



©DR

Natacha de Santignac

Quitter un emploi d'analyste de crédit et des études de droit dans une mégapole américaine pour s'installer à Crans-Montana, fut le pari de Liz Bestenheider! Trois décennies plus tard, son sourire solaire témoigne de son bonheur.

Un soir de mai 1987, Liz se rend dans une discothèque de Los Angeles, et y rencontre son futur mari helvète, ce qui modifie le cours de son destin. Élevée dans le milieu hippie californien, et imprégnée de philosophie bouddhiste, Liz possède un esprit ouvert, attentif et flexible. Habitante Crans-Montana depuis trente ans, elle s'est investie dans sa vie familiale, de même que dans celle de sa communauté.

Une attitude résolument positive

Travaillant depuis dix ans à l'École de Ski Suisse au *Snowly Garden*, Liz souhaite toujours exécuter ses tâches avec passion. Elle a commencé en tant qu'aide et professeure auprès des plus jeunes, et depuis deux ans est devenue cheffe de place. Son attitude constructive crée le cadre bienveillant nécessaire à la réussite des enfants, mais aussi au confort de ses collègues. Parallèlement, Liz coache des personnes lors de promenades en pleine nature, et leur prodigue des conseils diététiques, tout en leur offrant des conversations apaisantes, des pensées positives. Partager sa joie et marcher, surtout à la Tièche, restent vital pour Liz, tout comme le pardon, son secret bien-être.

De Los Angeles à Crans-Montana

/ Partager sa joie et marcher, surtout à la Tièche, restent vital pour Liz, tout comme le pardon, son secret bien-être.

To leave her job as a credit analyst and her law studies in an American megalopolis in order to settle in Crans-Montana was the gamble taken by Liz Bestenheider! Three decades later on, her sunny smile is testimony to her happiness.

One evening in May 1987, Liz visited a Los Angeles disco, and there she met her future Helvetic husband, which changed the path of her destiny. Brought up in a Californian hippy environment, and imbued with Buddhist philosophy, Liz has an open, attentive and flexible mind. Living in Crans-Montana for thirty years, she has invested herself in her family life, as well as in that of her community.

A resolutely positive attitude

She has worked for ten years at the Ecole de Ski Suisse at the *Snowly Garden*, and Liz always attempts to carry out her work passionately. She began as a helper and instructor for the youngest children and for the past two years she has been head of the section. Her constructive attitude not only creates the necessary caring setting for the children to succeed, but is also good for the comfort of her colleagues. In parallel, Liz coaches the people during nature walks and give them dietary advice while, at the same time, stimulating calming conversations and positive thinking. Sharing her joy while walking, especially at the Tièche, remains vital for Liz, just like pardoning, her secret well-being.