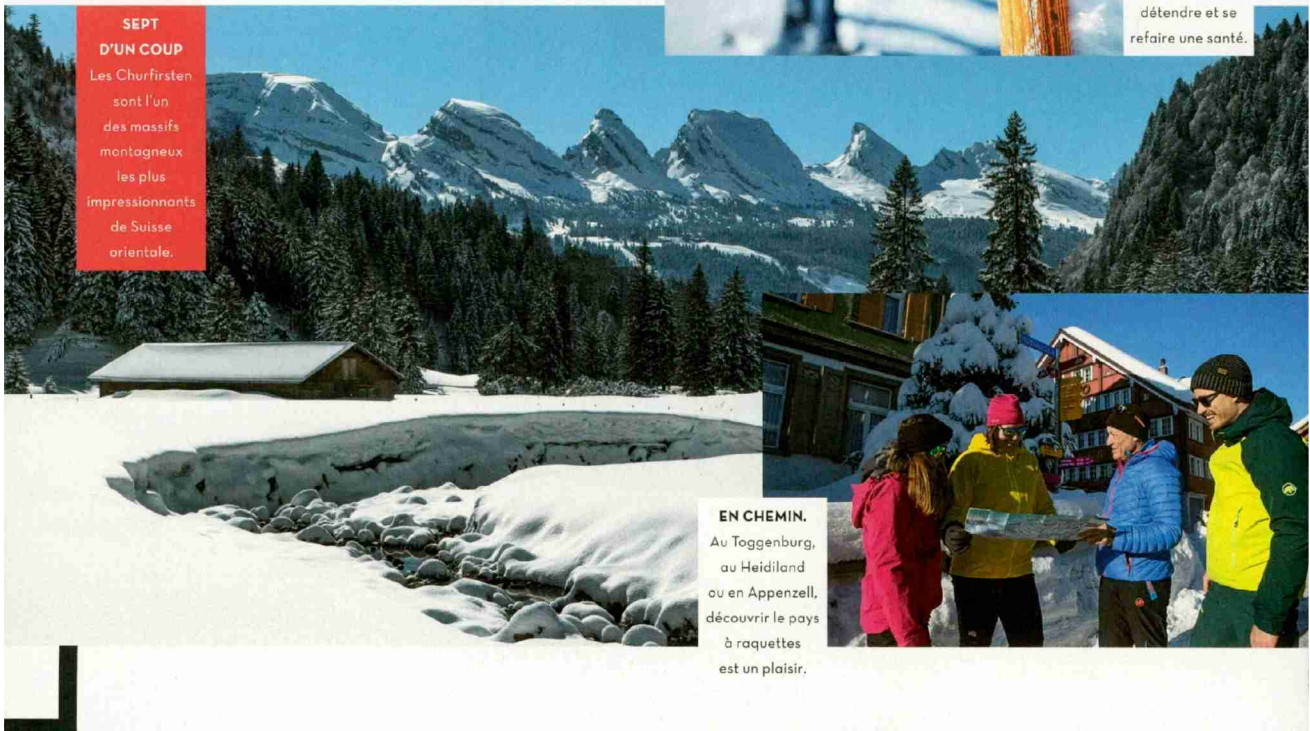


Quatuor gagnant!

Plus belles les unes que les autres, les régions d'**APPENZELL**, du **HEIDILAND**, du **TOGGENBURG** et de **SAINT-GALL-LAC DE CONSTANCE** font l'orgueil de la Suisse orientale. Et l'hiver, elles valent vraiment le détour.



DÉCOUVRIR
le Heidiland à raquettes, respirer à pleins poumons, se détendre et se refaire une santé.



SEPT D'UN COUP
Les Churfürsten sont l'un des massifs montagneux les plus impressionnants de Suisse orientale.

EN CHEMIN.
Au Toggenburg, au Heidiland ou en Appenzell, découvrir le pays à raquettes est un plaisir.



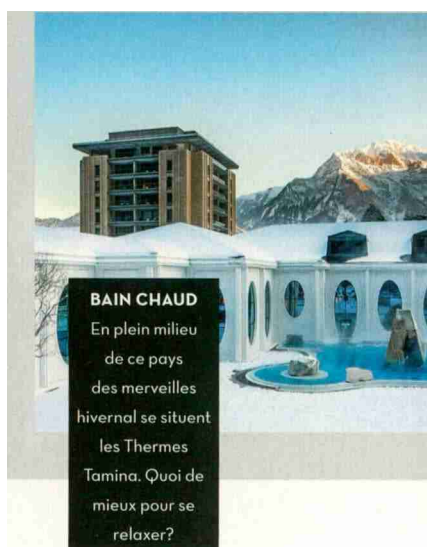
C'EST UNE IMAGE QUI FAIT PARTIE DE NOTRE enfance: Heidi poussant des cris de joie sur la luge avec laquelle elle fonce à travers le paysage enneigé. La patrie de Heidi est restée fascinante en hiver. La région touristique du Heidi-land séduit par le fantastique panorama des Churfürsten et du lac de Walenstadt, les skieurs adorent dévaler les pentes du Flumserberg et du Pizol. Les balades hivernales sont synonymes de détente, notamment au gré d'une promenade dans la Herrschaft grisonne, d'une randonnée jusqu'à une auberge de montagne ou d'une trempette dans les eaux chaudes des Thermes Tamina, à Bad Ragaz.

Dans le demi-canton des Rhodes-Intérieures d'Appenzell, on s'extasie face au paysage vallonné que l'on découvre sur des sentiers de raquettes, des chemins de randonnée balisés ou le domaine skiable familial d'Ebenalp-Horn. La région, propice aux vacances, propose à ses hôtes quelque chose d'unique à partir de trois

nuitées: le voyage aller-retour gratuit en transports publics à partir de n'importe où en Suisse. Y compris le transport des bagages!

Ceux qui ne sauraient renoncer à la culture, à l'art et au lèche-vitrine trouveront leur bonheur à Saint-Gall. La cité historique, dont l'abbaye est inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco, devient cité des étoiles au temps de l'avent et offre une atmosphère toute particulière. En plus, on est quand même à deux pas des stations de sports d'hiver: en transports publics, on atteint le Toggenburg en une heure. De là, c'est un saut de puce jusqu'au Chäserrugg, au Gamserrugg ou à l'Alp Gamplüt. Par ailleurs, ce paradis hivernal qu'est le Toggenburg se distingue par 200 kilomètres de chemins de randonnée et de sentiers de raquettes, par d'innombrables pistes de ski de fond et des panoramas grandioses. En Suisse orientale, vous n'aurez que l'embarras du choix! ©

INFOS www.ostschweiz.ch



Détente pour le corps et l'esprit

Les **Thermes Tamina** à Bad Ragaz ne sont pas seulement une oasis de bien-être, mais aussi un chef-d'œuvre architectural. Le cœur de ce paradis, c'est l'eau thermale à 36,5 degrés de la source Tamina, une eau qui se prête à différents types de bains. Equipée du plus grand sauna à infusion de Suisse, la station thermale est la Mecque des amateurs de sauna.

INFOS www.taminatherme.ch



À PIED
Des points
de vue
grandioses
et la pureté
de la nature font
des randonnées
dans le Heidiland
un vrai bonheur.

Parfum de neige loin des pistes

Le **HEIDILAND** séduit les sportifs avec ses domaines skiables du Flumserberg et du Pizol. Mais hors des pistes aussi, l'offre est vaste.

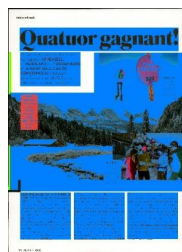
LES DEUX DOMAINES SKIABLES DU FLUMSERBERG ET DU PIZOL PROPOSENT un total de 108 kilomètres de pistes. Et tous deux sont atteignables en une heure de voiture au départ de Zurich ou de Saint-Gall. Mais il vaut aussi la peine de s'y rendre si l'on entend savourer le soleil et la neige sans planches aux pieds.

Les chemins de randonnée hivernale du Flumserberg épatent non seulement par le panorama grandiose sur le Spitzmeilen, les Churfirften et le lac de Walenstadt, mais aussi avec leurs bancs, les terrasses ensoleillées, les chaises longues disposées le long des chemins. Au Pizol également, les promeneurs trouvent leur petit paradis. Notamment sur le chemin de crête panoramique qui

mène au Tagweidlichopf, à 2275 mètres. Il existe désormais un parcours de rando à skis au départ de Pardiel, avec un dénivelé de 600 mètres. Récompense: un point de vue incomparable sur la vallée du Rhin, jusqu'aux rives du lac de Constance.

Ceux qui préfèrent des raquettes aux semelles de leurs chaussures trouveront au Pizol un sentier dédié et balisé et pourront louer le matériel sur place. Les balades guidées à raquettes du Flumserberg sont très fréquentées, de jour comme au clair de lune. Et encore un tuyau: sur les Schönhalden, deux parcours à raquettes conduisent vers des territoires sauvages et isolés. Respirez à fond, départ! ©

INFOS www.heidiland.com/winter



TUYAUX POUR LE HEIDILAND

Que du bonheur jour et nuit



VIVRE ACTIVEMENT LA NATURE

Le Flumserberg a une offre attrayante de pistes de fond pour tous les niveaux. Pour les débutants, l'apprentissage et la location de matériel se font sur place.

On jouit de la nature intacte de la vallée de la Tamina sur les pistes ensoleillées du St. Margrethenberg et autour du petit village de Vättis.

INFOS www.heidiland.com/langlauf



SKIER À PRIX SPÉCIAL

A partir de deux nuits, les clients de la région bénéficient d'avantageux forfaits de ski sur les domaines skiables du Flumserberg et du Pizol: 24 hôtels et 18 résidences de vacances au choix. Ces forfaits sont proposés à partir de 150 francs par personne.

INFOS skipauschalen.heidiland.com



CINQ ÉTOILES, MAIS PAS SEULEMENT

Hôtel cinq étoiles, garni ou B&B: le Heidiland répond à toutes les attentes et à tous les budgets. Le fleuron de la région est le Grand Resort Bad Ragaz avec sa gastronomie inouïe (au total, 76 points au GaultMillau) et ses installations de wellbeing et de medical health.

INFOS www.heidiland.com/hotels

PHOTOS: THOMAS KESSLER/VISUALS, JASMIN WALSER, ERWIN KELLER, DOLORES RUPA, CORINNE KUNZ POUR L'OFFICE DU TOURISME DU LAC DE CONSTANCE

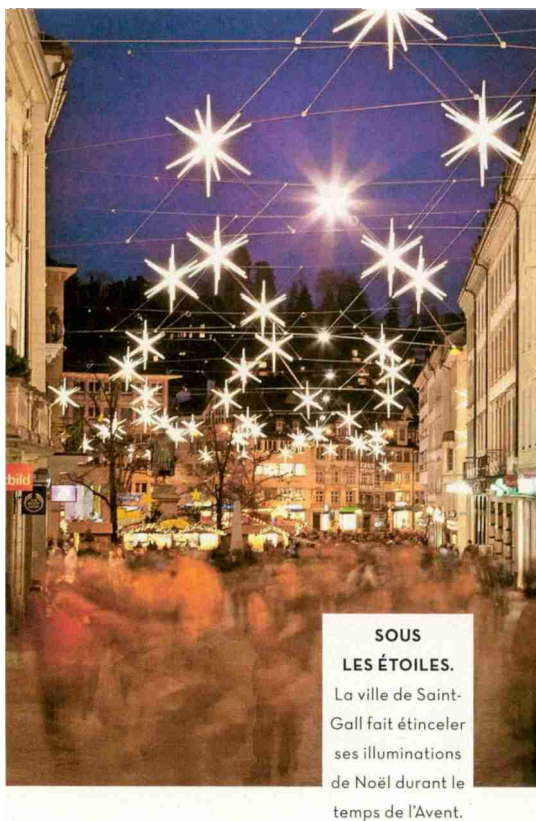


La cité des étoiles helvétique

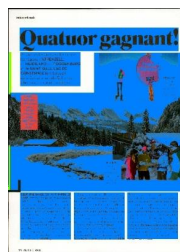
A la saison froide, **SAINT-GALL** se fait douillette. Des centaines d'étoiles illuminent la vieille ville. Une bonne occasion pour laisser une journée les sports d'hiver et flâner dans la cité fondée par le moine Gallus.

Presque 700 étoiles illuminent chaque année, durant la période de l'aveut, les rues de la vieille ville de Saint-Gall et confèrent aux jolies ruelles et placettes un éclairage mystique. Chaque étoile compte 14 branches, qui représentent chacune l'un des quartiers de la ville. La pièce maîtresse est le sapin de Noël sur la Klosterplatz avec ses 1000 petits lumignons.

FLÂNER SOUS L'ALLERSTERN - c'est ainsi que se nomme cet éclairage de l'aveut - et contempler les vitrines joliment décorées, non sans s'arrêter ici ou là pour un vin chaud ou une saucisse à rôtir de Saint-Gall, existe-t-il quelque chose de plus agréable en cette saison? Si, en ce temps qui annonce Noël, vous souhaitez en savoir plus sur la cité de Saint-Gall, sur ses us et coutumes ou sur ses ateliers d'artisanat au cœur de la vieille ville, il vaut la peine de participer à une visite guidée. Vin chaud compris. ©
INFOS www.sternenstadt.ch



SOUS LES ÉTOILES.
La ville de Saint-Gall fait étinceler ses illuminations de Noël durant le temps de l'Aveut.



ACCROCHE-REGARD
L'exposition de l'Avent attire chaque année nombre d'amateurs de bougies.

La plus ancienne manufacture de bougies de Suisse

L'entreprise familiale d'Altstätten (SG) produit des bougies depuis 1703. De novembre à janvier, **Hongler Kerzen** ouvre ses portes à tous ceux qui prennent plaisir à couler des bougies et donnent libre cours à leur créativité. Ceux qui ont des ambitions en la matière peuvent participer à un atelier.

INFOS www.hongler-kerzen.ch

TUYAUX POUR SAINT-GALL - LAC DE CONSTANCE

Ski de fond, promenades et culture



SPORTS D'HIVER

Des domaines skiables comme Amden, Degersheim et Malbun sont atteignables en peu de temps depuis Saint-Gall. Il y a par ailleurs dans les parages de la ville quelques ski-lifts pour enfants. Les skieurs de fond jetteront leur dévolu sur une des cinq pistes en pleine ville.

INFOS www.st.gallen-bodensee.ch



CHEMIN PANORAMIQUE SAINT-GALLOIS

La neige qui crisse sous les semelles, l'air pur et frais: en hiver, Saint-Gall se mue en pays des merveilles. Même à la saison froide, la région se découvre aisément à pied. Explorez un paysage hivernal fabuleux et les beautés extraordinaires de la nature.

INFOS www.st.gallen-bodensee.ch



GALERIE LÜCHINGER

Au cœur de la vieille ville, à deux pas de la cathédrale et de l'historique bibliothèque, la Galerie Lüchinger est née de la passion d'un collectionneur de décorations de Noël. Laissez-vous séduire par la magie de Noël version saint-galloise.

INFOS www.galerie-luechinger.ch



TUYAUX POUR LE TOGGENBURG

Sur les planches ou les raquettes



SPORTS DE NEIGE

Serties dans l'écrin des Churfiristen immaculées, les pistes proposent un panorama fantastique. Un vrai paradis des sports de neige. A Wildhaus, les débutants se bousculent sur les pistes d'apprentissage. Au Chäserugg, les plus doués trouvent les longues pistes qu'ils ambitionnent de dévaler.

INFOS www.toggenburg.swiss/skifahren



BALADE À RAQUETTES

Loin des foules, les itinéraires dévolus aux raquettes sont salutaires. On les atteint aisément en remontées mécaniques. A part le crissement de la neige sous les pieds, c'est le silence. Pour se réchauffer, quoi de mieux qu'une cabane de montagne où l'on vous servira un café généreusement enrichi de crème fraîche?

INFOS www.toggenburg.swiss/schneeschuhe

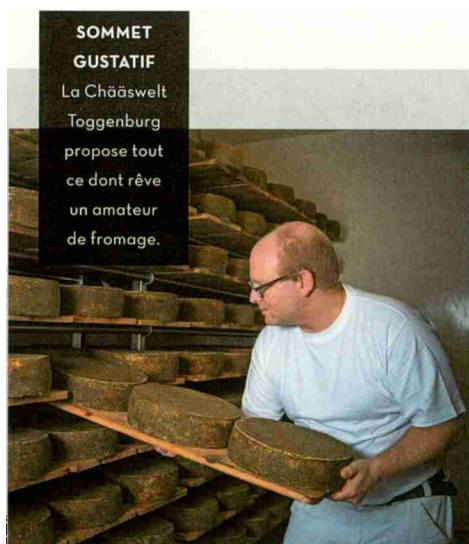


RANDONNÉES HIVERNALES

A 2262 mètres, le chemin de randonnée du Chäserugg enchante par sa vue circulaire sur 500 sommets et le lac de Walenstadt, tout en bas.

Le restaurant sommital dessiné par Herzog & de Meuron garantit une belle conclusion culinaire.

INFOS www.toggenburg.swiss/winterwandern



Se servir et déguster

Les fromageries de la région produisent plus de 200 variétés.

A la **ChäasWelt Toggenburg**, déguster est non seulement permis mais obligatoire. De préférence avec une «Schlorzifladen» de poires et de crème et une bière de la région. Bienvenue!

INFOS www.chaeswelt.ch

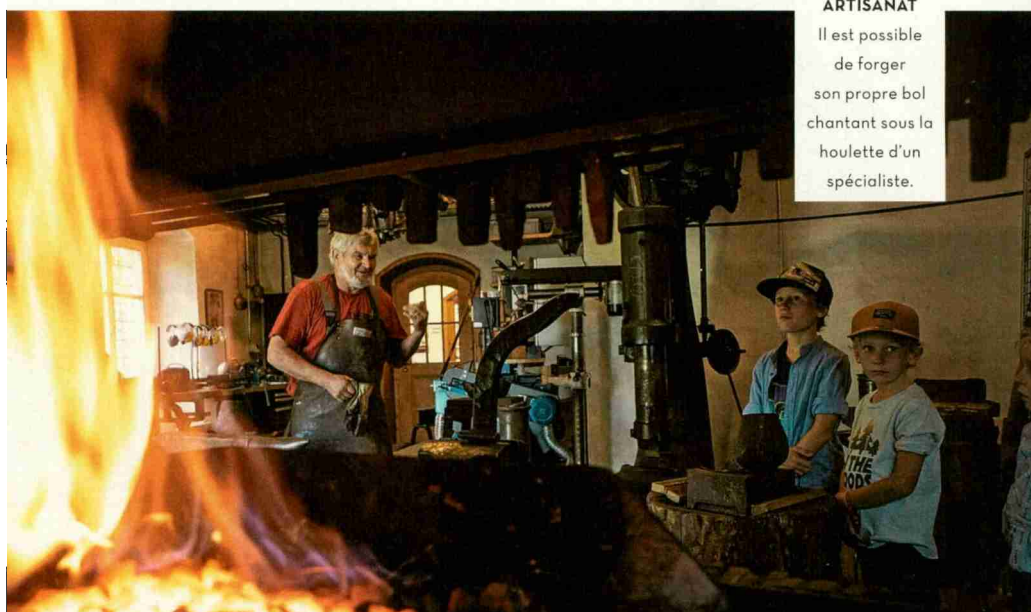


Les sons de l'hiver

Le musée **KLANGSCHMIEDE**, à Alt Sankt Johann, permet aux petits et grands de s'immerger dans l'univers des sons et familiarise les curieux avec les traditions du Toggenburg.

Le Toggenburg s'étend dans la haute vallée qui sépare les Churfürsten du Säntis. Un univers intact qui s'adapte certes à son temps mais demeure authentique. Les coutumes y sont évidemment préservées. Au centre culturel Klangschmiede, à Alt Sankt Johann, les visiteurs fabriquent leurs propres bols chantants sous la houlette de spécialistes. A la faveur d'un cours sur les sons, on s'entraîne à véritablement

entendre sa propre voix ou on apprend les rudiments du yodel. Dans les espaces de l'antique bâtisse, on affine le sens de l'ouïe en se laissant bercer par le son des cordes ou en s'amusant dans l'escape room sonore. S'immerger quelques heures loin des bousculades dans un univers acoustique magique, c'est une expérience unique. ©
INFOS www.klangwelt.swiss



ARTISANAT

Il est possible de forger son propre bol chantant sous la houlette d'un spécialiste.



Appenzell

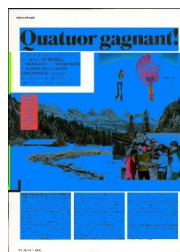
Tout sur une carte

IDYLLIQUE
Savourer
le Pays
d'Appenzell
en hiver sans
trop se ruiner.

APPENZELL a de bonnes chances d'obtenir la mention de «région de vacances la plus généreuse de Suisse». Le canton propose à ses hôtes deux douzaines d'offres spéciales, et même le voyage aller-retour gratuit en transports publics.

PASSER SES VACANCES EN APPENZELL, c'est faire jaillir un atout de sa manche, sous la forme de la carte vacances appenzelloise: les 23 offres que propose la région comprennent par exemple le prêt gratuit de raquettes et de patins à glace ou des cours de ski en groupe pour les enfants jusqu'à 12 ans sur les pentes du domaine skiable Ebenalp-Horn ou au Kronberg, le paradis des petits. La carte vacances est gratuite à partir de trois nuitées chez un seul et même hôtelier d'Appenzell et de sa région.

Mieux encore: la région offre en plus à ses hôtes le voyage aller-retour en transports publics depuis leur domicile n'importe où en Suisse, y compris le transport des bagages. Cette offre est valable pour tout séjour de trois nuits ou plus dans tous les hôtels d'Appenzell et de la région. Qu'attendez-vous? Avec ce genre de (jeu de) cartes, on ne perd jamais! © INFOS www.appenzell.ch/grüninsgrüne



FORFAIT VOYAGE COMPRIS

En réservant le forfait nuitées hôtelières, on bénéficie du voyage aller-retour gratuit, de deux menus de trois plats à l'hôtel choisi, de l'Appenzeller Ferienkarte et d'un programme hivernal sans cesse renouvelé. L'offre peut être réservée dans trois catégories de prix pour trois nuits: Classic, Superior et Deluxe.



FORFAIT HIVERNAL HÄXEWÄLDLI

De Brülisau, le trajet passe par le Brüelitobel et le Häxewäldli jusqu'à l'auberge de montagne Plattebödli, puis à l'Alp Soll et à l'auberge Ruhsitz. Dans les deux établissements, on déguste la fondue et on jouit d'un bon lit chaud avant de reprendre en luge le chemin de la vallée.

INFOS www.appenzell.ch



PROGRAMME HEBDOMADAIRE D'HIVER

Le programme hebdomadaire hivernal gratuit propose presque chaque jour une activité différente pour laquelle, à de rares exceptions près, il n'y a nul besoin de dégainer le portemonnaie. Ce programme de vacances d'hiver offert est valable jusqu'au 31 mars 2021.

Repos total, plaisir actif

Se remplir les poumons et savourer. C'est ce que l'on fait sur **12 parcours raquettes balisés**, sept chemins de randonnée préparés et signalés et neuf autres sans signalétique particulière qui, cependant, se parcourent sans risque. Les mordus de ski, petits et grands, s'éclateront sur le domaine d'Ebenalp et au ski-lift de l'Alpsteinblick.

