

Favoriser l'équilibre travail/vie privée

## *Les saveurs du bien-être de Le Creuset*

La pandémie mondiale a bouleversé notre quotidien et introduit une « nouvelle normalité ». Nous accordons ainsi plus d'importance à la qualité des aliments et à une alimentation saine, durable et équilibrée. Il est important de s'accorder des moments de bien-être et de manger des aliments sains, bons et revitalisants, surtout lors des journées de télétravail.



*Le bien-être commence en cuisine : cocotte  
Signature volcanique*

Avec sa collection Les saveurs du bien-être, Le Creuset surfe sur cette vague et montre qu'il est possible d'atteindre un parfait équilibre entre travail et vie privée. Valeur et harmonie sont les maîtres-mots des gammes de casseroles et poêles en fonte, produits poterie et accessoires de cuisine de la marque premium française, des collections qui s'intègrent parfaitement dans un style de vie holistique. Trois coloris vifs soulignent leur esthétique : bamboo, un nouveau vert intense, le doux ton ivoire meringue et le volcanique typique de la marque.

La collection Les saveurs du bien-être vous incite à prendre le temps de cuisiner et à cultiver vos propres fruits, légumes et autres dans votre jardin ou sur votre balcon. Ce faisant, Le Creuset vous invite à repenser votre alimentation et votre manière d'agir. Une attention particulière est accordée aux légumes bio, qui sont valorisés « des feuilles à la racine ». Toutes les parties de la plante sont ainsi utilisées, même les racines, les tiges, les épluchures et les fanes.



*De véritables accroche-regards sur votre table : le nouveau coloris bambou de Le Creuset et les aromates méditerranéens*

Une touche d'aromates ! Fraîchement récoltés dans les bacs installés sur votre rebord de fenêtre, thym, romarin ou lavande viendront sublimer de nombreux plats. Agencées tel un bouquet d'aromates décoratif, ces plantes vertes odorantes apaisent et confèrent une ambiance de nature à votre pièce.

L'alimentation anti-stress est une notion essentielle lorsque l'on est en télétravail. Pour pouvoir se concentrer, il faut en effet que le cerveau bénéficie d'un apport suffisant en nutriments. Les légumes tels que le brocoli, le chou-fleur, l'épinard ou encore l'avocat fournissent tous les nutriments et l'énergie nécessaires pour maintenir ses performances mentales et physiques malgré les nombreuses sources de distraction.



*Les smoothies favorisent un comportement zéro déchet et fournissent au corps toutes les vitamines et tous les nutriments dont il a besoin*

Il est également important de bien structurer sa journée de travail et de planifier des repas réconfortants pendant les pauses, et surtout de s'hydrater suffisamment. Le Creuset vous propose de nombreuses idées de recettes : granola aux baies fait maison, smoothies, energy balls aux abricots, potage au chou-fleur torréfié, salade printanière aux asperges vertes, mélange de carottes avec du fromage de chèvre frais ou encore salade de lentilles avec des épinards, tous ces plats sont très faciles à préparer. Les fruits à coque sont quant à eux idéaux en tant qu'en-cas : ils sont bons pour la mémoire et parfaits pour lutter contre les fringales.

Le Creuset vous propose quelques conseils pratiques pour un parfait équilibre travail/vie privée : faire vos courses d'ingrédients frais une fois par semaine, avoir toujours des aliments en réserve pour les cas d'urgence, entretenir des contacts sociaux, mettre à profit l'énergie puisée lors des moments de repos et ne pas rester dans la même position derrière votre bureau pendant de longues heures. Ces conseils vous permettront de rester relax en toutes circonstances.

[www.lecreuset.com](http://www.lecreuset.com)

Formes et tailles disponibles :	Prix de vente recommandés :
Cocotte Signature ronde, 18 cm, 20 cm, 22 cm, 24 cm, 26 cm, 28 cm	À partir de 229.00 CHF
Cocotte Signature ovale, 27 cm, 29 cm, 31 cm, 33 cm, 35 cm, 40 cm	À partir de 329.00 CHF
Faitout Signature, 30 cm	329.00 CHF
Poêle Signature ronde, 24, 26 et 28 cm	À partir de 215.00 CHF
Set de 3 casseroles avec manche et couvercle 3-ply	469.00 CHF
Sauteuse 3-ply Plus, 24 cm	259.00 CHF
Cuit-vapeur adaptable 3-ply avec couvercle en verre	109.00 CHF
Plat à gratin rectangulaire, 19 cm, 26 cm, 32 cm	À partir de 44.00 CHF
Mini-cocotte, 10 cm	31.00 CHF
Plat ovale, 29 cm	55.00 CHF
Bouilloire Tradition, 2,1 l	135.00 CHF
Moulin à sel, 21 cm	44.00 CHF
Moulin à poivre, 21 cm	44.00 CHF

**Contact presse :**

Blies Public Relations GmbH  
Angelica Blies  
Obere Gärten 7  
D-70771 Leinfelden-Echterdingen  
Téléphone : +49 711 907840-0  
E-Mail : [info@blies-pr.de](mailto:info@blies-pr.de)  
[www.blies-pr.de](http://www.blies-pr.de)

**Contact Le Creuset :**

Le Creuset GmbH  
Anja Sommer  
Einsteinstrasse 44  
D-73230 Kirchheim unter Teck  
Téléphone : +49 7021 9749-20  
E-mail : [anja.sommer@lecreuset.com](mailto:anja.sommer@lecreuset.com)  
[www.lecreuset.com](http://www.lecreuset.com)