ELLE®

ON OSE
LE MAKE-UP
POP

INSTAGRAM
NOTRE MANUEL
POUR BOOMERS

SEXE
LA FRÉQUENCE,
ON S'EN FOUT !

100% COULEUR

CORAIL, VERT D'EAU, ORANGÉ...
LA BONNE
PALETTE MODE

VÉCU
ELLES ONT
FAIT EXORCISER
LEUR MAISON

SCOOP
"WHITE LOTUS"
LES COULISSES DE
LA SAISON 4

LIFESTYLE
NOS ASTUCES
POUR FAIRE
VENIR L'ÉTÉ

CMI FRANCE
L 14149 - 4193 - F: 2,90 €

HEBDOMADAIRE 30 AVRIL 2026 FRANCE MÉTROPOLITAINE : 2,90 € - AND : 4,90 € - D : 5,90 € - BEL : 3,50 € - ESP : 4,90 € - GR : 6,20 € - IT : 4,90 € - LUX : 3,70 €
PORT CONT : 4,90 € - DOM A : 8 € - TOM A : 2500 XPF - TOM S 830 XPF - CAN : 8,95 CAD - CH : 5,60 CHF - MAR : 55 MAD - TUN : 11,50 TND





CHANEL

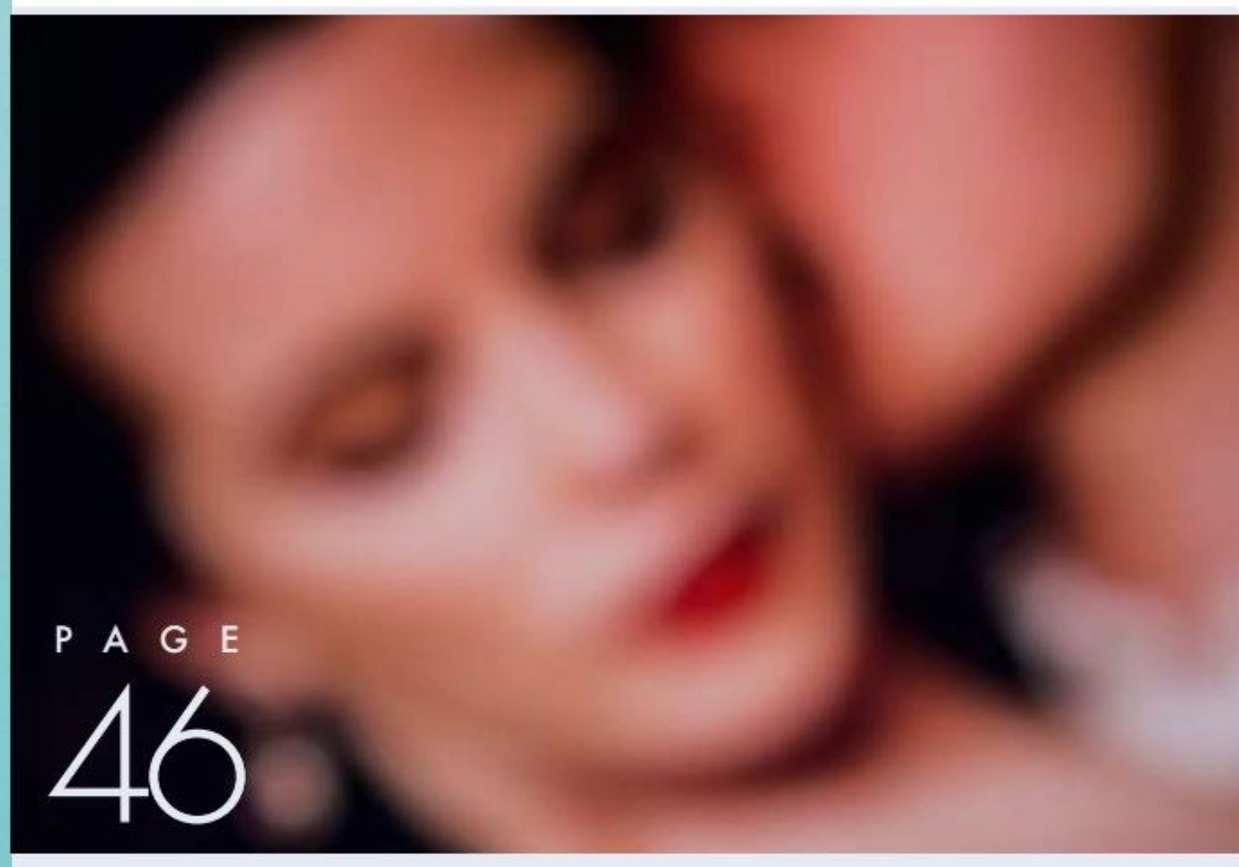
LE SAC CHANEL 25

SOMMAIRE



PAGE 68

LA BONNE PALETTE MODE.



PAGE 46

MAG : ENQUÊTE SUR LA SEXUALITÉ DES FRANÇAIS.

7 ÉDITO
« Moche, mal coiffée et aigrie. »
Par Dorothée Werner.

8 INFO
« White Lotus » : les coulisses de la saison 4 .

23 CULTURE
Cinéma, expos, musique, théâtre, séries…

30 LIVRES
Didier Decoin, Joyce Maynard, Martina Hefter, Bonnes nouvelles…

37 STYLE
Mode et beauté.

58 MAG
Nos astuces pour faire venir l'été.

68 MODE
SPÉCIAL COULEURS.

94 ART DE VIE
Nutrition : le goût et les couleurs.

105 HOROSCOPES

107 FICHES-CUISINE
Manger sain sans se ruiner.



EN COUVERTURE

LUNA BIJL PORTE UN BLOUSON, UN SHORT, DES BRACELETS ET DES BOUCLES D'OREILLES, **SAINT LAURENT PAR ANTHONY VACCARELLO.** UNE BAGUE « CLASH DE CARTIER », **CARTIER.** RÉALISATION **ANNE-MARIE BROUILLET.** PHOTOGRAPHE **TOM SCHIRMACHER.** COIFFURE **JAVIER PALACIO.** MAQUILLAGE **TATSU YAMANAKA.**



PAGE 94

NUTRITION : JOUEZ AVEC LES COULEURS !

TOM SCHIRMACHER ; FRANÇOIS FONTAINE/AGENCE VU ; LEVI BROWN/TRUNK ARCHIVE/PHOTO SENSO.

Ce numéro comporte, insérées entre les pages 106 et 107, 4 pages spéciales numérotées de I à IV (éditions Alsace et Lorraine) ; ou 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (édition Aquitaine) ; ou 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (édition Côte d'Azur et Corse) ; ou 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (édition Grand-Rhône-Alpes) ; ou 20 pages spéciales numérotées de I à XX (éditions Île-de-France et Paris) ; ou 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (édition Languedoc-Roussillon) ; ou 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (édition Pays de la Loire) ; ou 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (édition Provence). Sur la page 19, collage d'un échantillon Lancôme (édition abonnés et les kiosques en aléatoire), sur la page 43, collage d'un échantillon Laboratoire Nuxe (édition France métropolitaine), entre les pages 66 et 67, un encart jeté abonnement ELLE de 2 pages (kiosques de la France métropolitaine), et, posé contre la 4e de couverture, un flyer ELLE fête des Mères sur les exemplaires abonnés. Ce numéro comporte un encart abonnement Dynapresse sur les exemplaires kiosques Suisse et des envois de correspondance sur la France métropolitaine + Dom-Tom. Des exemplaires de ELLE n° 4193 sont vendus avec, en cadeau, un stick solaire Respire, sur une partie de la diffusion kiosques France métropolitaine (liste des points de vente disponible sur elle.fr, rubrique beauté). Offre valable du 30 avril au 13 mai 2026. Dans la limite des stocks disponibles.

MONTBLANC

Let's Write*

*Écrivons

Aimee Lou Wood



dinh van
PARIS

Collection Maillon

"Moche, mal coiffée et aigrie"



MARC PHILBERT

PAR DOROTHÉE WERNER **GRANDE REPORTER**

CE SONT QUELQUES MOTS ENTENDUS AU DÉTOUR D'UNE INTERVIEW. Quelques mots du vice-président de l'Assemblée nationale, député du Nord et vice-président du Rassemblement national, parti crédité de 31,5 % à 38 % des intentions de vote au premier tour de la présidentielle de 2027*. Sébastien Chenu les a prononcés le 16 avril dernier sur Franceinfo, avant de les écrire sur X le lendemain. À propos de la compagne de Jordan Bardella, le président de son parti, il a déclaré : « N'en déplaise à certains, tout le monde n'a pas vocation à finir comme une prof de sociologie à Nanterre, moche, mal coiffée et aigrie ! » Cet élu de la République attaque les professeures d'université. Et avec « moche, mal coiffée et aigrie », il insulte les femmes, toutes les femmes.

Ces mots trahissent la vision sexiste de toutes les extrêmes droites populistes du monde : objectivées par le regard masculin, les femmes sont réduites à leur seule apparence, donc à leur corps, avec un seul droit, celui d'être belles, bien coiffées et souriantes. Des potiches ? Tout au long de leur bataille pour l'égalité, les femmes de tous bords politiques (rappelons que Simone Veil était de droite) ont essuyé ces remarques puisées dans le registre humiliant des « moches, mal coiffées et aigries ». En 2026, cette vision du monde rencontre un écho grandissant au sein de la sphère masculiniste, portée par les réseaux sociaux. Elle trouve surtout, à chaque fois que l'extrême droite est au pouvoir, sa transposition politique concrète, via des attaques contre les droits des femmes. Exemples ? Donald Trump a détruit le droit fédéral garantissant l'avortement aux États-Unis (2022), les partis d'extrême droite européens n'ont pas voté pour la Convention d'Istanbul sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique (2023), le RN s'est abstenu sur la Directive européenne sur la transparence et l'égalité des rémunérations (2023)... En ont-elles conscience, ces Françaises qui, après avoir longtemps été plus réticentes que les hommes face à l'extrême droite, sont désormais aussi nombreuses qu'eux à voter RN ? Les femmes ont beaucoup à perdre sur le terrain de leurs droits. Toutes, qu'importe la manière dont elles se coiffent. ●

*** Sondage Elabe du 28 mars dernier, pour BFMTV et « La Tribune Dimanche » auprès de 1504 personnes.**

Ces mots trahissent la vision sexiste de toutes les extrêmes droites populistes du monde.



PORT DE SAINT-TROPEZ (VAR).

NANCY PAUWELS/GETTY IMAGES, IPA AGENCY/STARFACE, ANDBZ, BERZANE NASSER/PA PHOTOS/REYNAUD JULIEN/ABACA.

TOURNAGE

"WHITE LOTUS", UNE SAISON À SAINT-TROPEZ

Pour sa quatrième escale, la série culte pose ses valises sur la Côte d'Azur. Notre bande-annonce.

PAR **STÉPHANE DURAND**

ET DE 4! APRÈS HAWAÏ, LA SICILE ET LA THAÏLANDE, « The White Lotus » vient enchanter la Côte d'Azur. Le 15 avril, HBO a annoncé que le tournage de la série mettant en scène des clients d'hôtels de luxe pleins aux as, et souvent détestables, avait commencé. Alors que le Maroc fut un temps envisagé, c'est finalement en France que la production a décidé d'installer ses caméras, au Château de la Messardière, un hôtel 5 étoiles, aussi appelé Airelles Saint-Tropez, et renommé le « White Lotus du Cap » dans la série. De quoi ●●●



AU CASTING DE CETTE SAISON, VINCENT CASSEL, NADIA TERESZKIEWICZ, HEATHER GRAHAM, HELENA BONHAM CARTER ET CORENTIN FILA.





LA PISCINE ET LE PARC DU CHÂTEAU DE LA MESSARDIÈRE. LAURA SMET ET KUMAIL NANJIANI.

●●● surprendre dans le secteur du tourisme, où l'on misait plutôt sur le Grand-Hôtel du Cap-Ferrat pour dérouler le tapis rouge aux Américains, les trois premières saisons de la série ayant été accueillies dans des établissements du groupe Four Seasons.

À défaut de cet hôtel mythique de la Côte d'Azur, qui a servi de décor dans la saison 2 d'« Emily in Paris », c'est la société française LOV Group, appartenant à Stéphane Courbit, qui décroche la timbale et accueille ce tournage XXL. Un méga coup de projecteur sur l'établissement tropézien à 1 500 euros la nuit, qui promet un boum des réservations dans le sillage de la diffusion. Pour preuve, après la première saison, les visites du site Internet du Four Seasons Maui, à Hawaï, ont bondi de 425 % ! C'est en tout cas ce qu'affirmait le PDG du groupe hôtelier, Alejandro Reynal, au magazine « Bloomberg » en 2025, un an après avoir annoncé un partenariat entre sa marque et HBO. On ne sait pas par quel miracle le milliardaire Stéphane Courbit, par ailleurs président de la société de production audiovisuelle Banijay, a imposé sa french touch. Toujours est-il que cette opportunité devrait renforcer l'attractivité d'une région déjà synonyme de luxe et de glamour dans le monde entier.

« Ce tournage n'a pas bénéficié de faveurs particulières en termes de mise à disposition d'espaces », nous affirme Laurent Grosso, directeur du tourisme de Saint-Tropez. Seule contrainte pour l'équipe américaine : tourner hors période estivale, raison pour laquelle les caméras reviendront filmer le célèbre port lorsque la clientèle coutumière de la commune varoise aura dansé tout l'été. Le tournage devrait alors se prolonger jusqu'en octobre. « Nous avons étudié l'impact des réservations de nuitées sur les destinations où la série est tournée, mais contrairement à Koh Samui, en Thaïlande, et Taormina, en Sicile, qui ont profité de cette expérience pour s'offrir une image plus luxueuse, nous avons déjà une clientèle très haut de gamme, affirme Laurent Grosso. Dans notre cas, c'est clairement "The White Lotus" qui veut s'offrir l'image de Saint-Tropez, même si, pour nous, c'est une très belle vitrine. Disons que c'est donnant-donnant. »

Le Château de la Messardière n'est pas le seul décor de cette quatrième saison qui, selon HBO, narrera les aventures d'« un nouveau groupe de clients et d'employés du White Lotus pendant le Festival de Cannes », entraînant ainsi ses personnages entre Monaco et la Croisette. L'hôtel Martinez se transformera pour l'occasion en « White Lotus Cannes » lors d'un tournage qui se tiendra loin des regards indiscrets, comme nous le confirme la direction de la communication de l'hôtel, qui ne peut s'étendre publiquement sur le sujet, selon un accord de confidentialité.

Cette fois encore, le casting promet de jolies découvertes, mais recrute aussi des têtes d'affiche bien connues du public. Mike White, le créateur, scénariste et réalisateur, a confié les rôles principaux à la Britannique Helena Bonham Carter, à l'Américain Kumail Nanjiani et à l'icône des années 1990 Heather Graham, ainsi qu'à quelques-uns de nos talents hexagonaux. Si la venue de Florence Foresti n'est pas confirmée, la distribution française comprend bel et bien Vincent Cassel, Laura Smet et Nadia Tereszkiewicz, laquelle fêtera son trentième anniversaire lors du tournage. À noter aussi la présence de Corentin Fila, qui, après avoir tombé le T-shirt dans la série « Escort Boys », retirera peut-être le maillot dans cette œuvre qui joue volontiers la carte de la provocation et cultive un certain cynisme. Petite déception tout de même : ne pas voir Valérie Lemercier invitée à camper un personnage de bourgeoise exécrable, elle qui avait pourtant avoué à Mouloud Achour, sur le plateau de « Clique », tout faire pour décrocher un rôle dans sa série préférée. ●

LUDOVIC MAISANT/HEMIS ; BERZANE NASSER/ABACA.

Elle aura vu passer
des jeans slim,
des jeans baggy,
des jeans slim
et encore
des jeans baggy.



ID. Polo

100 % électrique

La voiture d'aujourd'hui depuis toujours.

Véhicule en cours d'homologation au 13/04/2026, prochainement disponible à la vente en France.
SAS Volkswagen Group France, RCS Soissons 832 277 370.

Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo #SeDéplacerMoinsPolluer



« S.O.S. FANTÔMES » (1984).

1. POST DU COMPTE INSTAGRAM @KEYBEAUTY.OFFICIEL.
2. ILLUSTRATION D'UDO J. KEPPLER (1901).
3. COMPTE INSTAGRAM @PEGGY.MEDIUM.



INSOLITE

PROFESSION : EXORCISEUR D'APPART

Chasser les esprits et rétablir l'harmonie vibratoire de votre bien… Telle est l'étrange promesse de ces « experts » qui font florès sur les réseaux sociaux. Visite hantée. PAR **CONSTANCE DOVERGNE**

SUR INSTAGRAM APPARAISSENT DEPUIS QUELQUES MOIS DES PUBLICITÉS D'UN NOUVEAU GENRE. Face caméra, un inconnu cintré dans un blazer en polyester vous interpelle : « Ton bien ne se vend pas, malgré son prix aligné sur le marché ? Il est sans doute peuplé d'énergies négatives suite à un décès ou à un événement violent. Contacte-moi pour augmenter le taux vibratoire de ton logement et dégager les entités négatives qui empêchent sa vente ! » Ces temps-ci, les « exorcistes immobiliers » des réseaux sociaux sont à la fête : victime d'une hausse brutale des taux d'intérêt en 2023, le secteur subit un ralentissement inédit. À Paris, où le montant des transactions a reculé d'environ 10 % depuis trois ans, des appartements qui s'arrachaient en quelques heures peuvent désormais moisir sur les sites de petites annonces pendant de longs mois. Vite, un ghostbuster !

Mais l'humanité n'a pas attendu l'anxiété immobilière actuelle pour croire que l'énergie invisible d'un lieu affecte le bien-être de ses habitants. Système cosmologique immémorial, le feng shui était déjà pratiqué il y a trois mille ans en Chine afin de déterminer l'emplacement d'une ville ou d'un tombeau, où l'énergie vitale – le qi – circulerait de manière harmonieuse. « Il existe aussi, dans certains lieux, la mémoire d'états émotionnels négatifs (maladie longue, suicide, violences), qui imprègnent les murs et les sols », affirme Isabelle Sengel, architecte d'intérieur et praticienne en feng shui. Nos maisons seraient-elles donc remplies de « bad vibes » ? Brrr…

Selon les énergéticiens, plus la mémoire du lieu serait chargée, plus son taux vibratoire serait bas, provoquant anxiété, sensation de lourdeur, fatigue, inconfort… Un concept qui n'a, bien sûr, jamais été confirmé par la science. Enfin, « il y a les entités, âmes stagnantes de personnes décédées, qui peuplent certains logements et perturbent les courants énergétiques », raconte un énergéticien, estimant que, « dans un pays aussi vieux et chargé de mémoire que la France, environ une maison sur deux est habitée par une entité ». Panique chez les amateurs de vieilles pierres, cheminées d'origine, poutres apparentes et « charme de l'ancien ».

Surfant sur l'engouement actuel pour l'ésotérisme, certains « spécialistes » autoproclamés proposent

COLUMBIA PICTURES ; VERA LAIR/STOCKSY ; @KEYBEAUTY.OFFICIEL ; ILLUSTRATION UDO J. KEPPLER/BUYENLARGE/GETTY IMAGES ; @PEGGY.MEDIUM.



2

donc une purification des habitations à des tarifs allant de 60 euros pour un nettoyage « simple », souvent à distance, jusqu'à plus de 1 000 euros pour de très grandes surfaces. « C'est un peu comme faire le ménage chez soi, mais à un niveau plus impalpable », prétend Isabelle Sengel. Longtemps cachée, cette pratique tend à s'afficher sans complexes, à l'instar des sessions de voyance qui se font sur Zoom ou de l'astrologie qui s'épanouit sur Instagram.

Clément, directeur artistique, raconte ainsi avoir mis un terme à des mois de mal-être inexpliqué en faisant venir une énergéticienne dans son 35 mètres carrés situé sous les toits parisiens. Celle-ci aurait repéré la présence de l'ancien propriétaire des lieux dans la cuisine, mais aussi l'arrière-grand-mère de Clément dans le canapé, et dans son lit… son voisin assassiné quelques mois plus tôt. Rive gauche, Salomé a fini par quitter l'appartement de ses rêves après qu'une exorciste l'a prévenue que le fantôme dont elle sentait la présence, une centenaire nommée Michèle, n'en bougerait pas. À Lyon, un agent immobilier à la retraite raconte avoir débloqué une quinzaine de ventes qui n'aboutissaient pas en investissant dans des nettoyages énergétiques. Dans le Cotentin, un couple de New-Yorkais qui venait d'acquérir un manoir du XVII^e siècle abandonné a demandé à un énergéticien d'explorer le domaine. « Il y avait encore du monde à l'intérieur », indique le rapport, notamment « un bébé tombé dans le puits au XVII^e siècle » et « un capitaine de navire du XVIII^e qui ne voulait pas trop partir au début, mais a fini par comprendre ».

À ce stade de son enquête, la journaliste, médusée, est tentée de solliciter, elle aussi, une intervention, juste pour voir. « Surtout pas ! » s'exclament en chœur les praticiens interrogés. On ne s'amuse pas avec l'invisible. Certains incompétents risqueraient, paraît-il, d'importer dans un logement parfaitement sain des énergies négatives résiduelles provenant d'un nettoyage précédent, façon punaises de lit ectoplasmiques… En l'absence d'un annuaire des énergéticiens de confiance, Isabelle Sengel recommande de se fier à son intuition et se méfie de la prolifération des formations proposées en ligne. « Tout le monde ne peut pas pratiquer ce genre de choses. Ce ne sont pas des techniques au sens strict : on utilise avant tout sa propre énergie. » D'ailleurs, tous les logements ne méritent pas d'être « nettoyés au Karcher », poursuit-elle. « Les énergies négatives occupent surtout les espaces que nous n'habitons pas. Si nous habitons pleinement un lieu, elles ont moins de place et finissent par disparaître. Le remède de base reste très simple : aérer, faire le ménage. Ensuite, un premier niveau consiste à mettre du gros sel dans les endroits que l'on sent un peu chargés ou d'allumer de la sauge blanche amérindienne et de faire le tour du lieu pour que la fumée lèche les murs. » Simple comme bonjour, on vous dit.



3

Les tarifs vont de 60 euros pour un nettoyage énergétique "simple" à plus de 1 000 euros.

Si ces pratiques ont de quoi interloquer les esprits cartésiens, elles ont au moins un intérêt : réapprendre aux gens à considérer leur chez-soi. « On dépasse la logique du prix au mètre carré, note l'architecte. Les lieux deviennent des cocons protecteurs, des réponses à l'agressivité du monde extérieur – travail, politique, etc. Cela transforme notre regard. Et, quelle que soit la méthode, le simple fait de s'intéresser à son lieu de vie est déjà extrêmement intelligent. » Pas faux. Mais est-il besoin de croire aux fantômes pour faire ce constat ? ●



LENA DUNHAM,
LE 14 AVRIL,
Ā NEW YORK.



1

1. AVEC JEMIMA KIRKE, AU MET GALA, Ā NEW YORK, EN 2019. **2.** AVEC NATALIE PORTMAN, LE 11 AOŪT DERNIER.



2

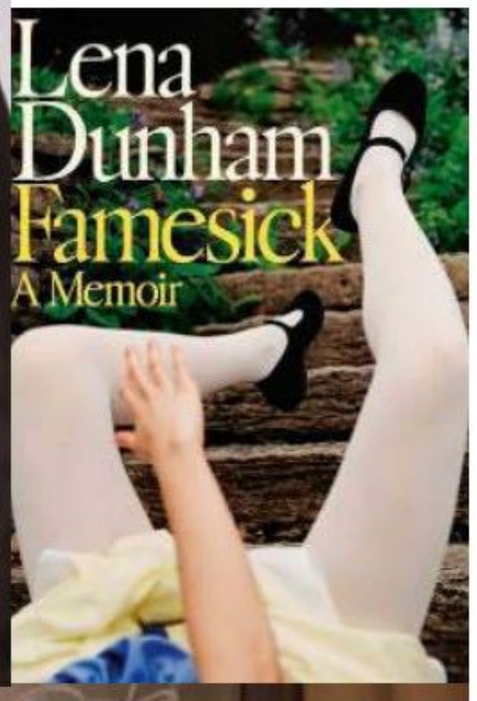
LENA DUNHAM

UNE VIE TOO MUCH

Après avoir mis sa vie en scène dans la série « Girls », l'éternelle prodige se met une nouvelle fois à nu avec la publication de ses Mémoires. Cinq choses à savoir sur une artiste « trop ». PAR **ALICE AUGUSTIN**



AVEC JACK ANTONOFF, AU GALA PRE-GRAMMY, À BEVERLY HILLS, EN 2017.





AVEC JEMIMA KIRKE, ZOSIA MAMET ET ALLISON WILLIAMS, EN 2013 (« GIRLS », SAISON 3).

TROP PRÉCOCE Cette graphomaniaque, qui collectionne les journaux intimes, revient dans son livre sur les années « Girls », la série qui l'a propulsée à 25 ans de simple étudiante à sainte patronne des hipsters. « J'étais une toute petite jeune femme. Si j'avais eu conscience de mes qualités, j'aurais agi très différemment », explique-t-elle au « New York Times » pour la promo XXL de son livre. Sa mère jalouse son succès, ses amies d'enfance disparaissent, les tournages impliquant une centaine de personnes reposent sur ses frêles épaules… La pression est immense.

TROP DE CRITIQUES Le succès de la réalisatrice, actrice, scénariste et productrice prodige déclenche un torrent de commentaires haineux. Tout est sujet à critiques : « Mon physique peu avantageux, ma voix irritante, mes opinions politiques [démocrates, ndlr] manifestement désastreuses, mon incapacité à marcher avec des talons, mon manque de goût vestimentaire, et le fait que n'importe qui – littéralement n'importe qui – méritait davantage tout cela que moi », se souvient-elle dans son livre. « Mes discours de remerciements ont été disséqués : manquais-je d'humilité, ou en faisais-je trop ? Étais-je drôle et authentique, ou brouillonne et épuisante ? » Trop féministe, trop privilégiée, trop blanche, trop impudique, trop grosse : rien ne lui est épargné.

Le succès de la réalisatrice, actrice, scénariste et productrice prodige déclenche un torrent de commentaires haineux.

TROP DE RELATIONS TOXIQUES Lena Dunham balance cash et sans pseudonyme. Sur l'acteur Adam Driver, d'abord : elle décrit ses accès de rage lors du tournage de « Girls » – coups de poing dans le mur, chaise balancée, hurlements, scène de sexe chaotique pendant laquelle il ne suit pas les instructions du scénario. Sur son ancienne associée Jenni Konner : elle évoque une amitié empreinte de domination et de maltraitance. Enfin sur son ex-petit copain : le producteur de musique Jack Antonoff est dépeint comme un homme volage et égoïste. Lorsqu'elle subit une hystérectomie (ablation de l'utérus), il arrive avec deux heures de retard à l'hôpital, et lui explique qu'il a envoyé un SMS pour savoir si on pouvait l'attendre…

TROP DE BLESSURES Agression sexuelle par un baby-sitter, boulimie, endométriose handicapante, syndrome d'Ehlers-Danlos… Le corps de Lena Dunham est un champ de bataille. Une fois son utérus retiré, son médecin constate qu'il est « pire que tout ce qu'on avait imaginé. C'était le sac à main Chanel de Chinatown, un véritable cauchemar, regorgeant de défauts à la fois subtils et flagrants », écrit-elle. Ajoutez à cela les violences gynécologiques qu'elle endure (lors d'un examen pelvien manuel extrêmement douloureux, un médecin fait éclater un kyste rempli de sang) et l'addiction aux traitements anti-douleur.

JAMAIS TROP TARD Sobre depuis huit ans après une cure de désintoxication, Lena Dunham s'est réfugiée à Londres pour échapper à la pression médiatique. Elle y a rencontré son mari, Luis Felber, un musicien au regard doux avec qui elle file le parfait amour. À presque 40 ans, plus bankable et plus heureuse que jamais, elle a rempilé avec la série « Too much » pour Netflix, et prépare pour la même plateforme « Good Sex », un film avec Mark Ruffalo et Natalie Portman. On a hâte. ●

« FAMESICK. A MEMOIR », (éd. Random House, pas encore traduit).

AEON/GETTY IMAGES ; PRESSE ; CHRISTOPHER PETERSON/SPLASH NEWS/ABACA ; ANGELA WEISS/AFP ; JEFF KRAVITZ/FILMMAGIC.

"J'ÉTAIS ENGLUÉE DANS MON OBSESSION : AVOIR UN ENFANT"

L'animatrice et comédienne Énora Malagré fait témoigner dans un livre des personnalités qui n'ont pas eu d'enfants par choix. Et dénonce l'injonction à la maternité. PAR **ALICE AUGUSTIN**

SON DOCUMENTAIRE « POURQUOI T'AS PAS D'ENFANTS ? », diffusé en mars sur France Télévisions, a fait un carton d'audience. Le 5 mai, Énora Malagré, 45 ans, publie le livre avec les témoignages de son film : Béatrice Dalle, Marianne James, Mireille Dumas et bien d'autres, autant de femmes qui n'ont pas eu d'enfants par choix. Pour apprendre à vivre au-delà de la maternité.


À PARIS, EN FÉVRIER.

ELLE. Ce documentaire est un succès, mais il n'a pas été si facile de convaincre une chaîne de le diffuser…
ÉNORA MALAGRÉ. En 2019, j'ai parlé publiquement de mon endométriose, première cause d'infertilité féminine en France. Ce documentaire est dans ma tête depuis longtemps. J'ai alors approché des producteurs, mais on me disait : « C'est un sujet de gonzesse, un sujet niche pas du tout sociétal. » Les femmes qui ne pouvaient pas avoir d'enfants, ou qui n'en voulaient pas, étaient encore invisibles.

ELLE. Aujourd'hui, vous dites avoir enfin fait le deuil de la maternité…
E.M. Réaliser ce docu m'a permis de trouver la paix. Au fil du tournage, j'ai lâché mes petites valises. Mireille Dumas m'a beaucoup aidée. J'étais obsédée par le fait de terminer toute seule avec mes chats et elle m'a dit : « Mais vous voulez des enfants pour quoi ? Pour qu'ils viennent vous visiter à l'Ehpad ? Aucun enfant ne vient à l'Ehpad ! » Ce n'est pas si simple, j'ai replongé, j'ai fait un burn-out il y a trois semaines. Raconter à nouveau ma PMA, mes arrêts naturels de grossesse, tout ce que j'ai vécu, ça réactive la souffrance. Beaucoup de femmes m'arrêtent dans la rue pour me remercier, des journalistes me racontent leur propre histoire. C'est bouleversant et ça touche tout le monde.

ELLE. Vous commencez votre documentaire et votre livre par l'intervention d'Emmanuel Macron qui appelle au « réarmement démographique ». Pourquoi cette phrase vous a tant choquée ?
E.M. Depuis tant d'années j'étais engluée dans mon obsession : avoir un enfant. J'ai été au bout de l'épuisement physique et mental, au bout de ce que je pouvais encaisser. Un jour, le Président utilise ces mots si maladroits alors même qu'il n'a pas d'enfants. J'en ai pleuré, je me sentais comme une femelle défaillante. L'injonction à la maternité s'était invitée jusqu'au sommet de l'État. Finalement, cette colère m'a donné une impulsion.

ELLE. Aujourd'hui, est-ce qu'on vous pose encore la question « Pourquoi t'as pas d'enfants ? » ?
E.M. Non, parce que les gens sont prévenus ! J'ai mis beaucoup de temps à me débarrasser de ma culpabilité. J'ai puni mon corps, j'ai tapé sur mon ventre. Je pensais que c'était ma faute. Les paroles des féministes m'ont beaucoup aidée à me déprogrammer de tout ça.

ELLE. Vous écrivez : « Dire non à la maternité, ce n'est pas un refus de la vie, c'est une autre manière d'y prendre part. » Comment y parvenez-vous ?
E.M. Je suis marraine du Planning familial depuis vingt ans, je m'investis dans des associations auprès de jeunes ados. C'est ma forme de maternité. Il y a d'autres formes de transmission, le théâtre en est une, par exemple. Je suis aussi beaucoup plus apaisée depuis que j'ai trouvé ma place dans ma famille choisie, celle de mes amis. Je m'y sens choyée, je suis la tata un peu excentrique à qui tous les ados se confient. Finalement, ma vie est très joyeusement remplie. ●

« POURQUOI T'AS PAS D'ENFANTS ? », d'Énora Malagré (éd. Leduc).

LÉA CRESPI/PASCO AND CO

LA NOCOME PARIS

ABSOLUE LONGEVITY MD META DISCOVERY

NOUVEAU

ACTIF LONGÉVITÉ ISSU DES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

POUR LA 1RE FOIS DANS NOS SOINS

mitopure® PAR time—line

DISPONIBLE CHEZ NOCIBÉ



L'Oréal France - SNC - 30 rue d'Alsace 92300 Levallois-Perret - RCS Nanterre 919 434 894. Photographie retouchée.



MANAE FELEU.

COCKTAIL

FELEU DE JOIE

Le Tournoi des Six Nations de rugby féminin se déroule jusqu'au 17 mai. Zoom sur Manae Feleu, capitaine charismatique de l'équipe de France.

PAR **MARIE TESTA**

40 % ANTOINE DUPONT

Son prénom, Manae, signifie « tonnerre » en futunien, une langue polynésienne. Mais inutile de l'imaginer s'emporter dans le vestiaire. Chez Manae Feleu, le tonnerre est plus silencieux. Son credo ? Observer, écouter – puis montrer. Ā seulement 26 ans, la capitaine des Bleues incarne un leadership olympien : pas besoin d'en faire trop, juste ce qu'il faut. De quoi rappeler Antoine Dupont, capitaine de l'équipe masculine, et sa force tranquille. Parfois, cette force s'exprime même sans un mot. Le 11 avril dernier, à Grenoble, son équipe est entrée sur la pelouse aux côtés des pionnières de 1982 arborant un maillot enfin orné du coq sur le cœur, autrefois réservé à l'équipe masculine. Elles ont chanté ensemble « La Marseillaise ». Une initiative impulsée par Renault, qui s'engage à travers son programme Give Me 5, en faveur de la promotion du rugby féminin.

30 % MEREDITH GREY

Ses plaquages ? Presque médicaux. Ā croire qu'elle s'entraîne déjà pour la suite. Car oui, si Manae Feleu se concentre aujourd'hui sur le rugby, elle pourrait, un jour, consacrer son temps à la médecine, façon Meredith Grey. Fan de « Grey's Anatomy » depuis son adolescence, elle n'a pas lâché l'idée : un jour, ce sera blouse blanche plutôt que maillot bleu. Lorsqu'elle ne plaque pas ses adversaires sur le terrain, elle poursuit sa cinquième année de médecine. Direction Futuna, si tout se passe comme prévu, où elle espère un jour exercer à temps plein. On aurait presque envie de la voir intégrer la prochaine saison du feuilleton médical.

30 % SERENA WILLIAMS

Une jeune fille entraînée par son père dès son plus jeune âge, et une sœur animée par les mêmes ambitions sportives : le scénario a déjà fait ses preuves. Certes, son prénom n'est pas (encore) aussi connu que ceux des sœurs Williams, Serena et Venus, mais Manae peut se targuer d'avoir débuté sa carrière de la même manière que les championnes de tennis : en famille. Son père, Nisié, lui transmet les bases du rugby dès 11 ans. Sa sœur Teani, 23 ans, elle aussi en équipe de France, prolonge l'histoire. Chez les Feleu, le rugby est une affaire de lien autant que de performances.

HARRY MURPHY/GETTY IMAGES

LANCÔME PARIS

NOUVEAU

ET SI VOUS INVERSIEZ L'ÂGE BIOLOGIQUE VISIBLE DE VOTRE PEAU?

PEAUX JEUNES
ANTICIPATE
-50%
STRESS OXYDATIF CUTANÉ*

PEAUX INTERMÉDIAIRES
INTERCEPT
3
TYPES DE RIDES RÉDUITES**

PEAUX MATURES
RESET
+41%
TONICITÉ***



DISPONIBLE CHEZ NOCIBÉ

*Test ex vivo sur l'oxydation de la surface cutanée avec la formule Anticipate Cream. **Crème Intercept, scorage clinique des rides du front, des sillons nasogéniens et des pattes d'oie, 76 personnes, 3 mois. ***Sérum Reset, test instrumental, 40 personnes.



EN REGARDANT DERRIÈRE

On revient en 1982 pour le premier match international de rugby féminin de l'histoire.
Premier match. Premier short. Premier maillot... mais pas de premier coq.
Dans un sport pensé par les hommes et pour les hommes, ces pionnières n'avaient pas le droit de porter l'emblème national. On ne peut pas réécrire l'histoire.
Mais 44 ans plus tard, on peut la réparer. En redonnant de la fierté à tout le rugby féminin...

ON VA DE L'AVANT



LES PIONNIÈRES DE 1982

1.Véronique Faurel 2.Maryse Pomathiot 3.Sylvie Girard 4.Annick Jambon 5.Macha Degeitere 6.Catherine Guillon
7.Sylvia Benassayag 8.Corinne Ruiz-Marbleu 9.Judith Benassayag 10.Odette Desprats 11.Pascale Mermet
12.Nicole Fraysse 13.Monique Fraysse 14.Isabelle Decamp 15.Viviane Berodier 16.Sylvie Duclos - Caravaca
17.Andrée Forestier 18.Marie-Laure Biezeray 19.Marie-Claude Guy 20.Sylvie Barrière-Rival
21.Régine Pacaud 22. Marie-Paule Gracieux - Jalvy

RENAULT

FIER SUPPORTER DE TOUS LES RUGBYS

PARTENAIRE PREMIUM

FRANCE RUGBY

PRIX DES ARTISANES

2026

SOUS LE PATRONAGE DU MINISTÈRE DE LA CULTURE

RÉVÉLEZ VOTRE SAVOIR-FAIRE
CANDIDATEZ

MÉTIERS DE LA JOAILLERIE ET DE L'HORLOGERIE
MÉTIERS DE LA VIGNE ET DU VIN
MÉTIERS DE LA MODE
MÉTIERS DE LA SAUVEGARDE DU PATRIMOINE FRANÇAIS
MÉTIERS DU DESIGN ET DES ARTS DE LA TABLE
NOUVELLE CATÉGORIE APPRENTIE DANS LES MÉTIERS DE L'ARTISANAT

POUR PARTICIPER PRIXDESARTISANES.ELLE.FR

ELLE ELLE À TABLE ELLE DÉCORATION LVMH

ARTISANS D'AVENIR · SAVOIR-FAIRE INSTITUT POUR LES FRANÇAIS · france•tv



CINEMA

TÉLÉRAMOUR

7 ANS OU AMOURS !

PAR **MARIE TESTA**

Lorsque Fred – Vincent Macaigne – demande à son ex-femme, Marguerite – Laure Calamy –, de faire annuler leur mariage religieux pour pouvoir épouser sa nouvelle compagne, Chloé, catholique convaincue, la situation semble relever d'une banale formalité. Mais lorsqu'ils se replongent dans le passé pour se prouver que leur mariage n'aurait jamais dû avoir lieu, les anciens époux ravivent une flamme qu'ils ne soupçonnaient plus. Au risque de fragiliser tout l'équilibre familial… Après « Diane a les épaules » et « La Vraie Famille », Fabien Gorgeart continue d'explorer les ambivalences des relations humaines. Ici, les parents s'interrogent sur l'amour autant que leurs enfants, avec pour toile de fond la complexité de faire famille. Une partition jouissive qui oscille entre drame et comédie, portée par des acteurs qui trouvent le ton juste sans effort apparent. Céleste Brunnquell et Saül Benchetrit complètent le casting en incarnant une jeunesse en équilibre, lucide mais encore perméable aux illusions. Sensible et résolument prenant.

« C'EST QUOI L'AMOUR ? », de Fabien Gorgeart, avec Laure Calamy, Vincent Macaigne, Mélanie Thierry, Jean-Marc Barr, Lyes Salem (1h 48). En salle le 6 mai.

DEUXIÈME LIGNE FILMS

EXPOSITIONS

2 IL EST LÀ LE BONHEUR

Trois rendez-vous printaniers qui célèbrent l'allégresse. PAR **SOLINE DELOS**



« LE DÉJEUNER DES CANOTIERS », DE RENOIR (1880-1881).

SENTIMENTALE

À l'honneur, les vingt premières années de création (1865-1885) d'Auguste Renoir (1841-1919), où le peintre couche sur la toile un bonheur contagieux. Rêveur, nerveux et angoissé, il a délibérément choisi de s'intéresser aux sujets heureux et trempe son pinceau dans l'entrain des guinguettes. Romances naissantes, regards énamourés, tendresse d'une mère pour son enfant, étreintes dansantes… Renoir fait du sentiment amoureux l'essence même de son œuvre. Les chefs-d'œuvre se succèdent, « La Danse à Bougival », « Bal du Moulin de la Galette », « Les Parapluies », et avec eux leur carte de Tendre.

Le détail à ne pas rater La multitude de jeux de regard dans « Le Déjeuner des canotiers » (1880-1881).

« RENOIR ET L'AMOUR. LA MODERNITÉ HEUREUSE (1865-1885) », jusqu'au 19 juillet, Musée d'Orsay, Paris-7e.

DANSANTE

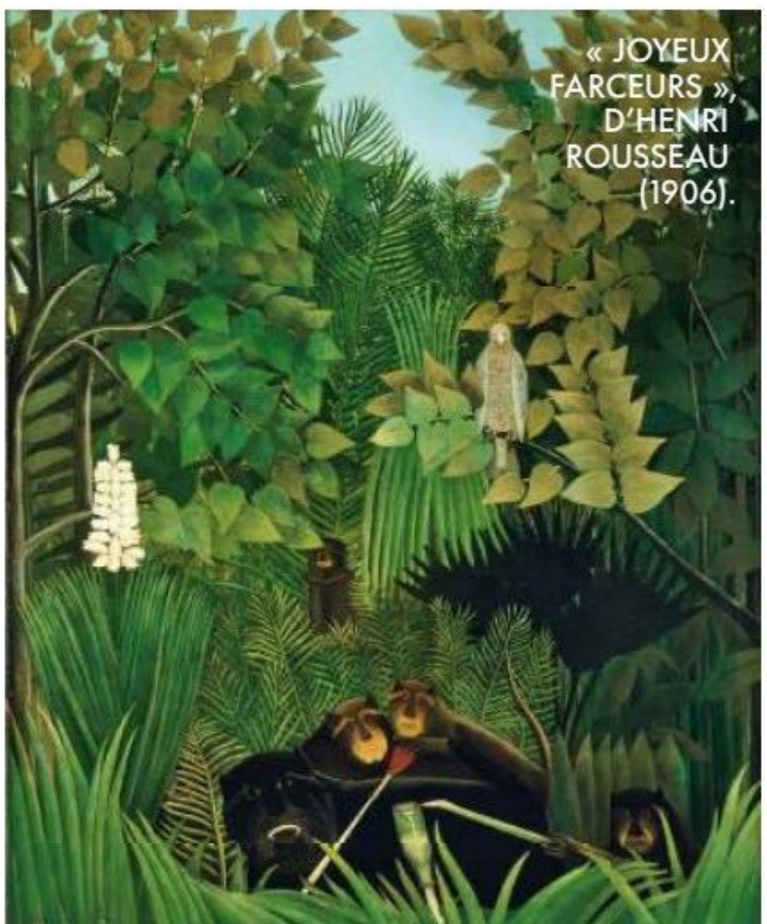
« J'espère qu'aussi vieux que nous vivrons, nous mourrons jeunes. » Cette phrase d'Henri Matisse (1869-1954) illustre à merveille l'exposition où se déploie la création de ses treize dernières années. À 70 ans passés, il crée à tout-va, se réinvente avec sa gouache découpée et multiplie les expériences. Sa liberté explose dans ses peintures flamboyantes des intérieurs de Vence. Dans l'album « Jazz », il assemble ses gouaches comme une danse des couleurs. Une technique renouvelée avec « L'Escargot », où ses papiers multicolores en spirale frôlent l'abstraction. La série des « Nus bleus » est même ici exceptionnellement réunie. Le feu sacré.

Le détail à ne pas rater « La Chute d'Icare », l'une des rares gouaches découpées à être encore constellées d'épingles.

« MATISSE. 1941-1954 », jusqu'au 26 juillet, Grand Palais, Paris-8e.



« L'ESCARGOT », DE MATISSE (1953).



« JOYEUX FARCEURS », D'HENRI ROUSSEAU (1906).

FOISONNANTE

Ne l'appelez plus le Douanier Rousseau, mais Henri Rousseau (1844-1910), à l'instar du titre de cette expo qui démonte le cliché de « peintre du dimanche » pour mettre en lumière l'artiste autodidacte, celui dont les œuvres étaient collectionnées par Albert Barnes, Picasso ou Apollinaire, et qui revendiquait une patte naïve. Elle fera son style, imprégnant ses scènes de genre au réalisme teinté d'étrangeté où se glissent montgolfières ou avions, symboles de la modernité. Le clou de l'expo ? La salle qui rassemble huit « Jungles » monumentales, celles-là mêmes qui lui ouvriront les portes du prestigieux Salon d'automne.

Le détail à ne pas rater Dans son autoportrait « Moi-même, portrait-paysage », la tour Eiffel en arrière-plan. Il est l'un des premiers à l'avoir peinte.

« HENRI ROUSSEAU. L'AMBITION DE LA PEINTURE », jusqu'au 20 juillet, Musée de l'Orangerie, Paris-1er.

ERICH LESSING/AKG-IMAGES ; COURTESY OF THE PHILLIPS COLLECTION, WASHINGTON, D.C. ; PHILADELPHIA MUSEUM OF ART/THE LOUISE AND WALTER ARENSBERG COLLECTION, 1950.

ARTHUS BERTRAND



MORJANE TÉNÉRÉ.

3

MUSIQUE

DÉSERT LUXURIANT

PAR FLORENCE TRÉDEZ

Son nom, Ténéré, signifie « désert » en tamasheq, la langue des Touaregs. Le mot peut aussi signifier « immensité », « mystère » et « résilience ». Un beau programme pour une chanteuse d'origine franco-marocaine dont la voix cristalline et légèrement acide, comme un fruit vert, semble survoler des terres arides pour venir nous bouleverser. Quasi inconnue, Morjane Ténéré a déjà pourtant à son actif plus de trois cents concerts dans une dizaine de pays, et pour certains dans des lieux atypiques : un phare en Islande, un bateau sur l'océan Arctique, un théâtre à Athènes… Téméraire, elle s'est illustrée en se lançant un défi titanesque : composer une chanson par jour pendant cent jours. Avec son deuxième EP, « I Wish I Could Be an Angel », elle convoque des racines folks en reliant le désert marocain aux grands espaces américains, elle flirte avec la musique andine sur le splendide « Jmiaa, Abuelita » et fait de chaque titre un moment suspendu, loin des contraintes commerciales de l'industrie musicale. Un véritable envoûtement.

« I WISH I COULD BE AN ANGEL », de Morjane Ténéré (Tenere Music/Modulor).

SÉRIE

LE CHOIX D'ETTY

PAR MARION RUGGIERI

Perturbante, la nouvelle série signée Hagai Levi ? Le cinéaste israélien (« Be Tipul », « The Affair », « Our Boys ») revient avec l'adaptation du journal intime d'Etty Hillesum, écrivaine juive néerlandaise qui rejoignit délibérément le camp de transit de Westerbork en 1942, et mourut à Auschwitz-Birkenau l'année suivante, à 29 ans. Aujourd'hui encore, le cheminement intellectuel qui conduisit cette étudiante à refuser de se cacher et à se faire déporter de son plein gré par solidarité, interroge autant qu'il éprouve. À cela s'ajoute le parti pris d'Hagai Levi de transposer l'action dans un présent indéfini et de réaliser une série contemporaine. Un effet miroir qui peut déstabiliser encore davantage une audience qui ne connaîtrait pas l'histoire originelle. À moins que ce trouble ne fasse partie du pari : faire d'Etty – son refus radical de la déshumanisation, de la haine, du statut de victime – une héroïne moderne.

« ETTY », d'Hagai Levi. En salle le 6 mai en deux parties (2 h 40 et 3 h). À partir du 13 mai sur arte.tv, et les 21 et 28 mai sur Arte (6 épisodes).

4

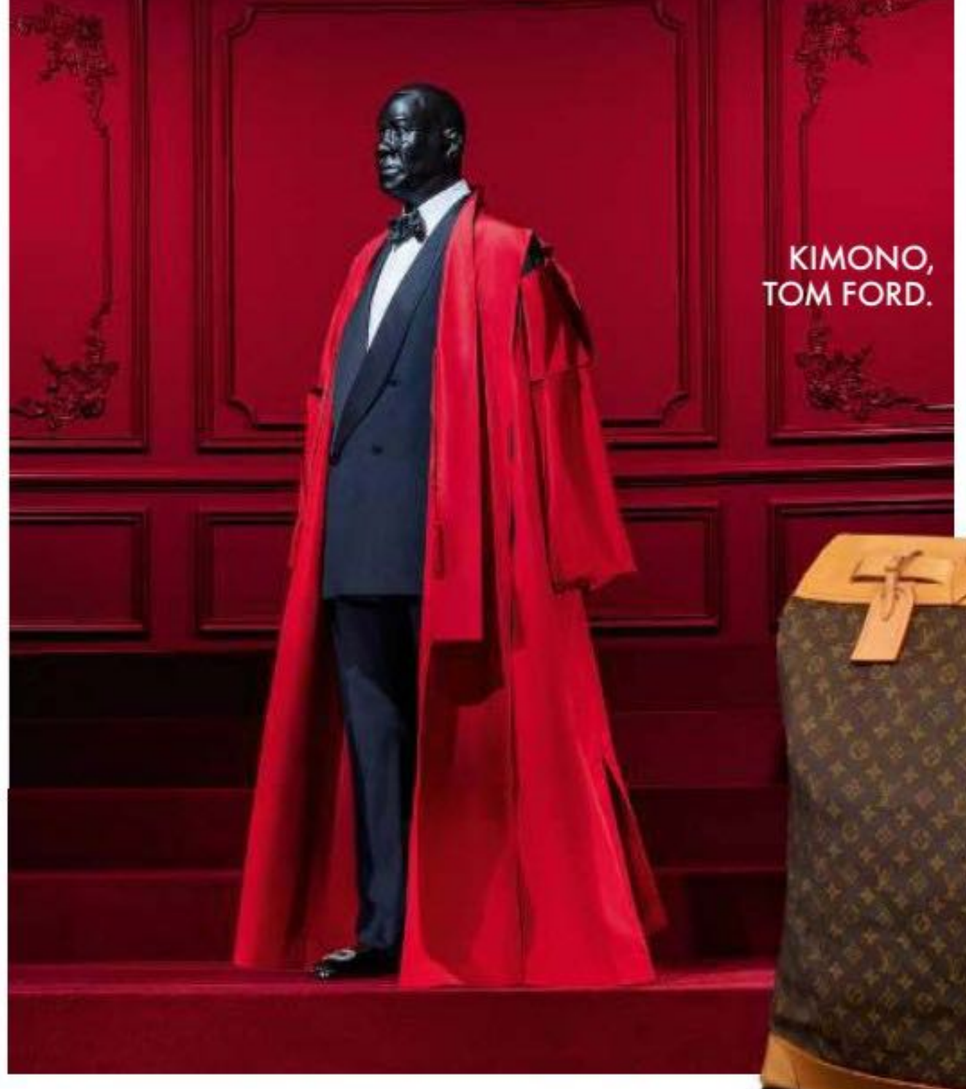


JULIA WINDISCHBAUER DANS LE RÔLE D'ETTY HILLESUM.

CHRISTIAN HELGI ; REINER BAJO.



ANDRĒ LEON TALLEY PAR TUYEN VU HUY, D'APRĒS LE PORTRAIT DE LOUIS XIV PAR RIGAUD.



KIMONO, TOM FORD.



SAC « STEAMER », LOUIS VUITTON.

MODE

5 FIGURE DU STYLE

PAR **MARGAUX KREHL**



CHAUSSURES, ROGER VIVIER.

Qui connaît vraiment André Leon Talley ? Légende de la mode, silhouette incontournable du premier rang des défilés, cet Afro-Américain, né en 1948 à Washington et décédé en 2022, fut bien plus que le bras droit de la papesse de la mode Anna Wintour, rôle auquel on l'a souvent réduit. Esprit brillant, diplômé notamment d'une maîtrise de lettres françaises, « ALT », comme on le surnommait, a été l'une des premières plumes (et voix) noires à émerger dans le très fermé milieu de la mode. Tout aussi célèbre pour ses costumes impeccablement taillés que pour ses flamboyants caftans, le voilà – enfin ! – mis à l'honneur dans une rétrospective pensée pour célébrer l'héritage de celui qui fut aussi le mentor de jeunes étudiants comme le défenseur d'une mode plus inclusive. L'occasion de le découvrir, entre archives personnelles (photographies, lettres, œuvres d'art…) et pièces de haute couture et de prêt-à-porter signées Karl Lagerfeld pour Chanel, John Galliano pour Dior, Yves Saint Laurent, Hermès ou Nicolas Ghesquière pour Balenciaga. Une exposition à la hauteur d'une figure « bigger than life ».

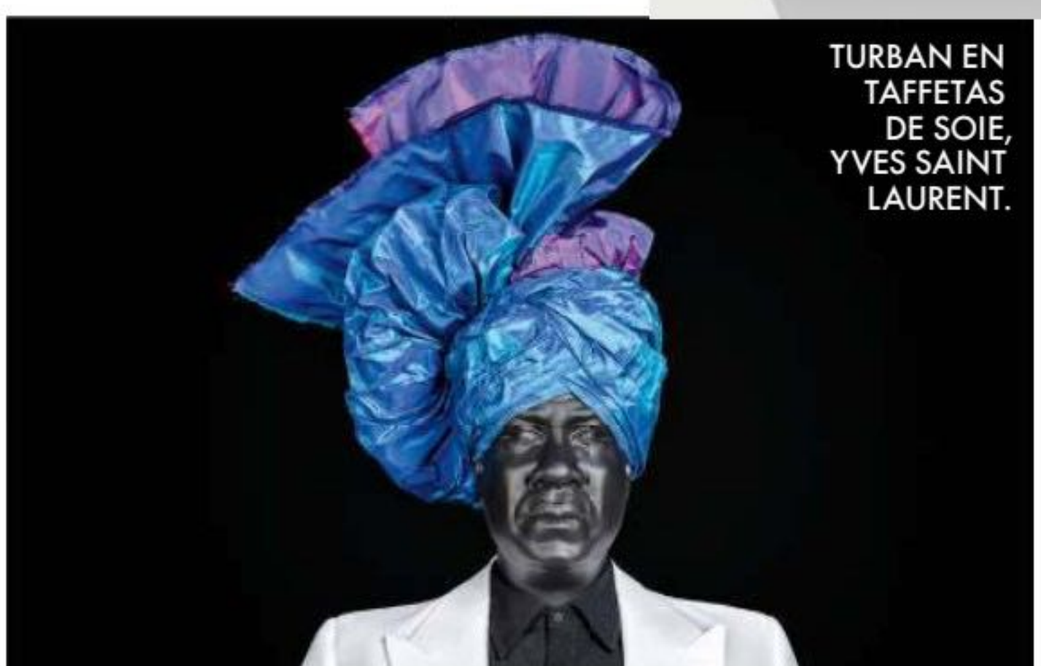
« ANDRĒ LEON TALLEY. LE STYLE EST ĒTERNEL », jusqu'au 31 octobre, SCAD Fash Lacoste, Lacoste (84).



CAFTAN, VIVIENNE WESTWOOD, CHEMISE, CHARVET, CRAVATE, HILDITCH & KEY.



ĒLĒPHANT EN PAPIER MĀCHĒ, DIANE VON FURSTENBERG.



TURBAN EN TAFFETAS DE SOIE, YVES SAINT LAURENT.

TYEN VU; ALLEN COOLEY FOR SCAD; PRESSE.

6 SÉRIE

SÉANCE DE RATTRAPAGE !

PAR **SOPHIE ROSEMONT**

Comment raconter la maladie, le deuil ou le handicap sans les restreindre au drame ou à la comédie bien-pensante ? Réponse pertinente avec « Everything's Gonna Be Okay », une série écrite, réalisée et incarnée par l'Australien Josh Thomas. Révélé par la sitcom autofictionnelle « Please Like Me », il incarne ici un jeune entomologiste gay qui apprend la mort prochaine de son père au moment même où il trouve l'amour. Il doit alors gérer ses demi-sœurs ados, dont l'une est autiste. Heureusement, « tout va bien se passer », et on s'amuse tant des dialogues mi-affûtés, mi-loufoques que d'une mise en scène joliment ficelée. Disponible dès 2020, cette série était passée à la trappe en raison de sa diffusion confidentielle sur une plateforme de streaming disparue depuis. Mais aujourd'hui sa disponibilité sur arte.tv rappelle la nécessité de cette fiction ultra-sincère. Sous ses airs de comédie pop, « Everything's Gonna Be Okay » questionne les formes contemporaines de la vulnérabilité et de la neurodiversité. Et ce bien avant qu'ils ne deviennent de passionnants sujets d'inspiration pour la fiction sur petit écran.



JOSH THOMAS (AU CENTRE).

« EVERYTHING'S GONNA BE OKAY », 20 x 20 mn, sur arte.tv

7 THÉÂTRE

UN MISANTHROPE HIP-HOP

PAR **ANNA NOBILI**



TIGRAN MEKHITARIAN ET VÉNUS YAFFA.

L'acteur et metteur en scène Tigran Mekhitarian, fou de Molière, aime le décortiquer et le donner à entendre sous un jour nouveau. Il conjugue les classiques au présent et le fait bien. Son Dom Juan était un gosse de riche en survêtement Hugo Boss, traînant ses sneakers et son accent chantant en quête de proies. Dans « L'Avare », il campait un Harpagon en costume cintré, bourré de cachets. Enfoncé dans un sweat à capuche, son Alceste débarque ici avec son scooter des quartiers populaires. Il aime Célimène mais refuse effrontément de se prêter au jeu des mondanités dans la loge d'un théâtre où vient de se jouer une représentation. En vers scandés, entouré d'une troupe de talent (Soulaymane Rkiba, notamment, en Philinte), ce « Misanthrope » cogne, rugit et martèle que la comédie des apparences n'est pas pour lui. Et s'il teinte Molière de hip-hop, c'est que la petite musique de l'auteur s'y prête parfaitement et résonne de façon ultra-contemporaine. On a rarement aussi bien entendu le sonnet d'Oronte que dans ce slam crépusculaire rythmé par la musique de Kaaris.

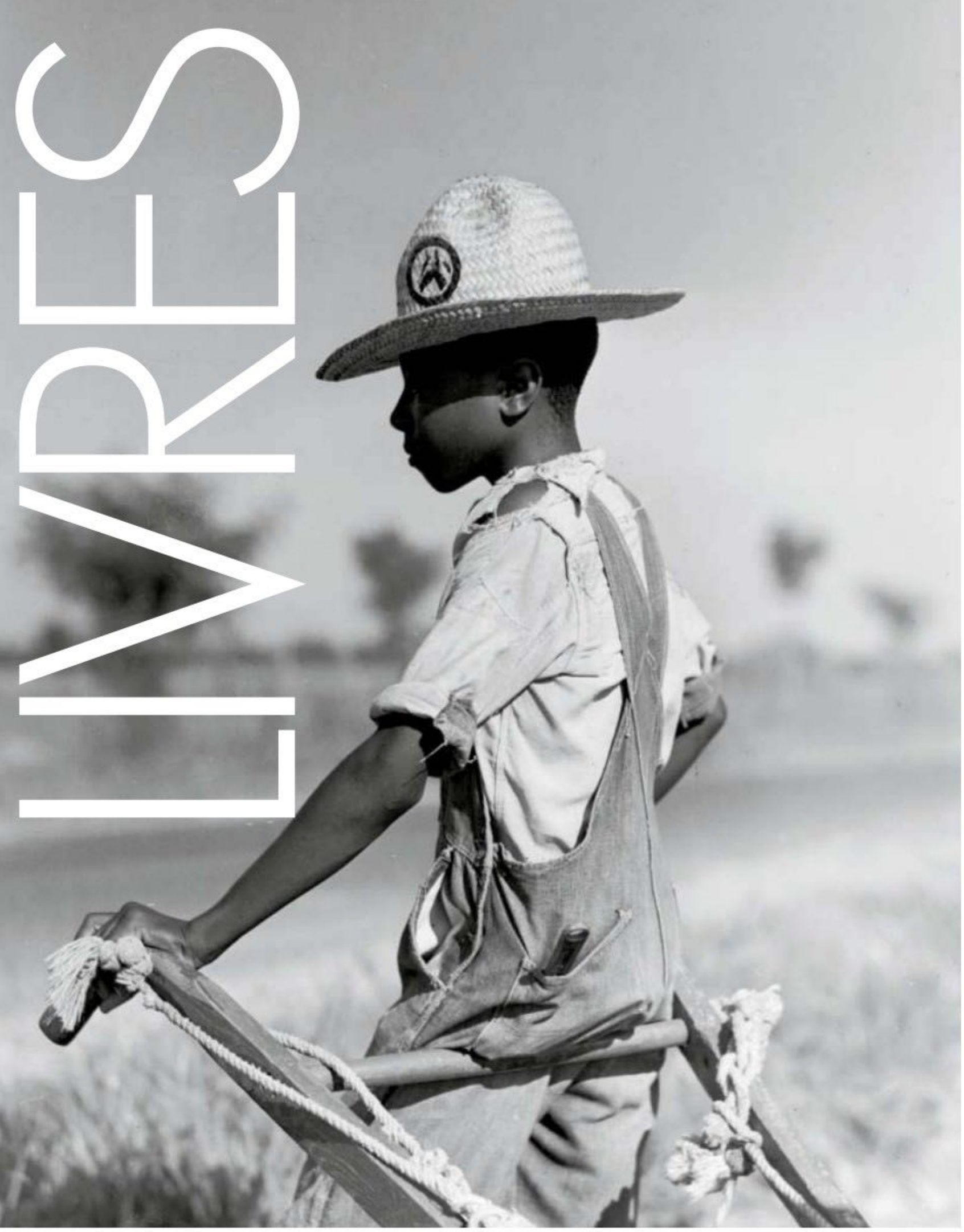
« LE MISANTHROPE », de Molière, mise en scène Tigran Mekhitarian, jusqu'au 10 mai, Théâtre Antoine, Paris-10e.

MITCH HAASETH - 2019 DISNEY ; JMD PRODUCTIONS.



MONOPRIX

Collection disponible à partir du 29 avril, dans la limite des stocks disponibles, dans les magasins participants et sur MONOPRIX.fr. Retrouvez la liste des magasins à l'adresse suivante : https://www.monoprix.fr/listes-des-magasins.html. MONOPRIX HOLDING - RCS Nanterre : 775 705 601 - Capital : 75 288 300€ - Pré-presse : NANOTERA



LES FLEURS DU MAL

Inspiré d'une histoire vraie survenue en Caroline du Sud, « Maypops », de Didier Decoin, est un roman déchirant, illuminé par une langue somptueuse.

PAR **OLIVIA DE LAMBERTERIE**

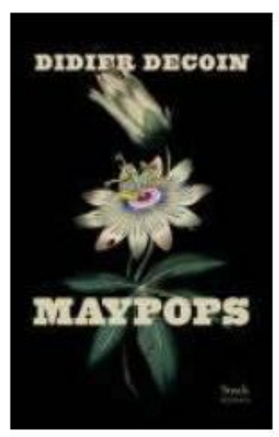
C'est un fait divers, plus précisément, un fait atroce dans cet État ségrégationniste de 1944. Le 23 mars, deux petites filles blanches partent faire la cueillette de maypops, ces passiflores dont les enfants adorent les fruits. Elles sont assassinées.

C'est le roman violent d'une injustice en accéléré. George Stinney Jr., un jeune garçon noir de 14 ans, dont le seul tort est d'avoir croisé les fillettes ce soir-là, est arrêté chez lui, menotté, jeté dans une voiture de police, déclaré coupable en quarante minutes, emprisonné, jugé en trois heures – uniquement par des Blancs – et exécuté le 16 juin, même si son corps était trop fluet pour la chaise électrique. Entre le 23 mars et le 16 juin, le garçonnet ne reverra pas ses parents, ne parlera à personne d'autre que son voisin de cellule, à travers un mur.

C'est un dossier anémique rouvert soixante-dix ans plus tard par une juge blanche et son greffier noir, un duo digne d'un film de Clint Eastwood. Didier Decoin est le fils d'Henri Decoin, réalisateur de « La Vérité sur Bébé Donge », le cinéma est sa langue paternelle. Mais pourquoi le dossier ne mentionne-t-il pas que les fillettes avaient aussi croisé un camion conduit par le fils de l'un des propriétaires blancs les plus puissants de la région ?

C'est le portrait de George qui aimait les crèmes glacées et chantait comme Louis Armstrong, et à qui l'écrivain redonne vie et voix. Et à toute sa famille, traquée comme du gibier par le Ku Klux Klan, et contée avec une humanité extraordinaire. Didier Decoin rappelle cette « singulière respectabilité qui s'attache aux choses misérables, aux animaux pestiférés, aux soupières fêlées », et cette histoire de l'Amérique, quand la couleur de la peau définissait la ligne de vie de manière non négociable.

« MAYPOPS », de Didier Decoin (Stock, 402 p.).



GETTY IMAGE ; PRESSE.

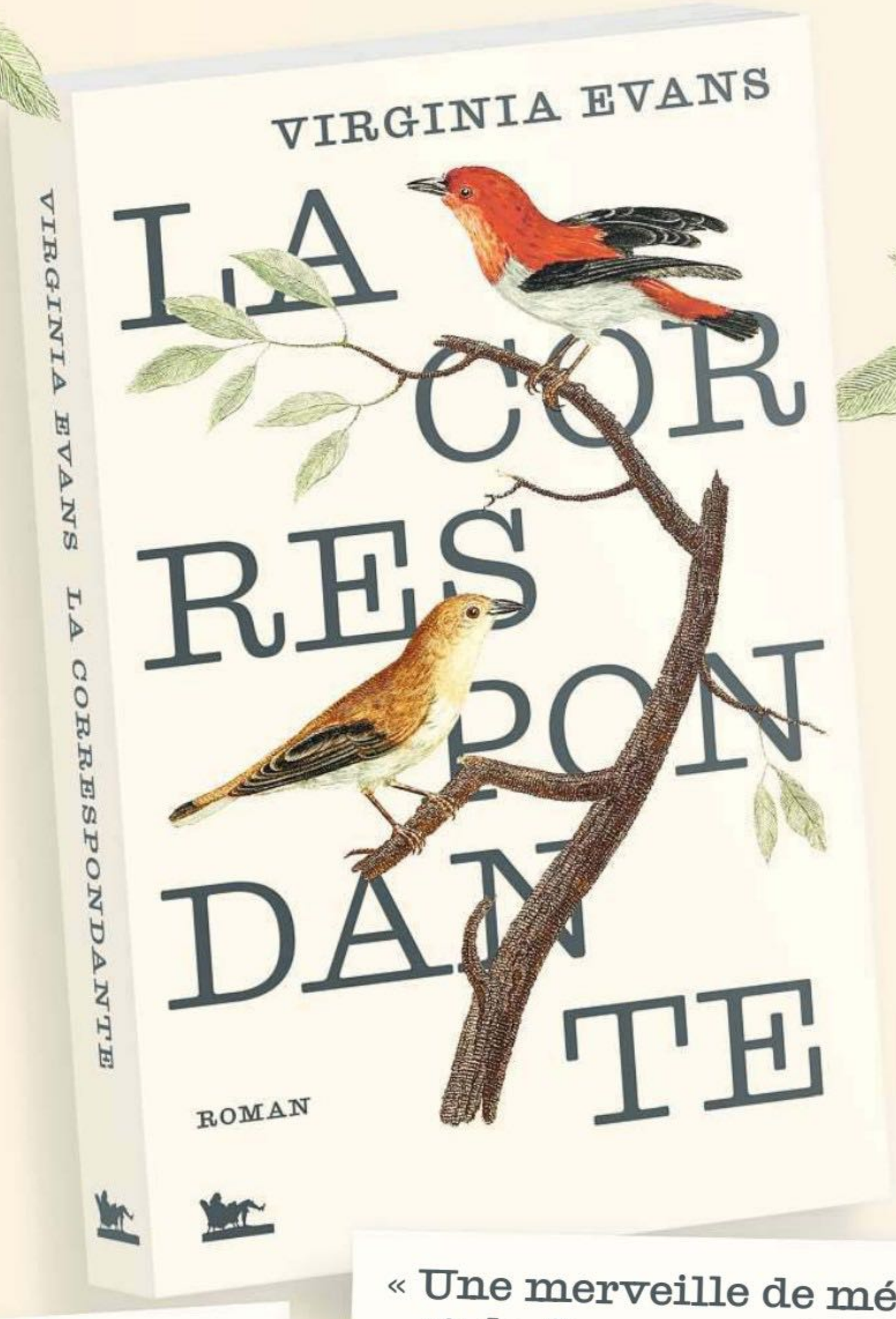


Illustration : © Photostock-Israel/Science Photo Library/Getty Images

Design graphique : Cheeri

« Un livre délicieux, qu'à mi-parcours on rêve déjà d'offrir. »
Émilie Grangeray, *Le Monde*

« Réjouissant et bouleversant. »
Anne Michelet, *Version Femina*

« La naissance d'une écrivaine étincelante. »
Juliette Einhorn, *La Tribune Dimanche*

« Une merveille de mélancolie et de finesse sur la fragilité de l'existence. »
Olivia de Lamberterie, *Elle*

« On voudrait que jamais ne s'achève *La Correspondante*, habile mélange de légèreté et de gravité. »
Marianne Payot, *L'Express*

« Un coup de maître. »
Pauline Sommelet, *Point de vue*

« On s'y plonge avec délice. »
Cécile Pivot, *Femme actuelle*

« Un portrait de femme d'une grande tendresse. »
Amandine Schmitt, *Le Nouvel Obs*

LA TABLE RONDE

EDITIONSLATABLERONDE.FR


JOYCE MAYNARD.


MARTINA HEFTER.

COUPS DE CŒUR

LA VIE EN LIGNE

Ā LA CONQUĒTE DES FANS…

PAR **SANDRINE MARIETTE**

Ā PARTIR D'AFFAIRES CRIMINELLES AMĒRICAINES, DONT CELLE DE GABBY PETITO – l'histoire tragique d'une jeune femme en quête de célébrité sur les réseaux sociaux, tuée par son compagnon lors d'un road trip minutieusement mis en ligne –, Joyce Maynard compose un thriller choral d'une redoutable acuité. Dans le sillage de « L'Homme de la montagne » (2013) ou du glaçant « Prête à tout » (1993), « L'Influenceuse » capture les zones grises du réel, là où l'intime se heurte à sa mise en spectacle. Le point de départ : Tammy, 23 ans, et son compagnon, Kevin, un an de plus, entreprennent un voyage en van à travers les Ētats-Unis avec pour ambition d'« engranger des milliers de followers ». Mais très vite apparaissent des signes de tension. Et Tammy disparaît. Plutôt que de reconstituer linéairement les faits, Joyce Maynard donne la parole aux principaux acteurs, se trahissant parfois eux-mêmes. Ā commencer par Kevin, qui se défend avec ce qu'il a sur le cœur : « Tammy était géniale, mais franchement… […] elle avait des problèmes. Des genres de troubles anxieux. […] Elle était hystérique. » Quelque temps avant, la police avait arrêté le couple pour violence domestique, et Tammy, à bout, en proie à un gaslighting permanent, avait bafouillé face aux caméras de la patrouille : « J'ai quelques problèmes de santé mentale. Il m'arrive parfois de devenir un peu hystérique. » Une fois le corps de l'influenceuse retrouvée, le compte @kevinandtammylove gagnera 3 millions de followers, et le dernier post sera viral. Le charmant petit couple aura bien conquis le cœur de l'Amérique. Dans ce drame en direct, Joyce Maynard n'épargne rien ni personne. Elle traque le « féminicide » là où il se camoufle, et met à nu une obsession plus profonde : conquérir les réseaux, transformer sa vie en récit continu. De quoi frissonner un long week-end !



« L'INFLUENCEUSE », de Joyce Maynard, traduit de l'anglais par Laurence Richard (Philippe Rey, 171 p.). En librairie le 7 mai.

… ET DES FEMMES

PAR **VIRGINIE BLOCH-LAINĒ**



JUNON JOUE AVEC LE FEU. Elle trompe son ennui en correspondant sur WhatsApp ou Instagram avec des « scammers ». Ces hommes jeunes et qui habitent « des pays lointains » couvrent de compliments des célibataires blanches d'un « âge moyen jusqu'à des âges plus mûrs ». Ils pimentent d'érotisme leur quotidien, les séduisent en leur faisant croire qu'ils les aiment comme jamais elles ne furent aimées, puis leur soutirent de l'argent et disparaissent en les laissant ruinées et humiliées. Junon a regardé un documentaire sur le « love scamming » : le phénomène l'intéresse, elle ne sera pas piégée, elle. Et entame une correspondance avec l'un de ces arnaqueurs. Il dit s'appeler Benu et vit au Nigeria. « Salut, tu vas bien ? » joue sur l'attirance qu'éprouve ce personnage en mal d'excitation et de désir face à un homme qui n'existe pas vraiment. Ā quel point restera-t-elle maîtresse de la situation ? Singulier, car sa prose clinique, efficace et crue, penche vers la poésie, ce roman est le premier à s'emparer d'un thème traité dans des documentaires. Cependant, il ne s'agit pas d'une banale fiction sur un sujet de société, mais d'un subtil portrait de femme. Depuis son enfance passée dans un hameau, Junon est marginale. « Elle regardait bizarrement, se tenait bizarrement, disait des choses bizarres. » Elle est devenue une adulte solitaire et séduisante, à la sensibilité exacerbée. C'est un beau livre sur le vertige et la complexité du féminin.

« SALUT, TU VAS BIEN ? », de Martina Hefter, traduit de l'allemand par Guillaume Deswarte (Globe, 336 p.).

DENIS ALLARD/LEEXTRA/ISABELLA DE MADDALENA/OPALE PHOTO; PRESSE.

Les Presses de la Cité
Éditeur de noir depuis 1944

SÉLECTION POLARS



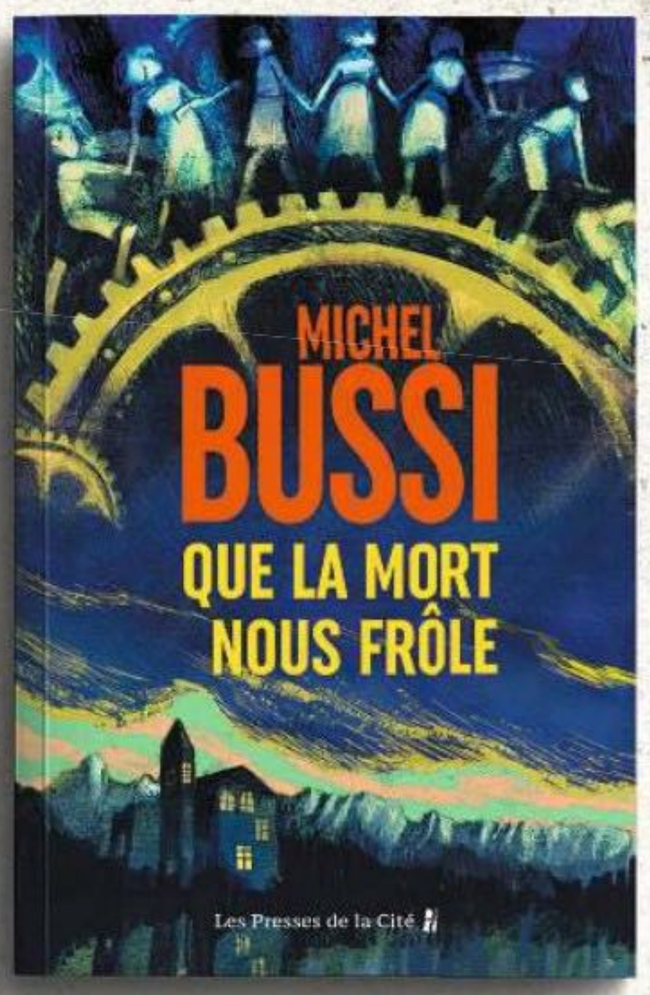
MÉFIEZ-VOUS DE VOS PROCHES !

« Ce nouveau *domestic thriller* rural plonge le lecteur dans l'attente fébrile de savoir ce qui se trame derrière les portes closes des voisins. »

LE NOUVEL OBS

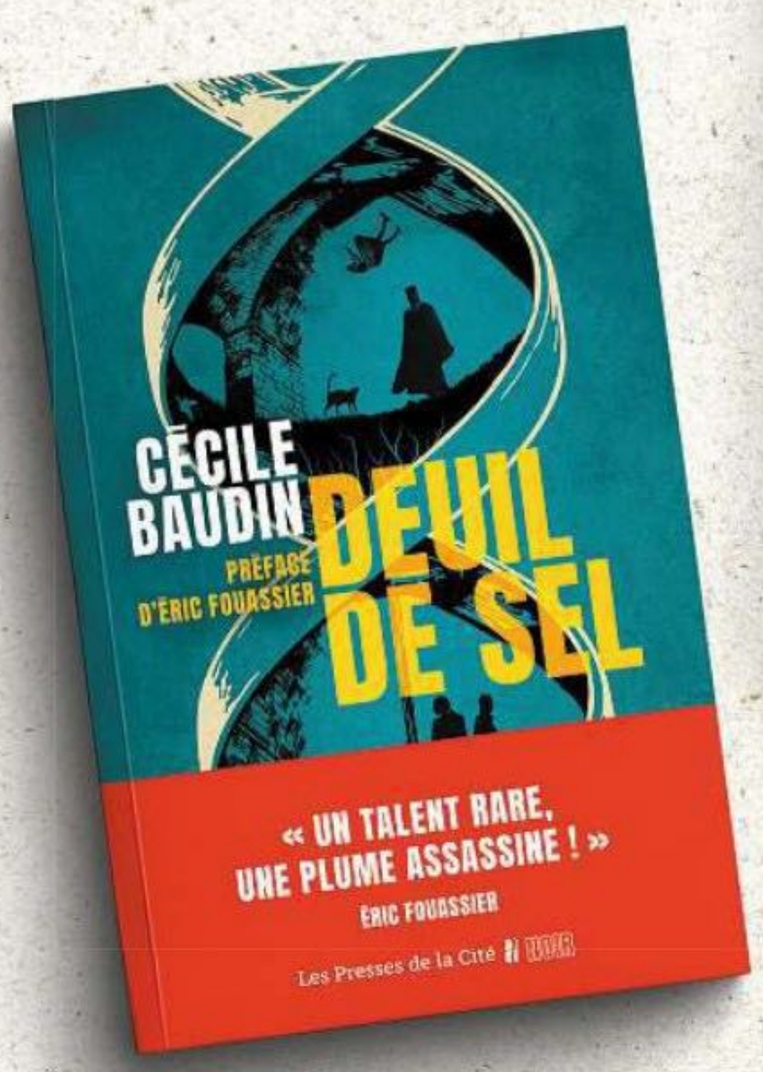
« Oubliez votre tranquillité : ce polar domestique rend les lectrices totalement paranoïaques. »

BIBA



« LE MAÎTRE DU POLAR » ELLE

Un huis clos dans un manoir isolé, une énigme élaborée avec la précision d'un horloger, et un twist final renversant !



LA GÉNÉALOGIE REINE DE L'ENQUÊTE

« Un polar passionnant, qui s'appuie sur une documentation sans faille, des personnages forts et une narration haletante. »

LE PROGRÈS

TENTEZ DE REMPORTER CETTE SÉLECTION

En participant
à notre jeu-concours
www.lisez.com/lp/concours-polars

BONNES NOUVELLES ANTIDOTES

Des discours carrés pour une époque qui ne tourne pas rond.

PAR **OLIVIA DE LAMBERTERIE**

ÊLEVER

Comment faire comprendre et aussi faire ressentir aux enfants ce qu'est la paix ? Ce beau livre cartonné remporte ce pari haut les (toutes petites) mains, avec des mots doux et profonds, et trente-cinq œuvres d'art audacieuses et éloquentes qui enchanteront aussi les parents. Une clé vers la liberté.

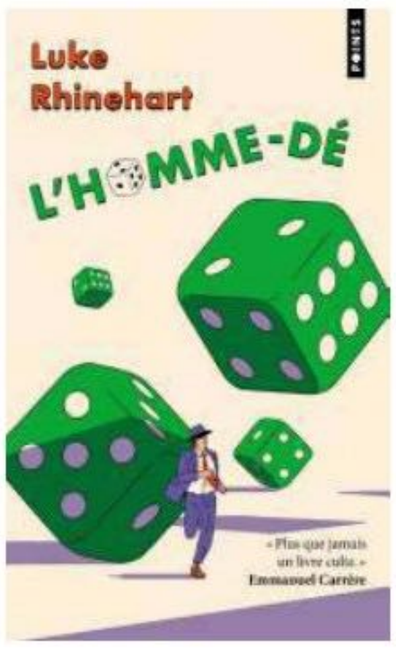
« MON PREMIER LIVRE D'ART, LA PAIX », de Shana Gozansky (Phaidon, 48 p.).

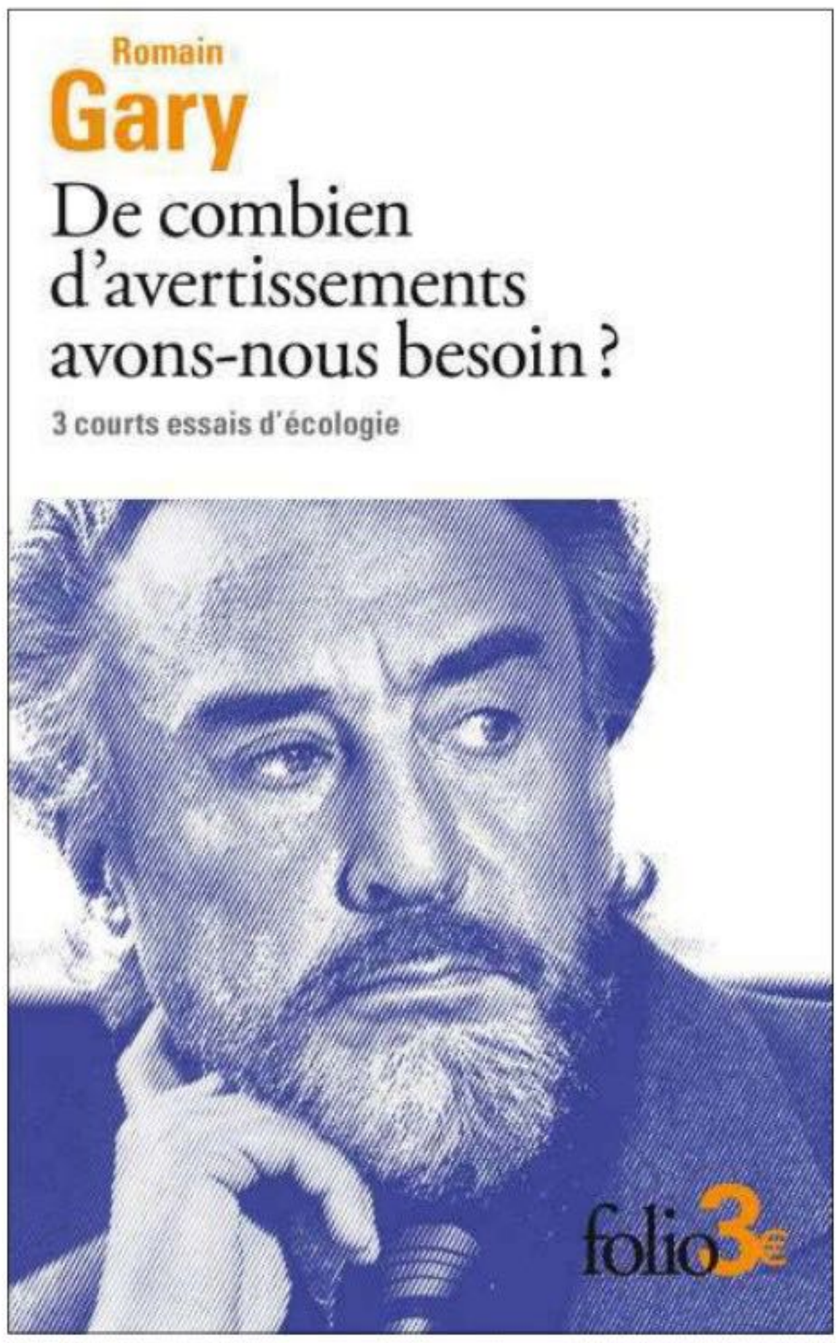


JOUER

Le monde des lecteurs se divise entre ceux qui ne connaissent pas « L'Homme-Dé » et ceux qui en sont dingues, parmi lesquels Emmanuel Carrère, fan de ce roman depuis ses 16 ans, et qui en signe une éclairante postface. Ranger la cuisine ou aller coucher avec la voisine : à New York, un psychanalyste joue ses choix de vie avec un dé… Subversif et vertigineux, ni dé ni maître !

« L'HOMME-DĒ », de Luke Rhinehart (Points, 665 p.).

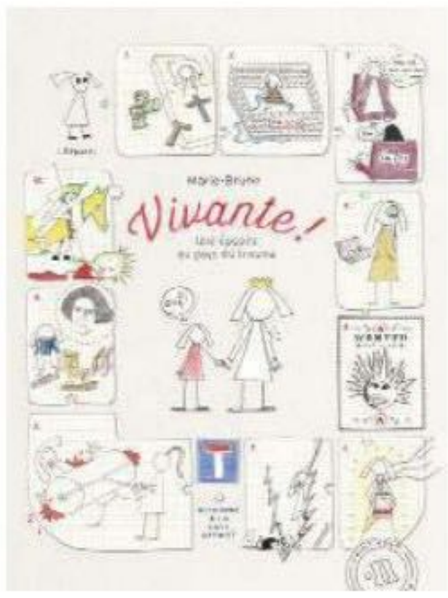




ÉCLAIRER

« Sortir de la nuit », tel est le titre de l'éclairante préface d'Igor Krtolica à ces trois textes verts de Romain Gary. L'auteur des « Racines du ciel » (Goncourt 1956) se prévalait d'être « le premier écologiste de France du point de vue romanesque ». Ces trois articles, sur la mer, les éléphants et les espèces en danger, prouvent que cette affirmation n'était pas seulement un ego trip. Et sont empreints d'une beauté crépusculaire.

« DE COMBIEN D'AVERTISSEMENTS AVONS-NOUS BESOIN ? », de Romain Gary (Folio, 71 p.).



TRIOMPHER

Sous la brillante façade d'une graphiste doublée d'une madame parfaite, Marie-Brune est une femme en mille morceaux. Jusqu'à ce livre, miracle d'inventivité visuelle, narrant le chemin de sa reconstruction, les thérapies, les stratégies, les rechutes, les prises de conscience, les ombres de l'enfance, les lumières de demain, enfin. « Vivante ! » est une sublime catharsis en même temps qu'un généreux livre de chevet pour toutes.

« VIVANTE ! UNE ĒPOPĒE AU PAYS DU TRAUMA », de Marie-Brune (Point Nemo, 191 p.).



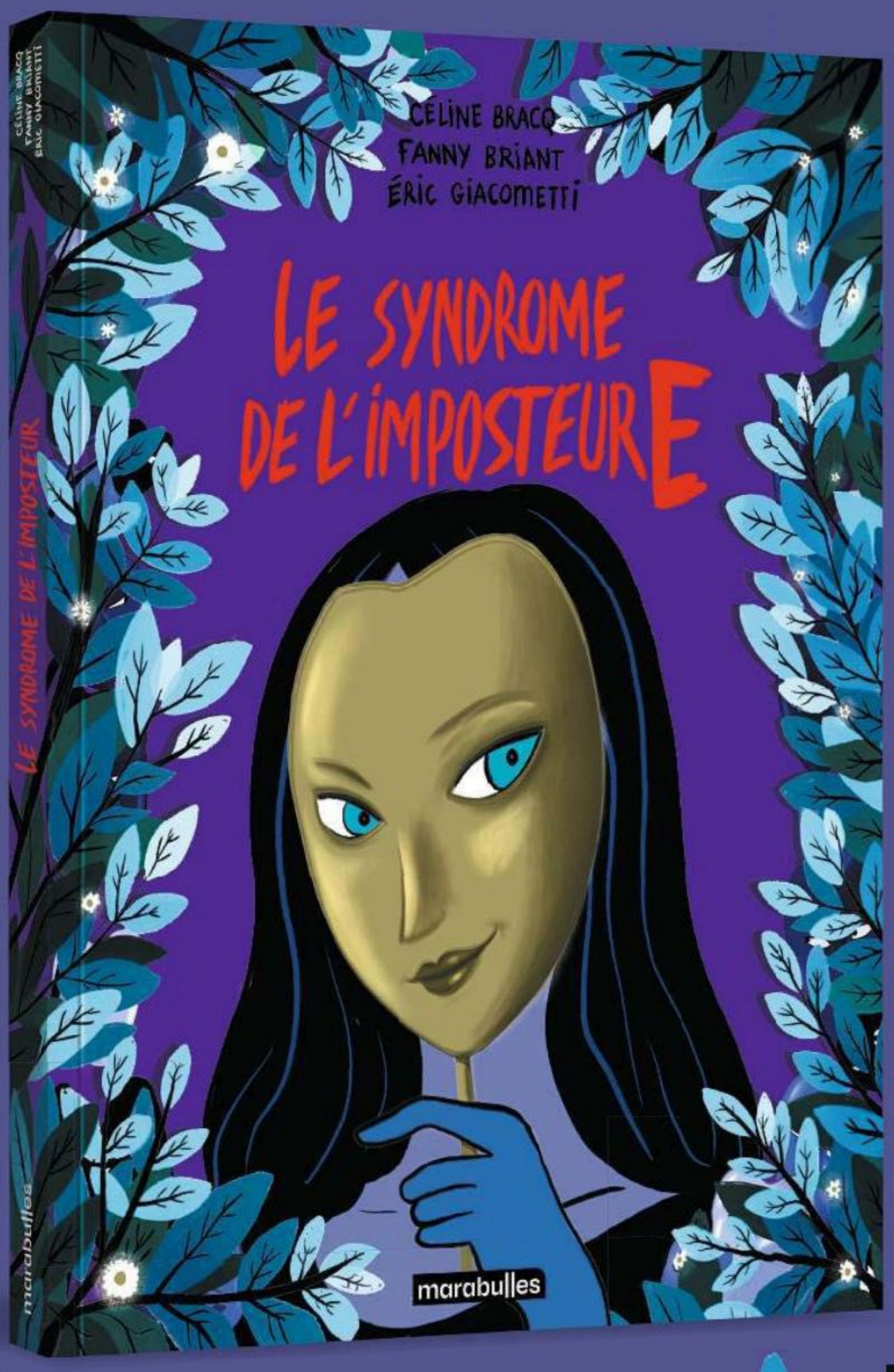
TĒMOIGNER

« Les femmes journalistes du XIXe siècle naviguent entre ce qu'elles peuvent dire et ce qu'elles doivent taire », écrit Lucie Barette. Cacher leur genre, manier l'ironie ou la litote, masquer leur colère sous la légèreté… Delphine de Girardin, Marguerite Durand, fondatrice de « La Fronde », rédaction entièrement féminine, ou Séverine, première reporter à avoir vécu de sa plume, elles ont mille talents. Ce recueil de dix portraits passionnants offre aussi un aperçu de leurs articles, bluffants. Chapeau, Mesdames !

« LES AUDACIEUSES ! », de Lucie Barette, illustrations d'Ēlise Kasztelan (Leduc Société, 175 p.).

PRESSE

LA BD-ENQUÊTE POUR COMPRENDRE
ET SURMONTER LE SYNDROME DE L'IMPOSTEUR
QUI TOUCHE 83 % DES FRANÇAIS*



*Source Odoxa-Kevin Chassangre d'après Clance

Et vous ?

Faites le test

Disponible en librairie

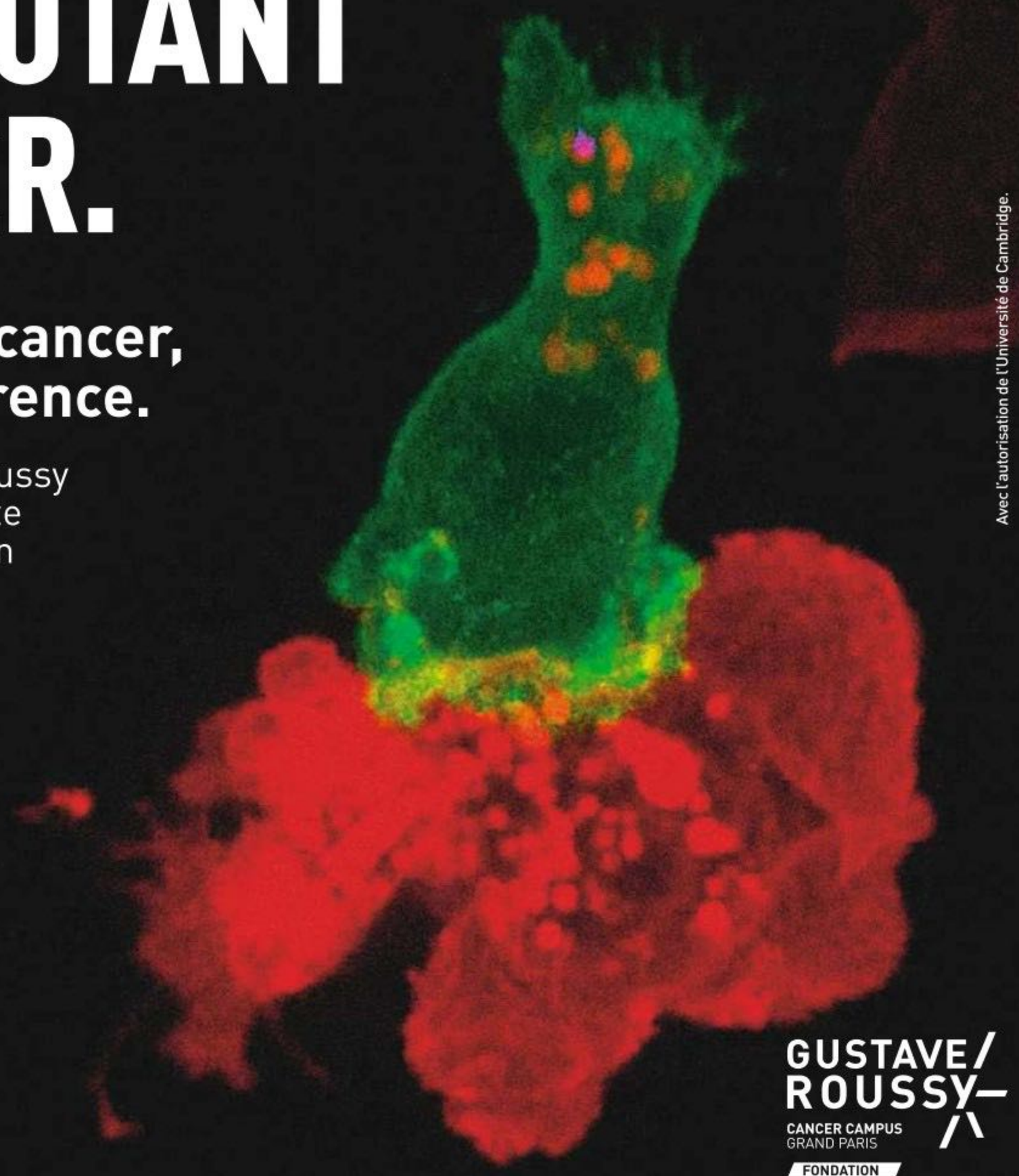
marabulles

AUJOURD'HUI, 99 %* DES GENS NE MEURENT PLUS DE L'APPENDICITE.

DEMAIN, ON POURRA EN DIRE AUTANT DU CANCER.

Pour lutter contre le cancer, vos dons font la différence.

Soutenez la Fondation Gustave Roussy et financez une recherche de pointe pour sauver des vies. Faites un don et déduisez 66 % de son montant de votre impôt sur le revenu ou 75 % de votre IFI**.



Avec l'autorisation de l'Université de Cambridge.

on n'a jamais autant guéri du cancer

vos dons font la différence

sur gustaveroussy.fr

GUSTAVE ROUSSY
CANCER CAMPUS GRAND PARIS
FONDATION

*Étude de la Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (DREES), février 2014 : le taux de mortalité des appendicites aiguës non graves en 2012 en France a été de 0,02 %. **Les dons ouvrent droit à une réduction d'impôt sur le revenu égale à 66 % du montant versé, dans la limite de 20 % du revenu imposable. En cas de détention d'un patrimoine immobilier dont la valeur excède 1,3 million d'euros, vous bénéficiez d'une déduction égale à 75 % du montant de votre don, conformément à la loi TEPA, dans la limite de 50000 €.



Sautoir « Lucky Spring Papillon », en or jaune, lapis-lazuli, agates et nacre, VAN CLEEF & ARPELS.

FÉTICHE

CHOUETTES PALETTES

Bijoux comme un jardin, tenues vives, accessoires acidulés, soins et make-up éclatants… notre sélection 100 % gaieté.

DOSSIER RÉALISÉ PAR
ÉLISABETH AKESSOUL
ÈVE MAENO
ET LAURIANE SEIGNIER

PHOTO GILAD SASPORTA. RÉALISATION ÈVE MAENO. ASSISTANTE STYLISME LISA BIRO. MANNEQUIN LAURA COUPEY/SPORT MODELS. MAQUILLAGE KARINE BELLY.

CE RÊVE BLEU

SÉRUM HYDRATANT REPULPANT, HYDRA3 BOOSTER, **LA MAISON VALMONT,** 30 ML, 217 €.





SWEAT-SHIRT, **MAISON KITSUNÉ,** 230 €.

VESTE, **MANGO,** 299,99 €.



PARFUM GEL SICILIAN BLUE JASMINE, **DOLCE & GABBANA,** 30 ML, 59 €.





PARKA COURTE, **COMPTOIR DES COTONNIERS,** 99 €.



EAU DE PARFUM NUIT, BRONZE GODDESS, **ESTĒE LAUDER,** 100 ML, 116 €.

IMASK HYDRASOURCE, **MARGY'S,** 8 ML, 72 €.



TONGS, **TORY BURCH,** 115 €.



LUNETTES DE SOLEIL, **ÉCOUTER VOIR,** 99 €.





CEINTURE, **MAISON BOINET,** 110 €.





SAC, **MAJE,** 275 €.

SAC, **GUESS ACCESSORIES,** 120 €.



ROBE « LOIS », **SEA NY,** 370 €.

EXTRAIT DE PARFUM BLUE TALISMAN, **EX NIHILO,** 100 ML, 390 €.

CRÈME HYDRATANTE, **ORIBE HAIR CARE AU BON MARCHÉ,** 150 ML, 67 €.





ASSISTANTES STYLISME LISA BIRO, PAULINE GENIBRE.
PHOTOS ARNO CAUCHOIS, PRESSE.

PETIT BATEAU FAIT SON OPÉRA

OPÉRA NATIONAL DE PARIS x PETIT BATEAU

HUILE CORPS ET CHEVEUX EAU FRAÎCHE, CHANCE, **CHANEL,** 150 ML, 118 €.

CARDIGAN, **TORY BURCH,** 895 €.

CRÈMES MAINS, NEON GARDEN ET CANNABIS PATCHOULI, **DRIES VAN NOTEN AU BON MARCHÉ,** 50 ML, 45 € CHAQUE.

BLAZER « OLIMPIA », **MAX MARA.**

SAC, **VANESSA BRUNO,** 395 €.

CHARM, **JW ANDERSON AUX GALERIES LAFAYETTE,** 320 €.

CHARM, **GINETTE NY.**

CRÈME SUPREME, **TATA HARPER,** 50 ML, 260 €.

EN VERT LIBRE

LUNETTES, **RAY-BAN A$AP ROCKY,** 173 €.

MASQUE À L'ARGILE VERTE DU VELAY, **APOTICARI,** 75 ML, 49 €.

T-SHIRT, **GUESS x NORTH SAILS,** 55 €.

JEAN « FAREL », **VANESSA BRUNO,** 195 €.

SANDALES **NOMASEI,** 510 €.

BAUME LAVANT MAINS ET CORPS, CAMPAGNE, **MAISON SISLEY,** 350 ML, 78 €.

APRÈS-SHAMPOOING LISSANT ET HYDRATANT, PEACH FREESIA, **ANTIPODES,** 340 ML, 38 €.

LA CRÈME RÉGÉNÉRATION INTENSE POUR LES YEUX, **LA MER,** 15 ML, 230 €.

ASSISTANTES STYLISME LISA BIRO, PAULINE GENIBRE.
PHOTOS ARNO CAUCHOIS, PRESSE.

DESCRIPTION Huile 100 % naturelle pour les cicatrices et vergetures, efficacité cliniquement prouvée. INDICATIONS Cicatrices: Aide à améliorer l'apparence des cicatrices anciennes et nouvelles. Vergetures: Aide à améliorer l'apparence des vergetures. Aide également à améliorer l'élasticité de la peau, réduisant ainsi le risque de formation de vergetures. Teint irrégulier: Aide à améliorer l'apparence d'un teint irrégulier. Vieillissement de la peau: Contribue à atténuer les signes de vieillissement de la peau du visage et du corps. Peau déshydratée: Aide à maintenir l'hydratation de la peau. PRÉSENTATION Huile jaune clair. FORMULE Mélange d'huiles naturelles et d'extraits végétaux naturels. INGRÉDIENTS Glycine Soja Oil, Helianthus Annuus Seed Oil, Carthamus Tinctorius Seed Oil, Simmondsia Chinensis Seed Oil, Salvia Hispanica Seed Oil, Punica Granatum Seed Oil, Plukenetia Volubilis Seed Oil, Triticum Vulgare Germ Oil, Rosa Canina Fruit Oil, Calendula Officinalis Extract, Lavandula Angustifolia Oil, Rosmarinus Officinalis Leaf Oil, Anthemis Nobilis Flower Oil, Pogostemon Cablin Leaf Oil, Bisabolol, Tocopherol, Pogostemon Cablin Oil. CERTIFICATION NATURELLE Tous les ingrédients utilisés dans la formulation de l'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® sont naturels, conformément à la norme ISO 16128. ESSAI CLINIQUE COSMÉTIQUE SUR L'APPARENCE DES CICATRICES Centre d'essai: Institut proDERM pour la recherche dermatologique appliquée, Hambourg, Allemagne. Objectif: Évaluer l'efficacité de l'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® dans l'amélioration de l'aspect des cicatrices. Échantillon: Participantes : 40 participantes avec peaux de divers phototypes. Âge des cicatrices : de nouvellement formées jusqu'à 3 ans. Emplacements des cicatrices : le visage ou le corps en raison d'écorchures, de coupures ou de cicatrices chirurgicales importantes. Âge des participantes : 18 à 65 ans. Méthodologie: Évaluation [illegible] évaluation randomisée de l'image, étude ouverte. L'inclusion des participantes a été effectuée par un derma[illegible] Observer Scar Assessment Scale). Le produit a été appliqué deux fois par jour pendant 8 [illegible] cicatrice désignée et la peau environnante. Les applications ont été effectuées sou[illegible] l'effet du produit sur la peau à l'aide de l'échelle POSAS lors de la visite de [illegible] minés à la fin de l'étude, notamment l'évaluation du résultat esthétique pa[illegible] écart de couleur de la peau entre les cicatrices et leur environnement, m[illegible]) Bi-Oil® est efficace pour améliorer l'aspect des cicatrices. Amélioration[illegible] évaluations objectives et subjectives des échelles OSAS et PSAS) après [illegible] maines 100 % des participantes ont montré une amélioration, avec une[illegible] semaines. Amélioration continue et significative de l'échelle POSAS pe[illegible]RENCE DES VERGETURES Centre d'essai: Institut proDERM pour la r[illegible]valuer l'efficacité de l'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® dans l'amélioratio[illegible]s avec peaux de divers phototypes. Causes des vergetures : diverses (g[illegible]d'adolescence). Emplacements des vergetures : abdomen, bras, cuisse[illegible]aluation en aveugle de l'évaluateur, évaluation randomisée de l'image, e[illegible] selon le score de Mallol. Le produit a été appliqué deux fois par jour per[illegible]s désignées et la peau environnante. Les applications ont été effectuées[illegible] et du produit sur la peau à l'aide de l'échelle POSAS (Patient and Obse[illegible] autre paramètre examiné à la fin de l'étude comprenait l'évaluation du[illegible]-mêmes. Résultat: L'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® est efficace pour[illegible]ve de l'échelle POSAS (prenant en compte les évaluations objectives e[illegible]dente chez 71 % des participantes. Après 8 semaines, 97 % des partic[illegible]ant 5 fois plus importante qu'après 2 semaines. Amélioration continue[illegible]LINIQUE COSMÉTIQUE SUR LES TEINTS IRRÉGULIERS Centre d'e[illegible]ue Objectif: Évaluer l'efficacité de l'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® s[illegible]roduit est utilisé chez des femmes dont la peau du visage et du cou p[illegible]articipantes : 64 participantes avec peaux de divers phototypes, avec [illegible]u. Le groupe de traitement Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® comprenai[illegible]e des participantes : 30 à 70 ans. Méthodologie: Étude randomisée, [illegible]à un examen préliminaire, suivi par une période d'une semaine de rinç[illegible] fois par jour pendant 16 semaines. L'application a été effectuée sous [illegible]uées à 0, 2, 4 et 16 semaines. Les participantes ont été cliniquement [illegible]igmentaires. Des photos du visage et du cou de chaque participante [illegible]s la fin de l'étude. Résultat: L'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® est effic[illegible]r les peaux présentant des signes de photovieillissement. Après 16 s[illegible]paramètres sur le visage et le cou, selon une évaluation clinique et ph[illegible]é une amélioration statistiquement significative du teint irrégulier et 57[illegible]GNES CUTANÉS DE L'ÂGE Centre d'essai: Thomas J. Stephens & As[illegible]tif: Évaluer l'efficacité de l'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® sur des fem[illegible]nent légers à modérés. Échantillon: Participantes : 64 participantes av[illegible]gers à modérés sur le visage et le cou. Le groupe de traitement Huile[illegible]ité comptait 32 participantes. Âge des participantes : 30 à 70 ans. M[illegible]s participantes ont été soumises à un examen préliminaire, suivi par u[illegible]pliqué sur le visage et le cou deux fois par jour pendant 16 semaine[illegible] Les évaluations cliniques ont été effectuées à 0, 2, 4 et 16 semaines[illegible]nction des paramètres d'efficacité suivants : ridules, rides marquées,[illegible], teint irrégulier, clarté (peau terne), fermeté visuelle et évaluation glo[illegible]e ont également été prises, et un classement des photos a été effec[illegible]uées globalement pour les ridules, les rides marquées, les taches pig[illegible]l'aspect. Résultat: L'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® est efficace pou[illegible]gnes de photovieillissement. Après 16 semaines, le groupe de traitem[illegible]e contrôle non traité pour tous les paramètres d'efficacité évalués cli[illegible]de 4 semaines, sauf sur les taches pigmentaires. Après 16 semaines,[illegible]-Oil® ont montré des améliorations statistiquement significatives de l'[illegible]acité de l'Huile de Soin (Naturelle) Bi-Oil® chez des femmes dont la p[illegible]tovieillissement légers à modérés. Échantillon: Participantes : 64 par[illegible]issement légers à modérés sur le visage et le cou. Le groupe de tra[illegible]s et le groupe non traité comptait 32 participantes. Âge des participa[illegible]trôlé en aveugle. Les participantes ont été soumises à un examen pre[illegible] Le produit a été appliqué sur le ...



BAUME LIQUIDE EFFET GLOSS, REFLECTION BANANA YELLOW, **PRADA,** 8 ML, 45 €.

PARFUM J'ADORE INTENSE, **DIOR,** 100 ML, 175 €.

TUNIQUE « TIGY », **ZADIG & VOLTAIRE,** 345 €.

T-SHIRT ULTRAFIN, **BOMPARD,** 150 €.

BOUCLES D'OREILLES, **AURÉLIE BIDERMANN,** 170 €.

SANDALES, **POLO RALPH LAUREN.**

SAC, **HEREU x FILT,** 280 €.

BAIN DE SOLEIL

EAU DE PARFUM SUN SONG, **LOUIS VUITTON,** 100 ML, 300 €.

LA LOTION DE SOIN, HARMONIE, **NEURAE,** 150 ML, 110 €.

PANTALON, **LOLA CASADEMUNT,** 109 €.

SAC, **GAREA,** 420 €.

VESTE « WE THE FREE COLLINS », **FREE PEOPLE,** 258 €.

LUNETTES DE SOLEIL, **DOLCE & GABBANA,** 265 €.

PARFUM INTENSE EUPHORIA SOLAR ELIXIR, **CALVIN KLEIN,** 100 ML, 149 €.

ASSISTANTES STYLISME LISA BIRO, PAULINE GENIBRE.
PHOTOS ARNO CAUCHOIS, PRESSE.

NUXE

PARIS

+88%
RÉSISTANCE
À LA CASSE (1)

Prodigieux®

LE SÉRUM
CONCENTRÉ HYDRA-REPULPANT
CHEVEUX &
CUIR CHEVELU

LES CHEVEUX DONT VOUS RÊVIEZ

INNOVATION CAPILLAIRE

Votre chevelure transformée, des racines aux pointes. Le Sérum Concentré Hydra-Repulpant Cheveux et Cuir Chevelu combine l'expertise de 8 500 microbilles(2) d'Huile Fermentée de Camélia Rose, de l'Acide Hyaluronique et de l'Extrait d'Amla. En un geste, il hydrate, fortifie et revitalise vos cheveux. Chaque goutte révèle une brillance et une douceur nouvelles, infusées de l'iconique parfum Prodigieux®. Plus qu'un soin, un rêve réalisé.

NUXE LABORATOIRE N°1 DES SOINS D'ORIGINE NATURELLE EN PHARMACIE ET PARAPHARMACIE(3)

(1) Test instrumental sur mèche. % d'amélioration après 30 applications. (2) En moyenne, dans un flacon de 50 ml. (3) GERSDATA - SOGEARLY - Marché Dermocosmétique reconstitué - Segment Marque Naturelle - Valeur CATTC - Pharmacie et Parapharmacie - France - MAT 06/2025. Laboratoire NUXE SAS-127 rue d'Aguesseau 92100 Boulogne-Paris-France-R.C.S. 642 060 123.

CRÈME POUR LE CORPS CACHEMIRE, **LA PRAIRIE,** 200 ML, 285 €.

BOUCLES D'OREILLES, **SWAROVSKI,** 119 €.

EAU DE TOILETTE, Ō OUI, **LANCÔME,** 100 ML, 93 €.

SWEAT « SAVAN », **SAMSØE SAMSØE,** 140 €.

CHEMISE « OXFORD », **POLO RALPH LAUREN,** 165 €.

EAU DE PARFUM GAULTIER DIVINE COUTURE, **JEAN PAUL GAULTIER,** 100 ML, 157 €.

JUPE, **LONGCHAMP,** 320 €.

LUNETTES, **ATOL,** 35 €.

EAU DE PARFUM SÌ NUDE BLOOM, **GIORGIO ARMANI,** 50 ML, 122 €.

ROUGE OU ROSÉ ?

CEINTURE, **GERARD DAREL,** 125 €.

ALL OVER BODY SPRAY POUR LE CORPS, LOST CHERRY, **TOM FORD AU BON MARCHÉ,** 150 ML, 112 €.

T-SHIRT « JEROME », **ROSEANNA,** 90 €.

LA CRÈME POUR LE CORPS GÉRANIUM ET ROSE, **AUGUSTINUS BADER,** 200 ML, 185 €.

VAPORISATEUR DE VOYAGE ROUGE TRIOMPHE ET DEUX RECHARGES (2 x 15 ML), **CELINE,** 250 €.

SANDALES, **H&M,** 59,99 €.

SAC, **ROUJE,** 350 €.

GEL MOUSSANT MAINS ET CORPS, EAU DE RHUBARBE ÉCARLATE, **HERMÈS,** 300 ML, 79 €.

ASSISTANTES STYLISME LISA BIRO, PAULINE GENIBRE.
PHOTOS ARNO CAUCHOIS, PRESSE.

CAUDALÍE

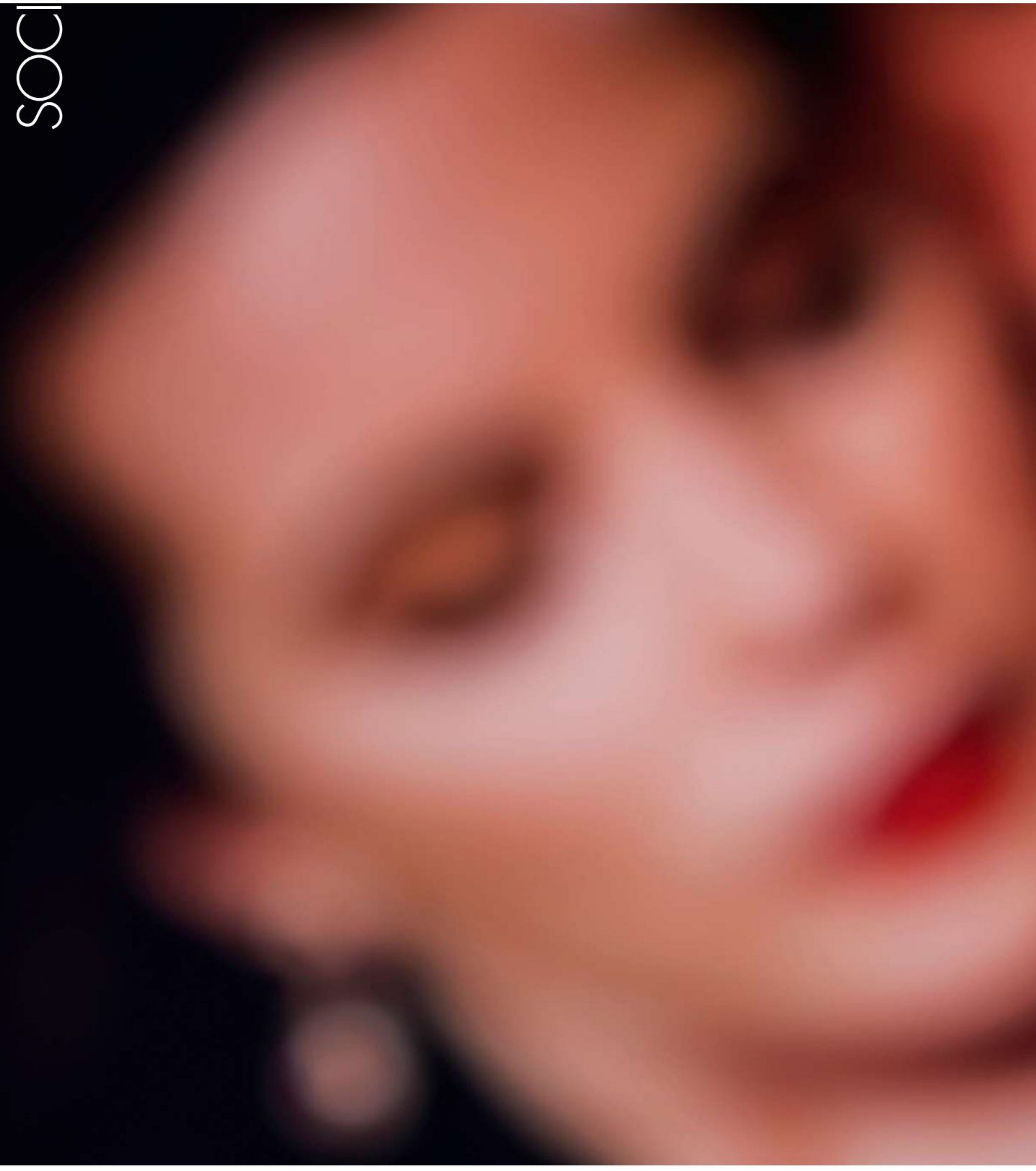
N°1 de l'Anti-Taches(1)

-63%
de taches(2)

Prescrit par les dermatologues(3)

EN PHARMACIE ET SUR CAUDALIE.COM

(1) GERSDATA – SOG EARLY – Catégorie Soin Visage – Segment dépigmentant – en chiffre d'affaires sur le circuit de distribution Pharmacie et Parapharmacie – en France – CMA à janvier 2026. (2) Étude clinique, scorage dermatologique de la coloration des taches, sur 65 volontaires après 56 jours. (3) GERSDATA – GersOrigin, Unités prescrites, issues de la prescription de Dermatologues, Marché : Sérum Vinoperfect, en France, CMA à septembre 2025.





FRANÇOIS FONTAINE/AGENCE VU

SEXUALITÉ

C'EST PAS LA FRÉQUENCE QUI COMPTE !

Dans son livre « Trois soirs par semaine », la journaliste Pauline Verduzier enquête sur un mythe persistant : il y aurait un nombre « normal » de rapports sexuels au sein d'un couple. Enquête.

PAR **DOROTHÉE WERNER**

PAULINE VERDUZIER EST DU GENRE BONNE ÉLÈVE, de celles qui cochent toutes les cases, de son propre aveu. Trentenaire, féministe, elle est journaliste spécialisée sur les questions de genre et de sexualités, questionnant depuis dix ans les normes sexuelles et les injonctions, multipliant les entretiens autour de la vie intime. Pourtant, après son accouchement, elle est stupéfaite d'entendre les infirmières, sa gynécologue ou la kiné en charge de la rééducation périnéale post-épisiotomie lui expliquer, malgré ses nuits blanches et sa vie chahutée par l'arrivée du bébé, comment « retrouver sa vie de femme »… soit se remettre à avoir des rapports sexuels au plus tôt. L'expression lui donne des envies de meurtre ! Et quand l'une d'elles lui glisse gentiment « Ne vous inquiétez pas, la moyenne de la reprise, c'est six mois », un compte à rebours se met en route dans son esprit malgré elle. C'est le point de départ de « Trois soirs par semaine » (éd. Grasset), une enquête solide sur la fréquence de nos rapports sexuels, « entre mythes et injonctions ». Si le titre évoque la chanson d'Indochine (« Trois nuits par semaine / c'est sa peau contre ma peau… »), la spécialiste veut en découdre avec l'idée d'une sexualité conjugale régulière qui serait « normale », mais aussi avec cette idée persistante que les rapports sexuels seraient le baromètre de l'amour et de la viabilité d'un couple. Comme si coucher régulièrement était une chose de plus à réussir dans sa vie.

Pauline Verduzier confie avoir toujours été active sexuellement, mais, entre les biberons et les nuits sans sommeil, son désir s'étiole. Elle panique, affolée par l'idée d'abîmer son couple, hantée par cette question que les sexologues entendent à longueur de consultations : « Suis-je normale ? » ●●●

●●● Ā rebours de ses propres convictions féministes, et alors même qu'une réflexion est en cours depuis #MeToo pour repenser une sexualité hétérosexuelle plus épanouissante, la trentenaire réalise à quel point elle a fait sienne cette idée qu'un « couple amoureux » doit coucher régulièrement pour mériter une telle appellation. Elle démontre comment cette « fiction normative » continue, en 2026, d'infuser dans toute notre société, notamment à travers les livres, les films (surtout les comédies romantiques) ou les séries, mais aussi les médias, les podcasts et les réseaux sociaux, le marketing, la médecine ou la psychanalyse et des sexologues à l'ancienne ringardisés par les plus jeunes. On en serait encore aux « Il va falloir vous y remettre ma p'tite dame » et « Un petit effort, l'appétit vient en mangeant » ?

Ā l'occasion de la dernière grande enquête de l'Inserm sur la sexualité des Français (« Contexte des sexualités en France », 2023), les femmes de 18 à 69 ans vivant en couple ont déclaré avoir fait l'amour 6 fois au cours des quatre semaines précédentes, et les hommes 6,7 fois… Soit une moyenne d'une à deux fois par semaine. Alors quoi ? Pauline Verduzier met au jour les biais auxquels sont confrontés les chercheurs, jusqu'à voir dans ces réponses déclaratives un reflet d'une norme intégrée. Elle rappelle aussi combien cette injonction engendre au mieux du sexe insatisfaisant, au pire de la violence : parmi les 84 000 viols commis chaque année, plus d'un sur trois est le fait d'un conjoint. « L'idée que l'édifice du couple, voire du bien-être de tous et de toutes, reposerait sur des rapports sexuels réguliers m'apparaît aujourd'hui comme une vaste escroquerie », conclut Pauline Verduzier. Qu'en pensez-vous ? Nous avons posé la question à sept femmes de toutes les générations. Merci à elles pour leur confiance ! ●



« TROIS SOIRS PAR SEMAINE », de Pauline Verduzier (éd. Grasset).

« JE NE ME SUIS JAMAIS FORCĒE Ā COUCHER »

Lola, 28 ans, cadre dans une ONG, en couple depuis quatre ans, sans enfants

« L'idée que la fréquence de nos rapports serait le baromètre de notre couple, la mesure de notre amour, quelle horreur ! J'ai grandi avec #MeToo, je suis féministe, je sais ce que signifie le consentement, même au sein du couple. Je ne me suis jamais forcée à coucher pour rassurer mon mec ou pour me rassurer sur ma désirabilité. Ce serait une trahison, de moi comme de lui, un fake amoureux et intime. Si je n'ai pas envie, il respecte, et vice versa. Notre vie à deux est basée sur la tendresse, la complicité, la solidarité, nos discussions. Le sexe, c'est en plus. La fréquence dépend de ce qu'on vit par ailleurs. Parfois il n'y a rien pendant des mois, et puis, soudain, une ou deux fois la même semaine. Et ça ne change rien, ni pour moi ni pour lui. »

« LE SEXE RESTE LE SOCLE DE NOTRE RELATION »

Marie, 59 ans, consultante en région parisienne, en couple depuis vingt-cinq ans, un enfant et deux beaux-enfants

« La définition d'un couple, pour moi, ce sont deux personnes qui ont des rapports sexuels. Je couche avec mon conjoint environ une fois par semaine, et j'y veille ! Le jour où on ne fera plus l'amour, je sais que ça sera fini entre nous. Ce n'est pas seulement une question de désir – ça, c'est comme le plaisir, ça va, ça vient, enfin, surtout pour moi ! Même en cas de flemme, le sexe reste le socle de notre relation, et j'y tiens. On travaille beaucoup, on a une vie amicale très dense, le lit est l'endroit où l'on se retrouve tous les deux. On dit bien "faire l'amour" : l'amour est quelque chose qui se fait. Sans sexe régulier, notre vie à deux serait une mascarade. »



« J'AI PEUR QUE NOTRE BĒBĒ VIENNE TRANSFORMER NOTRE ĒQUILIBRE »

Justine, 31 ans, professeure d'anglais, en couple depuis trois ans, enceinte de son premier enfant

« On s'est rencontrés dans une manif féministe. Je suis assez militante, mon mec est un allié. La charge sexuelle du couple, cette case qui s'ajoute à la lourde liste des charges mentales des femmes, on en a parlé et on a tout déconstruit ensemble. L'idée de travailler à être constamment désirable, épilée et sous pilule, disponible sexuellement aussitôt que monsieur a du désir, pour moi c'est un truc du Moyen Āge – ou des Américaines MAGA ! On couche environ une fois par mois, sans se formaliser si l'autre n'a pas envie. Un an après notre rencontre, on avait décidé d'ouvrir notre couple, avec l'idée qu'on pouvait faire du sexe de notre côté, à condition de rester discrets. C'était bien. Mais depuis que je suis enceinte, j'ai envie de ne faire l'amour qu'avec lui. J'ai peur qu'un bébé vienne transformer notre équilibre… Est-ce que c'est possible, un vrai couple qui s'aime sans coucher ? On verra bien. »

PRESSE ; KONSTANTIN AKSENOV/GETTY IMAGES.



« SI LA FRÉQUENCE DE NOS RAPPORTS BAISSE, JE PROVOQUE LE MOMENT »

Anne, 56 ans, architecte à Bordeaux, en couple depuis vingt-quatre ans, deux enfants

« Nous, c'est deux, trois fois par mois et, après tant d'années de vie commune, c'est une petite fierté ! J'y vois la preuve que notre couple reste solide, même si nos enfants quittent la maison. Et la preuve que mon mari me désire encore, malgré la ménopause qui m'a fait prendre quelques kilos et m'a déstabilisée moralement. Pilates, footing, coiffeur, tenues et maquillage soignés… je lutte ! Avoir des relations sexuelles m'aide à garder une bonne estime de moi. Le couple, donc le sexe, c'est comme l'apparence : pour moi, ça demande parfois des petits efforts. Si la fréquence de nos rapports baisse, je provoque le moment… et ça marche ! Quant au plaisir avec lui, je ne le trouve pas vraiment au lit, mais dans nos petits moments sympas à deux. Et alors ? »

« LES PETITS ET LE BOULOT ONT FLINGUÉ MA LIBIDO »

Marion, 44 ans, commerciale à Paris, en couple depuis douze ans, deux enfants

« Nos premières années sans enfants ont été assez sexuelles, plusieurs fois par semaine. Puis j'ai eu deux grossesses très rapprochées, et la vie, entre les petits et le boulot, a flingué ma libido. Quand il avait envie, j'étais toujours crevée, c'était insurmontable. Je ne voulais pas faire semblant. Il m'a reproché d'être accrochée à mes enfants, plus mère que femme, jamais disponible pour lui. Je lui en ai voulu. Mais j'avoue que, malgré mon féminisme, j'étais en panique. J'ai eu peur d'être nulle, de tout foutre en l'air et qu'il me quitte. Je suis allée en parler chez une psy. Mais un soir, après un pot de boulot, j'ai couché avec un collègue. C'était délicieux, léger et ça m'a fait plaisir : j'étais toujours une fille désirable et désirante ! Mon mec ne le sait pas, mais il doit le retour de nos rapports sexuels, réguliers et finalement agréables, une fois par semaine environ, à cette petite incartade. »

« JE FAIS PARFOIS UN PEU SEMBLANT »

Maria, 33 ans, fleuriste en région parisienne, en couple depuis cinq ans, un enfant

« À notre rencontre, on faisait l'amour un soir sur deux environ, et puis moins. Depuis ma grossesse, je n'ai plus trop envie. Ça m'inquiète, mais je n'ose pas en parler avec lui, j'ai peur de casser quelque chose, de le décevoir… ou de ne pas être normale. On a repris les rapports environ deux mois après l'accouchement, maintenant c'est à peu près toutes les deux semaines. Alors oui, je fais parfois un peu semblant, pour qu'il soit content et pour me rappeler que je ne suis pas bonne qu'à faire des purées au Babycook ! Au final, je me chauffe un peu, et ça me fait du bien. Pas en termes d'orgasme, mais parce que c'est plus doux et plus tendre qu'avant. »

« LE DÉSIR EST FRAGILE ET AMBIVALENT »

Anne-Marie, 64 ans, psychanalyste à Lyon, en couple depuis quatorze ans, deux enfants d'une union précédente

« Mon désir va et vient, il dépend de ce que je vis par ailleurs, et aussi de la profondeur de nos conversations, de l'état de notre complicité, de nos attentions l'un envers l'autre. Le sien aussi, me semble-t-il. On doit faire l'amour peut-être une fois ou deux par mois, parfois moins, parfois pas du tout. Quand c'est le cas, je me dis que ça va revenir. Je n'ai plus 20 ans, et je sais que c'est fragile et ambivalent, le désir ! Il n'est jamais pure attraction, jamais coupé du reste de la vie et de la société. Je suis encore amoureuse, j'ai envie de lui plaire, surtout intellectuellement mais aussi un peu physiquement, ce qui n'est pas évident à mon âge ! Et je dois dire que sa gentillesse, son humour et l'attention qu'il me porte attisent mon désir bien plus que son apparence physique ou toute autre chose de directement sexuel. » ●

OFFREZ
ELLE
À CELLES QUE VOUS AIMEZ



IDÉE **CADEAU**

-40%

SUR NOS ABONNEMENTS
AVEC LE CODE PROMO

MERES26

RENDEZ-VOUS SUR

OFFRIR.ELLE.FR

OU SCANNEZ DIRECTEMENT LE QR CODE



ELLE





RÉSEAUX SOCIAUX

À QUOI RECONNAÎT-ON UN BOOMER ?

Stories surchargées, tags, gifs et hashtags à gogo… vous ne voyez pas où est le problème ? C'est qu'il est déjà trop tard ! Voici les règles du savoir-vivre digital édictées par la Gen Z.

PAR **ÉLODIE PETIT** ILLUSTRATION **LÉA CHASSAGNE**

LES STORIES

Ce que vous faites Sur Instagram, c'est la chose qui, d'entrée de jeu, crie : « Je suis ringarde ! » Une story dans laquelle on retrouve la géolocalisation, des tags ou, pire, des hashtags, et parfois même un gribouillis illisible dessiné au doigt. Et le tout bien sûr accompagné d'un filtre.

Ce que vous devriez faire Une jolie photo, ou vidéo, parle d'elle-même. Si elle a besoin de douze éléments pour être intéressante, c'est qu'elle ne l'est pas. Allez, une petite phrase si besoin, mais sans ponctuation. ●●●

LES TAGS

Ce que vous faites Vous passez devant la tour Eiffel qui s'illumine, vous prenez une photo, vous la postez en story ? Très bien. Pas besoin de taguer la mairie de Paris. Non seulement on sait où vous êtes, mais surtout, qu'espérez-vous en mentionnant ce compte ? Recevoir les clés de la ville ?
Ce que vous devriez faire Si vraiment ça vous fait plaisir de poster la tour Eiffel, gardez la même story, mais n'ajoutez rien, elle se suffit à elle-même.

LES POSTS

Ce que vous faites Votre train pour La Roche-sur-Yon est bloqué sur les rails ? Vite, une story en mentionnant la SNCF, le département de la Vendée, votre cousine mariée à un cheminot, et pourquoi pas Emmanuel Macron, pour dire que c'est honteux, que vous êtes prise en otage et que la clim est trop forte. En général, la story suivante montre le panier repas distribué dans les trains en cas de retard, et vous vous plaignez de la piètre qualité de la salade Sodebo.
Ce que vous devriez faire Respirez un bon coup et ne postez rien. Personne ne souhaite suivre en direct vos galères de train. On s'en moque. Et les cinquante personnes taguées aussi. On vous voit comme une râleuse, une relou qui demande à parler au directeur. Gardez votre batterie pour autre chose, vous en aurez besoin.

LES COMMENTAIRES

Ce que vous faites Sujet sensible, ne le prenez pas personnellement, c'est l'étiquette Gen Z qui l'impose. Lorsque vous écrivez sous la photo de votre enfant : « Bravo très fière de toi ma fille, bisous », ce qui est une belle intention, sachez qu'à ses yeux, vous êtes gênante et que vous lui faites honte en public. Autre exemple de commentaire malvenu : sous le post d'un média qui publie la photo d'une star, si vous avez déjà écrit « Elle a vieilli », vous êtes une « hateuse ». Et, en story, même si c'est adressé à vos proches, mettre une photo de Ronaldo en écrivant « Gronaldo » ne vous rend pas drôle, c'est tout simplement méchant.
Ce que vous devriez faire Un like de courtoisie fera l'affaire sur le dernier selfie de votre fille, elle vous en sera reconnaissante. Et retenez-vous de critiquer à tout-va, ce que vous pensez peut tout à fait rester dans votre tête.

LA BIO INSTAGRAM

Ce que vous faites « Marketing partner chez [entreprise actuelle], passée par [autre entreprise] et [encore une entreprise]. » Ce n'est pas votre CV, c'est une bio. Épargnez-nous « maman de Malo et Louise » ou une citation d'Oscar Wilde, écrivain dont vous n'avez pas lu un seul livre depuis le lycée !
Ce que vous devriez faire Regardez les bios Instagram de votre fille de 19 ans et de sa bande d'amis, et soyez concise : « Paris, She/her, 19 ans, Étudiant@Sorbonne-univ ». Ils vont droit au but, très peu d'infos voire aucune. On n'est pas là pour ça.

LES LIENS

Ce que vous faites Vous envoyez plein de liens de vidéos Instagram ou, pire, Facebook, à vos enfants sur WhatsApp. Soit ils les ont déjà vues, soit les vidéos ne les font pas rire. Et même si ce n'est pas le cas, l'effet serait raté, puisque vous avez commis le crime d'envoyer le lien d'un réseau social vers un autre.
Ce que vous devriez faire Postez la vidéo du chat qui vous fait tant rire directement sur Instagram ou, pire, Facebook, en message privé. Chaque réseau a son espace, on ne mélange pas. C'est du savoir-vivre numérique.

LES GIFS

Ce que vous faites Le boomer adore mettre des gifs en story. Un chien qui ricane, un cœur qui bat ou un extrait de film. On les retrouve également, hélas, dans les discussions WhatsApp.
Ce que vous devriez faire Soyez drôle, mais ne le soulignez pas, ça annule l'effet. Le gif repose au cimetière d'Internet à côté des Skyblogs et de Caramail.

LES HASHTAGS

Ce que vous faites C'est dimanche, vous avez passé la journée au parc en famille, vite, un diapo photo sur Instagram. Huit clichés pas spécialement passionnants mais que vous trouvez mignons. Accompagnés d'une ribambelle de hashtags : #journéeavecmaloetlouise #piqueniquedudimanche #ensemble #happyday #somuchfun. Signe que vous ne savez absolument pas à quoi servent les hashtags.
Ce que vous devriez faire La nuance est subtile… certes, Instagram a été conçue comme l'application pour les photos, mais la Gen Z a décidé que seuls les vieux en postaient à foison. Eux se contentent d'une photo par an. Avec très peu de texte. En revanche, c'est dans les stories, et surtout dans vos DM (votre messagerie), que ça se passe. Et surtout, sans hashtags qui ne veulent rien dire.

LES VIDÉOS

Ce que vous faites Les moins de 30 ans savent le poids de ce silence… Cette seconde de blanc entre le début d'une vidéo et le moment où vous commencez à parler. Cette seconde terrible qui vous définit illico comme une vieille personne qui ne mérite pas d'avoir accès aux réseaux. Ce silence qui dit : « Attends, je vérifie que ça tourne bien. »
Ce que vous devriez faire Dès que ça tourne, parlez ! Regardez sur TikTok, le premier mot est même parfois coupé tant on entre vite dans le vif du sujet. En 2026, on ne perd plus de temps avec les silences ! ●



MONOPRIX

Collection disponible à partir du 29 avril, dans la limite des stocks disponibles, dans les magasins participants et sur MONOPRIX.fr. Retrouvez la liste des magasins à l'adresse suivante : https://www.monoprix.fr/listes-des-magasins.html. MONOPRIX HOLDING - RCS Nanterre : 775 705 601 - Capital : 75 288 300€ - Pré-presse : NANOTERA



ADRIANNA WALLIS À PARIS, EN JANVIER.



DIANE ESMOND, DANS SON ATELIER NEW-YORKAIS EN 1952.

RĒCIT

RĒPARER LE PASSĒ

L'artiste Adrianna Wallis dialogue avec l'œuvre oubliée de sa grand-mère, la peintre Diane Esmond, dont une partie des tableaux ont été spoliés par les nazis.

PAR **MARION RUGGIERI**

C'EST UN BUREAU EN CHĒNE LOUIS XIV REMARQUABLE. Sur la photo, prise au début des années 1940, un homme y est attablé. Il s'agit du baron Kurt von Behr, l'un des responsables de l'ERR, service chargé du pillage des œuvres d'art et biens culturels par les nazis. Aux murs, on distingue des portraits de Göring, Hitler, Rosenberg. En découvrant cette photo, en 2021, l'artiste plasticienne Adrianna Wallis, 40 ans, a un choc. Elle reconnaît ce bureau ; surtout, elle connaît ce salon. C'est celui de sa grand-mère, la peintre Diane Esmond, morte en 1981, l'année de sa naissance… Que fait là cet officier allemand ? La réponse est vertigineuse.

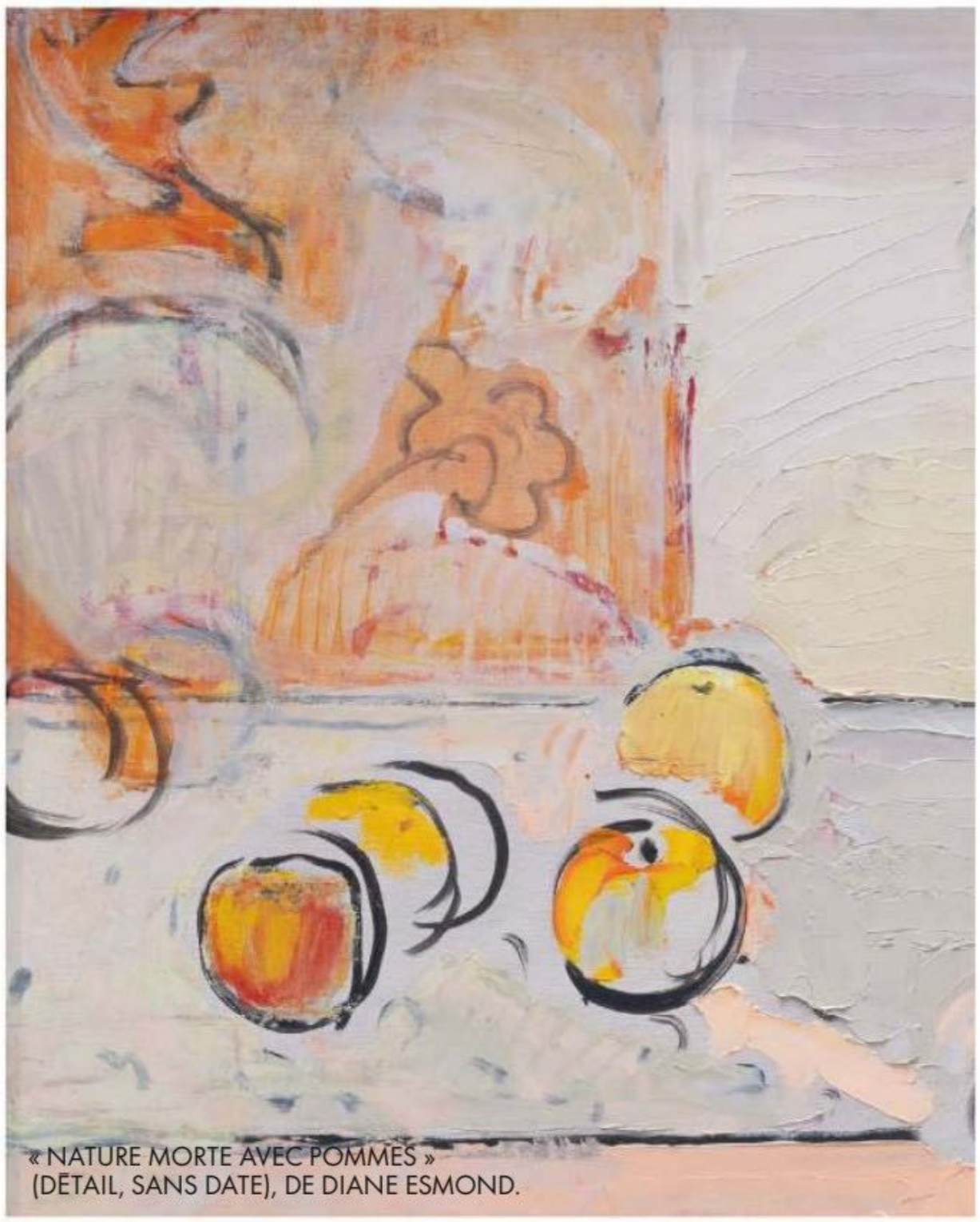
À l'automne 1940, l'ERR installe son QG dans l'appartement des Esmond, laissé vacant après le départ précipité de la famille pour New York. L'adresse ? 54, avenue d'Iéna, dans le 16e arrondissement de Paris. Un immeuble construit par l'arrière-arrière-grand-père d'Adrianna, Ēmile Deutsch de la Meurthe, industriel et philanthrope qui fit fortune dans le pétrole (avec la société des Pétroles Jupiter, future branche française du géant Shell) et dont la tombe, dans le carré juif du cimetière de Montmartre, est désormais signalée par le « Guide du Routard » pour son esthétique romantique. Mais l'histoire ne s'arrête pas là.

Dans un même élan, Adrianna apprend que quarante-sept œuvres de son aïeule ont été saisies dans son atelier par l'ERR le 5 juin 1941. Une affaire de spoliation restée tue pendant quatre-vingts ans et mise au jour par deux historiennes. Trente-deux seront détruites, d'après l'inventaire d'un certain « Dr Wunder » (« docteur Miracle » en français !), brûlées devant le Jeu de Paume

MAXIME VERRET ; DOCUMENT PERSONNEL.



« VIE SILENCIEUSE AVEC RAISINS », D'ADRIANNA WALLIS (2023).



« NATURE MORTE AVEC POMMES » (DÉTAIL, SANS DATE), DE DIANE ESMOND.

en juillet 1943 – comme en attestent les précieux carnets de la résistante Rose Valland, infiltrée dans le musée. Quatorze seront retrouvées dans un train de stockage à Aulnay et restituées, après réclamation de la famille, en mars 1946. « Qu'a pu ressentir ma grand-mère en découvrant que la plupart de ses toiles avaient été brûlées, disparues à jamais ? En tant qu'artiste, je ne peux me l'imaginer », s'émeut Adrianna Wallis à la veille d'une très belle exposition qui met en regard l'œuvre des deux femmes, « Il restera la gravité »*, galerie Anne-Laure Buffard – dans un immeuble qui a également reçu la visite des services de l'ERR durant la guerre. « Encore un hasard », note la plasticienne au regard miel pailleté de noir, dont l'œuvre, depuis ses débuts à l'École des Beaux-Arts de Barcelone et son premier travail, intitulé « Collection de vide », est marquée par l'absence et la mémoire.

> "Qu'a pu ressentir ma grand-mère en découvrant que la plupart de ses toiles avaient disparu à jamais ?"
>
> ADRIANNA WALLIS

REVENONS EN ARRIÈRE. AVANT-GUERRE, DIANE ESMOND EST UNE JEUNE PEINTRE PLEINE D'AVENIR. À 25 ans, elle expose au Salon d'automne, à 26, au Salon des Tuileries : son style évoque Cézanne, Bonnard ou Matisse, même si elle cite Van Gogh parmi ses influences. Mais la guerre assombrit les perspectives. Sa mère est une Deutsch de la Meurthe, son père est d'une famille juive indienne, les Sassoon Ezra, dont le nom est devenu Esmond. Diane, ses parents et son fils Victor, 1 an et demi, quittent la France pour l'Amérique. Elle y donne naissance à un garçon, Spencer, père d'Adrianna. À New York, entre Madison et 5th Avenue, le quotidien reprend, mais le traumatisme est violent. La famille Wallich – patronyme de Robert, son mari – prend le nom de Wallis (plus british), opte pour le protestantisme, et Diane se fait refaire le nez. Mais Paris lui manque. Elle veut percer en tant qu'artiste, elle veut réussir. « Ma vie, c'est la peinture », écrit-elle dans son admirable correspondance. Aussi, elle prend une décision radicale. À la maternité elle préfère l'art. Et rentre définitivement en France, laissant son mari et ses enfants – qui ont pour parrain et marraine Ernest Hemingway et son infatigable épouse d'alors, la reporter Martha Gellhorn – en Amérique. Dans une lettre à son fils cadet, elle écrit en anglais : « Je suis déchirée entre deux pays, celui où ma maison devrait être, où tu es, Spencer, avec papa, et celui où j'ai besoin d'être pour m'épanouir, pour être moi-même, où mon cœur et mon âme se rejoignent dans mon ●●●

ADRIANNA WALLIS







1. « LA DAME AU SINGE », DE DIANE ESMOND, 1935. **2.** SANS TITRE, DE DIANE ESMOND, ANNÉES 1970. **3.** INVITATION AU VERNISSAGE D'UNE EXPOSITION DE DIANE ESMOND AVEC PICASSO ET CHAGALL, EN 1961.

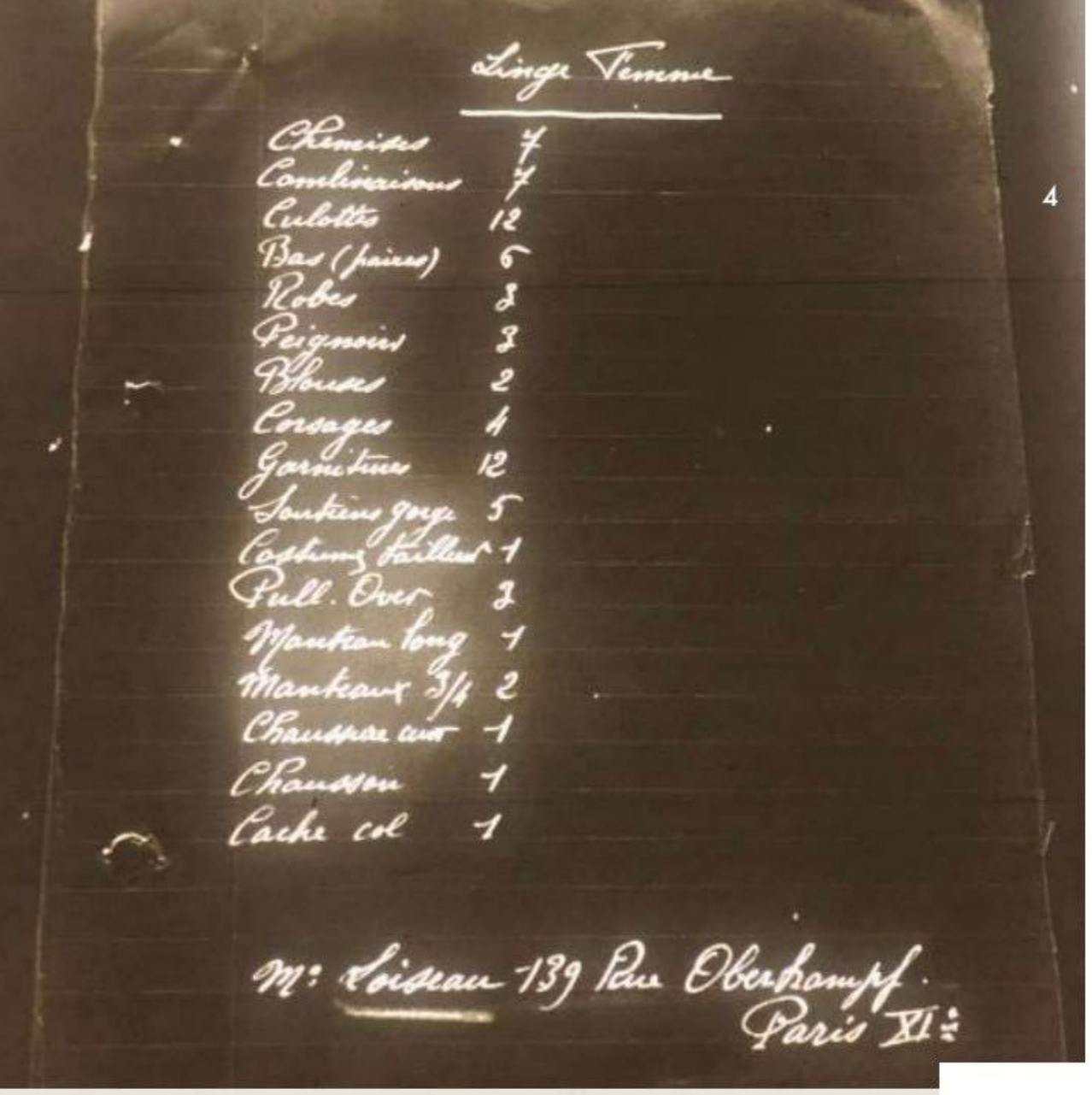
travail. J'ai choisi Paris. Je ne peux pas grandir à New York. J'ai failli en tant que mère… » La lettre continue ainsi, émouvante et sincère. « Mon père a vécu comme un abandon le départ de ma grand-mère pour la France, alors que mon oncle Victor, qui a tant fait pour l'œuvre et la postérité de Diane, a compris, il était l'aîné », confie Adrianna Wallis. Spencer ne survivra que de quelques mois à la mort de sa mère, en 1981. Adrianna a alors 1 an. De ce père, il lui reste une ultime lettre pleine de larmes, et quelques chemises, maigre héritage de coton, qu'elle s'emploie à magnifier dans son travail.

APRÈS-GUERRE, DIANE ESMOND A DU MAL À RETROUVER L'ÉLAN DES DÉBUTS. En 1961, elle expose avec Chagall et Picasso rue du Faubourg-Saint-Honoré, puis ce sera New York et Londres, mais ça ne suffit pas. Elle ne vend pas et s'en indigne dans sa correspondance. Elle pose, chevelure brune, regard profond, cigarette allumée sur les photos. Au dos d'un cliché souriant, elle annote « toujours se méfier des apparences ». Plus elle manque de reconnaissance, plus son style s'affirme : le trait devient rageur, les couleurs flamboyantes, les lignes de perspectives s'enracinent. Elle crayonne une fois, deux fois, dix fois le même motif, jusqu'à ce que le modèle s'anime, « une œuvre perpétuellement en mouvement, recommencée, comme si tout devait disparaître demain », souligne Adrianna. Mais le plus remarquable, ce sont ses annotations maniaques, poétiques, qui apparaissent un peu partout dans ses dessins : des indications méticuleuses, au crayon, sur les tonalités, les nuances de la palette et la nature des objets. Des descriptions qui évoquent les inventaires rédigés de mémoire par les Juifs rentrés après la guerre dans des appartements vides et qui tentèrent de récupérer leurs biens. Des meubles et des objets du quotidien, réquisitionnés puis envoyés en Allemagne par un sous-bureau de l'ERR, l'Action Meubles, là encore piloté par Kurt von Behr depuis l'avenue d'Iéna. Un dessus-de-lit couleur « gorge-de-pigeon », des livres russes reliés, un service à thé ou des petites cuillères… Des souvenirs d'objets parfois accompagnés d'exclamations telles que « pièce rare ! », « merveille ! ». Trente-huit mille appartements furent ainsi dépouillés dans Paris pendant l'Occupation. Dont celui des parents de Diane. À son tour, Adrianna s'inspire de ces inventaires pour des œuvres baptisées « Chapeau en daim bleu roi assorti au manteau », « Étoffes de valeurs diverses pour natures mortes ». Ou encore, pour une célèbre performance donnée le 18 mai 2024, cent ans jour pour jour après la mort d'Émile Deutsch (coïncidence !), dans la cour du Musée d'art et d'histoire du judaïsme (MAHJ) : « 11 petites soucoupes… ». Là, des dizaines de personnes furent invitées par l'artiste à apprendre par cœur et déclamer ces listes d'objets spoliés.

> 38 000 appartements furent dépouillés dans Paris pendant l'Occupation.

L'œuvre de Diane Esmond, qui finit par abandonner la peinture, aurait pu sombrer dans l'oubli. C'était compter sans la ténacité de sa petite-fille et le mystère des connexions invisibles, des transmissions inconscientes. Ainsi, la première œuvre d'Adrianna, qui a grandi dans le Vercors et que rien ne prédisposait à suivre cette

CHRISTOPHE FOUIN ; MAXIME VERRET ; ILANIT ILLOUZ.


Linge Femme

Chemises	7
Combinaisons	7
Culottes	12
Bas (paires)	6
Robes	3
Peignoirs	3
Blouses	2
Corsages	1
Garnitures	12
Soutiens gorge	5
Costume tailleur	1
Pull. Over	3
Manteau long	1
Manteau 3/4	2
Chaussures cuir	1
Chaussons	1
Cache col	1

M: Loiseau 139 Rue Oberkampf. Paris XI

4


5


6

4. INVENTAIRE DE LINGE SPOLIĒ. **5.** LE SALON DES ESMOND, RUE D'IĒNA, OCCUPĒ PAR LES NAZIS. **6.** ADRIANNA WALLIS DANS SON ATELIER, EN JANVIER.

ARCHIVES NATIONALES/ADRIANNA WALLIS ; MAXIME VERRET ; ARCHIVES DIPLOMATIQUES DU MINISTĒRE DE L'EUROPE ET DES AFFAIRES ĒTRANGĒRES, LA COURNEUVE.

voie, s'intitule « Bijou bougie ». Un collier de perles « du genre de ceux qu'offrent les grands-mères à leurs petites-filles », en cire, qui se consume quand on allume la mèche. En 2017, la plasticienne se fait un nom avec un autre projet, « Les Lettres ordinaires », où elle s'interroge sur le destin de ces courriers d'auteurs inconnus, qui ne sont jamais parvenus à leurs destinataires et finissent dans un centre dédié de La Poste, à Libourne. « C'est comme si tous mes projets m'avaient conduite à cet instant présent. »

Il y a un an, elle rapatrie les œuvres de sa grand-mère, soigneusement conservées par son oncle Victor à Boston, où il vit. Deux peintures, « Le Clown » et « La Dame au singe », restituées après la guerre, sont désormais exposées au MAHJ, apportant un précieux éclairage sur ces « itinéraires d'œuvres spoliées ». Deux autres ont été données au musée Carnavalet, trois au musée de Grenoble. Et puis, Adrianna s'est rendue au 54, avenue d'Iéna. Enfin ? Les nouveaux propriétaires n'ont pas ouvert. Mais elle a pu voir la cage d'escalier, aux côtés du physicien Joël Chevrier, qui l'accompagne dans ses recherches. Que reste-t-il quand il n'y a plus rien ? « On peut vider un appartement, on pourrait même en retirer l'air, mais, sur Terre, il restera toujours la gravité », lui dit-il. Alors, à défaut d'entrer chez ses grands-parents, elle a posé sa main sur la poignée de porte et la rambarde pour y laisser une empreinte. Une trace dans l'histoire. ●

> "C'est une œuvre en mouvement, comme si tout devait disparaître demain."
>
> ADRIANNA WALLIS, AU SUJET DE LA PEINTURE DE DIANE ESMOND

*** « IL RESTERA LA GRAVITĒ », Adrianna Wallis/Diane Esmond, du 5 mai au 16 juin, galerie Anne-Laure Buffard, 6, rue Chapon, Paris-3e, avec le soutien du Centre national des arts plastiques. Et aussi conférence/projection « Les Lettres ordinaires » au Musée Carnavalet, le 21 mai. Ā venir : exposition collective du Centre Pompidou hors les murs, « Vies minuscules », au Panthéon, à partir de septembre.**

NOS ASTUCES POUR FAIRE VENIR L'ÉTÉ

MARION RUGGIERI
Ranger, frénétiquement. Ce qu'on appelle le fameux ménage de printemps. J'ouvre les fenêtres, je « let the sunshine in » et je trie. Au passage, je freine sur les calories et m'allège un peu aussi !

JAMES MEAKIN ; ISTOCK/GETTY IMAGES ; PRESSE ; N. MECILI/A. CAUCHOIS/L. BEURDELEY/« ELLE » FRANCE

Les beaux jours arrivent et on rêve déjà de basculer en mode estival. Les journalistes de la rédaction vous livrent secrets et stratafuges pour anticiper la hot saison !



ALIX GIROD DE L'AIN

Ranger les gros pulls en haut du dressing, dans des pochettes plastique, ce qui rend quasi impossible leur réutilisation avant des mois. Sortir la machine à glaçons parce qu'on va en avoir besoin pour le rosé. Remettre de l'autobronzant sur les jambes parce qu'on les montre (sans chaussettes ni collant) et du vernis sur les orteils (même dynamique que ce qui précède). Et, surtout, recommencer à acheter des tomates (bio).



JULIE DESSAGNE

Faire un premier barbecue, enfourcher mon vélo sans K-way et couper le chauffage en sachant que je ne vais pas le rallumer avant octobre.

VÉRONIQUE PHILIPPONNAT

Directrice de la rédaction

Renouveler mon stock de T-shirts blancs pour qu'ils soient nickel, basculer en mode soupe froide (gaspacho et ses dérivés), et évidemment des sandales, évidemment une pédicure !

VÉRONIQUE VATINOS

Avant de pouvoir marcher sans souliers dans le sable ou sur le gazon, porter des nu-pieds ou « strings de pied » K.Jacques, Rondini ou assimilés. ●●●

ALICE ELIA

Tout passer en mode « sunny » : blush non plus rose mais pêche, ongles rouges tirant vers le corail, léger balayage doré dans les cheveux.

BRUNE DE MARGERIE

Sortir mes jeans courts, mes T-shirts blancs et mes slingbacks, pour respirer et ne plus être engoncée dans mes vêtements et mes chaussures. Manger une glace chez Il Gelato del Marchese, et aller à mes rendez-vous à pied en écoutant « La Historia » d'El Taiger & DJ Conds… Là, je commence à me dire qu'on sort du tunnel de l'hiver…

CONSTANCE DOVERGNE

J'ai toujours un vieux paréo et un Stick Capital Soleil Zones Sensibles Vichy dans mon sac, pour transformer le moindre recoin de ville en beach club si le soleil se lève. Utiliser une lessive au tilleul avec laquelle je lave mes draps et mes serviettes. Je les fais sécher aux fenêtres pour qu'ils donnent à tout mon appartement le parfum du mois de juin.

MARGUERITE BAUX

Prendre un café au soleil, siroter un premier verre de rosé avec plein de glaçons, adopter un sérum SPF30 (pour l'instant, j'en reste au stade de la bonne résolution), semer persil, basilic et coriandre pour en avoir tout l'été, poser un vernis coquelicot pour réveiller ses orteils, acheter un nouveau maillot de bain, rituel pour profiter de la perspective de nager en mer…

SABRINA PONS

Pour forcer un peu le destin côté météo, je rachète mes lunettes de soleil adorées (celles que je perds ou raye tous les étés, presque religieusement).

SOLINE DELOS

Passer en mode jupe sans collant et filer voir n'importe quelle expo au Petit Palais, pour ensuite déjeuner dans son jardin, hors du monde.



TOM MEREDITH

Porter des shorts très short, soit un maximum d'exposition des jambes. Même au bureau.



MARGAUX KREHL

Écouter sans modération un album qui fleure bon les beaux jours. Ma recommandation : « Ambiguous Desire », le dernier opus en date de la Britannique Arlo Parks.

NATHALIE DUPUIS

Après des mois en « Parade » de Celine, basculer dans les effluves de figuier avec le parfum « Philosykos » de Diptyque. Et troquer mes housses de couette en lin pour celles à petites fleurs en coton de Zara Home. ●●●



PHOTOS INSTAGRAM @ILGELATODELMARCHESE ; ISTOCK GETTY IMAGES ; PRESSE ; G. PASCAL/S. ROSTAN/M. RICHIER/A. CAUCHOIS/« ELLE » FRANCE.
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

ĒLISABETH AKESSOUL

Filer au canal de l'Ourcq pour une partie de pétanque, lire un livre en terrasse (par exemple « L'Inventaire des rêves » de Chimamanda Ngozi Adichie) et renouer avec le combo sandales (Nomasei) + vernis pop.



AVA DJAMSHIDI

Trouver le refrain qui sent les chaudes soirées d'été (mon crush de la saison : « Cologue Seu Canudo », de Supermen Lovers) et troquer mon vernis rouge-noir pour une version « pirate » plus riante.



MANOU FARINE

Ouvrir grand les fenêtres en écoutant de la variété italienne très fort et faire des mots croisés trop durs pour avoir une douce impression de temps sans limite.





THIBAULT RAISSE

Dans le bac à légumes, remplacer les endives par la batavia et la bouteille de whisky tourbé par un mikado de bières blondes.

PHOTOS ISTOCK/GETTY IMAGES ; PRESSE ; G. SASPORTA/A. CAUCHOIS/« ELLE » FRANCE.
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.





STÉPHANIE COCHET
Ressortir les guirlandes à énergie solaire, blinder le congélateur de mochis glacés, mettre des socquettes transparentes pour me donner l'impression que je suis déjà pieds nus, me faire une teinture de cils pour m'épargner un mois de mascara qui coule.

ÈVE MAENO
Manger une glace – en ce moment, je suis en boucle sur celle au sésame d'Une Glace à Paris – et porter des petits bijoux colorés type Gigi Clozeau ! ●



ÉDOUARD DUTOUR
Abuser de la lavande. Je glisse des pochons de fleurs séchées dans ma penderie, je m'inonde de « Pour un homme » de Caron, je rafraîchis les sols de la maison avec de l'eau agrémentée d'huile essentielle de… lavande !



LE QUESTIONNAIRE DE

PICHAYA SOONTORNYANAKIJ

Dans le Chinatown de Bangkok, son restaurant étoilé Potong célèbre le métissage thaï-chinois. Élue meilleure cheffe du monde en 2025, celle que l'on surnomme Cheffe Pam répond à nos questions à la vie à la food.

PAR **CONSTANCE DOVERGNE** PHOTOGRAPHE **CHRIS SCHALKX**





POTONG SE DÉPLOIE SUR LES CINQ ÉTAGES DE L'ANCIENNE PHARMACIE CHINOISE FAMILIALE BÂTIE EN 1910.



LE PAD THAÏ SELON CHEFFE PAM.

ENFANT, QUEL ÉTAIT VOTRE PLAT PRÉFÉRÉ ?

« Un ragoût avec des œufs durs et de la poitrine de porc, le tout cuit dans un jus très sombre, presque noir. En Thaïlande, on appelle ça palo. On l'assaisonne avec un mélange cinq-épices, des racines de coriandre, c'est un peu sucré-salé. Quand on est enfant, on ne supporte pas le piment, alors j'ai grandi en mangeant ça. C'était l'un de mes plats préférés. »

VOTRE PREMIÈRE ÉMOTION CULINAIRE ?

« C'est quand j'ai commencé à aller à l'école de cuisine Le Cordon Bleu, à Bangkok. Je me souviendrai toujours de mon premier cours de pâtisserie. Je suis entrée dans une vraie cuisine professionnelle pour la première fois de ma vie et j'en suis tombée instantanément amoureuse. À mes yeux, ce n'était pas une salle de classe, mais un terrain de jeu : j'ai tout de suite su que j'étais au bon endroit. »

LA RECETTE FAMILIALE DONT VOUS AVEZ HÉRITÉ ?

« La première recette dont je me souviens, et que je cuisinerai toujours, c'est le lad na : des nouilles de riz plates et sautées recouvertes de sauce au porc mariné. C'est la recette de ma mère, qui est d'origine thaïe et chinoise. Dans la cuisine chinoise, contrairement à la cuisine occidentale, où vous utilisez principalement du sel et du poivre, les assaisonnements sont complexes. Dans la marinade du lad na on ajoute de la sauce soja, mais aussi du bicarbonate de soude, qui permet de casser la fibre de la viande, ce qui lui donne cette texture si particulière qui n'existe que chez nous. On y ajoute aussi du blanc d'œuf et de l'amidon de maïs. »

LE PREMIER REPAS GASTRONOMIQUE QUE VOUS VOUS ÊTES OFFERT ?

« C'était à New York, au restaurant Per Se, qui continue d'être classé parmi les meilleurs de la planète. C'était un établissement français, j'y ai mangé l'un des meilleurs plats d'huîtres de ma vie. Cela s'appelait Oysters and Pearls, des huîtres pochées avec des perles de tapioca et du caviar. Très simple, mais la texture et le côté salé et iodé, c'était très réussi. Je m'en souviens encore. »

LE DÉCLIC QUI VOUS A DONNÉ ENVIE DE DEVENIR CHEFFE ?

« J'étais à la fac depuis deux ans quand j'ai dit à ma mère que j'aimerais essayer la cuisine. Elle m'a tout de suite dit : "Quitte la fac et lance-toi à 100 % !" C'était son rêve à elle, de devenir cheffe, mais à son époque les parents ne soutenaient pas ce genre de projet. On n'imaginait pas qu'une carrière en cuisine, pour une femme, puisse aller très loin. »

QU'EST-CE QUI VOUS INSPIRE ?

« Tous les petits moments de joie auxquels on assiste dans le restaurant. Comme quand j'échange avec des clients très heureux à la fin du repas. Il est arrivé que certains pleurent parce que le dîner les a émus, et je sais que l'expérience restera un souvenir gravé dans leur mémoire. Ce sont ces rencontres qui nourrissent l'envie de poursuivre ce métier, où les journées peuvent avoir tendance à se ressembler. Cela réactive la passion. »

L'USTENSILE DE CUISINE DONT VOUS NE POUVEZ PAS VOUS PASSER ?

« Un couteau. Je ne peux pas travailler sans. J'ai longtemps travaillé avec un couteau classique de chef, mais maintenant je ne me sépare plus de mon hachoir japonais. Il est très grand et je peux tout faire avec : émincer, écraser, lever un filet… » ●●●



AU DERNIER ĒTAGE DE POTONG, LA FUMERIE D'OPIUM HISTORIQUE A ĒTĒ REMPLACĒE PAR L'UN DES BARS Ā COCKTAILS LES PLUS COURUS DE LA VILLE.





VOTRE INGRĒDIENT SIGNATURE ?

« Le poivre. On pense que l'épice thaïe emblématique est le piment, mais c'est faux : il a été importé relativement tard dans le pays, alors que le poivre a toujours été là. »

LA SAVEUR LA PLUS ĒTRANGE QUE VOUS AYEZ GOŪTĒE ?

«Je ne supporte pas le wasabi. La sensation qu'il provoque en bouche me dérange énormément. C'est la seule chose au monde que je n'aime pas. »

LE PLAT DONT VOUS ĒTES LE PLUS FIĒRE ?

« Le canard de Potong. Un plat-signature inspiré des grands repas de fête en famille de mon enfance, et que je sers au restaurant depuis le premier jour. Le canard est frotté à sec avec un mélange cinq-épices et un mélange de vinaigres qui précuit partiellement la peau, pour qu'elle devienne extrêmement croustillante. Il est ensuite maturé pendant quatorze jours. J'ai travaillé dessus pendant plus de trois mois pour trouver la bonne race de canard, la bonne taille, le bon niveau de gras. C'est le plat fondateur qui nous a menés là où nous sommes aujourd'hui. »

LE MEILLEUR PLAT DU QUOTIDIEN ?

« La phat kaphrao. C'est très simple : du basilic thaï sauté avec de l'ail, du piment et du bœuf haché, du riz jasmin chaud et un œuf au plat. »

UNE RECETTE POUR SĒDUIRE ?

«Je pense tout de suite à la carbonara, parce que c'est quelque chose que mon mari aime manger, et c'est un plat qui n'exige que trois ou quatre ingrédients. Mais la sauce et la façon dont elle émulsionne, c'est très particulier. Et quand c'est bien fait, c'est très bon. »

VOTRE PLAISIR COUPABLE ?

« Quand on est à la maison et qu'il est tard le soir, mon mari et moi adorons nous faire des nouilles instantanées. Ces jours-ci, ce sont celles aux palourdes et au piment qu'on trouve dans n'importe quelle épicerie. J'en mange deux paquets à la suite. »

L'ALIMENT QUE TOUT LE MONDE AIME SAUF VOUS ?

« Les tomates. Je ne les déteste pas, mais je trouve leur texture très étrange, surtout quand elles sont crues. »

Y A-T-IL QUELQU'UN POUR QUI VOUS RĒVEZ DE CUISINER ?

«J'ai déjà réalisé mon rêve ! J'ai cuisiné pour Marco Pierre White, un chef anglais très connu, l'un des plus grands de la gastronomie, à la retraite maintenant. Je l'admire pour sa manière de cuisiner et sa philosophie. Je lis ses livres, je regarde ses émissions, ses conférences. Pour moi, c'est un dieu. L'année dernière, il était à Bangkok pour une émission de télé, et son équipe nous a contactés. J'étais honorée, mais aussi très nerveuse : c'était un rêve qui devenait réalité. Il était très intimidant et me posait plein de questions, comme s'il cherchait à me tester. Avant même de commencer à manger, j'ai senti qu'il n'était pas très convaincu. Mais quand il a mangé le canard, il a pris une serviette, un stylo, et m'a écrit un mot dessus pour me féliciter. Je l'ai toujours. »

LA TENUE IDĒALE POUR CUISINER ?

« Ma tenue de cheffe – j'en ai dix exemplaires – et des baskets On, parce que le restaurant est sur cinq étages et que je cours toujours de l'un à l'autre. J'en ai quatre paires blanches, du même modèle, parce qu'elles deviennent noires très facilement. Elles sont à la fois confortables et pratiques. L'une des choses que j'aime dans ce métier, c'est que je n'ai pas à réfléchir à ce que je vais porter ! » ●

CHRIS SCHALKX





CHEF PAM DRESSE L'UN DE SES PLATS LES PLUS PUISSANTS, LA SAINT-JACQUES AU SATÉ ET CURRY ROUGE. UN TRAIT D'UNION ENTRE ORIENT ET OCCIDENT.









CHRIS SCHALKX



RAYONS DE COULEUR

Du corail au chlorophylle, du beurre blanc au gris ardoise,
de la mode au make-up, la sensualité prend du panache.

PHOTOGRAPHE **TOM SCHIRMACHER** RÉALISATION **ANNE-MARIE BROUILLET**
MANNEQUIN **LUNA BIJL**



Manteau, **LOEWE.**
Mules « Frankie », **SAINT LAURENT PAR ANTHONY VACCARELLO.**



Blouse, haut de
maillot de bain
et jupe avec
détail ceinture,
RABANNE.

Blouson, short, boucles d'oreilles, bracelets et joncs, **SAINT LAURENT PAR ANTHONY VACCARELLO.**
Bague « Duo » en or rose et diamants, collection Perlée, **VAN CLEEF & ARPELS.**
Collant, **WOLFORD.**

TOM SCHIRMACHER

MAQUILLAGE Dior par Tatsu Yamanaka, avec le Fond de Teint Mat Dior Forever Skin Wear 2N, la Poudre Bronzante Dior Forever Nude Bronze Glow Pink Bronze, le Stylo à Sourcils Diorshow Brow Styler Brown et le Rouge à Lèvres Rouge Dior Adorée Fini Satin.

TOM SCHIRMACHER

Robe « Cocoon »
et ras-de-cou « Eisa »,
BALENCIAGA.
Mules « Frankie »,
SAINT LAURENT
PAR ANTHONY
VACCARELLO.



Chemise, brassière
et short, **PRADA.**
Legging, **PATOU.**

Chemise, minijupe
et ballerines « Soft
Oxford », **CELINE.**
Lunettes de soleil « Howl »,
SAINT LAURENT PAR
ANTHONY VACCARELLO.
Ras-de-cou « Eisa »,
BALENCIAGA. Bague
en or rose et diamants,
collection Perlée,
VAN CLEEF & ARPELS.
Collant, **WOLFORD.**

TOM SCHIRMACHER


Top et pantalon, CHLOÉ.
Montre en or rose
et nacre guillochée,
collection Perlée,
VAN CLEEF & ARPELS.
Escarpins, VERSACE.

TOM SCHIRMACHER

Manteau, foulard et broche, **GUCCI**.
Escarpins, **PRADA**.

Cardigan et jupe, **FENDI**.
Boucles d'oreilles,
SAINT LAURENT
PAR ANTHONY
VACCARELLO. Bracelet
« Torsion », **ALAÏA**.

Polo et jupe, **MIU MIU.**
Bague (petit modèle)
et bracelet double
« Clash de Cartier »
en or jaune, **CARTIER.**
Bracelet « Torsion »,
ALAÏA.

TOM SCHIRMACHER



Minirobe avec cape, **GIVENCHY PAR SARAH BURTON**. Slingbacks « Dior Bow », **DIOR**.

TOM SCHIRMACHER

Chemise, bermuda, ceinture « Stacking Swing Lock » et mocassins « Joyce », **LOUIS VUITTON.**
Pull, **MANGO.**
Bague (petit modèle) et bracelet double « Clash de Cartier » en or jaune, **CARTIER.**





Veste et collier « Couleur Vivante » en or blanc, aigue-marine et péridot, PRADA. Maquillage Dior par Tatsu Yamanaka, avec le Fond de Teint Mat Dior Forever Skin Wear 1N, le Blush Dior Backstage Rosy Glow Pink et le Baume à Lèvres Rouge Dior Balm.



Top frangé et jupe, **BOTTEGA VENETA.** Sac « Looong », **LONGCHAMP.** Bracelets, **SAINT LAURENT PAR ANTHONY VACCARELLO.** Mocassins « Joyce », **LOUIS VUITTON.**

TOM SCHIRMACHER



Veste, **POLO RALPH LAUREN**. Polo, **BOMPARD**. Pantalon, **CARVEN**. Lunettes de soleil « Howl », **SAINT LAURENT PAR ANTHONY VACCARELLO**. Sac « Wander », **MIU MIU**. Manchette « Bumper », **ALAÏA**. Escarpins, **VERSACE**.

Manteau et foulard « Flora », **GUCCI.**
MAQUILLAGE Dior par Tatsu Yamanaka, avec le Fond de Teint Mat Dior Forever Skin Wear 2N, la Poudre Bronzante Dior Forever Nude Bronze Coral Bronze, Diorshow 5 Couleurs Summer Azur et le Rouge à Lèvres Rouge Dior Beige Couture Fini Velvet.

TOM SCHIRMACHER

Robe, ceinture
et escarpins,
VERSACE.

TOM SCHIRMACHER



Robe « Cocoon »,
BALENCIAGA.
Mules « Dior Cœur »,
DIOR.

Blouson, **LIU JO.**
MAQUILLAGE Dior par
Tatsu Yamanaka, avec le
Fond de Teint Mat Dior
Forever Skin Wear 2N,
la Poudre Bronzante Dior
Forever Nude Bronze
Coral Bronze, le Stylo
à Sourcils Diorshow Brow
Styler Brown et le Baume
à Lèvres Dior Addict
Lip Glow Gummy.

Veste, **VALENTINO**. Boucles d'oreilles, **SAINT LAURENT PAR ANTHONY VACCARELLO**. Manchette « Bumper », **ALAÏA**. Sac « Prada Wish », **PRADA**. Collant, **FALKE**. Escarpins, **VERSACE**.



TOM SCHIRMACHER



Manteau en shearling,
DOLCE & GABBANA.
Escarpins, PRADA.

Veste « Guia », LORO PIANA. Polo et lunettes de soleil « Ivresse », MIU MIU. Pantalon, EMPORIO ARMANI. Ras-de-cou « Horsebit », GUCCI. Escarpins, VERSACE.

TOM SCHIRMACHER

Lunettes de soleil
« Ivresse », MIU MIU.

Body, **INTIMISSIMI**.
Maxi-jupon, boucles d'oreilles « Square Small » et manchette « Bumper », **ALAÏA**.
Ceinture « Stacking Swing Lock », **LOUIS VUITTON**.
Collant, **WOLFORD**.
Escarpins, **VERSACE**.
Luna Bijl est représentée par l'agence Women.
ASSISTANTE STYLISME Poppy Read.
MAQUILLAGE Dior par Tatsu Yamanaka.
COIFFURE Javier Palacio.



TOM SCHIRMACHER

DE MA PART

NUTRITION

LE GOÛT ET LES COULEURS



Composer son assiette comme une palette de peintre pourrait être la voie la plus simple vers une alimentation saine et diversifiée. Explications.

PAR **MARGAUX VANWETSWINKEL**

CHAQUE DIMANCHE, LE RITUEL EST IDENTIQUE. Sur une jolie nappe en coton brodé, la maîtresse de maison arrange de nombreux plats avec soin. Une baguette noire au charbon côtoie un houmous maison d'aneth-betterave fuchsia, tandis que des pancakes parsemés de citron confit se font une place près d'une confiture (très) épicée d'orange et de potimarron. Chez Lucie et Philémon, à la tête d'une agence de publicité parisienne, les brunchs sont sacrés. Et le dimanche est sans doute le seul jour de la semaine où leurs deux enfants acceptent de goûter à tout ce qui se trouve à table sans rechigner. Et ce, grâce à la multitude de couleurs qui s'invitent dans leurs assiettes et donnent un aspect ultra-festif à leur repas.

SANTĒ MULTICOLORE

« La couleur joue un rôle important dans notre perception et notre envie de manger, rapporte Ēve Cardi, photographe, styliste culinaire et cuisinière, autrice de "Color food : 50 recettes pour pigmenter le quotidien" (éd. Flammarion). Ā partir du moment où l'on regarde un mets avant de manger et qu'il nous semble beau, l'appétit s'éveille aussitôt. »

C'est en jouant sur les couleurs que Lucie et Philémon ont réussi à convaincre leurs enfants de manger davantage de légumes : des épinards glissés dans une pâte à crêpe pour des galettes d'un vert éclatant ou du chou rouge métamorphosé en tartinade, et le tour est joué, séduisant l'œil avant le palais de leurs petits. Au-delà d'être une technique rusée de manipulation sensorielle, cette approche de l'alimentation via les couleurs occupe un rôle important en nutrition. On appelle cela « manger arc-en-ciel ». L'idée ? « Varier les couleurs dans son assiette, et donc diversifier les apports en micronutriments pour une bonne santé, un bon métabolisme et un bon fonctionnement hormonal et cérébral », explique la biologiste et nutritionniste Eva Vacheau, autrice de « Révolution perte de poids » et de « Pulsions sucrées » (éd. Le Courrier du Livre). La couleur des aliments reflète souvent la présence de certains composés spécifiques (antioxydants, vitamines, minéraux...) qui vont agir à différents niveaux dans l'organisme. Se laisser guider par la colorimétrie de ●●●

●●● ce que nous ingérons devient alors un levier concret et accessible pour mieux s'alimenter au quotidien. « C'est une recommandation que je fais très régulièrement, parce qu'elle est à la fois simple, visuelle et scientifiquement pertinente », signale l'experte. Mais alors, par quoi commencer ?

Au moment de composer son assiette, on peut se demander : Est-ce qu'il y a au moins trois couleurs différentes ? Parfois, il suffit d'ajouter une portion de légumes grillés ou une salade en accompagnement, ou bien de saupoudrer son plat d'herbes fraîches (persil, basilic, coriandre). On peut également tenter le challenge d'intégrer une nouvelle couleur par repas, et échapper ainsi à l'éternel trio courgette-carotte-haricot vert pour surprendre mirettes et papilles. « Cette diversité agit en profondeur sur la santé, notamment sur l'inflammation, les hormones, les neurones, le système immunitaire et la protection cellulaire », ajoute l'experte. Et notre humeur s'en trouve aussi impactée !

LA COULEUR DES SENTIMENTS

Le cerveau est un organe très gourmand. Pour fonctionner à plein régime, il a besoin d'un apport constant en vitamines, minéraux et antioxydants divers et variés. Quand ces nutriments viennent à manquer, cela se répercute directement sur l'humeur. Une alimentation bigarrée permet de soutenir le système nerveux, améliorant l'énergie, la concentration ainsi que la stabilité émotionnelle.

En cas de stress, par exemple, on ajoute du vert dans son assiette : « Les légumes vert foncé (comme les épinards) sont particulièrement riches en magnésium, un minéral essentiel dans la régulation de l'humeur et de l'anxiété », explique Eva Vacheau. Un petit coup de mou ? On opte pour des légumes orangés (carotte, patate douce…), riches en caroténoïdes et vitamines qui participent à la production d'énergie. Pour protéger ses neurones, soutenir la plasticité cérébrale et améliorer sa mémoire, direction les aliments rouges et violets (myrtilles, framboises…), qui sont riches en polyphénols, tandis que le curcuma et son jaune poussin, invité sous forme de lait d'or, jouera indirectement sur l'équilibre émotionnel grâce à ses propriétés anti-inflammatoires.

Si en nutrition la couleur ne se suffit pas à elle seule et doit s'inscrire dans une démarche globale, elle offre néanmoins un repère simple et concret pour guider ses choix alimentaires jour après jour.

50 NUANCES DE CRÉATIVITÉ

Pour Ève Cardi, inviter un nuancier riche en cuisine, c'est avant tout une manière de réenchanter le quotidien. En ces temps bousculés et incertains, se retrouver autour d'une table est un refuge, et une assiette aussi belle que savoureuse vient mettre un peu de magie et de baume au cœur. Dans son ouvrage, la styliste culinaire propose des recettes originales, pour la plupart monochromes, qui sollicitent les sens dans leur globalité. Ici, la couleur, plus qu'une grille de lecture des propriétés nutritionnelles, devient un terrain de jeu et une ligne directrice culinaire… Utile pour ceux qui manquent de confiance aux fourneaux : « Les ingrédients de

LA JOURNÉE COLORÉE D'EVA VACHEAU



LE MATIN

1. On opte pour des glucides complexes à l'IG modéré (flocons d'avoine ou de sarrasin, pain complet au levain ou au seigle).
2. On choisit sa base protéinée (œufs, fromage de chèvre, comté, yaourt riche en protéines ou une alternative végétale).
3. On y ajoute de la couleur avec des fruits rouges (myrtilles, fraises, framboises) qui sont riches en antioxydants.
4. On peut compléter avec quelques graines (chia, lin, courge).



LE MIDI

1. On compose avec une base de protéines (poulet, tofu).
2. On l'accompagne de féculents (quinoa, patate douce…).
3. On y ajoute sa touche de couleurs grâce à plusieurs légumes différents (brocolis, carottes, poivrons…).



LE SOIR

1. On privilégie des protéines plus légères et riches en bons acides gras (saumon sauvage ou crevettes, avec cette touche rosée dans l'assiette).
2. On les associe à des légumes verts et à des légumes plus foncés comme de l'aubergine ou du chou rouge, avec un filet de bons lipides comme de l'huile d'olive.

EVA VACHEAU ; LEVI BROWN/TRUNK ARCHIVE/PHOTO SENSO.

même couleur s'harmonisent aussi en goût. C'est-à-dire qu'on ne se trompe pas en associant des aliments de la même palette : une carotte, un potimarron et une orange, par exemple. » Pour se lancer, on commence par aller se balader sur le marché et, plutôt que de choisir ses ingrédients en fonction d'une recette préétablie ou de ses petites habitudes, on ouvre les yeux à la couleur. Tiens, le jaune vif de cette courgette attire mon attention ! Le blanc de ce chou-fleur m'interpelle ! Et de là, on compose. « Il y a une notion d'émotion qui va stimuler le cuisinier ou la cuisinière », explique-t-elle. Le rapport à l'alimentation devient alors moins utilitaire et plus créatif. ●

LISTE DES INDISPENSABLES COLORĒS FACILES Ā CUISINER

LĒGUMES surgelés (aubergines, brocolis, carottes, épinards) à décongeler en deux temps trois mouvements pour ajouter une touche bigarrée à ses plats.
HERBES FRAĪCHES surgelées à saupoudrer sur ses préparations.
FRUITS ROUGES surgelés (myrtilles, framboises, fraises ou mûres) à intégrer dans son petit déjeuner et goûter.
GRAINES de chia, de lin ou de courge que l'on peut utiliser pour ponctuer certains plats.
ĒPICES ET SUPERFOOD (paprika, curcuma, spiruline…) à ajouter ci et là.



LES COULEURS OUBLIĒES

Peu présents dans nos assiettes, le noir et le blanc ont pourtant, eux aussi, de nombreuses propriétés. Le sésame noir et l'ail noir, par exemple, sont des concentrés puissants d'antioxydants. L'ail, l'oignon ou encore le chou-fleur sont riches en composés soufrés, avec des effets intéressants sur la détoxification, l'immunité et la réduction de l'inflammation, signale Eva Vacheau. Côté protéines, le tofu, les viandes blanches, comme le poulet, le blanc d'œuf et les produits laitiers (yaourt, certains fromages), riches en calcium, sont essentiels pour la santé osseuse, mais aussi pour la contraction musculaire et le bon fonctionnement nerveux.

L'OBJET DU DÉSIR

LE SAC THERMIQUE

Ce nouveau mode de cuisson pourrait devenir notre allié pour cuisiner mieux et moins cher. Décryptage.

PAR **DELPHINE GAUTHERIN**



FEU DOUX

Vous pensiez que bien cuisiner signifiait surveiller ses plats comme le lait sur le feu ? La cuisson lente et passive de ce sac thermique propose exactement l'inverse. « Pour un riz complet, des lentilles, un curry ou une soupe, il suffit de porter les ingrédients quelques minutes à ébullition, puis de placer votre récipient fermé dans le sac thermique pour que la cuisson se poursuive toute seule et maintienne ainsi le plat chaud pendant des heures, et tout ça sans flamme », explique Johanna Piaton, fondatrice de Jack Meal, le sac joufflu et futé. Une méthode douce qui respecte les textures et les saveurs tout en préservant, grâce à une chaleur moins agressive, les nutriments. Les légumineuses deviennent fondantes, les céréales, moelleuses et les épices, bien infusées. Et le vrai luxe, s'enthousiasme-t-elle, « c'est le temps libéré ». On lance, on ferme et on laisse agir !

PEU ÉNERGIVORE

La cuisson dans le sac repose sur l'inertie thermique : on conserve la chaleur produite au lieu d'en générer davantage. Résultat, la plaque électrique reste allumée bien moins longtemps. « Un riz complet, qui demande 40 minutes sur le feu, n'en requiert plus que 10. Pour un plat mijoté, la consommation peut chuter de 40 à 70 % », assure Johanna Piaton. Moins de gaz, moins d'électricité, c'est une facture allégée. Autre atout, le « one pot » : céréales, légumes, protéines végétales et aromates cuisent ensemble, s'imprègnent, se lient avec goût. Seule concession : le croustillant. Pas de gâteau au chocolat, de pain ni de croûte dorée possible. Mais pour les soupes, les currys ou les dahls, ou même garder un biberon au chaud, le résultat est bluffant.

ATOUT DESIGN

Souple, lavable et élégant, le sac est fabriqué à partir de plastiques et de tissus français recyclés. Et, l'été, en y glissant quelques pains de glace il se transforme en glacière. Deux usages pour un objet au design sophistiqué.

RECETTE "ONE POT"

Pour un savoureux chili con carne. Faites revenir dans une cocotte 500 g de viande hachée dans 1 cuillerée d'huile, jusqu'à ce que la viande soit bien dorée. Ajoutez 2 oignons émincés et 3 gousses d'ail hachées. Incorporez 2 piments rouges coupés finement, 2 cuillerées à café de cumin, autant d'origan, un peu de sel et 1,5 litre de bouillon. Portez à ébullition, couvrez et laissez frémir 15 mn à feu doux. Placez la cocotte avec son couvercle dans le sac thermique. Fermez et laissez cuire 1 heure hors du feu. La viande s'attendrit naturellement, la sauce se concentre et les piments diffusent leurs arômes intenses. Servez sur des haricots rouges et du riz blanc, avec de la coriandre fraîche, un filet de citron vert et un peu de fromage râpé. ●

Sac thermique, 4 tailles, à partir de 59 €. jackmeal.com

JACKMEAL

HORS-SÉRIE "ELLE GREEN"



POURQUOI NOS ADOS S'ALIMENTENT-ILS SI MAL ? COMMENT RÉDUIRE SA POLLUTION NUMÉRIQUE ? ET COMMENT REPÉRER LES PIÈGES DU GREENWASHING ? AUTANT D'ENJEUX AUXQUELS RÉPOND CE NOUVEAU HORS-SÉRIE « ELLE GREEN ». 100 PAGES DE GUIDES PRATIQUES, DE REPORTAGES, DE QUIZ ET DE CONSEILS POUR UN NUMÉRO TOURNÉ VERS L'AVENIR DE L'ÉCOLOGIE, ET CELLES QUI LE DÉFENDENT ! EN KIOSQUE.

ABONNEZ-VOUS



×



L'ODAÏTÈS®
— APOTHICAIRE DES SENS —

ELLE
1 AN
(52 NUMÉROS)

+

LA CRÈME *corps*
FINE FLEUR

79€
SEULEMENT



LA CRÈME CORPS - FINE FLEUR : Cette crème corps sublime une synergie innovante entre la datte et le moringa. Sa texture précieuse, fine et fondante à l'effet « cachemire » enveloppe votre corps pour une absorption instantanée sans effet collant. Sa subtile signature olfactive à la fleur d'oranger vous emporte dans les jardins de Méditerranée. Plus qu'une simple crème, c'est un must de sensorialité pour hydrater, illuminer, raffermir et renforcer la barrière cutanée de la peau de votre corps. Un soin voluptueux qui transforme l'hydratation en un rituel sensoriel aussi raffiné qu'addictif.
INCI Beauty : 17,9/20 | Yuka : Excellent | Durée : 1,5 à 2 mois en usage quotidien | contenance : 180 ml | **www.lodaites.com**

PLUS SIMPLE ! PLUS RAPIDE ! POUR UN PAIEMENT SÉCURISÉ PAR CARTE BANCAIRE
ABONNEZ-VOUS sur www.lodaitesxelle.jemabonne.fr

Bulletin d'abonnement à renvoyer sous enveloppe **non affranchie** à ELLE : Libre réponse 15756 - 60647 Chantilly cedex

Oui, je m'abonne à ELLE et je choisis ma formule :

1 ☐  × 

1 AN - 52 Nos (150,80€)
L'ODAÏTÈS* **LA CRÈME CORPS** (56€)

79€ seulement au lieu de ~~206,80€~~*,
SOIT 127,80€ D'ÉCONOMIE.

2 ☐ 

LE MAGAZINE ELLE

1 AN - 52 numéros

69€ seulement au lieu de ~~150,80€~~*,
SOIT 81,80€ D'ÉCONOMIE.

Je joins mon règlement de **79€** et **69€** par chèque bancaire ou postal, à l'ordre de ELLE.

ou

JE RÈGLE PAR CARTE BANCAIRE EN ME CONNECTANT SUR
www.lodaitesxelle.jemabonne.fr

☐ Mme ☐ M. Prénom :

Nom :

N°/Voie :

Cplt adresse :

Code postal : Ville :

Je laisse mon adresse EMAIL pour recevoir toutes les informations liées à mon ABONNEMENT, à ma crème et pour CONSULTER MA VERSION NUMÉRIQUE

Email :

☐ Je souhaite être informé(e) des offres commerciales du groupe CMI France, éditeur du magazine ELLE.
☐ Je souhaite être informé(e) des offres commerciales des partenaires de ELLE.

N° Tél.

HFM LLRT6

NOUS CONTACTER

ELLE - Service Abonnement
45 avenue du Général Leclerc
60643 Chantilly cedex

01 75 33 70 35 - Lundi au vendredi de 8h30 à 19h - Samedi de 9h à 13h - Prix d'un appel local

elle@jemabonne.fr

*Prix de vente en kiosque. Elle est édité par CMI France (RCS PARIS 324 286 319-TVA FR 88 324 286 319). Offre valable 2 mois, réservée aux nouveaux abonnés de France Métropolitaine. Après enregistrement du règlement, réception du 1er numéro sous 4 semaines maximum et sous 4 à 6 semaines la crème par pli séparé. L'envoi de votre bulletin vaut prise de connaissance et acceptation des CGV, accessibles sur www.jemabonne.fr. Abonnement résiliable à tout moment (remboursement des numéros non reçus). En cas de litige, vous pouvez saisir le médiateur de la consommation (SAS Médiation Solutions, 222 chemin de la Bergerie 01800 Saint Jean de Niost ou contact@sasmediationsolution-conso.fr). Vous disposez d'un droit de rétractation de 14 jours après réception du 1er numéro (formulaire sur www.jemabonne.fr). Retour des numéros déjà reçus à vos frais. Ces données sont destinées à CMI France (RCS PARIS 324 286 319), responsable de traitement, et à ses prestataires techniques afin de gérer votre abonnement et, si vous y consentez à ses partenaires commerciaux, à des fins de prospection. Vous pouvez retirer votre consentement à tout moment. Pour exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, à la limitation et portabilité de vos données, et décider du sort de celles-ci après votre mort ou vous opposer à la prospection commerciale écrire à: CMI France - 92 avenue de France - 75013 Paris ou par email dpoelle@cmimedia.fr. Consultez notre Charte données personnelles (www.jemabonne.fr). Votre adresse postale pourra être transmise à des partenaires sauf opposition en cochant ici ☐

C'EST MON HISTOIRE

« MÈRE SOLO, ET ALORS ? »

Lola a toujours su qu'elle voulait être mère. Ses deux filles sont arrivées plus vite que prévu, mais elle a foncé. Les deux pères étaient défaillants ? Elle a fait sans eux. Et si c'était à refaire, elle recommencerait.

PROPOS RECUEILLIS PAR **SARAH BOULEAU**

JE METS MON RÉVEIL À 6 HEURES, et je sais que j'aurai un temps pour moi, avant que mes deux tornades se réveillent… Tania se lève d'elle-même, j'entends ses petits pas traverser le couloir en courant, et elle se jette dans mes bras comme si on ne s'était pas vues depuis dix ans ! Vahina met toujours un peu plus de temps à émerger, mais sa grande sœur sait la réveiller en douceur. J'ai la chance d'avoir une aînée hyper responsable du haut de ses 6 ans, et elle est toujours très volontaire pour m'aider. Ça m'a inquiétée au départ, mais le pédiatre m'a rassurée : les enfants qui grandissent auprès d'un seul parent sont souvent plus autonomes. N'empêche que je fais très attention à ne pas la surcharger. D'autant que sa petite sœur, elle, est un boulet de canon qui ne se préoccupe absolument pas de la place qu'elle prend ! La grande s'habille toute seule, je me concentre sur la petite, et à 7 h 30 pétantes on est parties. La crèche que j'ai choisie est un peu loin, mais j'ai tout de suite aimé leur façon de faire du sur-mesure avec chaque enfant. J'y dépose la petite, j'emmène la plus grande à l'école, et je file rejoindre ma boulangerie – je dis « ma » parce que j'y suis très attachée, depuis le temps, mais je n'y suis que vendeuse. À mi-temps. Ce qui me permet d'aller chercher les filles tranquillement, et même de faire un petit tour au parc quand la météo le permet. Une fois sur deux, là-bas, on me prend pour la baby-sitter, à force, ça me fait rire. Je sais que je n'ai pas l'air d'une maman, mais je m'en moque : moi, je me sens maman de la racine de mes cheveux à la pointe de mes orteils.

FAIRE TOUT L'INVERSE DE MA MÈRE

J'ai toujours voulu être mère. Dans mon journal intime, petite, je choisissais le prénom de chacun de mes enfants, et je listais tout ce qu'on pourrait faire ensemble… C'est-à-dire tout ce que je ne

vivais pas avec ma mère. Le job n'était définitivement pas pour elle. Cuisiner, ce n'était pas son truc, donc avec mes sœurs, on se débrouillait avec ce qu'on avait dans le frigo. Se lever le matin, elle n'aimait pas non plus, on faisait très attention à bien régler nos réveils et à ne faire aucun bruit. Si l'une de nous avait le malheur de la réveiller, elle entrait dans une de ces rages qui pouvaient faire trembler les murs de la maison. Ma mère ne nous a jamais frappées, mais on le voyait dans ses yeux, ce n'était pas l'envie qui lui manquait. « Vous m'empêchez de vivre, vous m'empêchez de respirer » : ça, on l'entendait à longueur de journée. Mon père, lui, était commercial et tout le temps sur les routes. Quand il rentrait, il ne voulait pas de problèmes, donc on l'imitait : on faisait semblant de croire que tout était normal. Je pense que c'est à mon entrée en sixième que ma mère a commencé à boire. Le fait que ses filles deviennent adolescentes ne lui plaisait pas du tout : « Cache ton ventre, il déborde », « Les seins, ça te va pas »...

Elle scrutait notre corps en permanence et le critiquait tout le temps. Je pense qu'elle était jalouse de nous et de sa jeunesse disparue. Mon refuge, c'était l'école. Pas pour les cours, j'étais ailleurs, et jamais concentrée. Donc j'agaçais les profs, et j'avais de sales notes. La seule chose qui m'intéressait, c'étaient les garçons. Et Loïc était le plus beau. Le plus rebelle aussi. Immédiatement, il m'a plu. J'étais si naïve, à l'époque... Et totalement sous sa coupe. Il veut qu'on fasse l'amour ? O.K., même si je ne me sens pas tout à fait prête. Il ne veut pas mettre de préservatif ? Je n'insiste pas. J'ai beaucoup trop peur de le fâcher. Résultat : patatras, j'ai 17 ans et je suis enceinte. Loïc n'a même pas le temps d'en penser quoi que ce soit...

Loïc était le plus beau. Le plus rebelle aussi. Immédiatement, il m'a plu. J'étais si naïve, à l'époque...

MA FILLE ÉTAIT UNE ÉVIDENCE

Il se fait coincer pour une histoire de deal et il est incarcéré. Je vais le voir au parloir pour lui annoncer la nouvelle. Voilà ce qu'il me répond : « C'est ton ventre ? C'est ton problème, pas le mien. » Le coup est rude, mais, étrangement, je me sens libérée. À cette époque-là, mes sœurs ont quitté la maison. Je les appelle et leur donne rendez-vous dans un café du centre-ville. Le fait de les voir si sûres d'elles quand elles me disent « Avorte » me fait douter. Je rentre chez moi, je croise ma mère et je m'effondre. Contre toute attente, elle est la seule personne à me dire de garder mon bébé : « On va s'en occuper toutes les deux, tu verras ! On s'est ratées quand tu étais petite fille, donne-moi l'occasion de me rattraper... » Pour me convaincre, il n'y avait pas mieux. Neuf mois plus tard, Tania naissait. À l'instant où on l'a posée contre ma peau, j'ai su que j'avais pris la bonne décision.

De retour chez nous, ma mère a commencé à me montrer les gestes essentiels : le bain, les couches, les biberons... En fait, assez vite, je n'ai plus eu besoin de ses conseils. C'est fou, mais j'avais le sentiment de l'avoir toujours fait. Ma fille était une évidence pour moi, et chaque minute passée avec elle, une merveille. C'est sans doute ce que ma mère n'a pas supporté : peut-être que ma facilité à materner lui rappelait qu'elle n'avait jamais su le faire. En tout cas, Tania a 6 mois quand elle rentre soûle d'une soirée, à 4 heures du matin. Elle se met à danser dans le salon, musique à fond. Je sors de ma chambre, et, au radar, je vais éteindre la musique. Que n'avais-je pas fait ! La revoilà, la mère de mon enfance, hors de ses gonds, hurlant, menaçant ma fille et moi des pires sévices... Je n'ai pas attendu qu'il y ait une deuxième fois : j'ai pris mon bébé sous le bras et on est parties chez mon père.

UNE VIE À TROIS EXTRA

Avec lui, tout est plus calme. Il s'est remarié, il vit sa vie, et moi la mienne. Je n'ai pas repris l'école, je n'en ai aucune envie. En revanche, j'ai vite trouvé un travail à la boulangerie du quartier. Déjà, je suis une gourmande... et j'adore aussi le contact avec les clients. Avec l'un d'entre eux, surtout. Antoine, super beau, posé dans sa vie de prof, quinze ans de plus que moi : il est le cadre qu'il me faut. Du moins, c'est ce que je crois... On emménage ensemble et, là, rebelote : je tombe enceinte. Je savais qu'on avait ripé, mais j'avais pris la pilule du lendemain, je me pensais protégée. Antoine accueille ma grossesse avec joie au départ.

Puis il recommence à boire – signe du destin, je me retrouve de nouveau à vivre sous le même toit qu'une personne alcoolique. Je craignais pour la suite, et j'ai eu raison. Le père de ma deuxième fille était aimant, contrairement au premier, mais parfaitement incapable. Je le trouvais beaucoup trop souvent soûl pour lui laisser les petites. Bizarrement, quand, au bout d'un an, je lui ai dit que je partais avec elles m'installer ailleurs, il n'a pas franchement insisté pour qu'on reste. C'était l'année dernière. Depuis, je vis seule avec mes deux louloutes et je crois qu'on ne se débrouille pas trop mal. Ça n'est pas moi qui le dit, c'est l'assistante sociale. Elle m'a aidée à trouver un logement, elle m'a permis de débloquer les aides dont j'avais besoin. Grâce à elle, j'ai même trouvé une nounou qui me dépanne de temps en temps. Lors de notre dernier rendez-vous, elle m'a dit : « Lola, vous êtes une très, très bonne maman. » À moi, qui ai toujours entendu dire que j'étais une incapable... c'était le plus beau compliment de ma vie. Je viens de me le faire tatouer sur l'avant-bras. ●

VOUS AVEZ ENVIE DE RACONTER VOTRE HISTOIRE ?
NOS JOURNALISTES PEUVENT RECUEILLIR VOTRE TÉMOIGNAGE. ÉCRIVEZ-NOUS À CMH@CMIMEDIA.FR



LES OBJETS DE...

MATHILDE CABANAS

Elle a fait de son « bisou » l'emblème de sa marque éponyme. La créatrice multiplie les collaborations et nous dévoile son monde pop.

PAR **SOLINE DELOS**



1



2



4



3



6



5



7

Si vous étiez un objet ?
« Un vase afin d'accueillir des fleurs. Il n'y a rien de plus beau pour égayer une pièce. » (1)

Le dernier cadeau qu'on vous ait offert ?
« Un cadre aimanté où glisser les dessins des enfants. » (2)

Collectionnez-vous quelque chose ?
« La vaisselle en céramique, souvent rapportée de voyages. Mon dernier coup de cœur : un huilier au motif coquelicots trouvé à Majorque. » (3)

L'invention que vous adorez ?
« L'aspirateur robot : un gain de temps incroyable. J'ai découvert la marque Roomba. »

L'objet qui vous résiste ?
« Le fer à repasser ! J'étends mon linge dans mon jardin, sur une corde. J'adore l'odeur des draps séchés à l'air libre. Comme j'habite Nantes, dans une maison, ça s'y prête. »

Celui que vous offrez à tout le monde ?
« Un parapluie fleurs de ma marque, ça dure plus longtemps qu'un bouquet ! » (4)

Maniaque du rangement ou bordélique assumée ?
« Avec quatre enfants et une petite maison, on est obligé d'être maniaque ! »

L'objet le plus honteux ?
« Le face tape, des patchs liftants que j'applique la nuit – comme sur ce drôle de ballon. J'ai l'air un peu ridicule, mais au réveil j'ai vraiment bonne mine. » (5)

Le plus vieux que vous possédiez ?
« Une montre Longines années 1960 offerte par mon mari. »

Le plus précieux ?
« Le collier en diamants de ma grand-mère. » (6)

Votre objet fétiche ?
« Mon vélo électrique longtail Riese & Müller bleu. J'y embarque mes trois derniers enfants, pendant que ma grande de 12 ans pédale sur son propre vélo. » (7)

Votre prochain achat ?
« Les assiettes "Chunky" de Gustaf Westman tout en couleurs. J'aime leur côté pop et un peu guimauve. » ●

NORAUTO X MATHILDE CABANAS, à partir du 6 mai. norauto.fr

ARNO CAUCHOIS ; PRESSE ; ISTOCK.

NEUF... NOUVEAU... NOUVELLES

LISE CHARMEL
Élégante

La collection signature Ajourage Couture incarne le chic et le savoir-faire de la maison Lise Charmel. Les touches graphiques dévoilent subtilement la peau et les formes du corps. De quoi se créer une allure épurée, intemporelle et ultra-contemporaine.

lisecharmel.com





SCHWEPPES
Inédite

Schweppes innove avec une nouvelle boisson raffinée, qui révèle le goût acide et délicat du pamplemousse rose. L'équilibre parfait entre douceur et fraîcheur pour une explosion de saveurs en bouche. Une recette intense et originale, faible en calories.

TRIP
Moderne

Depuis 2019, Trip élabore des boissons apaisantes à partir de plantes et d'ingrédients adaptogènes pour aider à se détendre et à trouver son équilibre. Les recettes signature contiennent du magnésium, du lion's mane (champignon) et des infusions de plantes (mélisse, camomille). Le nouveau soda Cherry Lemon comporte une touche de cerises, du citron acidulé et des notes de fraise et de myrtille. Sans sucre ajouté.

drink-trip.com





NATHALIE BLANC
Stylée

Nathalie Blanc Paris lance les lunettes solaires « Claudine », un modèle iconique dans un esprit sixties. Inspirée par une esthétique géométrique, Nathalie Blanc crée une allure chic et élégante, fidèle à l'ADN de la maison parisienne. Le travail de l'acétate et la précision des lignes révèlent un équilibre subtil. Moderne et intemporel.

nathalieblancparis.com

LA ROSÉE
Protégée

La Rosée élargit sa gamme avec un fluide solaire invisible SPF 50+ et son stick solaire réinventé. Leur atout ? Une très haute protection : UVB + UVA, lumière bleue, infrarouge. Le tout avec une texture ultra-légère, un fini invisible et un parfum ensoleillé coco-vanille. Formulés avec des filtres dernière génération et une base naturelle à l'huile d'abricot bio upcyclée, ces deux produits allient soin de la peau, efficacité et respect des océans.

larosee-cosmetiques.com





-50 % DE RÉDUCTION

EN VOUS ABONNANT AUJOURD'HUI

PAR COURRIER OU PAR INTERNET
SUR WWW.ELLE.JEMABONNE.FR
(France métropolitaine uniquement)

ABONNEZ-VOUS!

À COMPLÉTER ET À RENVOYER SOUS ENVELOPPE À AFFRANCHIR À :
ELLE LIBRE RÉPONSE 15756 - 60 647 CHANTILLY CEDEX

OUI, je m'abonne à **ELLE** pour :

- **France**
- ☐ 1 an (52 nos) : **69 €** au lieu de 150,80 €*
- ☐ 6 mois (26 nos) : **39 €** au lieu de 75,40 €*
- **Autres pays** (hors Suisse, Belgique, USA, Canada voir ci dessous)**

Nous consulter au **(0033) 1 75 33 70 35**

MODE DE RÉGLEMENT CHOISI :

Chèque bancaire ou postal à l'ordre de ELLE

JE SOUHAITE PAYER PAR CARTE BANCAIRE, JE ME CONNECTE SUR
www.elle.jemabonne.fr

☐ Mme ☐ Mlle ☐ Mr Nom : Prénom :

N°/Voie :

Cplt adresse :

Code postal : Ville :

Je laisse mon adresse email pour recevoir toutes les informations liées à mon abonnement

Email :

N° Tél. LLLN6

RELATION ABONNÉS

Gérez vos abonnements, abonnez-vous ou posez vos questions
Par E-mail : elle@jemabonne.fr
Par Internet : www.jemabonne.fr
Par téléphone : France 01 75 33 70 35. Etranger (0033) 1 75 33 70 35.
Par courrier : Par courrier : ELLE - 45, avenue du Général Leclerc - 60643 Chantilly cedex
ABONNÉS : activez dès maintenant votre compte sur activation.elle.fr pour profiter en intégralité des contenus exclusifs ELLE.fr

**** TARIFS ABONNEMENTS BELGIQUE, SUISSE, CANADA et USA**

• **BELGIQUE :** 52 nos : 109 €; 26 nos : 56 €. Bulletin d'abonnement et règlement à envoyer à : **ELLE-Partner Press,** 451, route de Lennik, 1070 Bruxelles. **Tél. :** (02) 556 41 40. **e-mail :** partnerpress@ partnerpress.be Par virement bancaire compte n o : BE93 2100 9808 7967.

• **SUISSE :** 52 nos : 183 CHF ; 26 nos : 91 CHF. Bulletin d'abonnement et règlement à envoyer à : **Dynapresse,** 38, avenue Vibert, CH, 1227 Carouge. **Tél. :** 022 308 08 08. **Fax :** 022 308 08 59. **Internet :** www.dynapresse.ch e-mail : abonnements@ dynapresse.ch

• **CANADA :** par avion 52 nos : $Can 339 26 nos : $Can 169 TPS et TVQ non incluses. Bulletin d'abonnement et règlement à envoyer à : **Express MAG/ELLE,** 3339, rue Griffith, SaintLaurent, Québec H4T 1W5. **Tél. :** (514) 355-3333. **Fax :** (514) 355-3332.

• **U.S.A. :** par avion, 52 nos : $ 315 ; 26 nos : $ 169. Bulletin d'abonnement et règlement à envoyer à : **Express Mag PO BOX,** 2769, Plattsburgh NY 12901-9805. **Tél. :** 1(800) 363-1310 ou (514) 355-3333. **Fax :** (514) 355-3332.

* Prix de vente en kiosque. ELLE est édité par CMI France (RCS Paris B324 286 319-TVA FR 88 324 286 319). Offre valable 2 mois, réservée aux nouveaux abonnés de France métropolitaine. Après enregistrement du règlement, réception du 1er numéro sous 4 semaines maximum. L'envoi de votre bulletin vaut acceptation des CGV, accessibles sur www.jemabonne.fr. Abonnement résiliable à tout moment (remboursement des numéros non reçus). En cas de litige, vous pouvez saisir le médiateur de la consommation (SAS Médiation Solutions, 222 chemin de la Bergerie – 01800 – Saint Jean de Niost ou contact@sasmediationsolution-conso.fr). Vous disposez d'un droit de rétractation de 14 jours après réception du 1er numéro (formulaire sur www.jemabonne.fr). Retour des numéros déjà reçus à vos frais. Ces données sont destinées à CMI France (RCS Paris B324 286 319), responsable de traitement, et à ses prestataires techniques afin de gérer votre abonnement et, si vous y consentez, à ses partenaires commerciaux à des fins de prospection. Vous pouvez retirer votre consentement à tout moment. Pour exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, à la limitation et portabilité de vos données, et décider du sort de celles-ci après votre mort ou vous opposer à la prospection commerciale écrire à: CMI France – 92, avenue de France 75013 Paris ou par email dpoelle@cmimedia.fr. Consultez notre Charte données personnelles (www.jemabonne.fr). Votre adresse postale pourra être transmise à des partenaires sauf opposition en cochant ici ☐

ELLE

FONDATRICE HÉLÈNE GORDON-LAZAREFF
PRÉSIDENTE-DIRECTRICE DE LA PUBLICATION VALÉRIE SALOMON

DIRECTRICE DE ELLE VÉRONIQUE PHILIPPONNAT
DIRECTEUR DE LA CRÉATION TOM MEREDITH

RÉDACTION EN CHEF AVA DJAMSHIDI (MAGAZINE), BRUNE DE MARGERIE (MODE), ÉLISABETH MARTORELL (BEAUTÉ), JULIE DESSAGNE (DIGITAL) **SECRÉTAIRE GÉNÉRAL DE LA RÉDACTION** JEAN-CHARLES GANDIA
RÉDACTION EN CHEF ADJOINTE MARGUERITE BAUX, ÉDOUARD DUTOUR (MAGAZINE), ALICE ELIA (BEAUTÉ), CONSTANCE DOVERGNE (LIFESTYLE), MANOU FARINE (ÉDITING), ÉLODIE PETIT (DIGITAL), VÉRONIQUE VATINOS (CÉLÉBRITÉS) **CHEF DE SERVICE ACTUALITÉ (ELLE INFO)** NATHALIE DUPUIS **ÉDITORIALISTES** ALIX GIROD DE L'AIN, OLIVIA DE LAMBERTERIE, MARION RUGGIERI, DOROTHÉE WERNER **ASSISTANTES DE LA RÉDACTION** SÉGOLÈNE DELLOYE (14 29) (DIRECTION), NATHALIE GROUARD (14 30) (BEAUTÉ)
DIRECTION ARTISTIQUE CAROLINE IGNAZI (DIRECTRICE ARTISTIQUE), FABIENNE CORON (DIRECTRICE ARTISTIQUE ADJOINTE) **CASTING ET IMAGE** ÉMILIE LE GOFF **MAGAZINE**, ALICE AUGUSTIN, FRANÇOISE DELBECQ, OLIVIA DE LAMBERTERIE, CÉCILE OLLIVIER, CATHERINE ROBIN, MARION RUGGIERI, DOROTHÉE WERNER (GRANDES REPORTERS), ILARIA CASATI, FLORENCE TRÉDEZ, PATRICK WILLIAMS.
GUIDE CULTUREL MARGUERITE BAUX, AVEC LA COLLABORATION D'ANNA NOBILI, SOPHIE ROSEMONT
LIVRES OLIVIA DE LAMBERTERIE (CHEFFE DE SERVICE), AVEC LA COLLABORATION DE SANDRINE MARIETTE ET CLÉMENTINE GOLDSZAL (GRAND PRIX DES LECTRICES)
MODE ANNE-MARIE BROUILLET (18 41), HORTENSE MANGA (18 39), AVEC LA COLLABORATION DE CHLOÉ DUGAST
ACCESSOIRES ÉLISABETH AKESSOUL (18 49) (+ MARKET EDITOR) **STYLE** ÈVE MAENO (+ MARKET EDITOR)
BEAUTÉ AVEC LA COLLABORATION DE LAURIANE SEIGNIER
ART DE VIE JULIA DION (CHEFFE DE SERVICE), SOLINE DELOS, SANDRINE FURET, DELPHINE GAUTHERIN, AVEC LA COLLABORATION D'HÉLÈNE CLAUDEL, GIULIA FOÏS, JULIE PUJOLS-BENOIT
RÉDACTRICES/EURS GRAPHISTES PIERRE BORNET, VALÉRIE FRAIGNEAU, CORALIE GALLIBOUR, JULIE LASSALLE, MARIE MARAMZINE, CÉCILE MAYOT, CAROLE SCHINDOWSKI, ÉMILIE HUSSENOT (ELLE À PARIS)
ÉDITING CAROLINE SIX, AVEC LA COLLABORATION DE STÉPHANIE COCHET **SECRÉTARIAT DE RÉDACTION** KARINE LACOIN (SGR ADJOINTE), NICOLAS NEYMAN (1re SR), JULIE TOURON (1re SR). SYLVIE ARNOUX, ANNE FAUVEL, SANDRINE MARIETTE, CATHERINE PAGÈS, MARGOTTE UHALDE, MURIEL SAFAR-JAOUI (RÉVISION), AVEC LA COLLABORATION DE DOMINIQUE BRIÈRE, CATHERINE GARNIER **RÉDACTION EN CHEF TECHNIQUE** PHILIPPE GAUTRAND (14 46), LOUIS HINI (ADJOINT) **PRODUCTION** ODILE BERNARD (MODE-BEAUTÉ), STÉPHANIE CAMBOUR (MAGAZINE, MODE), MALIKA MALA (14 41) (LIFESTYLE, STYLES MODE ET BEAUTÉ), TIFFANY MALONE (14 43) (VOYAGES, COIFFURE, MAQUILLAGE) **PHOTO** MARIE-ODILE PERULLI (CHEFFE DE SERVICE) (14 48) **RÉDACTRICES** LÉA CAUQUIL (14 50), BÉATRICE LABBÉ (14 49) **PHOTOTHÈQUE** BÉATRICE D'OLEON (17 25) (CHEFFE DE SERVICE), ÉRIC VIEIRA DE SOUZA, CLAIRE FAURE **DIVERSIFICATION ÉVÈNEMENTS** FLORENCE BESSON (RÉDACTRICE EN CHEF), ANNA FONTERS **ÉDITIONS RÉGIONALES** ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE **HOROSCOPE** JEAN-YVES ESPIÉ **DIRECTEUR DIGITAL CMI** KEVIN SINGER

POUR JOINDRE VOTRE CORRESPONDANT, TAPEZ **01 87 15** PUIS LES 4 CHIFFRES FIGURANT À LA SUITE DE CHAQUE SERVICE.
PAR MAIL : **INITIALE DU PRÉNOM + NOM@CMIMEDIA.FR** • LA REPRODUCTION, MÊME PARTIELLE, DES ARTICLES ET ILLUSTRATIONS PARUS DANS « ELLE » EST INTERDITE. « ELLE » DÉCLINE TOUTE RESPONSABILITÉ POUR LES DOCUMENTS REMIS. LES MANUSCRITS NON INSÉRÉS NE SONT PAS RENDUS. • LES INDICATIONS DE MARQUES ET LES ADRESSES QUI FIGURENT DANS LES PAGES RÉDACTIONNELLES SONT DONNÉES À TITRE D'INFORMATION SANS BUT PUBLICITAIRE. LES PRIX PEUVENT ÊTRE SOUMIS À DE LÉGÈRES VARIATIONS.

CMI FRANCE EST UNE FILIALE DE INTERNATIONAL MEDIA INVEST A.S. ASSOCIÉ : INTERNATIONAL MEDIA INVEST A.S.

ELLE est édité par CMI FRANCE
Siège social : 92, avenue de France,
75013 Paris. Associé : International Media Invest A.S.
Dépôt légal : avril 2026. © 2020 CMI France
Commission Paritaire 0226 C 79216. ISSN 0013-6298.

ELLE® est utilisée sous licence du propriétaire de la marque, Hachette Filipacchi Presse. ELLE France (ISSN 0750-3628) is published weekly, 52 times per year, by CMI France, c/o Express Mag, 12 Nepco Way, Plattsburgh, N.Y. 12903. Periodicals Postage paid at Secaucus, NJ. NY. POSTMASTER : Send address changes to ELLE France c/o Express Mag, P.O. Box 2769, Plattsburgh, N.Y. 12901-0239.

Pré-presse : Compos-Juliot. Imprimé en France sur papier UPM/Printed in France on UPM paper. Hélio Print, 77440 Mary-sur-Marne, Maury Imprimeur, 45330 Malesherbes, Roto France Impression, 77185 Lognes.

DIFFUSION JULIE CHAHINIAN (DIRECTRICE DE LA VENTE AU NUMÉRO) (20 42), CÉCILE PRUCHON (CHEF DE PRODUIT) (20 45). **MARKETING DIRECT** KARINE CHEVALLET (19 86) (RESPONSABLE MARKETING CLIENT), NATHANAËLLE MOISAN, MAXIME BROCHET, ASSISTÉS D'ARLETTE KEBREAU
COMMUNICATION-RELATIONS PRESSE HÉLOÏSE LÉON (DIRECTRICE), JOSEFA CAPALDI (DIRECTRICE ADJOINTE), DELPHINE LAPEYRÈRE (19 16), DOMINIQUE MODAN. **PLUS PRODUITS** MURIEL DURIF, VALÉRIE CHADRON
FABRICATION ÈVE MALHEURTY, PIERRE AITA.
PUBLICITÉ CMI MEDIA 3-9, AVENUE ANDRÉ-MALRAUX, IMMEUBLE SEXTANT, 92300 LEVALLOIS-PERRET. TÉL. : 01 87 15 13 00. POUR LEUR ÉCRIRE : INITIALE DU PRÉNOM + NOM@CMIMEDIA.FR www.cmimedia.fr
VALÉRIE SALOMON (PRÉSIDENTE). CAMILLE BURNIER ZINK (DIRECTRICE DE LA RÉGIE).
PUBLICITÉ NATIONALE - DIRECTEUR DÉLÉGUÉ PATRICK ROBIN ASSISTÉ DE LAURENCE TREILLE. **MEDIA DIRECTOR** CHARLOTTE CAMUS (MODE, LUXE, BEAUTÉ), DELPHINE MINOR (FOOD, DÉCO, LIFESTYLE). **MEDIA MANAGERS** AUDREY JANVIER, AURORE GODON, CHARLOTTE GAVARD, VIRGINIE GUIOT, VALÉRIE LECLERE, SANDRINE GAILLARDIN. **MEDIA PARTNERS** PHILIPPINE FELICIANO, JEANNE LEFEBVRE, LAURA FOUQUET, AURORE HAMON, EMMA BEYT, CATHERINE BENOIT, ELISE ALEZRA, LOU-CHEYENNE MEHEUST, STÉPHANIE VAN TROEYEN. **MEDIA COORDINATORS** HELENA CALVAO (FOOD, DÉCO, LIFESTYLE), CENDRIE LAMBERT (MODE, LUXE, BEAUTÉ) **MEDIA DIRECTOR DIGITAL ET BRAND CONTENT** OLIVIA BOHBOT. **EVENEMENTS ET PARTENARIATS EDITORIAUX - DIRECTRICE DU DÉVELOPPEMENT** STÉPHANIE VIDEAU-APHATIE. **MEDIA MANAGER** ALICE GICQUEL. **DIRECTRICE DES EVÉNEMENTS** LUDIVINE CHAUSSEGROS.
PUBLICITE REGIONALE (AZERION RÉGIONS) 27 RUE DE MOGADOR, 75009 PARIS. LMOTZIG@AZERION.COM

TRADEMARK
ELLE® EST UTILISÉE SOUS LICENCE DU PROPRIÉTAIRE DE LA MARQUE, HACHETTE FILIPACCHI PRESSE, UNE FILIALE DE LAGARDÈRE SA.
CEO CONSTANCE BENQUÉ
CEO LICENCES INTERNATIONALES ELLE FRANÇOIS CORUZZI
CCO/ DIRECTRICE INTERNATIONALE ELLE, VALÉRIA BESSOLO LLOPIZ
DIRECTRICE EDITORIALE ADJOINTE VIRGINIE DOLATA
DIRECTRICE MODE ALEXANDRA BERNARD
DIRECTRICE DE LA CRÉATION IRIS ROMBOUTS
COORDINATRICE INTERNATIONALE ÉDITORIAL & SYNDICATION EKATERINA MUDRIK
RESPONSABLE DROITS D'AUTEUR KENZA ALLAL
RESPONSABLE GESTION BASE DE DONNÉES PASCAL IACONO
DIRECTRICE DIGITAL & GRAPHISME MARINE LE BRIS
DIRECTRICE MARKETING MORGANE ROHÉE
WWW.ELLEAROUNDTHEWORLD.COM.
PUBLICITE INTERNATIONALE LAGARDERE GLOBAL ADVERTISING
CRO LICENCES MÉDIAS ELLE INTERNATIONAL JULIAN DANIEL. JDANIEL@LAGARDERENEWS.COM

NUMÉRO ABONNÉS TÉL. : 01 75 33 70 35.
92, AVENUE DE FRANCE, 75013 PARIS.
ANCIENS NUMÉROS VPC ELLE, 45, AVENUE DU GÉNÉRAL-LECLERC, 60463 CHANTILLY CEDEX 5, EN JOIGNANT UN RÈGLEMENT À LA COMMANDE. POUR LA FRANCE : 2,90 € LE NUMÉRO + 1,50 € DE FRAIS D'ENVOI.
TARIF ABONNEMENT FRANCE : 1 AN (52 NUMÉROS) 89 €
ÉTRANGER : NOUS CONSULTER AU (00 33) 1 87 15 13 00.

PEFC 10-31-3484 Certifié PEFC

Papier provenant majoritairement d'Allemagne.
27 % de fibres recyclées.
Eutrophisation : Ptot 0,007 kg/tonne.

Réagissez ou adressez-nous vos remarques sur **community@elle.fr**

Suivez-nous sur les réseaux sociaux
facebook.com/elle
@ELLEfrance
@ellefr
ELLE France
ellefr

HOROSCOPE SOLAIRE.

Du 30 avril au 6 mai 2026

PAR **JEAN-YVES ESPIÉ**

BÉLIER

Le passage de la planète rouge dans votre secteur vous apporte un tonus et une énergie qui vous permettent d'avancer vite et bien. Le contexte astral vous est particulièrement favorable, c'est le bon moment pour faire preuve d'initiative. Votre esprit rapide et pratique fera toute la différence.

Taureau

Avec le Soleil et Jupiter en soutien, vous aurez toutes les raisons de voir la vie du bon côté. Et cela sera accentué par l'arrivée de Mercure dans votre secteur. Cette visite de la planète de la communication vous permettra d'exprimer les idées les plus fines et les ressentis les plus profonds avec la même aisance.

GÉMEAUX

Vous avez de votre côté le charme, la souplesse et le savoir-faire pour mener votre barque à bon port. En effet, avec Vénus (la séduction) qui passe dans votre secteur, vous serez bien équipée pour concrétiser ce qui vous tient à cœur. Et vous esquiverez les oppositions avec savoir-faire.

Cancer

L'influence bienveillante du Soleil, vous parvenant d'un signe ami, annonce une période productive. Elle vous offre la possibilité et les moyens d'améliorer votre situation, sur les plans social et relationnel. Commencez par faire le point sur ce qui appartient au passé. C'est le bon moment pour faire des choix.

Lion

Les planètes passant actuellement en signe de Feu vous apportent une énergie nouvelle pour avancer à grandes enjambées. Vos projets professionnels se développent, et la voie est libre. Retenez que l'action est source de réussite. Tant mieux, car vous avez du pain sur la planche.

VIERGE

Bonne nouvelle : votre secteur du ciel s'éclaircit chaque jour davantage. Il vous appartient de lâcher du lest, de façon à soulager votre charge psychique. Commencez par faire le vide, débarrassez-vous de ce qui encombre votre tête et votre cœur afin de les remplir d'idées plus joyeuses et motivantes.

Balance

« Où que tu ailles, vas-y avec ton cœur », disait Confucius. C'est aussi le message que vous adresse Vénus, en provenance d'un signe ami. La période est propice pour vous rapprocher de ceux que vous aimez, mais aussi pour veiller sur ceux qui vous entourent et qui vous font vous sentir bien.

SCORPION

Lorsque le Soleil passe dans votre signe opposé, il est temps pour vous de marquer une pause. Observez plus finement ce qui se joue avant de foncer, ne prenez pas de décision dans l'urgence. Restez proche de ceux qui vous soutiennent et suivez le mouvement même s'il vous semble lent.

SAGITTAIRE

Retroussez vos manches et lancez-vous un défi. Prenez soin de vous concentrer sur un objectif bien défini. Votre enthousiasme communicatif sera un précieux atout pour rassembler ceux dont vous aurez besoin. Synchronisez-vous sur le rythme de ceux qui évoluent autour de vous.

Capricorne

Votre ciel reçoit des influences contradictoires. D'un côté, Mars vous pousse à accélérer ; de l'autre, le Soleil vous accorde un supplément de vitalité. Votre nature profonde vous encourage à privilégier l'action, mais vous obtiendrez de meilleurs résultats en prenant le temps de bien faire les choses.

VERSEAU

Des évolutions sont en gestation. Les efforts que vous avez fournis ces derniers temps vous ont ouvert des perspectives nouvelles. Si l'équilibre subtil entre votre besoin de liberté et de sécurité est à la hauteur de ce que vous désirez, c'est bon. Sinon, la période est propice pour faire quelques ajustements.

Poissons

Misez sur l'influence de Jupiter, qui mettra en lumière votre radar émotionnel. Les mécanismes d'empathie étant sollicités, c'est à vous de canaliser cette richesse du cœur pour en faire émerger le meilleur. Soyez à l'écoute de ceux qui vous entourent, sur les plans professionnel comme privé.

SUIVEZ L'ASTRO DE JEAN-YVES ESPIÉ SUR YOUTUBE

HOROSCOPE LUNAIRE

Du 30 avril au 6 mai 2026

PAR **JEAN-YVES ESPIÉ**

BÉLIER

Ne vous emballez pas, gardez la tête froide et ne prenez pas de décisions à la hâte. Mars vous pousse à aller vite, mais Mercure vous invite à vous poser les bonnes questions. Soyez à l'écoute des conseils sans vous laisser trop influencer, afin de tirer parti de cette période active.

Taureau

Le passage du Soleil dans votre secteur met en lumière votre besoin de bouger et de mieux communiquer. Le contexte vous invite à vous changer les idées, à croiser de nouveaux visages et à créer des liens à la fois légers et nourrissants. Exprimez davantage votre curiosité pour vivre de nouvelles aventures.

GÉMEAUX

Avec le double soutien de Mercure et de Vénus, vous pourrez vous attendre à une amélioration des échanges dans votre vie privée. Le contexte est propice à trouver le ton et les mots justes, pour vous faire comprendre dans le calme et l'harmonie. Si votre besoin d'affection est plus présent, vous serez facilement rassurée.

Cancer

La présence de Jupiter va vous aider à retrouver votre joie de vivre. Vous renouez avec l'envie de bouger et d'initier des projets, ce qui est bon pour le moral. Vous abordez les situations avec entrain, et vous glissez judicieusement la goutte d'huile dans les rouages pour faciliter les relations. Tout vous réussit.

Lion

La planète rouge et Uranus (le dynamisme) sont à votre service, et leur influence joue favorablement sur votre lucidité et votre moral. C'est le moment de prendre des décisions qui vous engagent. Les projets concernant votre vie privée sont favorisés, mais c'est à vous de donner le ton.

VIERGE

Mercure (l'intelligence et la communication) arrive cette semaine dans un secteur ami et vous apporte des influences protectrices. Ce qui favorise l'expression de vos ressentis. En parallèle, Jupiter (la chance) vous souffle à l'oreille d'encourager vos proches en mettant en lumière leurs efforts.

Balance

Lorsque Vénus vous veut du bien, comme c'est le cas actuellement, vous exprimez plus librement ce que vous ressentez. Évacuez ce que vous avez sur le cœur et trouvez le point de concorde avec ceux que vous aimez. En parallèle, Uranus (l'initiative) glisse de la souplesse dans vos échanges. Agissez !

SCORPION

Votre sensibilité se révèle plus vive, c'est le signe d'un besoin de douceur et d'affection à la hausse. À vous d'afficher les signaux apaisants pour obtenir ce que vous souhaitez. Votre magnétisme ne laisse pas indifférent, alors jouez de votre charme pour obtenir toute l'attention et l'amour dont vous avez besoin.

SAGITTAIRE

La majorité des planètes voguent dans des secteurs qui s'éloignent du vôtre, mais certaines forment avec votre signe des angles bienveillants. À commencer par Mercure, qui stimule le mental et favorise l'expression des ressentis. Vous trouverez la formule heureuse, celle qui va droit au cœur.

Capricorne

Le Soleil, actuellement dans un signe de Terre, vous apporte de l'assurance et vous pousse à prendre des initiatives sur les plans relationnel et amoureux. Vous gagnez en chaleur et en optimisme, ce qui favorise les rapprochements. Mettez à profit ce climat heureux pour trouver l'équilibre.

VERSEAU

Demandez-vous ce qui vous ferait plaisir, car le cercle amical sera favorisé. Mais il ne vous suffira pas de l'espérer, il va falloir créer les circonstances favorables. Faites preuve de créativité pour susciter la curiosité de votre entourage. Soyez l'élément dynamique qui rassemble autour d'une idée inattendue.

Poissons

Une planète symbolise la chance, c'est Jupiter. Elle entretient des affinités naturelles avec votre signe positif et optimiste. Surtout lorsqu'elle est bien disposée, ce qui est actuellement le cas. Il ne vous reste plus qu'à bouger et à prendre des initiatives pour redonner des couleurs à votre quotidien.

POUR DÉCOUVRIR VOTRE SIGNE LUNAIRE, RENDEZ-VOUS SUR ELLE.FR À L'ADRESSE BIT.LY/HOROLUNE

POIS CHICHES, CONCOMBRE ET MENTHE



SALADE TIÈDE LENTILLES, FENOUIL ET ORANGE



RISOTTO CRÉMEUX AUX FANES DE RADIS



RIZ AU LAIT COCO, ZESTE D'ORANGE



Manger sain sans se ruiner

SALADE TIÈDE LENTILLES, FENOUIL ET ORANGE

« Ajoutez le jus des oranges à votre vinaigrette : il adoucit le tout, relève les saveurs et vous aide à absorber le fer des lentilles. »

Préparation : 15 mn
Cuisson : 35 mn
Pour 4 personnes

250 g de lentilles vertes
2 bulbes de fenouil
2 oranges
1 oignon rouge
2 cuil. à soupe d'huile d'olive
1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique
Sel, poivre du moulin

1. VERSEZ dans une casserole les lentilles et trois fois leur volume d'eau froide. Portez à ébullition, puis laissez cuire 25 mn jusqu'à ce que les lentilles soient tendres. Égouttez-les, salez.
2. ÉMINCEZ finement le fenouil et faites-le revenir à la poêle 10 mn avec un filet d'huile d'olive, jusqu'à ce qu'il soit fondant mais encore croquant.
3. PELEZ les oranges à vif, coupez les extrémités, puis retirez la peau et la pellicule blanche en suivant la courbe du fruit avec un couteau. Détachez les quartiers en glissant la lame du couteau entre les membranes pour récupérer les suprêmes. Émincez l'oignon rouge.
4. MÉLANGEZ dans un saladier les lentilles tièdes, le fenouil, les suprêmes d'orange et l'oignon.
5. ARROSEZ d'huile d'olive et de vinaigre balsamique, salez, poivrez et mélangez délicatement.

Manger sain sans se ruiner

POIS CHICHES, CONCOMBRE ET MENTHE

« C'est le genre de plat qu'on prépare en cinq minutes et qu'on garde en mémoire : simple, rassurant, mais pas ennuyeux. »

Préparation : 10 mn
Pour 4 personnes

1 boîte de pois chiches (400 g)
1 concombre
1 oignon rouge
Quelques feuilles de menthe ou de persil
Le jus de 1/2 citron
1 cuil. à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre du moulin

1. ÉGOUTTEZ les pois chiches et rincez-les.
2. COUPEZ le concombre en dés. Émincez l'oignon rouge. Ciselez les herbes.
3. DISPOSEZ dans un saladier les pois chiches, le concombre, puis l'oignon, les herbes, le jus de citron et l'huile. Assaisonnez et mélangez, c'est prêt.

Suggestion En fonction de la saison, remplacez le concombre par des carottes râpées et les herbes fraîches par 1 cuil. à café de cumin moulu.

Manger sain sans se ruiner

RIZ AU LAIT COCO, ZESTE D'ORANGE

« Une recette doudou, entre dessert et souvenir d'enfance. »

Préparation : 5 mn
Cuisson : 35 mn
Pour 4 personnes

100 g de riz rond
50 cl de lait ou boisson végétale
20 cl de lait de coco
60 g de sucre
Le zeste de 1 orange bio ou de 1 mandarine
1 pincée de cardamome en poudre

1. FAITES CHAUFFER dans une casserole à feu doux les deux laits avec le sucre et le zeste (réservez un peu de ce dernier pour la présentation).
2. AJOUTEZ le riz et laissez cuire à feu doux 30 à 35 mn, en remuant souvent. C'est prêt quand c'est crémeux et un peu collant.
3. AJOUTEZ la cardamome au moment de la cuisson pour la couleur.
4. VERSEZ la préparation dans des ramequins et ajoutez un peu de zeste râpé pour une touche de couleur et de goût.

Manger sain sans se ruiner

RISOTTO CRÉMEUX AUX FANES DE RADIS

« Dans ce plat, les fanes se mêlent au riz chaud et deviennent soyeuses. C'est le plat de printemps par excellence. »

Préparation : 10 mn
Cuisson : 20 mn
Pour 4 personnes

250 g de riz arborio ou riz rond
Les fanes d'1 botte de radis, rincées
1 oignon
1 l de bouillon de légumes (ou 1 l d'eau + 1 cuil. à soupe de sauce soja légère)
30 g de parmesan râpé (ou 1 cuil. à soupe de levure maltée)
1 cuil. à soupe d'huile d'olive
Poivre du moulin

1. MIXEZ les fanes avec 1 petit verre d'eau jusqu'à obtenir une purée verte lisse.
2. FAITES REVENIR l'oignon émincé avec l'huile d'olive dans une casserole sur feu moyen 2 à 3 mn.
3. AJOUTEZ le riz, faites-le nacrer pendant 1 mn.
4. VERSEZ le bouillon, louche après louche, tout en remuant, puis laissez cuire pendant 18 à 20 mn. Incorporez la purée de fanes à mi-cuisson.
5. AJOUTEZ, hors du feu, le parmesan et poivrez.
6 LAISSEZ REPOSER 1 mn puis servez bien chaud.



« L'ART DE BIEN MANGER SANS SE RUINER » (ÉD. MARABOUT) EST LE NOUVEL OUVRAGE DE CHLOÉE MUSSLER, ALIAS LA PETITE CHEF MUMU, QUI NOUS PROPOSE UNE CENTAINE DE RECETTES ANTI-GASPI, SAINES, GOURMANDES ET ULTRA-RAPIDES À RÉALISER.

ELLE 4193
Réalisation Chloée Mussler.
Photos Émilie Guelpa.
Recettes adaptées par Sandrine Furet.

SCANNEZ
POUR + D'INFOS

QUEL EST LE POINT COMMUN ENTRE UN PROF, UN POLICIER ET UNE INFIRMIÈRE ?

LA CASDEN !

casden
BANQUE POPULAIRE

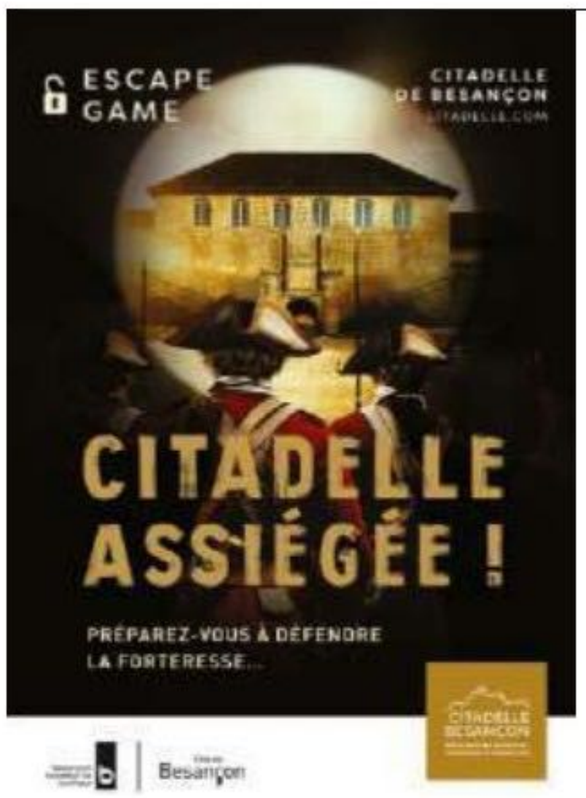
La banque coopérative de la Fonction publique

Rendez-vous sur casden.fr* ou retrouvez-nous chez

BANQUE POPULAIRE
ALSACE LORRAINE CHAMPAGNE +X

*Coût de connexion selon votre opérateur.

CASDEN Banque Populaire – Société Anonyme Coopérative de Banque Populaire à capital variable – Siège social : 1 bis rue Jean Wiener 77420 Champs-sur-Marne – Siren n° 784 275 778 – RCS Meaux – Immatriculation ORIAS n° 07 027 138 • Banque Populaire Alsace Lorraine Champagne, société anonyme coopérative de Banque Populaire à capital variable régie par les art L.512-2 et s. du CMF et l'ensemble des textes relatifs aux Banques Populaires et aux établissements de crédit. Siège social : 3 rue François de Curel – 57000 Metz – 356 801 571 RCS Metz – sté de courtage et intermédiaire en assurances inscrite à l'ORIAS sous le n° 07 005 127 • Crédits photos : SolAir • Illustrations : ©Frédéric Rébéna • Document à caractère publicitaire et sans valeur contractuelle.



ESCAPE GAME DE LA CITADELLE DE BESANÇON

Après une première saison remarquée, l'escape game de la Citadelle de Besançon rouvre ses portes. Dans « Citadelle assiégée ! », vous évoluez au début du XVIIIe siècle, en pleine guerre de Succession d'Espagne. La menace plane sur le royaume de Louis XIV et les ennemis approchent de Besançon. Votre mission : incarner la garnison en état d'alerte. Pour résister à un siège imminent, les soldats devront réunir les ressources vitales (eau, vivres, poudre) dissimulées dans les recoins de la place forte. Logique, manipulation et sang-froid seront les meilleurs atouts pour relever le défi. Vous avez 60 minutes pour sauver la forteresse de Vauban à travers trois parcours au choix : adultes, famille/enfants et accessibilité, pour les personnes à mobilité réduite.

Jusqu'au 25 septembre. 99, rue des Fusillés-de-la-Résistance, Besançon (25). citadelle.com





IKEA

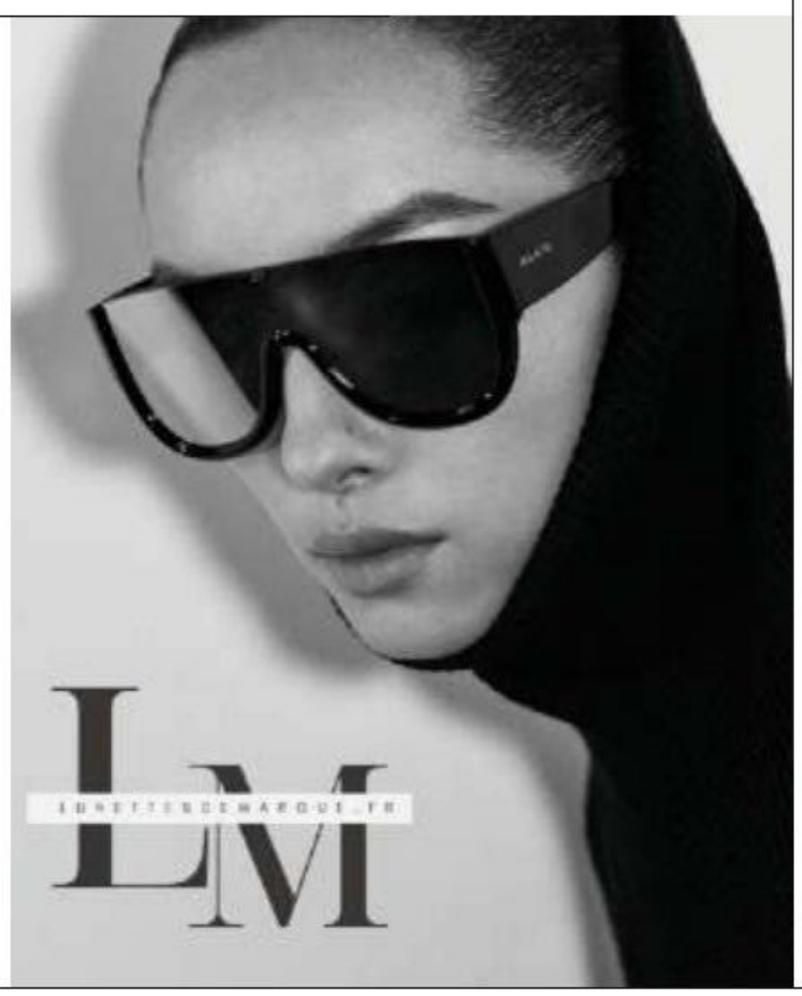
Pour créer une ambiance cosy dans votre jardin, optez pour la borne à énergie solaire à LED Solvinden de chez Ikea. Pratique et facile à utiliser, vous n'avez qu'à la planter dans la terre ou dans une jardinière. Elle se charge toute seule durant la journée et s'allume automatiquement à la nuit tombée. Le bonus : vous pouvez régler la hauteur pour diffuser une lumière décorative sur ce que vous souhaitez.

Borne à énergie solaire à LED Solvinden, 14,99 € (prix observé). ikea.com

LUNETTES DE MARQUE

Envie de payer vos lunettes de marque au meilleur prix ? Rendez-vous sur Lunettes de Marque. Le site propose les nouvelles collections des maisons les plus en vogue, telles que Alaïa, Balenciaga, Bottega Veneta, Chloé, Saint Laurent. Pour les lunettes de vue comme pour les solaires, le choix est vaste, tous les modèles sont disponibles, sans exception. Le parcours d'achat est simple et accompagné par un service client joignable et attentif. Les montures sont livrées partout en France, gratuitement, dans leur packaging d'origine.

lunettesdemarque.fr



HESPÉRIDE

Le pouf Obbae va apporter de l'originalité à votre terrasse. Il est conçu à partir d'une solide structure en aluminium et est entièrement habillé d'un tressage en texaline, une toile enduite à la fois souple et résistante à l'humidité. Avec sa forme tout en rondeur, il vous offre une assise confortable. Vert laurier, graphite, café, beige lin et acajou font partie des couleurs disponibles. Il peut aussi être utilisé en intérieur pour sublimer votre coin salon.

Pouf de jardin rond Obbae (48,5 x 48,5 x 38 cm), 129 € (prix observé). hesperide.com



LE NOUVEAU HORS-SÉRIE ELLE



CHEZ VOTRE MARCHAND DE JOURNAUX

et sur www.hs-elle.jemabonne.fr
Plus simple, plus rapide en scannant le QR code

JARDIN EXOTIQUE D'ĒZE

Perché à 429 mètres au-dessus de la Méditerranée, sur l'emplacement d'une ancienne forteresse médiévale, le jardin exotique d'Ēze vous invite à admirer une multitude de plantes tout en profitant d'une vue exceptionnelle sur la Riviera. Sur sa partie sud, ce sublime espace abrite plusieurs dizaines d'espèces de plantes grasses et autres espèces exotiques venues des quatre coins du monde. La partie nord, quant à elle, accueille principalement des plantes méditerranéennes ou de régions humides, avec des grottes et une cascade. Vous pouvez compter sur les parcours thématiques et artistiques pour flâner en vous imprégnant de l'histoire du lieu. Yuccas, agaves, cactus, aloès... c'est une véritable parenthèse en immersion dans la nature qui vous attend !

Rue du Château, Ēze (06). jardinexotique-eze.fr


Jardin exotique d'Eze © BBO Studio


© Jardin des Cinq Sens – Yvoire

JARDIN DES CINQ SENS

Pour mettre tous vos sens en éveil, rendez-vous au Jardin des Cinq sens d'Yvoire. Divisé en deux moitiés, vous allez retrouver, dans la première, une prairie alpine faisant écho aux Alpes environnantes, un sous-bois orné de plantes d'ombre, un tissage d'inspiration Renaissance et un cloître de charmilles, véritable lieu de méditation. La seconde moitié forme un labyrinthe de quatre petits jardins consacrés à la vue, au toucher, au goût et à l'odorat. L'ouïe, quant à elle, est représentée par le chant des oiseaux et le bruit de l'eau. Une belle promenade sensorielle à travers 1 500 variétés de plantes extraordinaires.

Rue du Lac, Yvoire (74). jardin5sens.net


Jardin botanique de Vauville © DR

JARDIN BOTANIQUE DE VAUVILLE

Tout au bout du Cotentin, contre vents et marées, se cache le jardin botanique de Vauville, incroyable oasis, réunissant plus de 1 000 espèces de plantes originaires de l'hémisphère austral. Grâce au Gulf Stream, courant qui passe au large des côtes, il y pousse de fascinantes essences tropicales que le créateur de ce petit paradis, le botaniste et parfumeur Ēric Pellerin, a su acclimater depuis 1948. Arpentez les 4,5 hectares pour découvrir les palmiers de Chine, les douves où trônent les fougères royales de Tasmanie, ou encore l'imposant bassin aux rhubarbes géantes du Brésil. Ce jardin se distingue par sa collection de plantes et d'arbres rares à feuillage persistant. Toute l'année, il offre un panorama dont les teintes se marient avec la mer, mais aussi avec les landes sauvages qui dominent le site. Un merveilleux écrin qui va vous éblouir !

1, route du Thôt, La Hague (50). jardin-vauville.fr

LA ROSERAIE DU VAL-DE-MARNE

Symbole d'amour et de passion, la rose s'admire sous toutes ses formes et couleurs à la roseraie du Val-de-Marne. Ce lieu, créé en 1894 par Jules Gravereaux, avec le concours de l'architecte-paysagiste Ēdouard André en 1899, compte plus de 2 000 espèces différentes réparties sur 11 000 rosiers. Des roses d'Extrême-Orient aux roses galliques, en passant les roses horticoles anciennes, Malmaison, modernes, ou encore les rosiers pimprenelle, botaniques et rugueux, ce sont des milliers de variétés que recèle ce jardin historique hors du commun. Pour en prendre plein les yeux et profiter de votre visite, il est conseillé de venir au mois de juin, période optimale de floraison.

Rue Albert-Watel, L'Haÿ-les-Roses (94). roseraie.valdemarne.fr


© Eric Legrand-CD94



GETTY IMAGES



LOISIRS

PLAISIRS VINTAGE

Aller à la pêche, se (re)mettre à l'aérobic, faire du tricot ou du hula-hoop… C'est le grand retour des hobbies d'antan.

PAR **ROZENN GOURVENNEC**

CRÉATIF

HERBIER DIY

Ramasser des feuilles et les coller dans un carnet : une activité joliment régressive proposée par l'office du tourisme Méditerranée Porte des Maures avec la sortie Balade nature - Mon herbier sauvage, 2h30 de découverte des plantes sur les chemins de Pierrefeu. Les 30 mai et 21 juin, à 9h30. 15 € par adulte, 9 € par enfant (gratuit pour les moins de 6 ans).

20, bd Henri-Guérin, Pierrefeu-du-Var (83). Tél. : 04 94 01 53 10. mpmtourisme.com

ENTRAÎNANT

SI ON CHANTAIT

Chez Juma, nouveau temple du divertissement à Mougins, le karaoké la joue salon privé. Chaque salle a son thème : Cancun, Paris, Tokyo et Miami, avec un catalogue de hits très large pour faire chauffer les vocalises et la possibilité de commander à boire et à manger. 60 € par salle (6 personnes) pour 55 minutes, 95 € pour 2 heures.

155, chemin de Font Graissan, Mougins (06). Tél. : 04 93 45 38 59. juma.life

Envie d'en mettre plein la vue sur le dancefloor ? On teste les cours de Lindy hop à l'école MJ Dance. Cette danse à forte influence afro est née dans les années 20, dans l'est des États-Unis. Pleine de rebonds, d'acrobaties et de kicks, elle se pratique en couple, sur des airs swing et jazzy. 100 € le trimestre (un cours par semaine). ●●●

549, boulevard Pierre-Sauvaigo, La Colle-sur-Loup (06). Tél. : 06 68 29 68 28. mjdanse.fr

RYAN JLANE/ GETTY IMAGES

ABONNEZ-VOUS !

À PARTIR DU SAMEDI 16 MAI À 9H

ISABELLE HUPPERT ○ **ÉTIENNE DAHO**
KAD MERAD ○ **MICHÈLE LAROQUE**
AURÉLIE SAADA ○ **FRANÇOIS BERLÉAND**
JAMES & LA FAMILLE THIERRÉE ○ **ZAZIE**
JEAN-PAUL ROUVE ○ **IRÈNE JACOB**
JEAN-PIERRE DARROUSSIN ○ **MICHEL FAU**
PATRICK MILLE ○ **CHILLY GONZALES**
THIERRY LHERMITTE ○ **CRISTIANA REALI**
STEPHAN EICHER ○ **BENJAMIN MILLEPIED**
MAXIME D'ABOVILLE ○ **MICHEL JONASZ**
ÉDOUARD BAER ○ **GWENDOLINE HAMON**
CHRISTOPH MARTHALER ○ **LILOU FOGLI**
ÉRIC RUF ○ **LA COMÉDIE-FRANÇAISE**
JEANNE CHERHAL ○ **ZABOU BREITMAN**
VINCENT DEDIENNE ○ **ALEX VIZOREK**
BENOIT SOLÈS ○ **GÉRARD DARMON**
ARNAUD DUCRET ○ **YANN MARGUET**
PABLO MIRA ○ **CHRISTINE MURILLO**
CLOVIS CORNILLAC ○ **ABD AL MALIK**
MAX BOUBLIL ○ **THIERRY FRÉMAUX**
MICHEL BOUJENAH ○ **PIERRE ARDITI**
FRANÇOIS-XAVIER DEMAISON ○ **JEAN RENO**
ISABELLE GÉLINAS ○ **PIERRE RICHARD**
BENJAMIN BIOLAY ○ **MURIEL ROBIN...**

2026 • 2027

anthea-antibes.fr

COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION SOPHIA ANTIPOLIS · ANTIBES Juan-les-Pins · DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES · RÉGION SUD PROVENCE ALPES CÔTE D'AZUR

anthéa antipolis théâtre d'antibes

anthéa, théâtre d'Antibes • 260, avenue Jules-Grec • 06600 Antibes • 04 83 76 13 00 • anthea-antibes.fr



ATELIER PÉNÉLOPE

HAND MADE

TRICOT ADDICT

À l'Atelier Pénélope, à Nice, tout le monde tricote, dès 8 ans. Super designer de tricot, Sidney enseigne l'art d'enchaîner les mailles sur aiguilles droites ou circulaires, pour confectionner la pièce de ses rêves. Tous les niveaux sont acceptés, y compris les débutants ! 18 € pour 2 heures. Laine et aiguilles à apporter ou acheter sur place.

45, avenue Alfred-Borriglione, Nice (06). Tél. : 04 93 51 54 07. atelier-penelope.fr

BUCOLIQUE

PAUSE GREEN

Rien de tel qu'une partie de pêche pour se détendre et profiter du calme de la nature ! Près du Muy, les lacs de l'Endre et de la Rimade offrent un terrain de jeu idéal de 15 hectares pour taquiner le poisson. Carpes, brochets, sandres, gardons, perches sont à portée de ligne, dans un décor paisible. Et pour prolonger le moment, on peut s'installer à l'une des tables de pique-nique disponibles.

Forêt domaniale du Portail du Rouët, Le Muy (83). Tél. : 04 94 50 07 01. tourisme.dracenie.com



RYTHMÉ

TOUTOUYOUTOU

À Breil-sur-Roya, le kiné Krisztian dispense des cours d'aérobic, sport culte des années 80, mélange de renforcement musculaire et de danse rythmée. Idéal pour travailler le cardio et affiner sa silhouette, tout en s'éclatant ! 8 € le cours, 60 € la carte de 10 cours.

Gymnase Gilbert-Mary. Rue Virgin-Barel, Breil-sur-Roya (06). Tél. : 06 76 08 93 91.

Back to the 90's avec Effet de Mob, qui organise des escapades dans l'Estérel au guidon d'un Piaggio Ciao, d'une Motobécane 51, d'un Yamaha Chappy ou d'une Peugeot 103. Accompagnés de guides passionnés et collectionneurs, on circule à faible allure le long de la Corniche d'or, renouant avec la sensation de liberté et l'insouciance de l'adolescence ! 85 € (2 h) ou 99 € (3 h). ●●●

experiencecotedazur.com

ELODIE BAUDOIN ; DOLGACHOV/GETTYIMAGES

À 3 mètres

CHAQUE GESTE COMPTE SOYEZ SÉLECTIF !



Canette 33 cl

Ex-star de soirée, abandonnée depuis samedi soir

À propos de moi

J'ai brillé 20 minutes. Maintenant je squatte le trottoir. **Spoiler : je suis 100% recyclable.**

Je ramasse !

« Tous mobilisés pour notre environnement ! »

Renaud MUSELIER

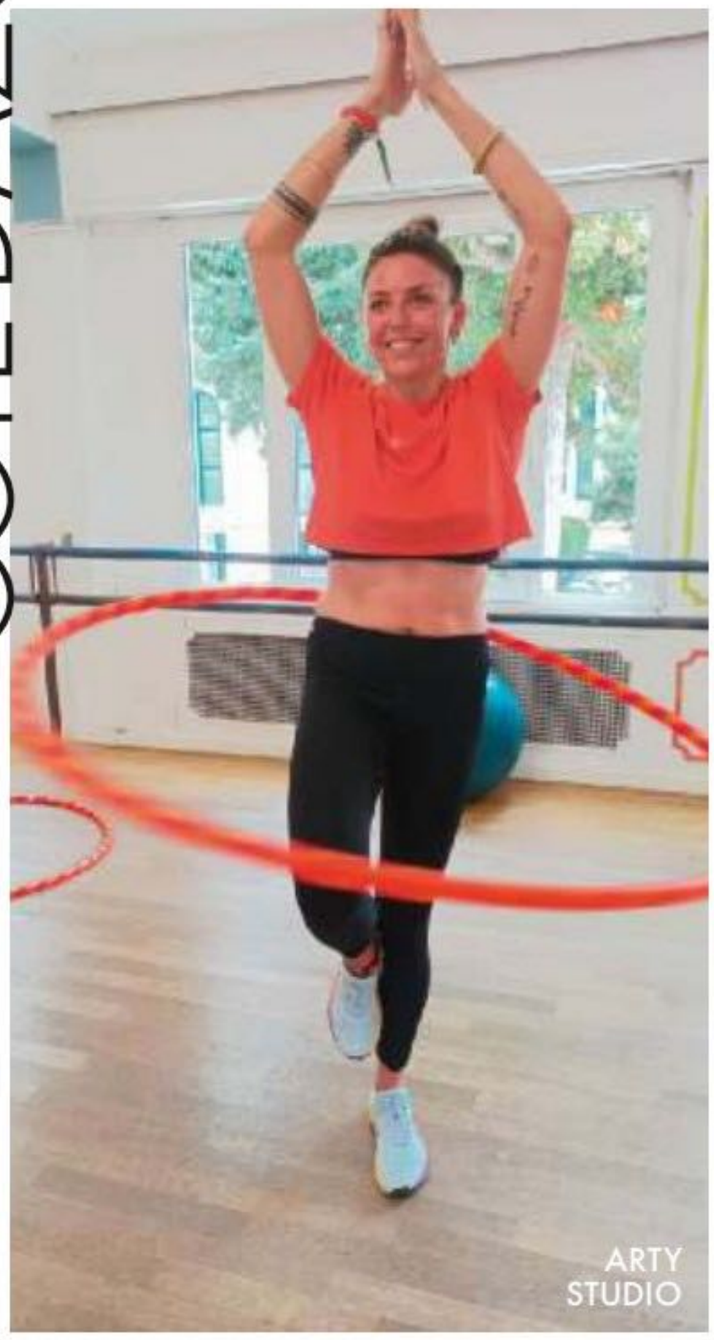
Président de la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur
Président délégué de Régions de France

NETTOYONS LE SUD
nettoyons.maregionsud.fr

Life

RÉGION SUD
PROVENCE ALPES CÔTE D'AZUR

Conception : Direction de la Communication et de la Marque Région Sud. Crédit : Adobe Stock.


ARTY STUDIO

FUN

HULA-HOOP HOP

Chez Arty Studio, le hula-hoop est un bon moyen de tester l'ondulation de son bassin. Prof de fitness, Christelle a remis au goût du jour cette activité, qui permet de faire des abdos et d'affiner la taille sans s'en rendre compte. Elle propose aussi du roller dance, avec les patins à roulettes vintage des années 80. Bonne humeur garantie ! 19 € l'heure.

25 bis, rue Gubernatis, Nice (06). Tél. : 09 73 18 85 24. artystudio.net



VINYLE TOUCH

Passionné de musique et de vinyles, Philippe Vernay a fait du Vinyl Kafé le temple du 33 et du 45 tours. Plus de 10 000 références remplissent les bacs, dans tous les styles – hard rock, métal, new wave, gothique, musique psychédélique, jazz, variété internationale, rap, électro… – 15 à 80 € le disque d'occasion, 20 à 45 € le neuf.

6, avenue du Maréchal Reille, Antibes (06). Tél. : 06 60 20 54 44. @vinylkafe.store


VINYL KAFÉ


« LE PALMIER DU PARC SAINTE-CLAIRE », FRÉDÉRIC JONCOUR (2019).

ARTY

Y'A PAS PHOTO !

Ah, le charme de l'argentique ! Attendre le bon moment pour appuyer sur le déclencheur, faire développer la pellicule… Frédéric Joncour, photographe professionnel, donne des cours de prise de vue, encadrement, développement, post-prod et tirage. Passionnant ! 148 € les 2h30. Prêt de matériel possible.

4B, rue Rabaton, Hyères-les-Palmiers (83). Tél. : 06 62 71 56 97. joncour-photo.com

Le Kruz est le paradis des fans de jeux de société. Skyjo, Monopoly, Scrabble, Loups-Garous… Plus de 200 jeux y sont disponibles, ainsi qu'un karaoké, des blind tests, du billard, des fléchettes, de la pétanque indoor, du palet breton et du Mölkky. 5 € par personne et une conso par session de 2 heures de jeux. ●

18, rue des Casemates, Antibes (06). Tél. : 06 63 33 44 03. kruz-antibes.fr

RÉDACTRICE EN CHEF DES ÉDITIONS RÉGIONALES : MANOU FARINE. RESPONSABLE : ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE. 1ÈRE RÉDACTRICE GRAPHISTE : ÉMILIE HUSSENOT. RÉALISATION : AGENCE SOCRATE. RÉDACTRICE EN CHEF : SANDRINE BOUILLOT. MAQUETTISTE : SYLVIE AGOSTINI. SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : SONIA GARRIGUES. RESPONSABLE PÔLE IMAGE : STÉPHANIE DUCHÊNE. ICONOGRAPHE : ANNE-SOPHIE DE NEVE. A COLLABORÉ À CE NUMÉRO : ROZENN GOURVENNEC. SERVICE PUB : CMI MEDIA RÉGIONS. TÉL. : 01 74 85 85 85.

PRESSE ; FREDERIC JONCOUR

COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION SOPHIA ANTIPOLIS

LA COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION SOPHIA ANTIPOLIS PRÉSENTE

Florilies

ANTIBES

LES FLORALIES - DU SAM. 2 AU DIM. 31 MAI - ANTIBES.FR/FLORALIES

CHÂTEAUNEUF

FÊTE AGRICOLE DU BRUSC - DIM. 3 MAI
CHAPELLE NOTRE-DAME DU BRUSC - 9H30 À 17H30
04 92 60 36 03 / VILLE-CHATEAUNEUF.FR

LA COLLE-SUR-LOUP

AUTOUR DE LA ROSE - DIM. 17 MAI - 10H À 18H - 04 93 32 83 25 / LACOLLESURLOUP.FR
FÊTE DE LA NATURE - MERCREDI 20 MAI - 14H À 17H
04 93 32 83 25 / LACOLLESURLOUP.FR

SAINT-PAUL-DE-VENCE

FÊTE DE LA NATURE - SAM. 23 MAI - SAINTPAULDEVENCE.ORG
BALADE NATURE DANS LA CAMPAGNE SAINT-PAULOISE
DU MARDI AU VENDREDI – SUR RÉSERVATION
SERVICEGUIDE@SAINT-PAULDEVENCE.COM / SAINT-PAULDEVENCE.COM

VALBONNE SOPHIA ANTIPOLIS

PRINTEMPS DES FLEURS - DIM. 10 MAI - VALBONNE VILLAGE - 10H À 18H
VALBONNECOMITEDESFETES@GMAIL.COM

VILLENEUVE LOUBET

CONCOURS DE FLEURISSEMENT - JUSQU'AU 15 MAI
INITIATION NATURALISTE - MERCREDI 20 MAI - 14H
ABC-VILLENEUVELOUBET.FR/EVENEMENT

AGGLO-SOPHIAANTIPOLIS.FR/AGENDA



LA PROVENCE EN IMMERSION

Au cœur de Manosque, L'Occitane en Provence réinvente la visite de sa Manufacture à travers un parcours immersif inédit. Au programme, une plongée au plus près de la terre et de ses six plantes iconiques, entre agriculture régénératrice et procédés d'extraction responsables. La visite se prolonge dans les laboratoires de démonstration, où la biologie de la peau et du cheveu vous révèle toute la performance scientifique et la sensorialité des soins. Entre héritage et innovation, la Manufacture partage ainsi son expertise unique et son savoir-faire artisanal. Dans le prolongement naturel de cette immersion, la boutique repensée devient un lieu de découverte et de mieux-être : soins experts, diagnostics personnalisés et art d'offrir sur mesure invitent chacun à vivre la Provence autrement, au cœur même de son lieu de création.

Réservation des visites sur fr.loccitane.com/visite-usine-loccitane-manosque



MAISON DE BACON – CAP D'ANTIBES

Suspendue entre ciel et mer au Cap d'Antibes, la Maison de Bacon cultive l'art de recevoir dans l'un des panoramas les plus spectaculaires de la Riviera. Face à l'infini méditerranéen, la table célèbre une gastronomie d'une grande finesse, où les produits de la mer dialoguent avec les trésors du terroir dans une partition subtile et élégante. Fidèle à l'esprit créatif de la Côte d'Azur, ce magnifique lieu ouvre également ses murs à l'art en proposant régulièrement des expositions d'œuvres contemporaines. Du déjeuner au dîner, cette adresse iconique accueille aussi réceptions privées et événements d'exception, dans un décor où la Méditerranée devient chaque jour le plus somptueux des tableaux.

664, bd de Bacon, Cap d'Antibes (06). 04 93 61 50 02. reservation@maisondebacon.fr. maisondebacon.fr

À Saint-Jean-Cap-Ferrat, le restaurant gastronomique,
La Table du Royal signe une parenthèse suspendue face à la Villa Kérylos et à la Baie des Fourmis, où la Méditerranée s'impose en décor absolu.
Une cuisine moderne et épurée, guidée par les saisons et les produits locaux entre Vintimille et la presqu'île, révèle une lecture subtile du terroir.

TR
LA TABLE DU ROYAL
SAINT-JEAN-CAP-FERRAT

Ouvert les soirs du Jeudi au Lundi
Hôtel Royal-Riviera
3 Av. Jean Monnet, 06230 Saint-Jean-Cap-Ferrat
Réservations : 04 93 76 31 00



BEST OF

BEAUTÉ SANS FARD

Nouveaux protocoles, soins du visage pointus, produits phares… tout ce qu'on va aimer pour être belle au naturel.

PAR **SABINE ROCHE**

FLOWER POWER

Et si, au lieu d'appliquer des eaux florales sur la peau, on les buvait pour obtenir de meilleurs résultats ? La marque française de cosméto bio Estime & Sens sort une gamme d'hydrolats floraux purs à boire dilués dans de l'eau. Leur composition change selon les effets voulus : Sérénité, Détox, Réconfort et Pro-Âge. Les fleurs proviennent d'un horticulteur bio du Lot. 100 ml, 13,90 €. ●●●

estime-et-sens.fr



HÔTEL DU COLLECTIONNEUR.

SPA C'EST PALACE !

Fraîchement rénové, le spa de l'Hôtel du Collectionneur a des allures de palais Art déco : mosaïque stylisée (jusque dans le fond de la piscine), dorures… C'est dans cet écrin couture que l'on teste les soins haut de gamme aux peptides de la marque suisse Cellcosmet, qui revitalisent l'épiderme, raffermissent et donnent de l'éclat tout en respectant le microbiote cutané. Le soin à s'offrir ? Renaissance cellulaire, 75 mn, 255 €.

51-57, rue de Courcelles (8e). hotelducollectionneur.com


GALERIES LAFAYETTE.

EN MODE MODELAGE

Dans son institut Art déco Narcisse, Louise Robert réalise des massages du visage sur mesure. Avec son protocole unique où les muscles profonds sont sollicités, les circulations sanguine et lymphatique sont relancées et le visage retrouve son tonus. Préconisation : trois séances pour un effet durable. Trois séances de 45 mn, 370 €.

43, rue Beaubourg (3e). narcisse-paris.com



TOUT SOURIRE

Après avoir été pionnier dans les soins de bouche et les dentifrices qui restaurent le microbiote buccal, voilà que The Smilist s'attaque au labial avec son Micro-Baume Nourrissant Lèvres, un baume à lèvres qui lisse, protège et rééquilibre le microbiote pour des lèvres en bonne santé. Deux teintes, nude et cerise, 29,90 €.

thesmilist.co

L'espace wellness des Galeries Lafayette lance son programme Quelles Beautés ! avec, à la clé, des pop-up exclusifs (Prada, Maison Crivelli, BDK Parfums…), des partages de nouveautés et d'expériences inédites, dont un focus sur la très en vue beauté coréenne. ●●●

Jusqu'au 31 mai. galerieslafayette.com

PRESSE



Escapade

À SAINT-JEAN-CAP-FERRAT

Idéalement située entre Nice et Monaco, la presqu'île de Saint-Jean-Cap-Ferrat est un véritable havre de paix. Destination privilégiée de la Côte d'Azur, elle a su préserver un cadre authentique entre luxe et tradition. Prisée pour la beauté de ses paysages et sa tranquillité, elle a séduit de nombreux artistes et personnalités du monde entier qui ont fait la réputation de ce coin de paradis.

Avec sa végétation luxuriante, ses plages, ses sentiers pédestres ou encore son patrimoine culturel exceptionnel et ses établissements hôteliers, Saint-Jean-Cap-Ferrat est une étape incontournable lors d'un séjour sur la Côte d'Azur.

Nos balades







LA PROMENADE MAURICE ROUVIER

La plus familiale

Reliant la presqu'île de Saint-Jean-Cap-Ferrat à Beaulieu-sur-Mer elle offre un panorama idéal sur les 3 Corniches et la grand bleue.

LE TOUR DE LA POINTE SAINT-HOSPICE

Le plus naturel

La pointe Saint-Hospice est un véritable poumon vert au coeur du village avec, en son sommet, une chapelle et une vierge en bronze de11 mètres de haut. Entre végétation luxuriante et roches calcaires, cette promenade est idéale pour découvrir une partie de la presqu'île.

LE TOUR DU CAP-FERRAT

Le plus emblématique

Cette promenade est idéale pour découvrir la presqu'île. Au départ d'une ancienne carrière, le sentier se dessine entre roches calcaires et petites criques. Au bout de la pointe s'élève le phare du Cap-Ferrat. On y trouve le Grand-Hôtel du Cap-Ferrat, A Four Seasons Hotel ou encore la plage de Passable.

Retrouvez toutes les informations sur **www.saint-jean-cap-ferrat.fr**
Renseignements +33 (0)4 93 76 08 90

SAINT-JEAN CAP-FERRAT





FACIOLOGY.

LA TÊTE ET LES JAMBES

Ostéopathe de formation, Claire Hermet a inventé son propre protocole de facialiste, dans lequel elle utilise les techniques de l'ostéopathie. Chez Faciology, l'idée est d'agir en profondeur sur les muscles du visage et de stimuler le système lymphatique. Dès la première séance de son Face Glow, les traits sont lissés. 50 mn, 110 €.

139, boulevard Pereire (17e). faciology.fr

CRÈME DE LA CRÈME

Avec une deuxième adresse parisienne dans le Marais, la nouvelle marque cosméto Firn poursuit son développement. Remarquée pour ses formules pointues, elle continue d'innover avec trois produits solaires canon, dont une crème régénérante qui lutte contre les mauvais rayons du soleil, mais aussi contre la lumière bleue des écrans. À retrouver en stick visage et en lait pour le corps. Crème Solaire Régénérante STM30, SPF50, 125 ml, 29,50 €.

firn.com


LITTLE BICEPS.

VISAGE PEOPLE

Ex-journaliste psycho reconvertie dans la beauté, Emmanuelle a ouvert Little Biceps. Sous ce nom rigolo, elle pratique de performants massages visage et corps. Pour un coup de jeune en une séance, il faut booker son soin visage signature, énergique et efficace. Le massage du crâne et des épaules se poursuit sur le visage par des pressions rapides et appuyées qui alternent avec une gestuelle plus douce. Une vraie choré au service d'une peau repulpée ! Soin Gua Sha Glow, 60 mn, 150 €.

59, rue du Temple (4e). littlebiceps.com

Chez Soleil Chéri, la cosmétique soigne et donne bonne mine en même temps. Deux incontournables : le masque de beauté de nuit autobronzant Le Couchant, au collagène végétal et à l'huile d'abricot bio (79 €), et la Crème Visage Protectrice Aurore SPF50, à l'acide hyaluronique (72 €), qui protège et laisse un teint de pêche. •••

soleilcheri.com

PRESSE

Le Dermo Soin quotidien

à haute tolérance dermatologique

Protège · Apaise · Nourrit intensément



SANS
ALCOOL
NI PARFUM

convient aux enfants +36 mois

TESTÉ SOUS CONTRÔLE
DERMATOLOGIQUE

POUR EN
SAVOIR +

Nouvelle Boutique à Paris !

La Boutique - Atelier Ballot-Flurin

51 rue de Turbigo Paris 3ème - Accès Métro Arts et Métiers

CHANGEZ DE VIE SUR WWW.BALLOT-FLURIN.COM

COSMETIQUE BIO CHARTE COSMEBIO
COSMOS ORGANIC

Apiculture DOUCE® solidaire et locale

Ballot-Flurin
abeilles santé

Ballot-Flurin Apiculteurs
75 place Lagardère
Hautes-Pyrénées - France
+33 (0)5 62 96 49 57



BONNUIT.

TAIE EN BEAUTÉ

Une taie d'oreiller en soie, c'est le secret des belles peaux reposées et des cheveux brillants qui ne cassent pas. La soie étant plus douce et moins abrasive que le coton, Bonnuit, spécialiste en literie et linge de lit, sort Lataie, une taie en 100 % soie made in France. 79 €.

bonnuit-matelas.fr



TYPOLOGY.

COUP D'ÉCLAT

Chez Comme un Charme, le soin Premium Emlifteface associe la technologie au massage manuel. La séance commence par une phase de stimulation musculaire à l'aide de radiofréquences et d'ultrasons qui aident à raffermir les tissus en profondeur et stimulent la régénération cellulaire. Enfin, un long massage Kobido, exécuté de main de maître par Noushine vient sublimer l'éclat déjà amorcé par les machines. 60 mn, 350 €.

61, rue de la Tour (16e). commeuncharme.fr



IRÄYE.

MAIN FERME

La marque suisse Iräye a développé des soins visage et corps qui activent le système lymphatique et luttent contre la rétention d'eau. Pour le corps, sur le principe du drainage lymphatique des jambes de la méthode Renata França, Iräye a conçu un gua sha géant. Cet outil en bois permet de se masser à la maison, avec une crème à la caféine aux extraits de racines de houx anticellulite et de marron d'Inde. Gua sha corps + crème sculptante, 180 €.

irayeskincare.com

Le dernier coffret de Typology cible naturellement les rides d'expression grâce des patchs en silicone que l'on applique avec une crème composée d'un complexe de peptides et de fibrilline biomimétique. Ces ingrédients aux noms savants aident à raffermir et assouplir la peau, et à effacer les rides. ●●●

49,90 €. typology.com

PRESSE

ALDERAN
aller plus loin

“ *Avec la SCPI Comète, j’ose aller plus loin pour mon épargne* ”

accessible à partir de 5000€

Je simule mon investissement en ligne

Avertissements

Les résultats de la simulation ne constituent ni une prévision de performance future ni un conseil en investissement, mais une simple illustration du fonctionnement du placement. La valeur de l'investissement pourra évoluer différemment, à la hausse comme à la baisse, et les gains ou pertes pourront dépasser les montants affichés selon les scénarios. Alderan ne peut être tenue responsable d’une utilisation inappropriée du simulateur en vue d’une souscription de parts de SCPI.

Ceci est une communication publicitaire. Comme tout investissement, investir dans une SCPI comporte des risques, notamment un risque de perte en capital et un risque de liquidité. Il est rappelé que le montant du capital investi n’est pas garanti et qu'il est recommandé d’investir pendant une période d’au moins 8 ans. Avant tout investissement, vous devez vérifier qu’il est adapté à votre situation et vos besoins. Toute souscription doit être effectuée sur la base des conseils en investissement fournis par votre conseiller et de la documentation juridique et réglementaire de la SCPI.

Alderan, société de gestion de portefeuille agréée par l'AMF sous le numéro GP-17000026 en date du 5 septembre 2017. Société par actions simplifiée au capital de 1 619 207 euros, immatriculée au RCS de Paris sous le numéro 538 704 479 et domiciliée au 4, avenue Georges Mandel, 75116 Paris, France

SCPI Comète, société civile de placement immobilier immatriculée au RCS de Paris sous le numéro 980 596 811. La note d’information de la SCPI a reçu le visa AMF n°23-13 en date du 1er décembre 2023 et est disponible auprès de la société de gestion de portefeuille Alderan. Notice publiée au BALO le 15 décembre 2023.

COMETE
SCPI internationale



SEPHORA.

EFFET GLOWY

Récemment arrivée chez Sephora, la marque Glowery n'est pas là que pour décorer la salle de bains ! Développées par des dermatos, les formules saines et simples se concentrent sur la barrière cutanée. Pour une découverte, on s'offre la routine A.M. Glow (lait fluide, sérum et baume nettoyant), ou la nouveauté : l'huile à lèvres Lippie Bestie, qui repulpe et hydrate. Huile à lèvres, 19 €, chez Sephora. **sephora.fr**



MOD'SHAIR.

LE NATUREL AU GALOP

Chez Mod's Hair, le glossing permet de lisser les contrastes d'un balayage trop prononcé pour un rendu qui se rapproche de la couleur naturelle du cheveu. On peut compléter les soins capillaires à la maison avec les produits végans, riches en vitamine C, en gingembre et en cassia (une plante indienne qui gaine et protège), ajoutés aux huiles végétales de jojoba, d'argan, d'avocat… Glossing à partir de 140 €.

248, rue Saint-Honoré (1er). modshair.fr



ESTHECLINIC.

SANS BISTOURI !

Expert en soins du visage non invasifs, Estheclinic se développe à Paris (cinq centres, bientôt un sixième près de Madeleine). Pour un effet lift, on choisit le soin Supra, dont la machine indolore combine trois technologies : la radiofréquence, qui stimule la production de collagène, l'électrostimulation, qui lutte contre l'affaissement des tissus, et une mini-aspiration qui draine le visage. Effet lifting en quatre à six séances. La séance de 90 mn, 220 €.

100, rue Saint-Antoine (4e). estheclinic.fr

Le style Carolyn Bessette dans la série « Love Story » affole les réseaux. Style vestimentaire, mais aussi capillaire, avec une coiffure que l'on peut qualifier d'effortless chic. Chez Jean Louis David, les produits Go Style permettent de la reproduire : crème, spray, poudre texturante… pour un effet « messy hair » tant convoité. ●

jeanlouisdavid.com

PRESSE

CAISSE D'EPARGNE
Ile de France

Avec la
Caisse d'Epargne
Ile-de-France

chaque année
80 000 jeunes
bénéficient de places
gratuites ou à tarif
préférentiel

MINISTÈRE DE LA CULTURE
Liberté
Égalité
Fraternité

LA CAISSE D'EPARGNE ILE-DE-FRANCE
DISTINGUÉE GRAND MÉCÉNE DE LA CULTURE

châtelet THÉÂTRE MUSICAL DE PARIS · Festival d'Automne · COMÉDIE FRANÇAISE · CITÉ DE LA MUSIQUE PHILHARMONIE DE PARIS · GrandPalais Rmn

Caisse d'Epargne et de Prévoyance Ile-de-France - 26/28, rue Neuve Tolbiac - CS 91344 - 75633 Paris Cedex 13 - Banque coopérative régie par les articles L 512-85 et suivants du Code Monétaire et Financier Société anonyme à Directoire et à Conseil d'Orientation et de Surveillance - Capital :2 375 000 000 € - 382 900 942 RCS Paris - Siège social : 19, rue du Louvre 75001 Paris - Intermédiaire d'assurance immatriculé à l'ORIAS sous le n° 07 005 200 - Identifiant unique REP Papiers n° FR232581_03FWUB (BPCE - SIRET 493 455 042). Création : pommeC pommeV











MODE

5 NEWS Ā LA UNE

On suit ces marques parisiennes qui nous donnent un avant-goût d'été !

PAR **SABINE ROCHE**

MISER SUR LE TURQUOISE Chez Luj, les perles turquoise s'accumulent autour du cou, en colliers, pendentifs, boucles d'oreilles (fabriqués à Paris)… Rien de tel pour réveiller le teint. **Collier « Garance », 125 €. lujparis.com**

ARBORER LA MARINIÈRE Ā Clamart, chez Tricots Jean-Marc, on tricote de père en fils des pulls homme et femme, été comme hiver. Avec sa coupe oversized et ses larges manches, courtes ou longues, la marinière « Lori », en coton bio, s'impose comme un indispensable de la saison. **Modèle manches courtes, 115 €. tricotsjeanmarc.fr**

AFFICHER LA COULEUR Pour la première fois, Sandrine Ganem, alias Rose Carmine, a créé une ligne textile pour compléter ses collections de maille. Jupes, pantalons bouffants, blouses en voile de coton, chemises en popeline, à porter avec les pulls et les gilets des mêmes tonalités vives ou pastel. **Blouse manches courtes, à partir de 175 €. rosecarmine-paris.com**



PORTER LA CULOTTE HAUTE Chez Dnud, la culotte de maillot taille haute, remontée ou roulée, convient à toutes les morphologies, sa matière gainante affinant la silhouette. Ā associer avec un soutien-gorge bandeau ou triangle. **Culotte de maillot, 89 €. d-nu-d.com**

ADOPTER LA SANDALE MINIMALISTE Une première pour Balzac Paris : sa collab de trois modèles de nu-pieds avec la marque tropézienne K.Jacques. Tongs ou spartiates, elles vont matcher avec toutes nos tenues estivales ! **Modèle « Amalfi » bordeaux, 215 €. kjacques.fr ; balzac-paris.com** ●





PRESSE



La Fondation Perce-Neige *accueille* les personnes en situation de handicap, au sein de *60* Maisons Perce-Neige, accompagnées par *2000* professionnels engagés.

Don en Confiance
VOTRE DON, NOTRE ENGAGEMENT

Vos *dons* sont si *précieux* !

JE FAIS UN DON en flashant le QR code,

par **carte bancaire, virement instantané,**
ou par **SMS** (10 €) en envoyant **PNEIGE** au **92030.**
Par chèque : à l’ordre de la Fondation Perce-Neige.

www.perce-neige.org

7, bis rue de la Gare - CS 20171 - 92594 Levallois-Perret Cedex

La Fondation Perce-Neige est reconnue d’utilité publique par décret en date du 13 mai 2016. Toute reproduction est interdite.

60 ANS

FONDATION PERCE NEIGE


GLORIA OSTERIA.

FOOD

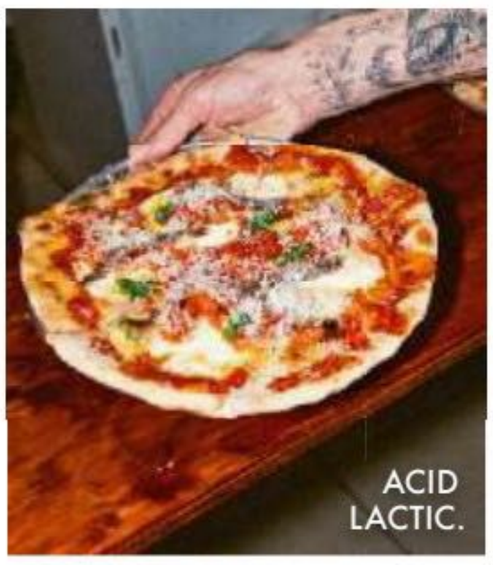
VOYAGE EN ITALIE

Resto haut de gamme, bouillon ou pizzas créatives… on se régale de ces tables d'inspiration transalpine.

PAR **SABINE ROCHE**


PANPAN PIZZA.


MATTEO.


ACID LACTIC.

MA !

LA DOLCE VITA

Avec Gloria Osteria, le groupe Big Mamma passe à la vitesse supérieure, avec un cadre ultra-chic et une carte de haut vol. Lustres fastueux et mobilier design italien seventies, ambiance Gianni Versace, tout est instagrammable, y compris les toilettes ! Ici, point de pizzas : le chef Francesco Fronda signe une cuisine du sud de l'Italie, élégante et avec des produits d'exception. Mention spéciale pour le carpaccio de gambas rouges aux pétales de foie gras, et à la torta, sculpture cacaotée sur crème fouettée.

Environ 80 €. 41, rue de Lille (7e). gloria-osteria.com

COMME À DÉTROIT

Dans un décor de « diner » américain, PanPan Pizza fait valser la traditionnelle pizza. En provenance directe de Détroit, elle est rectangulaire et croustillante sur les côtés, car cuite dans un moule dont les bords sont arrosés de fromage. Les pizzas s'accompagnent d'une salade composée et les « parfums » s'inspirent de la cuisine française (la jambon-beurre), de l'Espagne (la Pan con tomate crue) ou du monde anglo-saxon (la Cheesy à la scamorza, oignons et confiture d'orange !).

Formule déjeuner, 12 €. 71, rue d'Aboukir (2e).

LE CLAN DES SICILIENS

Matteo, c'est le bon italien de quartier, à deux pas des Grands Boulevards. À la carte, des classiques bien réalisés, comme un risotto à la courge et à la châtaigne ou des pizzas romaines à la pâte croustillante. Et pour la touche sucrée, le tiramisu et les cannolis ricotta-pistache sont aussi bons qu'en Sicile. Il est possible de privatiser l'étage pour une quarantaine de personnes. **Formules déjeuner, à partir de 16,50 €. 18, rue du Faubourg-Montmartre (9e). matteopizza.fr**

UN BAR À PIZZAS

Derrière Acid Lactic se cachent Valentin Orgeas, de Fermentation Générale, et Dammi Welianga, jeune chef inventif, mais aussi un paysan boulanger, un maraîcher bio… Ce bar à vins et à pizzas aligne des vins nature et des pizzas créatives à la pâte 100 % levain et aux ingrédients bio qui varient selon l'imagination du chef. Un sans-faute qui donne envie de revenir, même si l'on dîne sur des tabourets hauts.

Pizza à partir de 14 €. Verre de vin, 6 €. 15, rue de la Folie-Méricourt (11e).

Ma ! c'est le bouillon italien de 160 couverts qui fait le plein midi et soir. À la carte, antipasti (à partir de 4,20 €), d'honnêtes pastas avec leurs sauces maison (à partir de 10,50 €), affogato (4,90 €)… Service en continu. ●

26-28, boulevard des Italiens (9e). ma-lesite.com

JÉRÔME GALLAND ; MARINE BILLET ; LEPHOTOGRAPHEDUDIMANCHE ; INSTAGRAM @MA.LEBOUILLON ; PRESSE.

ATELIER DES LUMIÈRES
PARIS

De Vinci, Raphaël, Michel-Ange

RENAISSANCE

L'EXPÉRIENCE IMMERSIVE

DIRECTION DE CRÉATION JEAN-BAPTISTE HARDOIN RÉALISATION CUTBACK MUSIQUE TROUBLEMAKERS MISE EN LUMIÈRE SHARPLIVE STUDIO PRODUCTION CULTURESPACES STUDIO

À PARTIR DU 13 MARS

INFORMATION & RÉSERVATION

culturespaces | EPSON | Le Parisien | Le Point | Konbini | sncfconnect | fever | RATP | fnac | le Bonbon | RTL | france•tv

© GrandPalaisRmn (musée du Louvre) / Michel Urtado - Design graphique : Marek Zabrocki



NONSENSE.



BONNES ADRESSES

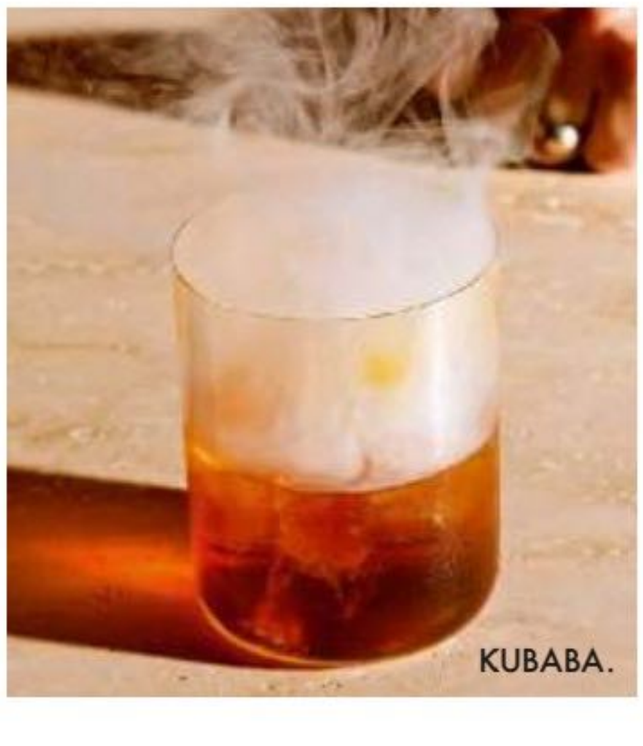
COUPS DE SHAKERS

Pour un after work ou une soirée, ces nouveaux bars à cocktails offrent des ambiances variées. Choisissez la vôtre.

PAR **SABINE ROCHE**


MEMENTO.


SUPERFINE.


KUBABA.

ENTRE COPINES

Dans le 18e, Nonsense ! fait le plein tous les soirs. Caché au sous-sol de l'hôtel La Bohème, cet ancien cabaret, mi-resto, mi-bar, renoue avec la tradition montmartroise. Dans une ambiance feutrée de velours rouge, la soirée démarre jazzy et va crescendo tout au long de la nuit. On pousse les tables à partir de minuit, et place au dance-floor (jusqu'à 4 heures le week-end). Côté cocktails, les classiques côtoient des mélanges plus audacieux, pimentés ou fleuris. Tenue chic exigée pour entrer en fin de soirée. Cocktail, 15 €.

3, rue du Mont-Cenis (18e). @nonsense_montmartre

POUR UN DATE

Dans une rue calme du Marais, Memento offre trois espaces bien distincts, allant de la déco brutaliste à un aménagement plus cosy. Ici, la musique n'empêche pas les confidences sous les lumières tamisées. À la carte, des breuvages aux noms de rues du Marais ou d'oiseaux exotiques, qui mêlent épices, spiritueux, fleurs et fermentations. On les sirote accompagnés de délicieuses tapas, sur les banquettes ou, si l'on est en bande, debout autour de la grande table. Cocktail, 12 €.

20, rue Beautreillis (4e). Instagram @mementomarais

ENTRE POTES

Adieu le cultissime Motel du passage Josset, place à Superfine ! Dans ce lieu, qui emprunte les codes du « diner » américain, on s'installe dans la deuxième salle sur des tabourets hauts autour du comptoir. Dans une ambiance musicale, on profite du spectacle des bartenders qui s'agitent et inventent de magnifiques breuvages aussi visuels que bons. Et pour éponger tout ça, la Puff Pizza, à la pâte comme un beignet, est toute trouvée ! Cocktail, 12 €.

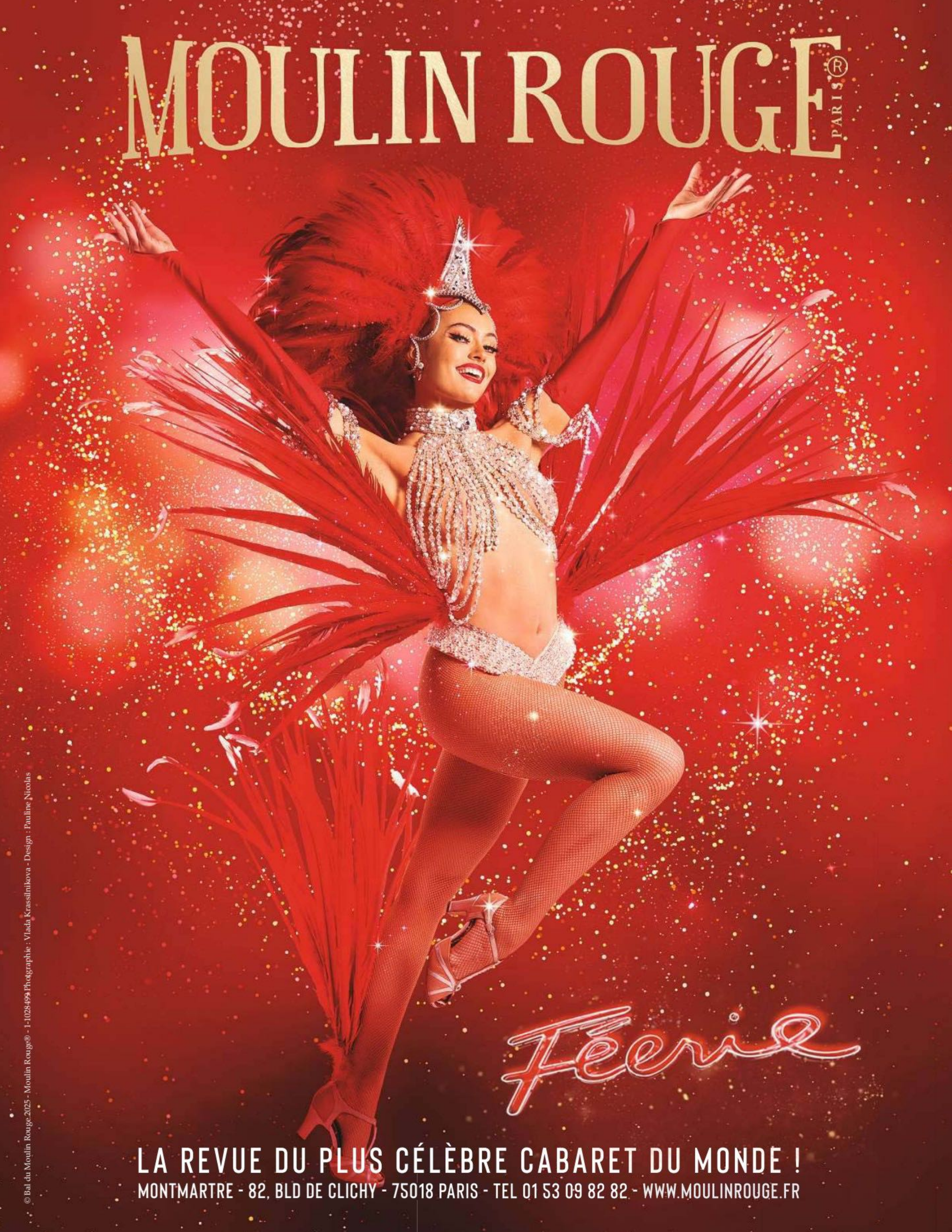
8, passage Josset (11e). @superfinebar

Au restaurant levantin Kubaba, il faut grimper les deux étages, jusqu'au grenier, pour découvrir Khaïma, aussi cosy qu'inattendu. La carte propose des spiritueux méditerranéens aux diverses épices. Installé sur un pouf, on savoure des mezze avec un étonnant cocktail aux notes épicées de liqueur de datte et de tabac… ●

Cocktails à partir de 11 €. 3, rue Gomboust (1er). Instagram @kubaba.paris

JUSTIN PRINZ ; PIERRE LUCET PENATO ; MICKAEL BANDASSAK ; PRESSE.

MOULIN ROUGE® PARIS



Féerie

LA REVUE DU PLUS CÉLÈBRE CABARET DU MONDE !

MONTMARTRE - 82, BLD DE CLICHY - 75018 PARIS - TEL 01 53 09 82 82 - WWW.MOULINROUGE.FR

© Bal du Moulin Rouge 2025 - Moulin Rouge® - 1-1028499 Photgraphie : Vlada Krassilnikova - Design : Pauline Nicolas



LE PARIS DE...

OLIVIA BORDEAUX-GROULT

La fondatrice de la marque de cosmétiques en stick Jod nous livre ses adresses dans le septième arrondissement.

PAR **SABINE ROCHE**

« JE SUIS UNE ENFANT DU 7e ET J'HABITE PRÈS DU BON MARCHÉ. D'ailleurs, c'est Le Bon Marché qui m'a accompagnée dès le début dans l'aventure Jod », raconte Olivia Bordeaux-Groult. Après avoir travaillé dans le marketing chez L'Oréal puis Sisley, l'entrepreneuse se lance, à 40 ans, dans un projet novateur : concevoir des cosmétiques solides aux formules naturelles, efficaces, ultra-pratiques, agréables à utiliser et beaux... Oui, tout ça à la fois ! C'est sous le joyeux nom de Jod qu'elle crée des formules sans eau, concentrées en huiles et en bioactifs végétaux, le tout fabriqué en France, en circuit court. Les plantes sont normandes ou champenoises, les parfums sont élaborés à Grasse chez Robertet. Et pour les packagings color block, la créatrice s'inspire de ses peintres préférés (Matisse, Rothko...), qui donnent envie d'emporter ses cosmétiques avec soi. « Chaque produit demande au moins trois ans de mise au point. C'est un vrai défi d'élaborer un cosmétique performant sans eau », confie Olivia. Ce mois-ci, la marque sort un stick solaire SPF50 anti-UV, anti-âge et anti-tâches, aux extraits naturels de cactus nopal, de tomate, d'huile de cameline... Un nouveau challenge.

ELLE. Votre resto préféré pour dîner ?
OLIVIA BORDEAUX-GROULT. J'aime aller à La Petite Chaise (36, rue de Grenelle, 7e). C'est une institution parisienne, le resto de Sciences Po ! Il a été repris par une jeune équipe, mais on y savoure toujours une bonne cuisine française.

ELLE. Votre cantine favorite ?
O.B-G. Pour un déjeuner entre copines, direction Les Deux Abeilles (189, rue de l'Université, 7e). Encore une institution du 7e, tenue par une mère et sa fille. Un salon de thé réputé pour ses délicieux gâteaux maison.

ELLE. Une boutique déco où vous aimez flâner ?
O.B-G. Au Bain Marie (59, boulevard Raspail, 6e) est une mine pour dénicher de la vaisselle ancienne et des petits cadeaux originaux, poivrier et salière en forme d'animaux, par exemple. J'aime aussi le fleuriste Adriane M (4, rue Saint-Dominique, 7e), qui réalise de subtiles compositions. Je lui commande toujours des bouquets quand nous organisons une présentation de nos produits.

ELLE. Votre adresse beauté ?
O.B-G. Mes deux préférées sont, pour les soins en institut, Les Bains de Grenelle (76, rue de Grenelle, 7e), et les boutiques Oh My Cream ! (ohmycream.com) pour leurs marques clean.

ELLE. Un lieu pour décompresser ?
O.B-G. Dans les Yvelines, l'hôtel de l'abbaye des Vaux-de-Cernay (abbayedesvauxdecernay.com) est l'endroit idéal pour passer un week-end familial et reposant. Il y a plein d'activités pour les enfants et un super spa pour les grands. ●

jodcosmetics.com

INSTAGRAM @GILLESPUDLO, @LESDEUXABEILLESPARIS ; PRESSE.



ABBAYE DES VAUX-DE-CERNAY.



LA PETITE CHAISE.



OH MY CREAM !



LES DEUX ABEILLES.

SÉLECTIONS & DÉCOUVERTES

PARIS & ÎLE-DE-FRANCE

MALIKA MA FACIALISTE

L'ART DU GESTE, SELON MALIKA



Dans l'univers feutré de la beauté premium, certaines adresses cultivent l'art du soin comme une signature. C'est le cas de Malika Ma Facialiste, où le visage devient un territoire d'expression subtile, travaillé avec précision, sensibilité… et amour ! Ici, pas de promesses artificielles, mais une approche experte holistique, sans cesse renouvelée, qui mise sur la main, l'écoute et le sur-mesure.

Forte d'un parcours international dans le luxe et d'une expertise pointue en dermo-cosmétique, la fondatrice propose une nouvelle vision globale de la beauté et une alternative élégante aux techniques invasives. Parce que notre peau est aussi le reflet de nos vies (émotions, mode de vie, etc.), chaque rendez-vous débute par un échange confidentiel et bienveillant, préalable indispensable à la création d'un protocole personnalisé. Du Kobido, véritable lifting naturel inspiré de traditions japonaises, aux techniques de drainage ou de stretching facial, chaque geste hyper-conscient vise à relancer les circulations, détendre les tensions et révéler l'éclat originel de la peau.



Plus qu'un soin, l'expérience se vit comme un rituel. Les traits se lissent, le teint s'illumine, et l'esprit s'apaise. Une parenthèse rare, qui se prolonge à la maison, où la beauté retrouve son essence : naturelle, consciente et profondément vivante.

2 adresses : Belgique (Tournai) et Paris (75008)
www.malikamafacialiste.com - malikamafacialiste

KOLMAR

LE LINGE POUR LA MISE EN BEAUTE DES MARQUES



Elevée dans l'univers créatif de son père styliste, Véronique Bosc a développé un œil sûr pour le style et les matières. En 2006, elle crée KOLMAR pour offrir aux marques cosmétiques un linge éponge sur mesure en coton premium certifié OEKO-TEX®. « Grâce à notre maîtrise du jacquard, nous imaginons des visuels raffinés et personnalisés, comme la fouta en photo. » Peignoirs, serviettes…, foutas — Made in Turkey : des pièces tissées pour résister aux usages professionnels et prolonger l'univers des marques. Un linge pensé pour les spas et les instituts, ou offert en gift marketing. Pour chaque projet, KOLMAR réalise des roughs, des essais de tissage et édite un BOOK tendances sur plusieurs thématiques pour inspirer les équipes marketing. Un savoir-faire relayé dans CosmétiqueMag de mars, fidèle à l'exigence de KOLMAR.

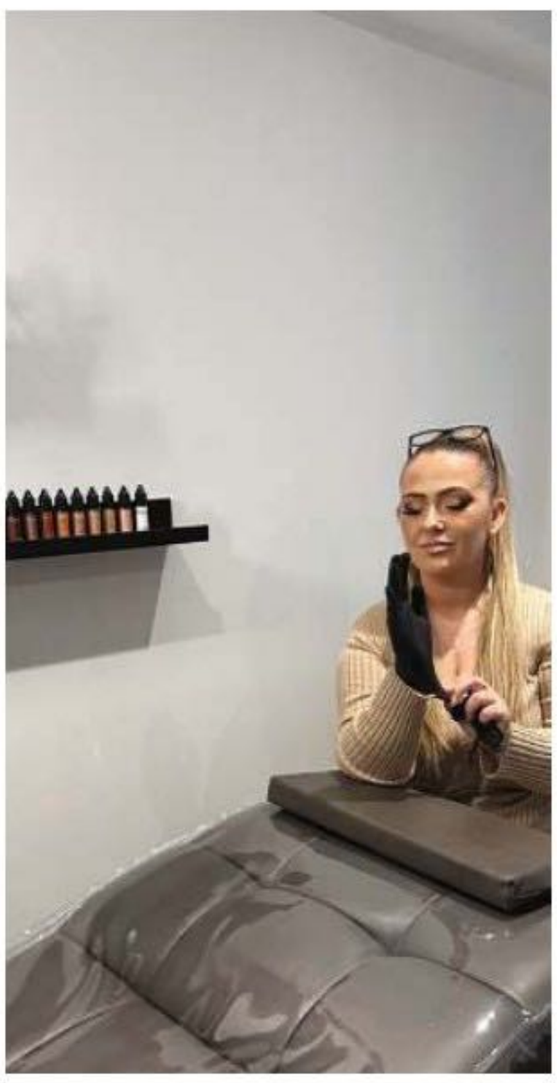


Photos : fouta et peignoir en jacquard

Véronique Bosc – v.bosc@kolmartrading.fr
01 46 03 28 15 - KOLMAR, 92100 Boulogne - kolmar.fr

« ÉCLORE », UN COCON ESTHÉTIQUE PENSÉ PAR JESSICA JAMMET

L'INFIRMIÈRE QUI REDESSINE LA CONFIANCE EN SOI



Jessica Jammet exerce à Pontoise une profession encore méconnue : infirmière dermographe réparatrice et esthétique. Son credo : réparer, apaiser, sublimer.

Après des formations pointues en dermo-pigmentation réparatrice, elle maîtrise l'art du camouflage des cicatrices et vergetures, ainsi que la reconstruction d'aréole mammaire pour les femmes opérées d'un cancer. En 2026, elle ajoute la tricopigmentation (microtatouage du cuir chevelu pour la calvitie), les cures de repousse des cheveux en injections et le microblading Nanobrows pour des sourcils naturels.

Chez « Éclore », chaque soin est précédé d'un vrai temps d'échange.

Ce nouvel espace s'annonce comme un refuge de l'intime pour retrouver l'estime de soi.

www.eclore-dermoreparateur.fr - eclore.ide@gmail.com
07 70 20 98 33 - eclore.esthetique

DAC

CAFÉ DE QUARTIER ET DE SPÉCIALITÉ



© tristansuty



© tristansuty

DAC ? Dose d'Art et de Café ; inauguré au printemps… Bien plus qu'un coffee shop. Cet établissement parisien est pensé pour "accueillir les gens du quartier, les familles, leurs animaux, etc., comme à la maison" nous confie Gonzague, le fondateur du concept.

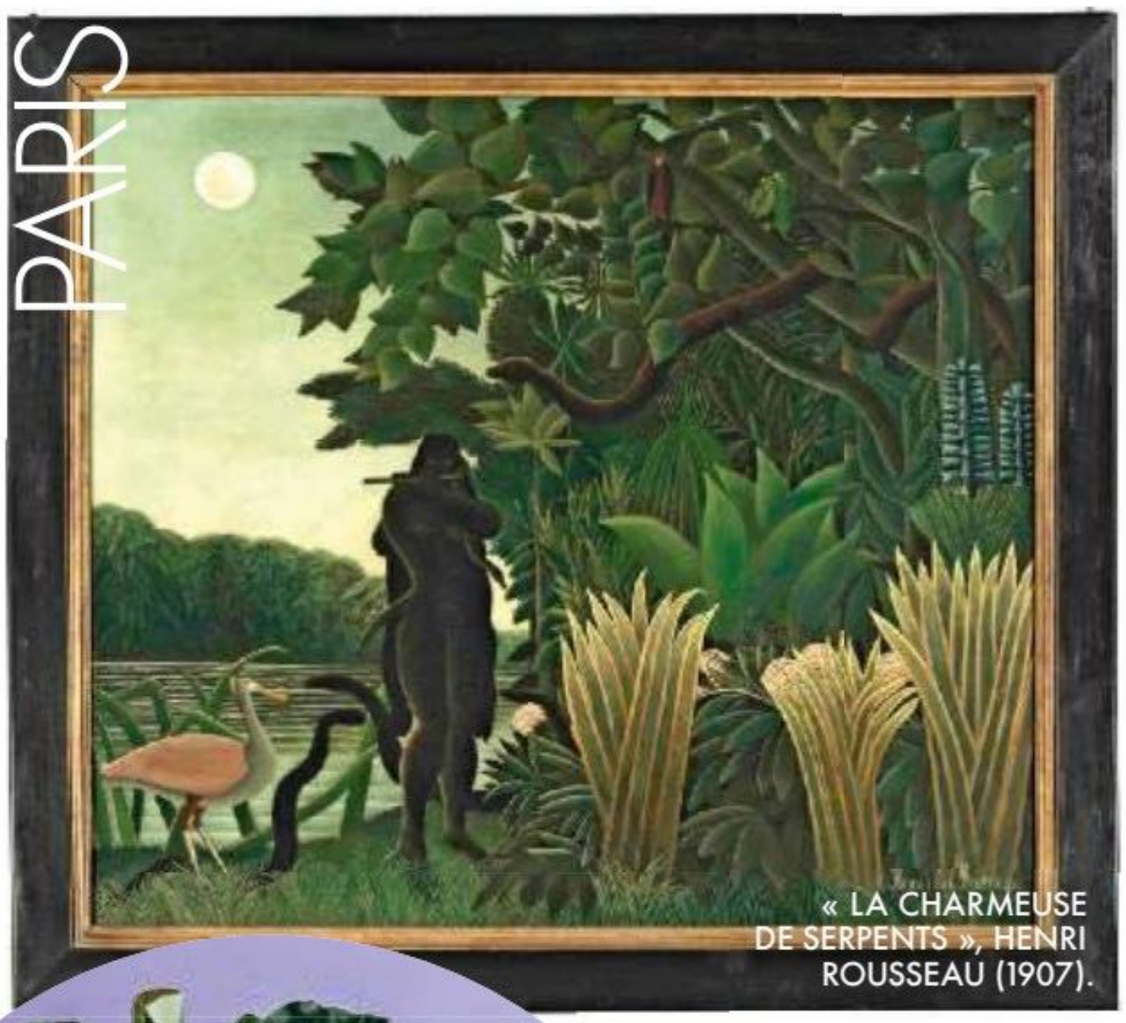
Au menu : des cafés (et des chocolats!) de spécialité ainsi que les incontournables des coffee shop comme le matcha, le ube et surtout le chai maison. DAC nous régale avec des merveilles sucrées et salées ; coup de cœur pour les sandwichs signatures du patron. Gonzague est décidément plein de ressources.

Un autre exemple ? Ses recettes qui valorisent la cascara (cerises de café). Vous l'aurez compris, côté sourcing, rien n'est laissé au hasard, avec passion et raison (à l'instar du mousseux lait de ferme, on adore!).

Ateliers pour enfants et adultes, brunch le week-end, sur place, ou à emporter !

30, rue de Lagny 75020 Paris - dac_coffeeshop

Directrice de rédaction : Laure Martin-Soutenet - *Rédaction* : Ségolène Barbé, Stéphanie Brard, Stéphanie Zeitoun



« LA CHARMEUSE DE SERPENTS », HENRI ROUSSEAU (1907).



MAISON COLOM.

TENTATIONS

TOUT CE QUI BUZZE

Expo, concerts, food… nos coups de cœur du moment.

PAR **SABINE ROCHE**



GILDAA.



LA REDOUTE x MAPOÉSIE.

FRANCESCO TRISTANO.

EN FAMILLE

Henri Rousseau avait une âme d'enfant, et ses peintures sont des rêves qui nous entraînent dans des forêts luxuriantes peuplées de fauves. L'exposition qui lui est consacrée au musée de l'Orangerie pourra inspirer les kids dans des ateliers organisés à la fin de la visite. Une publication pour les enfants accompagne aussi l'expo « Henri Rousseau. L'ambition de la peinture », en coédition avec Nathan.

Jusqu'au 20 juillet, musée de l'Orangerie (1er). musee-orangerie.fr

COMME UNE CHEFFE !

Fruitier et légumier haut de gamme depuis 1963, la Maison Colom est le fournisseur de tables renommées. Réputée auprès des professionnels, l'épicerie fine s'ouvre aux particuliers et livre à Paris et en région parisienne. Sur le site, avocats, betteraves, pamplemousses ou fraises sont photographiés comme des bijoux. Livraison offerte dès 50 € d'achat.

maisoncolom.fr

OVNI MUSICAL

Les prestations scéniques de Gildaa tiennent autant du spectacle que du concert. La chanteuse et violoniste franco-brésilienne entraîne son public dans un monde onirique sur des textes féministes chantés en français et en portugais. Le tout sur des rythmes afro-brésiliens teintés de jazz et d'électro. Gildaa vient présenter sur la scène de La Cigale son premier album, « Pensées diluviennes ». Sûr que l'on ne va pas en ressortir indemne.

Le 28 mai, La Cigale (18e). lacigale.fr

RÉTRO TROP BEAU

En collaboration avec La Redoute Intérieurs, Mapoésie sort une collection déco à l'esprit seventies. Une chaise longue, des parasols, des coussins aux motifs ondulés dans des tons orangés ou bleu-vert, assortis à du linge de lit, des plaids, de la vaisselle… Et comment résister à la pièce maîtresse, le tapis graphique aux formes arrondies (199 €). **laredoute.fr**

Bousculer les codes du concert classique, réunir des virtuoses venus d'univers différents ou faire dialoguer baroque et techno, telles sont les Folies musicales qui vont s'emparer du Châtelet. Au programme, la chanteuse Rosemary Standley, le violoniste indien L. Subramaniam, la gambiste Lucile Boulanger ou Francesco Tristano, qui célèbre un Bach électro. ●

Du 6 au 11 mai, Théâtre du Châtelet (1er). chatelet.com

PARIS, MUSEE D'ORSAY/PATRICE SCHMIDT/RMN GP ; PIERRE NATIVEL ; RYUYA AMAO ; PRESSE.

En Corse
LUXTORE réinvente *le luxe*



Chez LUXTORE, le luxe se raconte comme une histoire de passion et de liens. Fondée par Marthe Tomi Bescond, la maison puise son inspiration dans un parcours de vie jalonné d'expériences à l'étranger et de rencontres marquantes. Aujourd'hui, elle s'épanouit en famille, aux côtés de sa fille et de son beau-fils, épaulée par Florence et Anthony, piliers de la maison et véritables ambassadeurs de l'esprit LUXTORE.

LUXTORE célèbre un luxe sincère, fait de mode femme et homme, accessoires, joaillerie et objets d'art de vivre, mêlant avec délicatesse créateurs indépendants et maisons prestigieuses. À Ajaccio, la maison déploie son univers à travers deux boutiques : l'adresse emblématique LUXTORE et Sportswear Jeans & Co, pour un vestiaire casual et raffiné, fidèle à l'exigence du détail et du savoir-faire.

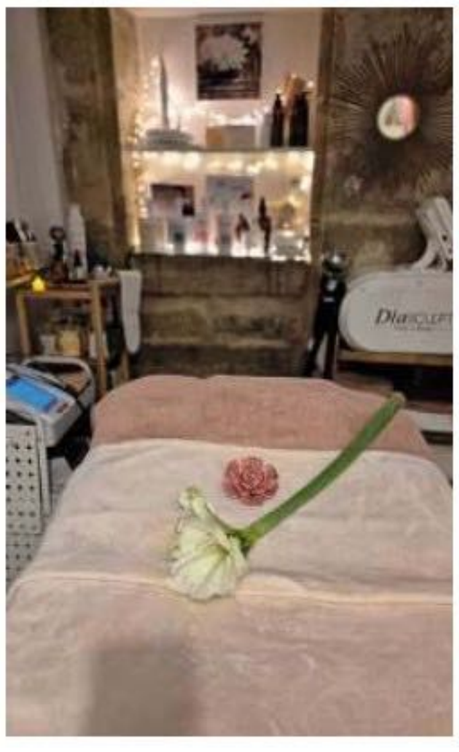
Avec l'attention portée à chaque geste, l'écoute constante et la passion pour la relation humaine, LUXTORE fait rayonner son univers au-delà des boutiques, grâce à sa présence en ligne et à ses événements soigneusement orchestrés. Ici, **le luxe est incarné, chaleureux et profondément humain**, une signature unique qui fait toute la différence.





8 rue Emmanuel Arène / 2 rue stephanopoli , 20000 Ajaccio
Tél. : 04 20 57 56 45 — www.luxtore.fr
Instagram : @Luxtore.Ajaccio — Facebook : Luxtore Ajaccio







CATHARMONIE
L'adresse parisienne où beauté et équilibre se rencontrent

Au cœur de Paris, entre Notre-Dame et Saint-Michel, CatHarmonie s'impose comme une parenthèse de douceur dédiée au bien-être global. Fondé par Catherine Pamar, cet institut intimiste est né d'une conviction simple : prendre soin de soi passe autant par l'écoute que par le geste juste. Formée à l'esthétique et aux pratiques de bien-être, Catherine a imaginé un lieu à son image, apaisant et chaleureux, où chaque rendez-vous devient un moment de reconnexion à soi. Dans cet espace intimiste, Catherine accueille chaque cliente avec une attention particulière, privilégiant l'écoute et la douceur. Luxopunctrice diplômée, elle propose une méthode inspirée de l'acupuncture, sans aiguilles, utilisant la lumière infrarouge pour rééquilibrer l'organisme, apaiser le stress, accompagner la gestion du poids ou encore soutenir l'arrêt du tabac. Massages Kobido, drainage lymphatique, soins Bloomea ou protocoles amincissants complètent une offre mêlant traditions et technologies douces. Travaillant exclusivement avec des marques françaises, Catherine défend une vision du soin naturelle et respectueuse. Son ambition : aider les femmes à se sentir belles à l'extérieur tout en renforçant leur harmonie intérieure, dans un lieu où calme, professionnalisme et bienveillance ne font qu'un.

39, Quai des Grands Augustins, 75006 Paris
www.catharmonie.fr — Instagram : @catharmonie94
Facebook : CatHarmonie 94



TBS

En 2026, l'iconique chaussure bateau TBS réaffirme sa versatilité : du bureau au littoral, elle s'adapte à tous les horizons. Véritable héritage de la marque présent depuis 1983, ce modèle incarne un savoir-faire authentique, avec une fabrication au Portugal. Cette saison, la collection se distingue par la Phenise, au cuir premium ultra-souple, robuste et confortable, et la Lazaria, revisitée dans un coloris tan et rose résolument moderne. Une signature intemporelle pour une allure sans compromis, toute la journée.

Modèles Phenise, 109,99 €, et Lazaria, 129,99 € (prix observés). tbs.fr



HÔTEL LA RÉSERVE DE SAINT-JEAN-DE-LUZ

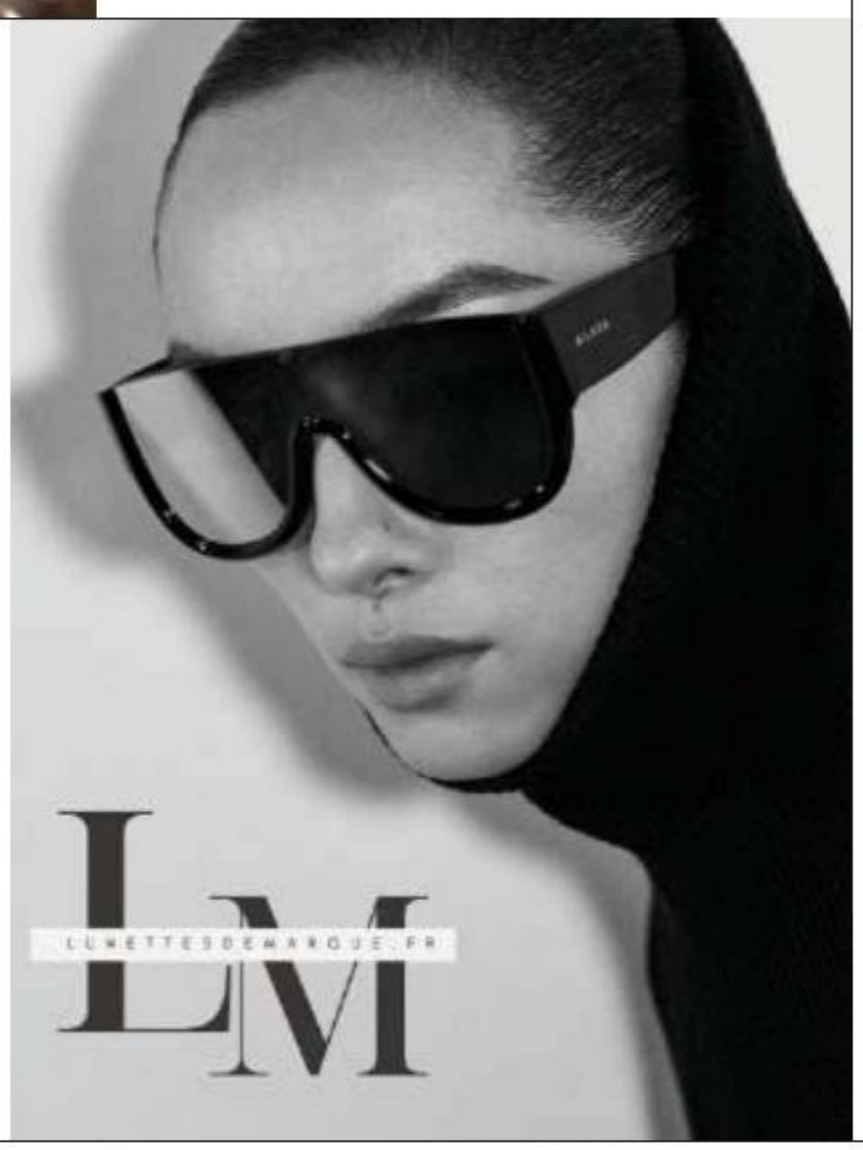
Perché face à l'océan Atlantique, au sommet de la falaise, l'hôtel 4* La Réserve de Saint-Jean-de-Luz se définit comme une expérience à la fois authentique, sensorielle et fidèle à l'esprit du Pays basque. Les chambres et suites, inspirées par l'architecture locale, avec terrasses ou balcons panoramiques, offrent tout le confort nécessaire pour un séjour agréable. Côté gastronomie, l'hôtel met l'accent sur une cuisine régionale raffinée au restaurant Ilura, où les produits locaux sont sublimés par le chef Bastien Soumoulou. Pour vous relaxer, profitez de la piscine à débordement ainsi que des séances en plein air de yoga, Pilates et breathwork. Tennis, surf, randonnée sur le sentier littoral et soirées festives font également partie des activités proposées. L'occasion de savourer la beauté naturelle du Pays basque, vivre des moments joyeux autour de la table, se détendre pleinement dans un cadre inspirant, et goûter à une élégance simple profondément ancrée dans son territoire.

Pointe Sainte-Barbe, 1, rue Gaëtan-de-Bernoville, Saint-Jean-de-Luz (64). 05 59 51 32 00. hotel-lareserve.com

LUNETTES DE MARQUE

Envie de payer vos lunettes de marque au meilleur prix ? Rendez-vous sur Lunettes de Marque. Le site propose les nouvelles collections des maisons les plus en vogue, telles que Alaïa, Balenciaga, Bottega Veneta, Chloé, Saint Laurent. Pour les lunettes de vue comme pour les solaires, le choix est vaste, tous les modèles sont disponibles, sans exception. Le parcours d'achat est simple et accompagné par un service client joignable et attentif. Les montures sont livrées partout en France, gratuitement, dans leur packaging d'origine.

lunettesdemarque.fr

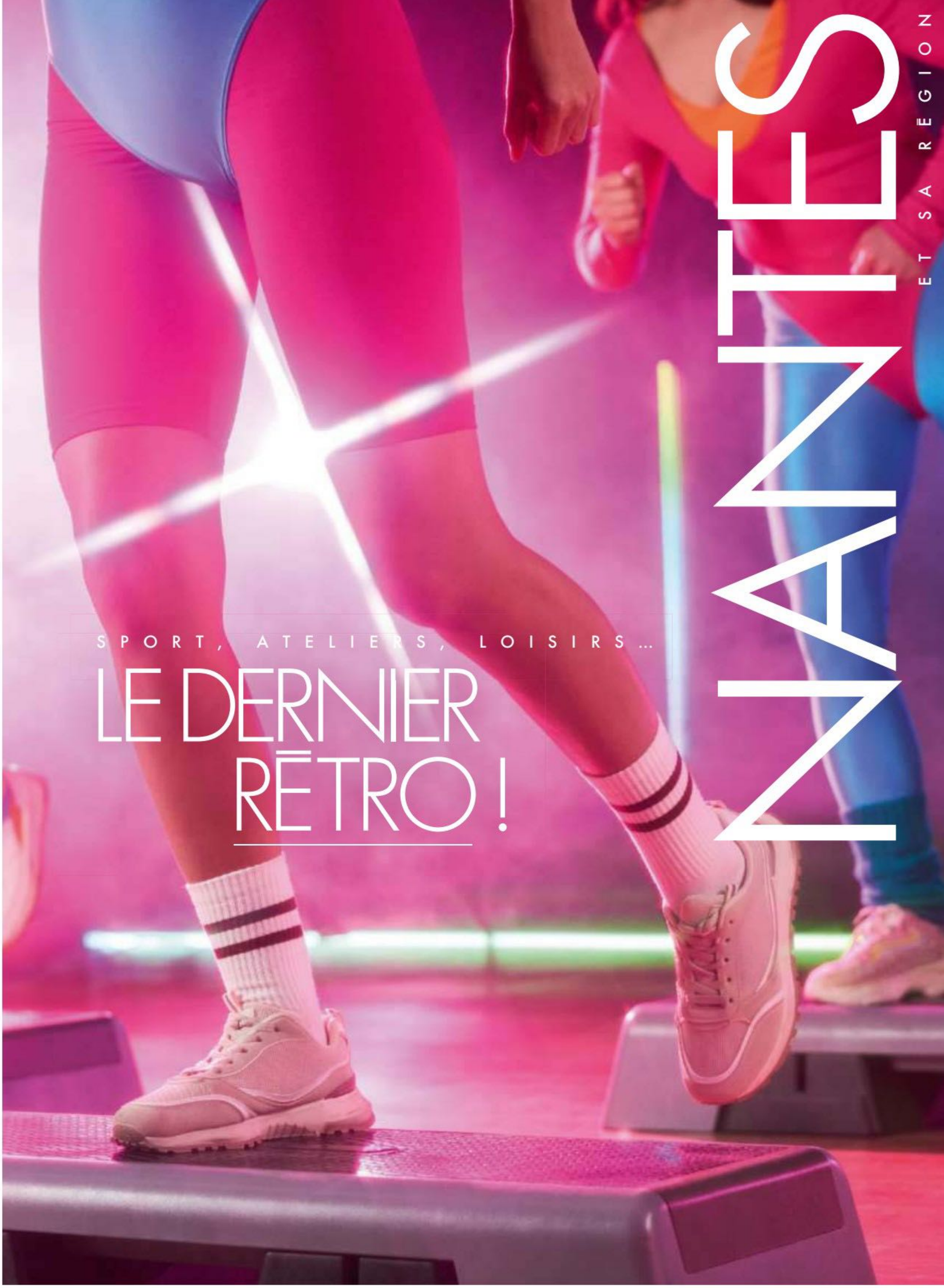


SOVAGE

Sovage s'impose comme la première Maison française spécialisée dans les assemblages gastronomiques d'hydrolats. Ceux-ci sont issus de la distillation douce, une technique empruntée aux plus grandes parfumeries françaises. Cette distillation à basse température permet de capturer la signature aromatique la plus pure des fleurs, herbes, épices, fruits... Très faibles en sucre et dénués d'alcool, ces hydrolats révèlent ce que le végétal a de plus délicat, offrant des parfums précis et élégants, des arômes nets et subtils, une texture aérienne, une longueur en bouche surprenante et des accords totalement nouveaux. Sovage vous présente trois cuvées, pensées comme des compositions aromatiques : le Floral, l'Herbacé et le Doux & Épicé. Elles proposent des univers gustatifs uniques, loin des références alcoolisées classiques.

sovage.fr





GETTY IMAGES



TOUR DE LA TERRE

LOISIRS

PLAISIRS VINTAGE

Aller à la pêche, se remettre au tricot, faire de la danse de salon ou de la broderie… C'est le grand retour des hobbies d'antan.

PAR **FABIENNE ULLMANN**

LOCAL
COUP DE PALET

L'association La P'tite Planche promeut le palet breton en animant des événements et sessions ouvertes à tous en Bretagne. À Nantes, les séances ont lieu chez Barberousse, un mardi sur deux, de 18 h 30 à 22 h. Pour découvrir ce jeu qui consiste à lancer des palets sur un plateau de bois, Barberousse prête le matériel en échange de quelques consommations.

91, rue Maréchal-Joffre, Nantes. @barberousse.nantes et @laptiteplanche

ARTY
MAÎTRE CARREAU

L'atelier Tour de la terre organise avec l'artiste José Urteaga des cours de mosaïque en carrelage. Il faut deux heures pour apprendre à manier les outils, composer une petite plaque en noir et blanc, comprendre la composition du collage des pièces avant de réaliser une mosaïque multicolore et plus complexe. Les samedis, de 14 h à 16 h, 70 €.

5, rue Urvoy-de-Saint-Bedan, Nantes. atelier-tourdelaterre.fr.

La Fédération départementale de pêche propose des initiations et découvertes des différentes techniques de pêche en eau douce (10 €), encadrées par des moniteurs diplômés, pour des participants de tous âges. Avec cette année une nouveauté : la pêche des écrevisses, réjouissante en famille. •••

federationpeche44.fr

JOSE URTEAGA

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

10:00 —
LES PIEDS
DANS L'EAU

Laure SANTA MILA
experte bien-être et
des bienfaits de l'océan

Libre *de changer* de cap

12:00 —
LES PIEDS
DANS L'EAU

TBS®
MARQUE FRANÇAISE
DEPUIS 1978

Photographies retouchées



BIÈRE ET LAINE

CONVIVIAL

APÉRO TRICOT

L'association Bière et Laine organise des rendez-vous tricot et crochet tous les mardis à 19 h autour d'un verre à la crêperie Le Milan et le Rossignol, et le samedi, à l'heure du goûter, aux Triplettes de Nantes. Chacun vient avec son ouvrage en cours, pour papoter, échanger des astuces, rencontrer du monde et passer un bon moment. L'inscription se fait en ligne chaque semaine, le dimanche à partir de 19 h..

Nantes. biereetlaine.fr @biereetlaine

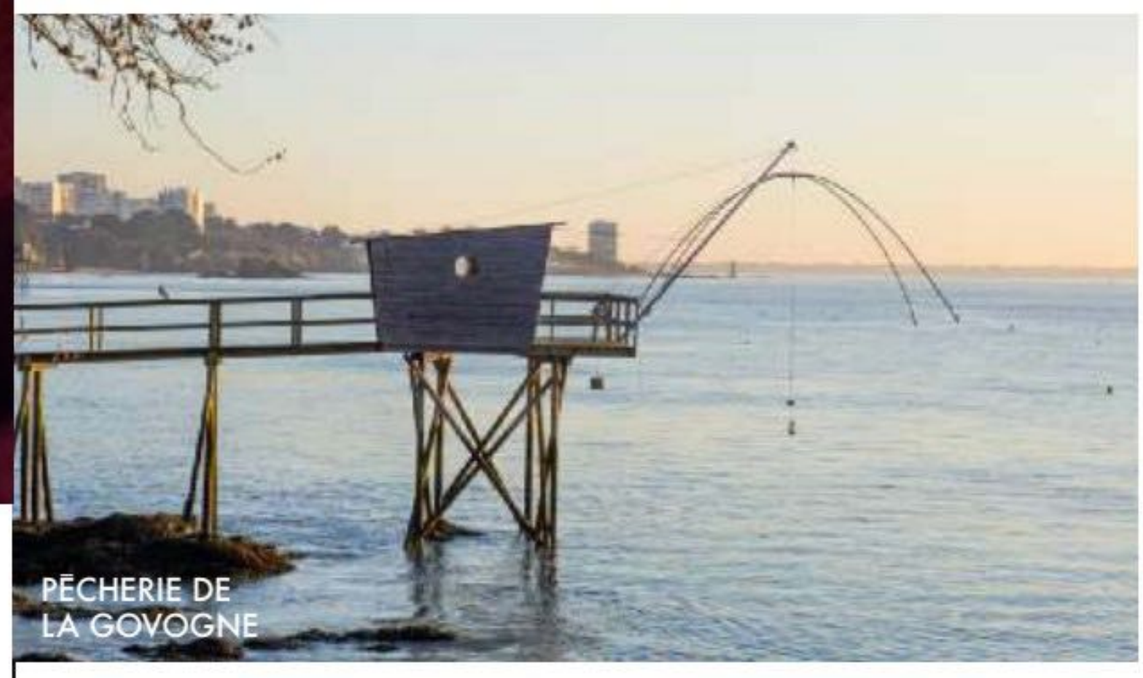
MUSÉE-ATELIER DE L'IMPRIMERIE

VÉGÉTAL

IMPRESSIONS BLEUES

L'Atelier Moëli prend ses quartiers à la Maison des Utopies Magnifiques, à Trentemoult, pour proposer des ateliers de création d'herbier en cyanotype, ce procédé photographique utilisé depuis le XIXe siècle qui révèle à la lumière du soleil plusieurs nuances de bleus. À l'issue du cours, chacun repart avec plusieurs tirages sur papier, de format A6 à A4. 55 €/2 heures.

8, rue Félix, Rezé. atelier-moeli.com



PÊCHERIE DE LA GOVOGNE

APAISANT

JOUR DE PÊCHE

Les pêcheries sont des cabanes sur pilotis équipées de filets suspendus à des perches de châtaignier. La pêcherie de la Govogne, à La Plaine-sur-Mer, se loue uniquement pour la pêche de jour à marée basse (à partir de 42 €). Elle peut accueillir jusqu'à 5 personnes équipées de seaux et appâts.

Office intercommunal de Pornic. Tél. : 02 40 82 04 40. pornic.com

Calligraphie, peinture chinoise, enluminure, gravure pointe-sèche… ces techniques sont enseignées au Musée-atelier de l'imprimerie lors de stages allant de trois heures (à partir de 35 €) à deux jours. Un atelier de reliure animé par Sophie Charlot est proposé le mardi (22 €/heure). •••

24, quai de la Fosse, Nantes. Tél. : 02 40 73 26 55. musee-imprimerie.com @MuseeImprimerieNantes

PRESSE; CHLOE-DEMORA
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Edgar ULRICH,
champion de kitesurf

11:00 —
EMPORTÉ
PAR LA HOULE

Libre *de changer* de cap

16:00 —
EMPORTÉ
PAR LA FOULE

TBS®
MARQUE FRANÇAISE
DEPUIS 1978

Photographies retouchées


LE CHAT FLEURI

PIQUANT

GOOD FIL

Les ateliers Le Chat Fleuri organisent des sessions de broderie qui comprennent : accueil autour d'une boisson chaude, présentation du matériel traditionnel, sélection du motif et exploration des points de base. Chacun repart avec son tambour, son aiguille et ses fils pour terminer l'ouvrage à la maison, avec l'envie de commander d'autres kits en ligne pour s'adonner à cette nouvelle passion. 60 € la séance de 2 h 30.

5, rue de Keren, Nantes. lechatfleuri.fr
@le.chat.fleuri


44 DANSE STUDIO

PAS DE DEUX

Plutôt rock ou swing ? Danse de salon, paso doble, valse ou tango ? Les cours privés de 44 Danse Studio permettent de se remettre à niveau en duo (75 € l'heure, 350 € les 5 heures, 600 € les 10 heures), et même de s'initier au bachata, au cha-cha-cha ou au be-bop.

6, rue Gabriel, Nantes.
44dansestudio.com


TITFRABIK

ARTISANAL

C'EST GRAVÉ !

Du dessin à l'impression finale, toutes les étapes de la linogravure, dont la gravure et l'encrage, sont détaillées pendant l'atelier de la Titfrabik. Bonus : en fin de session, les participants conservent leur plaque de linoleum et l'impression monochrome sur papier de leur œuvre. 50 €/2 h 30.

71, rue Hector-Berlioz, Nantes.
latitfabrik.com @lea.farge

La boule nantaise est un sport d'équipe et de précision né au XIXe siècle dans les chantiers navals. Pour renouer avec la tradition, l'Amicale du Lorrain invite les volontaires à des séances d'initiation à La Pente Douce, où est installé son boulodrome (5 €/pers., réservation obligatoire). ●

86 bis, rue Nicolas-Appert, Nantes. Tél. : 02 40 85 77 30. @lapentedouce_nantes

RÉDACTRICE EN CHEF DES ÉDITIONS RÉGIONALES : MANOU FARINE. RESPONSABLE : ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE. 1ÈRE RÉDACTRICE GRAPHISTE : ÉMILIE HUSSENOT. RÉALISATION : AGENCE SOCRATE. RÉDACTRICE EN CHEF : SANDRINE BOUILLOT. MAQUETTISTE : SYLVIE AGOSTINI. SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : ALEXANDRA ROY. RESPONSABLE PÔLE IMAGE : STÉPHANIE DUCHÊNE. ICONOGRAPHE : ANNE-SOPHIE DE NEVE. A COLLABORÉ À CE NUMÉRO : FABIENNE ULLMANN. SERVICE PUB : CMI MEDIA RÉGIONS. TÉL. : 01 74 85 85 85.

TUMBAO PIX ; AUDREY CHARLES ; PRESSE

LE NOUVEAU HORS-SÉRIE ELLE



CHEZ VOTRE MARCHAND DE JOURNAUX

et sur www.hs-elle.jemabonne.fr
Plus simple, plus rapide en scannant le QR code



DES ARTISTES DE RENOM À LA BAULE

Chaque année, La Baule Evènements vous propose un programme riche et varié avec plus de 60 spectacles, des conférences gratuites, mais aussi des festivals et des salons. Un agenda que vous appréciez dans le confortable amphithéâtre du palais des congrès et des festivals Atlantia. En 2026, Fabrice Éboué, Marie-Claude Pietragalla, Vérino, Bernard Werber, Lynda Lemay... et bien d'autres artistes encore se produiront à La Baule. Cet été, profitez également de deux soirées-concerts exceptionnelles avec Laurent Voulzy et Synapson sur la scène du parc des Dryades.

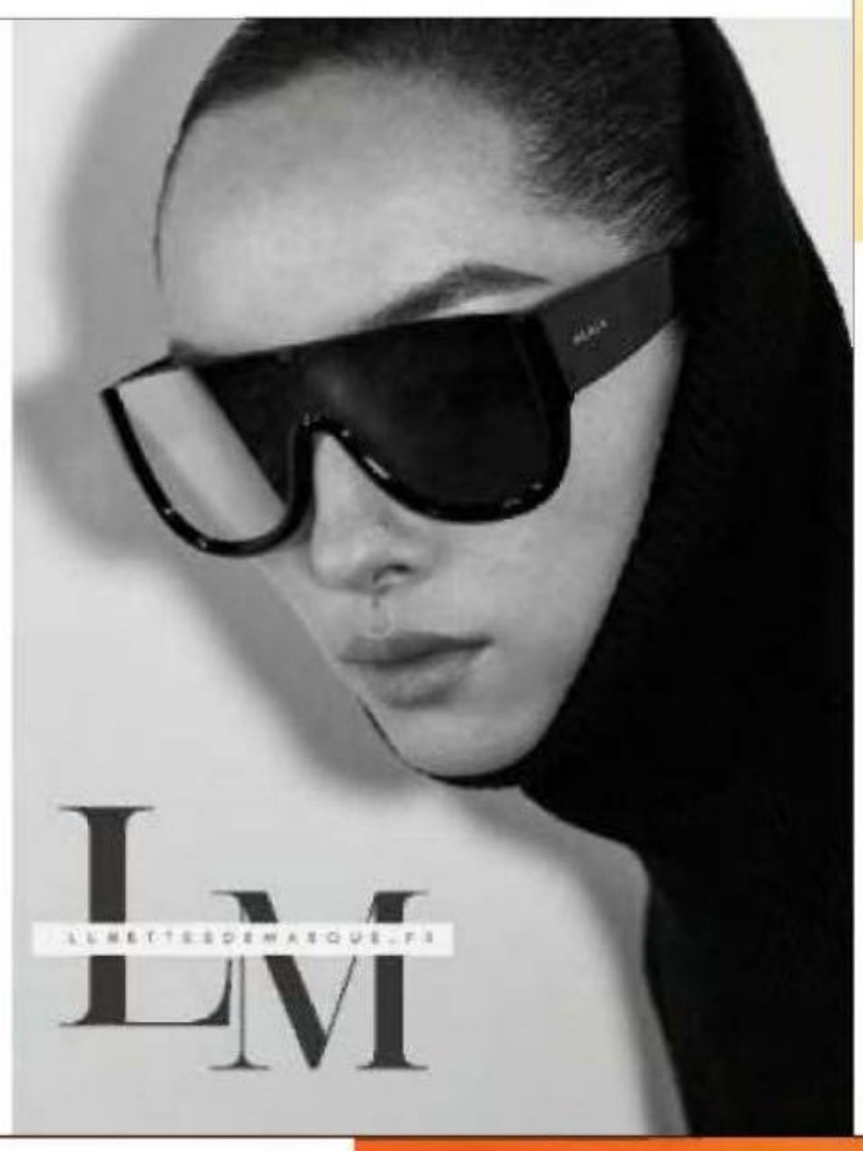
Informations et réservations : labaule-evenements.com



LUNETTES DE MARQUE

Envie de payer vos lunettes de marque au meilleur prix ? Rendez-vous sur Lunettes de Marque. Le site propose les nouvelles collections des maisons les plus en vogue, telles que Alaïa, Balenciaga, Bottega Veneta, Chloé, Saint Laurent. Pour les lunettes de vue comme pour les solaires, le choix est vaste, tous les modèles sont disponibles, sans exception. Le parcours d'achat est simple et accompagné par un service client joignable et attentif. Les montures sont livrées partout en France, gratuitement, dans leur packaging d'origine.

lunettesdemarque.fr



FORTES

Le 31 mai, les mamans sont a l'honneur. Pour faire plaisir à la vôtre, offrez-lui la sublime bougie Gold « Tu gères Maman ». En plus d'embaumer divinement la maison avec son délicat parfum de fleur de frangipanier, elle est dotée d'un message qui va lui mettre du baume au cœur : « Quand tu allumes cette bougie, ça sent la maman qui gère ici ». Un clin d'œil tendre et lumineux pour lui rappeler combien elle est précieuse.

Bougie Gold « Tu gères Maman », 25,90 € (prix observé). plusfortes.com

BIC

Vous avez envie de laisser libre cours a votre créativité ? Les marqueurs peinture Intensity sont ceux qu'il vous faut. Ils sont conçus pour écrire, dessiner et personnaliser sur (presque) toutes les surfaces, en intérieur comme en extérieur. Disponibles en teintes intenses ou pastel, ils vous offrent une prise en main intuitive pour une utilisation simple et sans contrainte. Polyvalents et faciles à manier, ils sont idéaux pour décorer les objets du quotidien.

Marqueurs peinture BIC Intensity, 20,99 € l'étui de 8 (prix observé). fr.bic.com





GETTY IMAGES



LOISIRS

PLAISIRS VINTAGE

MATIÈRE PREMIÈRE L'ATELIER

Aller à la pêche, se remettre au tricot, faire de la danse de salon ou country… C'est le grand retour des hobbies d'antan.

PAR **AMANDINE PLACE**

AUTHENTIQUE

ESPRIT VANNERIE

Tresser les fibres végétales est un art millénaire auquel Céline Boussier, de la Vannerie des Sorgues, initie ses stagiaires. En une journée, on fabrique une corbeille bicolore (100 €). En deux jours, cela peut être un panier à anse ou tresse spiralée burkinabé (185 €). Le plus ? Un osier cultivé sur place, sur la parcelle de la vannière, en agriculture naturelle.

354, ch. des Escaliers-de-l'Anduze, Le Thor (84). Tél. : 06 10 18 43 67. vanneriedessorgues.fr

ATISANAL

MAIN HEUREUSE

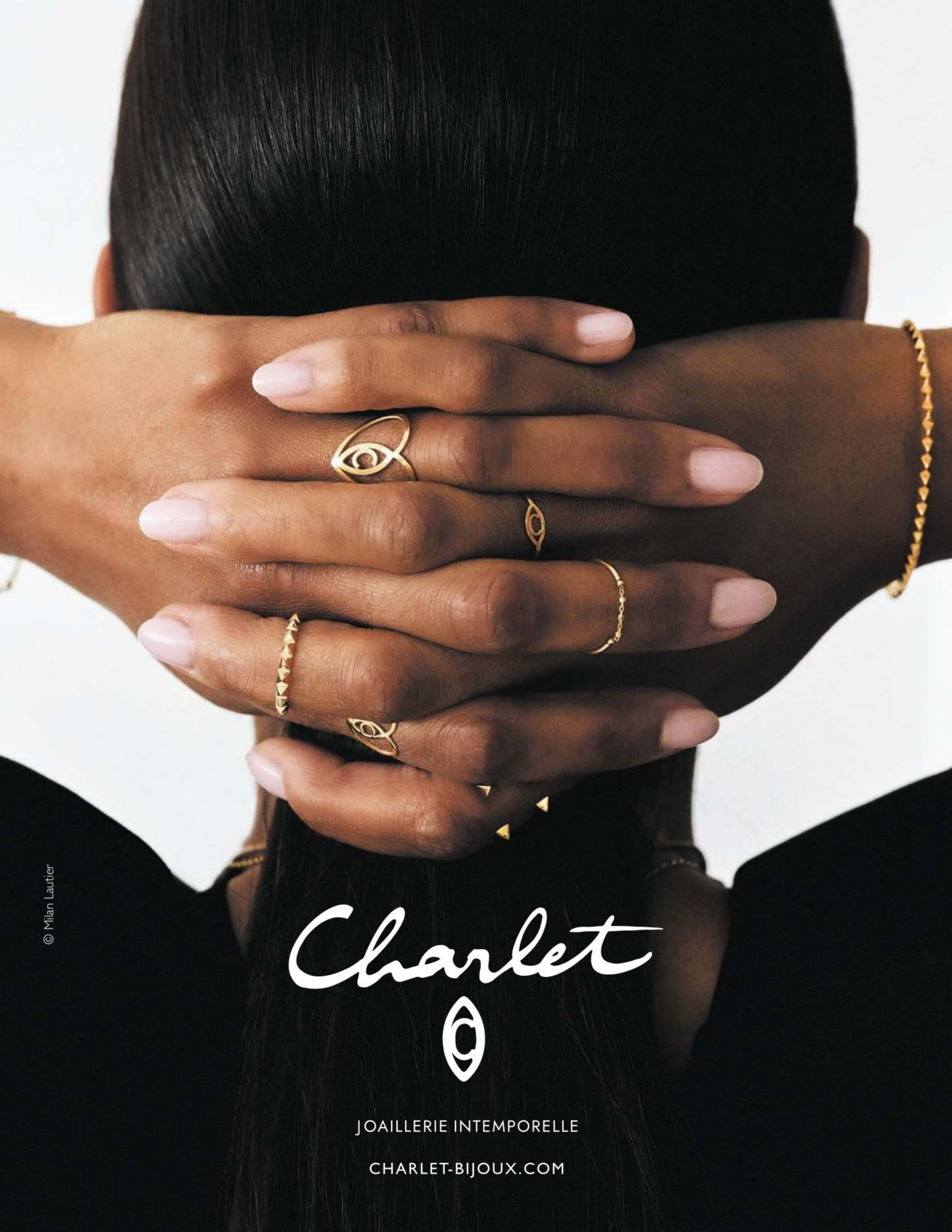
Charlie Martel, la créatrice de Matière Première l'Atelier, transmet les bases du tissage lors de sessions de 3 h à 3 h 30. Un format long qui laisse le temps d'acquérir les gestes pour réaliser des pièces en laine mérinos locale ou matières upcyclées de la filature Brun de Vian-Tiran… Tarifs dégressifs : 100 € pour 1 pers à 80 €/pers pour 5 pers.

372, rue de la République, Goult (84). Tél. : 06 45 56 60 92. matierepremierelatelier.fr

À l'étang du Bicou, aux Saintes-Maries-de-la-Mer, un couple aux mille vies propose une pêche tranquille en « no kill », pour le plaisir de sortir de l'eau carpes, carassins, black-bass qui frayent dans ces eaux calmes. On aime la buvette et l'accueil simple et familial. 20 € la journée/pers, matériel fourni (cannes, appâts). ●●●

Pont de Gau, route d'Arles, Saintes-Maries-de-la-Mer (13). Tél. : 06 03 27 33 61.

ELODIE FOROT


© Milan Lautier
Charlet
JOAILLERIE INTEMPORELLE
CHARLET-BIJOUX.COM



CRABE PIMENT

ANTIQUE

CHIC MOSAÏQUE

Ā l'atelier de mosaïque Crabe piment, Marine Blanchard et Constance Alexandre démocratisent cette technique noble venue de l'Antiquité et transmettent les bases de la discipline (initiation : 49 €, durée 2 h 30 à 3 h 30). Le lieu accueille aussi des ateliers libres pour donner une seconde vie aux objets en les ornant de mosaïque (à partir de 14 €/heure).

118, rue d'Endoume, Marseille 7e. Tél. : 09 83 49 67 93. crabepiment.fr



BĒATRICE BAULARD

ICONIQUE

CHEERLEADERS

Pompons, tenues shiny, déhanchés sexy… tous les attributs mythiques des pom-pom girls sont réunis au CheerDance Club, en plus d'une belle énergie collective ! Certains cours sont réservés à la pratique en loisir, mais une section « show » prépare les recrues à des performances lors d'événements.

Cours dans les 8e, 9e et 12e arrondissements de Marseille. Tél. : 06 20 18 56 17/06 28 45 16 92. pompomgirls-cheerdance-club-marseille-26.webself.net



JOYFULL DANCER

CADENCĒ

COUNTRY CLUB

Pas besoin de partenaire pour danser ! Ā Miramas, les Joyfull Dancer se trémoussent sur de la country tradi ou de la danse en ligne. Les santiags et le chapeau sont les bienvenus. Ici, une seule idée : s'amuser. Pour une adhésion à l'année (100 €), on peut danser jusqu'à 8 fois par semaine !

Gymnase du collège Camus, bd de Maupassant, Miramas (13). Tél. : 06 50 80 48 24. @Joyfull-dancer sur Facebook

Crocheteuse, tricoteuse, brodeuse… Béatrice Baulard est une créatrice textile qui aime partager ces savoir-faire du fil. Au programme : dessin du motif, choix des couleurs, puis travail au pistolet à laine pour composer une petite surface textile ensuite tondue de manière uniforme. 160 €/4 heures, matériel fourni. ●●●

Venasque (84). Tél. : 06 45 89 63 33. beatricebaulard.fr

LAUREEN PHOTOGRAPHE ; BERNARD FUENTEZ ; JULIANA NAKATAN

Bonnes Mères



©Pierre et Gilles, *La Vierge à l'enfant*, Hafsia Herzi et Loric, 2009

Mucem

Exposition
18 mars—31 août 2026

MINISTÈRE DE LA CULTURE
Liberté Égalité Fraternité

Avec le soutien de
CAISSE D'EPARGNE CEPAC
ONET

Avec le partenariat exceptionnel de
Christofle

Partenariats médias
Le Monde · La Provence · ELLE · Konbini · ici Radio TV Digital · france•tv



L'ÉCOLE BUISSONNIÈRE



DANSES Ā GOGO

Ā Marseille, le club Swing on Mars s'est donné pour mission de faire swinguer la ville, en mêlant lindy hop, solo jazz, balboa, collegiate shag et blues. Avec des cours, des ateliers, des soirées…

Divers lieux à Marseille.

swingonmars.com


SWING ON MARS

BOTANIQUE

CUEILLETTES SAUVAGES

Lors de balades-ateliers de L'Ēcole buissonnière dans le pays d'Aix, Pauline Seguin réveille notre regard sur le végétal en nous apprenant, loupe à la main – comme les herboristes d'autrefois – à identifier et utiliser les plantes comestibles et médicinales locales.
En groupe à partir de 17,5 €/pers.
Privatisation : 152 €.

Tél. : 06 27 91 36 94.

lesbaladesdepauline.fr


LE FIL EN TROP'

DIY

CAFĒ CRĒATIF

Crochet, tricot, jacquard… tout s'apprend au café tricot Le Fil en Trop'. L'accompagnement prend différentes formes : des ateliers (40 €/2 heures, laine et aiguilles fournis), des sessions « Open laine » gratuites (avec conso au café), où circulent conseils, modèles et idées, pour des créations encore plus personnelles.

124, rue d'Aubagne, Marseille 6e.

Tél. : 07 82 75 13 31. lefilentrop.fr

Toute récente, la première école de roller dance de Marseille propose de danser en patinant dans une ambiance disco. On s'entraîne à réaliser les pas et enchaînements et à circuler en musique. Accessible aux débutants. 20 € la séance, 175 € les 10. Location de patins possible. •

Skatepark du Palais omnisports, 12, bd Fernand-Bonnefoy, Marseille 10e. Tél. : 06 13 06 26 78. brigaderollstudio.fr

RĒDACTRICE EN CHEF DES ĒDITIONS RĒGIONALES : MANOU FARINE. RESPONSABLE : ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE. 1ĒRE RĒDACTRICE GRAPHISTE : ĒMILIE HUSSENOT.
RĒALISATION : AGENCE SOCRATE. RĒDACTRICE EN CHEF : SANDRINE BOUILLOT AVEC NATALIA GRGONA. MAQUETTISTE : SYLVIE AGOSTINI. SECRĒTAIRE DE RĒDACTION : ALEXANDRA ROY.
RESPONSABLE PÔLE IMAGE : STĒPHANIE DUCHĒNE. ICONOGRAPHE : ANNE-SOPHIE DE NEVE. A COLLABORĒ Ā CE NUMĒRO : AMANDINE PLACE. SERVICE PUB : CMI MEDIA RĒGIONS.
TĒL. : 01 74 85 85 85.

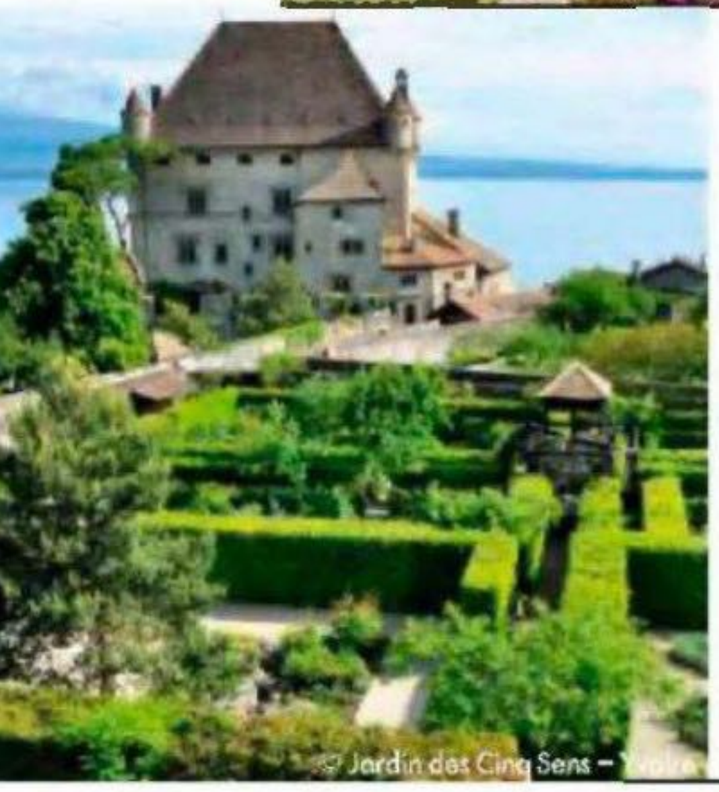
SAM D ORLAN DE POLIGNAC ; EMMANUELLE HERVEOU. ; MEGAN PHILLIPS
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTĒ. Ā CONSOMMER AVEC MODĒRATION.

JARDIN EXOTIQUE D'EZE

Perché à 429 mètres au-dessus de la Méditerranée, sur l'emplacement d'une ancienne forteresse médiévale, le jardin exotique d'Eze vous invite à admirer une multitude de plantes tout en profitant d'une vue exceptionnelle sur la Riviera. Sur sa partie sud, ce sublime espace abrite plusieurs dizaines d'espèces de plantes grasses et autres espèces exotiques venues des quatre coins du monde. La partie nord, quant à elle, accueille principalement des plantes méditerranéennes ou de régions humides, avec des grottes et une cascade. Vous pouvez compter sur les parcours thématiques et artistiques pour flâner en vous imprégnant de l'histoire du lieu. Yuccas, agaves, cactus, aloès... c'est une véritable parenthèse en immersion dans la nature qui vous attend !

Rue du Château, Eze (06). jardinexotique-eze.fr


Jardin exotique d'Eze © BBO Studio


© Jardin des Cinq Sens – Yvoire

JARDIN DES CINQ SENS

Pour mettre tous vos sens en éveil, rendez-vous au Jardin des Cinq sens d'Yvoire. Divisé en deux moitiés, vous allez retrouver, dans la première, une prairie alpine faisant écho aux Alpes environnantes, un sous-bois orné de plantes d'ombre, un tissage d'inspiration Renaissance et un cloître de charmilles, véritable lieu de méditation. La seconde moitié forme un labyrinthe de quatre petits jardins consacrés à la vue, au toucher, au goût et à l'odorat. L'ouïe, quant à elle, est représentée par le chant des oiseaux et le bruit de l'eau. Une belle promenade sensorielle à travers 1 500 variétés de plantes extraordinaires.

Rue du Lac, Yvoire (74). jardin5sens.net


Jardin botanique de Vauville © DR

JARDIN BOTANIQUE DE VAUVILLE

Tout au bout du Cotentin, contre vents et marées, se cache le jardin botanique de Vauville, incroyable oasis, réunissant plus de 1 000 espèces de plantes originaires de l'hémisphère austral. Grâce au Gulf Stream, courant qui passe au large des côtes, il y pousse de fascinantes essences tropicales que le créateur de ce petit paradis, le botaniste et parfumeur Eric Pellerin, a su acclimater depuis 1948. Arpentez les 4,5 hectares pour découvrir les palmiers de Chine, les douves où trônent les fougères royales de Tasmanie, ou encore l'imposant bassin aux rhubarbes géantes du Brésil. Ce jardin se distingue par sa collection de plantes et d'arbres rares à feuillage persistant. Toute l'année, il offre un panorama dont les teintes se marient avec la mer, mais aussi avec les landes sauvages qui dominent le site. Un merveilleux écrin qui va vous éblouir !

1, route du Thôt, La Hague (50). jardin-vauville.fr

LA ROSERAIE DU VAL-DE-MARNE

Symbole d'amour et de passion, la rose s'admire sous toutes ses formes et couleurs à la roseraie du Val-de-Marne. Ce lieu, créé en 1894 par Jules Gravereaux, avec le concours de l'architecte-paysagiste Edouard André en 1899, compte plus de 2 000 espèces différentes réparties sur 11 000 rosiers. Des roses d'Extrême-Orient aux roses galliques, en passant les roses horticoles anciennes, Malmaison, modernes, ou encore les rosiers pimprenelle, botaniques et rugueux, ce sont des milliers de variétés que recèle ce jardin historique hors du commun. Pour en prendre plein les yeux et profiter de votre visite, il est conseillé de venir au mois de juin, période optimale de floraison.

Rue Albert-Watel, L'Hay-les-Roses (94). roseraie.valdemarne.fr


© Eric Legrand-CD94

ACTUALITÉS COMMERCIALES - ELLE.FR



LA PROVENCE EN IMMERSION

Au cœur de Manosque, L'Occitane en Provence réinvente la visite de sa Manufacture à travers un parcours immersif inédit. Au programme, une plongée au plus près de la terre et de ses six plantes iconiques, entre agriculture régénératrice et procédés d'extraction responsables. La visite se prolonge dans les laboratoires de démonstration, où la biologie de la peau et du cheveu vous révèle toute la performance scientifique et la sensorialité des soins. Entre héritage et innovation, la Manufacture partage ainsi son expertise unique et son savoir-faire artisanal. Dans le prolongement naturel de cette immersion, la boutique repensée devient un lieu de découverte et de mieux-être : soins experts, diagnostics personnalisés et art d'offrir sur mesure invitent chacun à vivre la Provence autrement, au cœur même de son lieu de création.

Réservation des visites sur fr.loccitane.com/visite-usine-loccitane-manosque



HÔTEL ***** LE SAINT-RÉMY

Niché dans un hôtel particulier du 19e siècle, Le Saint-Rémy invite à une parenthèse de raffinement, où chaque détail révèle la beauté du Sud. Ici, le temps se suspend pour célébrer l'élégance discrète, le bien-être absolu et un accueil attentionné. Ā travers ses 31 chambres et suites, sa villa privative, son restaurant Lou Patio, son rooftop panoramique et son spa d'exception, l'hôtel offre une expérience sensorielle unique, entre plaisir, sérénité et art de vivre. Bienvenue dans un lieu où le luxe se vit en harmonie avec l'environnement, l'histoire et ceux qui le font rayonner.

16, boulevard Victor-Hugo, Saint-Rémy-de-Provence (13). 04 84 51 04 51. le-saint-remy.fr

UN RÉSEAU DE PROXIMITÉ AVEC PLUS DE 40 EXPERTS DÉDIÉS

UN ACCOMPAGNEMENT COMPLET, DU CONSEIL À L'ACTIVATION DE VOS CAMPAGNES MÉDIA, EN RÉGIONS.



Un guichet unique pour une offre inégalée en régions : la puissance de marques de presse premium exclusives alliée à l'offre digitale la plus complète.

azerion Regions



GETTY IMAGES



LOISIRS

PLAISIRS VINTAGE

Aller à une soirée Bingo , se remettre à l'aérobic, faire de la danse de salon ou du roller... C'est le grand retour des hobbies d'antan.

PAR **JULIE HAINAUT**

DANSANT

SWINGUE TOUJOURS

Issu du Lindy hop des années 20, le West Coast Swing emprunte au disco des années 70, au jazz des années 80 et au funk des années 90. Aujourd'hui, il séduit toutes les générations. Danse Attitude propose de s'initier à cette danse de rue qui se pratique en duo. La posture est droite, les mouvements élastiques, et l'improvisation au rendez-vous. À partir de 40 €.

3, impasse Route-de-Paris, Tassin. Tél. : 04 72 59 03 74. danseattitude.com

CRÉATIF

BRODERIE EN FÊTE

Mélanie, créatrice de la marque Medusami, enseigne la technique du punch needle, une broderie inventée au XIXe siècle. Le principe : utiliser une aiguille creuse à poinçonner, qui laisse apparaître, à chaque retrait, une boucle de laine sur l'autre face. Pendant 4 heures, les participants réalisent leur propre suspension colorée. 90 €.

Funky Fabrik, 114, rue Montesquieu, Lyon 7e. Tél. : 09 84 19 51 01. funkyfabrik.fr

L'agence Des Gens Cool propose des sessions de Maxi Karaoké à La Commune, où l'essentiel n'est pas de chanter juste mais de vivre un moment de partage et de joie. Les enchaînements sont aussi surprenants qu'entraînants : de Nirvana à Joe Dassin en passant par Queen et Booba. Entrée libre. ●●●

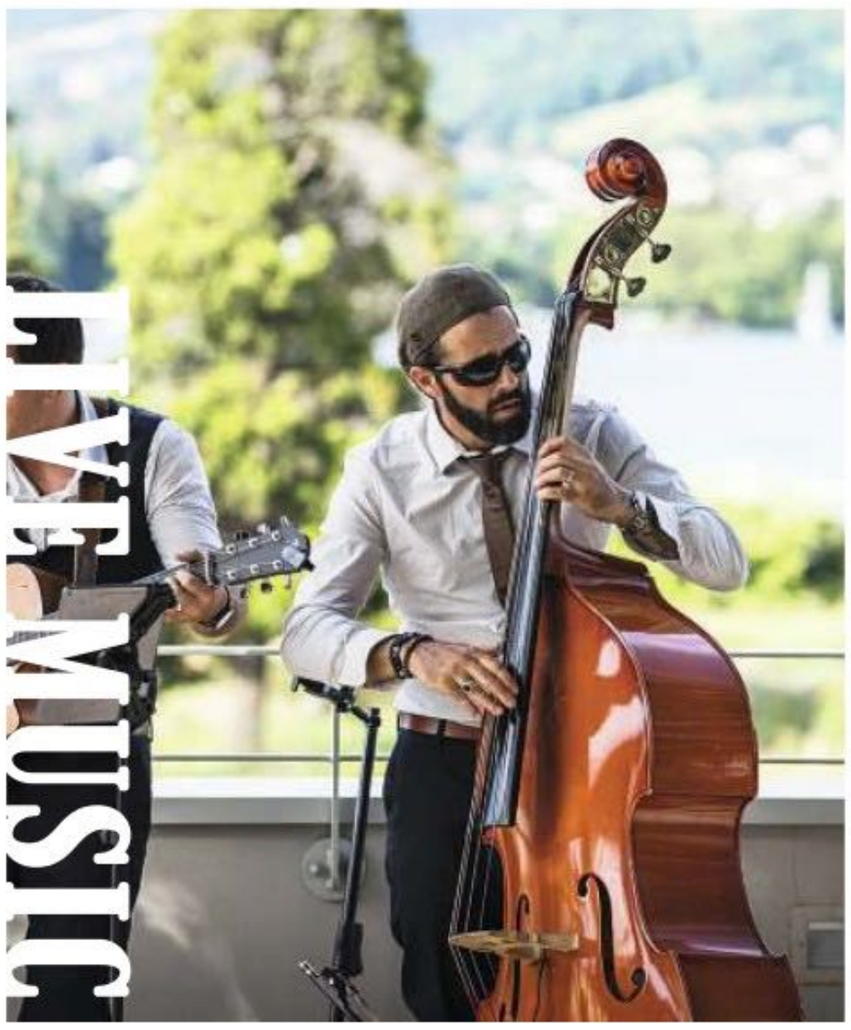
Infos sur lacommune.co. 3, rue Pré-Gaudry, Lyon 7e.

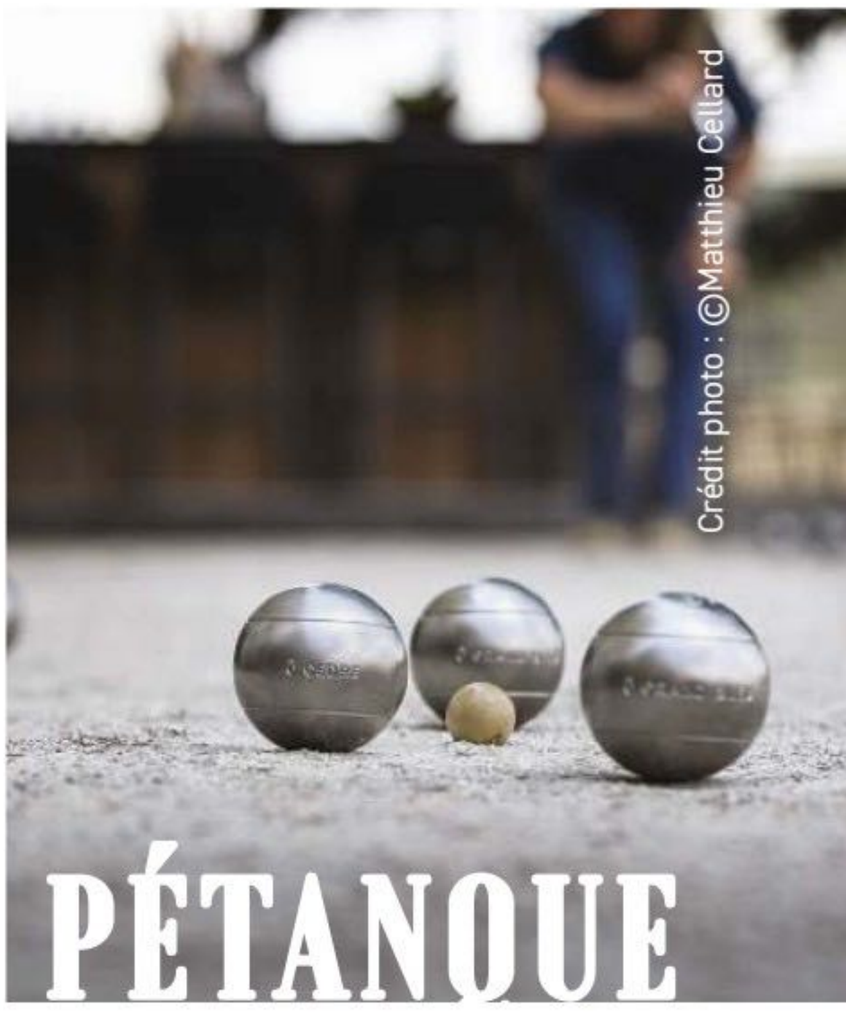
WECANDOO

Cèdre
BAR & LOUNGE









HÔTEL LE PÉLICAN • 20 rue des Marquisats - 74000 Annecy
hotel-lepelican.fr • 04 50 09 35 00



MUSI'QUIZ

MUSICAL

DÉFI EN FOLIE

Phénomène des années 2000, les blind tests font un retour remarqué, notamment chez Musi'Quiz. Dans une ambiance immersive façon plateau télé, les équipes s'affrontent sur des quiz musicaux créés sur mesure et adaptés à toutes les générations et tous les styles. Devant son pupitre, chacun tente de décrocher la victoire. À partir de 20 €.

45, quai du Dr Gailleton, Lyon 2e. Tél. : 04 82 83 49 76. musiquizlejeu.fr



MASTER YETI

LUDIQUE

CUBE CULTE

Phénomène des années 80, le Rubik's Cube se popularise dans les années 2000. Aujourd'hui, animations, compétitions et autres ateliers se développent, comme chez Only Cube. Les participants apprennent à résoudre le plus rapidement possible ce casse-tête, qui compte plus de 43 trillions de combinaisons différentes ! Lieux et dates à suivre sur le site.

onlycub.jimdofree.com



DISCO BINGO

CONVIVIAL

LOTO PARTY

Dans les années 30, le bingo connaît un essor fulgurant aux États-Unis, avant de revenir sur le devant de la scène dans les années 2010. Au Ninkasi, les Disco Bingo ont lieu tous les deux mois. L'idée ? Jouer au loto tout en dansant, avec des lots à gagner pour pimenter la soirée. Gratuit.

1, rue du Président-Carnot, Lyon 2e. Tél. : 04 78 84 22 42. ninkasi.fr

En vogue dans les années 80-90, le puzzle séduit tout le monde. Chez Master Yeti, le rayon est bien fourni. De 24 pièces à plusieurs milliers, les puzzles sont déclinés en catégories (art, paysages, humour…). On trouve forcément son bonheur. À partir de 6 €. •••

21, cours Vitton, Lyon 6e. Tél. : 04 78 93 38 80. masteryeti.fr

WILLIAM VANHYFTE; GAETAN CLEMENT; PRESSE

SEQUOIA REDWOOD

by les thermes de Vals-Les-Bains

@vincentklares

L'élégance de la nature

www.thermesdevals.com



ATELIER BOBINE

RÉGRESSIF

DOUDOU DE RÊVE

Retour en enfance avec l'atelier Créer son doudou de la créatrice textile Laurie Lecou, au sein de la nouvelle boutique-atelier Bobine. Les participants dessinent puis donnent vie à leur nouveau compagnon en tissu. À faire avec son enfant (ou pas !). 55 € les 2 h 30.

20, place Carnot, Lyon 2e.
Tél. : 06 25 42 22 70. @laurielecou



LYON ROLLER

EN PISTE !

Inspiré de la culture américaine des années 80, le roller dance (sur quatre roues) revient en force. Sur des sons disco, funk, hip-hop ou RnB, les adeptes des cours Lyon Roller enchaînent les chorégraphies. La sensation de glisser, portée par les vibrations musicales, offre une expérience galvanisante. À partir de 200 € l'année.

Gymnase Jean Zay,
1, rue Jean-Zay, Lyon 9e.
Tél. : 04 72 10 30 30.
lyonroller.fr



INTERVAL

ÉNERGIQUE

CARDIO FUN

Popularisé dans les années 80 avec Véronique et Davina, l'aérobic mêle fitness et acrobaties. Chez Interval, les séances, pour débutants ou sportifs aguerris, augmentent le rythme cardiaque et aident à brûler des calories dans une ambiance dynamique et motivante. À partir de 34,90 € le mois.

47, cours Gambetta, Lyon 3e.
Tél. : 04 78 82 16 69. interval.fr

Accessoire de fitness rétro, la corde à sauter est idéale pour se dépenser, transpirer, renforcer le corps grâce à un travail cardio-respiratoire… Chez Genae, les enchaînements s'accélèrent : pieds joints, montées de genoux, fractionné… dans la bonne humeur. À partir de 39 € par mois. ●

332, avenue Général-de-Gaulle, Bron. Tél. : 04 78 52 59 95. genaeclub.com

RÉDACTRICE EN CHEF DES ÉDITIONS RÉGIONALES : MANOU FARINE. RESPONSABLE : ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE. 1ÈRE RÉDACTRICE GRAPHISTE : ÉMILIE HUSSENOT. RÉALISATION : AGENCE SOCRATE. RÉDACTRICE EN CHEF : SANDRINE BOUILLOT AVEC NATALIA GRGONA. MAQUETTISTE : SYLVIE AGOSTINI. SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : ALEXANDRA ROY. RESPONSABLE PÔLE IMAGE : STÉPHANIE DUCHÊNE. ICONOGRAPHE : ANNE-SOPHIE DE NEVE. A COLLABORÉ À CE NUMÉRO : JULIE HAINAUT. SERVICE PUB : CMI MEDIA RÉGIONS. TÉL. : 01 74 85 85 85.

RAPHAEL BROUARD_; PRESSE; INTERVAL

NEUF... NOUVEAU...

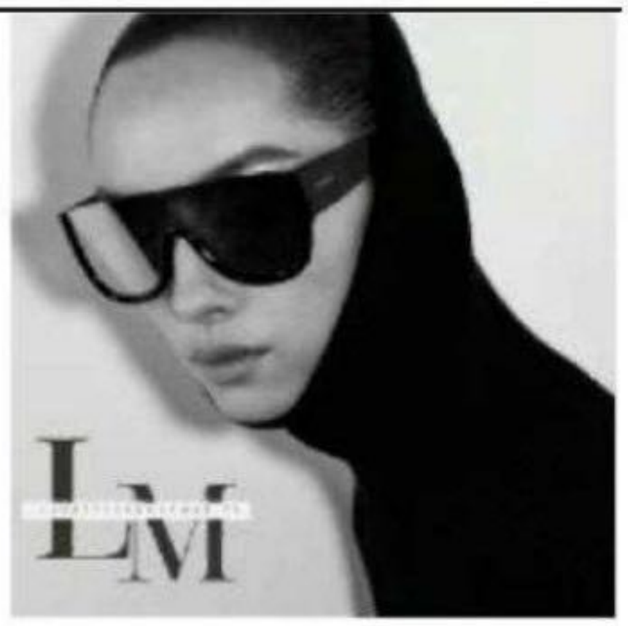
NOUVELLES



HÔTEL LA RESERVE DE SAINT-JEAN-DE-LUZ

Perché face à l'océan Atlantique, au sommet de la falaise, l'hôtel 4* La Réserve de Saint-Jean-de-Luz se définit comme une expérience à la fois authentique, sensorielle et fidèle à l'esprit du Pays basque. Les chambres et suites, inspirées par l'architecture locale, avec terrasses ou balcons panoramiques, offrent tout le confort nécessaire pour un séjour agréable. Côté gastronomie, l'hôtel met l'accent sur une cuisine régionale raffinée au restaurant Ilura, où les produits locaux sont sublimés par le chef Bastien Soumoulou. Pour vous relaxer, profitez de la piscine à débordement ainsi que des séances en plein air de yoga, Pilates et breathwork. Tennis, surf, randonnée sur le sentier littoral et soirées festives font également partie des activités proposées. L'occasion de savourer la beauté naturelle du Pays basque, vivre des moments joyeux autour de la table, se détendre pleinement dans un cadre inspirant, et goûter à une élégance simple profondément ancrée dans son territoire.

Pointe Sainte-Barbe, 1, rue Gaëtan-de-Bernoville, Saint-Jean-de-Luz (64). 05 59 51 32 00. hotel-lareserve.com

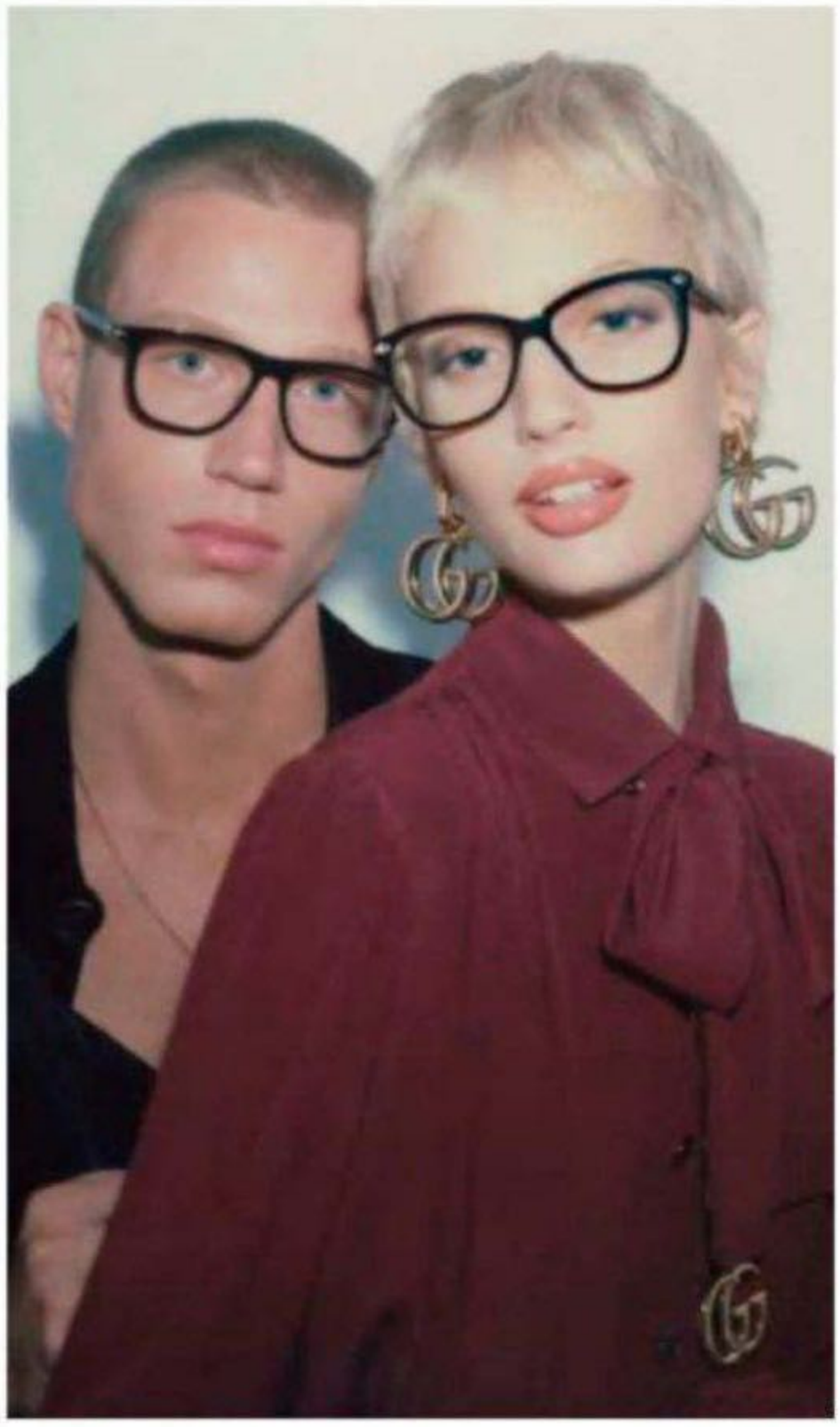


LUNETTES DE MARQUE

Envie de payer vos lunettes de marque au meilleur prix ? Rendez-vous sur Lunettes de Marque. Le site propose les nouvelles collections des maisons les plus en vogue, telles que Alaïa, Balenciaga, Bottega Veneta, Chloé, Saint Laurent. Pour les lunettes de vue comme pour les solaires, le choix est vaste, tous les modèles sont disponibles, sans exception. Le parcours d'achat est simple et accompagné par un service client joignable et attentif. Les montures sont livrées partout en France, gratuitement, dans leur packaging d'origine.

lunettesdemarque.fr

La Lunetterie
OPTICIEN



Créateur de regard

CHLOE - CHANEL - JOHN DALIA - CUTLER AND GROSS
DITA LANCIER - GUCCI - L.A. EYEWORKS - CÉLINE
MATSUDA - MOSCOT - NATHALIE BLANC
OLIVER PEOPLES - PRADA - ST LAURENT
THOM BROWNE - TOM FORD - EMMANUELLE KHANH
ANNE ET VALENTIN - PERSOL - DOLCE & GABBANA

Maison de qualité depuis 1993

Annecy, 4 rue de la poste
Aix-Les-Bains, 18 square A.Boucher

lalunetterie.fr

ACTUALITES COMMERCIALES - ELLE.FR

À Nyons,
la **rondeur** est une saveur



Huile d'olive & Olives noires
de Nyons AOP

Syndicat de l'**Olive** de **Nyons** et des **Baronnies**

www.nyons-aop.com

La Région Auvergne-Rhône-Alpes

Cofinancé par l'Union européenne

Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour : www.mangerbouger.fr



maison 123

PARIS

Publicis EtNous

chaînes et amarres

Hermès, d'un horizon à l'autre



Photographie retouchée

HERMÈS
PARIS