

Defacto . mag

LA DÉFENSE DANS TOUTES SES DIMENSIONS



ILS FONT LA DÉFENSE

Rencontre avec ceux qui font **bouger le quartier**

page 6



LA VIE DES QUARTIERS

Nouvelles tours, **nouveaux aménagements**

page 16



FORUM DÉFENSNIEN

Vélos à La Défense : **une étude en cours**

page 17

La
Défense,
côté
cours



LE CHIFFRE

4 000 M²

C'est la superficie du magasin Toys «R» Us des Quatre Temps à La Défense, le plus grand d'Europe de l'enseigne de jouets. Le magasin du centre commercial de La Défense arrive également au deuxième rang mondial, juste derrière celui de la 5^e Avenue à New York.

LE LIEN

www.ladefense.fr

Le site de Defacto change de look et propose de nouvelles

fonctionnalités. Plus moderne, plus complet, plus pratique, le portail propose une nouvelle ergonomie vous permettant de tout savoir sur La Défense, son histoire, ses services et son actualité. Il sera aussi un outil précieux de dialogue avec les Défensiens.



L'ÉVÉNEMENT

Je prends soin de moi à La Défense

MENS SANA IN CORPORE SANO, UN ESPRIT SAIN DANS UN CORPS SAIN... BONNE NOUVELLE, LE QUARTIER D'AFFAIRES NOUS PERMET D'APPLIQUER AU QUOTIDIEN CETTE MAXIME.

Texte : Marina Marcout

Shopping

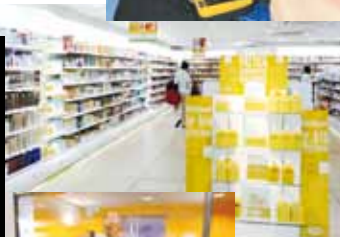
L'enseigne Parashop, leader de la parapharmacie en France, a installé son plus grand magasin à La Défense. On fait son choix parmi plus de 600 références à prix doux : produits cosmétiques, bio, dermatologiques, diététiques ou encore pour bébé et la maison. Plusieurs marques exclusives s'invitent également dans les rayons et une équipe de professionnels de la santé répond à toutes les questions.

> Les Quatre Temps, La Pergola
Tél. : 01 49 06 93 52. www.parashop.com

Pôle Santé

Allô Maman bobo ? Pas de panique, on file ou on prend rendez-vous au Pôle Santé des Quatre Temps. Ouvert de 10 heures à 20 heures, il réunit un cabinet dentaire, un centre médical avec des médecins spécialistes qui sauront conseiller ou prodiguer les soins nécessaires, un laboratoire d'analyses et un cabinet de radio-

> Zone Kiwi niveau 3.
Cabinet dentaire : 01 47 75 99 99
Centre médical : 01 47 74 72 72
Laboratoire d'analyses : 01 47 78 80 80
Cabinet de radiologie : 01 47 73 05 50
De nombreux praticiens ont ouvert leurs cabinets dans les quartiers de La Défense. Liste complète sur www.ladefense.fr



...s douleurs dorsales, une nuque qui tire à force de travailler devant un écran ? On s'offre une pause détente avec Ammazen. Cette société se déplace en entreprise avec son matériel pour pratiquer un massage

Formation

Les délégations de la Croix-Rouge de Puteaux et de Courbevoie proposent aux particuliers des initiations de 75 minutes aux premiers secours pour adultes et juniors et une formation « prévention et secours civiques de niveau 1 ». En une dizaine d'heures, cette dernière permet d'acquérir par équivalence le brevet européen des premiers secours (BEPS). On s'inscrit tout de suite!

> À partir de 10 euros la formation.
Renseignements : www.croix-rouge.fr

Lâcher prise

assis. Quinze minutes suffisent pour se détendre et canaliser les énergies utiles à la productivité. Pourquoi s'en priver ?

> De 50 à 80 euros l'heure pour trois massages.
www.ammazen.com

QU'EN PENSEZ-VOUS ?

Comment prenez-vous soin de votre santé ?



M. Beiler

« Je respecte les sagesses populaires. Parce que "mieux vaut prévenir que guérir", je fais deux à trois cures par an de minéraux et probiotiques. Et pour éviter d'attraper un rhume d'entre deux saisons, je ne me découvre pas d'un fil au mois d'avril... »

DONOVAN, CONSULTANT



DR

« Je suis légèrement hypocondriaque ! Je vais chercher des infos sur le Web, j'appelle un ami médecin et je vérifie que mon carnet de vaccination est à jour. Mais j'évite l'automédication. Trop risqué ! »

ÉMELYNE, ÉTUDIANTE

Vous aussi, réagissez sur www.ladefense.fr

L'EXPLOIT

36 étages sans ascenseur

Alain Robert, surnommé « Spiderman », a réalisé une nouvelle prouesse en escaladant à mains nues la tour Ariane. Tout de noir vêtu, il est venu à bout de la façade de 152 mètres de hauteur en seulement 36 minutes!

LA PHRASE



Dès l'instant où vous reliez La Défense en 25 minutes depuis l'aéroport Charles-de-Gaulle, et où vous rejoignez le centre de Paris en 25 minutes avec certitude, vous êtes relié à toutes les gares et tous les aéroports; cela change tout.

CHRISTIAN BLANC,

SECRÉTAIRE D'ÉTAT CHARGÉ DU DÉVELOPPEMENT DE LA RÉGION CAPITALE, À PROPOS DU TRACÉ DES TRANSPORTS PRÉVU DANS LE CADRE DU GRAND PARIS (INTERVIEW AU FIGARO).

Defacto

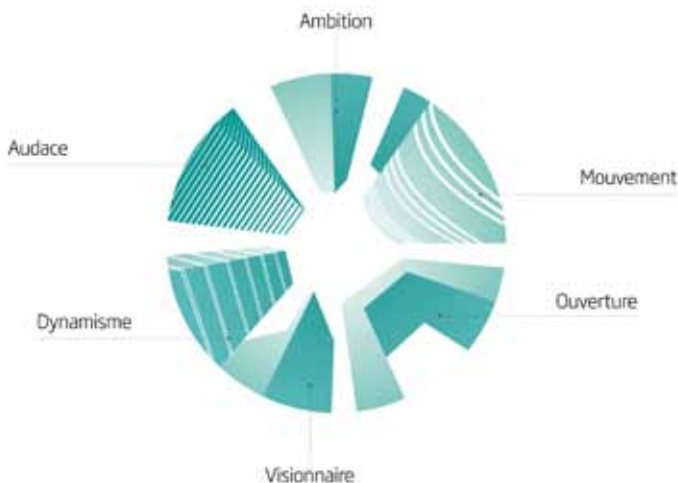
Établissement public de gestion de quartier d'affaires de la Défense



IDENTITÉ

Le changement... dans les faits!

VOUS L'AVEZ SANS DOUTE REMARQUÉ : votre magazine a changé de nom pour devenir *Defacto.mag*. Une évolution logique : Defacto est aussi le nouveau nom d'usage de l'Établissement public de gestion de La Défense (EPGD). Mais pourquoi cette évolution ? D'abord, parce que le mot renvoie, dans son attaque, à La Défense. Mais aussi parce que Defacto (« dans les faits » ou « dans la pratique », en latin) exprime les idées de pragmatisme et de passage à l'action. Des notions en phase avec les missions de l'établissement, à savoir la gestion, l'animation et la communication de La Défense. Cette nouvelle identité visuelle (logo, charte graphique) gagnera progressivement l'ensemble des supports de communication, depuis la signalétique jusqu'aux affichettes, en passant par les plaquettes d'information. Une chose est sûre, sa mémorisation par tous devrait être plus aisée : d'« EPGD » à « Defacto », y'a pas photo!



LE SERVICE

Moto... avec chauffeur



L. Zylberman/Graphiximages

Fini le stress du rendez-vous manqué. Dans le cadre de son centre de mobilité, Mobiway propose des services de location de moto avec chauffeur, sur réservation ou en départ immédiat, depuis le Centre de mobilité de La Défense. Motos et équipements haut de gamme, pilotes confirmés et responsabilisés, réservation par Web ou sur place, tous les ingrédients sont réunis pour un voyage rapide et serein. Accessible par abonnement ou en demande ponctuelle, ce nouveau service « Business Class » va très vite vous devenir indispensable.

> **En savoir plus :** www.vincipark-ladefense.com ou 0 800 19 28 35 (N° Vert)

QUATRE TEMPS

PROFITEZ DES SOLDES!

LES « SERIAL SHOPPERS » PEUVENT S'EN DONNER À CŒUR JOIE! Les boutiques des Quatre Temps vous accueillent pour les soldes d'hiver jusqu'au 10 février. Quant aux restaurants du Centre et à l'UGC Ciné Cité, ils sont ouverts jusqu'à 23 heures, et ce 7 jours sur 7.

> **Plus d'infos :** <http://www.les4temps.com>