

# VOTRE ÉTÉ

**L'INTERVIEW SUR LA TERRASSE** Chaque jour, les vacances d'un invité surprise. Aujourd'hui, la restauratrice et naturopathe Laurence Salomon

## Les vacances, ce sont les Seychelles, la Corse et le lac d'Annecy bien sûr !

### ANNECY

**N**aturopathe passionnée par l'art culinaire, Laurence Salomon a créé, il y a huit ans, le restaurant Nature & Saveur à Annecy.

Cela fait presque quinze ans qu'elle s'intéresse à la santé et aux divers stress qui peuvent l'altérer. Parmi ces stress, certains sont environnementaux et l'alimentation joue un rôle prépondérant. Convaincue de ce fait, elle obtient le diplôme de naturopathe au CENATHO (Collège Européen de Naturopathie Traditionnelle Holistique).

**Que faites-vous cet été ?**

« Je travaille. Mon restaurant occupe une très grande partie de mon temps. Mais je vais quand même prendre une semaine de vacances, je pense rester ici pour profiter du lac d'Annecy, faire ce que je ne peux pas faire au long de l'année. »

**Vous êtes plutôt trek en 4x4 avec nuits sous la tente, séjour en hôtel club "all inclusive" ou bien séjour à la ferme ?**

« Séjour en hôtel "all-inclusive" certainement pas. Je serais plus séjour à la ferme pour être tranquille, au calme et pour manger de bons produits fermiers. »

**Quel touriste êtes-vous ?**

« (Un moment d'hésitation) Je pense short et tong, une tenue décontractée et tranquille pour être vraiment à l'aise. »

**Pour vous les vacances, c'est l'occasion de travailler sur des dossiers épineux ou de faire un break complet ?**

« J'ai beaucoup de travail



Une petite pause bien méritée sur une terrasse au bord du lac d'Annecy. Laurence Salomon n'a pas beaucoup de temps en ce début d'été, sa cuisine rythme ces journées, son restaurant tourne à plein régime. Le DL/OT

au long de l'année, alors pendant les vacances j'en profite vraiment pour me ressourcer, couper les ponts avec le travail.

**Le luxe absolu pour vous**

**c'est quoi ?**

« Le beau, le raffinement, l'harmonie, l'élégance. Des concepts que je mets aussi en pratique aussi dans ma cuisine. »

**Quelles sont vos meilleures vacances ? Les pires ?**

« En Afrique du Sud, un séjour en contact avec la nature et les animaux. Et aussi un trekking à l'île de la Réunion.

Le pire, c'est justement dans un hôtel-club. »

**Êtes-vous une adepte de la thalasso ?**

« Je préfère la pratiquer dans le lac d'Annecy. »

**Vous regardez la télé, écoutez la radio, lisez pendant vos vacances ?**

« J'écoute la radio, France Musique, France Inter et France Bleu. Je lis aussi des

### REPÈRES

#### LE PLAT DE L'ÉTÉ

■ Tout ce que je fais dans ma cuisine avec des bons produits.

#### UN LIVRE DE PLAGE

■ Les Mystères de Paris d'Eugène Sue.

#### UNE CHANSON

■ Ombra mai fou, un chant lyrique.

#### UN OBJET

■ Une serviette de plage et un maillot de bain.

#### UNE ENVIE

■ Prendre le temps de faire les choses.

journaux professionnels. »

**Quel est pour vous le pays qui incarne le mieux les vacances ?**

« Les Seychelles, des îles paradisiaques. La Corse aussi et Annecy bien sûr. »

**Le plus beau monument visité pendant vos vacances ?**

« La Chapelle Sixtine à Rome. »

**Vos premières vacances ?**

« Chez mes grands-parents à Arcachon, des vacances en famille. »

**Constituez-vous un budget vacances tout au long de l'année ?**

« Non pas spécialement mais j'essaie quand même de prévoir. »