



COOP  
RE

ILLES  
SEEC

RE

La magie du  
mystère

Le chemin  
du bonheur

T  
S

L'esprit du Val  
Sinestra



# DOUX SECRETS

Les questions fondamentales de la vie,  
format pur sucre

par Matthias Mächler



«Un secret, c'est toujours terrible: ne pas le connaître est aussi difficile que de ne pas pouvoir le révéler.»  
Robert Maly

«Révèle ton secret au vent, mais ne lui reproche pas de le répéter aux arbres.»  
Khalil Gibran

«C'est souvent dans l'obscurité que la lumière est faite.»  
Kurt Haberstich



«LE SECRET DE LA RÉUSSITE EST DE COMPRENDRE LE POINT DE VUE DES AUTRES.»  
HENRY FORD



«La chose la plus commune, dès qu'on nous la cache, devient un délice.»  
Oscar Wilde



«Une femme sans secrets  
est comme une fleur  
sans parfum.»

Maurice Chevalier



«Un homme est plus  
fidèle au secret  
d'autrui qu'au sien  
propre: une femme,  
au contraire, garde  
mieux son secret que  
celui d'autrui.»

Jean de La Bruyère



«Aucun homme ne  
devrait avoir de se-  
cret pour sa femme.  
Elle finit toujours  
par le découvrir.»

Oscar Wilde



«Chacun de nous est une  
lune, avec une face cachée  
que personne ne voit.»

Mark Twain

«Ton secret est  
ton esclave, mais  
si tu le laisses  
échapper, il devien-  
dra ton maître.»

Proverbe chinois

«Je n'ai pas de secrets,  
tout au plus un bonus  
dévoilés.»

Inconnu



«Attention! Essayer de balayer  
quelque chose sous le tapis  
est le meilleur moyen de  
soulever de la poussière.»

Ernst Ferstl

# ÉDITORIAL

## Chères lectrices, chers lecteurs,

Ce que je vais vous dire doit rester entre nous. C'est promis? Vous êtes capable de garder un secret, n'est-ce pas?

Permettez-moi maintenant d'énoncer le postulat suivant: l'annonce d'un secret a éveillé votre curiosité, puis l'envie d'en parler. En déclarant que quelque chose doit rester «entre nous», je vous incite carrément à tout révéler. Ainsi fonctionne l'être humain. Face à un secret, nous adoptons un comportement étrangement contradictoire.

En effet, n'est-il pas paradoxal d'étaler notre vie privée sur les réseaux sociaux comme Facebook ou Instagram tout en exigeant une meilleure protection des données? Nous n'avons pas honte de révéler nos petits secrets personnels, mais nous sommes terrifiés à l'idée que d'autres (plus importants?) ne soient divulgués.

Dans ce numéro, nous analysons cette question en profondeur: le champion du monde de la magie Pat Perry révèle les coulisses des secrets (page 4), l'aumônière de prison Ursula Wyss montre comment les garder pour soi (page 16), et l'ex-agent secret Leo Martin comment les décrypter (page 34).

«Les secrets pimentent notre vie», déclare notre chroniqueuse Claudia Schuhmacher. «Comme lubrifiant social, ils surpassent même l'alcool.» Vous découvrirez cette approche passionnante en page 32. Laquelle de ces contributions est la plus pertinente à mes yeux? Cela restera mon secret. Mais si vous aimez notre magazine, n'hésitez pas à le faire savoir!

Daniel Siegrist  
CEO, Coop Protection Juridique SA



### Impressum

Éditeur: Coop Protection Juridique SA. Responsables du projet: Petra Huser, Sibylle Lanz, Ioannis Martinis, Coop Protection Juridique SA.  
Rédaction: Matthias Mächler, [www.diemagaziner.ch](http://www.diemagaziner.ch). Maquette/réalisation: Baldinger & Baldinger AG, Aarau.  
Production: Christoph Zurfluh, [www.diemagaziner.ch](http://www.diemagaziner.ch). Impression et expédition: Die Medienmacher AG, Muttenz.  
Tirage: D 7500 / F 2500 exemplaires. Parution: une fois par an. Commandes: Coop Protection Juridique SA, Entfelderstrasse 2,  
Case postale 2502, CH-5001 Aarau, [petra.huser@cooprecht.ch](mailto:petra.huser@cooprecht.ch). Les informations sur les prestations de service et les produits publiés  
dans ce magazine ne constituent pas des offres au sens juridique du terme.

# SOMMAIRE



## **Nager dans le bonheur**

**Page 4**

Aucun trucage: le champion du monde de la magie Pat Perry révèle les coulisses d'un secret. Magique!

## **Double vie**

**Page 10**

Günter K. était maître dans l'art de la dissimulation. Mais pourquoi a-t-il documenté sa liaison?



## **Tenue au silence**

**Page 16**

L'aumônière de prison Ursula Wyss détient de sombres secrets.

## **Le silence est d'or**

**Page 20**

Une fois que le mal est fait, mieux vaut garder le silence, conseille l'expert en droit des transports.

## **De tout & de rien**

**Page 26**

Ce qui occupe nos clients. Et nous aussi, par la même occasion.



## **L'hôtel hanté**

**Page 28**

Des phénomènes étranges se produisent dans le Val Sinestra. Depuis un siècle, un esprit déambulerait dans l'hôtel de montagne.

## **De la magie humaine**

**Page 32**

Les personnes qui gardent un secret ont un certain charme, contrairement aux commères, affirme notre chroniqueuse Claudia Schuhmacher.

## **Service secret**

**Page 34**

Les secrets sont comme un fil conducteur dans la vie de Leo Martin. L'ex-agent secret sait aussi comment les décrypter.

## **Le secret du bonheur**

**Page 38**

Le bonheur a besoin de bienveillance et d'attention, déclare le philosophe Peter Steiner. La vie pourrait alors devenir un véritable bonheur.



## **Quelques tuyaux – chut!**

**Page 42**

Nous vous révélons ici nos endroits préférés et nos meilleurs conseils pour le quotidien, ainsi que nos meilleures expériences. Mais cela doit rester entre nous!

## **Entre nous...**

**Page 46**

Nous n'en faisons pas tout un secret: voici ce qui nous a touchés en 2019.

## **Dix questions à Antoinette Anderegg**

**Page 48**

Elle connaît tous les secrets du langage corporel.

# «NAGER DANS LE BONHEUR»

**Pat Perry, champion du monde  
de magie et mentaliste suisse,  
révèle les coulisses des secrets  
à l'aide d'un tour de magie.**

Texte: Matthias Mächler

Photos: Gian Marco Castelberg



Magicien, mentaliste et communicateur:  
Pat Perry dans son propre théâtre à Zurich

**R**etiens bien cette sensation», me dit Pat Perry après avoir fait disparaître une pièce de monnaie, un tour de magie qui me laisse bouche bée. «C'est précisément de cet émerveillement dont il est question: en te révélant le secret, l'émerveillement laissera place à la déception et tu me diras: quoi, c'est aussi simple? Mais en apprenant à faire ce tour, en le maîtrisant de mieux en mieux et en le présentant pour la première fois devant un public ébahi, tu en apprécieras enfin la valeur. Tu comprendras alors toute l'ampleur du secret et tu découvriras le plaisir qu'ont les magiciens d'émerveiller le monde.» Pat

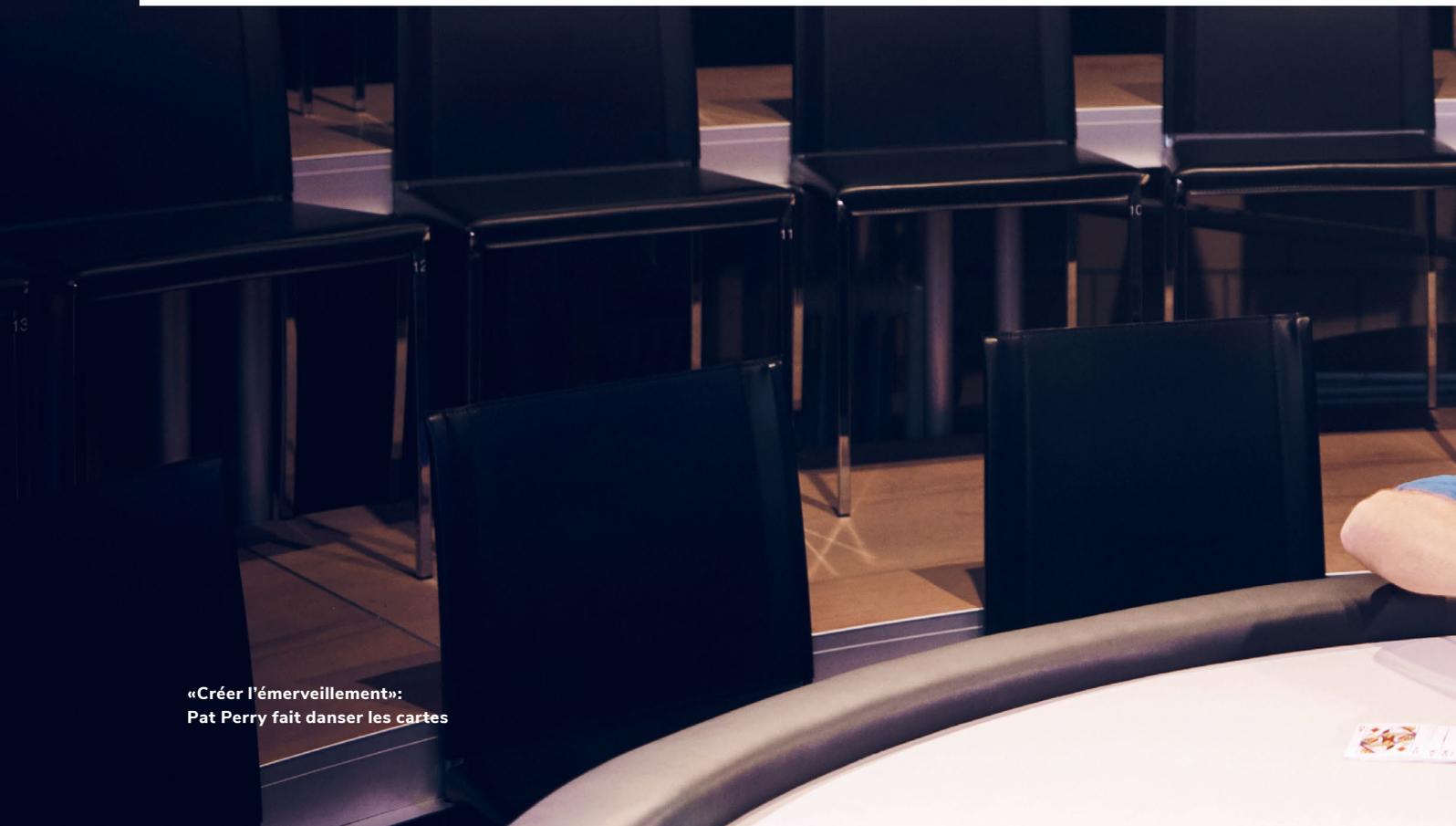
Perry parle rapidement, avec passion et une telle cordialité qu'il instaure rapidement un climat de confiance. On se fie à lui d'emblée, on s'ouvre à lui et on oublie qui il est réellement: un mentaliste qui a depuis longtemps cerné son interlocuteur afin de prendre furtivement les rênes, de contrôler les événements et d'envoyer tout un arsenal d'effets.

#### **Tout est dans la mise en scène**

«La magie, c'est 50 % de communication», dit-il. «Le tour est important, bien sûr, mais tout est dans la mise en scène. Et par mise en scène, j'entends: technique, dramaturgie, sens du timing et

empathie. Il faut percevoir la nature même de son interlocuteur pour que l'effet soit optimal.»

Le tour de Pat Perry consiste à faire disparaître une pièce en la frottant contre son «coude magique». Il explique que le frottement libère des molécules et que la pièce s'évapore. La première fois, ça ne fonctionne pas. Ni la deuxième. Peut-être aurait-il dû prendre une pièce plus légère, dit-il en riant et souffle à l'endroit où il frotte la pièce en argent pour ajouter plus d'oxygène. La pièce a effectivement disparu, ses deux mains sont vides. «Et en frottant l'autre coude», dit Pat Perry en



s'exécutant, «la pièce réapparaît.» Et hop, la pièce se trouve dans sa main, vide un instant plus tôt.

### **La promesse d'un miracle**

«Le tour fonctionne parce que je te mène en bateau», explique-t-il. «Je commence par capter ton attention en te promettant un miracle. Après deux échecs consécutifs, tu es déçu, tu ressens peut-être une certaine gêne ou même de la pitié. Tes émotions s'envolent, tu décroches, tu me regardes dans les yeux pour essayer de lire mes sentiments. Et c'est précisément là que tout se passe, que le secret entre en jeu. Le tour est comme une délivrance

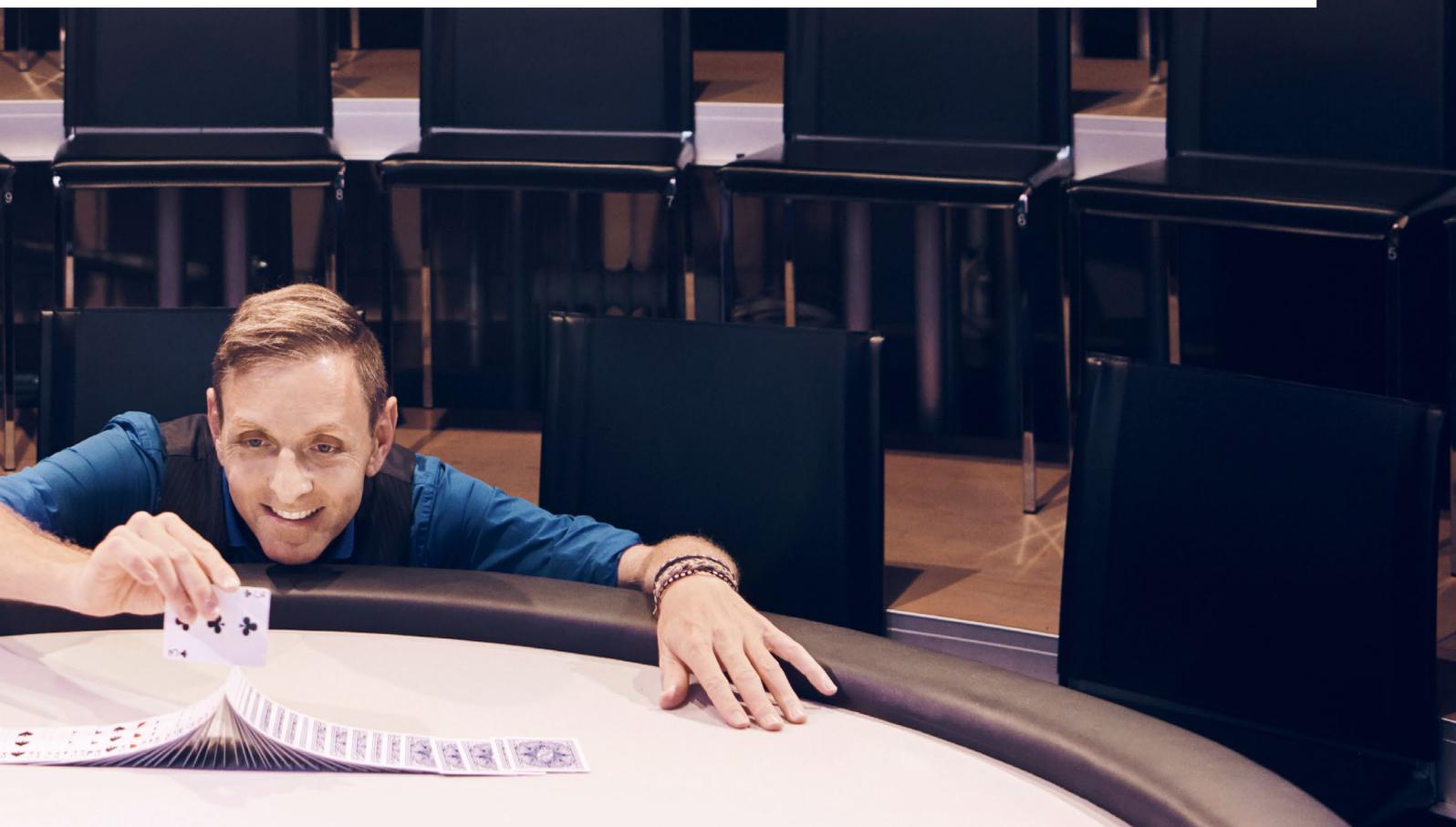
pour toi, c'est comme nager dans le bonheur. Et en même temps, tu es un peu embêté de ne pas comprendre le truc, alors que ça s'est passé sous ton nez. Et hop, j'en rajoute une couche en faisant réapparaître la pièce.» C'est la mise en scène qui confère tout son éclat à la magie.

Pat me révèle le secret, me tend la pièce et je la frotte sur mon avant-bras. C'est en constatant à quel point mes gestes sont maladroits que je réalise enfin toute l'aisance et l'élégance de ceux de Pat Perry. Il faut dire qu'il pratique sa passion depuis 40 ans, depuis que sa tante lui a offert un coffret de

magie pour Noël alors qu'il avait 12 ans, trouvant enfin un moyen de canaliser son énergie débordante. Les pièces commencent à rouler de plus en plus vite entre ses doigts, les cartes lui obéissent

***C'est la mise en scène  
qui confère tout son  
éclat à la magie.***

de mieux en mieux et ses tours deviennent de plus en plus complexes. Il découvre l'école de



magie de Zurich dont il suit tous les cours. Parallèlement à son apprentissage de dessinateur en bâtiment, il fréquente l'école de mime d'Illg, puis la Mystery School à New York. Il commence à se produire régulièrement, se classe premier au championnat suisse et devient même champion du

**«Mes gestes doivent rester naturels pour garder le secret.»**

monde en 2003. Pat Perry vit de la magie depuis près de 30 ans. À 52 ans, beaucoup le considèrent comme le plus grand nom de la scène magique suisse.

#### **Rien dans la manche**

J'ai donc une bonne excuse si les gestes les plus simples semblent maladroits: rien à faire, la pièce ne tombe pas assez naturellement de ma main. Mais je n'abandonne pas, je m'entraîne et je demande à Pat Perry quel est le plus grand cliché en termes de magie. «Cacher des objets dans ses manches, c'est pourquoi les miennes sont retroussées depuis des décennies», répond-il. «Et que tout est une question de rapidité d'exécution. En fait, tout réside dans le naturel. Pour être crédible, je ne dois laisser planer aucun doute. Mes gestes doivent rester naturels pour garder le secret et ne laisser aucune place aux hypothèses. Car dès que tu penses avoir trouvé

le truc, le tour perd de sa magie. Même si tu fais fausse route.»

#### **Prêt pour la scène**

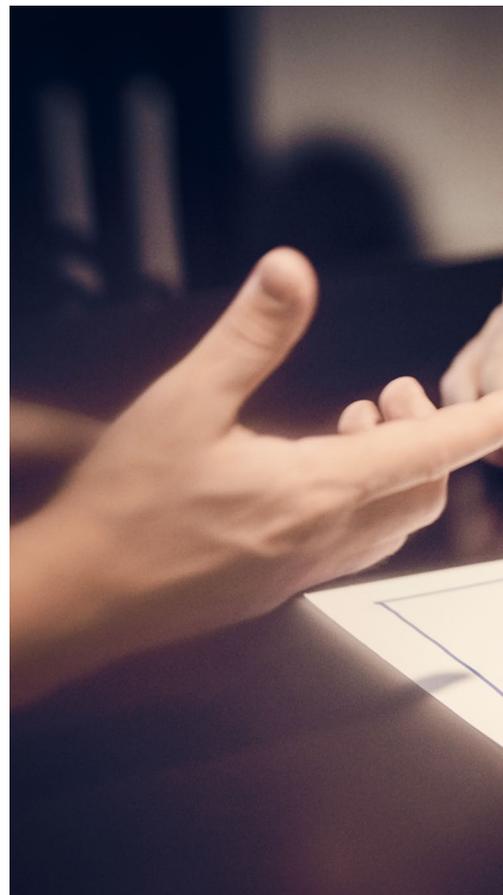
Pat Perry travaille d'arrache-pied pour peaufiner son secret et fait preuve de beaucoup de psychologie: il lui faut parfois un an avant de parfaitement maîtriser un tour. Puis il le présente à sa femme. Si même cette dernière – qui connaît son mari par cœur – ne voit pas l'astuce, c'est que le tour est prêt pour la scène. Pat Perry transforme alors des bulles de savon en boules de cristal et des billets de 20 en coupures de 200, ou détruit les téléphones portables de ses invités – au point de les faire pousser un cri – avant de les faire réapparaître (entiers, bien entendu).

Ses tours sont de plus en plus empreints de mentalisme. Pat Perry devine des numéros de téléphone choisis au hasard par des spectateurs dans un annuaire téléphonique, ou les noms de leurs proches. Oui, il semble vraiment être capable de lire dans leurs pensées.

«Les voyants et les diseurs de bonne aventure n'existent pas, je n'en suis pas un non plus», dit-il. Ces tours sont basés sur la connaissance de la nature humaine: Pat Perry est simplement capable de bien déterminer les réactions de chacun. «Et j'ai un plan B en cas de besoin». En revanche, ses compétences ne serviraient à rien s'il s'agissait d'aider la police comme dans la série «Mentalist»: «Les criminels ne fonctionnent pas comme les gens ordinaires.» Au poker – sa



L'auteur Matthias Mächler en apprenti sorcier. Et tout à coup, la pièce a disparu...



Technique, dramaturgie, sens du timing et empathie: c'est ainsi que fonctionne la magie



passion – cette connaissance l'aide à analyser les schémas comportementaux et les réactions des autres et à s'y adapter.

### **Quel est le secret?**

Entre-temps, l'apprenti sorcier que je suis en est arrivé au point où il faut souffler sur les mains avant de les ouvrir pour montrer qu'elles sont vides. Même sans spectateurs, c'est un moment exaltant. Pat Perry est satisfait: «Bien joué! Maintenant, tu n'as plus qu'à t'entraîner jusqu'à ce que même moi je ne voie plus où finit la pièce.» Je lui demande ce qu'il regarde chez les autres magiciens. Comment décèle-t-on le secret d'un tour de magie? Pat Perry rit: «Je suis probablement très bon public car je ne veux pas comprendre le truc. Je veux me laisser ensorceler, laisser s'exprimer l'enfant qui est en moi et lâcher prise, me laisser captiver et m'émerveiller. Car il n'y a pas de sentiment plus agréable.»



**«Dès que tu penses avoir trouvé le truc, le tour perd de sa magie.»**



## **Le magicien et son théâtre**

Né en 1967, Pat Perry compte parmi les magiciens suisses les plus illustres. Il remporte les championnats suisses de magie en 1993 et 1996 dans la catégorie close-up et devient champion du monde de magie de scène en 2003. Depuis 2015, il dirige le «Close», son propre théâtre de magie dans la région zurichoise. Il présente actuellement des numéros uniques au monde dans l'émission «Fifty-Fifty: die Magie der Entscheidung».

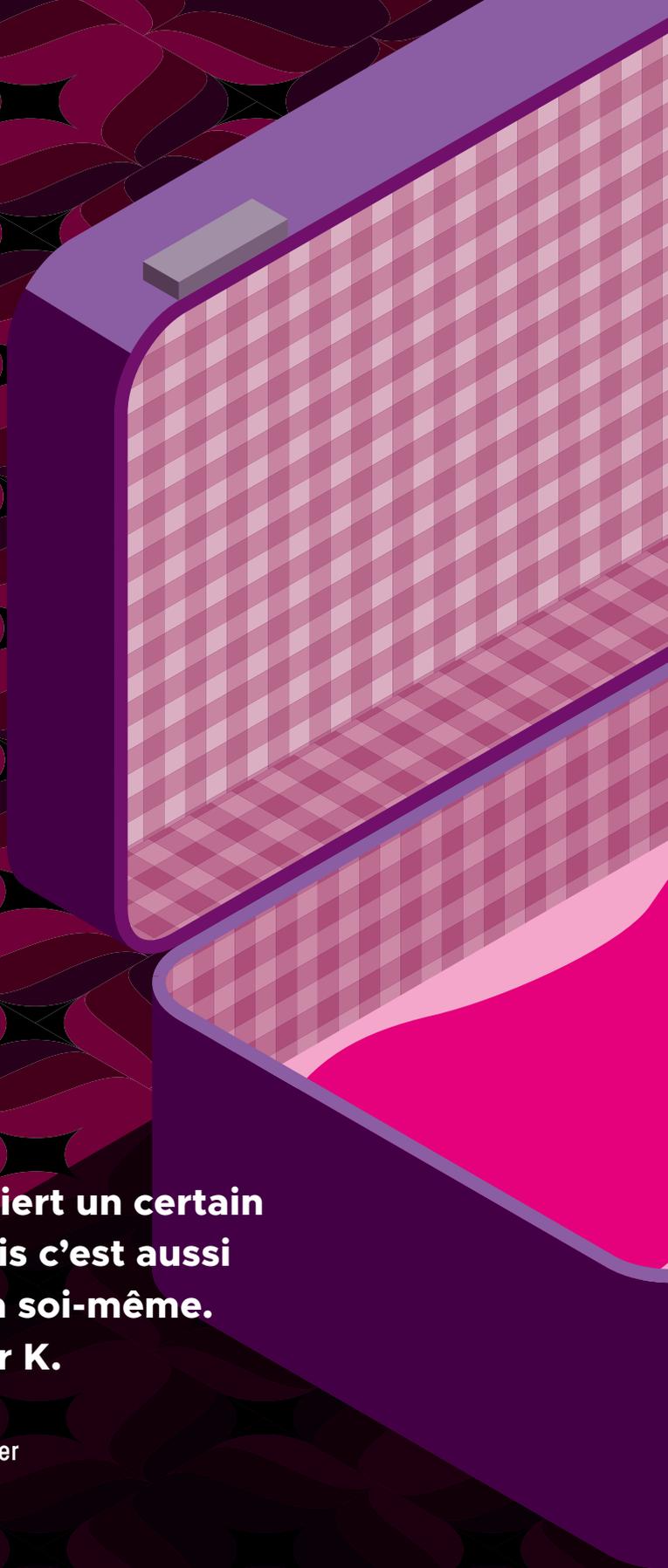
**Infos: [closetheater.ch](http://closetheater.ch)  
[patperry.ch](http://patperry.ch)**

# DOUBLE VIE

10

**Mener une double vie requiert un certain talent d'organisation. Mais c'est aussi une façon de se mentir à soi-même.  
Le cas de Günter K.**

Texte: Michèle Binswanger





**A**u final, toute la double vie de Günter K. aura tenu dans une valise. La liaison avec Margret S., sa secrétaire alors âgée de 24 ans, avait débuté en mai 1969. Le couple se voyait d'abord au bureau, puis lors de voyages d'affaires dans l'Opel Capitaine de Günter K., de week-ends dans des hôtels spa ou au casino de Wiesbaden. Günter K., 39 ans, achetait à sa maîtresse des vêtements qu'elle portait pour lui, se maquillant et se faisant belle. Mais après environ un an, le bonheur s'effrita: enceinte, Margret S. dut pratiquer un avortement illégal. En décembre 1970, elle lui écrivit: «Après Noël, tu n'auras plus à jouer sur deux tableaux.»

C'est ainsi qu'elle mit fin à leur double vie respective dont nous connaissons de nombreux détails. En effet, Günter K. a documenté sa vie secrète avec des centaines de photos: Margret S. à l'hôtel, en voyage, se vêtant ou se dévêtant.

## ***Une liaison commence souvent par de petits secrets.***

La valise contenait également des boucles de Margret S., à la fois de cheveux et de poils pubiens, des notes d'hôtels et de restaurants, des billets de train et de théâtre ainsi que des extraits de

carnets dans lesquels il indiquait la fréquence et la qualité de leurs rapports sexuels. La valise fut retrouvée trois décennies plus tard.

### **Une offre voyeuriste**

Aujourd'hui, la liaison de Günter K. est exposée dans des galeries d'art. Non pas qu'une liaison ait un attrait artistique particulier, mais l'obsession et la densité conceptuelle avec laquelle Günter K. a documenté sa liaison sont extraordinaires. Au-delà des repères externes, l'ensemble donne un aperçu intime de la double vie qui vit de sa furtivité et de son organisation. La valise de Günter K. devient ainsi une offre voyeuriste à laquelle le spectateur ne peut résister.

La valise est également emblématique de la manière dont les infidèles et autres personnes menant une double vie gèrent cette situation particulière. Celui qui a des secrets, petits ou grands, dont les autres ne doivent rien savoir, agit généralement comme suit: il enfouit ses secrets dans un coin de son esprit, là où personne ne peut les voir. Et lorsqu'il se retrouve seul, il les déterre, savoure leur magie, avant de les remettre sous clé. Parfois, c'est l'inverse: quand les secrets ne sont pas aussi inoffensifs qu'on le pense, ils rattrapent leur porteur et l'obligent à regarder au plus profond de lui-même.

Comme pour Günter K., une relation intime est le cadre le plus fréquent pour une double vie

secrète qui doit être dissimulée. Une telle double vie ne commence que rarement avec l'intention de tromper sans scrupule son ou sa partenaire. Une liaison commence souvent par de petits secrets, des cachotteries mineures, des choses que l'on s'abstient de dire à son ou sa partenaire. Par exemple, les relations entretenues avec ses collègues de travail, la fréquence avec laquelle on se retrouve pour boire une bière après le travail, à quel point on a des papillons dans le ventre quand on le/la voit. Tout cela semble anodin tant que le désir reste inassouvi. En fait, l'acte suit presque toujours le mensonge, c'est le premier pas entamer une double vie.

### **Une double vie, c'est du travail**

Les liaisons commencent par de petits mensonges. Mais plus elles durent, plus il devient compliqué de tout gérer. Une double vie, c'est du travail, de l'organisation, de la vigilance, du culot, de l'aplomb. Il faut posséder un esprit analytique et froid pour soutenir un tissu de mensonges sans cesse grandissant et des nerfs d'acier quand tout menace d'être découvert, car la vérité finit toujours par se savoir. Une fois qu'un mensonge est proféré, il acquière très vite une vie autonome. Et comme tout créateur qui insuffle la vie à une créature, le menteur a fort à faire pour ne pas en perdre le contrôle.

On pourrait penser que mener une double vie est un lourd fardeau pour le menteur. En effet, presque

tous les infidèles ont mauvaise conscience car ils savent qu'ils agissent mal. Reste qu'ils sont surtout très doués pour se mentir à eux-mêmes. Ils se disent qu'ils ne mentent pas, parce qu'ils ne le font pas directement, c'est juste qu'ils ne partagent pas la vérité avec les autres. Parce que ce qu'ils font ne regarde personne. Et que cette vérité n'existe pas vraiment tant que le partenaire ne se rend compte de rien et que les pistes sont suffisamment brouillées.

### Comme une toxicomanie

Le mensonge et le secret de l'infidélité peuvent avoir un côté excitant. À l'instar d'un toxicomane qui apprécie presque autant la préparation de sa dose que la consommation proprement dite, la double vie, les mensonges et les stratégies peuvent devenir une source de jouissance. Amener les autres à croire à une vérité est une forme d'exercice du pouvoir, qui, en tant que tel, a son propre attrait. Même si, la plupart du temps, on reste seul avec cette expérience.

Bien entendu, personne n'aime se voir comme un menteur ou un tricheur, sauf peut-être un escroc. Pour ce dernier, la double vie est un métier. Il profite délibérément



La double vie de Günter K. documentée avec des centaines de photos

de la confiance des autres pour s'enrichir. Les escrocs jouent avec le besoin fondamental qu'a l'homme de croire, comme l'écrit la psychologue Maria Konnikova dans son best-seller «Täuschend echt und glatt gelogen – die Kunst des Betrugs». «Nous avons un besoin humain universel et irrésistible de croire en quelque chose qui donne un sens à la vie, qui renforce l'image que nous avons de nous-mêmes et du monde ainsi que de la place que nous y occupons.» C'est là que l'escroc intervient. Il ment de manière tellement convaincante que sa victime ne pense même pas à une escroquerie, et il le fait délibérément. Il apparaît quand on a le plus besoin de lui, se montre empathique, gagne notre confiance. Plus tard, il exploite cette confiance sans scrupule. Contrairement à un voleur ordinaire, c'est volontairement que les victimes confient leur argent à un escroc. Jusqu'à



Margret S. en train de se vêtir, de se dévêtir, à l'hôtel: Günter K. a documenté sa double vie dans les moindres détails

ce qu'elles se rendent compte que tout ce que cette personne leur a dit a été inventé de toutes pièces. Entre-temps il a disparu, avec leur argent.

### **Mieux vaut ne pas avouer?**

Si la honte est absente chez l'escroc, elle rattrape tôt ou tard l'infidèle ordinaire. Car il sait que les mensonges blessent. Faire miroiter à quelqu'un une réalité et vivre ailleurs une autre réalité détruit complètement la confiance de la personne trahie. Malheureusement, cela affecte non seulement la confiance envers le menteur, mais aussi envers le monde et les gens en général. C'est pourquoi la question se pose de savoir s'il vaut mieux confesser de petits secrets ou les garder pour soi. Même si cela signifie les enfouir dans une valise et les ranger quelque part. Jusqu'à ce que quelqu'un finisse par la trouver.



## «Les escrocs sont passés maîtres dans l'art du camouflage»

**Il est souvent difficile de résister aux escrocs.**

**Maria Konnikova, psychologue et auteure de best-sellers, sait pourquoi.**

**Vous avez écrit un livre sur les escrocs: pourquoi les gens se font-ils avoir?**

Nul besoin d'être particulièrement naïf, avide ou stupide pour se faire avoir. Être victime d'un escroc, c'est moins une question de personnalité que d'attitude. Ceux qui sont seuls ou vulnérables répondent généralement avec gratitude à un étranger qui leur propose une solution simple, même si elle semble être trop belle pour être vraie.

**Comment reconnaît-on les personnes qui racontent des histoires?**

C'est difficile à dire: le talent d'un menteur ou d'un escroc habile réside principalement dans le fait que l'on ne voit pas ses qualités diaboliques. Il agit souvent de manière normale, il est passé maître dans l'art du camouflage. Mais ce qui caractérise systématiquement les escrocs, c'est qu'ils sont très attentifs et doués pour lire les autres.

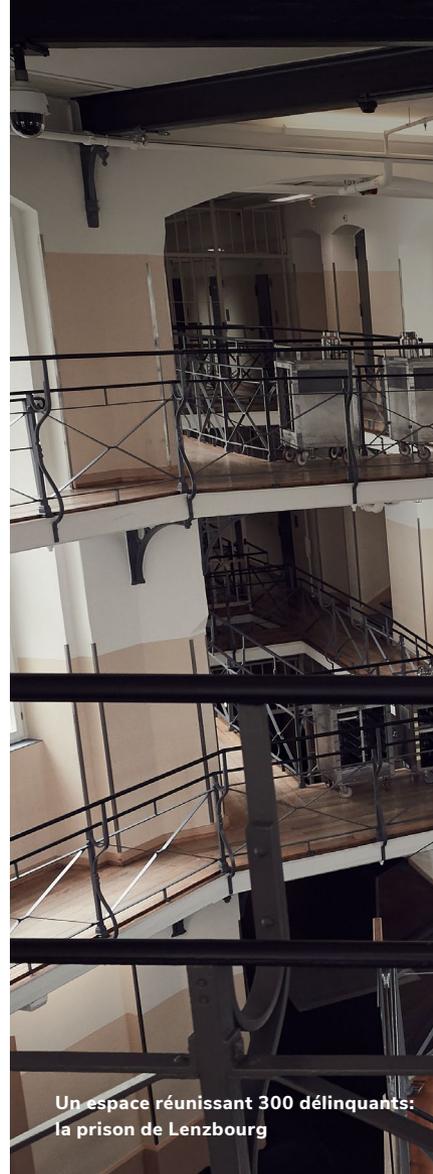
**Comment s'en prémunir?**

C'est difficile car le fait d'être convaincu de ne jamais pouvoir être victime d'un escroc vous rend vulnérable. Les menteurs et les escrocs professionnels profitent de la confiance fondamentale de l'homme sans laquelle nous ne pourrions vivre. C'est la base de toute société ou économie.

**Maria Konnikova est une écrivaine, journaliste et psychologue russo-américaine. Ses livres sur l'art de la pensée logique et la psychologie de la fraude sont des best-sellers mondiaux.**



«Certaines choses m'attristent»:  
l'aumônière Ursula Wyss



Un espace réunissant 300 délinquants:  
la prison de Lenzbourg

**En sa qualité d'aumônière de prison, Ursula Wyss détient de nombreux et sombres secrets. Les supporter n'est pas toujours simple.**

Interview: Christine Brand  
Photos: Lukas Lienhard

**Madame Wyss, vous connaissez les côtés les plus sombres de nombreux détenus. Comment les gérez-vous?**

Je ne demande jamais aux détenus ce qu'ils ont fait. Je leur laisse le soin de me parler de leur délit. Certains le font dès le début, comme s'ils voulaient me tester: comment réagira-t-elle? Sera-t-elle capable de gérer? D'autres ne m'en parlent qu'après des mois. Les histoires sont parfois lourdes. En même temps, je me rends compte

A large, multi-level atrium with a central pillar and wooden walkways. The space is bright and open, with large windows and a high ceiling. The central pillar is a prominent feature, and the walkways are made of wood with metal railings. The overall atmosphere is clean and modern.

# Tenue au silence

que je gère relativement bien la chose, car je ne considère pas seulement le délit, mais la personne dans sa totalité. Je ne regarde pas uniquement ce qu'il y a de négatif ou de mauvais. Je me concentre sur les bons côtés de la personne. Bien sûr certaines histoires sont plus éprouvantes. C'est comme ça.

## **De quoi les détenus vous parlent-ils?**

Ce matin, un détenu m'a demandé: «Vous êtes tenue de garder le

silence, non?» Alors je me dis que je vais apprendre quelque chose de peu banal. L'homme me raconte son délit et dit qu'il raconte une toute autre histoire sans son secteur, pour ne pas sombrer. Beaucoup me parlent de leurs familles, de leurs soucis à propos des enfants, des problèmes de la vie en prison, de leurs croyances et de questions religieuses. Leurs histoires tournent souvent autour de la souffrance humaine.

Je vois des abîmes. Ça peut être lourd.

## **Apprenez-vous des secrets que vous préféreriez ne pas connaître?**

J'en sais pas mal sur la consommation de drogue en prison, je sais aussi que certains détenus possèdent un téléphone portable. Je dis parfois: «Ne m'en dites pas trop, je ne veux pas le savoir!» Mais cela ne me pèse pas, ce n'est pas mon travail.

C'est celui du personnel pénitentiaire.

### **Des secrets qui vous pèsent?**

Il y a quelques semaines, un détenu m'a dit: «Puisque vous êtes obligée de garder le silence, je peux vous confier que je veux mettre fin à mes jours.» Ce genre de propos revient régulièrement. Les détenus savent que je ne peux pas les signaler. J'essaie alors de prendre beaucoup de

***Avec moi, les détenus ont un espace où ils peuvent parler librement.***

temps pour parler à la personne, pour la convaincre de se confier au personnel d'encadrement ou au psychiatre. Dans ce genre de situations, je rentre chez moi avec un sentiment de malaise.

**Un ancien aumônier de prison a récemment été condamné pour avoir violé son obligation de garder le silence. Il avait transmis des informations sur un ancien détenu à la police. Briseriez-vous également votre obligation de garder le silence dans certaines conditions?**

Dans certaines conditions, peut-être. Mais je ne peux pas prédire dans quelle situation. Très probablement, si quelqu'un

mettait en danger une tierce personne. L'obligation de garder le silence est une règle importante à laquelle je suis très attachée. Mais à un moment donné, elle peut entraîner des conflits et des difficultés morales. J'ai des émotions, je suis humaine, je suis troublée. Je ne peux pas dire que cela ne m'arrivera jamais.

**Pour les détenus, que signifie le fait de pouvoir tout vous dire sans que personne ne le sache?**

Parfois, j'entre et ils commencent à pleurer. Cela m'est arrivé deux fois aujourd'hui. Une porte s'ouvre pour eux, ils se laissent aller parce qu'ils savent que je vais les écouter. Je pense que cela a une valeur pour eux. Ils me racontent qu'ils ne parlent pas de leurs préoccupations dans leur secteur. En prison, les détenus n'ont guère d'amis, au mieux des collègues, il règne généralement une grande méfiance. Ils ne racontent rien de personnel. De nombreux détenus sont également secrets vis-à-vis des encadrants ou des psychologues car ce qu'ils disent peut être important pour la suite de leur peine. Avec moi, ils ont un espace où ils peuvent parler librement. J'ai un travail très privilégié; je ne dois rien noter, je ne dois rapporter à personne.

**Mais cela signifie aussi que vous devez gérer seule tous ces récits.**

C'est parfois difficile de ne pas avoir d'échange car il y a des choses qui me contrarient. Certains délits me contrarient même

très fortement. Cela me contrarie également lorsque des détenus en font souffrir d'autres en toute impunité et exercent leurs jeux de pouvoir. Il y a des choses que je trouve très difficiles, mais cela ne me tire pas vers le bas. Parce qu'en même temps, j'ai de bonnes expériences. Et j'aime quand il s'agit de choses existentielles et non de choses superficielles. En prison, on revient souvent à l'essentiel, c'est passionnant.

**Vous donnez aux détenus du temps, de l'attention, de la considération, du soutien et même du réconfort. Qu'obtenez-vous en retour?**

Vous m'avez demandé dans quelle mesure mon travail était pesant. Justement, il n'est pas si pesant parce que je reçois beaucoup en retour. Parfois, je peux rire avec les détenus, ce sont de beaux moments lorsque l'on peut rire de quelque chose de tout cœur malgré toute cette pagaille. J'apprends beaucoup sur l'art de la survie et je m'étonne de la façon dont les détenus survivent à ces histoires misérables. Ils n'ont pas seulement subi un coup du sort, ils ont fait quelque chose de mal. La culpabilité est un sujet important. Et se relever, avancer et ne pas abandonner dans cette situation, c'est impressionnant et cela me touche beaucoup.

**Votre travail vous a-t-il changée en tant qu'être humain? A-t-il changé votre image de l'être humain?**

Pour moi, la palette de ce qui fait l'humanité s'est élargie. L'homme

est capable du pire, mais aussi du meilleur. Et je suis devenue plus reconnaissante pour ce que j'ai aujourd'hui et pour ce que j'ai reçu dans mon enfance: j'ai été protégée, je suis née en Suisse, nous avons toujours suffisamment d'argent. Mes conditions étaient bonnes, j'en suis reconnaissante. Je suis aussi devenue plus modeste, en ce sens où on ne peut pas toujours tout contrôler comme on le souhaite. Chacun de nous a aussi des côtés sombres. La crête sur laquelle nous marchons est très étroite. Parfois, on a simple-

ment une chance folle que notre vie n'ait pas basculée. J'en suis plus consciente qu'auparavant.

**«Il règne une grande méfiance: chacun garde ses secrets pour soi»**

## À propos d'Ursula Wyss

Ursula Wyss, 52 ans, fut pasteur dans une paroisse pendant 10 ans avant de décider de travailler là où, selon elle, est la place de l'église. Depuis, elle s'occupe de personnes en marge de la société. Après diverses formations, elle travaille depuis 2010 comme aumônière à la prison de Thorberg dans le canton de Berne; depuis le printemps 2019, elle travaille également à 50% dans l'établissement pénitentiaire de Lenzbourg.





Une fois que le mal est fait,  
mieux vaut garder le silence

# Le silence est d'or

**«Tais-toi!», pense-t-il mais sans le dire. Commencer par se taire est le meilleur moyen d'éviter les dommages collatéraux, affirme Manfred Dähler, un avocat réputé spécialisé en droit des transports.**

Interview: Matthias Mächler

Photos: Lukas Lienhard

**Dans les polars américains, les suspects sont avertis lors de leur arrestation qu'ils ont le droit de garder le silence. Cela s'applique-t-il également chez nous?**

La clause dite de Miranda figure dans le Code de procédure pénale suisse depuis 2011. Elle s'applique dès le premier entretien avec la police.

**Et vous trouvez qu'il faut impérativement se taire?**

Oui, toujours! La deuxième phrase de la clause est particulièrement importante: «Tout ce que vous direz pourra être retenu contre

vous!» Cela devrait tirer quelques sonnettes d'alarme chez vous. Car une simple déclaration dans laquelle vous vous incriminez suffit pour les autorités: en cas d'aveux, elles n'ont pas à chercher d'autres raisons. Il peut y avoir un événement physique qui a fait que vous n'avez pas vu l'autre voiture ou un panneau. Alors restez silencieux et parlez d'abord à votre avocat.

**Et vous savez de quoi vous parlez en tant qu'avocat confronté à de tels cas...**

Je le dis en tant qu'avocat qui, depuis 35 ans, a trop souvent constaté des profanes manœuvrer

inutilement dans des situations catastrophiques, incapables d'évaluer les conséquences de leurs déclarations lors de la procédure pénale ou les dommages collatéraux.

#### **Par exemple?**

Un cas banal: vous avez un accident, un policier fait un rapport. Il est amical, mais a déjà en tête un scénario du déroulement des faits et dit: «Pas de chance, vous avez dû vous assoupir au volant.» En fait, vous tapotiez sur votre téléphone et vous vous dites: tant pis pour le portable, l'assoupissement passera mieux. Mais ce que vous ne savez pas, c'est que l'assoupissement au volant est bien pire. Le niveau le plus élevé en matière d'incapacité de conduire. Conséquence: votre dossier passe de bureau en bureau. Même votre assurance le reçoit. En fonction de ce que vous avez dit, elle ne paiera pas pour les dégâts occasionnés.

**«Vous pourrez parler plus tard, mais vous n'avez qu'une occasion de vous taire.»**

L'assoupissement au volant a la même importance qu'un taux d'alcoolémie élevé et déclenche un recours forcé à l'assurance responsabilité civile. Votre existence financière à long terme est rapidement en jeu.

#### **En cas d'assoupissement au volant, il vaut mieux dire que l'on regardait son téléphone portable?**

Je n'incite personne à faire une fausse déclaration. Au contraire, je préviens. Taisez-vous! Vous pourrez parler plus tard, mais vous n'avez qu'une occasion de vous taire. Si vous rompez le silence, c'est terminé. Une fois que l'on commence à parler, on ne peut plus s'arrêter, c'est comme ça. Par ailleurs, on embellit souvent les choses et par pure naïveté, on se jette dans la gueule du loup. On réalise plus tard que cet enjolivement a été fatal.

#### **À quoi pensez-vous?**

Vous dites: «J'ai démarré au feu très prudemment et lentement.» L'expert en accident calcule ensuite qu'en cas de démarrage correct et normal, l'accident ne serait pas arrivé au croisement. Ou un classique: je conduis une voiture en état d'ébriété, ce qui est toujours mal. Je me fais prendre, je suis amené conduit chez le médecin de la police qui me demande ce que j'ai bu. Si je répons maintenant, je perdrai forcément car le médecin mesurera la teneur en alcool dans mon sang sans tenir compte objectivement de la quantité de boisson indiquée. Si j'embellis ma déclaration sur la fin de ma consommation comme «juste au tout début de la soirée, puis seulement de l'eau», il est clair pour l'expert qu'il doit encore tenir compte de l'élimination de l'alcool.

#### **J'ai deviné, ce n'est pas bon...**

Tout à fait: la teneur en alcool est donc supérieure à celle mesurée

en laboratoire et non inférieure. Ce qui peut avoir été éliminé depuis la fin de la consommation est ajouté à la valeur de laboratoire. Sans indication de temps, il ne serait pas tenu compte de ce supplément. Il se peut que le médecin en vienne à des valeurs absurdement élevées qui auront des conséquences extrêmes, uniquement parce que j'ai embelli et mal indiqué la fin de ma consommation. La valeur ne peut être que meilleure sans indication de temps!

#### **Si je suis blanc comme neige, à jeun et que je dis la vérité, rien ne peut m'arriver?**

Il n'y a pas vraiment de vérité absolue, seulement des perceptions différentes ou des vérités partielles. Votre supposée vérité peut être dangereuse pour vous. Par exemple, si un seul détail est réfuté, on ne croira plus les aspects positifs de votre déclaration.

#### **Si je coopère avec les autorités, je peux sûrement compter sur un bonus?**

Mais non, arrêtez! Pour les amendes de circulation routière, on parle de tarif et de rien d'autre. Et surtout pas de rabais pour sympathie.

#### **Je suis pressé, j'ai des rendez-vous. Si je me tais, je me rends suspect, je dois alors peut-être aller au poste pour faire une prise de sang, je perds du temps.**

Vous devez passer par là. Mais même dans ce cas: ne cédez pas aux «menaces». Il se peut que l'on vous pose une centaine de

questions. Votre réponse doit toujours être la même: «Je fais usage de mon droit au silence.» Mais attention: ne justifiez jamais la raison pour laquelle vous gardez le silence!

### **D'où vient ce droit de garder le silence?**

Il existe depuis la Révolution française. Le droit de ne pas s'auto-incriminer fait partie des droits de l'homme. Sauf pour la prise de sang à laquelle vous devez vous soumettre. Si vous refusez, vous pouvez être puni plus sévèrement que pour l'infraction elle-même.

### **Considérez-vous dans tous les cas le droit de garder le silence comme justifié? Cela ne peut-il pas servir d'échappatoire à un coupable?**

C'est possible. Mais c'est un risque dans tous les systèmes, même dans le monde juridique. Et chaque règle a ses failles. Mais il n'y a rien de mal avec le principe de base. Se taire est totalement juste. Y compris le droit au silence des membres d'une famille afin d'empêcher une dénonciation au sein du cercle familial le plus étroit.

### **Le droit de refuser de témoigner comprend le droit de refuser de produire des documents. Je ne dois donc donner aucun document si je ne veux pas?**

Si, vous le devez. Mais vous avez le droit de demander un sceau. Ensuite, un juge des mesures de contrainte doit décider s'il existe une raison suffisamment pertinente pour l'examen et si votre smartphone doit être soumis à



## **Expert du droit des transports**

Né en 1954, Manfred Dähler travaille comme avocat à Saint-Gall. Considéré comme une sommité en droit des transports, il est coéditeur et auteur du manuel «Handbuch Strassenverkehrsrecht» et du périodique «Jahrbuch Strassenverkehrsrecht». Il est également spécialisé dans les domaines de la responsabilité civile et de l'assurance. Natif de Bâle, Manfred Dähler est passionné de vélo électrique, gastronome et amateur de vin.



un examen complet. Dans le cas contraire, cela évite les prises accessoires, à savoir la découverte de choses non recherchées à l'origine car il n'y avait pas de soupçon.

**Un policier qui trouve des documents embarrassants en plus des documents qu'il recherche doit simplement les oublier?**

**«Avec un peu de malchance, des classes entières sont assises dans la salle. Ou vos voisins. Ce n'est généralement pas ce que l'on souhaite.»**

Non. Mais, si vous vous y opposez, les téléphones portables et les ordinateurs sont contrôlés par un organisme spécial qui n'est autorisé à rechercher que les documents requis. Si ces organismes découvrent autre chose, ils doivent se taire. En cas de suspicion de pédophilie, les autorités peuvent bien sûr passer en revue toutes les vidéos et photos. Mais si le suspect est un employé de banque, il est interdit de fouiller dans les fichiers de clients.

**Et un pasteur? S'il apprend quelque chose de mal durant une confession et suppose qu'il a un récidiviste devant lui, ne serait-il pas obligé de le signaler?**

Non, il doit se taire, la loi le protège. L'autre question est de savoir ce qu'en dit l'Église, à

savoir s'il doit se taire de ce point de vue. Mais cela n'a rien à voir avec les normes pénales. Le droit pénal prévoit un droit de garder le silence, mais pas d'obligation de garder le silence.

**Qu'en est-il pour les coupables qui se taisent? Leur mauvaise conscience ne les rattrape-t-elle pas un jour ou l'autre? Comment le vivez-vous en tant qu'avocat avec vos clients?**

Je ne dis pas qu'il faut se taire pour toujours. Je dis seulement qu'il faut se taire au début. Et demander de l'aide. Pour savoir ce qu'il faut dire dans le cadre de cette procédure et connaître les sujets tabous. L'objectif n'est

pas nécessairement un acquittement, mais d'éviter les dommages collatéraux qui ne font qu'aggraver les choses.

**Se taire jusqu'à la fin ne serait pas bon?**

Non, l'affaire ne pourrait pas être réglée dans le cadre d'une procédure simple. Le procureur doit alors renvoyer l'affaire devant le tribunal. Cela engendre un procès public coûteux et avec un peu de malchance, des classes entières sont assises dans la salle. Ou vos voisins. Ce n'est généralement pas ce que l'on souhaite.



## **Votre secret est protégé**

**Si on ne veut pas s'auto-incriminer et que l'on refuse de témoigner, la police ou les autorités judiciaires peuvent-elles demander à l'assurance de protection juridique ou à l'avocat mandaté les informations et documents dont elles ont besoin?**

**M. K. habitant à A.**

Non! Elles n'en ont pas le droit. L'avocat ne répondra pas et ne fournira aucun document susceptible d'incriminer son client. Il est soumis au secret professionnel et a donc le droit de refuser de témoigner et de ne pas produire les documents. La question est encore de savoir s'il existe un rapport de mandat. Le secret professionnel s'applique indéfiniment et même vis-à-vis de l'assurance de protection juridique. Le client doit libérer l'avocat de son secret professionnel pour qu'il puisse commu-

niquer directement avec l'assurance de protection juridique. Le secret professionnel est tel que l'avocat ne peut réclamer juridiquement de frais d'honoraires en suspens à ses clients. Pour cela, il doit être libéré de son obligation de secret professionnel par l'autorité de surveillance.

Même les employés des assurances de protection juridique ne peuvent être tenus de témoigner ou de remettre des documents. Ils sont considérés comme porteurs de secrets professionnels au sens de la loi sur la protection des données, c'est pourquoi ils ont aussi le droit de refuser de témoigner et de ne pas produire de documents. Dans la mesure où ils disposent d'un brevet d'avocat, ils sont également passibles de sanctions sévères pour violation du secret professionnel (article 321 du Code pénal).

**Christoph Arnet, General Counsel  
de Coop Protection Juridique SA**

# DE TOUT & DE RIEN

**Notre quotidien est beaucoup moins rébarbatif que vous ne le pensez. En effet, Coop Protection Juridique SA est constamment confrontée à des demandes très variées.**

Textes: Petra Huser, Sibylle Lanz



## Attention aux arnaques

Proposer un smartphone en montrant uniquement l'emballage mais pas l'appareil? Cela ne se fait pas, avons-nous expliqué à notre client dont une plateforme de vente a rejeté la publication. Les «conditions générales» ne laissent planer aucun doute. La photo et le texte de l'objet annoncé ne doivent pas se contredire. Tout le reste est assimilé à une arnaque, voire une tromperie délibérée. Quand nous lui avons conseillé de télécharger une ou deux photos de l'appareil, il n'a pas donné suite et a retiré son offre.

26

## Une solution à éviter

Désespéré, notre client voulait dissimuler ses avoirs restants à l'administration fiscale. Il est arrivé en fin de droits et devra bientôt demander une assistance auprès de l'aide sociale. Il nous a demandé s'il pouvait transférer ses 20 000 francs restants sur un autre compte afin qu'ils n'apparaissent pas dans sa déclaration d'impôt. Nous avons été au regret de lui faire savoir que ce serait illégal, la déclaration d'impôt devant indiquer la situation globale et l'ensemble des biens.



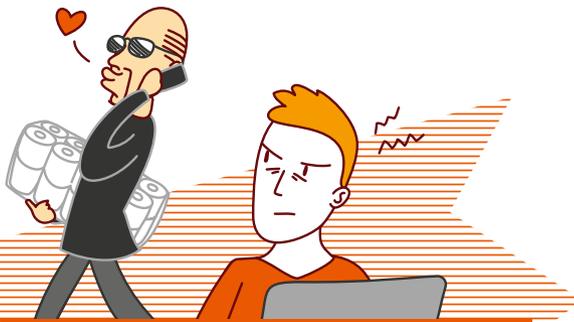
## Pas de secrets

Comme c'est souvent le cas, la séparation de notre cliente après une relation de longue date ne s'est pas déroulée aussi bien qu'elle l'espérait. Elle nous a ainsi demandé de ne pas envoyer toute la correspondance à son adresse privée mais à son travail. Nous le lui avons déconseillé, mais elle s'est contentée de déclarer: «Au bureau, tout le monde est au courant, nous parlons de tout et n'avons pas de secrets.»

## Pas de chance!

Ils vivaient ensemble depuis six mois lorsque le rêve de notre cliente a viré au cauchemar: son ami, avec qui elle comptait passer le reste de sa vie, n'avait jamais eu l'intention de quitter sa femme et ses enfants. Et il n'avait pas non plus payé le loyer de l'appartement qu'ils partageaient tandis qu'elle avait, comme convenu, assumé tous les autres frais. Il a simplement fait disparaître les relances de l'administration. En tant qu'unique partenaire contractuelle dans le contrat de bail, 15 000 francs ont été réclamés à notre cliente. Comment se termine l'affaire? Seul l'avenir le dira. L'avocat est en charge du dossier.





## La charge de la preuve

Que faire si le supérieur embarque de l'équipement et se rend coupable de mensonge et d'escroquerie? Un client nous a récemment posé la question. Y a-t-il une quelconque obligation de le signaler à l'employeur? Seulement si la personne commet une infraction grave, lui avons-nous expliqué. S'il ne peut plus se concentrer suffisamment sur son travail et assumer la responsabilité morale de continuer à travailler pour cet employeur, il s'agit de considérations personnelles. S'il veut signaler un incident, il doit être en mesure d'apporter la preuve de ses allégations.

## Interdiction de faire

Un client était chargé de dossiers pendant sa période d'essai. Son contrat de travail prévoyait une clause d'interdiction de faire concurrence qui lui interdit de faire le même travail pour un concurrent pendant un certain laps de temps en cas de résiliation du contrat. N'étant pas satisfait de cet employeur et souhaitant chercher un nouvel emploi, le client s'est renseigné pour savoir si cette clause s'applique à compter de la période d'essai. Nous avons été au regret de lui faire savoir que la clause d'interdiction de faire concurrence entre en vigueur immédiatement et s'applique donc dès la période d'essai. La durée de validité doit cependant être fixée en fonction de la durée de son emploi. Car il ne faut pas partir du principe qu'il a pris connaissance des secrets commerciaux dès la période d'essai, ce qui constitue l'une des principales raisons pour l'établissement d'une telle clause.



27



## Entre nous

Un client important nous a appelés depuis les lieux de l'accident: il était entré en collision avec un véhicule et comme ce n'était pas la première fois, il est maintenant menacé d'une procédure pénale et d'un retrait du permis de conduire. Bien entendu, il était important pour lui que nous le défendions de façon compétente et que nous le soutenions pour faire recours. Encore plus important pour lui: que la presse n'apprenne rien à ce sujet. Notre juriste l'a rassuré: nous respectons à la lettre la loi sur la protection des données et le secret professionnel. Rien de ce qui est porté à notre connaissance ne filtre.



## Remonté à bloc contre le patron

Notre client venait à peine de commencer à travailler pour son nouvel employeur que les choses partaient déjà en vrille, un conflit avec le patron entraînant un autre. Il a quitté son poste au bout d'un mois. Mais la malveillance réciproque ne s'est pas arrêtée là. Des propos diffamatoires ont suivi. Notre client nous a contactés: il avait besoin d'un détective expérimenté pour prouver la diffamation de son ancien patron – et peut-être découvrir un ou deux secrets à son sujet qui pourraient être «utilisés contre lui si nécessaire». Notre juriste l'a dissuadé de procéder de cette manière, lui conseillant plutôt d'utiliser son énergie pour rétablir la paix. Nous serions tout autant disposés à le soutenir que dans le cadre d'une action contre de fausses déclarations portant atteinte à la personnalité.



# Hotel Chalet

**Des phénomènes étranges se produisent dans les salles de bains d'un hôtel isolé des Grisons. Mais l'esprit de Val Sinestra ne veut pas révéler son secret.**

Texte: Michael Furger

Photos: Helmut Wachter

**L**es ténèbres règnent dans la forêt du Val Sinestra, où le soleil ne s'aventure qu'autour de midi. Les pentes abruptes sont ensuite noyées dans l'ombre. Ici, pas d'alpages vallonnés. Dans le Val Sinestra, des sapins et des mélèzes côtoient des flancs rocheux escarpés. Entre les deux, le torrent de montagne Brancla gronde dans la vallée.

Loin derrière, une maison se dresse au-dessus des cimes. Impressionnant bloc hérité du passé, cet hôtel de cure de 11 étages date de plus de 100 ans. À l'instar d'un château avec ses tours et

les touristes néerlandais. Cette nuit-là, il souhaite amener des meubles pour remplir le bâtiment encore vide. Peter Kruit est venu seul. Au sommet, il se dirige vers une porte métallique du côté nord. En l'ouvrant, il sent que quelque chose se réveille au plus profond de la maison. Soudain, un puissant grondement se dirige vers lui, tous les étages du bâtiment se mettent à trembler. Pris de panique, Peter Kruit saute dans sa voiture et se réfugie à Sent, n'osant revenir que le lendemain matin, en plein jour.

Peter Kruit est resté et a dirigé l'hôtel Val Sinestra pendant près

## Soudain, un puissant grondement se dirige vers lui.

ses hourds, il domine le fond de la vallée, fermement ancré sur un promontoire rocheux de 15 mètres de haut. Le chemin d'accès est difficile. À Sent, une localité isolée de la Basse-Engadine, les constructeurs de routes ont tracé un petit chemin de gravier sur le versant escarpé, longeant le gouffre dans la vallée sur plusieurs kilomètres. Un soir d'avril 1978, un ingénieur civil néerlandais du nom de Peter Kruit emprunte ce chemin. Il vient d'acheter l'hôtel de cure à un prix avantageux et prévoit d'y créer une maison d'hôtes pour

de quarante ans. C'est une maison d'hôtes pour les touristes à petit budget, particulièrement appréciée des Néerlandais. Ils lisent dans le grand salon, s'assoient dans le jardin pour boire une bière, mangent dans l'ancienne salle à manger et profitent d'un sommeil paisible aux étages supérieurs – sans se douter de ce qui se passe quelques étages plus bas, à l'ancien étage des bains au sous-sol, où les curistes soignaient leurs problèmes de santé au siècle dernier.



La photo ci-dessus ne montre pas un fantôme mais notre auteur à la recherche de traces à l'hôtel Val Sinestra. Mais il y en a certainement un qui traîne dans cet ancien hôtel de cure (à gauche)...

Un ascenseur permet d'accéder aux étages inférieurs. Des néons froids éclairent un couloir désert. On dirait une clinique. De vieilles photos sont accrochées aux murs derrière des cadres aux vitres brisées. À côté, des portes mènent aux salles de bains. Tout est vide. Personne nulle part. Ou peut-être que si?

Il est ici. L'esprit du Val Sinestra. Un mort, un invité de l'au-delà. Beaucoup y croient dans le village de Sent. Ce serait lui qui aurait jadis terrorisé Peter Kruit. Depuis lors, il se manifeste

## Un mort, un invité de l'au-delà. Beaucoup y croient dans le village.

constamment. Lorsque le personnel fermait autrefois l'hôtel pour l'hiver, certaines fenêtres s'ouvraient de nouveau comme par magie. C'est ce que rapporte l'ancienne directrice de l'hôtel, Wanda Hopman. Le volume de la musique de la chaîne hi-fi augmentait sans que personne n'y touche. La lumière s'allumait soudain dans des pièces fermées. Et dans le salon, des branches de fougère se déplaçaient autour de Peter Kruit sans la moindre saute de vent.

## Quelqu'un a aperçu le fantôme à l'étage inférieur, dans la salle de bain n° 5.

Andreas Meile, éducateur spécialisé de Gerolfingen au bord du lac de Bienne, a aperçu le fantôme à l'étage des bains. En plus de son travail, Andreas Meile est aussi médium. Il affirme pouvoir entrer en contact avec les défunts, les entendre et les voir, parfois juste une silhouette, parfois très clairement.

Lorsque Andreas Meile est arrivé à Val Sinestra pour la première fois en février 2010, il a aperçu le fantôme à une fenêtre dès son arrivée. «Il m'a fait un signe de la main», explique-t-il. Et il lui avait fait comprendre qu'il y avait des problèmes de distribution d'eau et de chauffage dans l'établissement. En effet, la conduite qui alimente l'établissement en eau de source avait gelé la semaine précédente.

Andreas Meile a ensuite croisé le fantôme à l'étage des bains, devant la salle de bain n° 5. L'homme se serait manifesté dans un élégant costume avec un chapeau, dans le style des années 1920. Il serait mort à cette époque, ex-



Et s'il se manifeste cette nuit?



C'est ici qu'il doit se cacher:  
dans la salle de bains n° 5



plique le médium. «C'est un Belge qui a travaillé dans l'industrie textile et a combattu en tant que soldat lors de la Première Guerre mondiale.» Il aurait alors contracté une tuberculose, qu'il était venu soigner au Val Sinestra.

Au début du XIX<sup>e</sup> siècle, des curistes de toute l'Europe se rendaient au Val Sinestra. L'endroit était connu pour ses enveloppements de boue et ses «aues fortas» ou eaux-fortes: de l'eau de source à haute teneur en arsenic de couleur orange qui jaillit encore aujourd'hui de la montagne sous l'hôtel. Elle est censée aider à lutter contre les maladies du sang et les troubles du métabolisme, les allergies cutanées et les troubles sexuels.

Comme il s'y était senti à l'aise de son vivant, le curiste est revenu au Val Sinestra après sa mort, explique Andreas Meile. Il serait particulièrement perceptible devant la salle de bains n° 5, dont la porte grince lorsqu'on l'ouvre. Il y a une chaise en osier, une table et une baignoire en métal. Des employés auraient eu une boule au ventre devant la salle n° 5. Une fois, un client de l'hôtel aurait crié, pris de panique.

Un autre médium aurait senti l'esprit à cet endroit. Peu avant Andreas Meile, Bea Rubli d'Aarau s'est rendue au Val Sinestra et a

fait état au magazine «Beobachter» d'un soldat belge souffrant d'une affection pulmonaire. Il s'appellerait Guillaume ou Gilbert. Il s'agirait d'un fantôme inoffen-

## **Il s'appellerait Gilbert. Il s'agirait d'un fantôme inoffensif. Manifestement, il est aussi très sociable. Un gentil fantôme dans l'hôtel de montagne.**

sif. Manifestement, il est aussi très sociable et semble s'être lié d'amitié avec Andreas Meile. Le fantôme lui aurait rendu visite dans son appartement. Un gentil fantôme dans l'hôtel de montagne. La nouvelle s'est vite répandue. L'établissement attire maintenant toutes sortes de chasseurs de fantômes.

Le marchand de tissus belge nommé Guillaume ou Gilbert doit bien figurer dans un vieux registre. Malheureusement, ces registres sont introuvables. Les anciens hôteliers Wanda Hopman et Peter Kruit ne les ont jamais vus. L'esprit du Val Sinestra veut apparemment garder son secret.

de la

# MAGIE

humaine

par Claudia Schuhmacher



Les secrets pimentent la vie. «Tu savais que Régine voit le prof de tennis...?» – Et voilà qu'une journée ennuyeuse devient tout d'un coup captivante. Les secrets constituent la principale étape dans l'histoire de la culture du divertissement humain. Ils surpassent même l'alcool en tant que lubrifiant social, les informations sensibles créant un lien entre ceux qui sont mis dans la confiance. Mais, bien entendu, les secrets comportent aussi un risque. Ils peuvent étouffer. Ils peuvent être tellement sensibles que les agents qui les trahissent doivent mourir. Mais tout cela ne signifie qu'une chose: les secrets ont une dimension considérable et terriblement puissante. Chaque secret a sa propre magie.

Enfant, j'aimais qu'on me lise une histoire dans un grand livre de contes de fées du monde entier. Je me souviens de quelque chose du genre: un homme rencontre une fée qui enferme le secret de sa jeunesse dans un coffre en disant: «Jamais tu ne devras révéler le secret. Ce coffre devra rester fermé pour toujours.» Après quoi l'homme vit une vie pleine d'aventures. Aimé des plus belles femmes, il peut voler et respirer à sa guise au fond des océans. Mais un jour, il revient dans le village où tout a commencé. Il ne sait pas combien de temps s'est écoulé car il n'a pas vieilli d'un jour. Curieux, il ouvre le coffre et en quelques secondes il devient tout blanc et meurt.

Il y a beaucoup de contes de fées de différents pays qui se terminent de la même manière: la magie disparaît dès que dans sa stupidité l'homme tente de révéler ou de découvrir le secret.

Dans la vie de tous les jours, en revanche, les secrets de moyenne envergure font souvent l'effet d'une bouteille de champagne: ils rendent heureux lorsqu'on les ouvre et qu'on les partage avec

## Les commères n'ont pas de charme, contrairement aux personnes qui gardent un secret.

de nombreuses personnes. Un secret fraîchement révélé est incroyablement excitant, mais s'évante rapidement. On peut boire du champagne tous les jours en espérant qu'il aura toujours le même effet. Ne pas savoir garder la divulgation d'un secret pour le moment propice, c'est lui enlever tout son attrait. Les commères n'ont pas de charme, contrairement aux personnes qui gardent un secret. Plus aucune information confidentielle intéressante ne sera communiquée à ceux qui ébruient tout sans attendre. Autrement dit: mieux vaut du prosecco bon marché que du champagne.

Connaissez-vous l'expérience du marshmallow de Stanford? Il s'agit d'une série d'études datant des années 1960 et 1970 dont le but était de confronter les enfants à

un choix: recevoir un marshmallow tout de suite, ou attendre 15 minutes et en recevoir deux. L'étude à long terme a révélé que les enfants capables d'attendre avaient non seulement eu la plus grande récompense, mais aussi plus de succès plus tard dans la vie.

À la place du marshmallow et des enfants, les chercheurs de Stanford auraient aussi pu opter pour des secrets et des adultes. Le résultat serait le même: dans la vie, celui qui gagne est celui qui arrive à garder un secret un peu plus longtemps. Et celui qui fait preuve de maîtrise de soi se voit aussi confier un deuxième secret.

Les gens ne sont malheureusement pas des magiciens. Mais l'art de garder un secret ou d'attendre le moment propice pour mettre au courant les bonnes personnes peut avoir un côté magique. Peut-être est-ce notre façon de pratiquer la magie.



### Claudia Schuhmacher

est l'une des journalistes de société les plus demandées. Elle écrit pour divers médias en Allemagne et en Suisse.

# Service secret

A man in a black jacket and jeans is looking down at something in his hands. Another person is partially visible next to him. They are standing in front of a dark car with its trunk open. The background is a city at night with illuminated buildings.

**Les secrets sont comme un  
fil conducteur dans sa vie.  
Et Leo Martin, ancien agent des  
services secrets, sait comment  
les décrypter.**

Interview: Michèle Roten



**Monsieur Martin, votre spécialité en tant qu'agent secret était de recruter et de gérer des informateurs. Vous êtes-vous livrés ouvertement à eux?**

La plupart du temps, oui. Il y a plusieurs façons d'obtenir des informations: lors d'un interrogatoire sous couverture, mon interlocuteur ne sait pas qui je suis, ni ce que je veux. En tant qu'agent, je n'exerce alors qu'un contrôle partiel sur le flux d'informations, autrement je me ferais démasquer. L'autre option est de jouer cartes sur table. Dans ce cas, en tant qu'agent, je peux donner des instructions ciblées et mieux contrôler la collecte d'informations.

**Dans les deux cas, vous devez d'abord instaurer la confiance pour qu'on vous révèle des secrets. Comment procéder?**

Pour la prise de contact, je me plonge dans l'environnement de ma cible. Quelque part en dehors du milieu. Sur un itinéraire de voyage, pendant une activité de loisir, lors d'un événement sportif. J'éveille l'intérêt, souligne des points communs, établis des rituels, m'entoure de sujets qui intéressent les autres. Une fois la relation établie, les cartes sont dévoilées pour la première fois: je confronte mon interlocuteur à des informations confidentielles. Quelque chose qu'il pensait être secret jusque-là.

**Vous lui mettez donc la pression?**

Je lui fais comprendre que j'ai des connaissances compromettantes à son sujet et lui montre en même temps que cela ne m'intéresse pas du tout mais que je poursuis un autre objectif pour lequel il serait la personne idéale. Mon interlocuteur s'engage alors à plusieurs entrevues avec moi. Tout simplement parce qu'il a besoin de se sentir à nouveau en sécurité. Chacun a besoin de sécurité. Et de clarté. Il a besoin de savoir ce que je sais vraiment et ce que je veux. Je profite de ce laps de temps pour continuer à travailler sur la relation – donnant un conseil ou un avertissement, l'aidant pour son permis de conduire, ou organisant un traitement pour sa fille atteinte d'une maladie chronique, etc. Au final, il doit comprendre que les informations qu'il me fournit ne lui causeront jamais préjudice. Cela ne fonctionne que par les expériences et le vécu.

**Avez-vous besoin d'aimer les autres pour construire une relation?**

Dans tous les cas, j'arrive toujours à trouver mon indic en partie sympathique. Ce n'est pas toujours facile. J'ai souvent traité avec des personnes qui ont un système de valeurs différent de la plupart d'entre nous. Des concepts simples comme mon et ton ont souvent une tout autre signification pour eux.

### **Le travail d'agent secret est-il compatible avec une vie privée?**

Cela engendre certains défis. Durant dix ans, même ma mère n'a pas su quel était mon métier. Dans les services secrets, la meilleure couverture est celle qui se rapproche le plus de la vérité. C'est pourquoi j'ai toujours affirmé travailler pour le Ministère de l'Intérieur et aider à élaborer des programmes de lutte contre le crime organisé. J'ai toujours expliqué mon travail de manière si ennuyeuse qu'il ressemblait à une tâche de fonctionnaire et ne suscitait que peu de demandes de précisions.

***La meilleure couverture est celle qui se rapproche le plus de la vérité.***

### **Est-ce pour cela que vous avez arrêté?**

Non, c'est surtout parce que j'ai gravi les échelons les deux dernières années. Je n'étais donc plus pleinement opérationnel et à un moment donné, c'était trop éloigné du travail de terrain.

### **Vous avez alors fondé un institut de profilage linguistique.**

#### **Comment est-ce arrivé?**

Le professeur Raimund Drommel est le numéro 1 en Europe en matière de linguistique médico-légale et l'un des experts les plus réputés au monde. Depuis 40 ans, il travaille tous les jours sur le thème du profilage linguistique. Il a écrit des manuels et ouvrages de référence à ce sujet, pourtant ils reflètent que 5% de ses connaissances. Aujourd'hui, il a 72 ans et à travers l'institut nous voulons préserver ses connaissances. Il y a tout au plus une poignée d'experts dans l'espace germanophone qui sont en mesure d'utiliser le profilage linguistique pour arrêter des criminels anonymes.

#### **Que faites-vous exactement à l'Institut für forensische Textanalyse?**

Nous analysons des lettres anonymes afin de découvrir le secret de ceux qui les ont rédigées à partir de schémas linguistiques. Nous soutenons ainsi des entreprises attaquées, menacées ou soumises à des chantages.

#### **À quels types de dossiers êtes-vous confrontés?**

80% de nos clients sont des entreprises, 15% des autorités telles que la police, des ministères publics et des tribunaux, et 5% des particuliers. Le grand classique: des attaques contre les cadres. Le chef de service XY aurait soi-disant détourné d'importantes sommes d'argent, serait parti à

l'étranger, aurait fourni de fausses qualifications, etc. Nous intervenons toujours en cas de fausses déclarations anonymes et lorsque notre client souhaite savoir qui tire les ficelles.

#### **Qu'est-ce qui incite les gens à faire ça?**

Les auteurs sont souvent d'anciens employés ou des concurrents qui témoignent ainsi leur frustration. C'est surtout une question d'ego blessé. Dans certains cas, des personnes dont le système de valeurs a été ébranlé.

#### **Que se passe-t-il lorsque votre expertise conduit à l'arrestation d'un criminel anonyme?**

De nombreux clients portent l'affaire en justice et utilisent nos expertises en tant que preuve. D'autres veulent juste y voir plus clair afin de prendre les bonnes décisions.

#### **De telles lettres anonymes sont un acte délibéré, et l'écrit est plus facile à modifier que l'oral. À quel point cela peut-il entraver votre travail?**

La contrefaçon consciente n'est pas exclue. Le grand classique: les lettres anonymes rédigées à la première personne du pluriel parce que l'auteur veut donner plus de poids à sa revendication. Certains essaient aussi de simuler une origine étrangère. Mais la plupart se mélangent les pinceaux à un moment donné. Au plus tard

***Le coupable ne peut pas se faire passer pour plus intelligent qu'il n'est réellement.***

lorsqu'il s'agit de la revendication, le langage employé s'améliore car le délinquant veut être sûr de bien se faire comprendre. De plus, la simulation ne fonctionne souvent que dans un sens: le coupable ne peut pas se faire passer pour plus intelligent qu'il ne l'est réellement. Il reste donc généralement suffisamment de texte authentique pour arrêter le contrevenant.

**Dans le cadre de votre profession, vous avez affaire aux côtés malveillants des gens – croyez-vous toujours qu'il y a du bien en eux?**

Oui, heureusement j'arrive très bien à déconnecter. Mon travail ne m'a jamais affecté émotionnellement. «Il faut toucher les gens, pas les secouer», telle est ma devise personnelle. Je veux dire par là que si vous voulez obtenir quelque chose de quelqu'un, vous devez viser là où cela fonctionne le mieux: au niveau des émotions. Aimer vraiment l'humain est un véritable atout.



## Ancien agent des services secrets

Leo Martin, né en 1976, a fait des études de criminologie et a fait partie du service de renseignement allemand et de la protection de la Constitution pendant dix ans en qualité d'agent secret. En tant que responsable de l'Institut für forensische Textanalyse à Munich, il débusque aujourd'hui des criminels qui attaquent, menacent ou font chanter des entreprises de manière anonyme. Ses livres «Ich krieg dich! Menschen für sich gewinnen – ein Ex-Agent verrät die besten Strategien», «Ich stopp dich! Gefühlsterroristen erkennen und ausschalten – ein Ex-Agent im Einsatz gegen Nervenkiller» et «Ich durchschau dich! Menschen lesen – die besten Tricks des Ex-Agenten» sont des best-sellers.

[www.leo-martin.de](http://www.leo-martin.de)





# Le secret du bonheur

«Le bonheur a besoin de bienveillance et d'attention –  
comme tout ce que nous aimons», écrit Peter Steiner,  
philosophe et chercheur en bonheur. La vie pourrait  
alors devenir un véritable bonheur.

Texte: Peter Steiner

**D**epuis 30 ans, je cherche le bonheur. J'ai changé ma vie pour davantage l'orienter dans cette direction, j'ai médité, j'ai beaucoup appris, mais le bonheur est toujours resté quelque chose de mystérieux pour moi. Le bonheur est souvent fugace et son subtil secret ne peut tout simplement pas être compris avec des réponses trop superficielles.

Les neurosciences modernes peuvent certes expliquer dans quelle zone du cerveau se manifeste le bonheur et que les endorphines jouent un rôle, mais les réponses restent vagues sur la façon dont nous en tirons profit. Néanmoins, je suis sûr que nous pouvons faire une ou deux choses pour être plus heureux et vivre de plus en plus de petits moments de bonheur.

#### **Activer la zone du bonheur**

Éprouver du bonheur s'apprend dans une certaine mesure, nous pouvons y arriver en portant plus d'attention aux éléments du quotidien. Si on place par exemple des moines bouddhistes dans un tomographe à résonance magnétique et qu'on les laisse méditer, on voit que la zone du bonheur dans leur cerveau s'active. Si nous parvenons ainsi à nous placer dans un état légèrement différent et plus calme, cela peut générer plus de bonheur.

Il existe également un moyen très simple pour tous les non-moines de s'en rapprocher: c'est la respiration. Si nous nous concentrons sur notre respiration, si nous

la percevons simplement, sans vouloir l'influencer de quelque manière que ce soit, quelque chose change en nous. Nous prenons un peu de distance avec les pensées qui tournent en boucle, notre conscience se libère de son corset rigide et s'élargit un peu, et c'est toujours une bonne occasion pour le bonheur de nous trouver. Il est incroyable de voir comment quelque chose d'aussi simple que la respiration consciente peut nous offrir un élan de bonheur. Cela nous ouvre la voie vers des expériences merveilleuses. Rien qu'en cela réside un grand secret. En dirigeant notre conscience vers la respiration, bien de choses changent. Mais cela ne s'explique pas avec des mots, il faut l'expérimenter.

Certains moments nous comblent, nous ravissent. Certaines circonstances particulièrement heureuses surviennent, et le bonheur nous sourit. Et rappelons-nous le dicton: «Le bonheur revient toujours.» Cela signifie en premier lieu qu'à un moment donné, nous recevons ce que nous avons donné. Le bonheur est rarement une rue à sens unique. Quand je traite les autres avec plus de bienveillance, le bonheur se réjouit et revient immédiatement ou plus tard, sous une forme ou une autre. Nous pouvons ainsi faire preuve de bienveillance, profiter des petites choses, découvrir ce que nous voulons vraiment

et ce que nous voulons juste dire. Nous pouvons ainsi nous rapprocher du bonheur. Il ne se laisse pas prendre par surprise, il a plutôt besoin de bienveillance et d'attention, comme tout ce qui compte vraiment pour nous.

#### **La joie est le chemin**

Le bonheur est un voyage de découverte. Nous nous analysons et découvrons ce qui nous rend plus heureux simplement, alors que tant de choses compliquées remplissent notre quotidien. Nous voyons les personnes qui sont importantes à nos yeux et les mo-

***Le bonheur est souvent fugace et subtil est son secret.***

ments qui nous apportent une joie particulière. Nous ne faisons alors que suivre cette joie. C'est elle qui nous montre le chemin vers le bonheur. La chose pour laquelle nous éprouvons de la joie en ce moment, pourra ne plus nous en procurer demain. Quoi qu'il en soit, le bonheur est éphémère.

J'essaie moi-même de le poursuivre. Certaines choses sont difficiles dans la vie, et parfois il n'y a rien de réjouissant en perspective. Mais il y a toujours de petites brèches d'où peuvent émerger du bonheur, de la joie et de la satisfaction. Bien sûr, cela ne

ne dure pas éternellement. Mais avec un peu d'attention, nous pouvons profiter de ces moments de bonheur particuliers et nous en servir comme guides.

### **Le bonheur est quelque chose d'intérieur**

Ce qui nous remplit nous rend heureux. Tout comme ce qui a du sens pour nous. Le bonheur est différent du plaisir. Le plaisir est lié à l'extérieur, le bonheur est quelque chose d'intérieur. Les gens peuvent ainsi être heureux dans la vie bien qu'ils soient limités sur le plan matériel, alors que les riches sont en proie à la tristesse. Un paraplégique peut être plus heureux qu'une personne en bonne santé. L'argent ne fait pas non plus le bonheur, mais un peu quand même. Dans une certaine mesure, le fait d'en avoir suffisamment aide. En avoir beaucoup fait à peine plus de différence en termes de bonheur. En vouloir toujours plus, et peut-être même l'obtenir, ne garantit pas davantage d'épanouissement personnel.

Je continue à me concentrer sur la respiration, les petits moments particuliers de la vie. J'essaie encore et toujours de comprendre ce qu'est le bonheur. Je veux rester ouvert à de nouvelles idées et continuer à être heureux en alignant des mots et des phrases qui deviennent des pensées qui, parfois, me rendent vraiment heureux. Mais le mécanisme de tout cela reste pour moi un mystère délicatement parfumé. Je veux profiter de la nature et des belles choses, mais je ne veux pas

non plus en avoir trop, parce que cela me privera encore de libertés et bloquera parfois mon chemin vers le bonheur. Et je veux avoir quelques personnes autour de moi qui m'inspirent le bonheur. Il existe de nombreuses philosophies parlant du bonheur, mais elles sont souvent de peu d'utilité car ce secret est difficile à décrire. Un secret est quelque chose de magique, un mystère, nous pouvons le percevoir mais difficilement l'expliquer. Nous, les humains, sommes nous-mêmes un grand secret et la vie a aussi des traits en grande partie mystérieux.

qui se manifeste soudainement dans ce qui est tout à fait ordinaire, là où nous ne l'aurions peut-être jamais envisagé.

Et la vie peut ainsi devenir, de manière mystérieuse, un véritable bonheur.

***Un secret est quelque chose de magique, un mystère.***

Le bonheur est souvent dans les nuances, les moments parfois ordinaires qui deviennent spéciaux à cause d'un fait particulier. De petites choses insignifiantes peuvent générer un grand bonheur. Si nous apprenons à leur accorder plus d'attention, nous avons déjà beaucoup à y gagner.

Chaque fois que nous éprouvons ce bonheur, cela encourage notre réceptivité à continuer de le chercher et nous aide à mieux comprendre où le ressentir et comment le préserver. Le bonheur n'est alors plus un secret aussi impénétrable, mais quelque chose

**Et le bonheur devient soudainement quelque chose qui se manifeste dans ce qui est tout à fait ordinaire. Dans la nature, par exemple.**

## Le penseur

Le Zurichois Peter Steiner est l'auteur de livres comme «Vom Glück der Stille» et «Weisheit für Minimalisten». Il s'intéresse depuis longtemps aux philosophies d'Extrême-Orient comme le bouddhisme zen et le taoïsme, mais contemple surtout les nombreuses et belles petites choses de la vie.

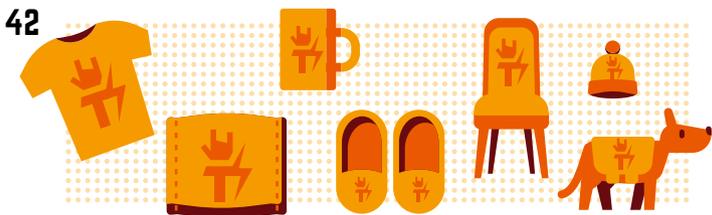
**Infos:** [petersteiner.info](http://petersteiner.info)



# Quelques tuyaux – chut!

**Nous vous révélons ici ce qui nous facilite la vie, ce que nous recommandons à nos meilleurs amis et nos endroits préférés. Mais cela doit rester entre nous...**

Photos: Valentina Verdesca

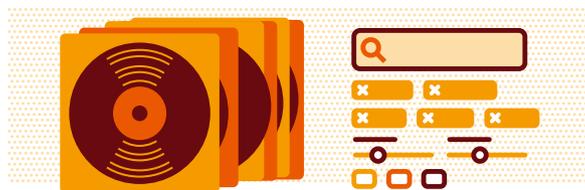


## Heavy Stuff

Un must pour les amateurs du «heavy stuff», divertissant aussi pour tous les autres: laissez-vous envoûter par un énorme assortiment de produits au top sur [emp-online.ch](http://emp-online.ch). Un t-shirt Harry Potter pour les jeunes, un mug licorne pour les petites princesses ou une parure de lit GoT? Du paillason au rideau de douche, vous trouverez toutes sortes de produits esthétiques, farfelus et amusants. J'aime ce site et ses offres souvent tordantes, parce que la vie est déjà suffisamment sérieuse!



**Claudia Strozzi,**  
avocate



## Des piles de vinyles

Pour ceux qui aiment lever le pied et écouter de la musique, je recommande la plus grande plateforme de vente au monde pour les disques et autres supports d'enregistrement: [www.discogs.com](http://www.discogs.com). Il ne s'agit pas seulement d'un marché qui propose des millions de produits d'occasion avec d'excellentes fonctions de recherche et de filtrage: le site peut également servir à gérer votre propre collection. Faites-y donc un tour et fouillez dans vos souvenirs!



**André Wyler,**  
Key Account Manager



## Jacuzzi avec vue

L'endroit idéal pour se ressourcer, profiter et se détendre se trouve à 2100 mètres d'altitude dans la magnifique région d'Aletsch: le «Hamilton Lodge» dans la station de Belalp exhale le chic alpin cosy, séduit avec son panorama fantastique et propose une cuisine régionale à base de produits frais. L'espace bien-être, petit mais raffiné, propose un jacuzzi en plein air et fait des miracles après une longue randonnée. À ce sujet, je vous recommande tout particulièrement la route de Riederalp qui passe par le pont suspendu des gorges de Massa par une belle journée d'automne.



**Sibylle Lanz,**  
responsable marketing



## J'en pince pour les pinces

Rien ne m'énerve plus que de passer mon temps dans la buanderie. Par exemple pour chercher des chaussettes noires perdues. Depuis que j'ai découvert les pinces à chaussettes, ma relation avec ma machine à laver est beaucoup plus détendue: une paire de chaussettes par pince – et après le lavage, plus de problème pour retrouver les paires. J'ai aussi un conseil pour les chemises: après le lavage, les laisser 20 minutes seulement au sèche-linge, puis les suspendre et les lisser. Pas de repassage, pas de plis!



**Paolo Schincariol,**  
responsable comptabilité



## Sur la Kander

Derrière la station de Kandersteg dans l'Oberland bernois se trouve la vallée de Gasterntal. Elle fait partie des Alpes suisses Jungfrau-Aletsch, classées au patrimoine mondial de l'UNESCO. On y accède soit à pied le long de la Kan-

der sauvage en suivant d'étroites gorges, soit en VTT en empruntant un chemin étroit et spectaculaire taillé dans la roche. À environ 1350 mètres d'altitude, on arrive à un plateau sauvage avec de part et d'autre de hautes parois rocheuses escarpées et des cascades tonitrueuses. Sur le chemin, vous trouverez de nombreux charmants petits coins au bord de la Kander. Au fond de la vallée, trois auberges accueillantes invitent à faire une courte halte. On peut d'ailleurs passer la nuit dans des chambres simples. Profitez-en – et ne le dites à personne!



**Daniel Siegrist,**  
CEO



## Nager dans le bonheur

C'est l'été indien et lorsqu'il fait très chaud, on n'a qu'une idée en tête: se baigner vers l'ancien barrage – tant qu'il existe encore, car sa suppression est malheureusement d'actualité. Rendez-vous donc à vélo près d'Eniwa à Aarau, où il y a un endroit pour faire du feu. À pied, avec maillot de bain et sac étanche, mettez ensuite le cap sur le lieu-dit Äntenäscht. En chemin, il est préférable de garder ses tongs à cause de la chaleur du béton. Sautez dans le vieux canal (barrage central) et laissez-vous

44



## Un mélange avec pas mal d'esprit

Klangheimli.ch s'est discrètement imposé comme le plus grand événement culturel du Fricktal. Il ne manquera pas de séduire également les personnes venant d'ailleurs car le mélange de comédie et de musique et les formations de virtuoses sont toujours un événement. Autre atout à souligner: les recettes sont intégralement reversées à l'association de promotion de la relève pour les instruments à vent du Wegenstettertal. La 15<sup>e</sup> édition du festival aura lieu en mars prochain. Informations: raiffeisen-klangheimli.ch



**Martina Weber,**  
juriste



## Séduction à la turque

Si on pense street food stambouliote c'est à Eminönü que cela se passe. En plus des bateaux ottomans sur lesquels sont cuits des sandwiches poisson, on y trouve des moules farcies, des lokma, des pickles, des châtaignes et maïs grillés. À déguster lors d'un Bosphorus Tour avec du thé noir turc tout en observant le magnifique et magique paysage d'Istanbul qui marie à merveille l'Europe et l'Orient.



**Demir Cigdem,**  
assistente team  
Lausanne

emporter jusqu'à la sortie. Il y a une échelle devant le dernier pont à la hauteur de l'endroit pour faire du feu. L'ancien canal ayant été construit artificiellement et bétonné, il est un peu moins dangereux que les autres canaux de l'Aar.



**Andrea Mathys,**  
responsable Front Office  
clients privés



## Choco-coco!

Le plus amusant: elle se nomme «station de vitamines», mais affiche aussi «gelateria» afin d'éviter toute confusion. Le meilleur: je n'ai jamais vu de meilleures glaces ailleurs, la promenade longeant l'Aar jusqu'à ce point de rafraîchissement. Le plus irrésistible: la combinaison chocolat-noix de coco! Même si je finis toujours par tester les autres saveurs, je reviens à chaque fois à ce mélange explosif.



**Admira Brao,**  
juriste



## Vois sur le Lauberhorn

La meilleure façon de suivre la course du Lauberhorn? En hélicoptère: c'est moins cher qu'on ne pense. Et mieux que tout ce qu'on peut imaginer! Nous sommes arrivés vendredi, avons passé la nuit à Mürren et après un long petit-déjeuner, nous avons pris place à bord de l'hélicoptère vers 9h30, qui nous a ensuite déposés sous l'aire de départ sur le contrefort du Lauberhorn. Avant 10h, nous étions au bord de la piste – évitant ainsi la foule et plusieurs heures de queue. Et pour seulement 120 francs! Jamais nous n'avions été aussi heureux de dépenser une telle somme! Nous avons réservé les billets pour le vol et la course via l'hôtel Edelweiss à Mürren.



**Nadia Baumann,**  
responsable applications

# Entre nous ...

**Nous pourrions en faire tout un secret, mais ce n'est pas le cas. Voici ce qui nous a touchés en 2019.**

## Le secret de la vie

8 collaborateurs sont devenus parents en 2019.



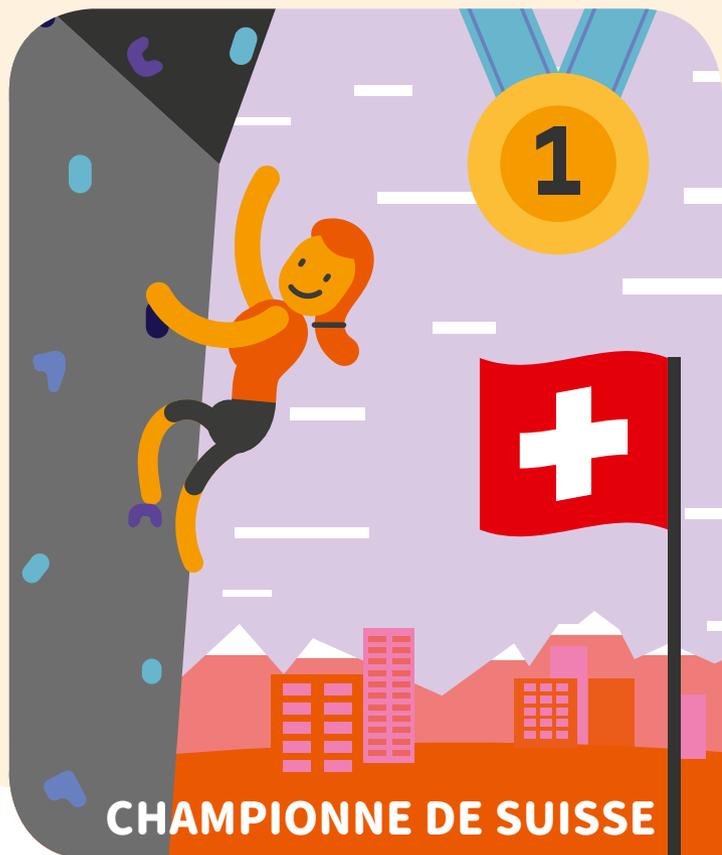
## Le secret de l'amour

4 collaborateurs se sont mariés en 2019.



## Le secret de la réussite

Petra Klingler a réussi le triplé parfait en remportant l'or dans les trois disciplines de l'escalade, devenant ainsi championne de Suisse 2019 en difficulté, bloc et vitesse. Votre secret de réussite? «Là où je réussis le mieux, c'est quand je prends plaisir à la grimpe et aux défis.»



## Secret révélé

À l'été 2019, Coop Protection Juridique SA a vendu la mèche: la nouvelle filiale YLEX inaugure son premier magasin. YLEX propose des conseils juridiques rapides, simples et professionnels aux particuliers, quelle que soit leur situation.

[www.ylex.ch](http://www.ylex.ch)





## Le secret de collaborateurs satisfaits

Coop Protection Juridique SA est l'un des meilleurs employeurs de Suisse, terminant septième au Swiss Arbeitgeber Award dans la catégorie «entreprises de 100 à 249 employés». L'évaluation de l'entreprise a été réalisée exclusivement par ses propres employés. L'enquête anonyme couvrait des domaines tels que la gestion des changements, la direction, le contenu du travail et les salaires. Les collaborateurs ont fourni par ailleurs des informations concernant leurs rapports avec l'entreprise et s'ils la recommanderaient à d'autres. Élément particulièrement réjouissant: l'orientation client a obtenu la meilleure évaluation. La déclaration «dans mon environnement de travail, les intérêts des clients ont une priorité élevée» a bénéficié d'un haut degré d'approbation.

DIX QUESTIONS À...

# Antoinette Anderegg

**Un rapide clin d'œil, les bras croisés,  
les lèvres serrées: cette femme connaît tous  
les secrets du langage corporel.**

Interview: Matthias Mächler

Portrait: Juliette Fong

### **Comment communiquent les gens, à l'exception de la parole?**

Plus de 90 % de la communication est non-verbale: contrairement à la communication verbale, l'absence de communication non-verbale est impossible.

### **Le langage corporel et les mimiques sont souvent intuitifs. Que faut-il pour bien les interpréter?**

La prise de conscience aide à éviter les malentendus résultant de fausses idées et de connaissances superficielles. Les bras croisés n'expriment pas grand-chose. Cela fait une différence si vous vous penchez en avant avec vos bras confortablement croisés en souriant ou si vous vous éloignez, ne laissant rien paraître sur votre visage.

### **Comment savoir si quelqu'un ment?**

Nous aimerions tous cerner les autres, tout en restant difficiles à cerner! S'il était si facile de déceler un mensonge, comme le prétendent certains, la police et les tribunaux ne seraient pas aussi occupés. Personne n'a l'air plus honnête qu'un menteur sans scrupules.

### **Est-il vrai qu'un menteur ne peut pas regarder quelqu'un dans les yeux?**

Cela peut être vrai pour les personnes hautement morales ou pour les enfants qui n'ont pas encore l'expérience du mensonge. Un bon menteur voudra savoir si le mensonge fonctionne et ne vous perdra pas de vue.

### **Comment déceler un mensonge lors d'un interrogatoire?**

Si une personne répond positivement à une question tout en battant en retraite, il y a de fortes chances pour qu'elle pense le contraire. Si elle dit être très ouverte et serre ensuite les lèvres, c'est probablement pour étouffer sa déclaration.

### **Que disent les pieds à propos de nos intentions?**

Tout ce qui se trouve en dessous de la taille est plus éloigné de notre conscience, donc moins soumis au contrôle que les gestes et les mimiques. Les pieds montrent avant tout si une personne est tendue. Ou quelle personne les intéresse vraiment dans l'assemblée. Vers qui elle aimerait aller.

### **Pourquoi le corps fait-il de telles choses avec nous sans que nous le voulions?**

Dans un groupe qui fonctionne, il est essentiel de déceler immédiatement les sentiments, les besoins et les intentions des autres et d'agir en conséquence. Autrement, il n'y aurait pas d'amour ni de travail en équipe.

### **Comment contrôler de tels automatismes? Par exemple mon inquiétude dans mon travail quotidien?**

En règle générale, l'inquiétude se voit moins chez quelqu'un qu'on ne le pense. Vous pouvez suggérer une certaine impassibilité en évitant de vous laisser bousculer et de vous justifier, et en agissant avec calme.

### **Exemple de séance photo: y a-t-il des astuces pour faire bonne impression?**

Entrez en contact avec le photographe, cela vous détendra. Si vous vous servez de la photo pour postuler à un poste de direction, gardez la tête bien droite et ne souriez pas trop: dans les hautes sphères, vous êtes respecté mais peu apprécié. Si vous recherchez un partenaire, vous pouvez incliner gracieusement la tête vers la gauche, avancer légèrement le côté gauche de votre visage et arborer votre plus beau sourire. Dans les sphères plus basses, vous êtes surtout apprécié mais peu respecté.

### **Quels sont les signes qui indiquent que je plais à quelqu'un?**

La personne vous regardera un peu plus longtemps que d'habitude, puis se rendra compte qu'elle se trahit et baissera les yeux ou détournera brièvement le regard. Par ailleurs, son regard ne balayera pas uniquement votre visage mais évaluera brièvement et furtivement votre corps. Un homme bombera imperceptiblement le torse, une femme portera la main à son cou, sa poitrine, ses cheveux... Souvent, il peut s'agir d'un haussement de sourcils ou d'un sourire.

## **L'experte du langage corporel**

Antoinette Andregg est experte en langage corporel depuis 21 ans. Avec ses sociétés [nonverbales.ch](http://nonverbales.ch) et [apriori.ch](http://apriori.ch), elle forme des employés de sociétés internationales telles que Credit Suisse, Coca-Cola et Swisscom, des employés de PME et des particuliers.

# Merci!

Chères lectrices, chers lecteurs,

Coop Protection Juridique a de solides partenaires à ses côtés depuis des années. C'est notamment grâce à eux que nous sommes devenus ce que nous sommes aujourd'hui.

Nous tenons donc à remercier sincèrement: Employés Suisse, Atupri, Beobachter, Collecta, Coop, Copyrightcontrol, Creadi AG, Européenne Assurances Voyages, Syndicat du personnel de la douane et des gardes-frontière garaNto, Helsana, Helvetia, CPT, ASLOCA Berne, ÖKK, Association du personnel de la Confédération APC, Association du personnel de la Suva, Association suisse des employés de banque, Syndicat du personnel des transports SEV, Association suisse des professionnels de la scène, smile.direct, Organisation suisse des patients OSP, SWICA, Sympany, Syna, Syndicom, TONI Digital Insurance Solutions, Unia, ATE Association transports et environnement, Syndicat des services publics SSP.

## **Coop Protection Juridique SA**

Entfelderstrasse 2, Case postale 2502, 5001 Aarau  
T. +41 62 836 00 00, [info@cooprecht.ch](mailto:info@cooprecht.ch)  
[www.cooprecht.ch](http://www.cooprecht.ch), [www.core-magazin.ch](http://www.core-magazin.ch)

**coop** protection juridique  
tout simplement différente.