

ACTIF: pourquoi il faut
bouger au quotidien.

INNOVANT: il y a du
nouveau chez nous.

INDIVIDUEL: un type
d'investisseur pour vous.

DYNAMIQUE: avec des
On aux pieds.

ALLIANZ SPOTLIGHT



PRINTEMPS 2021

TOUJOURS EN MOUVEMENT

Toujours en mouvement: pas évident à mettre en pratique. Quand je travaille à la maison, je ne fais pas trop d'exercice physique. Pourtant, j'ai plus de temps, vu que je ne dois plus aller au bureau. Mais c'est souvent la motivation qui vient jouer les trouble-fêtes.

Découvrez pourquoi bouger régulièrement vaut le coup et l'effet sur notre santé mentale, dans notre article de couverture (p.8-12). Vous trouverez également quelques exercices de qi gong à faire chez soi (p.16-17). N'hésitez pas à essayer cette pratique très en vogue: peut-être un moyen de faire le plein de vitalité.

Le mouvement, c'est sa tasse de thé. Caspar Coppetti, cofondateur de On, la marque en plein essor de chaussures de running, est pourtant resté assis pendant une heure lors de notre entretien portant sur ses nouveaux projets et sa collaboration avec Roger Federer (p.18-23).

Chez Allianz également, nous allons de l'avant. Pour nos clients. Nous avons notamment revu notre programme clients (p.6), ajouté une couverture épidémie et pandémie à notre assurance voyages (p.7) et conclu un nouveau partenariat (p.13).

Pour ceux qui ont besoin de distraction, nous avons compilé nos films-événements, dont des offres de streaming à regarder à la maison (p.26-29). Et si vous avez besoin de changer de décor, n'hésitez pas à participer à notre concours (p.14-15). Avec un peu de chance, vous voguerez bientôt sur les lacs suisses et serez littéralement toujours en mouvement.

Bonne lecture! Et n'oubliez pas de vous lever de votre canapé pour vous dégourdir les jambes.



SELINE SCHNEIDER
Direction de la rédaction Spotlight

Éditeur Allianz Suisse, Brand Management & Sponsoring, Richtplatz 1, 8304 Wallisellen
Direction de la rédaction Seline Schneider, Manuel Ott **Rédaction** Bernd de Wall, Roming Inauen, Angela Wimmer **Graphisme** Laura Prim **Conception digitale** Nora Niggli, Patrick Süssstrunk
Traduction Service de traduction d'Allianz Suisse **Illustration** Nino Christen **Impression** Vogt-Schild Druck AG **Photo de couverture** Erik Dungan **Langues** allemand, français, italien **Versión Web** allianz.ch/spotlight **Contact** spotlight@allianz.ch **Swiss Made** Le magazine est produit en Suisse et paraît deux fois par an.

Tous les textes et photos sont protégés par le droit d'auteur et ne peuvent être ni reproduits ni réutilisés. Tous droits réservés.



6-7

ALLIANZ INSIDE

Les dernières nouveautés de l'univers Allianz



8-12

EN COUVERTURE

Toujours en mouvement

La pleine conscience en télétravail et les bienfaits de l'exercice physique.



13

PARTENARIAT

Les limites: c'est dans la tête

Nous sommes fiers d'être partenaire des Mouvements Olympique et Paralympique.

14-15

CONCOURS

Sur le MS Attila dans le Pays des Trois-Lacs

Gagnez des billets pour le premier bateau de croisière suisse.

18-23

ENTREPRISES

Des pieds à la tête

Entretien avec Caspar Coppetti, cofondateur d'On, sur Swiss Olympic et Roger Federer.

24-25

PRÉVOYANCE

Équilibre ou poussée d'adrénaline?

Les placements financiers et le sport ont des points communs. Quel type vous correspond?

26-29

CINÉ

Émotions cinéphiles

Nos engagements avec le 7^e art.



30

NOTRE HÔTE

L'assurance et moi

Pedro Lenz: sur les pères et les courses de ski.

ALLIANZ PLUS: EN AVANT TOUTE!

Il y a du mouvement dans notre programme clients. Découvrez ici nos nouveautés et vos avantages.

Texte: Seline Schneider

Nous avons optimisé notre programme clients Allianz Plus pour vous. Nos clients peuvent en profiter dès la première police. D'autres avantages vous attendent: vous pouvez p. ex. percevoir un avantage fidélité pour un contrat supplémentaire conclu. En cas de renouvellement d'un contrat existant, recevez un rabais de prime. Les familles peuvent en outre profiter de services utiles et d'un carnet de bons plein d'avantages pour petits et grands.

Bronze, argent, or ou platine: plus vous avez de contrats d'assurance chez Allianz, plus vous bénéficiez d'avantages. Outre les avantages fidélité, profitez des offres de nos partenaires. Concrètement: faites le plein moins cher chez AVIA et bénéficiez d'une réduction pour toute réservation de vacances chez Kuoni. Vous pouvez aussi accéder à des services utiles en cas de besoin, comme l'assistance d'urgence à l'étranger ou le service santé. Il suffit de vous inscrire à notre programme clients Allianz Plus, directement en ligne ou via votre conseiller ou votre conseillère.

Plus d'informations sur Allianz Plus:
allianz.ch/plus

Allianz PLUS

Vous souhaitez recevoir vos factures ou Spotlight par voie digitale? Inscrivez-vous sur allianz.ch/paperless



VOYAGER SANS SOUCI

Les voyages sont de nouveau autorisés? Grâce à la nouvelle couverture épidémie et pandémie de notre assurance voyages, partez sans souci.

Texte: Bernd de Wall

Le coronavirus a anéanti de nombreux projets de voyage. Conséquence: une incertitude croissante concernant les conditions de voyage applicables et les événements couverts ou non par l'assurance voyages. Mais maintenant, c'est de l'histoire ancienne: Allianz a modifié les conditions de son assurance voyages. Depuis le 15 mars 2021, les nouveaux contrats d'assurances voyages couvrent les frais liés à une épidémie ou à une pandémie.

Ainsi, les frais d'annulation en cas d'infection au COVID-19 ou de quarantaine individuelle pour cause de suspicion d'infection sont notamment couverts. Vous avez des projets de voyage? Alors n'oubliez pas d'adapter impérativement votre assurance voyages aux nouvelles conditions, vous pourrez partir l'esprit plus tranquille.

Pour de plus amples informations sur notre nouvelle couverture pandémie et épidémie, contactez votre conseillère ou conseiller.

allianz.ch/voyages

Toujours en mouvement: pas toujours évident, surtout actuellement. Découvrez pourquoi bouger vaut le coup et comment renforcer votre système immunitaire avec la pleine conscience et des nouvelles formes de sport.

TOUJOURS EN MOUVEMENT

Texte: Sibylle Zumstein

En toute sincérité, qui parmi nous fait suffisamment d'exercice? Depuis la deuxième vague de la pandémie, la plupart d'entre nous, pour le moins dans le tertiaire, travaille principalement à la maison. Si cette situation a accéléré le processus de digitalisation et

l'acceptation des nouvelles formes de travail nomade, nous sommes trop sédentaires, comme le montrent les premières études, et comme certains l'ont certainement déjà constaté.



1

Le corps humain se compose de 650 muscles et quelque 206 os.

Des pauses actives

Difficile d'atteindre 10 000 pas par jour quand on ne marche plus jusqu'à l'arrêt de bus ni ne monte les escaliers jusqu'au bureau. Mais, à la place, on peut faire de l'exercice en se baladant pendant la pause de midi ou le matin avant le travail. En effet, une heure de marche rapide renforce le système cardiovasculaire tout en brûlant jusqu'à 400 calories, ce qui correspond à près d'une tablette de chocolat ou à un repas léger.

Chez soi, il est recommandé de se lever une fois par heure, de s'étirer et de faire quelques pas afin de stimuler la circulation sanguine. Si on travaille beaucoup sur ordinateur, un pupitre à station debout est idéal. Les plus créatifs le construiront avec une planche à repasser et des livres. Pour soulager son dos, on peut aussi s'asseoir sur une chaise sans dossier ou sur un Swiss Ball.

Trouver la motivation

Quand la séance de musculation ou de yoga est annulée en raison du confinement, il faut se prendre en main pour faire du sport. Idéalement deux à trois fois par semaine: pour renforcer le cœur, améliorer la circulation et la tonicité musculaire. En effet, faire de l'exercice, dormir suffisamment et manger sainement renforcent le système immunitaire et la résistance.

Bien sûr, il est normal de connaître des moments de baisse de motivation et il faut parfois se forcer un peu, surtout quand on ne peut plus rencontrer ses amis en faisant du sport. Si on ne parvient pas à surmonter sa paresse et à faire de l'exercice à la maison, les cours en streaming en direct de sa salle de sport préférée sont la solution. Astuce motivation: prendre un abonnement et réserver un cours à l'avance.

Natalia Karbasova, experte en fitness et fondatrice de l'European FitTech Summit, le reconnaît: «À la maison, les technologies intelligentes comme les montres connectées aident à s'accrocher et à rester motivé.»



3

Faire du sport améliore la mémoire et la concentration.

Pleine conscience

La préparation mentale est essentielle pour les sportifs de haut niveau. Elle leur permet d'améliorer leurs performances, de récupérer et de prévenir les blessures. La pleine conscience en fait partie et nous en avons tous besoin, surtout dans le monde actuel, toujours plus rapide et virtuel. Elle se pratique au quotidien, en observant ses propres pensées. Est-ce que je me laisse facilement déconcentrer? Est-ce que mes pensées tournent en rond? Est-ce que je rumine souvent les mêmes idées négatives?

Selon les neurosciences, les pensées produisent des impulsions électriques dans le cerveau qui entraînent une réaction chimique dans le corps. Si je pense à une interaction pénible avec mon supérieur, je me sens immédiatement frustré. Le corps renvoie un signal au cerveau, qui confirme que mes émotions sont telles que mes pensées les perçoivent. Et le cycle recommence.

La pleine conscience a une incidence prouvée sur le système immunitaire. La méditation réduit l'intensité des ondes cérébrales, les ondes bêta diminuant au profit des ondes alpha. Cet état permet au corps de se détendre, aux pensées de s'organiser, et nous permet de prendre du recul. Le système nerveux autonome quitte le mode de survie, la tension chute, la respiration, la digestion et le métabolisme fonctionnent à nouveau normalement.

Se concentrer sur le mouvement

En étant conscient de ses mouvements et en se concentrant sur sa respiration en courant, sur les sensations de ses pieds foulant le sol ou sur la transmission de la puissance lors du déplacement, on renforce sa perception et sa conscience: deux capacités essentielles tant au développement personnel qu'à l'amélioration des performances et à la résistance du corps et de l'esprit.

2

Les fascias (tissus conjonctifs qui enveloppent les structures du corps) maintiennent notre squelette.

Tendances: sylvothérapie et qi gong

La sylvothérapie, ou shinrin-yoku en japonais, allie mouvement et pleine conscience. L'objectif est très simple: se promener en forêt, faire une pause, percevoir la nature avec tous ses sens. Il y a aussi le qi gong, une pratique chinoise vieille de 5000 ans. Le «qi gong des cinq éléments» allie art martial chinois traditionnel, philosophie taoïste, médecine chinoise et activité sportive moderne. Cet entraînement dynamique des fascias et de la mobilité améliore la force, l'agilité et la concentration. Il apprend aussi à exercer sa conscience, à orienter son énergie de façon active et à gérer ses émotions négatives avec des exercices pratiques.

Abi Chakraborty du Flow-Village-Studio à Zurich affirme: «L'exercice doit aussi être amusant. Ainsi, notre entraînement mélange art martial, yoga et mouvement créatif, imitant p. ex. les mouvements des animaux. Le corps a besoin de changement afin de prévenir l'usure et les blessures.»

**L'exercice améliore la résistance**

Faire de l'exercice physique régulièrement est essentiel pour renforcer son système immunitaire et sa résistance, surtout dans la période actuelle fortement marquée par l'incertitude et la peur depuis le début de la pandémie de COVID-19.

En méditant, on est également moins influencé par les événements, on améliore sa performance physique et mentale et on se concentre davantage sur l'essentiel. En effet, nous avons plus de prise que nous ne le pensons sur notre santé. À nous de toujours rester en mouvement.

Un nouveau cours à tester
(aussi en ligne):
swissqigong.com
flowvillage.ch

4

**Pour la bonne
humeur:
l'exercice augmente
la sécrétion d'hormones
du bonheur.**



«J'apprécie beaucoup notre long partenariat avec Allianz. Grâce à cet engagement, je peux vivre de ma passion en tant que sportif professionnel.»

Sportif en fauteuil roulant, Marcel Hug (35 ans) a gagné dix titres mondiaux et huit médailles Paralympiques. Son prochain objectif? Les Jeux Paralympiques de Tokyo.

LES LIMITES: C'EST DANS LA TÊTE

Depuis janvier 2021, Allianz est l'assureur mondial des Jeux Olympiques et Paralympiques.

Texte: Manuel Ott

Le sport nous anime. Nous sommes particulièrement fiers d'être partenaire officiel des Jeux Olympiques et Paralympiques pour les huit prochaines années. Outre nos solutions d'assurance personnalisées, nous menons des actions exclusives comme nos Allianz Sports Camps, où de jeunes sportifs peuvent découvrir les valeurs des Mouvements Olympique et Paralympique.

En outre, nous nous engageons depuis longtemps aux côtés de plusieurs sportifs dans les disciplines les plus diverses. En particulier, nous sommes fiers d'être le partenaire de Swiss Paralympic depuis dix ans, et de promouvoir ainsi le handisport. Nous soutenons aussi les champions de demain en parrainant l'Aide sportive suisse. Apprenez-en davantage sur nos engagements sportifs sur allianz.ch/sport



«Grâce au soutien d'Allianz, je peux me concentrer à 100% sur mon sport.»

Lea Ammann (19 ans) est championne suisse 2019 des moins de 18 ans du 400 m. Son objectif? Participer aux Jeux Olympiques Paris 2024.



Photo du haut: Brigitt Willimann
Photo du bas: Helga Ganz

CROISIÈRE SUR LES LACS SUISSES

Cela change de la haute mer: le MS Attila va être le premier navire de croisière suisse, devenant la nouvelle attraction touristique du Pays des Trois-Lacs. Il larguera les amarres en mai. Cet hôtel de charme flottant est couvert par l'assurance bateaux d'Allianz.

Texte: Angela Wimmer

Siroter un verre de vin de Mont Vully en voguant sur l'eau? Admire le lever du soleil au centre-nature de La Sauge? Se laisser bercer par le clapotis des vagues? C'est possible sur le MS Attila. Le premier bateau de croisière suisse est le projet de Richard Hurni et de Hans Hofstetter. Fortement ancré dans le Pays des Trois-Lacs, le duo savait qu'un vieux navire de marchandises était à vendre sur le canal de La Broye à Sugiez. L'idée de transformer le bateau en un petit navire de croisière est née spontanément un soir autour d'une bière.

Il s'agit du premier bateau de passagers avec hébergement: pour la Suisse, c'est un petit événement. Après transformation, l'hôtel flottant dispose de neuf cabines et d'un spacieux Captain's Lounge de 70 m² et peut donc recevoir à son bord 18 passagers. Quant à son pont, il peut accueillir jusqu'à 150 personnes.

C'est surtout pour les chambres que les deux créateurs ont innové. Les cabines à lits doubles sont d'anciens conteneurs de démantèlement recyclés.

Les créateurs ont misé sur l'artisanat local et sur les produits régionaux. Propulsé par un moteur hybride, le MS Attila respecte l'environnement, offrant une croisière qui sait prendre son temps. Son restaurant sert surtout des plats préparés avec des produits de la région des lacs. Outre le yoga, le golf et les dégustations de vin sur le Mont Vully, de nombreuses excursions sont proposées p. ex. sur l'île de Saint-Pierre, qui a déjà conquis de nombreux poètes et philosophes. Alors, larguons les amarres!

www.attila.swiss



CONCOURS

Vous rêvez de voguer sur les lacs jurassiens à bord du premier bateau de croisière suisse? Nous offrons une croisière de six jours sur le MS Attila pour deux personnes. Participez sans attendre à notre concours et, avec un peu de chance, vous serez bientôt à bord.

Comptez le nombre de dessins dans la brochure.

A) 1 B) 8 C) 18

Envoyez votre réponse par e-mail à spotlight@allianz.ch ou par la poste à Allianz Suisse, Spotlight, M BS, case postale, 8010 Zurich.

Conditions de participation: être client d'Allianz Suisse et être âgé d'au moins 18 ans. La date limite d'envoi est le 31.10.2021. Le gagnant ou la gagnante sera informé(e) par courrier. Les prix ne pourront pas être versés en espèces. Tout recours juridique est exclu.

ÉTIREMENT LATÉRAL DE LA NUQUE

COMMENT FAIRE?

Genoux légèrement pliés, bras détendus le long du corps.

Refermez le bout des doigts d'une main sur le pouce, fléchissez le poignet vers l'intérieur en direction du corps.

L'autre main est fléchie et parallèle au sol.

Penchez l'oreille vers l'épaule du côté de la main repliée.

Changez de côté: bougez la nuque et les mains simultanément.

Inspirez quand la tête est au centre. Expirez, penchez la tête sur le côté.

Répétez dix à vingt fois.



BIENFAITS

- ✓ Détend la nuque, notamment le muscle sterno-mastoïdien, qui permet la rotation de la tête.
- ✓ Mobilise les fascias des muscles profonds et superficiels des bras et active les nerfs des poignets.
- ✓ Active les méridiens de la nuque et des bras (notamment la vésicule biliaire).

EXERCICES DE QI GONG À FAIRE CHEZ SOI

DÉROULÉ ET ENROULÉ

COMMENT FAIRE?

Jambes tendues, bras croisés au niveau des épaules.

Inspirez, baissez le menton sur la poitrine.

Expirez, enroulez lentement la colonne vertébrale en commençant par la nuque, puis la poitrine et le bas du dos. Les jambes restent tendues.

Laissez les coudes pendre vers le bas, bras toujours croisés. La nuque est détendue.

Inspirez, remontez lentement, en déroulant la colonne, vertèbre après vertèbre.

Pliez légèrement les genoux, contractez les fessiers, expirez. Regardez vers le haut et penchez-vous légèrement vers l'arrière.

Inspirez, revenez au centre. Tendez les jambes.

Répétez cinq fois.



BIENFAITS

- ✓ Étire la zone lombaire, surtout le fascia thoracolombaire et soulage les douleurs du bas du dos.
- ✓ Mobilise les lames superficielles des fascias allant de la plante du pied au sourcil en passant par l'arrière des jambes, le fessier, le dos, la nuque.
- ✓ Active le méridien de la vessie correspondant à la lame superficielle.

FLEXION DE LA RATE ET DU FOIE

COMMENT FAIRE?

Genoux légèrement pliés.

Entrelacez les doigts, tendez les bras vers le haut, la paume des mains vers le ciel.

Les bras sont tendus, les épaules détendues.

Inspirez, hissez-vous sur la pointe des pieds. Baissez les talons.

Expirez, penchez-vous sur la droite et étirez le côté gauche. Revenez au centre.

Inspirez, mettez-vous sur la pointe des pieds, puis sur les talons.

Expirez, penchez-vous à gauche pour étirer le côté droit. Revenez au centre.

Relâchez les doigts. Baissez lentement les bras le long du corps.

Répétez deux à trois fois.



BIENFAITS

- ✓ Étire les muscles intercostaux.
- ✓ Mobilise la lame latérale des fascias allant du métatarse à l'oreille en passant par le côté de la jambe, la hanche, les côtes, l'aisselle et la nuque.
- ✓ Masse le foie (flexion à droite) et la rate (flexion à gauche).



DES PIEDS À LA TÊTE

On, une marque suisse de chaussures de running en plein essor. Son dernier coup de maître: équiper la délégation Olympique suisse. Un de ses cofondateurs, Caspar Coppetti, évoque son nouveau partenariat, son besoin d'exercice et sa collaboration avec Roger Federer.

Entretien: Seline Schneider

Monsieur Coppetti, vous avez fondé la marque On il y a onze ans avec David Allemann et Olivier Bernhard. Pourquoi le nom On?

L'exercice physique doit être un plaisir. Notre objectif est d'inciter le plus de monde possible à faire de l'exercice en y prenant du plaisir, qu'il s'agisse d'athlètes confirmés ou de personnes souhaitant se remettre au sport. Les personnes actives sont une source d'inspiration pour les autres et c'est cet optimisme que nous voulons communiquer.

On est l'une des marques de sport qui connaît une popularité croissant à la vitesse grand V au plan mondial. Quel est votre secret?

Notre marque se base sur la technologie brevetée CloudTec®, qui offre un amorti doux suivi d'une poussée dynamique. Olivier Bernhard a développé cette technologie avec un ingénieur suisse lors de sa carrière de triathlète. Il voulait une chaussure avec laquelle il pourrait courir longtemps, beaucoup et vite, sans aggraver ses articulations. Cette technologie était inédite sur le marché, elle a fait l'effet d'une bombe.

Vous n'avez mis en place aucune stratégie marketing pour promouvoir le produit.

Pourquoi?

C'est vrai. Au début, tout passait par le bouche-à-oreille. Nous avons rapidement constaté que les personnes qui essayaient les chaussures étaient enthousiastes. Nous sommes donc allés là où nous pouvions convaincre le plus de monde possible, c'est-à-dire à des marathons ou dans des magasins de sport. Nous avons aussi eu la chance de nous lancer parallèlement aux réseaux sociaux, qui ont rapidement favorisé le bouche-à-oreille. Nous avons soudainement été submergés de demandes. Et nous avons dû grandir très rapidement. Aujourd'hui, nous sommes actifs dans plus d'une cinquantaine de pays et employons un millier de personnes dans le monde.

Quelles ont été les principales étapes du parcours de On?

Peu après le lancement, nous avons gagné l'ISPO BrandNew Award qui nous a apporté une grande reconnaissance dans le secteur. Nous avons ensuite continué à développer la qualité du produit vers un niveau supérieur. Nous avons fait beaucoup d'essais et avons dû emprunter de nouvelles voies. Le passage de Nicola Spirig de Nike à On a été une étape importante. Nous avons conçu pour elle la chaussure de course la plus légère du monde: la Cloud. Cette chaussure est rapidement devenue un best-seller, pas seulement pour les triathètes, mais également pour les citoyens. Et quand Roger Federer nous a rejoints en 2019, nous avons gagné de nouveaux fans dans le monde entier.

PORTRAIT

CASPAR COPPETTI

PROPRIÉTAIRE ET COFONDATEUR DE ON



ÂGE

45 ans

LOISIRS

Mer et montagne

FILM PRÉFÉRÉ

L'Affaire Thomas Crown

DEVISE

Le courage c'est rêver

Quelle est votre chaussure On préférée?

J'aime tous mes «bébés» de manière égale. Actuellement, je porte souvent Cloudrock, notre chaussure de randonnée. Elle est chaude et offre un bon maintien. Pour courir, je porte les Cloudstratus et pour mes loisirs, les Roger.

Le sport et l'exercice, est-ce important pour vous?

C'est même essentiel. J'ai du mal à tenir en place. Cet entretien vidéo me demande beaucoup d'effort (rires). Déjà à l'école, le sport était primordial pour moi. Plus jeune, j'ai été snowboarder professionnel et je m'entraînais plusieurs fois par semaine. Aujourd'hui, je ressens un manque si je ne fais pas de l'exercice chaque jour, que ce soit de la course, du vélo, du surf ou de la randonnée.

Depuis 2021, On est le nouveau partenaire de Swiss Olympic et va équiper les athlètes suisses ces huit prochaines années. Comment ce partenariat est-il né?

Nous avons toujours rêvé de faire partie du Mouvement Olympique. La perspective de voir les athlètes suisses porter une marque suisse était réjouissante. En fait, ce rêve est né en même temps chez nous et chez Swiss Olympic. Et quand l'occasion s'est présentée, nous n'avons pas hésité longtemps.

Le passage de chaussure de sport à chaussure de ville était-il voulu ou est-ce un hasard?

Ça s'est passé comme ça. Au début, notre acceptation dans le milieu de la course n'allait pas de soi. L'utilisation de notre produit en ville du fait de son esthétique et de son confort nous a d'abord dérangés, car nous craignons que sa fonctionnalité passe au second plan. À présent, nous trouvons génial que des sportifs de haut niveau et le grand public portent nos chaussures.

Les chaussures On séduisent par leur design sobre. À titre personnel, préférez-vous un style sobre ou coloré et voyant?

J'adore les lignes élégantes et la sobriété, tout comme mes deux cofondateurs. Dès le début, nous avons voulu révolutionner le design sportif.

«NOUS AVONS TOUJOURS RÊVÉ DE FAIRE PARTIE DU MOUVEMENT OLYMPIQUE.»

«LE COURANT EST TOUT DE SUITE PASSÉ ENTRE ROGER ET NOUS.»

Revenons encore une fois à Roger Federer. L'as du tennis fait désormais partie de On. Roger est-il venu vers vous ou est-ce l'inverse?

Nous avons été agréablement surpris de voir des photos de Roger dans la presse avec des On aux pieds. Nous lui avons alors envoyé quelques modèles. Des échanges informels ont suivi, et un jour il est venu à l'On Lab. Le courant est tout de suite passé. Roger adore les chaussures et apporte son expérience de sportif professionnel. Nous nous sommes revus à plusieurs reprises et avons eu l'idée de faire quelque chose ensemble, c'est ainsi qu'il a intégré l'équipe.

On va-t-elle équiper la totalité de la délégation suisse?

En tant que fournisseur officiel de Swiss Olympic, On habillera et chaussera l'équipe pour tous les moments officiels des Jeux Olympiques et Paralympiques. Cependant, nous ne souhaitons pas seulement équiper les meilleurs athlètes, mais aussi soutenir les jeunes sportifs suisses. Ainsi, ce seront un millier d'athlètes qui porteront la marque On.

Avez-vous créé une collection spéciale? À quoi ressemble-t-elle?

Notre équipe design a donné le meilleur d'elle-même pour la collection Olympia. Il est important que les athlètes se sentent bien dans leur équipement. En même temps, nous voulions créer quelque chose de nouveau. Le but est que la délégation suisse en mette plein les yeux, de la tête aux pieds. Au rouge suisse classique s'ajoute un bordeaux élégant et la tenue brille par ses fonctions techniques. De plus, Roger Federer lui-même a créé une chaussure pour la collection. On est donc impatients.

Comment se passe la collaboration avec l'un des plus grands sportifs de tous les temps?

Roger est un perfectionniste. Chaque détail compte. C'est ce qui nous unit. Par ailleurs, il est affable et conciliant. Collaborer avec lui est vraiment un plaisir. Nous avons également partagé de bons moments ensemble en dehors du travail. Je dirais qu'une relation amicale s'est installée au fil du temps.



Caspar Coppetti (devant, à droite) et une partie de l'équipe On avec Roger Federer dans les rues de New York.

ÉQUILIBRE OU POUSSÉE D'ADRÉNALINE: QUEL EST VOTRE TYPE?

Rester en mouvement permet de progresser. Qu'il s'agisse d'exercice physique ou de placement. Nous avons découvert des parallèles entre quatre sports de plein air et les différents profils d'investisseur.

Texte: Bernd de Wall



Prendre les chemins

La Suisse est le paradis des randonneurs. Il n'est guère surprenant que, selon l'étude «Sport Suisse 2020», la randonnée y soit le sport n° 1. Près de trois millions de Suisses enfilent régulièrement leurs chaussures de marche pour se plonger dans la nature. Faire une pause permet d'admirer le paysage tout en reprenant son souffle. Les randonneurs sont déterminés à atteindre leur objectif, même si ce n'est pas le sommet.

Conservateur

Vous préférez les chemins balisés et la sécurité. Vous évitez les fluctuations de valeur importantes et vous vous contentez de perspectives de rendement limitées. Votre part d'actions est d'environ 25%.

Se surpasser

La course à pied est presque aussi populaire: plus d'un Suisse sur quatre court régulièrement, en moyenne une fois par semaine, qu'il pleuve ou qu'il vente. Dès que vous commencez à courir, vous augmentez l'oxygène circulant dans votre corps à chaque foulée. Après l'effort, vous vous sentez régénéré. Avec le temps, vous améliorez votre forme et renforcez votre système immunitaire. Les coureurs sont souvent des personnes équilibrées.

Équilibré

Cet équilibre se retrouve également dans votre comportement en matière de placement: vous savez que les cours boursiers peuvent aussi parfois chuter. Vous êtes donc prêt à accepter des fluctuations de cours plus importantes pour bénéficier de meilleures perspectives de rendement. Votre part d'actions est de 25% à 50%.



Tester son courage

La Suisse compte quelque 400 000 vététistes. Le VTT sport n'est plus un sport de niche depuis longtemps. Il combine immersion dans la nature et activité sportive. L'offre est vaste: gravir des sommets, faire de grands tours sur des sentiers ou venir à bout de parcours difficiles... Il en faut du courage pour se lancer sur des chemins étroits et foncer par monts et par vaux. Vous aimez le risque et tester vos limites.

Expansif

Lorsque vous investissez, vous prenez aussi volontiers des risques en cas de perspectives de rendement à long terme. Vous acceptez l'incertitude des marchés financiers et pouvez faire face à des fluctuations de cours importantes. Votre part d'actions est de 50 à 75%.

Dépasser ses limites

En Suisse, des milliers de sommets attendent les amateurs d'escalade. La varappe est l'un des sports les plus complets, puisqu'elle demande concentration, force et coordination. Chaque ascension est unique. Quelle voie vous convient le mieux, quelle succession de prises choisir, quel obstacle surmonter? L'escalade permet d'atteindre ses limites. voire de les dépasser, car vous êtes assuré en toute sécurité. Sans oublier la récompense finale: la vue au sommet.

Dynamique

Comme un grimpeur, vous choisissez la voie la plus exigeante pour vos placements: vous avez le goût du risque et une forte capacité à l'assumer. Car vous en êtes certain: vous réussirez en dépit des difficultés. Votre part d'actions est supérieure à 75%.



**Vous aimeriez en savoir plus sur votre profil d'investisseur?
N'hésitez pas à contacter votre conseillère ou conseiller.**

ÉMOTIONS CINÉPHILES

En tant qu'entreprise cinéophile, nous offrons des moments de cinéma inoubliables, car le cinéma est notre passion. Découvrez notre engagement et comment ramener le cinéma chez vous.

Texte: Rominga Inauen

Cette année, Allianz propose une grande diversité de films pour petits et grands. Nos différents engagements couvrent une palette d'événements cinéma, tout au long de l'année.

Allianz a commencé il y a longtemps à produire des films et fait partie des principaux assureurs mondiaux du cinéma. Dès les années 1890, Allianz, autrefois la Fireman's

Fund Insurance Company, a assuré les premiers films muets. Depuis, elle a couvert notamment la série des James Bond ou Harry Potter.

Mais le grand cinéma, ce n'est pas que Hollywood, c'est aussi la Suisse. Toutes les informations et actualités sur nos engagements avec le 7^e art sont disponibles sur allianz.ch/cinema

Une toile sous les étoiles

Que ce soit au Kino am See ou sur la Münsterplatz. À l'Allianz Cinema de Zurich, de Bâle et de Genève, les soirées sont placées sous le signe du plaisir sur grand écran. Avant-premières exclusives et nuits spéciales comme la Family Night ou la Surprise Night promettent des projections variées. Vivez des moments de cinéma inoubliables sous les étoiles. allianzcinema.ch

Allianz Cinema

Des séances Disney pour toute la famille

Les yeux des enfants brilleront lors des séances spéciales pour toute la famille organisées avec Walt Disney Suisse. Les jeunes cinéphiles seront comblés: de la sélection de films aux différentes surprises, tout est fait pour plaire aux enfants.

The **WALT DISNEY** Company
Switzerland

Une aventure ciné exclusive

à bord du téléphérique du CabriO? Cette expérience grisante attend le gagnant du premier cinéma en télécabine. Allianz Cinema on Tour propose du grand cinéma différemment, dans des lieux particuliers et pour un public sélectionné. Les billets pour cette série d'événements exclusifs peuvent uniquement être gagnés. L'aventure commence demain.

Allianz Cinema ON TOUR

Des projections dans toute la Suisse

Des soirées divertissantes vous attendent lors de l'une des Allianz Cinema Nights. Devant l'imposant château de Heidegg, au Castelgrande de Bellinzzone ou entre les murs anciens de l'amphithéâtre de Martigny, les 21 sites offrent un cadre impressionnant pour des séances inoubliables.

Ciné à 5 francs

Le premier dimanche de septembre est à noter dans son agenda, car il est placé sous le signe du cinéma. Depuis 2016, la Journée du cinéma Allianz a lieu ce dimanche-là. Quelque 2400 séances à 5 francs seront proposées dans plus de 550 salles de cinéma dans toute la Suisse.

allianz-journeeducinema.ch



Du ciné plein les oreilles

Avec Maximum Cinema, le magazine suisse en ligne du cinéma, nous présentons le podcast Maximum Cinema. Écoutez des échanges passionnants, des conseils et des actualités sur les films et les séries toutes les deux semaines.

maximumcinema.ch/podcast

Le cinéma s'invite dans votre salon

Depuis un an, les salles obscures semblent abandonnées et les projecteurs sont à l'arrêt. Jusqu'à ce que le public puisse y retourner en toute insouciance, le cinéma à la maison est la solution idéale proposée par les exploitants de salle. Les cinéphiles apprécieront p. ex. «Kino on Demand» (kino-on-demand.ch). En plus, cela soutient les cinémas locaux. Parmi les autres sites de streaming existants, citons myfilm.ch, cinefile.ch ou fil-mingo.ch

L'ASSURANCE ET MOI

Quand je vois le professionnalisme du sport actuel, je pense à mon père. Celui-ci vient d'une famille dans laquelle il n'y avait pas de place pour le sport. «Le sport, c'est pour les paresseux»: un parti pris qui a marqué son enfance.

Comme de nombreux pères, il a voulu prendre le contre-pied avec ses enfants. Il nous a donc vivement encouragés à pratiquer le sport: athlétisme, natation, ski, basket... Bref, plus il y avait de disciplines, mieux c'était!

Lui-même n'en avait qu'une connaissance purement théorique. Nous étions assurés, nous les enfants, contre tout ce qui est imaginable, comme les dommages aux skis, les fractures à la jambe mais aussi toutes sortes d'entreprises casse-cous. Il se postait en bas de la pente, en costume-cravate, et nous donnait des instructions de ski, lui qui n'avait jamais pratiqué ce sport. «Le haut du corps plus vers l'avant! Et pliez les genoux!», s'exclamait-il des après-midis entiers sur la piste.

Par chance, il nous a finalement inscrits à l'école de ski. Mais quand je regarde des compétitions de ski à la télé aujourd'hui, je me dis à chaque fois qu'ils devraient quand même plus incliner le haut du corps vers l'avant!



PEDRO LENZ est né en 1965 et travaille en tant qu'écrivain et chroniqueur à Olten. Il est marié et père de deux enfants. Il ment souvent et pratique trop peu le sport. Il a publié, l'automne dernier, une collection composée de 70 chroniques sportives intitulée «Der Weg zum Himmel» aux éditions Knapp-Verlag Olten

LE COURAGE C'EST AIDER LES AUTRES



Allianz Suisse soutient le Service des transports de la Croix-Rouge.

L'année dernière, quelque 7800 chauffeurs bénévoles ont parcouru plus de 14 934 000 kilomètres transportant 54 800 passagers.

Suivez-nous:
alliansuisse



allianz.ch

Allianz 

