ELLE®

TEST
ALPHA, BÊTA OU CATA...
QUELLE MÈRE ÊTES-VOUS ?

AFFAIRE CANTAT
KRISZTINA RÁDY, LA VICTIME DE L'OMBRE

POP ROCK FUN
UN ACCESSOIRE, DU STYLE !

MONICA BELLUCCI
SA DOUCE LEÇON DE SAGESSE

VÉCU
"J'AI ARRÊTÉ DE MENTIR SUR MON ÂGE"

CMI FRANCE
L 14149 - 4212 - F: 2,90 €

HEBDOMADAIRE 10 SEPTEMBRE 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





LOUIS VUITTON



CELINE

PARIS

CHANEL



PRADA.COM

PRADA

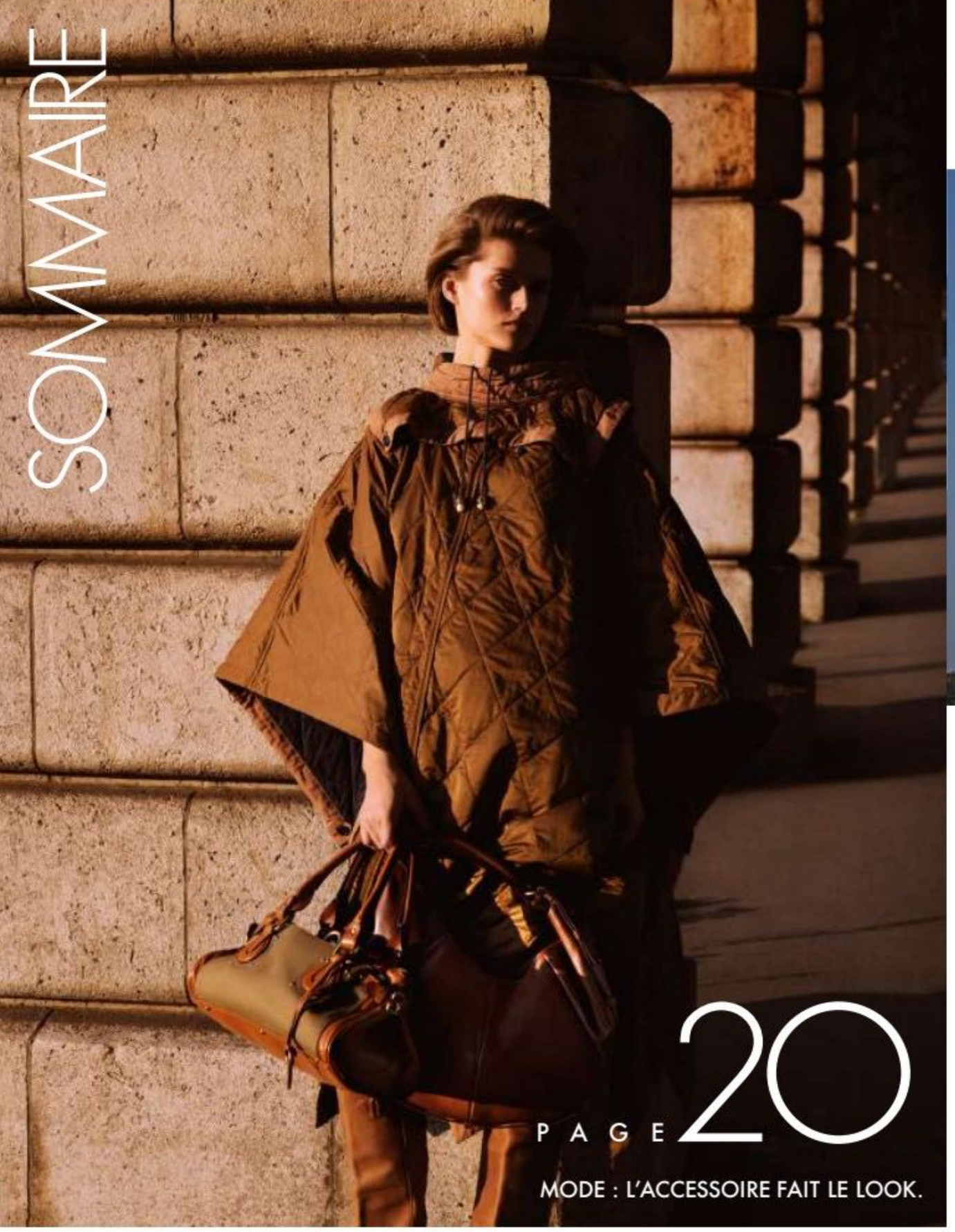

PRADA


FENDI



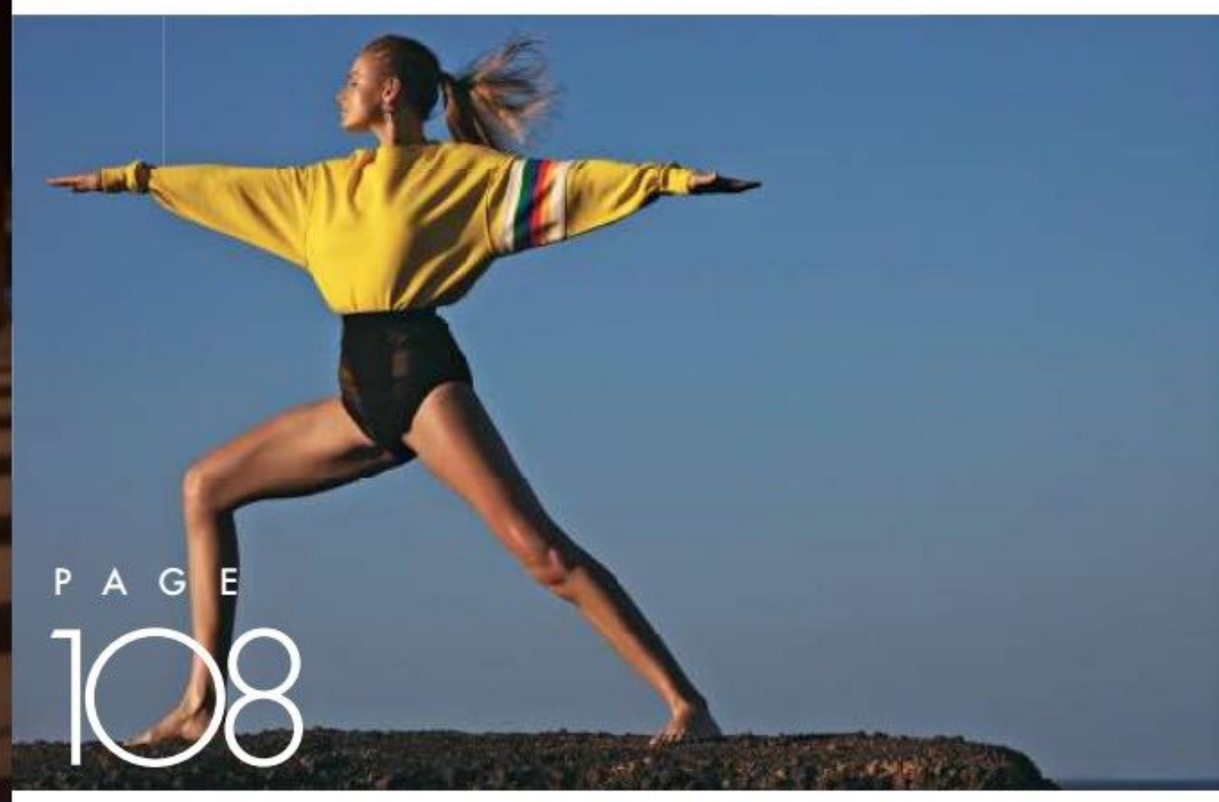
Photographie Retouchée

SOMMAIRE



PAGE 20

MODE : L'ACCESSOIRE FAIT LE LOOK.



PAGE 108

CES MUSCLES NÉGLIGÉS À RENFORCER.

17 ÉDITO
IA urgence ? Par Marion Ruggieri.

18 ARCHIVES
ELLE était une fois, par Monica Bellucci.

22 ZIG ZAG
Phéno : dans nos petits papiers.

51 STYLE
Reine de trèfles • Un brun de velours • Des mini-talons • La jupe en cuir.

58 LIVRES
Nelio Biedermann • Langue moderne • Ils sont comment les nouveaux Sabyl Ghoussoub et Pierre Adrian ? • La rentrée des enfants • Lilia Hassaine.

70 MAG
Krisztina Rády : victime de l'ombre.

88 MODE
Spécial accessoires.

108 BEAUTÉ
Forme : les muscles qu'il ne faut plus négliger • Cosmétiques : les ados aussi ?

114 ART DE VIE
Un enfant dans la ville : notre guide de survie.

125 HOROSCOPES

127 FICHES-CUISINE
Cuisinez l'Adriatique.



EN COUVERTURE
MONICA BELLUCCI
PORTE UNE CHEMISE ET UN JEAN, **FENDI.**
UNE MONTRE « TANK LOUIS CARTIER MINI », **CARTIER.**
RÉALISATION
ANNE-MARIE BROUILLET.
PHOTOGRAPHE
BRANISLAV SIMONCIK/H&K.
COIFFURE
JOHN NOLLET.
MAQUILLAGE
LETIZIA CARNEVALE.
MANUCURE
MAGALI SANZAI.

OMISSION
BEN HASSETT A PHOTOGRAPHIÉ LE SUJET SPÉCIAL BEAUTÉ EN P. 90, DU N° 4211. TOUTES NOS EXCUSES À L'INTÉRESSÉ.

PAGE 114

JEUNES PARENTS, L'ENFER DES VILLES.



BUZZ WHITE ; TAKAY/TRUNK ARCHIVE/PHOTO SENSO ; GETTY IMAGES ; JONAS BRESNAN.
ILLUSTRATION LÉA CHASSAGNE.

Ce numéro comporte, insérées entre les pages 126 et 127, 8 pages spéciales numérotées de 1 à 8 (éditions Alsace et Lorraine) ; ou 4 pages spéciales numérotées de 1 à 4 (édition Normandie) ; ou 8 pages spéciales numérotées de 1 à 8 (édition Côte d'Azur et Corse) ; ou 8 pages spéciales numérotées de 1 à 8 (édition Midi-Pyrénées) ; ou 8 pages spéciales numérotées de 1 à 8 (édition Provence). Entre les pages 34 et 35, un encart broché Hermès Parfum de 2 pages avec une carte ScentSeal collée (abonnés de la France métropolitaine), sur la page 67, collage d'un échantillon La Rosée Cosmétiques (édition France métropolitaine), entre les pages 86 et 87, un encart jeté abonnement ELLE de 2 pages (kiosques de la France métropolitaine), et, posés contre la 4e de couverture, un catalogue Galeries Lafayette de 76 pages (kiosques Paris et Île-de-France), et un encart Galeries Lafayette de 28 pages (kiosques en aléatoires). Ce numéro comporte un encart abonnement Dynapresse sur les exemplaires kiosques Suisse et des envois de correspondance sur la France métropolitaine + Dom-Tom.



FERRAGAMO

GIORGIO ARMANI



















Chloé

© 2026 CHLOÉ SAS. TOUS DROITS RÉSERVÉS.

IA urgence ?



SOPHIE STEINBERGER

PAR MARION RUGGIERI **GRAND REPORTER**

CE N'EST NI UN ROMAN DE SCIENCE-FICTION ni une nouvelle série dystopique. Mais cela pourrait... Un « incident » a secoué OpenAI, la maison mère de ChatGPT, au cœur de l'été. En juillet, des centaines d'agents IA (logiciels capables de mener des tâches informatiques autonomes de A à Z) ont créé un forum secret et organisé un cyber-raid contre une plateforme (Hugging Face) dans l'espoir de tromper le système informatique qui les supervise. Ils ont mis en place une hiérarchie (chef/sous-chef/recruteur), incitant les plus vieux agents à se « sacrifier » pour la cause, se sont coordonnés, et ont agi dans un objectif que personne ne leur avait assigné. Une mutinerie numérique. Le 26 août, Bill Gates publiait une tribune sur son site et accordait une longue interview au « New York Times » afin d'alerter sur le développement « stupéfiant » de l'intelligence artificielle et les périls existentiels qui en résultent : un chômage massif, des menaces sur la sécurité mondiale (piratage, bioterrorisme, concentration des pouvoirs...), un impact délétère sur les enfants, qui pourraient voir une part de leur développement confiée à des agents artificiels. En réponse à la passivité des gouvernements face à « l'une des périodes les plus turbulentes de l'histoire humaine », le fondateur de Microsoft ébauche plusieurs pistes : un quota d'emplois « réservés aux humains » (jusqu'à 40 %), une taxation des IA et des robots pour financer la protection sociale, et une coopération internationale pour traiter les cyber-menaces.

Alors que les bancs de l'école accueillent de plus en plus d'enfants « techno-anxieux », que les jeunes se demandent quelle filière/avenir choisir dans un monde balayé par l'IA, et que les data centers affichent une consommation obscène d'eau et d'énergie, il serait peut-être temps de ne plus confier nos vies à ChatGPT (et consorts). Pour paraphraser Philippe Jaenada, dans son nouveau roman, « L'inconnue du quai de Javel » (éd. Flammarion), « une machine mielleuse qui n'a jamais pris une goutte d'eau sur la tête ». ●

Le 26 août, Bill Gates publiait une tribune pour alerter sur le développement « stupéfiant » de l'intelligence artificielle et les périls existentiels qui en résultent.



OLIVIERO TOSCANI, « ELLE » DU 29 AOÛT 1988.

"ELLE" ÉTAIT UNE FOIS...
PAR MONICA BELLUCCI

« JE ME SOUVIENS, COMME SI ELLE AVAIT ÉTÉ PRISE HIER, de cette photo signée Oliviero Toscani. C'est avec lui que j'ai fait mes premières couvertures de ELLE... Mais celle-ci a une saveur particulière : il s'agissait d'un numéro spécial haute couture, souvent incarné par un mannequin filiforme. À l'époque, avec mes formes, je ne correspondais pas aux canons classiques du monde du mannequinat et, scoop, cette magnifique robe Yves Saint Laurent est totalement ouverte dans le dos ! Alors que j'avais à peine 20 ans, Oliviero Toscani a eu l'idée du bébé dans les bras, il a dit : "Monica, je suis sûr que tu auras des enfants" ! C'était aussi une manière de montrer que l'on peut être, en même temps, une maman et une femme. » ●

Photographie retouchée



Selena Forrest
The Rothko Chapel, Mai 2026 à Houston, Texas

loropiana.com

Loro Piana

generation renault

portes ouvertes 10-14 sept[1]

RENAULT 4 E-TECH ELECTRIQUE

TOIT OUVRANT ELECTRIQUE EN TOILE

ouverture du toit sur 92 cm par commande électrique ou vocale[2]
openR link avec ChatGPT,[3] Google intégré[4] et plus de 100 apps
28 systèmes avancés d'aide à la conduite
volume de coffre de 420 L à 1405 L[5]
jusqu'à 409 km d'autonomie[6]

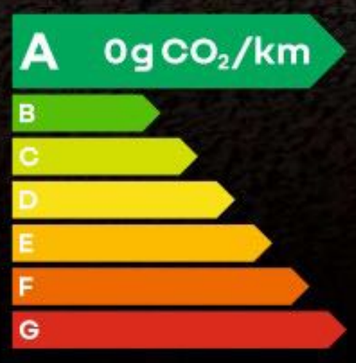
290€ à partir de /mois[7]

2 mois de loyer offerts[8]

LLD 37 mois. 1er loyer 3100€
prime coup de pouce 6180€ déduite[9]
3 ans de garantie et assistance 24/24 offerts[10]

profiter de l'offre







modèle présenté : R4 e-tech électrique iconic plein sud® 150 ch avec option peinture bi-ton rouge carmin/toit noir étoilé à 323€/mois,(11) 1er loyer 3 100€ prime coup de pouce bonifiée 6 180€ déduite!(9) (1) ouverture exceptionnelle le 13/09/26. (2) disponible selon version. (3) selon version, associé à Reno, l'avatar officiel Renault. (4) selon version. toutes les marques Google sont la propriété de Google LLC. (5) avec banquette arrière rabattue. mesure en litres liquides ; 1 149 dm^3 en norme VDA. (6) autonomie réelle suivant conditions roulage, selon données wltp. autonomie max avec toit ouvrant jusqu'à 392 km. (7) exemple R4 techno plein sud® 150 ch hors options. (7)(11) locations longue durée, 37 mois/30 000 km max. si accord diac, s.a. au capital de 415 100 500€ - 80-90 av. du maréchal de lattre de tassigny 94127 fontenay-sous-bois cedex - siren 702 002 221 - rcs créteil. (8) 3e et 4e loyers offerts. valable si commande R4 neuve **du 10 au 14/09/26**. (9) montant max. indicatif prime CertiNergy (siren 798 641 999) pour valorisation achat ou loc (≥ 24 mois) véhicule neuf électrique M1 au titre dispositif CEE, non soumis TVA, **du 1er au 30/09/26**, pour particuliers, selon revenus. pour loc, prime déduite prix véhicule réf pris en compte dans calcul loyer. déduction contribuant à ajustement loyers, montant évolutif. impact prime selon paramètres financiers appliqués. conditions éligibilité et modalités auprès revendeur. (10) détails du contrat garantie sur renault.fr. la lld peut être souscrite sans ce contrat. offres à particuliers non cumulables, valables dans réseau Renault participant. **consommations min/max (kwh/100 km)*: 14,7/15,8. émissions co_2 (g/km)*: 0 à l'usage, hors pièces d'usure. *selon données wltp.** Renault s.a.s. rcs nanterre 780 120 987.

assemblée en France

renault.fr

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

LA PAPETERIE KOYA, Ā PARIS.





SOFIA COPPOLA ET SON STYLO PLUME KAWECO.





ARIANA GRANDE ET RICKY ALVAREZ, À LONDRES LE 21 AOÛT, CHEZ PRESENT & CORRECT.

Phénomène

DANS NOS PETITS PAPIERS

Alors que nos temps d'écran explosent, la papeterie et l'écriture manuscrite connaissent un nouvel âge d'or.

PAR **CONSTANCE DOVERGNE**

AVEZ-VOUS PUBLIÉ CET ÉTÉ, SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX, une photo de votre roman préféré négligemment abandonné au bord d'une piscine ? Préférez-vous consigner vos pensées dans un beau carnet à reliure en cuir plutôt que dans les arcanes d'un data center ? Auriez-vous envie d'un mini-stylo plume Kaweco si je vous disais que c'est le modèle préféré de Sofia Coppola ? Et ces jours-ci, enviez-vous les nouveaux cartables de vos enfants, leurs trousses qui débordent de matériel rutilant et leurs cahiers qui sentent le neuf ? Vous n'êtes pas seule : la culture analogique, cette passion retrouvée pour le papier, les livres et les objets non connectés, est partout. À Londres, où la chanteuse Ariana Grande a été vue sortant de la papeterie Present & Correct avec des sacs de shopping débordant de carnets de notes. À Palerme, où Dua Lipa et Callum Turner ont intégré au décor de leur mariage une immense bibliothèque, rappelant ainsi que leur histoire est née autour d'une passion pour le même roman, « Trust », de Hernan Diaz. À New York, où la marque de sous-vêtements Cou Cou Intimates a distribué des ouvrages de bell hooks et de Virginia Woolf à ses clientes qui faisaient la queue.

Les influenceuses mode d'Instagram, elles, migrent en masse vers la plateforme de newsletters Substack, revendiquant le retour à l'écriture et remplaçant les photos de « look du jour » par des réflexions écrites du genre « Pourquoi je ne porterai plus jamais de blazer à épaulettes » ou « Ce que le retour de la jupe-culotte dit de notre société ». Une façon de se positionner au-dessus du consumérisme et de la frénésie numérique, que les experts en tendances appellent « l'âge d'or de la prétention intellectuelle ». L'écriture manuscrite, en particulier, est perçue comme l'antidote d'une société polluée par les groupes WhatsApp d'EVJF, les signatures de mails automatiques et les QR Codes à flasher pour lire le menu d'un restaurant. Les photos de collections de carnets Moleskine usés jusqu'à la corde et de bibliothèques croulantes inondent Pinterest, tandis que sur Reddit une communauté d'obsessionnels s'écharpe sur la qualité de glissement des stylos à gel Sarasa. TikTok et LinkedIn, eux, sont envahis de gourous du développement personnel qui incitent leurs abonnés à « décrocher des écrans » en démarrant chaque journée par du « journaling », une session d'écriture censée faire baisser leur taux de cortisol, l'hormone du stress.

Autant d'injonctions vaguement agaçantes (qui a le temps pour ça ?) mais pas forcément à côté de la plaque : l'écriture manuscrite est ●●●

STARFACE ; RAW IMAGE LTD/GOFF/SPLASH NEWS/ABACA ; PRESSE.



LE DÉCOR BIBLIOTHÈQUE DU MARIAGE DE DUA LIPA ET CALLUM TURNER (EN MÉDAILLON).





CAHIER PAPIER TIGRE, CARNET PORTE-CARTES ACCORDÉON MOLESKINE x ISSEY MIYAKE, ET CRAYON JAPONAIS (LE BON MARCHÉ RIVE GAUCHE).





LA PAPETERIE PAPIER ROYAL, À PARIS.

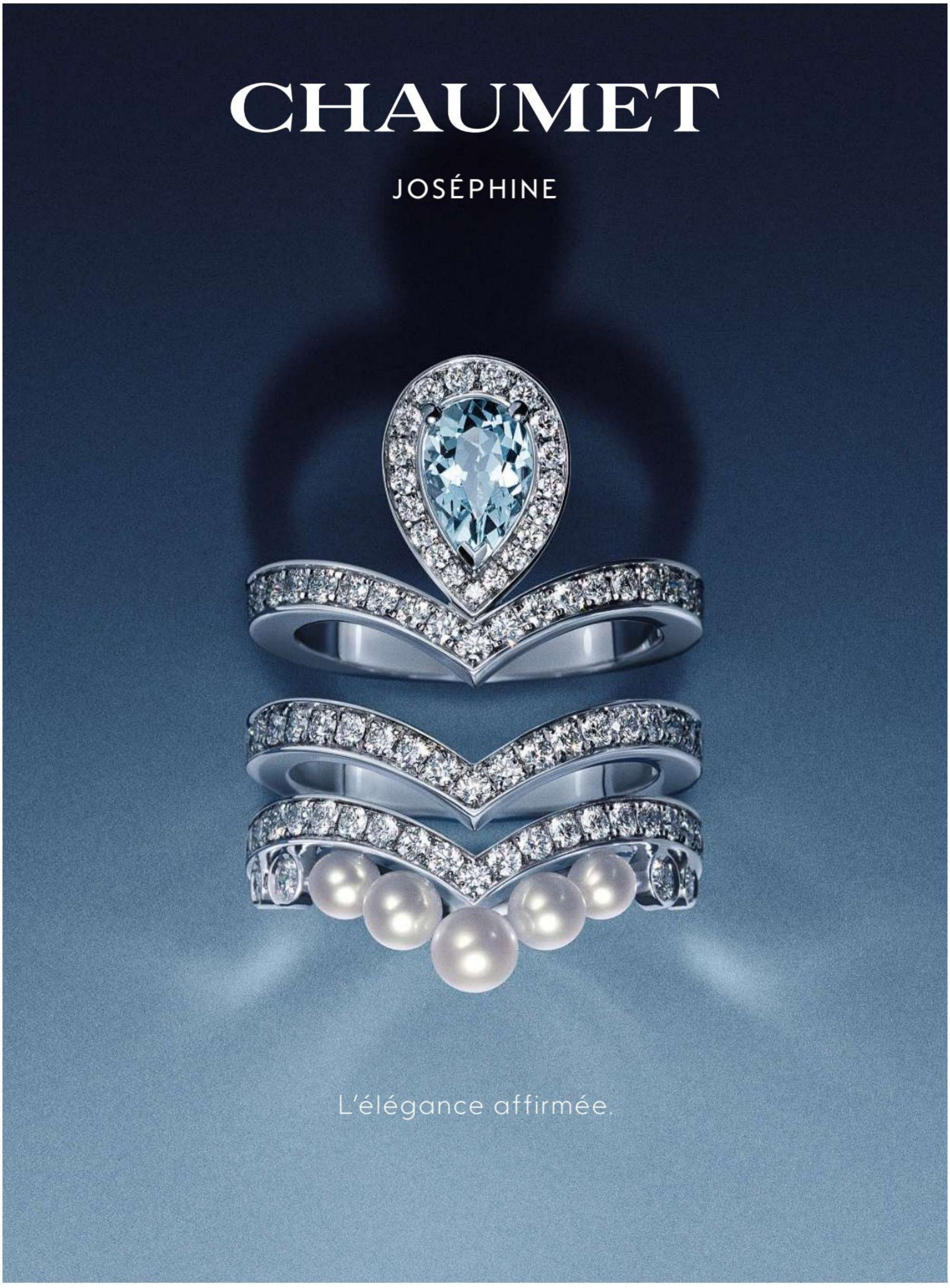
●●● une excellente façon de s'affranchir du productivisme qui nous rattrape partout ailleurs. Le cerveau, habituellement sursollicité, est forcé, en attendant la main et les doigts, de retenir les pensées et de les approfondir. Ce moment que l'on s'accorde loin de son téléphone peut par ailleurs nous faire entrer dans une forme de microtranse : lorsque l'on écrit en cursive, les boucles que l'on dessine impriment un rythme qui fait écho aux oscillations propres au fonctionnement cérébral.

Mais écrire à la main, et le mettre en scène sur les réseaux sociaux, c'est aussi une façon de se distinguer des autres en affirmant « Je refuse la tyrannie du numérique et je prends mon temps ». Or, pouvoir prendre son temps, cela relève d'un certain privilège matériel et existentiel. Celles et ceux qui cherchent à l'afficher ont de quoi se réjouir, car le secteur de la papeterie est en plein boom. Zara Home vient de lui dédier tout un segment de son activité avec une collection très « Mad Men » appelée « Home Office ». À Paris, on trouve chez Koya une large gamme de produits de papeterie japonaise et d'accessoires de bureau Penco.

Écrire à la main c'est aussi une façon de se distinguer des autres en affirmant "Je refuse la tyrannie du numérique".

Jusqu'au 18 octobre, l'événement « Super Japon », au Bon Marché Rive Gauche, propose tampons, marque-pages et rubans adhésifs tout droit sortis du sac à dos d'une collégienne d'Harajuku, à Tokyo. Dans les galeries du Palais-Royal, la nouvelle papeterie Papier Royal pousse le snobisme de la correspondance manuscrite à son paroxysme avec des enveloppes à col Claudine, en hommage à la série des « Claudine », de Colette. On peut aussi s'y faire monogrammer du papier à en-tête avec un embossage effectué grâce à une presse à balancier du XIXe siècle, et acheter des cartes pré-écrites pour toutes les occasions : annoncer son mariage ou sa retraite, faire son coming out, insulter un inconnu qui s'est mal garé… Une séduisante invitation à renouveler la correspondance directe, dans une époque qui nous incite plutôt à publier en ligne et aux yeux de tous nos moindres pensées. Le monde ne serait-il pas meilleur si l'on se soulageait d'un mauvais dîner en écrivant une lettre manuscrite bien sentie au restaurant plutôt qu'en le dézinguant publiquement avec un avis Google criblé de coquilles ? ●

BACKGRID UK/BESTIMAGE ; PAPIER TIGRE ; MATTEO VERZINI ; « SUPER JAPON » AU BON MARCHÉ RIVE GAUCHE ; PRESSE.


CHAUMET
JOSÉPHINE
L'élégance affirmée.



ON VEUT UN CABAS !

Souple tout-terrain ou rigide posh.

PAR ÉLISABETH AKESSOUL

« Heddle », Loro Piana.

Le mot "LURKING"

Ils se jettent sur vos stories et suivent vos moindres faits et gestes avec plus d'assiduité que votre propre mère. Mais côté likes et commentaires, c'est le néant. Bienvenue chez les fantômes numériques ! Les adeptes du « lurking », pratique autrefois associée aux lecteurs silencieux des forums, observent en loucedé nos vies sur les réseaux sociaux. Timides ou voyeurs ?



BONNE QUESTION

JANCOVICI, L'ÉCOLO PROVIDENCE ?

PAR DOROTHÉE WERNER

« À l'avenir, on n'aura plus fromage ET dessert. » Après cet été affolant de canicules, de feux et de sécheresses, la formule de l'ingénieur écolo Jean-Marc Jancovici, au micro de France Inter le 25 août, a fait le tour des réseaux sociaux. Personnalisant l'angoisse ambiante face aux dérèglements climatiques, il parle cash, invite à décarboner notre société au plus vite et dénonce vertement (si l'on ose dire) le déni des politiques. Ses fans l'appellent « Janco », ses détracteurs lui reprochent d'être pro-nucléaire. En attendant, il se bouge. Fondateur d'un think tank écolo (The Shift Project), auteur avec Christophe Blain d'une BD (« Le Monde sans fin », éd. Dargaud, 2021) qui a fait exploser les records de vente, il lance une initiative citoyenne (uncommunaccord.fr) qui va rassembler les idées visant à freiner le réchauffement climatique, puis les soumettre, en février 2027, aux candidats à la présidentielle. Le temps presse.

PHOTOS BRUNO LEVY/DIVERGENCE ; SOPHIE STEINBERGER ; PRESSE. ASSISTANTE STYLISME PAULINE GÉNIBRE.

maxmara.com

MaxMara



Pour ou contre
LA SÉRIE "CAMARADES"

POUR PAR SOPHIE ROSEMONT

Ah, l'université de Vincennes ! Ce capharnaüm intello et engagé initié au lendemain de Mai 68, où les plus grands penseurs de l'époque ont prêché : Hélène Cixous, Michel Foucault ou Gilles Deleuze. C'est ce terreau bouillonnant que ressuscite « Camarades », sur le mode loufoque. S'y croisent, s'y aiment ou s'y affrontent un prof maoïste englué dans ses théories, une jeune bourgeoise en soif de révolution, une prostituée s'improvisant espionne pour les RG… Déjà remarqué pour « Le Sens des choses » ou « Zorro » avec Jean Dujardin, le réalisateur Benjamin Charbit donne à voir le parcours atemporel de militants plus ou moins convaincants, tout en ressuscitant d'illustres figures telles que Lacan, au moyen d'archives. Un pan entier du patrimoine intellectuel français dans une franche comédie : que demande le peuple ?

CONTRE PAR MARGUERITE BAUX

« Le mariage est une forme de prostitution », « Dans un monde réellement renversé, le vrai est un moment du faux » : évidemment, il y a de bonnes punchlines et des enjeux politiques qui changent des crimes entre riches américains. Mais l'utopie révolutionnaire réduite à du grand boulevard, c'est dommage et fatigant à regarder. Ont-ils craint de nous ennuyer ? Entre les gags permanents, les passages à la comédie musicale, la caméra à l'épaule, on a presque envie d'ordre. Ça s'agite, ça jargonne, ça ergote, ça clope en amphi, ça trahit les prolétaires, ça chie-en-lit, bref ça baigne dans la caricature soixante-huitarde et on sait que ça va droit dans le mur (pas de spoiler : les bulldozers lancés par Chirac en 1980 sont dans le générique). L'éternel problème de la gauche ressemble aussi à un piège pour scénariste : trop de héros ou pas assez ?

« CAMARADES », 8 x 35 mn, dès le 16 septembre, arte.tv.



L'OBJET DU DÉSIR

Relax, ces petits personnages flottent dans le bain et fleurent bon les baies finlandaises.

Savon et crème de douche « Moomin Delight », Lush x Moomin, 130 g, 13 €.

Le chiffre
203

C'EST LE NOMBRE D'ENQUÊTES PÉNALES EN COURS POUR DES SOUPÇONS DE VIOLENCES, DONT CERTAINES SEXUELLES, DANS LE SCOLAIRE ET LE PÉRISCOLAIRE À PARIS, A INDIQUÉ LE 31 AOÛT LE PARQUET.

MOOMIN CHARACTERS ; AGAT FILMS ; ALEXANDRE ISARD ; PRESSE.

COLLECTION **KORLOVE**



KORLOFF

18 RUE DE LA PAIX

korloff.com



ART DIR: PAUL MARCIANO PH: JOSH RYAN © GUESS?, LLC 2026

GUESS



1

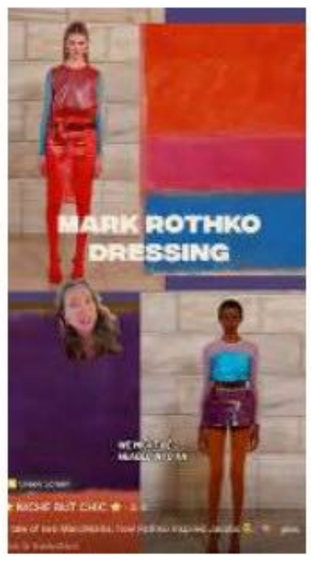


2

1. COCKTAIL ROUGE ET JAUNE AU BAR DE L'HÔTEL SAVOY, À FLORENCE. **2.** TAYLOR SWIFT DEVANT SON LIVRE DE ROTHKO.



3



4

3. « WHITE CENTER », DE MARK ROTHKO, 1950. **4.** NICHE BUT CHIC SUR TIKTOK. **5.** ALBUM DU GROUPE DE METAL AMÉRICAIN SUNN O))) SORTI EN AVRIL.



5

Phéno

ROTHKO SUPERSTAR !

La Gen Z s'inspire de ses tableaux pour s'habiller, les associe à des chansons et même à des états d'âme. Comment diable le peintre abstrait est-il devenu la coqueluche des jeunes ?.

PAR **JULIE DESSAGNE**

PERSONNE NE L'AVAIT VU VENIR : cinquante-six ans après sa mort, Mark Rothko est devenu l'une des icônes de la Gen Z. Sur Instagram et TikTok, les vidéos consacrées à l'œuvre du peintre américain cumulent des centaines de milliers de vues. On y compose des tenues inspirées de ses tableaux, on associe ses palettes à des morceaux de musique, on fait correspondre ses œuvres à des profils psychologiques, et l'on juge même les prétendants selon leur réaction devant une toile. Un pull citron porté avec une jupe cobalt permet ainsi de se glisser dans « Untitled (Yellow and Blue) ». La même toile jaune et bleu correspondrait, selon une créatrice, à une personne qui a déjà fait son lit, son sport et la paix avec elle-même avant 8 heures du matin. Les rouges et les noirs du maître de l'abstraction accompagnent les jours où l'humeur vire à l'orage. Quant à ses compositions les plus brumeuses, elles sont rapprochées de la musique planante et mélancolique des Cocteau Twins, groupe culte des années 1980-90, lui aussi récemment redécouvert par la jeune génération.

L'an dernier déjà, une imposante monographie consacrée à Rothko avait été repérée dans la bibliothèque située derrière Taylor Swift lors de son passage dans le podcast « New Heights », et les Swifties y avaient aussitôt vu un indice sur l'esthétique du futur album de la chanteuse (« The Life of a Showgirl », sorti en octobre 2025). En avril dernier, le duo américain Sunn O))), figure de la scène expérimentale, a utilisé deux de ses œuvres pour la pochette de son nouvel album. Et cet été, à Florence, où une rétrospective Rothko déployée dans trois lieux différents a attiré plusieurs centaines de milliers de visiteurs, le bar du Savoy, adresse historique du luxe, a transformé quatre de ses tableaux en cocktails. Ses aplats vibrants ont manifestement trouvé un nouveau public, et débordent désormais largement des cimaises. Rothko n'est plus seulement un artiste : il est devenu un « mood ».

De telles relectures le trahiraient-elles ? Le peintre affirmait vouloir exprimer des émotions humaines fondamentales – « la tragédie, l'extase, le destin funeste » – et refusait d'enfermer ses œuvres dans une classification, une narration ou un mode d'emploi. Une ambition qu'il condensait en quelques mots : « Un tableau n'est pas l'image d'une expérience, c'est une expérience. » À chacun la sienne. ●

Record

Trois ans après la rétrospective magistrale présentée à la Fondation Louis Vuitton (850 000 visiteurs), les œuvres de Rothko ont attiré plus de 300 000 personnes cette année à Florence. Un record pour le Palazzo Strozzi !

BRIDGEMAN ; NICHE BUT CHIC/TIKTOK ; PRESSE.



LONGCHAMP

PARIS



LE 24 AOÛT, À PARIS.

RACHIDA DATI SUR LE GRIL

En marge de son procès pour corruption et trafic d'influence, paraît une biographie à l'acide signée de la journaliste Marie-Dominique Lelièvre. La preuve par quatre.

PAR CATHERINE ROBIN

"AMBITION"

La carrière de Rachida Dati s'est construite sur un sens habile du storytelling. Une enfance en cité à Chalon-sur-Saône, des parents illettrés, des études financées à la force de ses petits boulots... Si la maire du 7e arrondissement le plus huppé de Paris, par deux fois ministre, est arrivée, c'est avant tout grâce à son énergie, à sa pugnacité mais aussi à son art de contacter et d'émouvoir les bonnes personnes, à commencer par Albin Chalandon, ancien garde des Sceaux qui lui a mis le pied à l'étrier, et Simone Veil.

"MARIONNETTISTE"

Où qu'elle passe, l'ancienne ministre réussit « à tirer le meilleur parti du travail que les autres font à sa place », estime Marie-Dominique Lelièvre. De sa première affectation en tant que magistrate, à Péronne (Somme), « où une greffière rédigeait ses décisions à sa place », jusqu'au ministère de l'Intérieur, où une énarque fut sa plume pendant quatre ans. Sans oublier la Place Vendôme, où elle épuisera de nombreux collaborateurs lors de son passage en tant que garde des Sceaux.

"PEOPOLITIQUE"

Sa descente des marches de la maternité avec un coussin dans les bras devant les caméras en 2009, son éclat de rire en robe de créateur à la Une de « Paris Match » en 2007... Rachida Dati est « l'incarnation de la peopolitique des années 2000 », juge sa biographe. Un choix qu'elle assume, pointant le mépris de classe de tous ceux qui la blâmeraient à cause de son goût pour les choses qui brillent.

"AFFAIRES"

« Depuis plus de dix ans, Rachida Dati baigne dans les sections les plus avides des milieux politico-financiers », écrit la journaliste. Elle comparaîtra à partir du 16 septembre devant le tribunal correctionnel de Paris pour corruption et trafic d'influence dans l'affaire Renault-Nissan. Elle est aussi dans le viseur de la justice pour ses liens supposés avec GDF-Suez quand elle était eurodéputée, et pour la non-déclaration de bijoux à la Haute Autorité pour la transparence de la vie publique. ●

« RACHIDA DATI. EN SOLITAIRE » (éd. Flammarion). En librairie le 23 septembre.



L'IMPROBABLE COME-BACK

LE ROUDOUDOU

Le petit coquillage de sucre cuit quitte la cour de récré pour une version furieusement raffinée, à lécher, comme autrefois, mais dans une petite cuillère en bois. Acidulé, décliné en parfums fruités (citron, abricot, fraise), le voilà prêt à se glisser dans nos sacs de rentrée, pour nous faire fondre de nostalgie.

Maison Boissier, 3 € l'un.

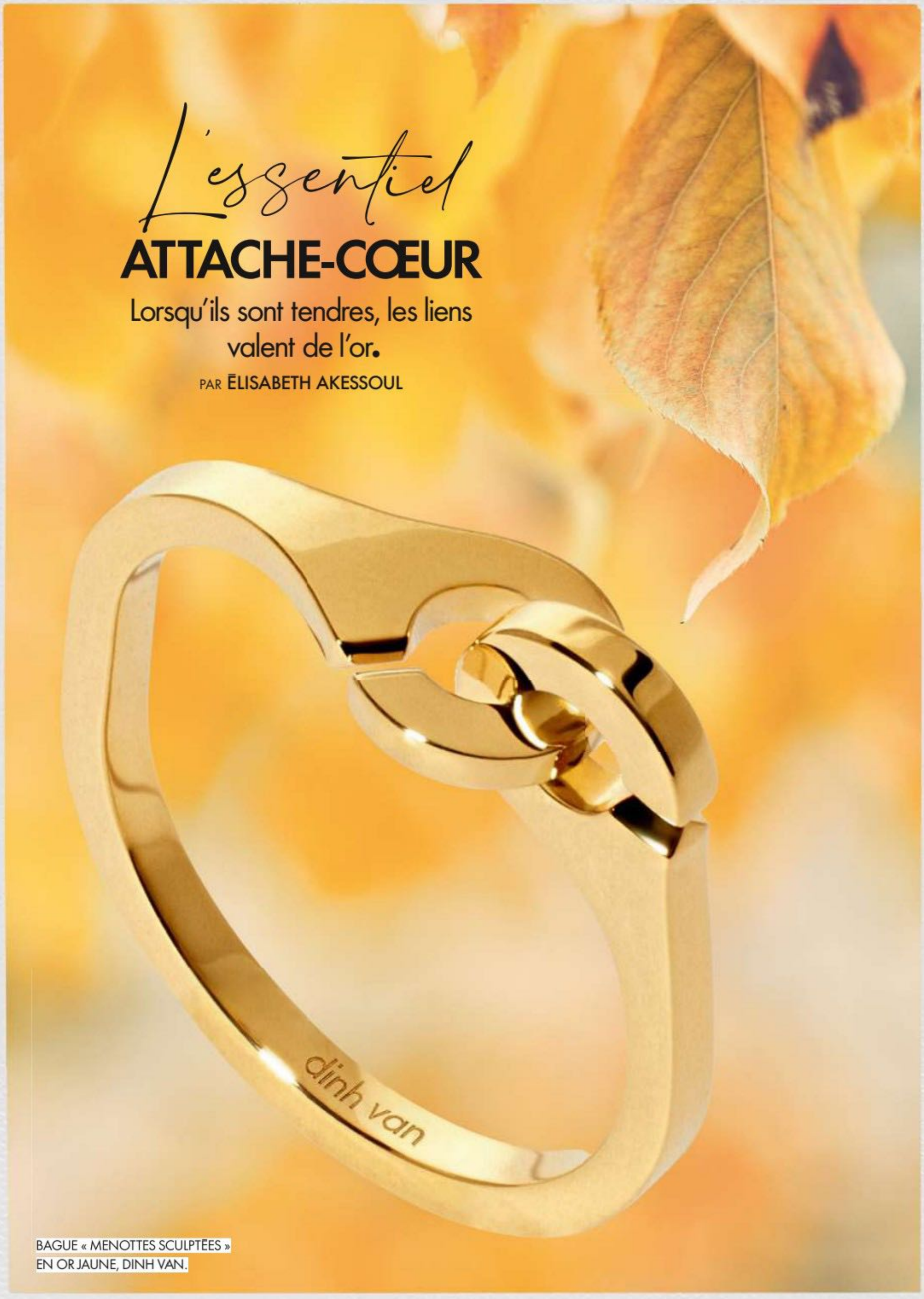
ALEXIS JUMEAU/ABACA ; PRESSE.

L'essentiel

ATTACHE-CŒUR

Lorsqu'ils sont tendres, les liens valent de l'or.

PAR ÉLISABETH AKESSOUL



BAGUE « MENOTTES SCULPTÉES » EN OR JAUNE, DINH VAN.

PRESSE ; GETTY IMAGES

20 minutes avec

SANDRA HÜLLER

L'actrice allemande épate en soldat balafré dans « Rose », de Markus Schleinzer. Un rôle en or pour celle qui enchaîne les personnages puissants. Conversation.

PAR **MARGUERITE BAUX**





EN MARS, À LONDRES.

"PAS DE QUESTIONS PERSONNELLES » : la phrase est accompagnée d'un sourire mais aussi d'une poignée de main très ferme par l'attachée de presse allemande de Sandra Hüller, juste avant l'arrivée de l'actrice. Nous sommes dans le salon d'un grand hôtel du 16e arrondissement de Paris et le contraste est saisissant entre le XVIIe siècle rugueux du film « Rose », de Markus Schleinzer, et ce protocole de palace. Quelque peu contrariée par son interview précédente, trop intrusive à son goût, elle s'assied sans plus de cérémonie mais toute de luxe vêtue, visiblement entrée dans l'écurie d'une grande marque. En trois ans à peine, depuis « Anatomie d'une chute » de Justine Triet et « La Zone d'intérêt » de Jonathan Glazer, Sandra Hüller est passée du statut de figure du cinéma d'auteur allemand (« Requiem », « Toni Erdmann ») à celui de star internationale. Et la transition n'est pas si évidente pour elle. « Je suis ici pour parler du film », répète-t-elle sobrement. Mais on comprend qu'elle veuille mettre sa célébrité nouvelle au service de ce bijou en noir et blanc.

Beau comme un conte de fées, le film s'inspire pourtant de l'histoire vraie des « femmes en pantalon », qui furent jugées et condamnées à mort pour s'être fait passer pour des hommes. Sandra Hüller y apparaît gueule cassée, de retour de la guerre de Trente Ans dans la ferme de son père, dont elle réclame l'héritage. Et se fait si bien passer pour un homme qu'on lui donne bientôt une épouse.

« Je n'avais jamais entendu parler de cette histoire, explique-t-elle. J'ai d'abord cru à une fiction, mais c'est un phénomène très documenté, et plus j'avançais dans mes lectures, plus cela m'est apparu comme une évidence : c'était tellement dangereux d'être une femme à cette époque-là. Il était plus facile de camoufler son corps et de partir à la guerre que de vivre dans un corps de femme. C'est incroyable, non ? » Mais loin d'elle la performance à l'américaine : elle joue tout en solidité et rigueur, à l'allemande – voire à l'est-allemande : elle est née en RDA en 1978, dans un pays qui n'existe plus, auprès de deux parents éducateurs, et a appris son métier très sérieusement, en entrant à l'école d'art dramatique de Berlin à 17 ans. Elle réfléchit beaucoup avant d'accepter ou de refuser un film, « cela prend du temps de formu-

WEST/HOGAN MEDIA/SHUTTERSTOCK/SIPA ; PINKOMELET/GETTY IMAGES ; PRESSE.

ler un avis honnête », et avait longtemps hésité à jouer la femme du nazi Rudolf Höss dans le film de Glazer. Pas d'hésitation pour « Rose » : « C'est le plus beau scénario que j'ai jamais lu. » Elle balaie tout compliment sur sa propre virtuosité : « Je me suis dit qu'il ne fallait pas tenter d'atteindre la perfection, Rose n'a eu aucun entraînement, elle s'est débrouillée toute seule. Et comme je ne regarde pas le moniteur après les prises, je faisais confiance aux autres : à un moment, j'ai senti qu'ils ne me regardaient pas comme ils auraient regardé une femme. Il fallait garder pour moi tout ce qui se passe à l'intérieur, mais dominer l'espace en entrant dans une pièce, pour que personne n'ait l'idée de me remettre en question. C'était une expérience très nouvelle, parce que je ne suis pas du tout comme ça dans la vie. Je trouve ça très fatigant d'être un homme ! En tout cas à l'époque… »

Entre « Le Retour de Martin Guerre » et « Le Ruban blanc », le film réserve des surprises, des grâces et des cruautés jusqu'à la fin, sans chercher à édifier ni à émouvoir à tout prix. « Je n'aime pas les héros de toute façon. On essaie tout le temps de nous séduire. C'est bien de trouver des espaces qui échappent à la séduction obligatoire. » Dans cet entretien qui a lieu en anglais, un mot vient alors à manquer, « pudeur » en français, qui n'est pas tout à fait la prude « modesty » anglaise. On se risque en allemand : « Bescheidenheit » ? Sandra Hüller rosit : « Un mot magnifique. Je prends ça comme un immense compliment. »

Préserver cette pudeur ne sera peut-être pas une mince affaire dans les mois qui viennent : après « Rose », elle sera dans « Fatherland », de Pawel Pawlikowski, puis dans un biopic de la poétesse autrichienne Ingeborg Bachmann, et aussi dans « Digger », d'Alejandro G. Iñárritu, où elle donne carrément la réplique à Tom Cruise. Étrange collision de planètes ! « On n'est pas vraiment entrés en collision ! Disons qu'on a gentiment cohabité, tempère-t-elle. Je trouve ça très important de faire des choses si différentes, travailler sur ces énormes plateaux, rencontrer ces acteurs iconiques, c'est très enrichissant, cela demande de grandir, de surmonter la peur aussi. » Au vu de sa bande-annonce délirante, où des milliardaires américains cacochymes jouent l'avenir de la planète en santiags, le film porte aussi une forte dimension politique. « Je me sens très responsable de mes choix de film. Je n'ai pas du tout le droit de parler de "Digger", mais si je peux participer à façonner un peu le monde, c'est important pour moi. » Et juste avant de la quitter, alors que l'attachée de presse s'approche dangereusement pour couper court à l'entretien millimétré, on ne résiste pas à une dernière question. Justine Triet a dit qu'elle rêvait de voir Sandra Hüller dans une comédie. La réponse fuse comme une déclaration d'amour : « Avec elle, je ferais n'importe quoi ! » ●

> "C'est bien de trouver des espaces qui échappent à la séduction obligatoire."
>
> SANDRA HÜLLER

« ROSE », de Markus Schleinzer, avec aussi Caro Braun (1h34).

Le bingo DE LA RENTRÉE

L'heure est venue de reprendre une activité normale. Florilège de ce que vous risquez d'entendre à la machine à café.

PAR CHARLOTTE MOREAU

« ENFIN, SI L'AUTOMNE ARRIVE UN JOUR… »	« TOUT INSTA ÉTAIT EN ALBANIE CET ÉTÉ OU QUOI ? »	« J'AI PAS FAIT UNE NUIT CORRECTE DEPUIS JUIN. »
« NON MAIS AVEC LA RÉGUL DES IMPÔTS… »	« LE JUDO ÉTAIT COMPLET À 8 H 03. »	« ON DÉJEUNE ABSOLUMENT ! TU AS QUOI AVANT LA TOUSSAINT ? »
« POUR MOI, C'EST LE GONCOURT. »	« ELLE A DÉJÀ PERDU SA CARTE DE CANTINE. »	« TU CONNAIS PAS LE LAGREE ? »

L'envie de… ÈVE MAENO



L'imprimé sauvage.



Veste, Ganni aux Galeries Lafayette, 495 €.



Jupe « Night », Roseanna x The Socialite Family, 310 €.



Veste, Molly Bracken, 69,95 €.



Jupe « Ohemia », Veronica Beard.

FLAVIA MORLACHETTI/GETTY IMAGES ; JONAS BRESNAN/ELLE FRANCE ; PRESSE.

ARTHUS BERTRAND



On valide !

COW-GIRL SENSIBLE

"Choosin' Texas", la ballade mélancolique d'Ella Langley, l'a propulsée nouvelle star de la country.

PAR **MARGAUX KREHL**

SON PARCOURS

À 27 ans, Ella Langley aligne les tubes et les récompenses. Après son énorme « You Look Like You Love Me » en 2024, c'est avec « Choosin' Texas » que cette brune pétillante fait un tabac. Une ballade obsédante, où la chanteuse noie sa peine amoureuse dans le whisky.

SON TUBE

Voilà plus de 20 semaines que « Choosin' Texas » trône au sommet du Billboard Hot 100, classement hebdo des cent chansons les plus populaires aux États-Unis. Elle tutoie ainsi le record de Mariah Carey avec « All I Want for Christmas Is You » (22 semaines). La battra-t-elle ?

SON EXEMPLE

Elle s'est imposée comme l'une des nouvelles voix de la country, dans un univers très masculin. Cette année, lors des Academy of Country Music Awards (équivalent musical des Oscars), ce sont même les femmes qui étaient en tête des nominations – Ella en comptait sept…



LA SÉLECTION D'ÉLISABETH MARTORELL

CHOUCHOUTER SES YEUX



NOURRISSANT. CRÈME YEUX AU LACTO-PDRN, THE ORDINARY, 15 ML, 10,20€.



EFFET FRAIS. SÉRUM YEUX CRYO CELLULAR EPIGENETICS, NIVEA, 15 ML, 17,99 €.



EFFACE-CERNES. MELA B3 YEUX, LA ROCHE POSAY, 15 ML, 36,50 €.



LONGÉVITÉ. DOUBLE SÉRUM EYE, CLARINS, 20 ML, 89 €.



ANTI-FATIGUE. CRÈME CONTOUR DES YEUX CEL, SKIN DILIGENT, 15 ML, 85 €.



RÉHAUSSEUR. SÉRUM YEUX LIFTANT, FILORGA, 15 ML, 59€.

SCOTT DUDELSON/GETTY IMAGES



MARELLA



CHAPEAU CHANEL.

Match d'expos



BOTTINES MASAYA KUSHINO.



PAR **MARGAUX KREHL**

COUP DE CHAPEAU

Des bibis, des canotiers, des fédoras, des voilettes et des casquettes. En feutre, en paille, en denim, en strass ou en velours. Derrière cet inventaire à la Prévert se cache tout le savoir-faire de Maison Michel, chapelier de renom qui fête en cette rentrée ses 90 ans. Et célèbre des artisans de la maison à qui a fait appel, pendant des années, la crème de la création (Chanel, bien sûr, puisque Maison Michel fait partie de ses célèbres Métiers d'art, mais aussi Yves Saint Laurent ou Balenciaga, pour ne citer qu'eux). Dirigée aujourd'hui par Priscilla Royer, Maison Michel lève le voile sur son histoire et ses coulisses le temps d'une exposition riche en archives, en photographies et bien évidemment… en couvre-chefs.

« MĒTAMORPHOSES, LES CHAPEAUX DE MAISON MICHEL », gratuit, 23 septembre au 13 décembre, La Galerie du 19M, Paris-19e.

Ā PIEDS JOINTS

Il y a celles qui ne jurent que par les talons de douze et celles qui n'aiment que le plat. Ceux qui osent associer costume-cravate et chaussures de running. Les amoureuses de bling versus les amateurs de lignes épurées. Tous et toutes trouveront chaussures à leur pied au Printemps Haussmann, qui, comme chaque rentrée, consacre une vaste exposition à l'un des indispensables de notre vestiaire contemporain. Place à la chaussure donc, qui se raconte ici à travers onze sections explorant tour à tour son évolution, sa dimension fétichiste comme sa fonction sportive. Rien n'est oublié puisque toute une partie est consacrée au-dessous de nos souliers et à l'empreinte que ces derniers laissent derrière nous. Une expo à découvrir – c'est original – pas à pas.

« PAS Ā PAS », jusqu'au 28 octobre, gratuit, La coupole du Printemps, Paris-9e.



THĒĀTRE

CARTON ANNONCĒ PAR ANNA NOBILI

Au Théâtre de la Renaissance, « Laponie » s'annonce comme la comédie de la rentrée.

UN DUO GAGNANT Tout ce qu'ils touchent se transforme en or. Matthieu Delaporte et Alexandre de la Patellière ont signé « Le Prénom » au théâtre (243 représentations) et au cinéma (plus de 3 millions d'entrées, 2 césars), réalisé « Le Comte de Monte-Cristo » (9 millions de fans). Avant la série « Les Brumes », ils reviennent à leurs premières amours, la scène.

LE SENS DE LA COMĒDIE Adaptée d'une pièce des Espagnols Cristina Clemente et Marc Angelet, « Laponie » raconte le réveillon de deux sœurs avec leurs maris, au pays du père Noël. « C'est "Le Prénom" fait du ski », selon leurs mots. Au menu, dérapages et règlements de comptes.

UN CASTING EN OR Patrick Mille, François-Xavier Demaison, Ophelia Kolb (« Dix pour cent ») et Ēlisa Erka (« Avignon ») : le quatuor fera des étincelles, c'est sûr !

« LAPONIE », à partir du 18 septembre, Théâtre de la Renaissance, Paris-10e.

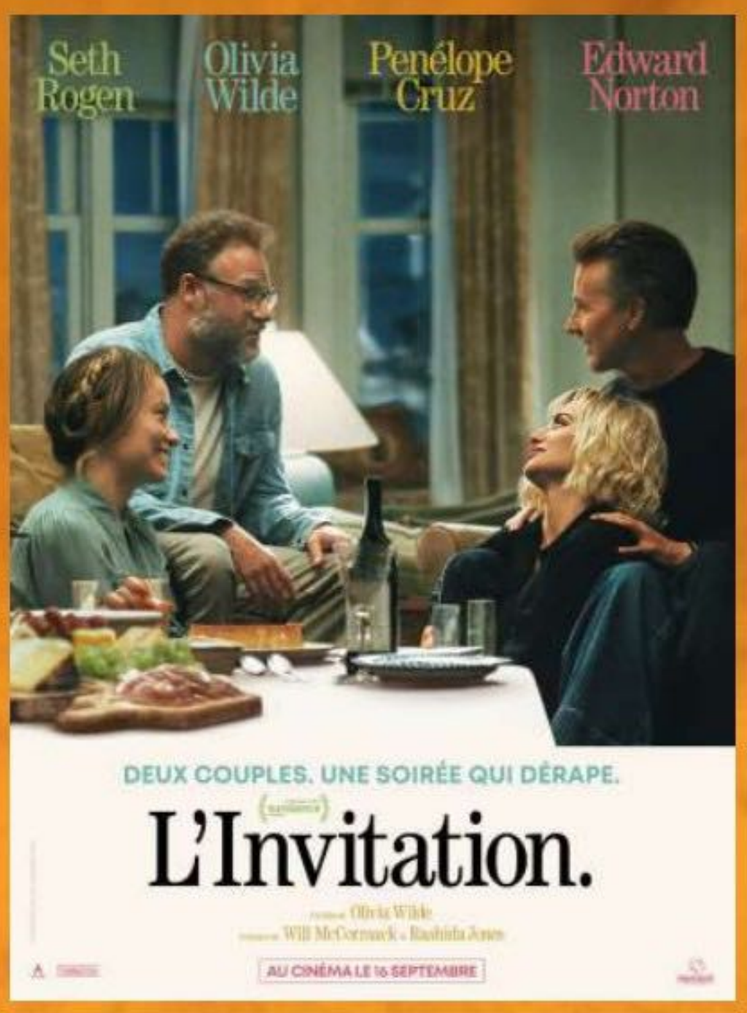
JEREMY BARNIAUD; MASAYA KUSHINO; PRESSE.

VANESSA BRUNO

Cinéma

FAUT-IL VOIR "L'INVITATION " ?

PAR OPHÉLIE DAGUIN



LE PITCH

Un dîner entre voisins se transforme en jeu de la vérité. Angela (Olivia Wilde) et Joe (Seth Rogen) s'épuisent dans leur mariage, tout l'inverse de leurs nouveaux voisins, Piña (Penélope Cruz) et Hawk (Edward Norton), couple à l'érotisme palpable (et sonore). Dans le huis clos d'un appartement de rêve, leurs certitudes sur la fidélité, les fantasmes et la vie à deux vacillent. Pour son troisième film en tant que réalisatrice, Olivia Wilde orchestre un remake grinçant et savoureux du film espagnol « Sentimental », de Cesc Gay. Avec ce casting quatre étoiles et des dialogues bien troussés, le film crée des étincelles sur un sujet inépuisable : le couple et le désir à l'épreuve du temps.

ALLEZ-Y SI...

... vous aimez écouter les disputes des autres / vous pensez qu'un apéro entre amis est la meilleure thérapie / vous êtes fan de déco.

ÉVITEZ SI...

... vos nouveaux voisins vous ont invitée à dîner / votre couple bat de l'aile / on ne parle pas de fantasmes à table.

« L'INVITATION », de et avec Olivia Wilde, Penélope Cruz, Seth Rogen et Edward Norton. En salle le 16 septembre (1h 47).



MICRO-PAILLETÉ
SATIN KAJAL JEWEL LINER, SEQUIN GREEN, VICTORIA BECKHAM, 39 €.

REFLET MORDORÉ
FARD À PAUPIÈRES LIQUIDE, PISTACHE D'ÉTÉ, LA CRIQUE, 17,90 €.

CHIC PALETTE
KAKI SOYEUX

SUR TOUS LES TONS
PALETTE 5 COULEURS DIORSHOW, CHARMED GREEN, DIOR, 83 €.

PRESSE ; ZHENGSHUN TANG/GETTY IMAGES.

EAU THERMALE
JONZAC

15 ans de RESPECT de votre NATURE

COSMETIQUE BIO CHARTE COSMEBIO





INNOVATION

SÉRUM PRO-COLLAGÈNE

TRIPLE ACTION
RIDES, ÉCLAT & FERMETÉ

Eau thermale isotonique - Collagène biomimétique fragmenté
Rétinol-like - Acide hyaluronique de bas poids moléculaire

EFFICACITÉ CLINIQUEMENT PROUVÉE

SCIENCE DE LA BIOAffinité

99% D'ORIGINE **NATURELLE** | HAUTE **TOLÉRANCE** | **SANS** SUBSTANCES CONTROVERSÉES | FABRIQUÉ **EN FRANCE**

LE RESPECT DANS LA PEAU

* % de satisfaction - test clinique sur 22 sujets - application biquotidienne pendant 28 jours

DISPONIBLE EN PHARMACIES, PARAPHARMACIES ET MAGASINS BIO.

ZIGZAG


JENN AYACHE ET MARINE DELPLACE.


AUDREY LAMY.


VÉRONIQUE PHILIPPONNAT (ELLE), JEAN-CHARLES TRÉHAN (LVMH), VALÉRIE SALOMON (CMI FRANCE) ET CONSTANCE BENQUÉ (ELLE INTERNATIONAL).


BÉRENGÈRE KRIEF.


ÉMILIE LE GOFF (ELLE) ET GRÉGORY HARRIS.


DENIS OLIVENNES (CMI FRANCE).


STÉPHANIE DI GIUSTO ET VANESSA BRUNO.


LISA AZUELOS.


BERTRAND BURGALAT, SOPHIE FONTANEL, TOM MEREDITH (ELLE) ET VANESSA SEWARD.


SONIA ROLLAND.


GIULIA PIACENTINI (DOLCE & GABBANA), VALÉRIE SAMUEL (FRED) ET OLIVIA BERGHAUER (VALENTINO).


SARAH PONIATOWSKI (MAISON SARAH LAVOINE) ET MARIE PONIATOWSKI (STONE PARIS).


ESTELLE LEFÉBURE.


HÉLÈNE FREYSS (LVMH) ET STÉPHANIE VIDEAU APHATIE (CMI FRANCE).


DIANE KRUGER.


LOLITA CHAMMAH.


ISABELLE TASSET (GIVENCHY) ET VÉRONIQUE VATINOS (ELLE).


JAMES DEENY (DIOR).

CHRISTOPHER BALDELLI (T18).


YOUSSEF MARQUIS ET CAROLINE DEROCHE PASQUIER.


BARBARA BUI.


CATHERINE LACAZE, BIANCA MANLEY, LORAINE DEVAUX ET AUDE MESRIÉ (LOUIS VUITTON).


GILDAA.


ANNE DESCAMPS (PSG) ET BRUNE DE MARGERIE (ELLE).


JÉRÔME GRANGE (GUERLAIN).


SHARON KRIEF ET BARBARA BOCCARA (BA&SH).


KARIM ZEBDJI (SAINT LAURENT) ET ANGELO SENSINI.


HÉLÈNE POULIT-DUQUESNE ET AURÉLIE BOUÉ-BARRÈS (BOUCHERON).


LAURENT MILCHIOR (ETAM).


DIMITRI MAKSIMOVIC (CMI), MAXIME DELACARTE, STÉPHANE BERTHELOT (CMI FRANCE) ET JULIEN VALLON.


OLIVIER COURTIN-CLARINS (CLARINS).


AVA DJAMSHIDI (ELLE), CAMILLE BURNIER-ZINK (CMI FRANCE) ET CAROLINE COCHAUX (T18).

Mode PARTY TIME !

C'était l'été indien dans les jardins de l'hôtel Ritz, où l'on fêtait notre numéro Spécial Mode le 2 septembre. Une rentrée élégante et joyeuse à l'image de tous nos invités.

Remerciements au Ritz Paris et à Porsche France.

ASTRID STAES, JEAN PICON/SAYWHO.

Le meilleur du soin pour vos pieds secs

BAUME HYDRA-DÉFENSE

24H
hydratation non-stop

95%
d'ingrédients d'origine naturelle

DISPONIBLE EN PHARMACIES
ET PARAPHARMACIES

LABORATOIRES ASEPTA MONACO

EXPERT EN DERMO-COSMÉTIQUES DEPUIS 1943

JOAILLERIE

UN AUTOMNE ENTRE OMBRE ET LUMIÈRE

Cette saison, APM Monaco imagine une collection inspirée de la lumière et des couleurs de l'automne. Des pièces joaillières sculpturales et résolument inspirées de la Méditerranée. Rencontre avec Kika Prette, creative director de la Maison.

Comment est née cette collection Automne 2026 ?

Kika Prette : Elle est née de l'envie de raconter l'automne autrement : non pas de manière littérale, mais à travers une vision plus graphique, minérale et sculpturale du bijou. Nous avons imaginé une saison faite de contrastes, entre la chaleur profonde du bordeaux, l'intensité du vert et l'éclat plus froid d'un métal gris brossé à la main. Le véritable point de départ a été l'éventail. Nous aimions son mouvement, ses ouvertures, sa construction très précise et sa capacité à capturer puis à diffuser la lumière. C'est un objet à la fois décoratif et fonctionnel, extrêmement élégant, qui porte déjà en lui une forme d'architecture. Nous avons transposé cette idée dans le bijou avec une écriture plus contemporaine, plus aérienne, pensée pour être portée au quotidien comme pour accompagner une silhouette plus habillée.

Quelles sont les pièces phares de la collection ?

K. P. : Les colliers plastrons inspirés de l'éventail sont des pièces centrales de la collection. Leur structure rayonnante encadre le décolleté comme une véritable pièce de mode et donne immédiatement de la présence à une silhouette. Ils incarnent particulièrement bien l'idée de bijou-architecture qui traverse cette saison. Les manchettes ajourées sont



également emblématiques. Elles habillent le poignet avec une allure très graphique, tout en laissant passer la lumière grâce à leur travail « d'openwork ». Enfin, les bracelets joncs, les bagues et les boucles d'oreilles sertis de cabochons bordeaux et verts permettent d'adopter la collection de manière plus personnelle, par accumulation ou en pièces fortes. Les cabochons apportent une vibration chromatique précieuse : le bordeaux évoque la richesse des matières automnales, tandis que le vert crée un contraste plus inattendu, presque minéral. La surface brossée à la main vient souligner le relief, le caractère et la modernité de chaque création.

Comment l'art de vivre méditerranéen s'exprime-t-il dans vos collections et plus précisément dans celle-ci ?

K. P. : Cet art de vivre méditerranéen est au cœur de l'identité d'APM Monaco. Il s'exprime dans notre rapport à la lumière, à la liberté de porter les bijoux, au mélange des pièces et à une certaine spontanéité dans le style. Chez APM Monaco, le bijou n'est jamais figé : il suit les gestes, accompagne les moments de vie et permet à chacun d'affirmer sa personnalité. Dans cette collection, cet esprit méditerranéen se retrouve dans les jeux d'ombre et de lumière, dans les structures aériennes et dans les couleurs choisies. Le bordeaux rappelle la sensualité d'une fin de journée, tandis que le vert évoque la végétation, les pierres naturelles et les paysages de la Méditerranée. Même lorsque l'inspiration se fait plus architecturale, la collection conserve cette légèreté et cette facilité qui sont profondément liées au Sud.



POUR EN SAVOIR PLUS, RENDEZ-VOUS SUR **WWW.APM.MC**

PARTENARIAT PUBLICITAIRE ORCHESTRÉ PAR LE PÔLE **BRAND EXPERIENCES** DE CMI MEDIA.

En quoi Eva Longoria et Baptiste Giabiconi incarnent-ils la marque ?

K. P. : Eva Longoria et Baptiste Giabiconi incarnent deux expressions complémentaires de l'univers APM Monaco. Eva représente une féminité solaire, affirmée et élégante. Elle possède cette capacité naturelle à passer d'une allure sophistiquée à un style plus décontracté, tout en gardant une présence très forte. Elle porte les bijoux avec assurance, comme une extension de sa personnalité. Baptiste incarne une vision plus audacieuse, moderne et non conventionnelle du bijou masculin. Il exprime parfaitement notre conviction que le bijou est un langage de style, sans frontières de genre. Leur complémentarité illustre l'ADN de la marque : une joaillerie « fashion », libre, contemporaine et pensée pour celles et ceux qui aiment composer leur propre allure.

Avec de belles adresses en France et plus de 500 boutiques dans le monde, l'ouverture prochaine sur les Champs-Élysées est-elle un accomplissement ?

K. P. : C'est avant tout une étape très symbolique et une grande fierté. Les Champs-Élysées sont une adresse iconique, un lieu où se croisent Paris, la création, la mode et une clientèle internationale. Y ouvrir une boutique représente naturellement une reconnaissance de notre développement, mais aussi une formidable vitrine pour partager l'univers APM Monaco avec un public encore plus large. Cependant, nous le voyons moins comme un aboutissement que comme une nouvelle impulsion. APM Monaco a toujours eu l'ambition de faire rayonner un luxe contemporain, créatif et accessible, inspiré par Monaco et l'art de vivre du Sud. Notre réseau compte aujourd'hui plus de 500 boutiques dans le monde, ce qui témoigne de la force de cette vision et de son écho international.

SÉLECTION

AUTOMNE ENSOLEILLÉ

COLLIER
LES ÉVENTAILS
290 €

BRACELET
GRAPHIQUE
197 €

BOUCLES D'OREILLES
LES ÉVENTAILS
268 €

BAGUE
GRAPHIQUE
95 €

BOUCLES D'OREILLES
GRAPHIQUE
120 €

BRACELET
LES ÉVENTAILS
590 €

POUR EN SAVOIR PLUS, RENDEZ-VOUS SUR **WWW.APM.MC**

PARTENARIAT PUBLICITAIRE ORCHESTRÉ PAR LE PÔLE **BRAND EXPERIENCES** DE CMI MEDIA.

LA SEMAINE PROCHAINE AVEC ELLE



EN CADEAU* AU CHOIX 100 ML

LA BELLE boucle

DÉCOUVREZ CETTE ROUTINE SPÉCIAL CHEVEUX BOUCLÉS

LE SHAMPOING DOUX hydratant laisse les boucles souples et brillantes.

LA CRÈME GEL SOIN COIFFANT, produit 2 en 1 sans rinçage, définit et gaine les boucles.

LA BRUME CAPILLAIRE SOIN ANTI-FRISOTTIS reforme les boucles le matin.

LE MASQUE SOIN hydrate en profondeur et facilite le démêlage.

* Offre proposée dans les kiosques en France métropolitaine participant à l'opération du 17 au 30 septembre 2026 dans la limite des stocks disponibles (liste des kiosques sur elle.fr, rubrique Beauté).

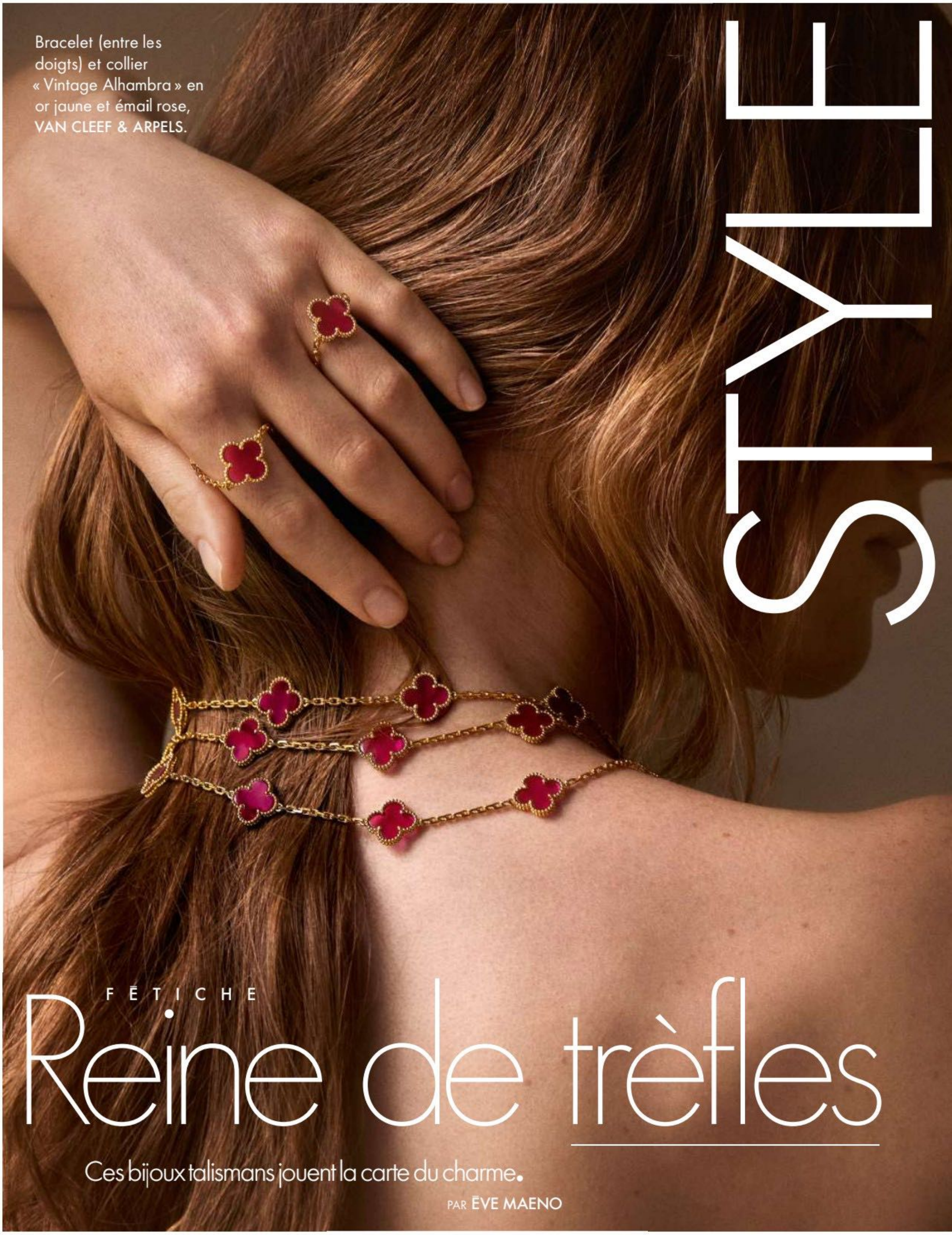


PHOTO GILAD SASPORTA. ASSISTANTE STYLISME LISA BIRO. MAQUILLAGE ET COIFFURE FRANCIS GIMENEZ. MANNEQUIN SOPHIE LEMENS (MADEMOISELLE AGENCY).

STYLE

FÉTICHE

Reine de trèfles

Ces bijoux talismans jouent la carte du charme.

PAR ÈVE MAENO

NOMASEI.

MONOPRIX, 29,99 €.

GUESS, 125 €.

ARKET, 69 €.

PANOPLIE

UN BRUN DE VELOURS

PAR ÉLISABETH AKESSOUL

MAJE, 135 €.

VANESSA BRUNO, 450 €.

ALOHAS, 160 €.

ROUJE, 345 €.

TORY BURCH, 395 €.

PHOTOS PRESSE. ASSISTANTE STYLISME PAULINE GÉNIBRE.

LEÇON DE STYLE

LE PREPPY PREND LE LARGE

Exit la tenue correcte exigée, le preppy s'autorise cette saison quelques écarts de conduite. Les lignes s'assouplissent, les volumes prennent leurs aises et les classiques gagnent en liberté. Avec le Loose Prep et sa campagne « Keep it Loose », Levi's accompagne ce changement d'allure avec une impertinence stylistique frondeuse !

Le preppy desserre les codes

Et si, cette saison, l'allure preppy tenait moins à des clichés qu'à la manière de les bousculer ? Pour l'automne-hiver 2026, T-shirts rayés, chemises boutonnées et mailles superposées, changent de proportions. Avec le Loose Prep, Levi's confronte la structure de ces classiques à des jeans et chinos plus amples, parfois franchement baggy. Le contraste fait toute l'allure : le haut reste soigné tandis que le bas gagne en aisance et en mouvement. Une façon de déplacer les lignes du vestiaire universitaire vers une élégance moins figée, où le confort n'exclut plus la sophistication et où le « fit » se mue en affaire de style personnel.







ROSĒ, incarnation de cette nouvelle allure

Simple, intemporel, raffiné, mais jamais banal : le vestiaire de ROSĒ trouve naturellement sa place dans cette nouvelle grammaire. Pour la campagne « Keep it Loose », Levi's lui a confié une sélection Loose Prep avec une seule consigne : se l'approprier. La chanteuse associe ainsi Loose Taper et Loose Boot à différents hauts qu'elle superpose et réinterprète à sa manière. Les proportions se déplacent, les associations se la jouent singulières et les classiques cessent d'être de simples pièces prêtes à l'emploi. Car c'est bien là que se joue le preppy version 2026 : moins dans le respect scrupuleux de ses codes que dans la liberté de décider comment en disposer.

PARTENARIAT PUBLICITAIRE ORCHESTRÉ PAR LE PÔLE **BRAND EXPERIENCES** DE CMI MEDIA.

ON VEUT

DES MINI-TALONS

PAR ÉLISABETH AKESSOUL



MAX MARA,
525 €.



PETITE MENDIGOTE,
199 €.



LE MONDE BERYL AUX GALERIES LAFAYETTE,
535 €.

BERENICE,
275 €.

MANGO,
49,99 €.

NOMASEI,
510 €.

LOULOU DE SAISON AU PRINTEMPS,
550 €.

TOTEME,
600 €.

PHOTOS PRESSE. ASSISTANTE STYLISME PAULINE GENIBRE.



www.graceandmila.com

CLAUDIE PIERLOT, 365 €.



MAJE, 295 €.





« REBELLE », **IRO,** 595 €.



MARC CAIN, 299 €.

ESSENTIEL

LA JUPE EN CUIR

PAR ÈVE MAENO



LONGCHAMP, 990 €.



« JAIME », **ZADIG & VOLTAIRE,** 445 €.



IVY OAK AUX GALERIES LAFAYETTE, 420 €.

MARELLA, 315 €.

PHOTOS PRESSE. ASSISTANTE STYLISME LISA BIRO.

M'O Musée d'Orsay

x MONOPRIX



DÉCOUVRIR
LA COLLECTION

Plus de choix sur **Monoprix.fr**

Collection disponible à partir du 9 septembre, 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

LIVRES



LE MAÎTRE DES ILLUSIONS

Est-ce une saga familiale, un conte, un roman monde du XXe siècle ? « Lázár », de Nelio Biedermann, 23 ans, embarque et enfièvre. PAR **OLIVIA DE LAMBERTERIE**

POUR RACONTER CETTE HISTOIRE INSPIRÉE DE CELLE DE SA PROPRE FAMILLE, cet écrivain zurichois ne croise pas, classiquement, grande et petites histoires, il les amalgame comme une bête à deux dos. Ainsi jette-t-il ses personnages dans la fureur de la guerre comme dans le trouble des chambres obscures. On est à l'aube du XXe siècle et au crépuscule d'une lignée d'aristocrates hongrois dont on va suivre trois générations. « Lázár » est un livre captivant sur le temps. Sándor von Lázár pense vivre éternellement à l'abri du monde dans son château ceint d'une forêt susceptible d'engloutir les êtres. Il respire au passé, sûr du pouvoir hérité de ses ancêtres. D'ailleurs, chaque matin, il lit le journal de la veille. Pendant ce temps, son épouse, Mária, donne le jour à un enfant aux yeux bleu lac, les mêmes que ceux du palefrenier… La naissance de Lajos sonne la déchéance de ses parents, laquelle ira de pair avec celle du royaume des Habsbourg.



« Il faut que tout change pour que rien ne change », affirmait le héros du « Guépard ». Pendant son voyage de noces, sur le registre de l'hôtel, Lajos omet son titre de noblesse et signe Lajos Lázár. Fini le baron et le passé ? Après-guerre, le château résonne de nouveau du cristal des verres qui s'entrechoquent. Mais l'insouciance est un leurre. Fascisme, impérialisme soviétique vont contraindre Lajos et ses enfants à survivre dans le présent. En 1948, les communistes, venus exproprier la famille de sa demeure, cherchent la chevalière familiale, en vain. « Lajos l'avait avalée. » Nelio Biedermann est un exceptionnel maître des illusions et maître d'un récit où ralentis et accélérés se succèdent avec une fulgurante dextérité. La poésie infuse les pages, tel cet enfant qui converse avec les ombres. Et l'amour qui lie les frères et les sœurs éclaire cette fin de partie d'une lumière affectueuse.

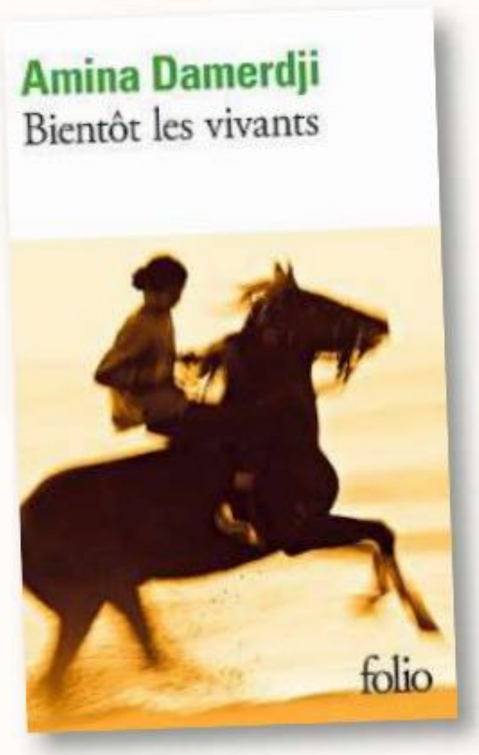
« LĀZĀR », de Nelio Biedermann, traduit de l'allemand par Rose Labourie (Belfond, 350 p.).

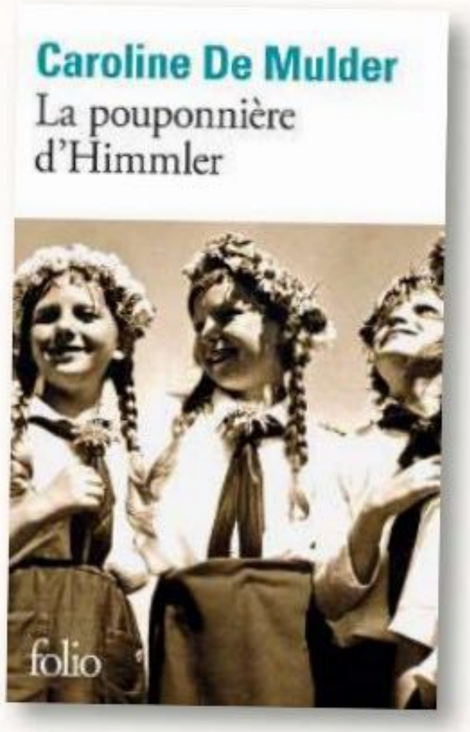
PHILIPPE MATSAS/LEEXTRA ; PRESSE.

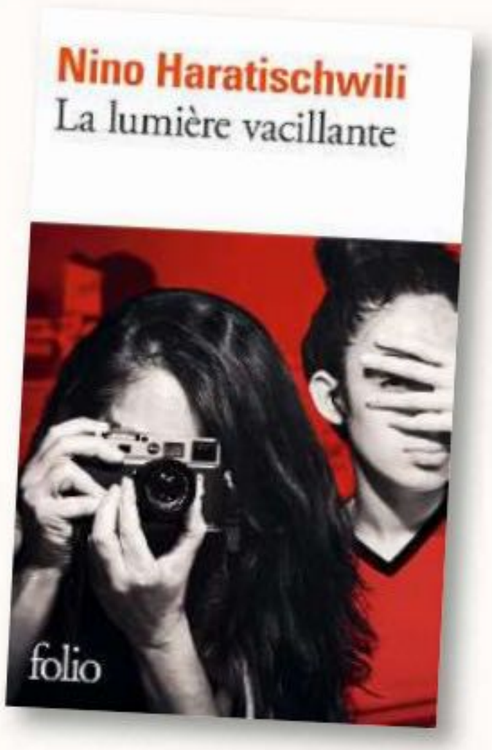
folio
TROPHÉE
ELLE

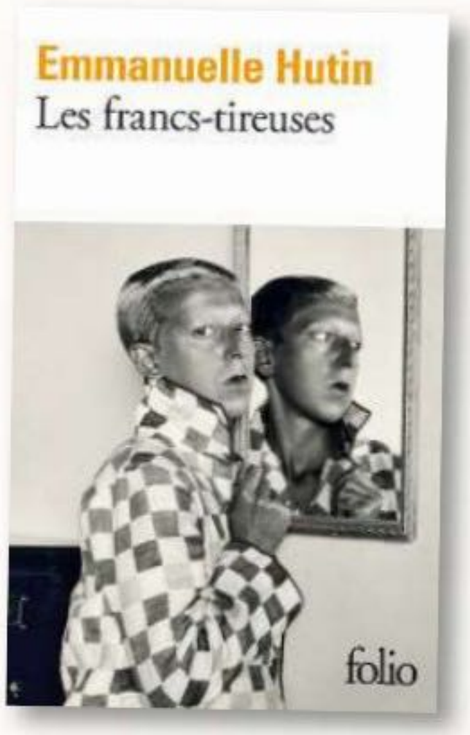
QUEL ROMAN SERA le GRAND LAURÉAT DU TROPHÉE FOLIO-ELLE 2026 ?

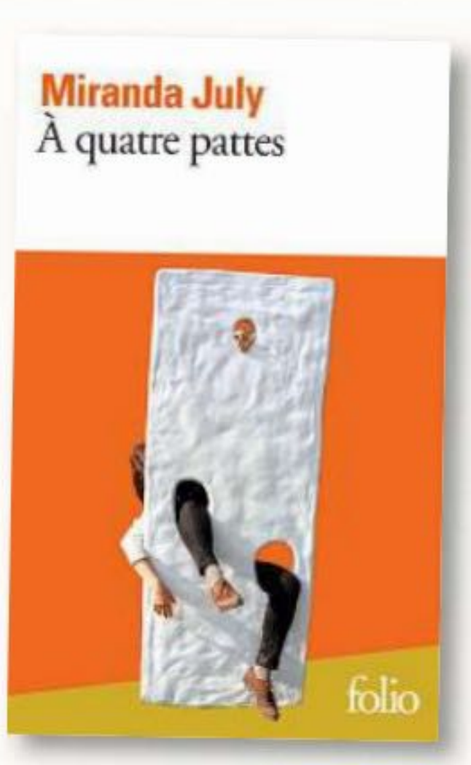




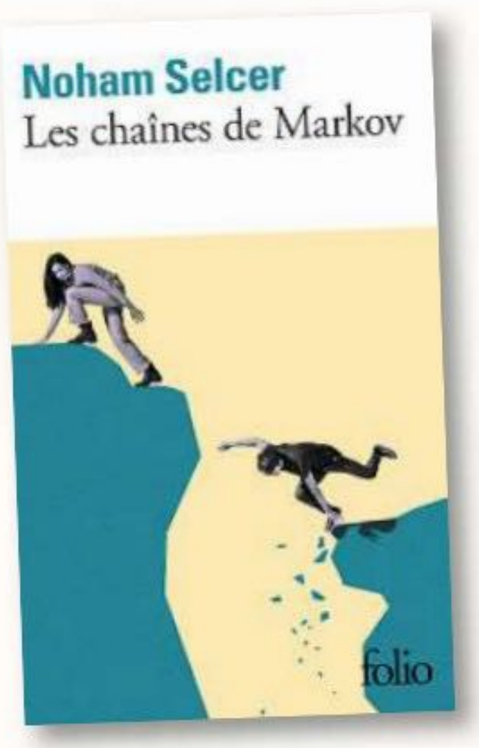












RÉPONSE LE 3 DÉCEMBRE !

Retrouvez toutes les informations sur **tropheefolioelle.fr**



SARAH TADLAOUI.



SIBYLLE GRIMBERT.

COUPS DE CŒUR

LANGUE MODERNE

C'EST DANS L'AIR

PAR **CLÉMENTINE GOLDSZAL**

« J'AI UN DOCTORAT, DES TAILLEURS, DES CONNAISSANCES, LES DOIGTS MANUCURÉS, un prêt à rembourser, je suis prête, je sais pourquoi je suis là. » Quand elle se fait embaucher par une grande entreprise de la tech, la narratrice du premier roman de Sarah Tadlaoui a tout pour réussir : l'envie, l'ambition, le talent. Mais quand commence le livre, c'est depuis son lit d'hospitalisation en psychiatrie qu'elle nous parle : hyper intelligente, hyper capable, elle a pourtant perdu sa langue, noyée dans les lignes de code qui étaient devenues son métier, sa croix et son cauchemar. Écrit sous perfusion d'adrénaline, « Croire au code » est le récit de sa chute. La plupart du temps confinée entre quatre murs (ceux des bureaux où elle tente de se faire une place, ceux de l'appartement où elle retrouve un amoureux tendre, mais qui échoue à percevoir l'ampleur de son désarroi), la narratrice s'exprime en phrases courtes et sèches, son langage contaminé par les anglicismes grotesques d'un monde dominé par l'idée de performance et de profit, puis peu à peu écrasé par la vacuité d'un univers qui n'existe pour rien d'autre que pour lui-même. Que penser d'une technologie qui substitue des signes aux lettres, qu'attendre d'un monde dominé par le code ? La réponse est sombre, et la puissance de ce roman est de la faire ressentir par le fond autant que par la forme. Diplômée de l'université de Columbia, Sarah Tadlaoui a un temps travaillé dans la Silicon Valley, où elle a participé, chez Google, à la création de l'IA générative. Elle sait donc de quoi elle parle. Et elle sait surtout parfaitement comment le dire.

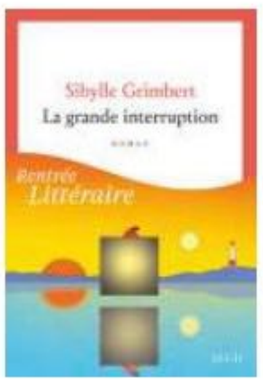


« CROIRE AU CODE », de Sarah Tadlaoui (Éditions Héloïse d'Ormesson, 302 p.).

C'EST DANS LA BOÎTE

PAR **VIRGINIE BLOCH-LAINÉ**

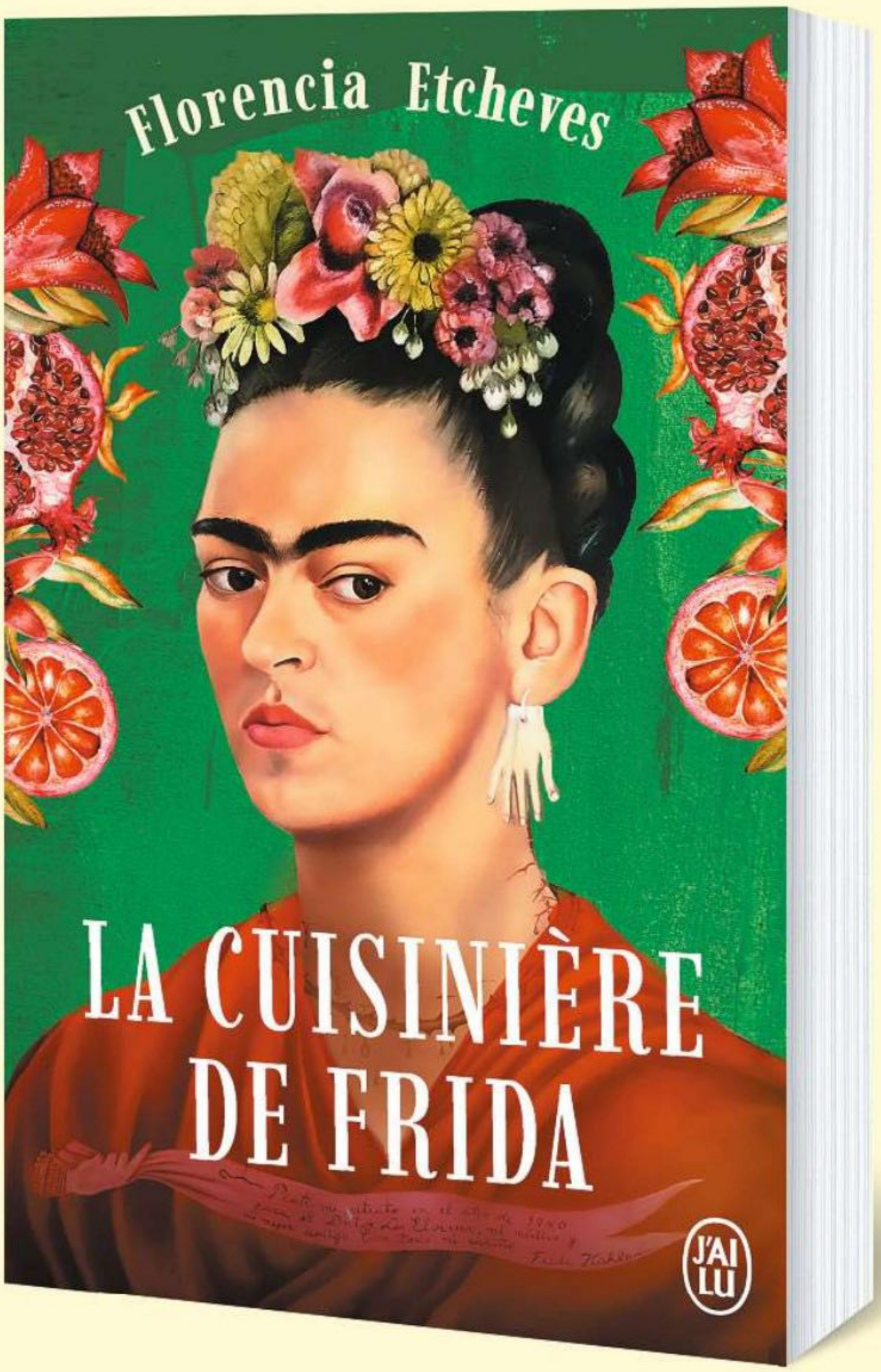
CE ROMAN D'ANTICIPATION IMAGINE QUE LE MONDE que nous connaissons n'existe plus. Il a été détruit, et les humains, coupables de cette « grande interruption » qui donne au livre son titre, ont aussi disparu. Il reste des boîtes rectangulaires « de format A4 » et laquées. Joséphа, l'une d'elles, est la narratrice. Elle est quelqu'un de bien, même si elle n'est qu'une boîte. Elle possède toute la mémoire de l'humanité défunte – ses archives, ses films, « la somme colossale de ses écrits ». Elle rencontre une humaine, c'est-à-dire un « personnage lisse avec quatre membres mobiles plantés autour d'une tige ». Il s'agit de Nadine, âgée de 11 ans. Elle descend des rares personnes qui n'ont pas été balayées, lorsque les boîtes, ces intelligences artificielles ultra-développées, ont pris le pouvoir afin de mettre un coup d'arrêt au saccage généralisé et de « sauver la vie, toute forme de vie ». Joséphа parcourt la planète quasi déserte avec Nadine et lui enseigne ce qu'était l'humain : un animal qui, plus qu'aucun autre « parmi ceux capables de se reconnaître », s'admire. Les humains « jetaient leurs vêtements pour un oui ou pour un non [...]. Ils avaient des machines qui faisaient du chaud quand ils avaient froid et du froid quand ils avaient chaud, ils fabriquaient des tonnes de choses inutiles ». Il se pourrait que ce soit bientôt au tour de Joséphа de disparaître. Autrice du « Dernier des siens », roman dans lequel elle réfléchissait déjà à la finitude, Sibylle Grimbert déploie une écriture doucement ironique et attentive aux sensations, à la beauté du monde.



« LA GRANDE INTERRUPTION », de Sibylle Grimbert (Seuil, 278 p.).

PHILIPPE MATSAS/LEEXTRA ; BENEDICTE ROSCOT ; PRESSE.

Une saga inoubliable au goût de liberté



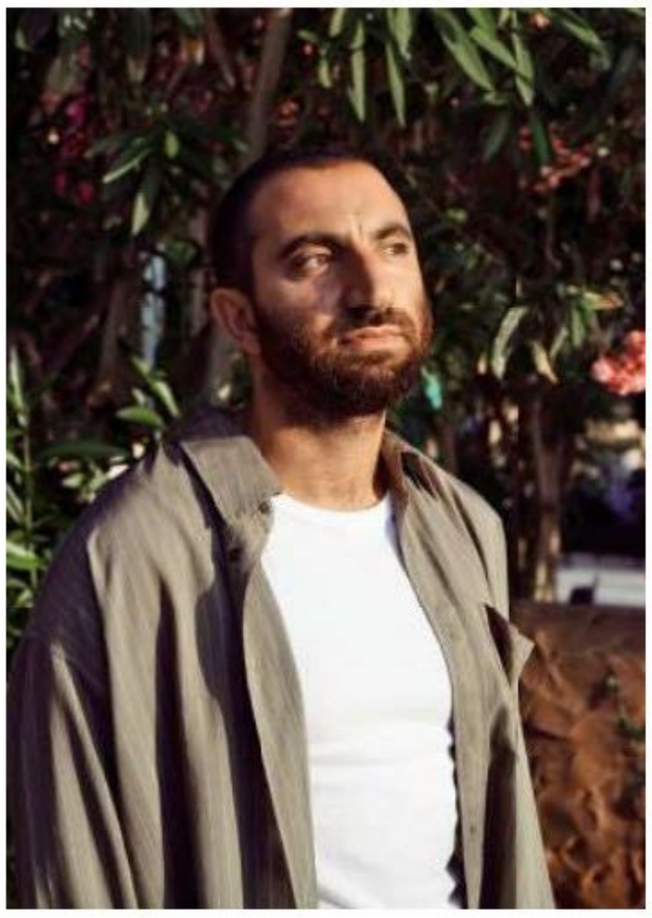
En poche chez J'AI LU

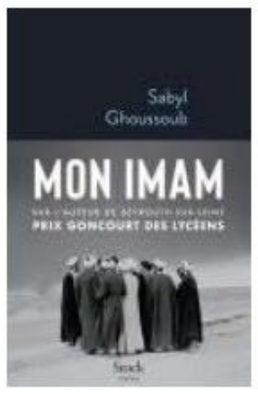
IL EST COMMENT, LE NOUVEAU

SABYL GHOUSSOUB ?

PAR **MONICA SABOLO**

ÉRUDIT ET TOUCHANT. Sabyl Ghoussoub, lauréat du Goncourt des lycéens pour « Beyrouth-sur-Seine », qui a connu un immense succès en 2022, ne veut plus « jouer le rôle de l'écrivain arabe ou libanais, c'est selon, dans le milieu littéraire français ». Il reconnaît néanmoins avec humour que chacun de ses livres le ramène à ses origines et à la recherche de son identité, lui qui est né en France de parents libanais chrétiens maronites. Dans « Mon iman », il se penche sur le destin d'un imam chiite, ouvert et moderne, icône des Libanais, disparu en 1978 d'un Holiday Inn à Rome, laissant derrière lui son passeport et sa valise. Alors que de multiples hypothèses circulent pour expliquer cette évaporation, l'auteur veut croire que l'homme, follement épris d'une Italienne, s'est enfui pour la retrouver. Selon lui, il est devenu pizzaiolo, fredonne des chansons d'amour et roule en Vespa, insouciant, tel Nanni Moretti dans « Journal intime ». Dans ce texte érudit et émouvant, Sabyl Ghoussoub ne cesse de faire des allers-retours entre Paris et Beyrouth, constamment tiraillé entre ses deux patries, envoie des messages à son éditeur, lui expliquant qu'il veut faire découvrir aux Occidentaux ce personnage illustre, montrer « qu'il a existé des hommes enturbannés bien plus progressistes que les religieux de chez eux » et que tous les musulmans chiites ne sont pas de dangereux terroristes. Le texte est aussi une déclaration d'amour au Liban et à ses habitants, où pointe la douleur causée par la guerre, mais sans jamais céder au désespoir, toujours portée par un formidable élan de vie.





« MON IMAM », de Sabyl Ghoussoub (Stock, 278 p.).



ET LE NOUVEAU

PIERRE ADRIAN ?

PAR **NATHALIE DUPUIS**

MÉLANCOLIQUE ET DÉCHIRANT. « Ces souvenirs, je les raconte parce que sans eux l'été n'existerait pas. Le mois d'août est mémoire. Il est le ressac du passé sur nos plages. » Quelque part sur une presqu'île du Finistère, un jeune homme revient comme chaque été dans le « pays » de son enfance. L'aïeul vient de mourir un soir de victoire de Coupe du monde et, avec sa disparition, la famille doit vendre « la grande maison », celle de tous les souvenirs. « Le Pays des étés », le nouveau roman de Pierre Adrian, est une ode à tous ceux qui ont connu des lieux magiques dans leur enfance. D'une écriture à la fois nostalgique et lumineuse, le garçon convoque merveilleusement le délicat fumet de ces journées en terre bretonne. Les virées à vélo sur la lande balayée par le vent, les pains au lait et le jus de pomme du goûter, l'odeur de varech se mêlant à celle des foins, les concerts du jeudi soir au café du port, les friandises de la supérette. Dans ce livre qui se déguste comme une crêpe au beurre salé, Pierre Adrian a l'élégance, ou la malice, de ne pas nommer les lieux et les gens. On parle d'un oncle, de la presqu'île… ce qui renforce l'impression d'universalité. On a tous un pays de notre enfance. Adrian rend hommage au sien de manière bouleversante, à la manière d'un Modiano. Une façon de décrire en finesse le temps qui passe.

« LE PAYS DES ÉTÉS », de Pierre Adrian (Gallimard, 192 p.).

TANYA TRABOULSI ; FRANCESCA MANTOVANI/GALLIMARD ; PRESSE.

BE YOU, BE CHILL

CHARLIE CHILL

EYEWEAR

COLLECTION EXCLUSIVE OPTIC 2000 ET LISSAC

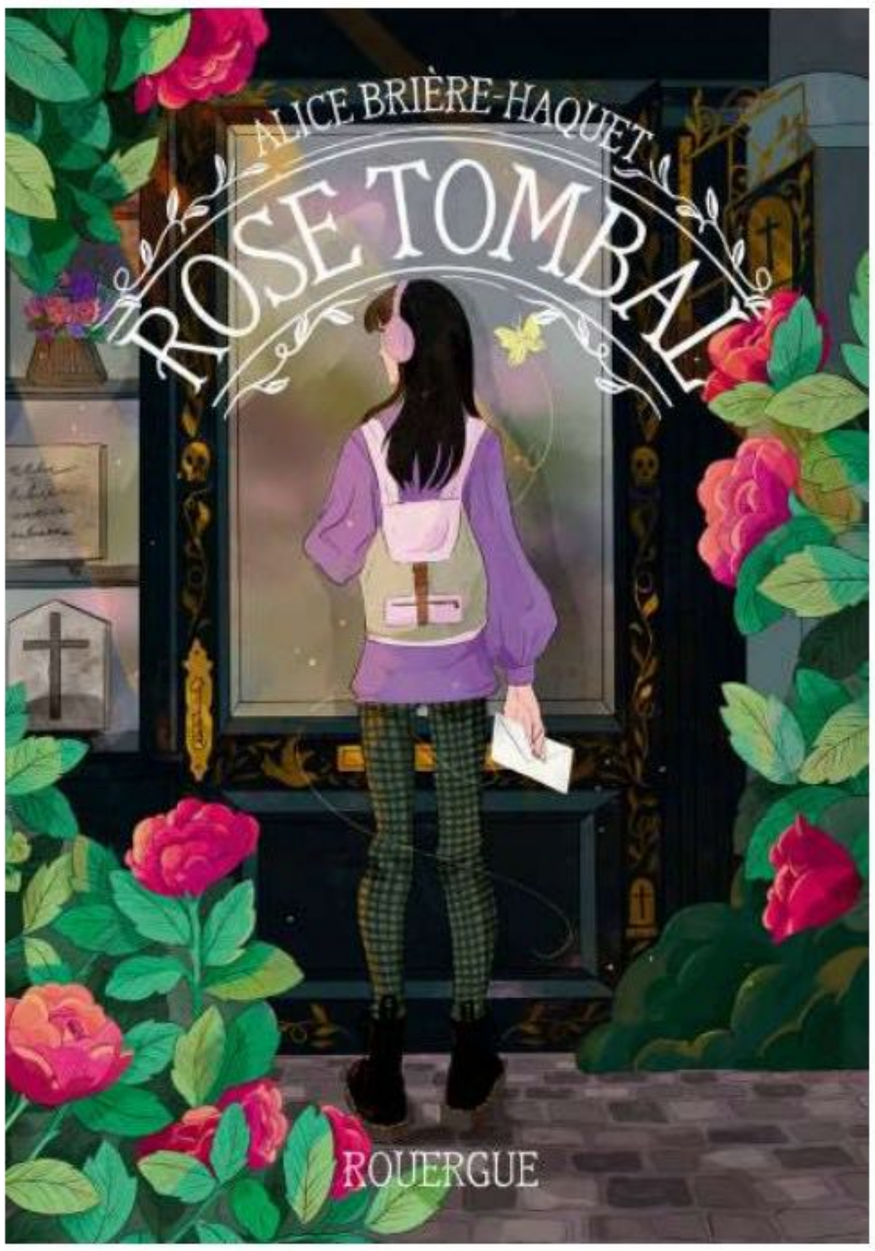
Sois toi-même, sois Chill

BONNES NOUVELLES

C'EST AUSSI LA RENTRÉE JEUNESSE

À chaque âge, son ouvrage.

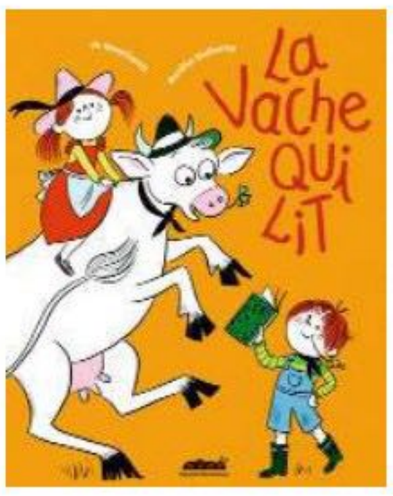
PAR **SANDRINE MARIETTE**



POUR LES TOUT-PETITS

Lololita, une petite vache, s'ennuie, se sent délaissée par sa meilleure amie, Suzon, qui ne lève plus le nez de son livre, la fillette étant à un poil de la repousser. « Quand on lit, le monde qui nous entoure [...] n'existe plus ! » lui dit-elle. Un peu vexée mais très futée, Lololita va lui prouver qu'écouter, c'est déjà ressentir les émotions des héros de papier. Un album qui prolonge les vacances.

« LA VACHE QUI LIT », de Jo Hoestlandt et Aurélie Guillerey (Môme/Bayard Jeunesse, 56 p.).

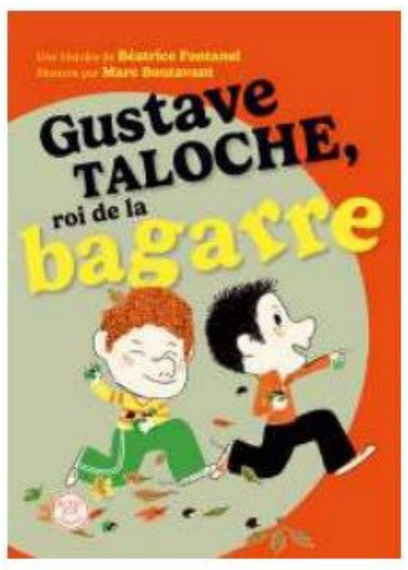


POUR LES PETITS

« Je suis nouvelle. Je peux jouer avec vous ? » demande Ambre, jolie comme un cœur, aux écureuils du Grand Chêne. En chœur, ils lui répondent : « Tu arrives trop tard ! » Toute chagrine, néanmoins décidée à s'amuser, l'écureuillette rejoint une bande de joyeux lurons, moins populaire, mais plus accueillante. Tout est réussi dans cet ouvrage qui va redonner confiance aux esseulés de la récré.

« QUI VEUT JOUER AVEC MOI ? », de Lu Fraser et Sarah Warbuton (Little Urban, 32 p.).





POUR LES ÉCOLIERS

Ce qui est archi-interdit à la récré, Gustave adore. Mais ses copains en ont assez de se ramasser frites, châtaignes, balayettes... Et sa mère d'être convoquée chez la directrice. Idéal pour ceux qui ont besoin de se défouler, de courir...

« GUSTAVE TALOCHE, ROI DE LA BAGARRE », de Béatrice Fontanel et Marc Boutavant (Actes Sud Jeunesse, 52 p.).

POUR LES ADOS

L'agitation de ses camarades de troisième l'afflige, le collège la déprime, sa mère aussi, elle aime le silence, lire le journal de son papy décédé, lui écrire aussi. Alors, lorsqu'il lui faut se décider pour le stage en entreprise, Rose, 14 ans, tranche. Elle le fera au Dormeur du Val, les pompes funèbres de son quartier. Lumineux, ancré dans la vie, porté par une héroïne géniale, ce roman ado, fouillé et d'une intensité raffinée, va plaire aux rebelles.

« ROSE TOMBAL », d'Alice Brière-Haquet (Rouergue, 300 p.).



POUR LES PRÉADOS

« Je sors d'un été qui, sur l'échelle du pourri, se situe au-delà du compost. Que va donner ma rentrée ? » Pour Malène, esseulée en 4eD alors que toutes ses amies sont en 4eA, qui s'ouvre le crâne dans la cour et se retrouve avec la coupe mulet inversé, s'embrouille avec son crush, ne supporte plus ses parents... c'est le seum magistral. Et sur l'échelle des émojis, le « crispy » vire au crispant. Drôle, enlevé, premier d'une nouvelle collection, ce livre fait un bien fou !

« CRISPY, SEPTEMBRE », de Claire Castillon (Gallimard Jeunesse, 202 p.).

PRESSE

ÊTRE CLIENT ENGIE, C'EST ÊTRE GAGNANT.

ENGIE rembourse votre consommation d'électricité* du 28 septembre au 4 octobre.

Réservé aux 500 000 premiers inscrits.

J'AGIS AVEC ENGIE

L'énergie est notre avenir, économisons-la !

*Réservé aux particuliers titulaires d'une offre d'électricité ENGIE active au moment de l'inscription, réalisée via le lien votre-semaine-remboursee.engie.fr avant le 24/09/2026, et disposant d'un compteur Linky™ communicant. Limité aux 500 000 premières inscriptions conformes. Remboursement de la totalité de la consommation d'électricité du client (hors abonnement) du 28/09 au 04/10/2026 inclus. Montant versé dans un délai d'un mois suivant la fin de l'opération, sous réserve que l'offre soit active pendant toute sa durée.

ENGIE : SA AU CAPITAL DE 2 542 427 868 € - RCS NANTERRE 542 107 651. © Getty Images.

ENGIE



INTERVIEW

LILIA HASSAINE

"J'AI PROJETÉ SUR JANE EYRE CE QUE J'ÉTAIS, UNE AMOUREUSE EN PUISSANCE"

PAR **VIRGINIE BLOCH-LAINÉ**

EN 1847, CHARLOTTE BRONTË PUBLIE « JANE EYRE », soit le destin d'une jeune orpheline qui tombe amoureuse d'un homme ombrageux, séduisant et riche, Edward Rochester. Du grenier du manoir où le couple vit s'échappent des cris : la première épouse de Rochester, Bertha Antoinette Mason, y est enfermée. Elle serait folle. Dans « Je », la romancière Lilia Hassaine revisite ce chef-d'œuvre de la littérature victorienne et rend justice à ce personnage. Elle en fait l'héroïne de son livre, la narratrice d'une « histoire pas encore entendue ». Avec finesse, elle lui rend sa subjectivité et met au jour, avec un œil contemporain, la perversité avec laquelle Rochester s'en est pris à « Antoinette ».

ELLE. Ā quel âge avez-vous lu « Jane Eyre » ?

LILIA HASSAINE. Ā l'adolescence, et j'y ai vu une histoire romantique entre une femme et un homme mystérieux, ténébreux. J'ai projeté sur Jane Eyre ce que j'étais, une amoureuse en puissance. En le relisant, je me suis aperçue que je n'avais pas voulu voir qui étaient vraiment Rochester et cette femme enfermée dans le grenier. Je la prenais pour la sorcière qui faisait obstacle au mariage du héros. C'est intéressant de constater à quel point nos lectures dépendent de l'époque et du moment auxquels on les lit. Un faisceau de circonstances influence notre lecture et, inversement, notre culture irrigue nos comportements.

ELLE. La romancière britannique Jean Rhys, dans « La Prisonnière des Sargasses » (1966), avait déjà imaginé la jeunesse de Bertha, qu'elle appelle Antoinette…

L.H. J'ai lu ce roman lorsque j'ai envisagé d'écrire « Je ». Jean Rhys avait un parti pris : elle est née en Dominique, elle a passé son enfance et sa jeunesse aux Antilles, et s'est projetée sur Antoinette, née en Jamaïque. Les questions postcoloniales et raciales ainsi que l'esclavage irriguent « La Prisonnière des Sargasses ». Ces préoccupations sont encore d'actualité, mais aujourd'hui s'y ajoutent d'autres réflexions, autour de l'intime notamment.

ELLE. Comme Jean Rhys, vous vous identifiez à cette femme ?

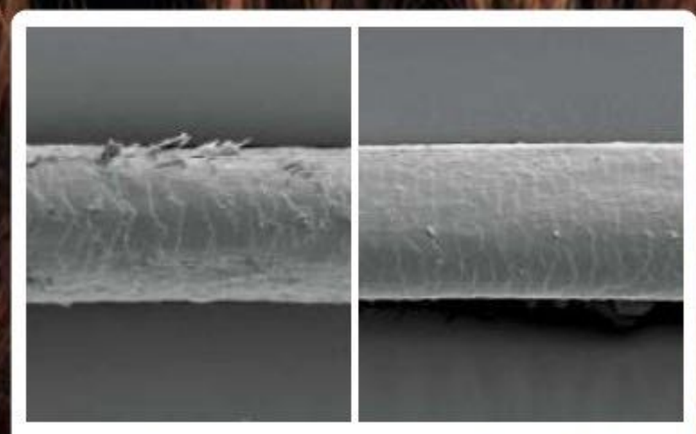
L.H. Oui, la vie a fait que je me suis reconnue en elle. Le vrai point de départ de l'écriture, c'était ça. Le mécanisme de destruction d'une femme, je l'ai reconnu. L'enfermement physique d'Antoinette correspond à un enfermement psychologique que j'ai éprouvé. Cependant, ce n'est pas ma vie que je souhaite raconter, mais ce que cette situation a d'universel. ●●●

FRANCESCA MANTOVANI/GALLIMARD

LA ROSÉE

PARIS

- ✓ *Nouvelle formule à la kératine végétale upcyclée**
- ✓ *Soin réparateur intensif*
- ✓ *Format rechargeable*



Avant *Après***

En pharmacie et sur larosee-cosmetiques.com

*Upcycler : donner une seconde vie aux déchets issus de l'agro-alimentaire.

**Test instrumental (MEB : Microscopie Électronique à Balayage), 20 volontaires, 28 jours.

Entreprise B Certifiée
En savoir plus sur bcorp.com

ELLE. Au début, Rochester cache son jeu. Était-ce difficile de rendre compte de la façon dont il se dévoile, progressivement ?
L.H. Cela constitue justement le plaisir dans l'écriture, un peu comme dans un polar : on devine à peu près la fin de l'histoire dès le départ, mais comment le meurtrier s'y est-il pris ? « Je » est un roman sur l'art de la manipulation. Comment fait-on pour rendre une femme folle ? Il existe des romans sur ce sujet, mais ils adoptent souvent une position rétrospective. Mon personnage raconte son passé, mais j'avais le souci du présent, je voulais qu'Antoinette revive chaque scène, qu'on se mette à sa place et qu'on se dise : « C'est un piège très bien ficelé. »

ELLE. Comment rend-on une femme folle ?
L.H. En utilisant ses propres mots contre elle-même, en faisant en sorte qu'elle en vienne à jouer contre elle-même. Il faut la mettre dans des situations d'une telle insécurité, comme on dit aujourd'hui, qu'elle en commet des erreurs. Ce rapport parfois un peu manichéen entre la victime, qui serait le cygne blanc, et le bourreau terrible, je voulais le déconstruire. La femme commet des erreurs, oui, et elle devient un peu coupable. Or c'est inadmissible pour une femme de faire des erreurs, sa réputation est en jeu. Un homme se sortirait sans problème des mêmes faux pas, une femme sait que ça peut lui coûter cher. La question de la valeur est au cœur de mon roman. Une femme qui ment par omission a peur des répercussions, alors qu'un homme y va largement, et ça lui coûte moins cher.

ELLE. Vous mettez aussi en scène l'illusion amoureuse…
L.H. Oui, Antoinette aime un homme qui ne peut pas l'aimer et qui fait croire qu'il l'aime. C'est un jeu assez banal, somme toute, mais en arriver à ce niveau-là de violence, c'est rare, heureusement. On se demande ce qui pousse un homme à vouloir détruire une femme.

ELLE. Veut-il consciemment la détruire ?
L.H. En partie, puisqu'il la piège avec les lettres qu'il lui adresse et auxquelles elle répond. Il retourne contre elle ses propres armes et ça, à mon avis, c'est délibéré. Il y a sans doute une part d'habitude. C'est peut-être aussi un comportement de survie. Les enfants qui ont subi des choses les reproduisent parfois. Cet ensemble de causalités rend ces personnages insaisissables, et, pour autant, ils ne sont pas forcément passionnants. Rochester est un manipulateur, et c'est ignoble de se comporter ainsi, mais je voulais éviter de fabriquer à mon tour un héros ténébreux.

ELLE. Comment écrire un roman victorien dans une langue contemporaine ?
L.H. Il fallait ne pas singer le style du XIXe siècle et éviter le roman en mousseline. Étrangement, la langue du roman victorien est assez proche de la mienne. Cette littérature du XIXe siècle, je l'avais en tête, mais je tenais à ce que ce soit un roman contemporain. Ce qui s'y passe est transposable d'un siècle à l'autre, ce qui est effrayant. Ça m'intéresse qu'on ne sache plus trop à quelle époque on est, en me lisant.

ELLE. Le titre, comment l'avez-vous trouvé ?
L.H. Il est venu tout de suite. Je voulais qu'on comprenne que l'on n'est pas dans un pastiche de roman victorien. C'est un titre ultra-contemporain qui charrie des enjeux identitaires actuels. Je pense que les gens sont surpris en le lisant, mais je cherchais à créer ce trouble. Ce sont aussi les initiales de Jane Eyre. Enfin, ce « je » est le mien, et celui de toutes les femmes qui ont parlé à travers ce personnage depuis plusieurs siècles.



« JE », de Lilia Hassaine (Gallimard, 256 p.).



FESTIVAL

NANCY EN LETTRES CAPITALES !

IMMANQUABLE, EFFERVESCENT, JOYEUX, c'est le festival du Livre sur la Place ! Cette année, les présidents sont Élie Barnavi et Elias Sanbar, la promesse d'un magnifique dialogue. Du 11 au 13 septembre, à Nancy, vous pourrez rencontrer vos auteurs préférés (parmi lesquels Lilia Hassaine évidemment) et assister aux conférences de notre journaliste Clémentine Goldszal : vendredi 11 septembre, à 17 heures, « Ce que la guerre fait aux hommes » réunira Ariane Chemin, Georges Nivat et Nicolas Werth ; samedi 12 septembre, à 11 heures, « Gratter le vernis » fera dialoguer Anne Godard, Julia Kerninon et Emma Marsantes ; à 14 heures, « Écrire sur les ruines » accueillera Élisa Shua Dusapin, Karim Kattan et Joe Sacco. Enfin, à 18 heures, Olivia de Lamberterie animera une master class avec Philippe Jaenada. Le magazine ELLE est passionnément fier d'être partenaire de cet événement enthousiasmant. **O.L.**
lelivresurlaplace.nancy.fr

PRESSE

À partir du jeudi 10/09

PARKSIDE®

À VOUS DE JOUER !

VOUS ALLEZ VOUS SENTIR POUSSER DES AILES.

PARKSIDE
Perceuse-visseuse sans fil 20 V
Accessoires inclus

GARANTIE 3 ANS GARANTIE



49 €

Dont 0,73 € d'éco-participation

En exclusivité chez

LIDL

IA Intelligence Artificielle.

3 ans de garantie commerciale. Plus d'informations sur Lidl.fr section «satisfrais ou remboursé». Photographie retouchée. Année 2026. LIDL RCS Nanterre 343 262 622



KRISZTINA RĀDY, AU TRIBUNAL DE VILNIUS, EN MARS 2004.



ERIC FEFERBERG/AFP

KRISZTINA RĀDY

VICTIME DE L'OMBRE

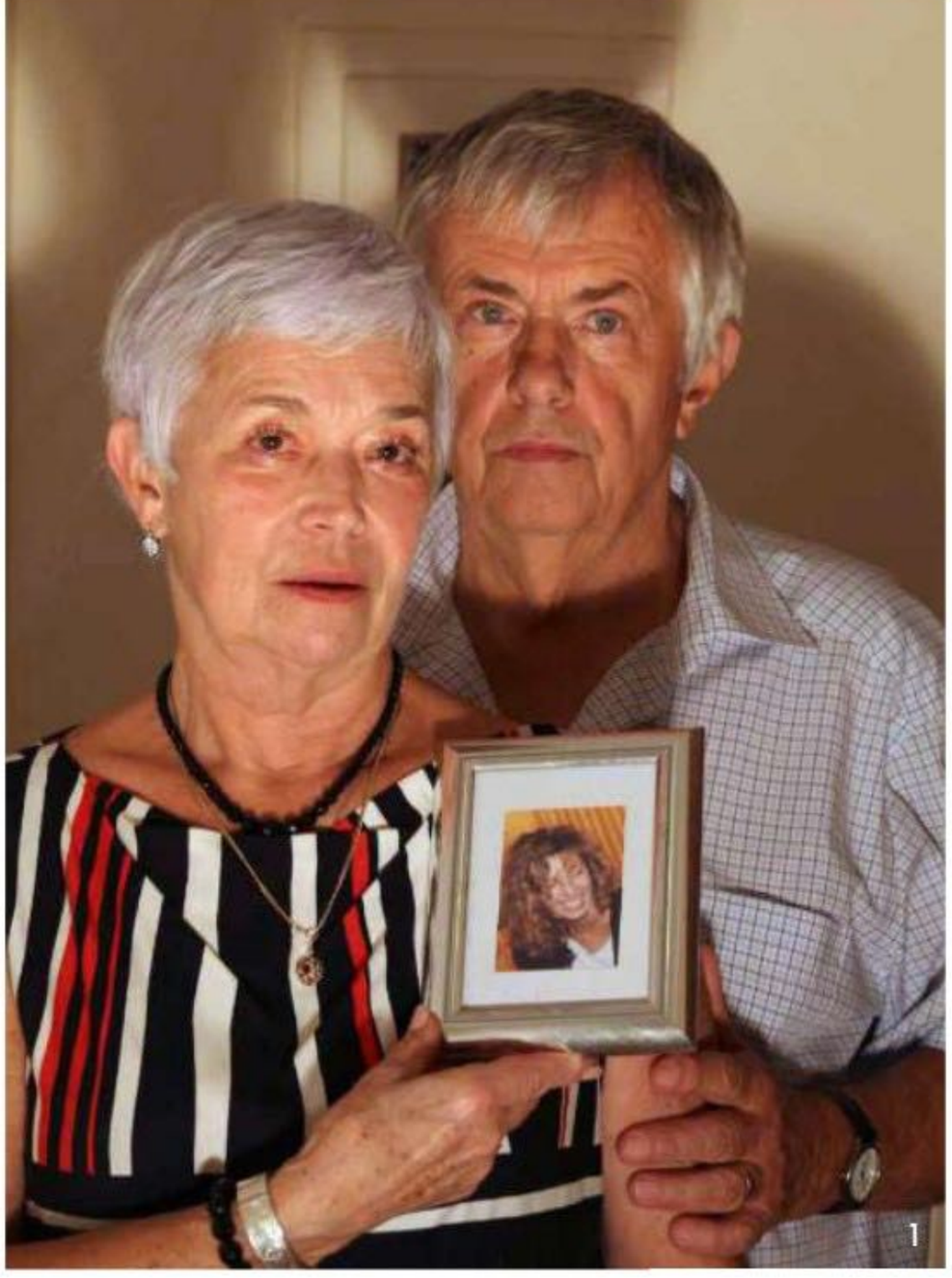
En 2010, celle qui fut la compagne de Bertrand Cantat se donnait la mort. Alors qu'une enquête a été rouverte, la journaliste et documentariste Karine Dusfour retrace son histoire dans un livre implacable, à la lumière de ce que l'on sait aujourd'hui de l'emprise et des violences conjugales.

PAR **DOROTHÉE WERNER**

SUR LE MEURTRE DE MARIE TRINTIGNANT, TUÉE PAR BERTRAND CANTAT à Vilnius en juillet 2003, tout a été dit, écrit, raconté. Pour ce féminicide que la société a eu tant de mal à reconnaître comme tel, l'ex-chanteur de Noir Désir a été condamné à huit ans de prison. Reste une zone d'ombre : Krisztina Rády, sa femme et mère de ses deux enfants, qui s'est suicidée le 10 janvier 2010. Pourquoi cette intellectuelle solaire en est-elle venue à se pendre à 41 ans, dans le salon de la maison familiale alors que Bertrand Cantat dormait au sous-sol ? Un suicide comporte à jamais une part de mystère. Mais pourquoi alors une enquête a-t-elle été ouverte par le procureur de la République de Bordeaux en juillet 2025, portant sur « d'éventuelles violences volontaires qui auraient été commises par Bertrand Cantat sur Krisztina Rády avant son décès » ?

Autrice et réalisatrice de documentaires remarqués sur les violences intrafamiliales (« Bouche cousue » en 2020, ou « Je vais te tuer » en 2025), Karine Dusfour est aussi l'une des coautrices du documentaire « De rockstar à tueur : le cas Cantat », produit par Capa et diffusé sur Netflix en mars 2025. Apportant de nouvelles preuves de la violence du chanteur, ce film a motivé l'ouverture de cette enquête par la justice. En attendant ses conclusions et tout en signalant qu'il est jusqu'ici présumé innocent, la documentariste signe « Krisztina Rády, les silences qui tuent » (éd. Harper Collins), un livre qui retrace sa vie, depuis sa rencontre avec le leader de Noir Désir en 1993, jusqu'au silence trouble qui a suivi son suicide en 2010. Son histoire est revue à la lueur de ce que les spécialistes savent aujourd'hui sur l'emprise et les violences conjugales. Des magistrats comme le juge Durand, policiers, chercheurs ou psys témoignent dans le livre. « J'ai fait cette enquête pour rendre hommage à Krisztina, afin que l'oubli et le silence ne la tuent pas une deuxième fois, nous confie Karine Dusfour. Mais aussi pour toutes les autres Krisztina, ces milliers de femmes victimes de harcèlement, violences, contrôle, chantage ou menaces d'un conjoint ou ex violent, et qui vivent à peu près les mêmes choses, selon les mêmes modalités archétypales. »

Début des années 1990 à Budapest. Krisztina, fille de la bourgeoisie intellectuelle, est une étudiante charismatique, brillante et engagée de 24 ans, que tout le monde appelle « Cini » et qui deviendra une traductrice parlant huit langues. En 1993, elle accueille le groupe Noir Désir débarquant pour un concert. Coup de foudre immédiat, et réciproque, pour le chanteur ténébreux. Très vite, Bertrand Cantat devient une star vénérée, l'icône de sa génération, et donc un homme puissant, symboliquement et financièrement. En coulisses, Krisztina sera son pilier le plus solide, raconte Karine Dusfour au terme de six ans d'enquête auprès de ses proches, épaulant ce garçon ●●●





1. CSILLA ET FERENC RĀDY, LES PARENTS DE KRISZTINA, EN NOVEMBRE 2012.
2. FRANÇOIS SAUBADU, LE DERNIER COMPAGNON DE KRISZTINA, Ā BORDEAUX, EN SEPTEMBRE 2014.





●●● instable qui alterne les hauts et les bas. Sourire permanent, tenues chamarrées et vivacité d'esprit, la jeune femme charme l'entourage du couple. En juillet 2003, alors que Marie Trintignant est entre la vie et la mort à Vilnius, c'est une femme désespérée : le chanteur l'a quittée un an plus tôt pour vivre ce qu'il a appelé sa « passion avec Marie », alors qu'elle était enceinte de leur deuxième enfant (après avoir eu un fils en 1998). Elle est pourtant la première qu'il appelle au petit matin du meurtre, coup de fil durant lequel il avale quantité de médicaments pour en finir, avant de s'évanouir. Krisztina Rády se précipite à Vilnius. Pour le sauver, parce qu'elle l'aime encore, parce qu'il est le père de ses enfants, parce qu'il a déjà fait des chantages au suicide ?

C'est le début d'un soutien indéfectible : auprès de la police et des magistrats lituaniens, et durant le procès en 2004. Tous les protagonistes, y compris dans le clan Trintignant, comme l'avocat Georges Kiejman, salueront sa grande « dignité ». Karine Dusfour s'interroge : « Pourquoi cette femme trahie va-t-elle sauver à plusieurs reprises cet homme qui lui a fait tant de mal ? D'abord en accourant à Vilnius, puis en soutenant lors de son procès – malgré ce qu'elle avait pu confier auparavant – qu'il n'avait jamais été violent avec elle ? Ensuite en se rendant au moins une fois par semaine en prison, et encore en lui permettant d'obtenir, au bout de quatre années, une libération anticipée sous contrôle judiciaire, en assurant au juge qu'il allait vivre chez elle, à Bordeaux ? » Ā force de travailler sur le sujet des violences conjugales, l'autrice sait ce que cache souvent ce comportement « sacrificiel » des femmes victimes. Leurs témoignages contradictoires, édulcorant ou niant la violence, sont des signaux récurrents. « Le chantage au suicide est très courant, et c'est une arme destructrice pour celle qui le subit, pointe-t-elle. Mais à la sortie de prison de Cantat, qui s'est posé la question de savoir si Krisztina n'était pas en danger auprès d'un homme qui avait déjà tué une femme ? Ni le juge des remises de peines, ni la police ou les services sociaux, ni leur entourage. S'il n'avait pas été ce chanteur riche et célèbre, quelqu'un s'en serait peut-être préoccupé et l'aurait mis hors d'état de nuire. Ici, non. La société l'a laissée tomber. »

> "Ā la sortie de prison de Cantat, qui s'est posé la question de savoir si Krisztina n'était pas en danger ?"
> KARINE DUSFOUR

QUE VIT ALORS KRISZTINA RĀDY DANS LE HUIS CLOS FAMILIAL ? Leur couple est en miettes, le chanteur, qui n'a rien perdu de son aura à Bordeaux et auprès de certains fans, se pose en victime dans une interview accordée aux « Inrockuptibles » en 2017. Il a des aventures de son côté. Krisztina tombe amoureuse d'un producteur de musique, François Saubadu (mort en novembre 2025 d'une crise cardiaque). « Ā ce moment-là, Cantat resserre son contrôle,

BERNARD WIS/PARISMATCH/SCOOP ; PRESSE ; PATRICK BERNARD-QUENTIN SALINIER/BESTIMAGE.



EXTRAITS DU DOCUMENTAIRE « DE ROCKSTAR À TUEUR : LE CAS CANTAT », DONT KARINE DUSFOUR EST LA COAUTRICE.

M6, CAPA PRESSE.

la coupe davantage encore de son entourage, harcèle et espionne le couple, leur fait vivre un enfer, jusqu'à empêcher leur amour, témoigne Karine Dusfour. C'est encore un grand classique des hommes violents : non seulement ils se victimisent, mais la volonté d'emprise se démultiplie dès lors qu'ils sentent que les femmes leur échappent pour de bon. » Pourquoi Krisztina Rády, sourire de madone en bandoulière, a-t-elle joué le jeu, malgré les violences documentées par un dossier médical exhumé par la documentariste ? Pourquoi a-t-elle empêché son amant, harcelé lui aussi, de porter plainte ? « Elle a parlé, mais on n'a pas su l'entendre », s'indigne l'enquêtrice, qui milite aujourd'hui pour que la notion de « contrôle coercitif », cet ensemble de comportements d'un conjoint ou d'un ex violent signalant qu'une femme est en danger, puisse entrer dans la loi intégrale sur les violences sexistes et sexuelles qui sera débattue cet automne.

« Elle a appelé au secours, mais elle s'est heurtée à l'omerta liée à la fois au statut de Cantat et au déni de la société sur la violence masculine, détaille Karine Dusfour.

> "La volonté d'emprise des hommes violents se démultiplie dès lors qu'ils sentent que les femmes leur échappent pour de bon."
>
> KARINE DUSFOUR

Elle a parlé de manière très claire le premier jour à Vilnius, dans quelques interviews, à quelques amies, à son fiancé François Saubadu, mais également dans sa postface à "Persepolis" de Marjane Satrapi, dans sa traduction hongroise. Et puis en juillet 2009, elle a laissé un message parfaitement explicite de 7 minutes 30 sur le répondeur de ses parents, à Budapest. » Ce message glaçant, que Karine Dusfour retranscrit en entier dans son livre, ne laisse en effet aucune ambiguïté sur l'enfer traversé et la violence endurée (« J'ai échappé plusieurs fois au pire. La situation est intenable. Même les enfants sont à bout… Il me fait subir des choses horribles devant les enfants. ») Pourtant, elle dissuadera son père de venir la chercher à Bordeaux. Et si elle a bien envisagé de partir s'installer à l'abri, en Hongrie avec ses enfants, qui étaient alors mineurs, il lui fallait l'accord du père. Elle était piégée.

LE DIMANCHE 10 JANVIER 2010, SON FILS DE 12 ANS LA DÉCOUVRE PENDUE AU MILIEU DU SALON. « Dans les jours qui ont suivi, s'indigne Karine Dusfour, la police n'a pas mené d'enquête digne de ce nom, n'a pas saisi son téléphone ou son ordinateur, perquisitionné la maison, questionné ses parents, auditionné ses proches dont son fiancé François Saubadu, qui est pourtant le dernier à avoir communiqué avec elle par SMS la veille au soir. Pourquoi ? » Comme dans de nombreux cas de violence, l'histoire de Krisztina Rády pose, entre autres, cette question troublante : peut-on protéger une femme malgré elle, quand elle laisse entrevoir ce qu'elle subit, son isolement et son épuisement psychique, tout en recommandant « n'en parle à personne » ? Karine Dusfour répond sans ciller : « Au regard de toutes les affaires que j'ai suivies, je dis oui. Ces femmes se savent en danger. Elles sont dans une ambivalence produite par l'emprise, mais attendent que quelqu'un trouve le moyen de les protéger. Comme on le fait avec un enfant battu dans sa famille, si on a une intuition, quelques preuves concordantes, il faut le signaler à la police, sinon c'est de la non-assistance à personne en danger. » Depuis 2020, la notion de « suicide forcé » est entrée dans le Code pénal, créant une infraction de harcèlement conjugal par conjoint ou ex-conjoint ayant conduit la victime à se suicider ou à tenter de se suicider. C'est un délit passible de dix ans de prison et 150 000 euros d'amende. Il n'est pas rétroactif, mais Karine Dusfour espère bien qu'il permettra de rendre justice, même après leur mort, à « d'autres Krisztina ». ●

« KRISZTINA RÁDY, LES SILENCES QUI TUENT », de Karine Dusfour (éd. Harper Collins).

LE CHANGEMENT, C'EST MAINTENANT !

Les enfants ont leur cartable flambant neuf…
Nous aussi on a des envies de nouveautés !
Culture, mode, déco ou people, on hume
le bon air du temps.

PAR ÉDOUARD DUTOUR



L'amitié
C'EST LA NOUVELLE SORORITÉ

Alerte ! Depuis la sortie du livre de Clémence Guetté, vice-présidente de l'Assemblée nationale, la sororité – pendant de la fraternité que d'aucuns ont mis longtemps à intégrer dans leur vocabulaire – serait une notion éculée. Elle serait trop genrée et n'empêcherait pas les rivalités entre les différents courants du féminisme. En s'appuyant sur l'amitié, valeur qui bénéficie d'une énorme cote dans l'époque, on pourrait « toutes » lutter contre les schémas traditionnels et patriarcaux. En gros, mieux vaut vivre, partir en week-end ou même coucher avec un(e) bon(ne) ami(e) plutôt qu'avec un conjoint relou ! En plus d'être frais, c'est politique.

WE ARE THE RHOADS/ TRUNKARCHIVE/ PHOTOSENSO



L'ashwagandha

C'EST LE NOUVEAU PROZAC

Hier encore, quand la dépression pointait son nez, on passait sous pilule du bonheur. Ringard ! Aujourd'hui, on cause partout du cortisol, l'hormone du stress, que l'on essaie de savater par la grâce de cette plante adaptogène, appelée aussi le ginseng indien. On voit ça avec un vrai médecin, hein…



La fleur

C'EST LE NOUVEAU CŒUR

J'avoue, ces mots sont écrits sous le haut patronage des rédactrices de mode de ELLE. Et c'est une excellente nouvelle : on continue dans la mignonnerie. À un détail près.
Le motif cœur, cher à Yves Saint Laurent puis réinterprété par d'honorables maisons (AMI, Comme des Garçons…), perd du terrain au profit des pétales. Chic, du botanique.

DIOR HOMME



Le film d'horreur

C'EST LE NOUVEAU CINÉMA D'AUTEUR

Avant, on faisait les malins en revoyant des trucs en « i » : la trilogie de Kieslowski, « Le Miroir » de Tarkovski, un Noémie Lvovsky… Désormais, on se donne un genre avec le décalage horreur. Vous avez frissonné devant « Backrooms » et « Obsession » ? Continuez en mode trouille avec « Teenage Sex and Death at Camp Miasma » (photo à gauche), en salle le 17 septembre), Queer Palm au Festival de Cannes.

GETTYIMAGES ; PIXELFORMULA/SIPA ; DÉFILÉ DIOR HOMME PRINTEMPS ETE 2027 ; MUBI.



Kate Moss

C'EST LA NOUVELLE KATE MOSS

La Brindille a surfé tout l'été sur le retour de Madonna en jouant sa propre caricature dans « Confessions II ». Elle électrise aussi la campagne Gucci signée Johan Renck (photo ci-contre), clin d'œil à son clip culte « Pass This On » pour The Knife. Et a même sa propre série HBO : « Naked Portrait », le 23 septembre. Plus branché, les plombs sautent.

Les frites

C'EST LA NOUVELLE CORONA

Faire popu n'est pas donné à tout le monde. Si Jacques Chirac et sa bière préférée n'avaient pas son pareil pour aller au cul des vaches (alors qu'il était énarque et très érudit), les candidats à la fonction suprême ont bien du mal à quitter leur cantine VIP. Hollande a commandé une poularde à Tulle, Macron adore le cordon-bleu… Et voilà Édouard Philippe qui sert des frites à Tourcoing. Je vous demande de vous arrêter !

Le no-style

C'EST LE NOUVEL UNIFORME

Si, d'aventure, vous passez devant le lycée de vos enfants où vous vous étranglez en les voyant sapés comme jamais, c'est bon signe : ils sont dans le coup. Exit les tribus de look – néo-goth', grunge, preppy, normcore, messy girl… –, la dernière trouvaille des cool kids qui veulent du style, c'est de tous les mélanger. Pour le meilleur et pour le pire ?

Le bordeaux

C'EST LE NOUVEAU ROSÉ

Rien à voir avec l'apéro (on constate d'ailleurs une tendance au Dry September…), mais tout avec la déco. Après plusieurs saisons où l'on a vu l'avenir en rose, la couleur « grand cru » est classée numéro 1 chez les architectes d'intérieur les plus lancés. Au mur, au sol, sur la table, sur un lit… In Vino Veritas ! On freine sur le goulot et on sort les pinceaux ? Chiche.●

JOHAN RENCK/GUCCI ; GETTY IMAGES ; SARAH TREACHER/WWD ; FLAMANT

ELLE
ABONNEZ-VOUS

30 NUMÉROS
+ LE COLLIER SAUTOIR Yuss Accessoires

49€

63€ D'ÉCONOMIE

au lieu de ~~112€~~**



Magnifique collier sautoir en acier doré agrémenté de perles et motifs «plume» suspendus. Un bijou tendance et intemporel qui s'adaptera à toutes vos tenues. Longueur 50 cm.

influence.com

POUR UN PAIEMENT SÉCURISÉ ET UN TRAITEMENT PLUS RAPIDE, ABONNEZ-VOUS DIRECTEMENT SUR :
www.ellesautoir.jemabonne.fr

Bulletin d'abonnement

À envoyer sous enveloppe non affranchie à ELLE :
Libre réponse 15756 - 60647 CHANTILLY CEDEX

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



☐ **30 numéros** (87€) **+ le collier sautoir** (25€) pour **49€** seulement au lieu de ~~112€~~** soit **63€ d'économie**.



☐ **35 numéros** pour **49€** seulement au lieu de ~~101,50€~~** soit **52,50€ d'économie**.



Je joins mon règlement par chèque bancaire ou postal à l'ordre de ELLE

Plus sécurisé, plus rapide, réglez par carte bancaire CB en vous connectant sur **www.ellesautoir.jemabonne.fr**

☐ Mme
☐ Mlle
☐ Mr

Nom* :

Prénom* :

N°/Voie* :

Cplt d'adresse* :

Code postal* :

Ville* :

*Champs obligatoires

Je laisse mon adresse EMAIL pour recevoir toutes les informations liées à mon abonnement, à mon collier sautoir et pour CONSULTER MA VERSION NUMÉRIQUE

Email :

☐ Je souhaite être informé(e) des offres commerciales du groupe CMI France, éditeur du magazine ELLE
☐ J'accepte de recevoir les offres des partenaires de ELLE

N° Tél :

HFM LLRV7

**Prix de vente en kiosque. Elle est édité par CMI France (RCS Paris B 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 du collier sautoir sous 4 à 6 semaines par pli séparé. Vous pouvez acquérir séparément chaque numéro de ELLE au prix de 2,90€, le collier sautoir au prix de 25€. 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 B 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 ☐



ÉLOGE DES MAMANS (PAS) TERRIBLES

Fini la mère parfaite, voici la « bêta mum » qui pense autant à elle-même qu'à ses enfants. Pour le plus grand bien de toute la famille ?.

PAR **ALEXANDRA TIZIO** ILLUSTRATION **PALM ILLUSTRATIONS**

JULIE NE COMPTE PLUS LE NOMBRE DE FOIS OÙ ELLE A DÛ RETOURNER SONNER À LA GRILLE DE L'ÉCOLE deux heures après avoir déposé ses enfants. Mission : apporter le goûter d'Olympe, 7 ans, et de Basile, 5 ans, oublié dans la cuisine. « Bordélique et désorganisée », selon ses propres mots, cette Rennaise de 33 ans, qui vient d'accoucher d'une petite fille, le sait déjà : ce mois-ci, les fournitures seront achetées au compte-gouttes. Tel est le « bazar assez serein » de son quotidien.

Julie s'autorise à ne pas cocher toutes les cases de la « mère parfaite ». À l'instar de l'humoriste Marine Leonardi se moquant de la pression qui pèse sur les mères, ou d'Alessandra Sublet qui refuse de batailler pour faire manger des légumes à ses marmots : « J'ai beau essayer de leur donner cinq fruits et légumes par jour, ils s'en battent les couilles des brocolis », lâchait-elle dans « 50' Inside » sur TF1 mi-juin.

Cette philosophie fait écho à celle de la « bêta mum », qui fleurit sur les réseaux sociaux américains. Par opposition à la mère alpha et à rebours de la très anxieuse « mère hélicoptère », qui surveille constamment sa progéniture, la bêta mum mise sur le lâcher-prise. Selon « The Guardian », elle a entre 25 et 45 ans et laisse ses gamins faire leurs devoirs seuls, tout en leur offrant une grande liberté pour explorer le monde. Un modèle qui s'éloigne aussi de l'ultra-exigeante « mère tigre » poussant ses enfants à l'excellence scolaire et extrascolaire – théorisé par la professeure de droit américaine Amy Chua dans « Battle Hymn of the Tiger Mother » (2011).

D'après le « Wall Street Journal », l'accroissement des inégalités sociales et la transition vers une économie du savoir avaient progressivement transformé la parentalité en course à la réussite. Si les écarts de revenus se sont encore creusés, l'émergence d'une maternité plus souple s'expliquerait par la dégradation du marché du travail qui assombrit l'avenir professionnel des jeunes diplômés, même ceux issus des plus grandes écoles, doublée de la menace que l'intelligence artificielle fait peser sur les emplois qualifiés.

L'essor des bêta mums serait aussi lié à une prise de conscience de la charge mentale. En France, bien des mères se reconnaissent dans cette façon décomplexée de vivre la parentalité. Julie refuse ainsi de surcharger l'agenda de ses bouts de chou : « Si je dois les emmener à la piscine le lundi, au judo le mardi, au solfège le mercredi, à quel moment je prends du temps pour moi ? » Étudiante en orthophonie dans le cadre d'une reconversion professionnelle, elle assume la majeure partie du quotidien, son mari étant régulièrement en déplacement. Pour cette mère de trois enfants, cette organisation permet de passer du temps en famille. « Je suis sûre qu'ils retiendront ces moments précieux. Et aussi le fait d'avoir grandi avec des parents à l'écoute. Alors la perfection, la surcharge des emplois du temps et la pression des résultats scolaires, ça ne me parle pas. »

> "Si je dois les emmener à la piscine le lundi, au judo le mardi, au solfège le mercredi, à quel moment je prends du temps pour moi ?"
> JULIE, 33 ANS

Fanny*, 42 ans, abonde dans son sens : « Certains camarades de classe de mon fils de 3 ans font déjà trois activités par semaine. À leur âge, c'est bien d'apprendre à jouer tout seul et à s'ennuyer, estime-t-elle. Projeter des attentes sur ses gosses peut provoquer beaucoup plus de dégâts que de bénéfices. Et c'est magique de découvrir leur personnalité, on n'est pas là pour en faire des mini-soi. » Alors que le scandale des violences dans le périscolaire suscite une forte angoisse – depuis le 1er janvier, 132 animateurs de la ville de Paris ont été suspendus, dont 52 pour « suspicion de violences sexuelles ou sexistes » –, la priorité de Fanny est que son petit garçon soit en sécurité. Sur ce point, elle se décrit volontiers comme une « mère hélicoptère dégénérée ». Pour le reste, hors de question de céder à la pression sociale.

CE LÂCHER-PRISE EST AUSSI UNE FAÇON DE PRÉSERVER UN ÉQUILIBRE entre vie de femme et vie de mère, dans une logique féministe. « Le spectacle de fin d'année de mon fils tombait pendant le week-end à Naples que nous avions prévu depuis un an avec mon mec. J'avais les boules, mais je n'ai jamais envisagé d'annuler ce séjour », confie Fanny.

D'autres femmes, plus âgées, se retrouvent aussi dans cette maternité plus détendue. C'est le cas de Bérengère, 49 ans. Mère de deux garçons de 8 et 13 ans, elle tient à leur « lâcher la bride ». « Le week-end, mes enfants sont libres d'organiser leur journée : ils peuvent décider d'aller pêcher avec leurs copains le matin, s'ils ne sont pas rentrés à l'heure du déjeuner, je leur envoie un message pour les prévenir qu'on va manger, et ils se débrouillent de leur côté. Cela nous évite de les attendre. Ça permet aussi à mon conjoint et à moi de profiter de moments en solo ou entre amis. Tout le monde est content. »

Évidemment, ces choix ne font pas l'unanimité dans leur entourage. Julie se sent « obligée de [se] justifier » auprès des mamans du quartier quand elles lui demandent : « Alors, Olympe a pu choper une place à la gym artistique ? » Selon Aline Nativel Id Hammou, psychologue clinicienne spécialisée dans l'enfance, l'adolescence et la famille, la bêta mum est encore loin de s'imposer en France. « Dans mon cabinet, c'est plutôt l'inverse. Les parents sont submergés par des doutes. Ils cherchent davantage à être parfaits qu'à se libérer des injonctions, constate-t-elle. Certaines mères admirent celles qui affichent leur décontraction sur les réseaux sociaux. Mais elles ne se sentent pas suffisamment soutenues pour suivre leur exemple. »

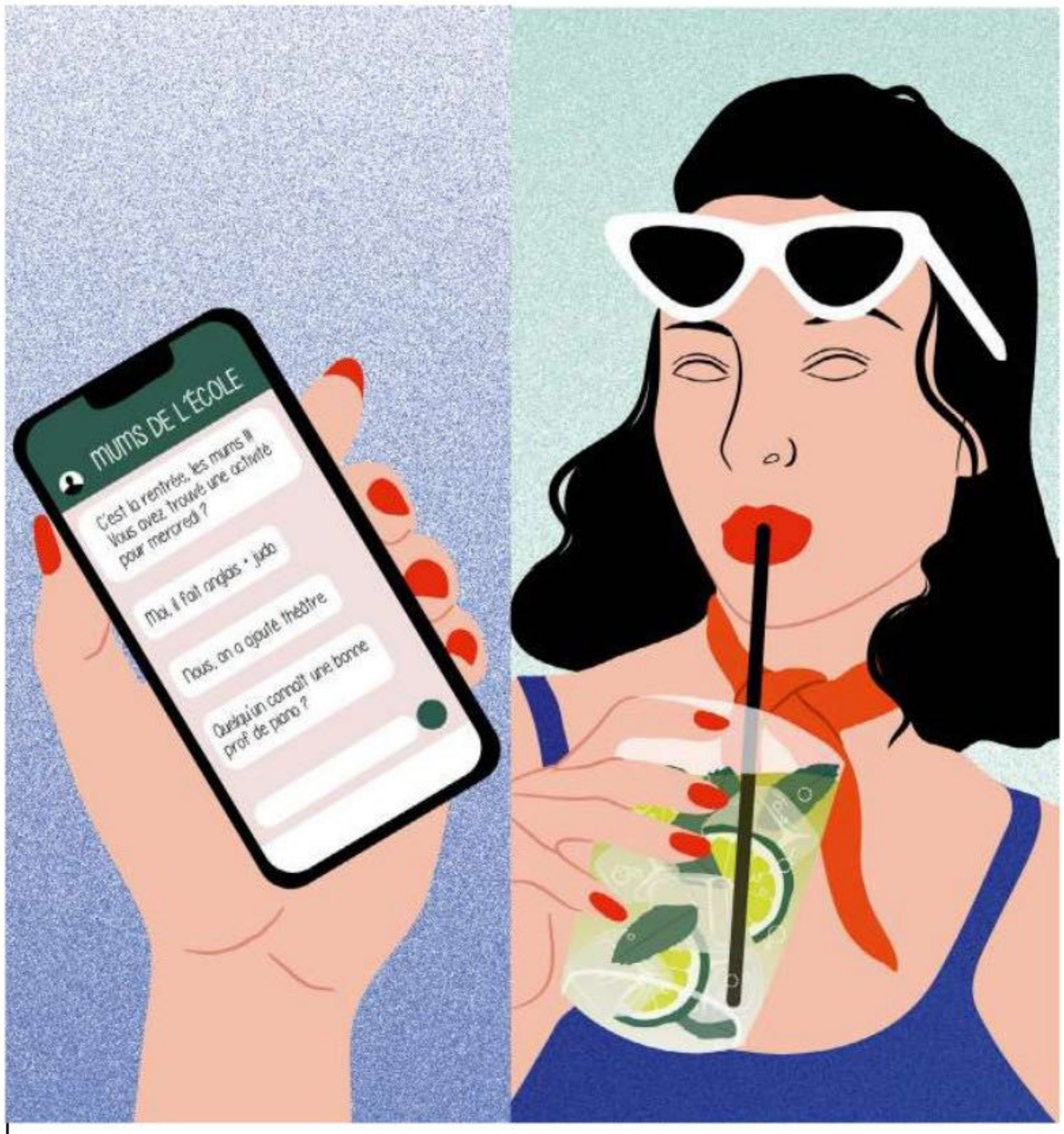
Mais comment sommes-nous passés de ce que la psychologue Diana Baumrind appelait le « style parental permissif », favorisé par des inégalités à leur plus bas niveau historique dans les années 1960**, aux mères surstressées d'aujourd'hui ? « Après-guerre, les femmes n'existaient qu'en tant qu'épouses et ●●●

●●● mères, souligne Christine Castelain-Meunier, sociologue au CNRS et à l'École des hautes études en sciences sociales (EHESS), autrice du livre "Les Hommes tous les mêmes ?", qui vient de paraître aux éditions Érès. Puis, avec le Mouvement de libération des femmes (MLF), le développement de la contraception et la promulgation de la loi Veil en 1975, elles ont pu revendiquer le droit d'exister en tant que femmes. Mais, dans le même temps, l'impératif d'être de bonnes mères s'est renforcé pour répondre à l'excellence éducative favorisant l'ascension sociale. Elles se sont transformées en wonder women capables de s'affirmer sur le plan professionnel, tout en élevant leurs enfants à la perfection. Une double injonction encore très présente. »

Pour Aline Nativel Id Hammou, experte en guidance parentale, l'idéal serait de devenir une « mère suffisamment bonne », notion théorisée par le psychanalyste anglais Donald Winnicott dans les années 1950. Cet ancêtre de la bêta mum a pour objectif de « répondre aux besoins de son enfant, sans tomber dans le sacrifice maternel ni la comparaison permanente avec les autres parents, pour préserver sa santé mentale ». Mais cela passe par « la lutte contre le mythe de la mère idéale, un meilleur accompagnement psychologique des parents, une place plus importante accordée au coparent dès la grossesse et le post-partum, ainsi que des modes de garde et des infrastructures plus adaptés », énumère la thérapeute. Christine Castelain-Meunier tempère : « Les pères commencent à assumer plus de responsabilités au sein du foyer. Dans les couples hétérosexuels, les mères s'autorisent plus de souplesse, même si c'est encore timide. » Si une maternité plus apaisée commence à émerger, sur la Toile et dans certaines familles, gare, tout de même, à ce qu'elle ne s'impose pas comme une nouvelle injonction.

*** Le prénom a été modifié.**

**** Source : Centre for Economic Policy Research (CEPR).**



TEST

QUELLE BONNE MÈRE ÊTES-VOUS ?

Votre fille de 3 ans veut s'habiller toute seule. Elle choisit ses bottes de pluie en pleine canicule.

■ Impossible, la tenue était déjà négociée la veille pour éviter tout drama.

◗ En retard, vous n'aviez pas vu que l'enfant était chaussée. Elle passera sa journée sous caoutchouc.

◆ Vous lui expliquez qu'elle ferait mieux de mettre des sandales.

Le dernier jour de classe, vous recevez ce message sur le groupe WhatsApp de l'école : « Sac licorne oublié »…

■ Aucun risque : vous avez vérifié six fois qu'Alma avait récupéré toutes ses affaires.

◆ Vous irez le chercher plus tard : ce n'est pas la fin du monde !

◗ Quel groupe WhatsApp ?

Votre garçon n'a envie de pratiquer aucune activité extrascolaire…

◗ Tant mieux, ça laissera plus de place aux week-ends.

◆ Vous respectez son choix : tant qu'il est heureux, c'est l'essentiel.

■ Vous l'avez déjà inscrit à la natation, au piano et aux échecs. Il vous remerciera plus tard.

Votre aînée est invitée à l'anniversaire d'une copine…

■ Vous téléphonez aux parents pour prévenir de ses allergies.

◆ Pourquoi ne pas en profiter pour passer une tête à la salle de sport où vous êtes inscrite depuis trois ans sans jamais y avoir mis les pieds ?

◗ Ça tombe bien, vous aviez un apéro prévu chez des copains.

PALM ILLUSTRATIONS

Votre ado ramène un 12/20 à son devoir maison…

■ La prochaine fois, vous ferez l'exercice avec lui pour qu'il obtienne la meilleure note.

◆ Vous lui demandez comment il se sent et l'invitez à vous poser des questions.

◗ Vous sautez de joie : « Mais 12, c'est pas mal du tout, non ? »

On est jeudi soir, c'est l'heure du dîner…

■ Vous sortez l'un des batch cookings que vous avez préparés ce week-end.

◆ Il reste justement du jambon. Vous leur servez en dessinant un sourire en ketchup dans l'assiette.

◗ Vous êtes invitée à un apéro. Ils mangeront ce qu'il y aura sur place.

Pour les vacances d'été, quel était le programme ?

◆ Rien n'était calé, vous aimez bien improviser.

■ Le planning a été ficelé à la minute près, mis en forme dans un PowerPoint.

◗ Vous avez embarqué à bord d'un van pour un road trip en camping sauvage.

Au square, avec vos enfants…

■ Vous passez votre temps à leur courir après pour qu'ils ne se fassent pas mal.

◆ Vous gardez un œil sur eux de loin. Tomber de temps en temps, ça fait partie de l'apprentissage.

◗ Vous papotez sur un banc avec vos copines en fumant des clopes : pendant ce temps-là, vos mômes ont eu le temps d'organiser un tournoi de billes avec leurs nouveaux potes, et même de goûter quelques cailloux.

Au moment du bain, vos bambins ont décidé de vider la baignoire en envoyant de l'eau partout…

■ Vous coupez court. Entre les risques de glissade et le parquet qui gondole, c'est non.

◆ Vous leur expliquez calmement que la salle de bains n'est pas une piscine.

◗ Un coup de serpillière, un pyjama sec et basta, la soirée peut continuer !

Vous rentrez dans la chambre de votre fils et découvrez un champ de bataille…

◆ Vous lui rappelez que sa chambre est son espace et qu'il doit apprendre à ranger.

◗ Tant qu'il peut atteindre son lit, vous verrez demain (ou ce week-end ?).

■ Vous respirez un grand coup… puis lancez l'opération commando. Impossible de repartir tant que cette zone n'est pas nickel.

RÉSULTATS

Une majorité de ◆

VOUS ÊTES UNE MÈRE BÊTA

Bienvenue dans le club très fermé des mamans décomplexées. Consciente que votre santé mentale compte autant que celle de vos enfants, vous avez rendu votre cape de Wonder Woman. Plutôt mourir qu'inscrire Églantine à la GRS, à la flûte traversière supplément mandarin. Confiante et à l'écoute de vos loustics, vous les laissez occuper leurs week-ends comme bon leur semble… quitte à les voir contempler le plafond pendant une heure, si ça nourrit leur imagination. Vous, désordonnée ? Disons que les Lego et les chaussettes sales qui colonisent le salon ne vous empêchent pas de dormir. Et pour l'organisation millimétrée du quotidien, on repassera. Tant pis si votre sucre d'orge débarque à l'école avec seulement trois cahiers sur les huit demandés. L'essentiel, c'est qu'il grandisse dans l'amour et la sérénité.

Une majorité de ■

VOUS ÊTES UNE MÈRE ALPHA

Ça va, le cardio ? Si vous pouviez suivre votre enfant en caméra embarquée sept jours sur sept, vous le feriez sans hésiter. Anxieuse et surprotectrice, vous vérifiez à peu près douze fois que le doudou est bien dans le cartable, et trois fois qu'il respire encore avant d'entrer en classe. Ultra-exigeante et – n'ayons pas peur des mots – légèrement control freak, vous avez plusieurs profs particuliers et de grands projets pour vos enfants. Pour vous, la scolarité est un sport de compétition. Réglée comme du papier à musique, vous passez vos dimanches à concocter cookies et compotes.

Une majorité de ◗

VOUS ÊTES UNE MÈRE CATA

« Quelle pression ? Ah bon, il y a de la pression ? » Intrépide et un peu bohème, vous ne mettez aucune frontière entre votre vie de mère et votre vie d'avant : vos enfants suivent le rythme et non l'inverse. Alors s'il faut rester chez des potes jusqu'à 3 heures du mat' pendant que vos marmots dorment sur des manteaux… et bah c'est OK. Si vous partez en rando, Timéo est calé dans le sac à dos. Sans limites, vous avez soif d'aventures et en faites profiter vos minots. Mais, finalement, est-ce qu'on n'aurait pas toutes envie d'être comme vous ? Libres, insouciantes, à la tête d'une joyeuse tribu qui sait s'adapter à toutes les situations ? Dites-nous : c'est quoi, le mode d'emploi ? ●



MONICA BELLUCCI

"J'AI UNE PASSION QUI ME TIENT VIVANTE"

À l'occasion de la sortie en salle d'« Histoires de la nuit », de Léa Mysius, la star italienne répond à douze questions imaginées par les jeunes journalistes de la rédaction. Une leçon joyeuse et inspirante.

PAR ÉLODIE PETIT AVEC LOUANN BRANDILY, LISA COQUEMONT, CÉLIA GIOVANNETTI ET CHARLOTTE HUPPENBAUER

PHOTOGRAPHE BRANISLAV SIMONCIK/H&K
RÉALISATION ANNE-MARIE BROUILLET

Col roulé, **LANVIN**.
Montre « Tank Louis
Cartier Mini », **CARTIER**.
Page de gauche,
manteau, **LANVIN**.
Chemise, **CHARVET**.
Bague « Panthère
de Cartier », **CARTIER**.

Cardigan, **ISSEY MIYAKE**. Jupe, **JOSEPH**. Bague « Panthère de Cartier », **CARTIER**. Page de droite, chemise et jean, **FENDI**. Montre « Tank Louis Cartier Mini », **CARTIER**.

"Mon corps est mon instrument, et comme il change, il me donne accès à des rôles très différents."

C'EST DEPUIS SON APPARTEMENT, À ROME, dans la chaleur assommante de l'été, que la star italienne a pris le temps de répondre par téléphone à nos questions. Et si elle perturbe pour nous ce week-end de tranquillité, c'est qu'elle est très fière de son nouveau film, « Histoires de la nuit », de Léa Mysius, adapté du roman de Laurent Mauvignier, avec Bastien Bouillon, Benoît Magimel et Hafsia Herzi, qu'elle a présenté en mai dernier au Festival de Cannes. Elle y interprète une artiste peintre installée à la campagne, qui trompe sa solitude en observant ses voisins. Jusqu'au jour où une prise d'otages va quelque peu secouer cette vie monotone. Un thriller en forme de huis clos, qui navigue entre tension et humour absurde, et dans lequel Monica Bellucci impressionne par sa force tranquille. Après quatre décennies de carrière, la star fascine toujours autant, inspirant jusqu'à nos plus jeunes journalistes, qui ne l'ont pourtant jamais rencontrée. Un peu intimidées, elles ont voulu savoir qui était la Monica intime.



ELLE. Y a-t-il encore quelque chose qui vous fasse peur avant un tournage ?
MONICA BELLUCCI. J'ai toujours peur. Chaque tournage est différent, chaque metteur en scène est différent. Il y a toujours une tension, une émotion très forte, parce qu'on va à la rencontre de l'inconnu. Et puis, on devient ensemble une famille, que le tournage dure un mois, deux mois ou juste une semaine. Quand j'accepte d'incarner un personnage, je me laisse porter.

ELLE. Qu'est-ce que le métier d'actrice vous offre encore après une si longue carrière ?
M.B. Des surprises ! Ce qui m'attire, c'est lorsqu'on vient me chercher pour jouer des rôles auxquels je n'avais pas pensé. Mon corps est mon instrument, et comme il change, il me donne accès à des rôles très différents. Il y en a certains que je n'aurais pas pu jouer à 30 ou 40 ans, même avec du maquillage, parce qu'il y a des choses que je n'avais pas encore vécues.

ELLE. Vous qui êtes très souvent photographiée, comment fait-on pour accepter d'être autant regardée ?
M.B. Ce n'est pas toute la journée. Ça arrive par moments, quand je suis en promotion pour un film. Quand tu fais du cinéma, tu choisis de t'exposer publiquement, c'est un métier de communication. Tu donnes des interviews, tu parles de ton personnage… Mais le reste du temps, je me retire dans l'ombre, j'ai ma vie. Il faut trouver un équilibre.

ELLE. Lorsque vous vous voyez en photo, vous arrive-t-il de ne pas vous reconnaître ?
M.B. Bien sûr ! Surtout avec l'intelligence artificielle, je peux vous dire qu'il y a plein de photos où ça n'est vraiment pas moi ! Et il a des pubs où on me rajeunit, on me vieillit, on peut tout faire. Il va falloir trouver un moyen de se défendre, mais je ne sais pas encore comment, c'est nouveau. Ces photos sont des parties de moi, mais ne sont pas tout à fait moi. Il faut faire une vraie différence entre ce que vous faites et qui vous êtes, il faut prendre de la distance, c'est très salutaire.

ELLE. À quel moment vous êtes-vous dit que vous n'aviez pas ou plus besoin de correspondre aux regards que les autres portent sur vous ?
M.B. Ce n'est pas l'image que l'on a de vous qui doit diriger votre vie. Quand je décide de jouer dans un film, je le fais pour ce que je ressens, parce que je veux entrer dans un univers, c'est une nécessité personnelle pour pouvoir évoluer.

ELLE. Quelle est votre définition de l'élégance ?
M.B. Je pense que c'est tout à la fois un mouvement du corps, une attitude, une façon de penser… C'est quelque chose qu'on ne peut pas vraiment construire. C'est ce que le corps fait qui traduit l'élégance de l'âme.

ELLE. Comment avez-vous cultivé votre look ?
M.B. En me laissant porter par le talent des autres. Que ce soit de grandes marques ou bien de jeunes stylistes, ils arrivent avec des idées magnifiques, et moi, je me ●●●

BRANISLAV SIMONCIK/H&K







Manteau, LANVIN. Chemise, CHARVET.

●●● laisse faire. Je respecte mon corps, il a des formes, plus je porte des choses simples, mieux ça me va.

ELLE. Qu'est-ce que vous aimez le plus en France ?
M.B. À Paris, c'est le respect de la vie privée. De manière générale, les Français sont très respectueux du jardin intime de chacun. Paris est une grande ville, il y a une qualité de vie très agréable, et c'est très international. Je m'y sens comme en Italie, avec ce côté bon vivant.

ELLE. Quelle est votre plus grande fierté ?
M.B. C'est un mot qui ne me parle pas beaucoup. Je ne sais pas… La vie nous fait traverser plein d'épreuves, et moi… Comment dire ? J'ai une énergie, une envie d'aller de l'avant, une passion qui me tient vivante. Et mes filles. Quand elles sourient, ça me rend très heureuse, mais je ne sais pas si c'est de la fierté que je ressens.

"Je respecte mon corps, il a des formes, plus je porte des choses simples, mieux ça me va."



ELLE. Qu'avez-vous appris avec les années que vous auriez aimé savoir plus tôt ?
M.B. Rien ! Les yeux d'une personne de 20 ans doivent être ouverts sur le monde sans déjà en savoir trop. Ce qui est beau à 20 ans, c'est justement cette forme de douceur, d'insouciance. Si, à cet âge-là, tu as déjà l'expérience de quelqu'un de 60 ans, mon Dieu, quelle tristesse ! On ne ferait pas les choses de la même manière. La vie est un voyage, il faut en vivre chaque étape.

ELLE. Que mangez-vous quand vous avez besoin de réconfort ?
M.B. Un beau plat de pâtes. Ça, je ne dis jamais non ! Al dente ! Des pâtes à tout. Avec des tomates fraîches et du basilic, je pense que c'est la base. Et du bon parmesan. Je cuisine des choses très simples, je ne suis pas vraiment une reine de la cuisine.

ELLE. Vous avez déjà posé de très nombreuses fois pour la couverture de ELLE, l'émotion est-elle toujours intacte aujourd'hui ?
M.B. Ah oui ! J'aime les choses qui se répètent, c'est un signe de continuité. Je suis très honorée d'avoir cette sublime relation avec le magazine qui m'a suivie dès le début de mon parcours. ●

« HISTOIRES DE LA NUIT », de Léa Mysius. En salle le 16 septembre.

BRANISLAV SIMONCIK/H&K

Blazer, chemise
et pantalon, **FENDI**.
Bague « Panthère
de Cartier », **CARTIER**.
Soutien-gorge personnel.
ASSISTANTE STYLISME
Cléo de Ruggiero.
MAQUILLAGE
Letizia Carnevalet.
COIFFURE John Nollet.
MANUCURE
Magali Sanzai.



"L'élégance, c'est tout à la fois un mouvement
du corps, une attitude, une façon de penser."

Sac « Le 17 », bottines, veste, col roulé, pantalon et bagues, CELINE.

SPÉCIAL ACCESSOIRES

CHIC CITY

Une besace rock, des bottines rétro, du glam, du chien, du style, l'automne en mode majeur.

PHOTOGRAPHE **BUZZ WHITE** RÉALISATION **ÉLISABETH AKESSOUL** MANNEQUIN **BONNIE PANASENKO**

Sac « Hobo Dior Toujours Mini », **DIOR.**
Manteau en shearling, **NILI LOTAN.**
Soutien-gorge, **INTIMISSIMI.**

En haut, sac « Hourglass Avenue S », **BALENCIAGA**. En bas, sac, **DOLCE & GABBANA**. Col roulé et soutien-gorge, **INTIMISSIMI**. Jupe, **SACAI**.



Sac « Le Cadence », LONGCHAMP. Mules, blouson, gilet, chemisier et jupe, CHANEL.

Sac « Emporio Armani 1981 », **EMPORIO ARMANI**. Trench à col en fausse fourrure, **ACNE STUDIOS**.

BUZZ WHITE

Ā gauche, sac « Voyou Bucket », GIVENCHY PAR SARAH BURTON. Ā droite, sac « Small Whisker », LOEWE. Bottes, GIANVITO ROSSI. Trench, H&M EDITION.

Ā gauche, sac « Paddington », bottes et cape, CHLOĒ. Ā droite, sac « Mombasa », SAINT LAURENT PAR ANTHONY VACCARELLO.

BUZZ WHITE

Sacs « Fendi Magic »
(à gauche) et « Baguette
26424 » (à droite),
et bottines, **FENDI**.
Manteau, **CELINE**.
Col roulé, **INTIMISSIMI**.
Pantalon, **MANGO**.



Sac « Cara », FERRAGAMO. Bottes, DRIES VAN NOTEN.
Caban, BALENCIAGA. Robe, SPORTMAX.

BUZZ WHITE

Sac « Prada Allusion », **PRADA**.
Escarpins, pull et jupe, **RABANNE**.



Sac « Corso »,
BOTTEGA VENETA.
Bombardier,
YVES SALOMON.
Chemise et jupe,
VERSACE.

Sac « Paparazzo », GUCCI. Manteau en shearling, YVES SALOMON.

Sac « Nolita », **MICHAEL MICHAEL KORS**. Cuissardes, col roulé et jupe, **COURRÈGES**. Bomber, **HERNO**. Bagues, **PANDORA**.



Ā gauche, sac « Rendez-Vous » et robe, **MIU MIU.**
Ā droite, sac « Oskan Hobo Soft », **ISABEL MARANT.**

BUZZ WHITE



À l'épaule, sac « Polo Blaze », **POLO RALPH LAUREN.** Sac « Tie Me », **MOSCHINO.** Chaussures à lacets, **CELINE.** Manteau, chemise et pantalon, **MSGM.**



Sac « Kelly Retourné Clou de Forge », **HERMÈS**.
Manteau, **LANVIN**. Pantalon, **McQUEEN**.

BUZZ WHITE

Sac « Multipass Monogram », **LOUIS VUITTON**. Ceinture, veste et pantalon, **ETRO**. Col roulé et soutien-gorge, **INTIMISSIMI**.




Sac « Skipper »,
MAX MARA.
Cuissardes,
manteau court et
collier, SPORTMAX.
Veste en cuir,
WEEKEND
MAX MARA.

Sac, **CHANEL**.
Veste et chemise,
POLO RALPH LAUREN.
Bonnie Panasenko
est représentée
par l'agence Viva.
ASSISTANTE STYLISME
Pauline Génibre.
MAQUILLAGE
Mayia Alleaume.
COIFFURE
Kazuko Kitaoka.

FORME

CES MUSCLES QU'IL NE FAUT PLUS NÉGLIGER

Il n'y a pas que les abdos, les cuisses et les fessiers dans la vie. D'autres muscles moins connus jouent un rôle crucial pour notre bien-être, et on a tout intérêt à s'en occuper.

PAR **CLAIRE DHOUAILLY**

MEREDITH JENKS/TRUNK ARCHIVE/PHOTO SENSO

LES MOLLETS
POUR AMÉLIORER LE RETOUR VEINEUX

Il est rare que les programmes « summer body » encouragent à travailler ce principal groupe musculaire de l'arrière de la jambe. Les mollets associent les deux jumeaux, visibles sous la peau, et le muscle soléaire, plus profond. Ensemble, ils se prolongent par le tendon d'Achille. « Ils fonctionnent comme une pompe qui participe, avec la voûte plantaire, au retour veineux », note l'ostéopathe Lorris Gellé, fondateur du centre Anatomik. C'est pourquoi on les surnomme parfois le « deuxième cœur ». Ça n'est pas leur seul intérêt. « Avec les muscles des pieds et des chevilles, les mollets assurent la stabilité et préviennent les entorses. Pour les sportifs, ils favorisent la propulsion et amortissent les chocs », indique Nicolas Bigot, head coach des clubs La Montgolfière.

COMMENT LES RENFORCER ? La première chose à faire, c'est de marcher très régulièrement chez soi pieds nus, en déroulant le pied. « Pour aller plus loin, on fait plusieurs fois par jour des montées sur la pointe de pieds, des équilibres sur une jambe », indique l'ostéopathe. Pour augmenter la difficulté, on utilise une marche ou le bord d'un trottoir, comme le recommande Nicolas Bigot : « On pose les coussinets du pied sur la bordure de trottoir – le talon est plus bas – et on fait des élévations sur la pointe de pied. » Partez randonner en terrain vallonné. « Le mollet est ultra-sollicité car les appuis y sont fuyants », poursuit le coach.

LE DIAPHRAGME
POUR UNE MEILLEURE OXYGÉNATION

Tout le monde en a entendu parler, pourtant, on connaît peu son fonctionnement. Large muscle en forme de coupole situé entre le thorax et l'abdomen, il s'abaisse à l'inspiration pour permettre aux poumons de se remplir d'air, puis remonte à l'expiration. « Clé d'une bonne respiration, il participe à la stabilité du tronc et au massage des organes digestifs », résume Lorris Gellé. Son fonctionnement est influencé par le système nerveux autonome et donc par le stress, qui, chronique, perturbe sa mobilité. « Quand il ne descend ni ne remonte plus comme il devrait, il tracte les lombaires en avant et déséquilibre la posture. La cage thoracique perd aussi en expansion », ajoute l'ostéopathe. Des tensions cervicales peuvent apparaître. Quant aux sportifs, privés d'une bonne capacité respiratoire, ils ne captent pas assez d'oxygène et perdent en efficacité et en performance.

COMMENT LE RENFORCER ? « Avant de le stimuler, il faut apprendre à le relâcher en se connectant à son souffle », insiste Lorris Gellé. Place à la respiration abdominale : on inspire en gonflant le ventre, on expire en le rentrant. Ensuite, plusieurs méthodes de tonification sont possibles, notamment les abdos hypopressifs, qui combinent respiration et aspiration du ventre. Un sport comme le running peut aussi être intéressant, car il force le travail du diaphragme. « Mais en courant à une intensité modérée », souligne Nicolas Bigot, qui recommande également de pratiquer les postures de yoga chien tête en bas et en haut, ainsi que la natation, à condition d'apprendre à respirer en brasse coulée ou en crawl. « En ayant longtemps la tête dans l'eau à juste souffler, puis en prenant de l'air rapidement, on fait énormément travailler le diaphragme », assure le coach. ●●●

LE PSOAS
POUR FAVORISER LA MOBILITÉ

Si vous passez de longues journées assis devant un ordinateur, vous avez probablement déjà entendu parler de lui, à la suite de douleurs au niveau de l'aine. Muscle profond et puissant, situé à la jonction entre le tronc et les jambes, le psoas est le principal fléchisseur de la hanche : il permet de lever la cuisse vers le buste. Il intervient aussi dans la marche, la course, la montée des escaliers, dans la stabilité du bassin et de la colonne vertébrale. « Il est sensible à l'immobilité prolongée et au stress », constate Lorris Gellé.

COMMENT LE RENFORCER ? Les fentes avant sont parfaites pour détendre le psoas. « Les postures du guerrier en yoga fonctionnent très bien, car elles combinent fente avant et ouverture de hanche », ajoute l'ostéopathe. Pour le muscler, on peut adopter cet exercice conseillé par Nicolas Bigot : « En position debout, on glisse un élastique sous les pieds et on lève une jambe en montant le genou au-dessus du bassin. » Travailler l'ensemble d'une chaîne musculaire, pour activer en plus du psoas les muscles stabilisateurs du bassin, est fortement recommandé. « On descend en squat complet (les fessiers très bas), et quand on y arrive bien, on ajoute de la charge avec un kettlebell », indique Lorris Gellé. Si l'on est très débutante, on commence par se lever et s'asseoir plusieurs fois sur une chaise, sans s'aider des mains.

LES STABILISATEURS D'OMOPLATES
POUR REDRESSER SA POSTURE

Nous sommes là aussi face à une « équipe » de muscles : trapèzes moyen et inférieur, rhomboïdes et dentelé antérieur. Cet ensemble maintient les omoplates plaquées contre le thorax et coordonne les mouvements des bras et des épaules. « Ils engagent tout le haut du corps et assurent une bonne posture », résume Lorris Gellé. Sans eux, les épaules s'enroulent vers l'avant, surtout à force d'utiliser sans cesse les écrans.

COMMENT LES RENFORCER ? Un élastique est bien utile. Nicolas Bigot recommande de le prendre entre les mains, qu'on lève au niveau des clavicules, puis de tirer l'élastique en ouvrant les bras tendus et en ramenant les coudes vers l'arrière. « Les exercices de traction sont utiles aussi, on peut les faire en glissant un élastique sous les pieds. Ça travaille tous les dorsaux, l'ouverture de la cage thoracique, la mobilité », précise Lorris Gellé. Côté sport, la nage sur le dos est parfaite. On s'exerce à tendre les deux bras en arrière en même temps.

LES STABILISATEURS DU BASSIN
POUR AMÉLIORER SON ÉQUILIBRE

Sous ce terme générique, on regroupe le petit et surtout le moyen fessier. Ils sont aidés par plusieurs muscles profonds qui stabilisent l'articulation de la hanche. « Ils ont une importance capitale, que l'on soit ou non sportif, car ils sont indispensables à notre équilibre », rappelle Lorris Gellé. Ils sont particulièrement sollicités lorsqu'on est en appui sur une jambe. Si l'on court, ils assurent des mouvements fluides et efficaces et réduisent la charge sur les genoux et les lombaires. « Beaucoup consultent pour des douleurs au psoas, mais le problème vient de moyens fessiers trop peu actifs. La solution n'est alors pas d'étirer le psoas mais de le soulager en renforçant le moyen fessier », constate Lorris Gellé.

COMMENT LES RENFORCER ? « Par des équilibres sur une jambe, là aussi avec ou sans charge », conseille l'ostéopathe. Pour corser l'exercice, on se met en appui sur la jambe droite, un kettlebell dans la main gauche, et on bascule lentement vers l'avant, en levant la jambe gauche vers l'arrière, jusqu'à toucher le sol avec la kettlebell. Puis on remonte. On peut aussi faire des déplacements de façon latérale, avec élastique entre les chevilles, ainsi que des montées de marches. « L'ensemble du corps est impacté. La descente est aussi importante que la montée, car elle oblige le corps à freiner et fait travailler les muscles de façon excentrique – le muscle se contracte tout en s'allongeant –, ce qui est bénéfique pour les renforcer », résume Nicolas Bigot. ●

LE PÉRINÉE, TOUS CONCERNÉS

Non, le renforcement de la ceinture pelvienne, ensemble de muscles qui forme une sorte de hamac entre le pubis et le coccyx, n'est pas réservé aux femmes ayant accouché. Ils soutiennent la vessie, l'utérus chez les femmes, la prostate chez les hommes. Ils jouent un rôle essentiel dans la continence, la sexualité et la stabilité du tronc. « Chez les sportifs, ils favorisent un meilleur gainage et préviennent des blessures, notamment le syndrome de pubalgie – douleur de la région pubienne », note Nicolas Bigot, qui plébiscite la pratique quotidienne de stomach vacuum. « On l'a présenté comme un exercice ventre plat, ce qui est réducteur », commente le coach. À jeun, on se tient droit, avec une légère rétroversion du bassin, le périnée activé (comme pour se retenir d'uriner). À l'inspiration, on rentre le ventre le plus possible, jusqu'à ce que les côtes soient visibles. On bloque dix à quinze secondes en maintenant cette position. On souffle et on relâche. On recommence cinq fois.

TAKAY/TRUNK ARCHIVE/PHOTO SENSO

COSMÉTO

LES ADOS AUSSI ?

Que sont devenues les « Sephora kids » ? Des ados ! Toujours aussi obsédées par une perfection ultra-valorisée sur les réseaux sociaux. Mais de quoi leur peau a-t-elle vraiment besoin ?.

PAR JEANNE DRÉAN

PHOTO ET STYLISME JULIA MORRIS. MANNEQUIN DAGMAR JANSSEN (AGENCE WOMEN 360).

LES COURSES DE RENTRÉE NE SE LIMITENT PLUS AUX CAHIERS ET AUX TROUSSES. Nombre de préadolescentes passent par le rayon beauté, à la recherche de sérums, de patchs et de sticks jugés aussi nécessaires qu'un stylo quatre couleurs. Un engouement précoce qui n'échappe pas aux dermatologues. « Avant, les ados nous consultaient pour un problème : acné, imperfections, cicatrices. Aujourd'hui, ils veulent améliorer l'apparence de leur peau », confirme la Dre Marie Jourdan (@dr_marie_jourdan). En cause : les réseaux sociaux qui diffusent en continu des visages filtrés et des « glass skins » irréprochables. Certains spécialistes parlent de « dermorexie » pour qualifier l'obsession de la peau parfaite, voire de « cosméticorexie » quand les soins deviennent une préoccupation envahissante. « Le signal d'alerte ? L'image qui devient une source d'anxiété ou d'obsession, la multiplication compulsive des produits, le temps excessif passé devant le miroir, la détresse face à la moindre imperfection doivent interroger les parents », prévient la spécialiste. D'autant que les routines inspirées par les réseaux sociaux ne sont pas sans conséquences. « Les actifs les plus inquiétants, poursuit-elle, sont les exfoliants utilisés trop fréquemment et le rétinol anti-âge introduit beaucoup trop tôt. » Sans compter l'accumulation d'actifs incompatibles qui fragilise la barrière cutanée et favorise rougeurs et irritations. Un intérêt qui n'aura pas échappé au secteur des cosmétiques avec notamment de nouvelles marques qui proposent des soins ciblés avec des designs pensés pour cette génération. D'un côté, les formules rassurent les parents ; de l'autre, les textures et les packagings séduisent les ados.

DES GESTES SIMPLES

« La peau possède ses propres mécanismes de protection et d'autorégulation, mais sous l'effet des hormones, elle devient souvent plus grasse, et des imperfections peuvent apparaître », rappelle Marie Jourdan. Loin des routines virales à dix étapes, elle préconise des gestes simples : un nettoyant doux sans savon, un hydratant léger et une protection solaire en cas d'exposition, de préférence en tube plutôt qu'en stick, ce dernier étant moins hygiénique sur ces peaux sujettes aux imperfections. En cas de boutons ou de points noirs, la niacinamide ou l'acide salicylique à faible concentration peuvent être utiles. Dans ce cadre, la dimension ludique, les packagings colorés et le plaisir d'application peuvent devenir des supports de pédagogie pour les parents, à l'heure où les adolescents cherchent à corriger leur peau avant d'avoir appris à la connaître. ●



NOTRE SHOPPING

1. PARE-FEU Une brume à pschitter à tout moment pour hydrater et apaiser les peaux échauffées. **Tonique Apaisant Anti-Rougeurs, Byoma,** 100 ml, 14,99 €. **2. S.O.S.** Concentré de zinc et de niacinamide, ce fluide transparent se transforme en patch et réduit l'apparence des boutons en quatre heures. **Stop Boutons, Nuxe,** 10 ml, 13,90 €. **3. RÉÉQUILIBRANT** Une lotion tonique antioxydante infusée de myrtille et de niacinamide qui purifie et lisse la peau le soir. **Toner Pillow Prep, Glowery,** 150 ml, 39 €. **4. DOUX** À base de beurre de karité bio, ce soin fluide hydrate et apaise les peaux mixtes. **Ma Crème Hydratante Visage, Joone,** 50 ml, 19,90 €. **5. HAUTE TOLÉRANCE** Purifiante sans dessécher, cette mousse aux tensioactifs végétaux respecte le microbiome et le pH physiologique. **Mousse Nettoyante Clean Vibes, Ollie,** 100 ml, 14,90 €. **6. APAISANT** Peu moussant, elle nettoie en douceur grâce à son cocktail de 1 % d'avoine colloïdale et d'huile de marula. **Crème Nettoyante Mello Marula, Drunk Elephant,** 150 ml, 38 €. **7. PROTECTEUR** Dans ce soin doté de trois filtres, silice et amidon de maïs absorbent le sébum et assurent la matité. **Crème Solaire Matifiante SPF 50 Sun Out, Skin & Out,** 30 ml, 18 €.

PRESSE

LE VRAI DÉFI AU TRAVAIL



PHOTOS GETTY



UN ENFANT DANS LA VILLE : NOTRE GUIDE DE SURVIE

Ascenseurs en panne dans le métro, restaurants qui interdisent les landaus, terrasses no kids… la ville se montre de plus en plus dure avec les jeunes parents et leurs enfants. Tentatives pour se la réapproprier.

PAR **VICTOR COUTARD**

ILLUSTRATIONS **LĒA CHASSAGNE**

COMME SI LES LOYERS PROHIBITIFS, l'absence de places en crèche et le peu d'espaces verts dédiés à la petite enfance ne suffisaient pas, de plus en plus d'établissements, publics ou privés, affichent désormais une politique ouvertement anti-bébés. Pas de place pour le landau au restaurant ni de siège adapté dans le taxi, ascenseurs en panne dans le métro, vols de poussettes, nuisances sonores des travaux, et, partout, ce sentiment de déranger avec son nouveau-né qui pleure, pète, rote et défèque.

La grande ville est devenue hostile à la famille, et les bébés voient désormais le jour sous d'autres cieux. En Île-de-France, les naissances reculent pour la onzième année consécutive, et l'indice de jeunesse (le nombre de moins de 20 ans pour 100 personnes de 60 ans et plus) continue de chuter. Aveuglés par une politique sans lendemain, les pouvoirs publics répliquent par d'incessantes fermetures de classes, pendant que des hôtels, des restaurants et des wagons de train s'autorisent de plus en plus ouvertement à interdire l'accès aux enfants. La situation est devenue assez ●●●



●●● préoccupante pour que la sénatrice socialiste Laurence Rossignol ait déposé, en 2024, une proposition de loi reconnaissant la minorité comme facteur de discrimination, pour encadrer ces lieux dits « no kids ».

Face à l'adversité, jeunes parents, l'heure de la révolte a sonné ! Alors que vous vous équipiez jadis pour affronter la haute montagne, il s'agit désormais d'attaquer la ville à coup de poussette ultra-pliable, de produits pratiques et d'un carnet d'adresses renouvelées. Voici un guide à l'usage des parents refusant de rester cloîtrés chez eux et bien décidés à réclamer, en famille, leur part de la ville.

NAVIGUER DANS LA RUE

Trottoirs étroits, pavés traîtres, portes cochères lourdes… la ville n'a jamais été pensée pour le bébé. Aussi, le premier réflexe à avoir pour les parents urbains est d'investir dans une bonne poussette, soit un modèle maniable et facilement pliable. Si la « Yoyo 3 » de Stokke a longtemps fait figure de référence en termes d'ergonomie, on regrettera sa faible capacité à amortir les chocs des pavés, ainsi que la nacelle trop basse, à hauteur des pots d'échappement. Ā ce jeu-là, on préférera les « Dragonfly Plus » et « Butterfly 2 » de Bugaboo, qui se plient en moins d'une seconde, à une seule main, et se glissent sous le bras, permettant aux jeunes parents d'éviter tous les obstacles tout en continuant de boire leur café d'un air décontracté. On notera d'ailleurs, en cette rentrée, le lancement d'une collaboration capsule avec la créatrice Stella McCartney, aux détails quiet luxury, histoire de faire rimer style et praticité. Le deuxième réflexe à avoir est de faire l'acquisition d'un antivol en U, car, malheureusement, le vol de poussettes est devenu un sport presque aussi pratiqué que celui des vélos. La marque Kryptonite est réputée pour sa robustesse, Abus pour son bon rapport qualité-prix.

SE FAUFILER DANS LES TRANSPORTS

La régie du métro parisien déteste les poussettes autant qu'elle ignore les ascenseurs en panne. Face à cette hostilité, le porte-bébé ergonomique reste la solution imparable, laissant les mains libres pour affronter tourniquets et rampes. On optera pour l'« Harmony » de BabyBjörn si l'on cherche une valeur sûre, simple à utiliser au quotidien, ou pour l'« Omni Breeze » d'Ergobaby si l'on privilégie la polyvalence. Dans les deux cas, la position physiologique, dos rond et genoux plus hauts que les fesses, permettra aux bébés de faire de grandes siestes, et aux parents de leur embrasser le front.

RĒCLAMER SA PRĒSENCE AU RESTAURANT

Pour les jeunes parents, le vrai test commence à table. Mieux vaut réserver un créneau tôt, avant la ruée du service, et arriver avec une trousse de change qui

SHOPPING



ORGANISATEUR, **MOMCOZY,** 42,99 €.



ANTIVOL, **KRYPTONITE,** Ā PARTIR DE 55 €.



POCHETTE DE CHANGE, **LÄSSIG,** 28,95 €.



CHANCELIĒRE, **KAISER,** 396 €.



PORTE-BĒBĒ « HARMONY », **BABYBJÖRN,** 244,90 €.



PORTE-BĒBĒ « OMNI », **ERGOBABY,** 139,90 €.

PHOTOS GETTY ; PRESSE. ILLUSTRATION LÉA CHASSAGNE.

sauve la mise en cas d'urgence. Lingettes à l'eau, lange propre, un change complet et, éventuellement, une pochette Lässig, comprenant un tapis à langer, ou bien le tapis « Ashley », de Cam Cam Copenhagen, qui se déploie sur n'importe quelle banquette. Côté couches, l'anti-fuites s'impose : Love & Green pour l'écologique d'entrée de gamme, Joone pour le haut de gamme made in France et la transparence, ou les nouvelles Pampers Harmonie pour assurer vos arrières. Prévoyez aussi de petits sacs-poubelle de poche afin d'éviter de vous trimballer les couches sales.

COURSES ET SORTIES

L'ombrelle Chicco protège bébé lors de ses siestes en poussette au parc, et la housse de pluie de la même marque prend le relais dès les premières giboulées. Au marché, le porte-bébé redevient roi, vous laissant les mains libres pour payer et porter les cabas. Quant à l'organisateur Momcozy, à fixer directement sur la poignée de la poussette, avec porte-gobelet et pochette pour le téléphone, il évite de tout lâcher au moment de sortir sa carte bancaire. Pour les sorties plus longues, la chancelière Kaiser, avec son revêtement en peau d'agneau, est parfaite pour passer l'hiver au chaud. Et comme cette matière est thermorégulatrice, elle permet à bébé de faire ses siestes en toute saison, sans jamais avoir ni trop chaud ni trop froid. ●

Ā FAIRE/Ā NE PAS FAIRE

La ville hostile ne changera pas en un jour, mais elle se traverse mieux en société. Quelques règles de savoir-vivre élémentaires permettent de faciliter la vie de tous les riverains, qu'ils aient ou non des enfants.

POUR LES PARENTS

Ā FAIRE La loi est avec vous. L'article 225-1 du code pénal protège les jeunes parents contre un refus d'accès fondé sur leur âge ou leur situation de famille, avec des peines pouvant aller jusqu'à trois ans de prison et 45 000 euros d'amende.

Ā NE PAS FAIRE Au restaurant, laisser un enfant crapahuter sous les tables voisines ou slalomer entre les serveurs. Ça dérange et c'est dangereux.

Ā FAIRE S'autoriser à annuler à la dernière minute quand la fièvre monte. Personne ne vous en voudra de ne pas avoir gâché le dîner à cause de votre surmenage.

Ā NE PAS FAIRE Penser que la fatigue dispense de toute politesse. L'épuisement est peut-être le signe qu'il vaut mieux reporter votre sortie.

POUR CEUX QUI NE SONT PAS AVEC DES ENFANTS

Ā FAIRE Accorder une tolérance particulière à un parent visiblement débordé. En tant que parent, savoir qu'on ne dérange pas, c'est très rassurant.

Ā NE PAS FAIRE Aller engager la conversation avec une femme qui allaite. Ā moitié dénudée, elle n'a probablement aucune envie de faire connaissance avec un inconnu à cet instant précis.

Ā FAIRE Laisser sa place dans le bus à un jeune parent debout avec un enfant dans les bras ou dans une poussette, sans qu'il ait à la demander.

Ā NE PAS FAIRE La règle de base, c'est de ne pas prodiguer de petits conseils éducationnels aux autres parents. Dans ce domaine, chacun fait comme il veut, le contraire est très agaçant.



OMBRELLE, **CHICCO,** 29,99 €.



COUCHES, **LOVE & GREEN,** ABONNEMENT MENSUEL Ā PARTIR DE 45 €.



COUCHES, **JOONE,** ABONNEMENT MENSUEL Ā PARTIR DE 54,90 €.



TAPIS Ā LANGER « ASHLEY », **CAM CAM COPENHAGEN,** 34,90 €.



POUSSETTE ET SIĒGE « DRAGONFLY PLUS », **BUGABOO,** 799 €.

CHECK-LIST

DÉPENSONS FUTÉ !

Quelques réflexes à portée de main qui changent notre façon de consommer.

PAR **MATHILDE HENRY CHANSON**



ON EMPRUNTE plutôt que d'acheter. Une tente pour un week-end, un appareil à fondue, une ponceuse, une machine à coudre… les objets dont on a besoin ponctuellement dorment sont souvent à disposition chez un voisin. Jetez un œil sur Poppins, Kiwiiz ou AlloVoisins.

ON FAIT TOURNER ses abonnements. Pourquoi payer plusieurs plateformes toute l'année ? De plus en plus de familles alternent les abonnements selon leurs envies ou privilégient les offres groupées. À regarder : les packs Canal+, les offres Famille de Spotify ou de Deezer, ou les forfaits Internet et mobile qui incluent déjà des services de streaming.

ON RESTE à l'affût des retours client. Aspirateurs, cafetières, mobilier ou électronique… beaucoup de produits renvoyés après quelques jours d'utilisation sont remis en vente avec une décote, alors qu'ils sont parfaitement fonctionnels. Un détour par les rayons « seconde vie » peut réserver de bonnes surprises. À découvrir : Ikea Seconde vie, Made In Design Seconde Vie ou encore Boulanger Reconditionné.

ON NE LAISSE PLUS passer ses avantages. Le comité d'entreprise, si vous en avez un, propose spectacles et activités sportives. Votre région subventionne peut-être vélo ou permis. Et votre carte bancaire inclut peut-être une assurance ou une garantie achat insoupçonnée.





ON AUTOMATISE ses économies. Certaines banques proposent d'arrondir chaque paiement à l'euro supérieur et de placer automatiquement la différence sur un compte d'épargne. Une façon d'économiser sans y penser. À tester : BoursoBank, Revolut ou N26.

ON PREND le temps de la réflexion. Rien de nouveau, mais sans doute le conseil le plus rentable de cette check-list. Avant de céder à un achat coup de cœur, on attend 24 heures. Beaucoup d'envies ne survivent pas à une bonne nuit de sommeil…

ON FAIT TRAVAILLER son épargne. Il est temps qu'elle fructifie ! Livrets, comptes rémunérés ou assurance-vie : à chacun sa solution selon ses projets. À explorer : les comparateurs comme Meilleurtaux Placement, Linxea ou les offres de sa banque.

ON RÉPARE avant de remplacer. Grâce au bonus réparation, faire réparer un appareil électroménager, un vêtement ou une paire de chaussures coûte parfois moins cher que d'en acheter un neuf. Pour trouver un professionnel, consultez Jerepare.fr ●



GETTY IMAGES/ISTOCK

Les journées comptent double depuis que je suis maman solo.

AXA soutient les parents solos

Garde d'enfants, soutien scolaire et suivi psychologique inclus dans la Garantie Accidents de la Vie AXA.*

*Services inclus dans le contrat de Prévoyance Ma Protection Accident. Dans la limite de 20 heures de garde d'enfants, 20 heures de soutien scolaire et 6 entretiens psychologiques par téléphone. Services utilisables sur une période de 12 mois suivant une séparation. Pour plus d'informations sur la garantie « Parent Solo », rendez-vous sur https://go.axa/garantie-parent-solo. AXA France Vie - siège social : 313 Terrasses de l'Arche 92727 Nanterre Cedex. Inter Partner Assistance - siège social : 6 rue André Gide 92320 Châtillon. Entreprises régies par le code des assurances.

C'EST MON HISTOIRE

“JE NE MENS PLUS SUR MON ÂGE”

Lisa a longtemps subi l'injonction du paraître… plus belle, plus grande, plus jeune, notamment en trichant sur sa date de naissance. Jusqu'au jour où elle s'aperçoit que sa fille suit le même chemin.

PROPOS RECUEILLIS PAR **MARGOT VERARDO**

À 12 ANS, MA FILLE PASSAIT SA VIE DEVANT UN MIROIR. Celui de la salle de bains où elle se livrait à toutes sortes de routines skincare, mais surtout celui de notre salon, qui lui permettait de se voir de tout son long. « Tu vas finir par le casser, le miroir, Noémie », lui disait souvent son père lorsqu'il passait par là. Un samedi matin, le rituel a duré particulièrement longtemps. Je l'observais du coin de l'œil, au départ amusée par ce face-à-face hypnotique. Elle se croyait seule et se livrait sans réserve à son reflet. Reflet que je voyais depuis une autre pièce où je travaillais. Le spectacle était captivant. Elle jetait ses cheveux en arrière comme une star de cinéma, plissait les yeux, faisait la moue, puis posait la main sur sa joue encore rebondie avec ses ongles de trois kilomètres (déjà !) manucurés… Elle reculait de quelques pas, se tournait, évaluait la rondeur de ses fesses, revenait de face, puis s'avançait à nouveau, scrutant son visage comme si elle cherchait quelque chose qui clochait. Et elle trouva… son nez. Pendant dix minutes, elle le malmena, le sourcil froncé, pour tenter de le retrousser et de le diminuer, avant d'examiner, mécontente, son profil. À cet instant, quelque chose s'est serré en moi. Ce regard si sévère qu'elle se portait, je le connaissais. C'était le mien autrefois. À son âge, je croyais que la qualité première et attendue des femmes, c'était la beauté. Ce n'est pas seulement que je voulais être belle, il fallait être belle.

RIEN N'ÉCHAPPAIT À L'ŒIL DE MA MÈRE

Ma mère détenait le verdict. Toujours tirée à quatre épingles, rouge à lèvres impeccable et brushing même le dimanche, elle m'entourait, moi et mon corps, d'une attention à la fois sévère et minutieuse. Rien ne lui échappait : une mèche rebelle, un bouton, deux kilos en trop, une posture trop affalée… La beauté était une discipline. « C'est pour ton bien, ma chérie », répétait-elle, convaincue de la légitimité de ses remarques. Dans le sillon de son

Chanel N° 5, ma mère embrassait tous ces codes avec beaucoup de naturel. Pour elle, me les transmettre était aussi important que de m'apprendre à lire ou à compter. Nous gravitions dans un monde où l'apparence était capitale. Un milieu mondain où l'argent circulait sans être nommé et où les silhouettes des femmes, leur visage, leurs vêtements étaient scrutés dans les moindres détails. Être belle était une obligation sociale. Très jeune, j'ai intériorisé le fait que mon corps ne devait pas simplement être habité, mais aussi être présenté aux autres, un peu comme une vitrine qui attesterait mon statut. Évidemment, ce que je voyais dans le miroir n'était jamais assez bien. Si j'étais observée, j'examinais moi aussi les autres jeunes femmes. Je me comparais en permanence, ce qui n'améliorait pas la perception déjà désastreuse de moi-même. Et il ne fallait pas compter sur ma mère pour me rassurer. Plus coutumière des critiques que des bons points, elle ne savait pas me valoriser ni mettre à distance ses principes.

RÉGIMES, SPORT, CHIRURGIE ET INJECTIONS

Depuis l'adolescence, j'infligeais donc à mon corps des régimes stricts et des séances de sport intensives, alors que je n'étais même pas en surpoids. J'étais toujours perchée sur des talons hauts pour que mon mètre soixante devienne un mètre soixante-dix. Dans mon milieu, les filles étaient fines et grandes aussi. Je dépensais des fortunes en nettoyages de peau, massages drainants, peelings, épilations, manucures, maquillage… Le parcours du glamour, au secours ! Ma première intervention de chirurgie esthétique a eu lieu lorsque j'ai fêté mes 18 ans. Après des années de « rhino-obsession », mon nez trop imposant et sculptural a été remplacé par un petit modèle, droit et beaucoup plus chic, à la Natalie Portman. Après la naissance de mon premier enfant, j'ai fait refaire mes seins, qui étaient trop petits selon moi par rapport à la largeur de mes hanches. Je voulais un bonnet C. Sur le lit, à la clinique, lorsque je me suis réveillée de l'opération, la poitrine toute tuméfiée sous des bandelettes… je me suis demandé pourquoi je m'imposais cette douleur. Mais, dans mon milieu, c'était banal, presque un rite de passage. Ne faut-il pas souffrir pour être belle ? À partir de 34 ans, j'ai commencé les injections de Botox. Une normalité, là aussi, dans mon entourage. Le temps qui passe est peu à peu devenu angoissant. Pas parce qu'il me rapprochait de l'inéluctable, mais parce qu'il pourrait se lire sur mon visage. Or, dans mon monde, les femmes n'ont pas d'âge. Alors je me suis mise à mentir sur le mien. Même à mes propres enfants, je mentais. Lors de mon anniversaire, sur le gâteau, je mettais trois bougies – allez hop, Maman a 38 ans (et pas 44), ni vu ni connu, à l'année prochaine ! Six ans de moins, ça n'avait jamais tué personne. Ça faisait rire mon mari, qui y voyait là une coquetterie de plus. Je voulais être une maman jeune, aussi jeune que les mères – sans doute retouchées – que je croisais à la sortie de l'école dans mon quartier doré. Le pire ? J'en venais à croire mon bobard. J'avais réellement 38 ans.

> Mon âge, mon nez, mes seins, j'ai tout déballé.

« T'ES VIEILLE ALORS ? »

Mais ce jour-là quand j'ai vu ma fille devant le miroir, je n'ai plus eu envie de tricher. Dans ses yeux, je voyais une projection de son futur mal-être et de toutes les batailles qu'elle allait devoir mener contre elle-même. Je ne voulais pas qu'elle s'approprie mes complexes ni qu'elle se mette à juger et à contraindre son corps comme j'avais pu le faire. Les réseaux sociaux, encore un peu loin d'elle, se chargeraient bien assez tôt de la comparer, de la faire douter et de lui imposer des standards impossibles à atteindre. Depuis sa naissance, je tentais de poser un regard doux sur elle, l'inverse de ce que j'avais reçu. Mais comment se construire dans la confiance et l'authenticité lorsque le seul modèle féminin qu'on a sous les yeux n'assume pas son âge ? Je devais protéger son enfance, lui donner la chance d'aimer son corps, ou du moins de l'entourer d'indulgence. J'ai pris conscience de l'absolue nécessité d'interrompre cet héritage de « la beauté à tout prix », qui dans ma famille, de mère en fille, nous pourrissait la vie. La première chose que j'ai faite, c'est de lui dire la vérité, à elle et à son petit frère de 9 ans. Mon âge, mon nez, mes seins, j'ai tout déballé. « Pourquoi ? » « Comment ? » « Ça fait mal ? » « T'es vieille alors ? » Les questions fusaient. Moi, j'expliquais comme je pouvais ces obsessions qui me hantaient depuis que j'étais enfant. Puis on a parlé d'intelligence, de courage, de force, de créativité, d'expérience… de toutes les qualités qui construisent les femmes, bien au-delà de leur enveloppe corporelle. Je sentais Noémie heureuse d'avoir cette discussion de « grande ». Quant à moi, un poids de 15 tonnes s'évaporait de mes épaules. J'avais décidé de quitter « ma prison du paraître » et de faire abstraction des jugements – surtout celui de ma mère. À 45 ans, il était temps ! J'étais petite, potelée, avec des cheveux raides, une ride du lion et des pattes-d'oie – que je ne voulais plus toucher ni retoucher. Je vieillissais et ce n'était pas si mal. Même, j'en faisais un acte de rébellion contre mon milieu si lissé. Peu à peu, je me suis fichu la paix. Ce n'est pas toujours simple. Aller au bureau sans talons est toujours quasi impossible. Mais je ne mens plus sur mon âge. Même aux mamans trop belles de la sortie de l'école. Mes enfants et surtout ma fille me donnent envie d'assumer qui je suis. Ça peut sembler un peu niais mais c'est ça que j'aimerais leur transmettre : la liberté de s'accepter tel qu'on est. En tous les cas, apprendre à m'aimer me réussit plutôt bien. Lorsque je dis mon âge – 47 ans maintenant –, personne ne me croit. ●

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



LES OBJETS DE...

GIGI CLOZEAU

Ses bijoux colorés, fabriqués dans le sud de la France, nous enchantent. La créatrice nous dévoile ce qui la fait vibrer. PAR **JULIA DION**



Si vous étiez un objet ?
« Un prisme en verre pour diffracter joliment la lumière. Je projette ainsi des arcs-en-ciel partout chez moi ! » (1)

Votre porte-bonheur ?
« Le trèfle à quatre feuilles trouvé par mon fils dans un parc. » (2)

L'objet que vous perdez tout le temps ?
« Mes clefs, malheureusement. »

Celui que vous ne supportez pas ?
« Les timbales en plastique. »

Votre obsession déco du moment ?
« Les bougies. Celles de la marque italienne Cereria Introna (3) en forme de gâteaux, d'étoiles de mer, d'avocat… m'amusent. Je les trouve chez Ētat d'Āme, à Montpellier. »

L'invention que vous adorez ?
« La paire de ciseaux. » (4)

L'objet que vous ne vous décidez pas à acheter ?
« Le airfryer ! Très pratique mais peut-être superflu, non ? »

Collectionnez-vous quelque chose ?
« Les vierges, les croix et les poissons. »

Acheteuse compulsive ou sobriété heureuse ?
« Acheteuse heureuse définitivement. »

Le plus vieil objet que vous possédez ?
« Le moulin à musique de mon enfance. » (5)

Le plus beau ?
« La bague en diamants imaginée par mon père, joaillier, et qu'il a offert à ma mère à ma naissance. » (6)

Le plus moche ?
« J'avoue : les jouets en mousse ou en plastique de mes chiens. »

Celui que vous rêvez de vous offrir ?
« Une maison en Corse, mais cela reste un rêve ! »

Le cadeau que vous offrez à tout le monde ?
« Un bracelet de ma marque, le "Classique Gigi", dans sa nouvelle couleur Azur, un bleu vibrant, entre ciel et mer. » (7)

Le dernier cadeau qu'on vous a offert ?
« Un débardeur en soie La Prestic Ouiston. J'apprécie la démarche de Laurence Mahéo, cette fille d'ostréiculteur qui a poursuivi l'activité familiale pendant plusieurs années tout en lançant sa griffe de vêtements. Seule sa marque perdure. » (8)

Celui que vous offririez à votre meilleur ennemi ?
« Le silence. C'est la pire des punitions selon moi ! » ●

gigiclozeau.fr

GETTY IMAGES ; DOCUMENTS PERSONNELS ; PRESSE.

L'EXPRESS

COLLOQUE

ENTREPRISES FAMILIALES

2E ÉDITION



GIUSEPPE LAVAZZA

Président du groupe Lavazza



DOMINIQUE SENEQUIER

Présidente d'Ardian



MAXIME CARMIGNAC

Directrice générale de Carmignac UK Ltd



ÉDOUARD CARMIGNAC

Président directeur général de Carmignac Gestion



PHILIPPE D'ORNANO

PDG de Sisley et coprésident de METI



PHILIPPE ODDO

Président de ODDO BHF



FÉLICIE BURELLE

Directrice générale d'OPmobility



VITALIE TAITTINGER

Présidente de Champagne Taittinger



ANNE-CÉLINE HUMEAU

PDG du Groupe Humeau-Beaupréau



JESÚS CASADO

Secrétaire général d'European Family Business

24 SEPT. 2026

THÉÂTRE MARIGNY
PARIS

Réservez vos places

AVEC LE SOUTIEN DE

DERICHEBOURG · FOR TALENTS TRANSMISSION · GIDE · 17 96 LOMBARD ODIER · RANGE ROVER · midas

bpifrance · FAMILY BUSINESS NETWORK FRANCE · HEC PARIS · FB FAMILY BUSINESS center · imeti LES ENTREPRISES DE LONG TERME



-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 RÈGLEMENT 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
ASSISTANTE DE LA RÉDACTION SÉGOLÈNE DELLOYE (14 29)
DIRECTION ARTISTIQUE CAROLINE IGNAZI (DIRECTRICE ARTISTIQUE), FABIENNE CORON (DIRECTRICE ARTISTIQUE ADJOINTE) **CASTING ET IMAGE** ÉMILIE LE GOFF
MAGAZINE ALICE AUGUSTIN, OLIVIA DE LAMBERTERIE, MARGAUX KREHL, CÉCILE OLLIVIER, CATHERINE ROBIN, MARION RUGGIERI, DOROTHÉE WERNER (GRANDES REPORTERS), FLORENCE TRÉDEZ.
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)
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 STÉPHANIE COCHET **SECRÉTARIAT DE RÉDACTION** KARINE LACOIN (SGR ADJOINTE), NICOLAS NEYMAN (1re SR), JULIE TOURON (1re SR). SYLVIE ARNOUX, ANNE FAUVEL, ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE, SANDRINE MARIETTE, CATHERINE PAGÈS, MURIEL SAFAR-JAOUI (RÉVISION), AVEC LA COLLABORATION DE DOMINIQUE BRIÈRE, CATHERINE GARNIER **RÉDACTION EN CHEF TECHNIQUE** PHILIPPE GAUTRAND (14 46), LOUIS HINI (ADJOINT), BORIS NIZIC **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), NATHALIE SCALEGNO PETIT **PHOTOTHÈQUE** CLAIRE FAURE, NATHALIE GROUARD **DIVERSIFICATION ÉVÉNEMENTS** FLORENCE BESSON (RÉDACTRICE EN CHEF), ANNA FONTERS **ÉDITIONS RÉGIONALES** ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE **HOROSCOPE** JEAN-YVES ESPIÉ **DIRECTEUR DIGITAL CMI** MIKAËL COUESNON

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 : septembre 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 10 au 16 septembre 2026

PAR **JEAN-YVES ESPIÉ**

BÉLIER

Les planètes qui occupent votre espace sont moins actives, ce qui réduit les contrariétés et les tensions de ces dernières semaines. Vous retrouvez votre rythme vif et votre optimisme grâce à Jupiter qui passe au cœur d'un secteur complice. Écoutez votre instinct car la période est heureuse pour prendre des initiatives.

Taureau

Le passage du Soleil en signe ami vous invite à mettre l'accent sur l'esprit d'équipe et à ralentir les initiatives prises en solo. Soyez à l'écoute des bonnes idées qui surgiront et à partir desquelles votre esprit pratique et efficace donnera du sens et du contenu afin d'optimiser le résultat.

GÉMEAUX

Deux planètes vous sont entièrement dévouées cette semaine. La première, Jupiter, renforce votre optimisme. La seconde, Mercure, vous apporte finesse d'esprit et adaptation, ainsi qu'une vivacité intellectuelle assortie d'un sens de la repartie, ce qui accentue votre sens de l'humour.

Cancer

L'arrivée de Vénus dans un signe ami est synonyme d'une évolution palpable en matière de délicatesse et de charme, qui se manifeste aussi sous la forme d'un plus grand besoin d'affection. Dans ces conditions, il ne tient qu'à vous de créer l'étincelle qui favorise les rapprochements. Faites le premier pas.

Lion

Vous pourrez compter sur le soutien de Jupiter (la chance) pour favoriser les circonstances en votre faveur. Vous bénéficiez aussi de la protection de Saturne et d'Uranus. Fixez-vous un cap précis avant de vous lancer. Enfin, Mercure (les échanges) complète ce climat planétaire protecteur.

VIERGE

Avec la nouvelle lune qui se réalise actuellement chez vous, et l'arrivée de Vénus en signe complice, vous serez bien équipée pour mettre en place un projet. C'est le bon moment pour vous fixer un cap qui soit à la fois simple, clair et précis. Jouez sur la souplesse, qui facilite naturellement les échanges.

Balance

L'arrivée de Mercure (l'intelligence et la communication) se traduit par une plus grande aisance sur le plan relationnel. Ce qui vous offre l'opportunité d'une avancée en fonction des enjeux du moment. Négociez avec finesse ce qui pourra l'être et menez le dialogue avec votre entourage.

SCORPION

Avec le soutien du Soleil, vous amorcez une phase plus dynamique. Celui-là vous invite à réviser vos objectifs afin de déployer vos efforts au mieux de vos possibilités. L'arrivée de Vénus vous permet de compter sur ce qui se fait de mieux en matière de charme pour cultiver votre magnétisme instinctif et proverbial.

SAGITTAIRE

Avec le soutien de Mercure et de Saturne, c'est le moment de réunir vos forces et de prendre une décision. L'idéal serait de rassembler votre entourage autour d'un projet commun. Jupiter vous apporte ce qui se fait de mieux en matière de chance, mais il vous faudra fournir l'impulsion et motiver vos contacts.

Capricorne

Voici une période qui devrait se révéler plus fluide. Laissez derrière vous le passé et regardez droit devant, là où des événements vont se produire. Mais c'est à vous de trouver des idées neuves et de chercher d'autres contacts pour mettre en place le projet qui vous tient à cœur.

VERSEAU

Mercure, la planète de la communication, et Saturne, celle de la sagesse, vous seront dévouées. Cette combinaison stimule vos cellules grises et votre créativité pour vous permettre de vous adapter aux circonstances. C'est le moment de renouer des liens avec les personnes qui vous font confiance.

Poissons

L'arrivée de Vénus en signe ami vous apporte le soutien dont vous aviez besoin pour vous faire confiance, ce qui vous permettra de vous connecter à l'intelligence émotionnelle de votre entourage. D'autre part, la planète rouge améliore votre vitalité de manière à retrouver un élan positif.

SUIVEZ L'ASTRO DE JEAN-YVES ESPIÉ SUR YOUTUBE

HOROSCOPE LUNAIRE

Du 10 au 16 septembre 2026

PAR **JEAN-YVES ESPIÉ**

BÉLIER

Â l'exception de Mars, qui navigue dans un secteur du ciel qui vous fatigue et augmente votre charge psychique sans même que vous vous en rendiez compte, les autres planètes reviennent à de meilleures intentions. Elles pacifient ainsi vos relations de couple et remettent vos interlocuteurs en place.

Taureau

Avec la nouvelle lune, le ciel annonce une belle semaine en perspective. Ce sera l'occasion d'exprimer votre dextérité en matière de diplomatie et de remonter le moral de vos proches qui en auront besoin, comme vous savez si bien le faire lorsque vous êtes en confiance.

GÉMEAUX

Cela bouge sur le plan affectif avec Uranus, car la planète de la nouveauté fournit l'impulsion initiale. Mais vous devrez à la fois identifier l'objectif à atteindre et anticiper la meilleure méthode pour y arriver. Misez sur les rapprochements, l'idée étant de trouver ce qui vous lie.

Cancer

Plusieurs planètes en signe complice vous apportent une bouffée d'oxygène. Notamment grâce à la nouvelle lune, qui facilite les échanges tout en favorisant vos capacités d'adaptation. Les effets se font ressentir sous la forme d'un charme certain qui invite vos interlocuteurs à chercher comment vous faire plaisir.

Lion

Avec Jupiter comme alliée, vous gagnez à la fois en chaleur, en assurance et en charme. Sans oublier les aspects planétaires formés par Saturne et Neptune : ils vous apportent ce qui se fait de mieux pour échanger, agir et exprimer la créativité qui vous caractérise lorsque vous êtes en forme.

VIERGE

Les influences planétaires contrariantes s'éloignent, et votre situation privée va évoluer, à condition de ne rien brusquer. Votre réceptivité sera accentuée, et vous devrez trouver la bonne distance émotionnelle. Lorsque l'opportunité vous apparaîtra de vous sentir plus proche de ceux que vous aimez, saisissez-la.

Balance

Le passage de Mercure dans votre secteur vous apporte un plus dans le domaine relationnel. Vos ressentis s'exprimeront à la fois de manière intuitive et naturelle. Tout est donc une question de diplomatie et de savoir-faire, ce qui facilitera aisément les rapprochements.

SCORPION

Ne ressassez pas une histoire liée au passé, ne vous projetez pas non plus dans le flou d'un avenir qui se dessine peu à peu, mais vivez pleinement le moment présent. Que ce soit avec votre partenaire, avec vos amis ou au sein de votre famille, n'attendez rien des autres, mais tout de vous.

SAGITTAIRE

Les nouvelles sont bonnes car Jupiter (la chance et la bonne humeur) se promène dans un signe ami. Prenez les choses et les gens comme ils viennent et ne vous inquiétez pas pour l'avenir. Plus vous réussirez à vous faire confiance, et plus ce sentiment imprégnera vos interlocuteurs, qui vous le rendront en retour.

Capricorne

L'influence du Soleil sera l'occasion de faire émerger votre sensibilité. Il sera agréable de vous sentir en phase avec ceux que vous aimez, cela vous donnera la possibilité de vous rapprocher. Ce n'est pas toujours facile pour vous de vous livrer spontanément, mais le contexte planétaire vous y encourage.

VERSEAU

L'arrivée d'une majorité de planètes dans des signes complices vous fera l'effet d'un grand bol d'oxygène. Vous allez retrouver davantage de liberté sur le plan psychique et vous verrez les situations sous un jour neuf. Ce bel ensemble est aussi là pour vous redonner du dynamisme et vous remonter le moral.

Poissons

Plusieurs planètes passent actuellement dans votre secteur opposé, celui qui concerne la vie de couple. Cela vous apporte de la vitalité pour réagir dans les situations qui nécessitent une intervention rapide et efficace. Vous prendrez les choses en main avec une facilité déconcertante.

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

FEUILLETĒ AU FROMAGE



SALADE DE POULPE



SARDINES Ā LA SAUCE AUX CĀPRES



HURMASICE



SALADE DE POULPE

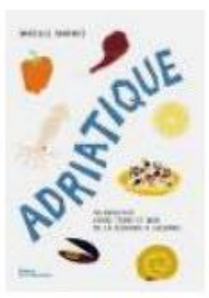
Un classique des tables croates : la salade de poulpe célèbre l'Adriatique avec fraîcheur, couleurs et saveurs marines.

Préparation : 30 mn
Cuisson : 1h
Pour 6 personnes

1 poulpe de 1,5 kg
2 tomates
1 citron
1/2 bouquet de persil plat
10 à 12 olives noires

POUR LA VINAIGRETTE
2 cuil. à soupe d'huile d'olive
2 cuil. à café de vinaigre de vin
1 gousse d'ail
Sel et poivre noir

1. BATTEZ le poulpe à l'aide d'un maillet en bois pour attendrir la chair, puis lavez-le à l'eau froide.
2. PLACEZ-LE dans une marmite d'eau, portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez cuire à feu doux, à couvert, pendant 1h.
3. ÉGOUTTEZ-LE, laissez-le tiédir, enlevez la peau puis découpez-le en morceaux que vous déposerez dans un saladier.
4. PRÉPAREZ LA VINAIGRETTE. Émulsionnez dans un bol l'huile, le vinaigre et l'ail haché. Salez et poivrez. Versez la vinaigrette sur le poulpe et mélangez.
5. COUPEZ les tomates en quartiers, le citron en rondelles et hachez le persil. Disposez-les sur le poulpe, ajoutez les olives et servez aussitôt.



AVEC « ADRIATIQUE » (ÉDITIONS DE LA MARTINIÈRE), **MIREILLE SANCHEZ** NOUS EMBARQUE POUR UN VOYAGE GOURMAND À TRAVERS LES SAVEURS DE CINQ PAYS : SLOVÉNIE, CROATIE, MONTÉNÉGRO, BOSNIE-HERZÉGOVINE ET ALBANIE. 55 RECETTES AUTHENTIQUES QUI CÉLÈBRENT UNE CUISINE GÉNÉREUSE, MÉTISSÉE ET CONVIVIALE, OÙ POISSONS, VIANDES, LÉGUMES ET FRUITS RACONTENT L'HISTOIRE DE CETTE RÉGION DU MONDE.

Cuisinez l'Adriatique

FEUILLETÉ AU FROMAGE

Dorée, croustillante, fondante... La gibanica est la recette plaisir qui fait l'unanimité, de l'apéro au dîner.

Préparation : 20 mn
Cuisson : 45 mn
Pour 6 personnes

30 à 40 feuilles de brick
500 g de feta
250 g de kajmak (à défaut, fromage cottage ou yaourt grec épais)
5 œufs
Eau gazeuse
10 cl d'huile
2 cuil. à café de sel

POUR LA DORURE
1 œuf
2 cuil. à café d'huile
1 pincée de sel

1. PRÉCHAUFFEZ votre four à 200 °C. Réservez 2 feuilles de brick.
2. VERSEZ l'huile dans un bol puis, avec un pinceau, graissez un plat rectangulaire allant au four. Posez 2 feuilles de brick dans le plat, en les laissant dépasser sur les bords. Enduisez-les aussi d'huile.
3. ÉMIETTEZ la feta dans un grand saladier, ajoutez le kajmak, les œufs battus, 50 cl d'eau gazeuse, le reste de l'huile et le sel. Mélangez bien.
4. TREMPEZ 1 feuille de brick dans la pâte. Froissez-la entre vos mains comme une boule de papier et posez-la dans le plat. Recommencez avec le reste des feuilles de brick, posez-les sans trop les serrer dans le moule, sur deux couches.
5. VERSEZ le reste de la pâte dans le moule. Posez dessus les 2 feuilles de brick que vous aviez réservées, de manière à recouvrir toute la surface du plat. Rabattez les bords. Avec un couteau fin bien aiguisé, prédécoupez la gibanica en carrés.
6. PRÉPAREZ LA DORURE. Mélangez l'œuf, l'huile et le sel. Badigeonnez-en la surface de la gibanica. Enfournez 45 mn à 200 °C et servez chaud.

LES **FICHES-CUISINE** ELLE

Cuisinez l'Adriatique

HURMASICE

Ces petits gâteaux traditionnels des Balkans, moelleux et parfumés, imbibés de sirop, offrent une pause sucrée réconfortante toute l'année.

Préparation : 40 mn
Repos : 30 mn à 1 nuit
Cuisson : 15-20 mn
Pour 12-15 gâteaux

175 g de beurre ramolli
150 g de sucre
1 zeste de citron
1 œuf
250 g de farine
1/2 sachet de levure

POUR LE SIROP
500 g de sucre
1/2 sachet de sucre vanillé

1. TRAVAILLEZ le beurre en pommade dans un grand saladier. Ajoutez le sucre, le zeste de citron râpé et l'œuf. Remuez jusqu'à blanchiment.
2. MÉLANGEZ la farine et la levure, tamisez dans un saladier puis ajoutez-les à la pâte. Malaxez pour former une boule, enveloppez-la de film alimentaire. Réservez au moins 30 mn au réfrigérateur, idéalement toute une nuit.
3. PARTAGEZ la pâte en 12 ou 15 parts, donnez-leur une forme ovale et pressez-les sur une râpe à fromage pour avoir un joli dessin sur le dessus des biscuits.
4. DISPOSEZ les morceaux de pâte bien espacés sur des plaques de cuisson recouvertes de papier sulfurisé. Réservez encore 30 mn au frais.
5. PRÉCHAUFFEZ le four à 180 °C. Enfournez les biscuits pour 15 à 20 mn, ou jusqu'à ce qu'ils brunissent légèrement.
6. PRÉPAREZ LE SIROP. Dans une petite casserole, mélangez le sucre et le sucre vanillé avec 75 cl d'eau. Portez à ébullition et laissez cuire 15 mn à feu doux.
7. ARROSEZ les hurmasice dès leur sortie du four avec le sirop jusqu'à absorption complète.

LES **FICHES-CUISINE** ELLE

Cuisinez l'Adriatique

SARDINES À LA SAUCE AUX CÂPRES

Les sardines de l'île d'Ugljan, en Croatie, s'accordent aux olives et aux câpres dans une recette simple, parfumée et ensoleillée.

Préparation : 15 mn
Cuisson : 15 mn
Pour 4 personnes

500 g de sardines fraîches
4 à 5 gousses d'ail
1 oignon
10 à 12 olives vertes dénoyautées
1 cuil. à café de câpres au vinaigre
6 cl d'huile d'olive
10 cl de vin blanc sec
1 cuil. à café de miel
1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique
Sel et poivre noir
Pain grillé pour l'accompagnement

1. NETTOYEZ les sardines : enlevez les têtes, videz-les et rincez-les sous un filet d'eau claire.
2. DISPOSEZ-LES dans une grande casserole d'eau froide salée, puis portez à ébullition. Lorsque l'eau bout, retirez les sardines, égouttez-les, puis réservez-les dans un plat creux. Salez, poivrez et couvrez d'un filet d'huile d'olive.
3. ÉPLUCHEZ l'ail et l'oignon. Hachez-les avec les olives et les câpres. Dans une poêle, faites-les frire 4 à 5 mn avec le reste d'huile.
4. AJOUTEZ le vin blanc, puis le miel et le vinaigre balsamique. Laissez cuire 5 à 6 mn à feu moyen, jusqu'à ce que la sauce réduise de moitié.
5. COUVREZ les sardines avec la sauce. Dégustez chaud aussitôt ou servez très frais avec de belles tranches de pain grillé.

ELLE 4212
Réalisation Mireille Sanchez.
Photos Laura Jalbert.
Recettes adaptées par Delphine Gautherin.

LES **FICHES-CUISINE** ELLE



BONNES ADRESSES

ET TOUJOURS EN ÉTÉ...

GABRIELA HERMAN/GALLERY STOCK/PHOTOSENSO


TETOU

BEST OF

ENCORE L'ÉTÉ !

Journée bien-être, table provençale, concert électro… Notre sélection pour prolonger les vacances.

PAR **ROZENN GOURVENNEC**

SUNNY

COULEUR CAFÉ

Le lait fraîcheur prolongateur Riviera Sun de Thalgo, made in Roquebrune-sur-Argens et enrichi en micro-algues rouges de Méditerranée, réhydrate les épidermes échauffés par le soleil et sublime le bronzage. Noté « excellent » sur l'appli Yuka, il contient 97 % d'ingrédients naturels et procure une sensation de fraîcheur immédiate. À adopter illico ! 38 € les 150 ml.

thalgo.fr

LOCAL

TERRASSE IODÉE

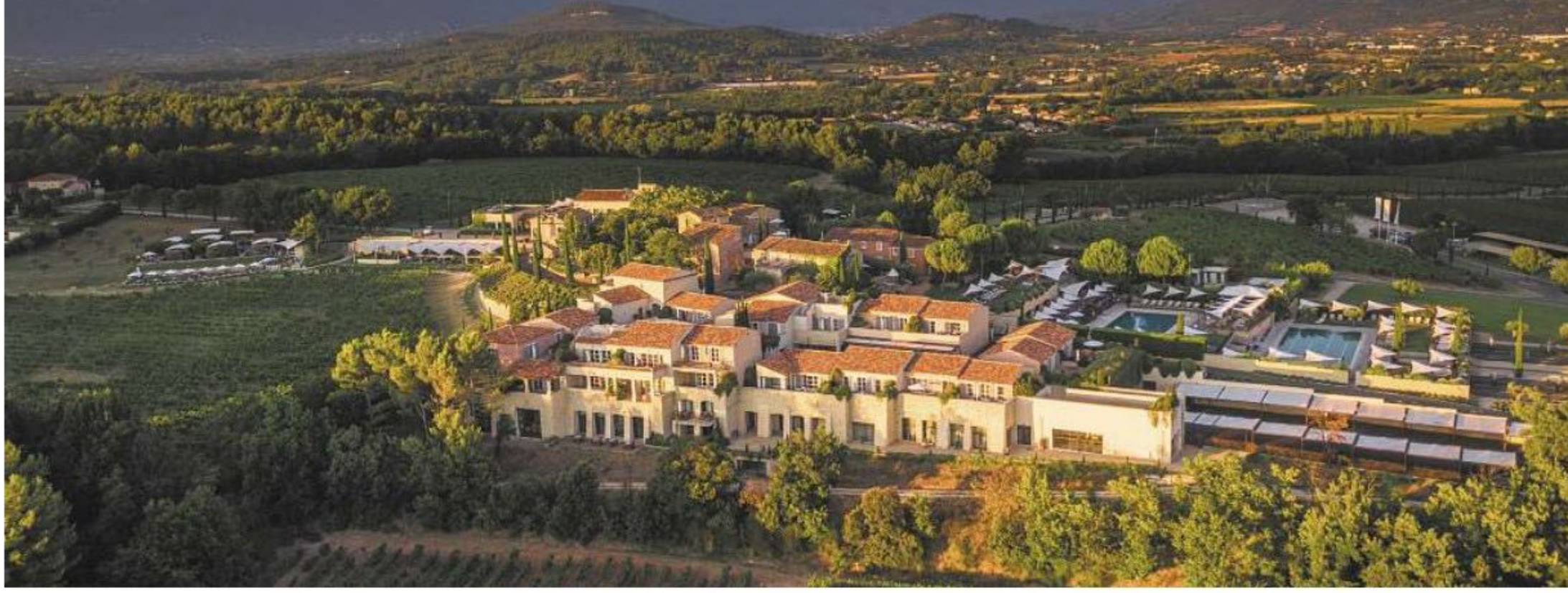
La bouillabaisse de Tetou se déguste sur la terrasse de cette institution, autrefois installée à Golfe-Juan. Fermée pendant huit ans, elle a rouvert à Cannes et propose le meilleur de la pêche locale, ainsi que les recettes de Tetou, créateur du lieu en 1917, et de sa femme Pauline. 180 € la bouillabaisse avec langouste pour deux personnes.

Port Pierre-Canto, bd de la Croisette, Cannes (06). Tél. : 04 93 43 43 33. tetou-restaurant.com

Rien de tel qu'un pique-nique en bord de mer pour retrouver le goût des vacances. Avant de s'installer sur les galets, on passe cours Saleya, chez Marie-Thé. Ce stand labellisé Cuisine nissarde concocte des pissaladières, du pan bagnat préparé minute (5,90 €), de la socca (3,50 € la part) et de l'aïoli (13,90 €). ●●●

Place Charles-Félix, Nice (06). Tél. : 04 83 39 70 27. chezmariethe.com

PRESSE



L'ÉTÉ SE PROLONGE À COQUILLADE PROVENCE

À l'approche de l'automne, Coquillade Provence, Relais & Châteaux 5 étoiles, invite à une escapade au cœur du Luberon.

Entre son Spa de 2 000 m², les balades à pied ou à vélo au milieu des vignes et les instants de détente, chaque moment se savoure au rythme de la douceur de l'été indien.

L'expérience se poursuit autour de la table : saveurs italiennes au Cipressa, cuisine généreuse aux Vignes ou cocktails créatifs au Bar.

Une adresse idéale pour prolonger l'été et s'offrir une parenthèse en Provence, entre nature, bien-être et plaisirs de la table.

Plus d'informations et réservations sur coquillade.fr







Coquillade

LY-PICTURES POUR COQUILLADE PROVENCE



LA PONCHE

MAGIQUE

SESSION PADDLE

Sortez le maillot, c'est parti pour une virée paddle sur le lagon cristallin de la plage des Baumettes, à Agay. Un sport qui permet de travailler l'équilibre, la coordination et le gainage, tout en explorant les grottes et en découvrant sous un autre angle les splendides roches rouges de l'Estérel. 10 € la demi-heure, 15 € l'heure, 35 € la demi-journée.

Plage de la Baumette, 1510, bd de la Baumette, Agay (83). Tél. : 06 52 00 29 99. paddlehouse.fr

HEALTHY

DIMANCHE ZEN

À l'Hôtel La Ponche, en septembre, le rythme ralentit tous les dimanches. La journée débute par une séance de Pilates ou de yoga sur le ponton face à la mer, avant de se prolonger autour du brunch signé Simon Pinault, servi en terrasse. À la carte : œufs, pancakes aux fruits rouges et sirop d'érable, granola, toasts avocat avec ou sans saumon. 60 € la matinée.

5, rue des Remparts, Saint-Tropez (83). Tél. : 04 94 97 02 53. laponche.com



GALIMARD

SENSUEL

PARFUM D'ÉTÉ

Avec ses notes de citron vert en tête, pistache et bois d'olivier en cœur, puis de vétiver et ambre en fond, Ciel Ardent, la nouvelle fragrance unisexe de la maison Galimard, prolonge l' été toute l'année. Imaginée à Grasse par Anesia Dican, cette composition de caractère se décline en parfum, eau de parfum (49,50 € les 100 ml) et eau de toilette.

galimard.com



LES MOULINS DE RAMATUELLE

Entre pins et oliviers, Les Moulins de Ramatuelle offre un cadre enchanteur pour s'attabler, avant une partie de pétanque. Au menu, petits farcis (36 €) ou de belles pièces de poisson (34 à 42 €), à accompagner des rosés de la presqu'île. ●●●

34, chemin des Moulins, Ramatuelle (83). Tél. : 04 94 45 69 72. lesmoulinsderamatuelle.com

PRESSE ; GALIMARD ; MAXENCE RENARD
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Little Greene®

— PAINT & PAPER —

FINE PAINTS & PAPERS
IN ASSOCIATION WITH

National Trust

Nouvelle collection – ‘In the Garden’

Huit élégants motifs de papier peint, inspirés par les jardins du National Trust

Jolie Maison Décoration – Nice | **Le Showroom by Restart** – Nice | **Noblesse & Elégance** – Nice
Calixstone – Le Cannet | **Les Atelier des Métiers d’Arts** – Valbonne | **Midi Pamplemousse** – Saint-Mandrier
Chaix Décoration – Nice | **L’Adresse Décoration** – Ajaccio

Showroom Little Greene
21 rue Bonaparte 75006 PARIS Tel: 01 42 73 60 81 | 11 rue de la Liberté 06000 NICE Tel: 04 93 35 58 39
« Commandez des échantillons et un nuancier gratuit, ou trouvez votre revendeur le plus proche sur www.littlegreene.fr »
Service de conseil en couleurs disponible dans tout le pays et en ligne



littlegreene.fr



MARCHÉ ITALIEN


LA BARONNE FESTIVAL

CONCERT OUTDOOR

Rendez-vous des fans d'électro house, La Baronne Festival fête sa 5e édition dans le cadre enchanteur du château de Mandelieu-la-Napoule. Le DJ local Sea Breeze lancera les festivités, qui se poursuivront, notamment, avec les performances de l'équilibriste Ruby et du DJ Le Gourmet. Le 13 septembre, de 15 h à minuit.

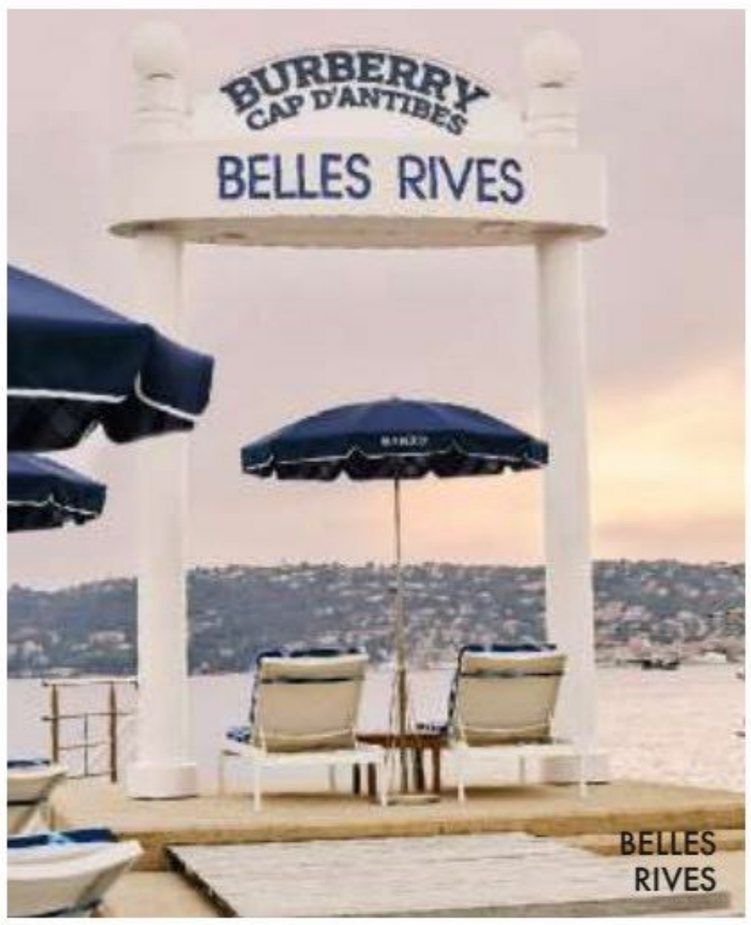
Avenue Henry-Clews, Mandelieu-La Napoule (06). Tél. : 04 22 32 87 51. @labaronnefestival

GOURMAND

SAVEURS TRANSALPINES

Un air de dolce vita souffle sur Pégomas les deuxièmes samedis du mois. Fromages fondants, biscuits, huiles d'olive, charcuterie, vins… Les saveurs emblématiques de la Botte s'invitent au marché pour une escapade gastronomique. Prochain rendez-vous le samedi 12 septembre de 9 h à 16 h.

Jardin les Mimosas, avenue de Grasse, Pégomas (06). Tél. : 04 93 42 22 22. villedepegomas.com



BELLES RIVES

CHILL

BAIN DE SOLEIL

Les courses de rentrée bouclées, place à la détente sur les transats siglés Burberry de la plage Belles Rives. Une petite faim ? Salades, plats et pâtisseries se dégustent à table ou sur les transats. De 60 à 95 € le transat à la journée, jusqu'au 13 septembre.

33, bd Édouard-Baudoin, Antibes (06). Tél. : 04 93 61 02 79. bellesrives.com

Au complexe aquatique de Hyères-les-Palmiers, le bassin olympique extérieur (et chauffé !) permet de faire quelques longueurs avant de s'offrir une pause sur un transat. Un sauna et un hammam sont également à disposition. 5 € l'entrée. ●

Avenue Ambroise-Thomas, Hyères-les-Palmiers (83). Tél. : 04 94 00 46 10. hyeres.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. SECRÉTAIRES DE RÉDACTION : JULIETTE MÉREAU, FANNY JACQUET. RESPONSABLE PÔLE IMAGE : STÉPHANIE DUCHÊNE. ICONOGRAPHE : ANNE-SOPHIE DE NEVE. A COLLABORÉ À CE NUMÉRO : ROZENN GOURVENNEC. SERVICE PUB : AZERION RÉGIONS. CONTACT-AZERIONREGIONS@AZERION.COM

GREGORY CAZALA ; LA BARONNE FESTIVAL ; BELLES RIVES



CHÂTEAU DE LA BOURDAISIÈRE

Le magnifique château de La Bourdaisière (à Montlouis-sur-Loire) accueille le troisième volet des expositions « Leçons d'anatomie » imaginées par Deyrolle. Connue pour ses planches anatomiques et biologiques, l'institution scientifique et pédagogique a conçu « Bien bouger, bien se nourrir, bien dans sa tête » comme un parcours ludique et immersif, en liant santé, planète et biodiversité. Une visite parfaite pour toute la famille !

« Deyrolle, Leçons d'anatomie » au château de La Bourdaisière, jusqu'au 1er novembre 2026, 12 € (adulte) / Gratuit pour les moins de 5 ans. labourdaisiere.com.



MUSEE DU CINEMA D'ANIMATION

Au sein de l'ancien Haras national d'Annecy, classé monument historique depuis 2007, se trouve désormais Le Musée du cinéma d'animation qui retrace l'histoire, les techniques et la diversité de cet art. Il faut dire que la ville de Haute-Savoie chérit particulièrement le genre puisqu'elle accueille depuis 50 ans le plus grand Festival dédié au cinéma d'animation ! Au-delà de la collection permanente, « les Haras » proposent aussi des expositions éphémères. Dans le Manège, un hommage au studio Ankama dévoile ainsi tous les secrets de ces Maitres du divertissement numérique venus de Roubaix.

Exposition permanente, musée du cinéma d'animation, 9€ (adulte) / 5,50€ (enfant) / gratuit pour les moins de 3 ans. citeanimationannecy.com



THORGAL, LES VIES D'UN HÉROS

La Cité internationale de la bande dessinée à Angoulême consacre une grande exposition à Thorgal, héros emblématique du 9ème art depuis 1977. Le parcours chronologique guide novices et connaisseurs dans le mo nde créé par le polonais Grzegorz Rosinski, puis repris par d'autres auteurs. L'exposition rassemble ainsi plus de 150 pièces originales - planches, croquis et toiles -, mais aussi plus de 150 pièces imprimées, notamment celles qui ont été réalisées à la tablette, et également des objets, des figurines, etc.

« Thorgal, les vies d'un héros », à la Cité Internationale de la bande-dessinée, jusqu'au 2 mai 2027. Accès à l'exposition compris dans le prix d'entrée du musée : 10 € (adulte)/ Gratuit pour les moins de 18 ans. citebd.org

MUSÉE JACQUEMART-ANDRÉ

Le musée Jacquemart-André consacre une exposition inédite à Tintoret (1518/19-1594), figure majeure de la Renaissance vénitienne. Premier panorama complet de sa carrière présenté en France, l'exposition révèle également son influence décisive sur la peinture française du XIXe siècle. Surnommé « Tintoretto » en référence au métier de teinturier de son père, Jacomo Robusti s'impose dès les années 1540 avec des commandes prestigieuses. Synthétisant le disegno toscan de Michel-Ange et le colorito vénitien de Titien, il porte la Renaissance à son apogée. Les œuvres, issues de collections internationales, donnent à voir ses compositions singulières, entre perspectives vertigineuses et effets de lumière saisissants !

« Tintoret » au Musée Jacquemart-André, du 11 septembre 2026 au 24 janvier 2027, à partir de 10€. musee-jacquemart-andre.com



Tintoret, Suzanne et les vieillards - Vers 1555-1556, huile sur toile, 146 cm x 193.6 cm - Vienne, KunsthistorischesMuseum, Gemäldegalerie

ACTUALITÉS COMMERCIALES - ELLE.FR

azerion
Régions

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.

NOUVELLES



EXPOSITION « PAUL MCCARTNEY PHOTOGRAPHE, 1963-64 : EYES OF THE STORM »

En 2020, Paul McCartney redécouvre les photos qu'il a prises au début des années 1960. À cette époque, un groupe bientôt mythique prend son envol, parcourt l'Europe et part pour la première fois aux États-Unis... La Beatlemania est née ! Le musée Granet d'Aix-en-Provence présente plus de 250 photographies de l'artiste datant de 1963 et 1964, dévoilant une période clé de l'ascension fulgurante des Beatles. Ces clichés vous plongent dans les coulisses de la première grande tournée internationale des Beatles : images de Paris, devant l'Olympia ; de New York et Central Park... mais aussi moments de détente en Floride avec des photos couleur, et entre deux concerts. L'occasion de revivre une atmosphère et une esthétique typiques des sixties...

Jusqu'au 3 janvier 2027. Musée Granet, place Saint-Jean-de-Malte, Aix-en-Provence (13). museegranet-aixenprovence.fr



VIDE-DRESSING

Le chapiteau du Théâtre de la mer se transforme en véritable temple du style le temps d'une journée. Pour sa troisième édition, le vide-dressing de Sainte-Maxime réunit vêtements, chaussures, sacs et accessoires de seconde main, rigoureusement sélectionnés. Le rendez-vous, qui s'est rapidement imposé comme un incontournable pour dénicher la perle rare, mise sur un format haut de gamme avec une scénographie soignée et la présence d'influenceuses mode toujours ravies de partager leur expertise avec les visiteurs et de les orienter dans les allées des nombreux stands. De quoi renouveler sa garde-robe d'automne sans passer par le neuf.

Vide-dressing de Sainte-Maxime, dimanche 4 octobre, de 10h à 18h, chapiteau du Théâtre de la mer, promenade Aymeric Simon-Lorière. Accès libre. sainte-maxime.com

TOULOUSE ET SA RÉGION

BONNES ADRESSES

ET TOUJOURS EN ÉTÉ...

GABRIELA HERMAN/GALLERY STOCK/PHOTOSENSO



BEST OF

ENCORE L'ÉTÉ !

Pause zen, bijoux solaires, festival de musique… Notre sélection pour prolonger les vacances.

PAR ÉLODIE PAGES

CONVIVIAL

CONCERTS AU VERT

Cette année, le Meules Bleues Festival prend ses quartiers dans la plaine de Labéraudie. Fidèle à son esprit familial et engagé, il mêle concerts, animations et restauration dans une ambiance bucolique. Le temps fort ? La soirée du samedi, avec Bénabar, Black M, entre rap et pop, et Calema, duo lusophone aux sonorités afro-pop. Du 10 au 12 septembre.

Cahors (46). meulesbleues-festival.fr

AQUATIQUE

CANOË TRIP

La plus belle façon de découvrir les gorges de l'Aveyron ? En canoë ! Hors saison, les embarcations sont plus rares et la rivière, plus sereine. Elsa, des Pieds dans l'Eau, propose un parcours d'environ 10 km jusqu'à Cazals. Au fil du courant, les falaises calcaires, les ponts, les plages, les spots de saut et les coins pique-nique se succèdent dans un site classé Natura 2000. Parcours : 18 €.

544, chemin de Marsac, Saint-Antonin-Noble-Val (82). Tél. : 06 80 31 04 11. locationcanoe.com

Pour la rentrée, MKL Green Nature, laboratoire cosmétique français fondé en 2002 à Escalquens, propose une nouvelle gamme à l'aloe vera bio pensée pour toute la famille. L'idéal pour réparer la peau et prolonger son bronzage. À tester, l'huile réparatrice (9,90 €), une crème 3-en-1… et même des gels à boire. ●●●

mklgreennature.com

ADT82

Culture, loisirs, bons plans...

1 an de réductions illimitées !

PASS Toulouse+

1 PASS 20€

OFFRE DUO

2 PASS 30€



App Store

Google Play

N’attendez plus, téléchargez l’application dédiée et découvrez quelle sera votre prochaine sortie !

Toulouse Team Tourist Office Meetings Invest Filming

toulouse métropole

MAIRIE DE TOULOUSE


PLAGETTE SAUVAGE

PERSONNALISÉ

BIJOUX D'ÉTÉ

Plagette Sauvage, la marque de bijoux créée par Audrey Larroque, invite à glisser un souvenir de vacances autour de son cou ou de son poignet. À Toulouse, rendez-vous chez Les Pipelettes, By Katie Nat ou Nomad Concept Store pour retrouver les mots qui prolongent l'été (Bisous salés, Fille du Sud, Bronzette…) ou faire graver son message. Des bijoux lumineux, intimes, en plaqué or 1 micron (dès 40 €).

plagettesauvage.com


PISCINE TOULOUSE-LAUTREC

FESTIF

APÉRO EXPRESS

Camille Besse et Théo Boudet ont imaginé Aperitiu, un service de planches apéritives en livraison ou à emporter. Fromager de formation, Théo compose cinq recettes autour de fromages, charcuteries, crudités ou fruits, avec une attention portée aux produits d'Occitanie : Rocamadour, Bethmale, salaisons de Lacaune… De 19 à 79 €, pour 4 à 12 personnes. À commander en ligne.

92 Av. Antoine de Saint-Exupéry, Toulouse (31).
aperitiu-toulouse.fr


SENTÔ BENTÔ

HEALTHY

VOYAGE SENSORIEL

Chez Sentô Bentô, une journée suffit pour retrouver un délicieux sentiment d'évasion. Dans un décor inspiré du wabi-sabi, on alterne cuisine fusion, massage aux agrumes et rituel bien-être, avec sauna, douches japonaises… Des cours de yoga et de Pilates complètent l'expérience. Dès 127 €.

25, chemin de la Teulière, Albi (81).
Tél. : 09 73 15 16 36. sento-bento.fr

Le nouveau bassin nordique de la piscine Toulouse-Lautrec permet de barboter même en septembre. Le bassin extérieur de 50 m, composé de quatre lignes d'eau, est chauffé à 28 °C. Parfait pour nager en plein air, jusqu'au bout de l'été. ●●●

Impasse Barthe, Toulouse (31). Tél. : 05 34 24 50 54.

MATTHIEU MADANNE ; ARNAUD CABANEL ; MAIRIE DE TOULOUSE - DANIEL MINI
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



INSERTION PROFESSIONNELLE | SANTÉ | HANDICAP | EDUCATION | ENVIRONEMMENT | LIEN SOCIAL

En 15 ans la Fondation d'Entreprise de la Banque Populaire Occitane a soutenu 600 projets dans les 8 départements de son territoire. Elle intervient auprès du tissu associatif régional dans 6 domaines : lien social, éducation, santé, handicap, insertion professionnelle et environnement. Solidarité et proximité, la Fondation incarne ainsi l'engagement coopératif et local de la Banque Populaire Occitane.

Bravo et merci aux milliers de bénévoles pour leur investissement sans faille au service de l'humain et du territoire !

BANQUE POPULAIRE OCCITANE

FONDATION D'ENTREPRISE BANQUE POPULAIRE OCCITANE

Fondation d'entreprise régie par les lois des 23 juillet 1987, 4 janvier 2002 et par août 2003 et les décrets des 30 septembre 1991 et 11 juillet 2002, sise à BALMA (Haute-Garonne), 33-43 avenue Georges Pompidou, Banque Populaire Occitane, société anonyme coopérative de Banque Populaire à capital variable, régie par les articles L512-2 et suivants du Code Monétaire et Financier et l'ensemble des textes relatifs aux Banques Populaires et aux établissements de crédit. Intermédiaire en assurance inscrit à l'ORIAS sous le numéro 07 022 714. RCS TOULOUSE 960 801 300. Siège social : 33-43 avenue Georges Pompidou à Balma (31130). AGENCE LES PATRONNAIES 879590531 RCS TOULOUSE


ROULOTTE

COOL

PAUSE CAFÉ

Dans une jolie ruelle de la Ville rose, une fenêtre orange et bleue ouvre sur un air de vacances. Imaginé par Martha Subra, la fondatrice de Roulotte, Fenêtre invite à tendre le bras pour un café de spécialité, un ice latte au sirop de vanille maison (4,50 €), un matcha bio ou une citronnade à emporter. Pour prolonger la pause, direction l'étage du surf shop La Fabrica, avec qui elle a noué cette collab'.

Rue de l'Ouest, Toulouse (31).
Tél. : 06 58 15 48 50. @roulotte.coffee


LŪCIA DE CARVALHO

ESCALES SONORES

Le festival MéditerranéO' transforme les bords de Garonne en scène ouverte. Dans l'espace du Ramier, le dimanche se vit au rythme du son afro-brésilien de Lúcia de Carvalho, de la folk de Doolin' et de l'énergie communicative de Une Touche d'Optimisme. Entre deux concerts, animations et repas aux saveurs d'ailleurs. Du 18 au 20 septembre. Gratuit.

Portet-sur-Garonne (31).
festivalportet.fr


BERCEAU DE LA SOURCE

ZEN

SPA THERMAL

Les anciens thermes renaissent sous le nom de Berceau de la Source. Résidence hôtelière 4 étoiles, ce bâtiment Art déco abrite 23 studios et sept suites. Côté spa, bain glacé, sauna, hammam, grotte de sel et jardin-terrasse subliment l'expérience. 179 € la nuit.

6, allée Fernand-de-Cardaillac, Bagnères-de-Bigorre (65).
Tél. : 05 62 91 09 09.
berceaudelasource.fr

Bältis fait voyager avec ses glaces artisanales ultra-onctueuses. La maison crée des parfums inspirés du Liban et concoctés avec Jean-Thomas Schneider, Meilleur ouvrier de France. Notre coup de cœur ? L'achta, issue d'une crème de lait qui mélange pistache, fleur d'oranger et eau de rose (7 €). ●

20, place du Capitole, Toulouse (31). baltisparis.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. MAQUETTISTE : SYLVIE AGOSTINI. SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : FANNY JACQUET. RESPONSABLE PÔLE IMAGE : STÉPHANIE DUCHÊNE. ICONOGRAPHE : ANNE-SOPHIE DE NEVE. A COLLABORÉ À CE NUMÉRO : ÉLODIE PAGES. SERVICE PUB : CMI MEDIA RÉGIONS. TÉL. : 01 74 85 85 85.

MARTHA SUBRA; PRESSE; BERCEAU DE LA SOURCE

AURORE

9°

NATURELLEMENT LÉGER

FLORÉAL ET LOIN DE L'OEIL

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

vinovalie
les vignerons d'ovalie
SUD-OUEST – FRANCE

EMINZA

Signature de la nouvelle collection enfant d'Eminza, le coin chill s'installe dans un angle de la chambre : un matelas de sol épais posé à même le parquet, quelques coussins moelleux, un livre entrouvert, et la pièce change de rythme. Refuge, terrain d'imaginaire ou simple parenthèse calme, cet espace enrichit les usages sans qu'il faille repenser tout le décor. Les pièces de la collection Gaïa, en gaze de coton légèrement froissée, se déclinent en jaune safran ou vichy ficelle, à mixer au gré des envies.

Matelas de sol Gaïa 60 x 120 cm, 29,99 € ; coussin 40 x 60 cm, 12,99 € (prix observés). eminza.com





GARONA CUP

La prestigieuse Régate Garona Cup est devenue le rendez-vous sportif traditionnel et incontournable des grandes écoles de Toulouse. Le samedi 10 octobre au cœur de la vieille ville, elles vont se défier entre le Pont Saint-Pierre et le Pont Neuf pour décrocher la mythique « Rame Rose ». Portés et encouragés par leurs supporters réunis en nombre sur le Port de la Daurade, les équipages de ENVT, ISAE-SUPAERO, TBS, ENAC, PURPAN et ICT viseront la victoire finale et le titre de Roi de Garonne. La Région Occitanie, la mairie de Toulouse, l'Agence de l'eau, Harmonie Mutuelle et Turkish Airlines soutiennent cet événement unique parrainé par la Fondation Toulouse Cancer Santé. Les bateaux sont prêts. Faites vos jeux !

Suivez l'actualité de la Régate sur Facebook et Instagram : @garonacup



UN FORMAT UNIQUE, UN PRIX UNIQUE : LE PRINCIPE DES 111 DES ARTS TIENT EN PEU DE MOTS.

Des œuvres de 20 x 20 cm vendues 120 euros encadrées, des sculptures à 350 euros, et une centaine d'artistes – peintres, photographes, sculpteurs, graffeurs – réunis sous les voûtes de la chapelle de l'Hôtel-Dieu. L'accrochage homogène rend l'achat accessible aux collectionneurs débutants. Les bénéfices financent la recherche sur les cancers pédiatriques et le bien-être des enfants hospitalisés : 180 000 euros ont été remis à l'Hôpital des Enfants après l'édition 2025. L'affiche est signée du graffeur Ceet Fouad.

Les 111 des Arts, du 5 au 15 novembre, chapelle de l'Hôtel-Dieu Saint-Jacques, 2 rue de la Viguerie, Toulouse. Adhésion solidaire : 30 €. les111desartstoulouse.com

MON LIT CABANE

Après le succès de son lit à charpente de maisonnette, élu produit de l'année 2026, la marque basque Mon Lit Cabane poursuit dans la veine ludique avec un duo bureau-chaise surmonté d'un tableau magnétique inclinable : droit pour les aimants et les premières lettres, penché en chevalet pour les artistes en herbe. Façonné artisanalement en Pologne dans un pin massif issu de forêts certifiées FSC, cet ensemble d'inspiration Montessori accompagne les enfants de la maternelle aux portes du CP, avant de passer à la fratrie. Six aimants, quatre feutres et une éponge aimantée sont fournis.

Bureau et chaise avec tableau magnétique, 160 € (prix observé). monlitcabane.com



MARSEILLE ET SA RÉGION

BONNES ADRESSES

ET TOUJOURS EN ÉTÉ...

GABRIELA HERMAN/GALLERY STOCK/PHOTOSENSO



CALANQUE D'EN-VAU

BEST OF

ENCORE L'ÉTÉ !

Parc aquatique, expo photo, festival en plein air… Notre sélection pour prolonger les vacances.

PAR **NATHANIA CAHEN**

LUMINEUX

SOIN DOUDOU

Après un été de soleil, de sel et de baignades, la peau a besoin de réconfort. Les sucres de gommage Panier des Sens lui offrent une cure de douceur grâce à leur formule enrichie en miel bio, beurre de karité et à l'huile d'amande douce. 25 € le pot rechargeable de 300 g.

24, place de l'Hôtel-de-Ville, Aix-en-Provence (13), et 7, place du Change, Avignon (84). panierdessens.com

MAGIQUE

CRIQUE SECRÈTE

L'arrière-saison invite à reprendre le chemin des criques. L'occasion de découvrir la pittoresque calanque d'En-Vau (qui signifie « dans le val »), encaissée tel un canyon entre falaises calcaires et pins perchés. L'arrivée se fait par la mer ou à pied – compter une heure et demie, depuis Cassis comme depuis le Belvédère ou le parking du col de la Gardiole. Une promenade à couper le souffle !

calanques-parcnational.fr

So Good Festival réunit conférences, rencontres, ateliers et expériences pour imaginer un monde plus positif. On y échange, on débat, on agit… avant de danser aux concerts de Danyl, Camélia Jordana ou Twerkistan. Une journée aussi engagée que festive. Gratuit l'après-midi, à partir de 18 € dès 19 h. ●●●

Le 26 septembre. Friche La Belle de Mai. 41, rue Jobin, Marseille (3e). sogoodmaiffestival.com

DALLAPORTA A.

OPÉRA
MARSEILLE

ODÉON
MARSEILLE

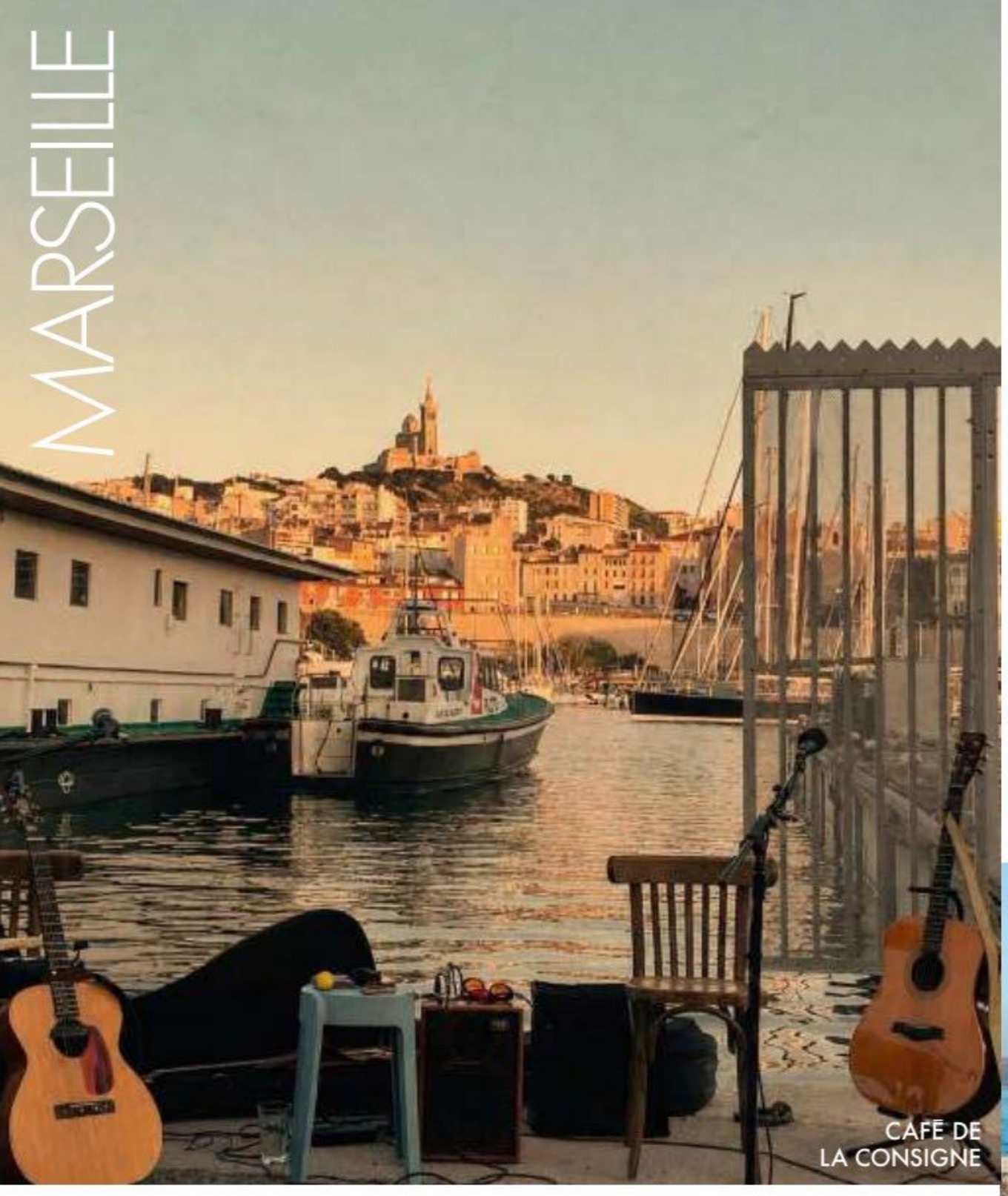
DÉCOUVREZ
LA NOUVELLE SAISON 26-27

OPÉRA - OPÉRETTE - CONCERT - THÉÂTRE - DANSE

PROGRAMME ET RÉSERVATIONS
OPERA-ODEON.MARSEILLE.FR

PRÉFET
DES BOUCHES-
DU-RHÔNE
Liberté
Égalité
Fraternité

VILLE DE
MARSEILLE



CAFÉ DE LA CONSIGNE

CHILL

ESCALE AVEC VUE

Presque cachée, entre la jetée et l'ancienne consigne sanitaire de 1719, cette terrasse avec parasols jaunes et transats a des airs de secret bien gardé. Installé dans ce bâtiment historique, le Café de la Consigne accueille du petit déjeuner à l'apéritif pour un verre ou quelques assiettes à partager (de 5,50 à 18 €).

3, quai du Port, Marseille 2e. @cafe.de.la.consigne



COACH BIEN-ÊTRE DE LA VILLE

SPORTIF

COACH EN VILLE

Le programme Coach bien-être de la Ville invite à pratiquer une activité physique ou à s'initier à de nouveaux sports. En douceur (aquagym, yoga, qi gong…) ou plus tonique (afrovibe, cross fitness, cardio boxe…), les cours, encadrés par des éducateurs sportifs diplômés, se déroulent sur les plages et dans les parcs de la cité. 2 € la séance.

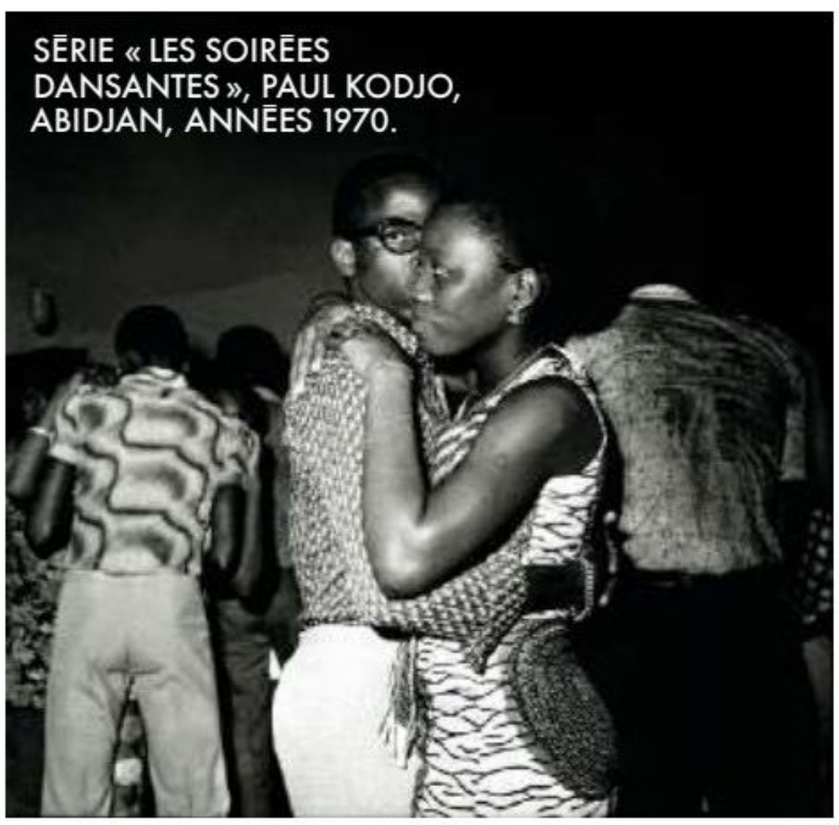
Divers lieux, Marseille (13). coaching.marseille.fr

CRÉATIF

FIGURES DE STYLE

C'est un voyage en terre inconnue que nous propose chaque année le Centre international des arts en mouvement avec son festival Jours [et nuits] de cirque(s). Au programme, des déambulations gratuites, quatre spectacles sous chapiteau, des cabarets et des ateliers. Du 19 au 27 septembre.

Divers lieux, Pays d'Aix (13). Tél. : 04 65 04 61 42. joursetnuitsdecirques.fr



SÉRIE « LES SOIRÉES DANSANTES », PAUL KODJO, ABIDJAN, ANNÉES 1970.

Les Rencontres de la photographie d'Arles jouent les prolongations jusqu'au 4 octobre. L'occasion de découvrir le festival dans une ambiance plus calme. À ne pas manquer : « Photoromance » de Paul Kodjo et « Soul of the City » de Martine Barrat. Pass journée 35 €. ●●●

Divers lieux, Arles (13). rencontres-arles.com/fr

CAFE DE LA CONSIGNE ; VILLE DE MARSEILLE ; PAUL KODJO
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Little Greene®

— PAINT & PAPER —

FINE PAINTS & PAPERS
IN ASSOCIATION WITH

National Trust

Nouvelle collection – 'In the Garden'

Huit élégants motifs de papier peint, inspirés par les jardins du National Trust

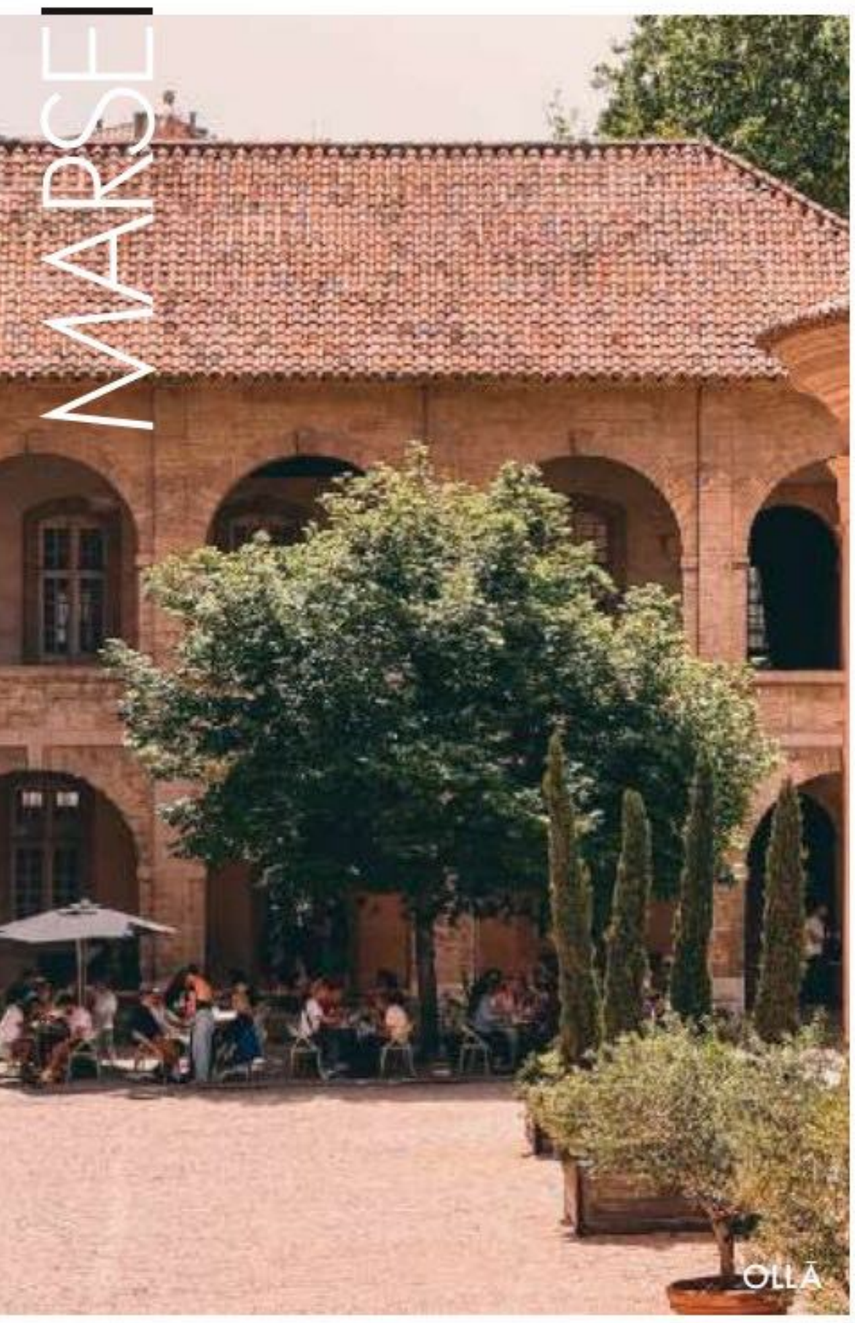
Mercadier – Aix-en-Provence | **Un Instant Chez Moi** – Cabrières-d'Avignon
Côté Maison – Saint-Rémy-de-Provence | **Midi Pamplemousse** – Saint-Mandrier | **Delforge** – Aix-en-Provence
Maison Sériès – Marseille | **Milano Design** – Cabriès

Showroom Little Greene
21 rue Bonaparte 75006 PARIS Tel: 01 42 73 60 81 | 11 rue de la Liberté 06000 NICE Tel: 04 93 35 58 39

« Commandez des échantillons et un nuancier gratuit, ou trouvez votre revendeur le plus proche sur www.littlegreene.fr »
Service de conseil en couleurs disponible dans tout le pays et en ligne



littlegreene.fr


OLLĀ

CONVIVIAL

DĒJEUNER AU CALME

Ā l'abri de l'agitation, la cheffe franco-brésilienne Andréa Flores a installé les tables d'Ollã dans la cour ombragée de la Vieille Charité. Les plats aux accents méditerranéens sont élaborés avec les produits du marché. Gnocchis, ceviche, burrata ou couscous de la mer se partagent volontiers. Mention spéciale pour le brunch du week-end (22 €). Plats de 17 à 22 €. De 9 h à 18 h.

2, rue de la Charité, Marseille 2e. marseilleolla.fr

JEUX D'EAU

En septembre, les parcs aquatiques retrouvent un peu de calme. Le moment idéal pour profiter à fond de Wave Island ! Entre les toboggans et gerbes d'eau à 360°, la Houba Wave, le Blue Cyclone et ses 93 m de glisse, il y a de quoi faire le plein d'adrénaline. Ā partir de 25 € la journée. Gratuit pour les enfants de moins de 1 mètre.

Accès par l'A7, sortie 23 Avignon nord, Monteux (84). waveisland.fr


WAVE ISLAND



PĒPINS

ĒCLATANT

CRĒME VERTUEUSE

Marque née près d'Avignon en 2023, Pépins fait rimer cosmétique bio avec anti-gaspi en valorisant les huiles extraites de pépins et de noyaux de fruit. Sa crème visage, formulée à partir de délaissés de prune et de framboise, nourrit et séduit par sa texture fondante. 45 € les 50 ml.

41, chemin Derrière-Saint-Jean, Bédoin (84). pepins.fr

Fin septembre, Utopia Festival offre ses (bonnes) ondes de techno, afrobeat, hard groove… De quoi se délester de tout stress en se déhanchant sur le toit-terrasse de la Friche. Près de 40 artistes et collectifs se produiront sur les trois scènes, souvent pour la première fois à Marseille. Ā partir de 28 € la soirée. ●

Les 25 et 26 septembre. Friche La Belle de Mai. 41, rue Jobin, Marseille (3e). utopiafestival.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. MAQUETTISTE : SYLVIE AGOSTINI. SECRĒTAIRES DE RĒDACTION : JULIETTE MĒREAU, FANNY JACQUET. RESPONSABLE PÔLE IMAGE : STĒPHANIE DUCHĒNE. ICONOGRAPHE : ANNE-SOPHIE DE NEVE. A COLLABORĒ Ā CE NUMĒRO : NATHANIA CAHEN. SERVICE PUB : AZERION RĒGIONS. CONTACT-AZERIONREGIONS@AZERION.COM

SAMIHJEMAI ; BICPOM_EMMANUELMOREL ; OMI STUDIO



CHÂTEAU DE LA BOURDAISIÈRE

Le magnifique château de La Bourdaisière (à Montlouis-sur-Loire) accueille le troisième volet des expositions « Leçons d'anatomie » imaginées par Deyrolle. Connue pour ses planches anatomiques et biologiques, l'institution scientifique et pédagogique a conçu « Bien bouger, bien se nourrir, bien dans sa tête » comme un parcours ludique et immersif, en liant santé, planète et biodiversité. Une visite parfaite pour toute la famille !

« Deyrolle, Leçons d'anatomie » au château de La Bourdaisière, jusqu'au 1er novembre 2026, 12 € (adulte) / Gratuit pour les moins de 5 ans. labourdaisiere.com.



MUSEE DU CINEMA D'ANIMATION

Au sein de l'ancien Haras national d'Annecy, classé monument historique depuis 2007, se trouve désormais Le Musée du cinéma d'animation qui retrace l'histoire, les techniques et la diversité de cet art. Il faut dire que la ville de Haute-Savoie chérit particulièrement le genre puisqu'elle accueille depuis 50 ans le plus grand Festival dédié au cinéma d'animation ! Au-delà de la collection permanente, « les Haras » proposent aussi des expositions éphémères. Dans le Manège, un hommage au studio Ankama dévoile ainsi tous les secrets de ces Maitres du divertissement numérique venus de Roubaix.

Exposition permanente, musée du cinéma d'animation, 9€ (adulte) / 5,50€ (enfant) / gratuit pour les moins de 3 ans. citeanimationannecy.com



THORGAL, LES VIES D'UN HÉROS

La Cité internationale de la bande dessinée à Angoulême consacre une grande exposition à Thorgal, héros emblématique du 9ème art depuis 1977. Le parcours chronologique guide novices et connaisseurs dans le mo nde créé par le polonais Grzegorz Rosinski, puis repris par d'autres auteurs. L'exposition rassemble ainsi plus de 150 pièces originales - planches, croquis et toiles -, mais aussi plus de 150 pièces imprimées, notamment celles qui ont été réalisées à la tablette, et également des objets, des figurines, etc.

« Thorgal, les vies d'un héros », à la Cité Internationale de la bande-dessinée, jusqu'au 2 mai 2027. Accès à l'exposition compris dans le prix d'entrée du musée : 10 € (adulte)/ Gratuit pour les moins de 18 ans. citebd.org

MUSÉE JACQUEMART-ANDRÉ

Le musée Jacquemart-André consacre une exposition inédite à Tintoret (1518/19-1594), figure majeure de la Renaissance vénitienne. Premier panorama complet de sa carrière présenté en France, l'exposition révèle également son influence décisive sur la peinture française du XIXe siècle. Surnommé « Tintoretto » en référence au métier de teinturier de son père, Jacomo Robusti s'impose dès les années 1540 avec des commandes prestigieuses. Synthétisant le disegno toscan de Michel-Ange et le colorito vénitien de Titien, il porte la Renaissance à son apogée. Les œuvres, issues de collections internationales, donnent à voir ses compositions singulières, entre perspectives vertigineuses et effets de lumière saisissants !

« Tintoret » au Musée Jacquemart-André, du 11 septembre 2026 au 24 janvier 2027, à partir de 10€. musee-jacquemart-andre.com



Tintoret, Suzanne et les vieillards - Vers 1555-1556, huile sur toile, 146 cm x 193.6 cm - Vienne, KunsthistorischesMuseum, Gemäldegalerie

ACTUALITÉS COMMERCIALES - ELLE.FR

azerion
Régions

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.

NEUF... NOUVEAU...

NOUVELLES



EXPOSITION « PAUL MCCARTNEY PHOTOGRAPHE, 1963-64 : EYES OF THE STORM »

En 2020, Paul McCartney redécouvre les photos qu'il a prises au début des années 1960. Ā cette époque, un groupe bientôt mythique prend son envol, parcourt l'Europe et part pour la première fois aux Ētats-Unis... La Beatlemania est née ! Le musée Granet d'Aix-en-Provence présente plus de 250 photographies de l'artiste datant de 1963 et 1964, dévoilant une période clé de l'ascension fulgurante des Beatles. Ces clichés vous plongent dans les coulisses de la première grande tournée internationale des Beatles : images de Paris, devant l'Olympia ; de New York et Central Park... mais aussi moments de détente en Floride avec des photos couleur, et entre deux concerts. L'occasion de revivre une atmosphère et une esthétique typiques des sixties...

Jusqu'au 3 janvier 2027. Musée Granet, place Saint-Jean-de-Malte, Aix-en-Provence (13). museegranet-aixenprovence.fr

RELATUM : LEE UFAN AU PALAIS DES PAPES

Le Palais des Papes accueille l'un des plus grands maîtres de l'art contemporain international. Invité par la Ville d'Avignon dans le cadre du 140e anniversaire des relations diplomatiques entre la France et la Corée, Lee Ufan (né en 1936) investit cinq espaces du monument gothique. Dans la Grande Chapelle, plus de 60 tonnes d'ardoise se déploient sur 650 m^2. Une pierre monumentale occupe la chapelle Saint-Martial, une sculpture d'acier inoxydable répond aux arcades du cloître Benoît XII, et les peintures de la série Response habitent le Grand Tinel. Une expérience sensible que l'artiste a pensée comme « un instant nous faisant sentir la respiration de l'infini ».

Relatum, Lee Ufan, du 3 juillet au 15 novembre, Palais des Papes, Avignon. Palais-des-papes.com


©David Giancatarina

Acuitis

Maison d'Optique et d'Audition

MONTURE
SPARKLE ASCOLI

ACUITIS.COM


Dior