

**GAZETTE**  
**DU BIEN DORMIR**

*Elite* <sup>+</sup>  
LITERIE D'EXCEPTION

# 125 ans

*L'artisan de votre sommeil depuis 1895.*

## ÉDITO

SAURONS-NOUS TIRER  
ENSEIGNEMENT DE  
CETTE PÉRIODE ?

*Et si le 21<sup>e</sup> siècle était celui du respect ? Respect des minorités, des croyances, des différences, des autres et surtout de la planète ! La frénésie de la surconsommation et de l'immédiateté ampute durement notre planète. Cette période de changements majeurs appelle à revenir à des plaisirs simples, en réapprenant à « être » plutôt qu'à « avoir ». En résumé, comme le disait un célèbre auteur : il faut tout changer pour que rien ne change.*

*À l'heure de notre magnifique jubilé, il est intéressant de faire une petite rétrospective. Force est de constater qu'Elite n'a jamais été aussi bien ancrée dans son époque au moment même où d'autres doivent amorcer un douloureux rétro-pédalage. Elite poursuit la même philosophie de responsabilité et d'engagement à l'égard de sa clientèle et de ses collaborateurs-trice-s, en faisant fi des effets de mode, pour que chacun puisse continuer à apprécier le monde, dans sa diversité et sa beauté.*

**François Pugliese,**  
**ELITE SA**

La suite sur :  
[www.elitebeds.ch/fr/maison-elite/actualite](http://www.elitebeds.ch/fr/maison-elite/actualite)

UNE BRÈVE HISTOIRE DE  
L'ÉVOLUTION DU SOMMEIL

**Nous payons aujourd'hui un lourd tribut à notre hyperactivité. Nous dormons en moyenne 1h30 de moins qu'il y a cinquante ans. Le sommeil d'antan, était-il mieux ?**

À l'heure où l'ère moderne nous prive d'heures de repos que nous ne parvenons pas à récupérer, notre rapport au sommeil n'a jamais été aussi conflictuel. Toutes les études sur le sujet arrivent à la même conclusion : un bon sommeil est essentiel à une bonne santé physique et mentale. Pourtant, une personne sur trois souffre de troubles du sommeil de nos jours. À long terme un sommeil insuffisant et de mauvaise qualité peut avoir des conséquences néfastes sur la santé ; troubles cardio-vasculaires, problèmes métaboliques, surcharge émotionnelle... Nous dormons en moyenne 1h30 de moins qu'il y a cinquante ans. La question se pose alors : le sommeil d'antan, était-il mieux ?

À l'Antiquité, le sommeil était considéré comme un phénomène passif, réparateur certes mais une petite mort autant effrayante qu'indispensable à la vie. Dès le 12<sup>e</sup> siècle, l'étude du sommeil et des rêves en Occident fut assimilée à de la sorcellerie et ceux qui en étudiaient la signification étaient pourchassés. Ainsi, l'étude du sommeil se fit pendant longtemps de façon secrète. Aujourd'hui, ce domaine intéresse tout le monde et le marché relatif au sommeil est florissant.

Autrefois, le sommeil se faisait en deux temps. Au Moyen-Âge, le sommeil biphasique était de rigueur. Durant cette ère préindustrielle, il était courant de se coucher peu après la tombée de la nuit puis de se réveiller aux environs de minuit durant 1 à 2 heures environ. Ce temps d'éveil naturel était occupé à la méditation, à l'introspection, aux rapports intimes, aux prières. Les paysans allaient voir que les animaux se tenaient bien et vérifiaient qu'il n'y avait aucun danger à proximité de leur propriété. La période d'éveil nocturne faisait partie

du rythme de l'existence et revêtait une valeur culturelle et religieuse très importante, au-delà du besoin physiologique.



Lumières électriques illuminant les rues de Londres (avril 1881). © HultonArchive / Illustrated London News, Getty

**Développement de la lumière artificielle et révolution industrielle**

Cette pratique en deux temps commence à disparaître au XVIII<sup>e</sup> siècle avec l'apparition de la lumière artificielle. Grâce au recours à une lumière qui rassure à la maison et à l'éclairage dans les rues, les habitants se mettent à dormir sur leurs deux oreilles et d'une seule traite : un sentiment de sécurité envahit les villes de Londres, Paris, Vienne et Philadelphie. Avec le développement de la lumière artificielle, la révolution industrielle et les paysans venus à la ville, le travail de nuit se développe de façon conséquente. Au moment où les machines tournent à plein régime 24h/24, on commence à négliger le sommeil, quantitativement et qualitativement : l'on passe à une dette de sommeil et la lumière artificielle, devenue intrusive et omniprésente, perturbe d'autant plus le sommeil. Avec les acquis sociaux, les travailleurs obtiennent le samedi et le dimanche pour se reposer. C'est réellement à partir de la Seconde Guerre mondiale que l'on entreprend de mesurer le temps de sommeil. Cependant, quelques

sources de l'église catholique datant de la période 1700-1850 font état d'un modèle de sommeil plutôt similaire aux recommandations de nos jours. La durée pour les hommes en bonne santé varie entre 7 et 8 heures, pour les femmes entre 8 et 9 heures. Ces écrits religieux glorifient le sommeil, considéré comme un moment de bonheur et de bienfaits. Pas si différent d'aujourd'hui!

### 21<sup>e</sup> siècle: Le règne des écrans

De nos jours, tout le monde semble être logé à la même enseigne: nous continuons de malmener notre sommeil. Bien dormir est devenu une préoccupation journalière, voire un cauchemar pour certains. Pour celles et ceux dont l'endormissement est tardif, le sommeil morcelé et léger, le moment du coucher revêt même une certaine pesanteur. Le sommeil est une composante absolument essentielle de notre bien-être et de notre santé et un bon sommeil est un sommeil réparateur, celui pendant lequel le corps et le cerveau se reposent, les cellules se régénèrent, le système immunitaire se renforce et les tensions disparaissent. Il faut comprendre son rythme circadien et optimiser les cycles du sommeil. Les

besoins en sommeil ne sont pas identiques d'un individu à l'autre. Il existe des petits, des moyens et des gros dormeurs et le sommeil doit être en adéquation avec les besoins de chacun. Le sommeil fonctionne en cycles: le rythme sommeil/veille est réglé dans le cerveau par le thalamus et se cale sur le rythme circadien, sorte d'horloge biologique interne. Pour celles et ceux qui ont des pathologies du sommeil, l'une des priorités est d'en comprendre les raisons puis de définir le rythme biologique le plus adapté pour y remédier.

À l'Antiquité,  
le sommeil était considéré  
comme un phénomène  
passif, une petite mort  
effrayante.

De nos jours, ce sont les ondes électromagnétiques et la lumière bleue des écrans qui nous entourent qui gênent notre sommeil. Les appareils comme les téléphones portables produisent des ondes électromagnétiques qui se propagent dans l'air. À long terme, ces

ondes provoquent stress et maux de tête, empêchent la production de mélatonine, l'hormone du sommeil, et baissent le niveau d'étanchéité de la barrière sang-cerveau. Imaginez alors ces ondes dans une chambre à coucher, une pièce dédiée au repos et à la détente!

Il est donc recommandé d'éviter la présence et l'utilisation d'appareils électromagnétiques comme la télévision, la console de jeux ou l'ordinateur portable à proximité immédiate du lit car ces derniers et la lumière bleue qu'ils émettent causent une excitation et une stimulation trop importante pour le cerveau. Lorsque la lumière bleue des écrans est présente en trop grande quantité, elle remet notre horloge biologique à zéro. Garder les écrans à distance 1 à 2 heures avant d'aller se coucher, c'est déjà se détendre les yeux, et préparer le corps et le cerveau à l'endormissement.

Chaque époque a connu ses révolutions et changements auxquels il a fallu s'adapter bon gré mal gré. Mais aujourd'hui plus qu'hier, prendre soin de son sommeil est la première étape vers une vitalité retrouvée.



# LA CRÈME DE LA CRÈME

**Ne dit-on pas que les rêves sont l’empreinte que nos jours laissent sur nos nuits? Et quelles seraient ces nuits sans cet objet sur lequel nous passons un tiers de notre existence? Petit tour d’horizon de l’histoire du matelas pour mettre en lumière les 125 ans de notre manufacture d’exception, qui continue d’honorer l’ambition de son fondateur Jules-Henri Caillet.**

Chacun possède en lui un objet, une odeur, un lieu, une sensation affranchie de l’ordre du temps, qui évoque des réminiscences heureuses. à la manière de Marcel Proust dont le souvenir ému des madeleines de sa tante Léonie provoque la résurrection d’un monde oublié de l’enfance.

Souvenez-vous alors des matelas aux ressorts grinçants sur lesquels nombre d’entre nous dormions lors des week-ends chez les grands-parents. Une sensation d’inconfort et un bruit agaçant, qui à l’époque rendait impossible toute tentative de polissonnerie!

De tout temps, l’Homme a cherché le confort. Le matelas est presque aussi vieux que l’Humanité. Ce sont les Perses qui auraient eu les premiers l’idée de confectionner un matelas, usant d’une méthode de fabrication qui aujourd’hui pourrait prêter à sourire: ils remplissent des peaux de chèvres d’eau. En 3400 avant J.-C., les Egyptiens installent dans le coin de leur maison des tas de feuilles de palmier pour s’y reposer. En 200 avant J.-C., les Romains fabriquent leur matelas avec du coton fourré de crin, de paille ou de laine. Les plus riches d’entre eux le garnissent de plumes. Au XV<sup>e</sup> siècle, les matelas sont réalisés en tissus couverts de soie, de satin ou de brocarts, et garnis avec de l’écorce de petits pois, de la paille ou des plumes.

Au XV<sup>e</sup> et au XVI<sup>e</sup> siècle, les matelas sont installés sur des sommiers primitifs, formés de lattes de bois attachées par du cuir ou de la corde. L’âge d’or du matelas, et plus largement de la literie commence au XVIII<sup>e</sup> siècle avec la révolution industrielle. Les évolutions techniques et technologiques permettent de fabriquer des matelas de plus en plus sophis-



tiqués, donc plus confortables. C’est un forgeron allemand qui invente le ressort au début du XIX<sup>e</sup> siècle. Cette technique commence à être exploitée par des tapisseries français à partir de 1825. Dès la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, la Suisse connaît un fort développement industriel.



*Jules-Henri Caillet, vers 1940.*

Depuis 1895, Jules-Henri Caillet, maître sellier-tapisserie à Aubonne fabrique des produits réputés dans toute la région avec son entreprise J. Caillet et Fils. En 1940, la sellerie est abandonnée en tant qu’activité économique. Robert, fils de Jules-Henri, acquiert la fabrique de matelas Elite au Tessin, au moment où la production de lits et matelas prend de l’ampleur. Les tapisseries passent à domicile pour retravailler les garnissages des

matelas dont les crins se sont tassés avec le temps. L’ADN d’Elite s’inscrit naturellement: produire de la qualité durable. Rapidement, les produits de grande qualité de la maison séduisent les grands hôtels et les maisons spécialisées.

En 1946, Elite fait l’acquisition d’un brevet original de montage de matelas à ressorts, grande nouveauté après-guerre. Yvonne Caillet, épouse de Robert, rapatrie l’entreprise à Aubonne après le décès de ce dernier. Redoutable entrepreneure, elle perpétue et agrandit la production de qualité reconnue.

Les méthodes de confection et de réparation de canapés et fauteuils des tapisseries sont utilisées pour développer ce qui fera la renommée d’Elite: le Boxspring original. En 1969, ce modèle de sommier est breveté. Terminé l’effet cuvette des ressorts classiques! Le bien dormir devient la marque distinctive de la maison. En 1965, l’entreprise comptait une quarantaine d’employés, aujourd’hui il y en a près de 80 en Suisse et à l’étranger. François Pugliese, propriétaire et directeur depuis 2006, a modernisé l’appareil



de production tout en gardant le savoir-faire tapissier et l'expertise des matelassiers. En consolidant les acquis de la marque par de nombreuses innovations, il a permis à Elite de s'étendre sur le territoire suisse par l'ouverture de nombreux showrooms, l'internationalisation et une innovation majeure opérée dans l'industrie hôtelière avec notre solution Smart Lease. L'expansion d'Elite, c'est aussi l'acquisition d'entreprises complémentaires réunies sous l'égide du groupe Elite & Co, la collaboration toujours plus étroite avec des partenaires en Suisse et

à l'étranger, et la création d'un service marketing et communication.

Les fournisseurs, les artisans, les couturières, les créatifs, les architectes, les équipes administratives, les responsables des showrooms, les livreurs, les monteurs, toutes et tous font partie intégrante de la chaîne de valeurs chère à Elite. Comme hier, il faut de la patience, du doigté et des matières d'exception. Comme hier, le temps pris pour la fabrication est une garantie de confort, de durabilité et de finition impeccable.

Dans un monde globalisé, Elite continue à exercer un savoir-faire traditionnel, une production locale avec des matériaux nobles, naturels et certifiés.

Les ressorts ensachés de dernière génération ont remplacé les spirales en acier du temps de nos grands-parents. Des avancées techniques et technologiques ont vu le jour mais les méthodes sont restées identiques et les valeurs de la manufacture n'ont pas bougé, et ce pour le plus grand bonheur de toute une génération de dormeurs.

## Que se passait-il en 1895?



**Guglielmo Marconi**, s'appuyant sur les travaux de Hertz, Branly et Popov, réalise la première liaison *télégraphique sans fil*, incluant l'inscription des signaux Morse à la sortie du récepteur.



*L'Éclair* est la première automobile au monde à participer à une compétition automobile sur des pneumatiques. Elle est construite par les frères **André et Édouard Michelin**.



Respectant ses dernières volontés, les héritiers d'**Alfred Nobel** créent le *Prix Nobel (Nobelpriset)*, une institution récompensant des personnes qui ont rendu de grands services à l'Humanité.



Le *Cinématographe* est la marque déposée d'un appareil inventé par les frères **Louis et Auguste Lumière**, à la fois caméra de prise de vues et projecteur de cinéma.

# CAP 125: UN CHANGEMENT DE PARADIGME NÉCESSAIRE

**Pour Elite, l'industrie 4.0 représente une belle opportunité de changer de paradigme en sortant de l'ère consumériste et d'effectuer une transition vers une économie circulaire et responsable, dans laquelle on privilégie des produits qui durent toute une vie, composés de matériaux réparables et recyclables. François Pugliese, directeur et CEO d'Elite depuis 2006, répond à quelques interrogations et partage sa vision pour les années à venir.**



## FRANÇOIS PUGLIESE, PROPRIÉTAIRE ET CEO D'ELITE

François Pugliese était CFO d'un groupe automobile quand il a eu vent qu'une PME familiale était à trans-mettre sur la côte vaudoise. Représentante de la 3<sup>e</sup> génération, sans successeur direct, Edith Caillet cherchait du sang neuf. En rachetant l'entreprise,

François Pugliese, gestionnaire solide aux idées novatrices, a insufflé un vent de modernité sans précédent à l'entreprise, tout en maintenant le site de fabrication à Aubonne, siège historique de l'entreprise.

## Artisanat et innovation sont-ils vraiment compatibles?

J'y crois fermement et nous nous y attelons chaque jour! En associant savoir-faire séculaire et nouvelles technologies pour répondre aux défis environnementaux, Elite se positionne comme pionnière dans l'industrie du matelas et pratique cette volonté d'inspirer les générations futures en développant des partenariats avec universités et hautes écoles suisses. En collaboration avec des EPF et HES de nouveaux produits sont en cours de développement comme le lit anti-rongement, le lit anti-apnée ou encore le matelas connecté. Chez Elite, tradition et technologie se conjuguent pour composer la trame d'une histoire simple, vivante et vraie.

## Quel est l'avenir de la literie?

À l'heure actuelle, aucune réglementation officielle n'oblige les fabricants de matelas à divulguer leurs secrets de fabrication. Aussi, beaucoup de matelas vendus dans le monde entier sont de véritables bombes à retardement, constitués de composants chimiques, parfois toxiques et inflammables. Le respect

de l'environnement est un engagement concret et conséquent qui s'opère sur le long terme. De simples arguments de vente ne peuvent pas effacer le manque de transparence des grands groupes industriels concernant la composition de leurs produits. Nous engageons la responsabilité de nos clients et nos portes sont ouvertes: tout un chacun peut visiter nos ateliers de confection à Aubonne afin de comprendre toute la chaîne de production.

Aujourd'hui, le matelas est considéré dans la catégorie des biens de consommation, alors que chez Elite nous le considérons comme un bien d'investissement. En changeant de catégorie toute l'approche du produit est différente, c'est-à-dire que nous l'entretiens, nous le réparons, nous cherchons à le faire durer le plus longtemps possible. D'ailleurs, nos matelas et nos Boxsprings sont garantis à vie.

## Qu'en est-il de la Suisse alémanique?

La Suisse orientale est le berceau du matelas en Suisse. Toutefois, avec le développement de nos Boxsprings, la

Suisse alémanique a commencé à s'intéresser à Elite. Après Riehen et Zürich, nous avons inauguré à l'été 2019 deux nouvelles boutiques à Lucerne et Gstaad, marquant notre expansion sur le territoire helvétique. Ces deux nouvelles boutiques viennent renforcer notre visibilité sur le marché suisse allemand et répondent à une attente.

Pour opérer un tour de force outre-Sarine, nous allons devoir étudier de façon plus approfondie les habitudes de consommation afin d'adapter notre communication et nos actions en conséquence. La participation à diverses foires et notre implication dans des associations et organismes locaux sont autant de manière de nous ancrer de façon plus marquée et durable.



Nos portes sont ouvertes: tout un chacun peut visiter nos ateliers de confection à Aubonne afin de comprendre toute la chaîne de production.



## Comment imposer son modèle d'entreprise quand on est une PME?

Dans un monde globalisé et régi par de grands groupes industriels, il paraît difficile pour une entreprise locale comme Elite de partager sa vision. Au moment où nous fêtons nos 125 ans, nous souhaitons partager notre philosophie d'entreprise, notre mode de fabrication, notre engagement, tout en inspirant et encourageant d'autres industries à prendre le chemin



du changement. Nous sommes convaincus que nous devons passer rapidement du modèle consumériste, dans lequel nous nous trouvons actuellement, vers un modèle de partage des ressources. Nous sommes déjà fermement engagés dans cette dynamique. Loin des tendances, la démarche d'Elite est une manière d'inscrire concrètement notre organisation dans une mouvance durable, un engagement pour un monde meilleur, une promesse que nous souhaitons partager avec l'industrie du matelas.

Dans le domaine de l'hôtellerie, nous avons développé Smart Lease, un service de location de matelas pourvus de capteurs qui enregistrent les mouvements et la position du dormeur. Seuls les lits effectivement utilisés sont facturés, permettant aux hôteliers d'investir dans une literie haut de gamme sans engendrer d'investissements conséquents. Smart Lease repose sur un principe d'économie de fonctionnalité. Nous offrons des licences Smart Lease à nos concurrents afin de leur faciliter l'accès à une économie circulaire et les faire contribuer à la fabrication de produits de meilleure qualité, et par conséquent plus durables.

Pour ces raisons, nous ne faisons pas de « marketing environnemental », notre engagement est conscientisé depuis longtemps, ancré dans notre ADN et dans tout ce que nous produisons avec des convictions profondes. Il n'y pas lieu d'imposer notre modèle, nous avons espoir que ce dernier devienne la norme dans un avenir proche.

### Quelle est la vision d'Elite pour les années à venir ?

Comme acteur économique, aujourd'hui le défi n'est pas de produire mais de partager. Forte de ces valeurs, Elite veut croître sagement et devenir un modèle d'entreprise responsable en se positionnant comme leader de l'industrie du matelas. Je pense que notre vision est juste, qu'elle devrait même être la règle. Nous souhaitons faire prendre conscience à l'industrie qu'il existe d'autres modèles économiques viables; après tout, nous en sommes la preuve.

En étant le témoin privilégié et attentif des habitudes de sommeil de la société moderne, nous avons su au fil des ans y répondre de façon toujours personnalisée. Elite, c'est la success story authentique d'une PME qui a su investir dans des technologies au service du développement durable. Dans 125 ans, j'espère qu'Elite sera toujours en phase avec le monde, et particulièrement celui de la literie!



### ELITENESS

Derrière ce mot se cache une philosophie, un art de vivre, une merveilleuse histoire de la richesse du temps. Eliteness, c'est l'excellence selon Elite, un hommage à nos métiers artisanaux, notre histoire séculaire et nos valeurs.

À découvrir sur : [www.elitebeds.ch](http://www.elitebeds.ch)

Avec des prix compétitifs et souvent inférieurs aux grands industriels, nous vous offrons la promesse de nuits meilleures. Nos facilités de paiement rendent le haut de gamme accessible à toutes les bourses. Investir dans son sommeil, c'est investir dans sa santé.

# NOTRE RAISON D'ÊTRE

Chez Elite, la satisfaction n'est jamais purement rationnelle, elle est surtout une affaire d'émotions. Nos clients témoignent de leur expérience :



Cher Matelas Elite,

Je pense à vous depuis janvier 2016 date à laquelle nous avons acheté un matelas à ressorts ensachés mi-ferme... Et depuis, chaque soir, c'est un pur bonheur de se coucher ! Je me lève le matin en me réjouissant de me recoucher le soir !

Vraiment, depuis et grâce à vous, j'ai redécouvert le plaisir de dormir ! Et quel plaisir !

Donc merci pour l'excellence de vos produits et la beauté de nos nuits !

Lionel et Annabelle S.  
Chêne-Bourg



Le matelas, le sommier et le cadre de lit sont arrivés hier chez moi et j'ai pu dormir une première nuit dans ce nouveau lit. Je suis totalement enchantée, c'est un vrai bonheur ! J'ai été la proie d'un bien-être total hier soir, tant du point de vue du confort que de la température et ce matin, non seulement je me sentais bien, mais j'avais retrouvé toutes les vertèbres de mon dos !

Je n'aurai plus jamais de doutes sur ce qu'il me faut ! Et la bonne surprise, c'est que le résultat et les effets de ce nouveau lit dépasse de loin ce que j'aurais pu imaginer de bien. Je vous remercie, chère Tanja, de tout coeur, pour votre aide, vos excellents conseils, votre professionnalisme et votre franchise !

A. G.  
Genève

Cela me prendra un moment avant que je puisse me coucher le soir et me lever le matin sans avoir une pensée reconnaissante pour vous !



D'une manière générale, je dirais qu'Elite à pu répondre à toutes mes attentes, qui pour moi étaient restées jusque-là une utopie inaccessible avec les autres fabricants.

Les changements positifs que j'ai remarqué suite à mon achat sont un véritable bien-être dans mon corps au réveil. Une sensation d'envie d'aller me coucher et même un endormissement similaire à un séjour thalasso.

Elite a su me surprendre dans son ensemble ; de par sa chaîne de manufacture, de par son éthique, de par sa prise en charge personnalisée, de par ses nombreuses idées novatrices. Elite possède des savoirs de fabrication qui offrent une expérience dotée de quelque chose de « magique », qui m'ont donné la possibilité de vivre aussi ce tiers de ma vie comme si j'étais en vacances sept ou huit heures chaque jour.

Damien Jérôme E.  
Crans-Montana



Par la présente je me permets de vous signaler que j'ai appris par un courrier adressé par vous-même à l'un de mes frères que c'était l'année du jubilé de votre entreprise.

Alors je profite de vous féliciter et de vous signaler que mon épouse et moi, nous nous sommes mariés en 1967 et avons acheté chez vous le matelas qui est toujours le même. Il est encore très confortable, ce qui n'est pas souvent le cas dans la literie !

Jean F.  
Prangins

Encore une fois félicitations ! Et dommage pour vous car je ne vais pas changer de matelas prochainement : il est de bien trop bonne qualité !





# LE SOMMEIL AÉRIEN YUCATÈQUE

Utilisé à l'origine par les Mayas, le hamac garde une place de choix dans le cœur du peuple Yucatéque, qui ne peut se passer de son confort aérien. Les Yucatéques en ont fait un artisanat traditionnel inimité et qui s'est transformé en une véritable industrie.



**REGARDS CROISÉS:** L'histoire voudrait que le hamac ait été introduit en Occident par Christophe Colomb. Au Yucatán, la plupart des foyers disposent de suspensions pour accrocher un hamac, ces toiles tendues en coton qu'on retrouve également en Colombie et au Brésil. Les Yucatéques, descendants du peuple Maya, sont à l'origine d'un tissage particulier dit « maya hamac », qui permet de s'allonger en diagonale et non dans sa longueur, et d'accueillir jusqu'à 4 personnes. Ce type de hamac peut être coloré et agrémenté de franges et/ou de décorations.

Les authentiques hamacs maya sont fabriqués dans la ville de Mérida, capitale animée de l'État de Yucatán au

patrimoine maya et culturel très riche. Dans le Yucatán, les hamacs sont principalement tissés par des femmes qui travaillent de façon autonome depuis leur domicile, à leur propre rythme. Pour de nombreuses familles, cette activité est une source importante de revenu complémentaire.

Les Yucatéques n'utilisent pas seulement le hamac pour des raisons économiques mais également pour des questions de confort. Contrairement aux idées reçues, le hamac serait bénéfique pour le dos; il soulage les tensions car le maintien dorsal est porté par tout le corps. Les choix de positions sont nombreux car le hamac est en 3 dimensions. Une étude du

Département de Neurosciences de l'Université de Genève a établi que le bercement du hamac permettrait de s'endormir plus vite et plus profondément. On étudie également les avantages du hamac dans le cas d'insomnie chronique. Dans les couveuses brésiliennes, on dispose les grands prématurés dans des hamacs car il semblerait qu'ils gagnent ainsi plus rapidement du poids que sur un lit plat. Meilleure récupération le matin, amélioration de l'énergie et du système immunitaire, les vertus du hamac semblent insoupçonnées.

Léger et facile à transporter, le hamac peut être emmené partout. Dans son jardin, en voyage, en randonnée, il suffit de suspensions sécurisées.

# L'IMPORTANCE DU SOMMEIL: PAROLE D'EXPERT

© Matt Writtle



**Le Pr. Matthew Walker, éminent neuroscientifique et spécialiste du sommeil, conduit des recherches depuis de nombreuses années afin de comprendre la physiologie et les mécanismes du sommeil. Il a rassemblé toutes ses observations et découvertes dans son best-seller « Pourquoi nous dormons ».**

Le Pr. Matthew Walker en est certain: le sommeil est notre système de survie et notre meilleure arme pour une vie en pleine forme. Dans son best-seller *Pourquoi nous dormons*, Dr. Walker nous plonge dans la science du sommeil, partageant avec le lecteur les impressionnants mécanismes qui se produisent quand nous dormons, ainsi que les conséquences néfastes du manque de sommeil.

**Sauvegarder et préserver les souvenirs:** Le sommeil impacte de nombreuses fonctions cognitives, notamment notre capacité d'apprentissage, notre mémoire et notre système immunitaire. Ces dix dernières années, les chercheurs se sont accordés pour dire qu'il est nécessaire de dormir après avoir acquis de nouvelles connaissances dans le but de sauvegarder et préserver cet amas d'informations nouvelles. Sans cela, les circuits de la mémoire du cerveau finissent par saturer, empêchant toute absorption de nouvelles données et de nouveaux souvenirs.

Un cycle de sommeil insuffisant conduit également à une déficience immunitaire, privant ainsi notre organisme de sa capacité à nous protéger d'agressions extérieures et de maladies.

**Lien entre vieillissement précoce et démence:** Avec l'âge, les capacités d'apprentissage et de mémorisation s'amenuisent petit à petit. On considère que l'une des signatures physiologiques

du vieillissement est la détérioration du sommeil, et plus précisément celle du sommeil profond considéré comme étant réparateur et régénérateur pour les cellules nerveuses. Une récente étude a permis d'établir un lien entre la détérioration du sommeil et les premiers signes de démence. La perte de sommeil s'infiltré dans le moindre recoin de l'organisme et l'impacte dans son ensemble.

Cela démontre que la perturbation du sommeil profond est un facteur sous-estimé, qui semble contribuer au déclin cognitif au cours du vieillissement. Un cycle de sommeil insuffisant conduit également à une déficience immunitaire, privant ainsi notre organisme de sa capacité à nous protéger d'agressions extérieures et de maladies. Les études épidémiologiques (étude des maladies épidémiques, de leur mode de contagion et des moyens de les combattre) à ce sujet sont de plus en plus formelles: *plus votre sommeil est court, plus votre vie est courte.*

**Des habitudes essentielles à prendre:** En plus d'une literie adaptée à ses besoins physiologiques, le Pr. Walker propose quelques règles simples mais essentielles à suivre pour contrer les effets du temps, diminuer les effets du manque de sommeil et faire la paix avec Morphée:

- Se coucher et se lever aux mêmes heures tous les jours, et ce même le week-end car la routine est ce qui fonctionne le mieux en matière de sommeil. Le Pr. Walker insiste sur le fait qu'il n'est pas possible de rattraper du sommeil en retard, en faisant une grasse matinée

le week-end par exemple, car « le sommeil n'est pas comme un compte bancaire. Vous ne pouvez pas accumuler cette dette et espérer la rembourser plus tard. » La régularité est la clé, elle ancre le sommeil en augmentant sa qualité et sa quantité.

- Dormir dans une pièce fraîche, à une température ambiante entre 17° et 18°.
- Limiter les excitants comme l'alcool, la caféine ou encore la nicotine avant le coucher.
- Éviter les lumières type LED et celles des écrans qui gênent la montée de la mélatonine en soirée, en privilégiant les éclairages tamisés.
- Sortir du lit si l'on ne parvient pas à s'endormir. Lorsqu'on reste éveillé au lit trop longtemps, notre cerveau associe la chambre et le lit à un lieu d'éveil. Il faut briser cette association et retourner au lit seulement quand on a sommeil.

Le Pr. Walker de conclure: « Tout au long de son évolution, la Nature n'a jamais réussi à relever le défi du manque de sommeil, notamment car l'être humain reste la seule espèce qui se prive délibérément de sommeil, sans raison apparente. Cela veut dire que tout au long de l'évolution, Mère Nature n'a jamais dû faire face au défi que représente la perte de sommeil, elle n'a donc jamais mis en place de filet de sécurité. C'est pourquoi quand vous dormez peu les effets négatifs apparaissent si vite, tant au sein du cerveau que du corps. Il faut décider de prioriser. »

Retrouvez le Pr. Matthew Walker:  
Twitter @sleepdiplomat  
[www.sleepdiplomat.com](http://www.sleepdiplomat.com)

## ESPÉRANCE DE VIE

Le manque de sommeil vieillit les hommes d'une dizaine d'années. Des déficiences similaires sont observées sur la santé reproductive des femmes. Le manque de sommeil induit également différents types d'effets biologiques parmi lesquels une augmentation du stress oxydant et une altération de la réponse inflammatoire, des mécanismes en jeu dans les maladies cardiovasculaires.

+10ans

## MÉMOIRE

Le sommeil profond permet de faire passer les souvenirs d'un réservoir vulnérable à court terme vers un site de stockage plus permanent, à l'endroit du cerveau où les souvenirs sont protégés et consolidés. L'absence de sommeil ferme ainsi la « boîte » de réception de la mémoire, rendant impossible d'y stocker de nouvelles expériences. Avec 8h de sommeil de qualité, on assimile 40% mieux les nouvelles données.

+40%

## VIEILLISSEMENT

La caractéristique physiologique du vieillissement est la détérioration du sommeil. Ces deux éléments ne font pas que coexister, ils sont fortement liés. Cette perturbation est un facteur insuffisamment considéré alors qu'il semble contribuer au déclin cognitif, notamment dans la maladie d'Alzheimer. En Suisse, on dénombre 151'000 personnes atteintes de cette maladie neurodégénérative.

151k

## TROUBLES DE L'HUMEUR

Les troubles du sommeil sont une autre caractéristique très commune aux maladies dépressives ainsi qu'aux troubles anxieux et ils peuvent être le symptôme d'une dépression. La prévalence des troubles sévères du sommeil augmente de façon très claire avec l'augmentation de la dépressivité, jusqu'à plus de 6 fois par rapport aux personnes ne souffrant pas de troubles de l'humeur.

x6

## MÉTABOLISME

C'est sans doute le résultat du manque de sommeil le plus documenté; quand on ne dort pas assez, on a tendance à grossir. Les personnes qui dorment mal ou pas suffisamment ingéreraient des aliments plus gras, sucrés et moins de protéines. Certaines études vont jusqu'à montrer une diminution de la sensibilité à l'insuline et à un risque plus important, 37% en moyenne, de développer un diabète de type 2.

+37%

# COMMENT CHOISIR SON MATELAS ?

© Jean André pour Elite



**Ne vous y trompez pas : le sommeil est une activité de « performance ». Comme toute autre activité de ce type, le sommeil aussi nécessite un équipement adéquat pour obtenir les meilleurs résultats, à commencer par le matelas !**

Pensez-y de cette façon : vous pourriez faire une course de 10km en flip-flop, mais vous n'afficheriez probablement pas votre meilleur temps et vous auriez très certainement mal aux pieds à l'arrivée. Il en va de même pour le sommeil ! Vous pouvez dormir sur un mauvais matelas, mais vous ne dormirez pas très bien.

## Le bon moment pour remplacer

De nombreuses personnes dorment pendant des décennies sur un matelas usé, inadéquat et qui ne répond plus à leurs besoins en termes de confort et de soutien. Pourtant, au fil du temps, notre corps change et cela a une influence sur nos besoins ; la prise ou la perte de poids, les changements de niveau de forme physique, la grossesse, ou l'apparition de douleurs dorsales ou cervicales sont autant de facteurs qui indiquent que notre matelas ne convient plus.

La durée de vie d'un matelas industriel est généralement de 7 à 8 ans mais cela ne signifie pas que vous devez automatiquement attendre aussi longtemps pour le remplacer. Afin de déterminer le bon moment pour investir dans un nouveau matelas, il n'y a pas d'autre mesure

importante que la façon dont vous vous sentez pendant et après votre sommeil. C'est votre corps qui vous dit quand il est temps de remplacer votre matelas ! Si vous ressentez régulièrement des douleurs et des raideurs 3 à 4 fois par semaine, il est temps de commencer à chercher un nouveau matelas, et ce même si vous n'avez pas encore atteint la barre des 7 à 8 ans.

## Équilibrer le confort et le soutien

Lors du choix d'un matelas, il est important de tenir compte de deux facteurs principaux : le confort et le soutien. Mais attention, il ne s'agit pas de la même chose ! L'objectif est de fournir à votre corps un soutien suffisant pour aligner la colonne vertébrale et permettre à tous vos muscles de se détendre pendant le sommeil. Gardez toujours ceci à l'esprit : la fermeté n'est pas forcément synonyme de soutien. L'astuce consiste à trouver le bon degré de soutien sans sacrifier le confort. La distinction entre confort et soutien peut prêter à confusion, alors examinons-les de plus près.

*Confort* : Le confort est une sensation et une mesure subjective. Chaque individu ressent différemment le confort sur un

matelas. Pour certains, un lit plus ferme sera parfait, tandis que d'autres éprouveront un plus grand confort avec un matelas plus soft. Vous êtes seul juge de ce qui est confortable pour vous. Avec l'âge, vos préférences en matière de confort changent. En vieillissant, les gens ont tendance à avoir besoin d'un matelas à l'accueil plus doux, afin de limiter les pressions et favoriser la circulation sanguine pour permettre la régénération cellulaire.

*Soutien* : Le soutien, en revanche, est une mesure objective. Votre matelas offre une surface sur laquelle le corps se repose, ce qui permet à la musculature de se détendre. Tous les individus n'ont pas besoin du même niveau de soutien pour permettre à la colonne vertébrale et au corps de se détendre. À toutes les étapes de votre vie, votre matelas doit idéalement :

- Soutenir votre corps sans s'enfoncer au niveau des hanches.
- Permettre de soulager et de reconforter les points de pression, notamment les genoux, les hanches, les épaules et la tête.
- Permettre à vos muscles de se détendre dans tout le corps, en particulier au niveau du dos.

Un signe que vous n'obtenez pas le soutien adéquat avec votre matelas ? Même après une nuit de sommeil confortable, vous ressentez des raideurs dans le corps.



L'objectif est de fournir à votre corps un soutien suffisant pour aligner la colonne vertébrale et permettre à tous vos muscles de se détendre pendant le sommeil.



**Nos conseillers-ères à votre disposition**

Faites confiance à Elite et à notre expertise en matière de bien dormir. Nous considérons que la lenteur est une richesse du temps et une garantie d'excellence. Parce qu'Elite a à cœur de vous accompagner à chaque étape du choix de votre literie sur mesure, nous avons conçu pour vous un sélecteur de matelas très facile d'utilisation et disponible sur notre site internet. En y introduisant des indications telles que votre poids,

vos habitudes de sommeil, le sélecteur compare plusieurs matelas de notre assortiment et vous oriente vers une sélection adaptée.

Muni de ces précieuses informations, rendez-vous dans l'une de nos Elite Gallery où l'un-e de nos conseillers-ères spécialisés-es se fera un plaisir de vous guider plus en détail en vous faisant tester le matelas idéal pour combler vos attentes, améliorer votre sommeil

et votre bien-être. En tenant compte de vos préférences individuelles, de votre santé, de votre mode de vie, ainsi que de votre budget, vous obtiendrez un devis personnalisé. Un bon matelas est littéralement la base sur laquelle se construit un bon sommeil. Investir dans votre sommeil, c'est investir dans votre santé et vous assurer le repos que vous méritez.

[www.elitebeds.ch/fr/selecteur-de-matelas](http://www.elitebeds.ch/fr/selecteur-de-matelas)

**LE SOMMIER, ESSENCE DU LIT**

Le sommier et le matelas sont aussi importants l'un que l'autre. C'est le duo du bien dormir. Ces deux éléments doivent être conçus l'un pour l'autre.

Il est conseillé de les remplacer en même temps et d'opter pour un sommier adapté au type de matelas choisi et au confort désiré.

**LE CHOIX DE LA FERMÉTÉ**

Le rapport entre la taille et la masse corporelle définit le poids par centimètre carré: plus celui-ci est important, plus le matelas sera ferme. L'âge est une autre composante: avec les années, la recherche de confort évolue et nous apprécions en général une couche plus moelleuse.

**LES ZONES DE CONFORT**

Avec un matelas optimal, la colonne vertébrale doit être parfaitement alignée. Le matelas doit présenter un couchage parfait qui épouse le corps et le soutient aux différents points de pression, permettant la décontraction du système musculaire et effaçant en une nuit toutes les tensions accumulées durant la journée.

**LA DURÉE DE VIE**

« Made for you, Made for life », cette devise affirme notre volonté d'offrir et garantir un confort sur mesure exceptionnel pour la vie. Ainsi, notre garantie à vie reflète la confiance que nous plaçons dans la qualité supérieure de nos produits.

**LE BUDGET**

Un matelas de qualité influence significativement la qualité du sommeil. L'important est de raisonner en termes d'investissement de longue durée. Vous trouverez forcément le matelas fait pour vous et adapté à votre budget dans notre large gamme de produits.

**L'ESSAYER C'EST L'ADOPTER**

Surenchère de modèles et de gammes, choisir le matelas qui correspond le mieux à sa morphologie et à ses besoins physiologiques a de quoi faire perdre le sommeil. Nos produits ne se vendent pas sur catalogue: il est impératif de se rendre dans l'une de nos Elite Gallery afin de tester le matelas en personne.



# UN SIÈCLE D'ENGAGEMENT

**Pour Elite, la question environnementale n'a jamais été un effet de mode : cette question a toujours été au cœur de nos préoccupations. Voilà 125 ans que nous nous attelons à la confection de votre bien-être grâce à une production locale, responsable et rigoureusement contrôlée. Notre literie certifiée Ecolabel européen est une promesse pour votre santé et notre engagement pour le monde de demain.**

Changement climatique, perte de la biodiversité, ressources naturelles épuisées : une dégradation sans précédent de notre environnement à l'échelle planétaire a lieu en ce moment même. Cette dégradation affecte notre santé et notre cadre de vie mais une conscience écologique naît peu à peu dans l'esprit des consommateurs, les encourageant à conscientiser leur impact environnemental et à adopter un mode de consommation écoresponsable.

Chacun peut décider de prendre part à la transition écologique, et pour cela nul besoin d'adopter des résolutions intenable. Gérer sa consommation d'eau, d'électricité, trier ses déchets : il existe autant de gestes écocitoyens simples, responsables et surtout économiques qui contribuent au développement soutenable de nos sociétés modernes. Cette écoconscience passe aussi par les éléments du quotidien de l'habitat comme la literie. La chambre à coucher, dans laquelle nous passons 1/3 de notre vie, devrait également être un havre de paix, un environnement sans toxicité.

## Chez Elite, rien ne se perd

Les consommateurs, particuliers ou hôteliers, ne se fient plus seulement au prix pour évaluer la qualité d'une literie. Désormais, ils s'intéressent à la composition des matelas, et à cet effet nous sommes transparents.

Engagée dans le développement durable, Elite a obtenu en 2011 et à nouveau en 2016 la certification européenne Ecolabel sur tous ses matelas. Ce label écologique communautaire exigeant repose sur le principe d'une « *approche globale qui prend en considération le cycle de vie du produit à partir de l'extraction des*

*matières premières, la fabrication, la distribution, et l'utilisation jusqu'à son recyclage ou son élimination après usage* ». Parce que nous croyons en la qualité de nos produits, nos matelas et Boxsprings sont garantis à vie : le développement durable, c'est avant tout de fabriquer des produits qui durent longtemps sans perdre de leur qualité.

D'autre part, Elite bénéficie du label Swiss Made en raison d'une production locale et d'une sélection de matières premières naturelles nobles et/ou régionales. Ce choix s'inscrit dans une stratégie de contrôle rigoureux et total de la chaîne de valeur afin d'en garantir les normes et la qualité, limiter les transports et entretenir d'excellentes relations avec un nombre restreint de fournisseurs. Les partenaires fournisseurs sélectionnés par Elite sont eux aussi étroitement engagés dans une démarche écologique. Chacun dans son secteur suit des recommandations strictes, et garantit par le biais de différents labels de branche, la qualité et l'empreinte écologique de ses matières premières fournies à Elite.

En matière de recyclage, Elite offre une deuxième vie aux matelas par l'intermédiaire d'associations caritatives, et en utilisant certains rembourrages pour des matériaux d'isolation, ou finalement en les brûlant pour générer de l'électricité. Nous recyclons également les chutes de rembourrages neufs pour en faire de nouveaux. Nous broyons les restes de mousse pour en faire des rembourrages de coussins. Enfin, nous utilisons les restes de bois et la sciure pour le chauffage de nos ateliers d'ébénisterie. Avec Smart Lease, Elite fournit une literie durable aux hôteliers, en pre-

nant soin de faire perdurer les matelas par un entretien professionnel. Ce service contribue à éviter une production et une consommation massive de matelas, réduisant ainsi l'impact environnemental de chaque établissement.

## Le respect, notre valeur d'entreprise

Nous n'agissons pas seulement pour la planète, nous nous préoccupons également de la santé de nos collaborateurs. Ces derniers constituent une ressource-clé du succès de l'entreprise. Elite offre ainsi une grande diversité d'emplois en Suisse, allant de l'artisanat aux postes créatifs, stratégiques ou de vente.

Parce que nous croyons en la qualité de nos produits, nos matelas et Boxsprings sont garantis à vie.

En veillant au développement personnel et à la sécurité de chacun, nous mettons tout en œuvre pour que l'ensemble de nos collaborateurs, toutes fonctions et tous niveaux confondus, bénéficie d'un travail intéressant et varié, d'un environnement sécurisé et d'une formation adaptée aux exigences de l'entreprise. Le respect, l'esprit d'initiative, le soin du détail et la confiance sont les principes qui animent le travail de tous nos collaborateurs.

Il n'est jamais trop tard pour s'engager. Choisir Elite, c'est engager votre responsabilité de consommateur, en optant pour des produits durables et qualitatifs, adaptés à votre santé et votre bien-être, et respectueux de l'environnement.

# LE DESIGN SELON ELITE

Initiatrice de nouvelles tendances, Elite a lancé son premier concours de design international en octobre 2017. Avec près de 200 participants provenant de 45 pays, cette première édition a remporté un franc succès. Cette année, le jury composé de professionnels de l'architecture et du design s'est réuni en janvier et a désigné les trois gagnants du concours Elite Design Award 2020.

À l'avant-garde de nos concurrents, nous avons toujours su saisir l'importance de l'innovation, sans toutefois renoncer à l'authenticité de notre production artisanale. Le concours Elite Design Award nous permet de prendre la température des tendances, en offrant l'opportunité aux designers de demain de penser le lit comme un objet à part entière. Les participantes et participants de cette 4<sup>e</sup> édition du concours représentent bien la diversité des pro-

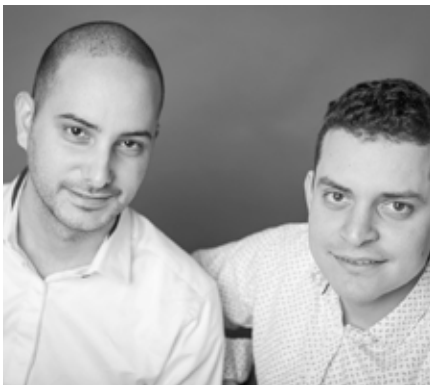
jets proposés: ils sont issus du monde entier et ont conquis le jury en créant des lits innovants, esthétiques, alliant confort et bien-être.

Les lits des lauréats seront réalisés dans nos ateliers d'Aubonne et exposés dans nos showrooms dès la rentrée d'automne. Une nouvelle formule pour l'édition 2021 du concours verra prochainement le jour. Le thème et le cahier des charges seront disponibles au

mois de juin 2020 sur le site internet: [www.elitedesignaward.ch](http://www.elitedesignaward.ch)

**ELITE** 2020  
**DESIGN**  
**AWARD**

**MIOTA, 1<sup>ER</sup> PRIX:** Sergio Luis Torres Gallué et Dariel Quiñones Torres (Espagne).



Le lit «Miota» est conçu pour le plaisir tout en créant un environnement optimal pour un sommeil de qualité. Le design de la tête de lit s'inspire des accessoires habituellement utilisés en hiver: protège-oreilles, bandeaux, casquettes, écouteurs. Le concept de «Miota» utilise la simplicité formelle dans ses contours courbés et adoucis pour donner une sensation de confort, de douceur, d'harmonie esthétique et de chaleur, qui embrasse le dormeur lorsqu'il est couché dans son lit. La courbe enveloppante de la tête de lit en laine noire nous enveloppe et nous isole du



reste de la pièce. Elle est conçue pour s'intégrer parfaitement dans un environnement intime tel qu'une chambre à coucher. La qualité esthétique et formelle est obtenue grâce à l'utilisation innovante des lignes, des textures et des tissus. Le cadre et la tête de lit sont fabri-

qués avec de la laine noire et des pieds en métal noir, créant ainsi une élégance intemporelle. La tête de lit est suspendue en l'air tout en étant reliée au cadre, formant ainsi un meuble unique réalisé dans l'esprit de la haute-couture.



**METAMORPHOSIS, 2<sup>E</sup> PRIX:** Erman Bazman et Buket Hoşcan Bazman (Turquie).



Quand la nature rencontre le design. Le lit « Metamorphosis » marie l'élégance de la haute-couture avec l'esthétique de la nature. La conception du lit « Metamorphosis » renvoie à une apparence calme mais forte. Il peut être placé contre le mur ou au centre de la pièce. La tête de lit a été inspirée par les formes remarquables des Pleurotus ostreatus, sortes de champignons caractérisés par leur pied excentré. Le drapé appliqué à l'inté-



rieur de la tête de lit est le processus de transformation d'un tissu ou d'un cuir en une forme tridimensionnelle. La surface en cuir se poursuit dans la zone située derrière le lit et le cadre du lit. Les tables d'appoint en bois, invisibles des deux

côtés, créent un endroit spécial pour tous les éléments personnels; réveil, livres de chevet, bijoux et accessoires.



**LUNA, 3<sup>E</sup> PRIX:** Arthur Schmidt et Ludivine Gay (France).

« Luna » a été pensé pour offrir un réel élément de confort et une optimisation de l'espace de la chambre, et ce sans négliger l'esthétique. La table de chevet

est repensée de façon ergonomique. De fines barres de laiton permettent d'y suspendre livres, écouteurs ou lunettes de manière simple et pratique, offrant à l'utilisateur une nouvelle expérience de la table de chevet. « Luna » est composé de trois matériaux dont le choix s'est



fait avec la volonté de valoriser des ressources locales. Ainsi, les boudins qui habillent la tête de lit et la partie inférieure du sommier sont en laine bouclée Suisse, évoquant douceur et confort. Le cadre est en bois clair, apportant à la fois solidité et chaleur. Le léger débord du cadre permet de s'asseoir sur les trois côtés du lit. « Luna » se veut accueillant, au design intemporel et marqué par un savoir-faire local.

# WOODENBOXSPRING

**La réputation du sommier «Boxspring» original d'Elite n'est plus à faire. Très appréciés par une clientèle suisse et internationale, les Boxspring Elite sont reconnus pour leur confort, leurs propriétés naturelles et leur longévité. Recouverts de tissu ou de cuir, ils ne font cependant pas l'unanimité auprès de personnes préférant des lits en bois.**

Communément appelé sommier tapissier, le Boxspring est un meuble plus que centenaire qui a connu ses heures de gloire dans les années 60 à 80. L'arrivée de l'industrialisation a fait place aux sommiers à lattes en tous genres et de toutes provenances, des cadres de lits épurés, design, négligeant totalement le confort et le soutien du dos, et peu écologiques.

Depuis une dizaine d'années, avec la prise de conscience et les pathologies dorsales de plus en plus aigües, le Boxspring est réhabilité comme un produit indispensable au «*bien dormir*». Cependant, avec cette nouvelle popularité, de nombreux fabricants se lancent dans la production de masse et proposent des Boxspring qui, sous le couvert de leurs outils, ne remplissent pas toujours leurs promesses et sèment la confusion auprès de la clientèle.

À contre-courant, Elite a toujours su garder sa ligne en produisant artisanalement des sommiers tapissiers de haute qualité. Après des mois de recherche, en partenariat avec la Haute école spécialisée bernoise (BFH Suisse), Elite a lancé le WoodenBoxspring. Intégralement réalisé en bois, ce lit «all in one» combine cadre et sommier, redéfinissant un nouveau standard de confort.



Totalement unique et sans pareil sur le marché, la suspension fabriquée dans nos ateliers avec du bois suisse offre des caractéristiques de confort et de résistance similaires aux ressorts métalliques utilisés dans le Boxspring original d'Elite. Sa compression progressive permet à la fois un soutien optimal du matelas et un confort accru pour le dormeur puisque le sommier contribue à hauteur de 30% au confort et au soutien du dos.

Comme celui du Boxspring original d'Elite, ce nouveau ressort prolonge la vie du matelas. Le rembourrage naturel qui garnit les ressorts en bois empêche la remontée du chauffage au sol dont sont équipées les maisons actuelles, et conserve ainsi une température adéquate pour une bonne nuit de repos. Une cuvette sur quatre côtés, taillée dans la masse du cadre, maintient le matelas en position.

Le WoodenBoxspring peut se fabriquer à partir de différentes essences de bois massif, mais aussi de bois laqué de caractère contemporain, classique ou design. Il peut bien entendu être associé



Ce ressort innovant d'un design simple s'articule dans tous les sens. De plus, il est 100% recyclable.



à une tête de lit Elite en bois, tissu ou cuir. Totalement personnalisable tout comme son grand frère le Boxspring original d'Elite, le WoodenBoxspring va combler une clientèle exigeante recherchant un lit totalement naturel et de haute qualité, répondant à la fois à des envies de design, et à ses besoins de confort et de soutien.

Ce ressort innovant d'un design simple s'articule dans tous les sens. De plus, l'empreinte écologique de sa fabrication est réduite car il est 100% recyclable. Il s'inscrit tout à fait dans notre démarche écologique. Choisir Elite, c'est engager votre responsabilité de consommateur: en optant pour des produits durables et qualitatifs, adaptés à votre santé et votre bien-être, et respectueux de l'environnement.



Lit CHLOÉ

# DES LITS D'EXCEPTION

**La spécialité de notre maison est le sur-mesure. Nos conseillers-ères se tiennent à votre disposition pour comprendre et retranscrire vos désirs. La réalisation du lit de vos rêves n'a de limite que celle de votre imagination. Choisissez parmi nos différents modèles ou imaginez le vôtre.**

Chez Elite, nous ne confectionnons pas uniquement des matelas: la spécialité de notre maison est le sur-mesure. Et parce que chaque client est unique, Elite trouve une réponse adaptée à chacun. Le professionnalisme et la magie à l'œuvre derrière la fabrication de chaque lit font aussi la renommée de notre maison.

Sélection affinée des matières, geste maîtrisé, élégance soignée: l'exigence technique et la précision dans l'exécution de nos artisans qualifiés garantissent un résultat de qualité. Animés par la passion et le goût du détail, nous vous proposons une large diversité de modèles et de finitions.

Tous nos modèles sont fabriqués sur commande: c'est vous qui concevez

votre lit idéal. Nous adaptons les dimensions à votre morphologie. Nous affinons avec vous le design afin qu'il corresponde parfaitement à vos envies. Nous sélectionnons les meilleurs matériaux naturels et nobles pour réaliser un objet au confort absolu.

Nos artisans réalisent un assemblage à la main dans nos ateliers d'Aubonne pour vous assurer une manufacture artisanale et durable. Têtes de lit, pieds, tissus, tous les détails de votre lit peuvent être personnalisés afin de créer un modèle tout à fait exceptionnel.

Chez Elite, la qualité de nos produits se mesure au temps passé par nos artisans à les façonner. C'est ainsi que naît chaque lit d'exception.

**Elite**   
LITERIE D'EXCEPTION

**RENDEZ-VOUS DANS L'UNE DE NOS ELITE GALLERY :**

Aubonne, Lausanne, Sion, Verbier, Riehen, Zürich, Lucerne, Gstaad, Paris, Milan, Rome et Cape Town.

**OU CHEZ L'UN DE NOS PARTENAIRES :**

[www.elitebeds.ch/fr/nous-trouver/revendeurs](http://www.elitebeds.ch/fr/nous-trouver/revendeurs)

Cette gazette vous a plu ? Découvrez les éditions précédentes  
sur [www.elitebeds.ch/gazette](http://www.elitebeds.ch/gazette)

Abonnez-vous gratuitement par email à [gazette@elitebeds.ch](mailto:gazette@elitebeds.ch) ou par courrier  
à **Elite SA c/o Gazette, En Roveray 198, 1170 Aubonne**

Visites d'ateliers, inscriptions aux conférences et événements  
sur [www.elitebeds.ch/fr/maison-elite/evenements](http://www.elitebeds.ch/fr/maison-elite/evenements)