ELLE QUÉBEC

MD

SEPTEMBRE 2026

TENDANCES AUTOMNE
LOOKS DE FEU, CHEVEUX DE RÊVE & DÉCO STYLÉE

+

LES FEMMES ONT-ELLES RAISON DE SE MÉFIER DE L'IA?

SHALLIA TWAIN
Icône éternelle



CRÉATION SUR MESURE.

Nos créations uniques sont conçues pour capturer l'essence de l'élégance et de la beauté intemporelle. Ces pièces de joialleries originales sont conçues, fabriquées et serties en boutique dans notre atelier par les artisans du Château D'Ivoire.



CHÂTEAU D'IVOIRE

DEPUIS 1978

LA PASSION DU LUXE

2020, rue de la Montagne, Montréal


ROLEX
OYSTER PERPETUAL
DATEJUST
28
SUPERLATIVE CHRONOMETER
OFFICIALLY CERTIFIED
SWISS MADE

VISER LA COURONNE

LA DATEJUST

CHÂTEAU D'IVOIRE

DEPUIS 1978

ROLEX





PANDORA

DIAMANTS CRÉÉS EN LABORATOIRE

sommaire

SEPTEMBRE 2026 N° 417

EN COUVERTURE

64 SHANIA TWAIN
Entretien avec une légende

STYLE + MODE

15 GUIDE TENDANCES
Tout ce qu'on voudra porter cet automne.

31 MANTEAU MANTEAU
On accueille le temps frais avec un blouson aviateur hypercool.

32 TENIR LE COU
Dissimuler sa gorge est devenu on ne peut plus tendance.

35 LA VIE EN ROUGE
C'est *la* couleur de la saison.

36 JUSTE POUR SOI
Bienvenue dans l'ère féministe de la lingerie.

39 SOUS INFLUENCE
Katia Hanine (alias @lapiz_of_luxury) nous dévoile ses musts mode, beauté et bouffe.

40 Ā CŒUR JOIE
Incursion dans l'univers haut en couleur (et en imprimés!) de Marimekko.

76 EN TOUTE SIMPLICITĒ
On se laisse tenter par le minimalisme.





CULTURE + SOCIÉTÉ

48 LE VENT DANS LES VOILES
Tête-à-tête avec Sinem Kara, humoriste incontournable de sa génération.

50 PHÉNOMÈNE
Les femmes sont bien plus réticentes que les hommes par rapport à l'IA. Enquête sur les causes de ce fossé.

56 C'EST MON HISTOIRE
«Ma dure réalité de femme seule en région.»

59 LES CHOIX (PAS TOUJOURS JUDICIEUX) DE SOPHIE
Sophie Fouron s'interroge sur l'inégalité des sexes au sein de l'Église.

BEAUTÉ

86 NOUVEAU LOOK
Les top tendances coiffure, maquillage et manucure de la saison.

96 LONGÉVITÉ AU FÉMININ
Les pratiques populaires de *biohacking* (bains glacés, jeûnes intermittents et compagnie) sont-elles néfastes pour les femmes?

100 C'EST LE COMBLE
On oublie l'allure gonflée à bloc. Les agents de comblement se font plus imperceptibles que jamais.

104 NATALIE PORTMAN
L'actrice se livre sur la maternité, le pouvoir du parfum et l'importance de trouver son village.

ART DE VIVRE

106 STOCKHOLM
Comment passer un séjour de rêve dans la capitale suédoise.

110 PAUSE SANTÉ
Ce complexe hôtelier à la fine pointe allie vacances au soleil et soins médicaux.

114 CHANTER LA POMME
La nouvelle génération de cidres québécois fait fureur, ici et ailleurs.

118 MON LAPIN
Pleins feux sur ce petit resto de quartier devenu star de la scène culinaire.

122 CHANGEMENT DE DÉCOR
On rafraîchit notre espace en s'inspirant des dernières tendances design.

COMME CHAQUE MOIS

13 ÉDITO

14 LES CHOIX DE JOANNA

42 RADAR

60 AGENDA

124 CARNET

127 HOROSCOPE

130 LE DERNIER MOT



Shania Twain porte un veston, un pantalon et des chaussures Saint Laurent, un soutien-gorge Eres ainsi que des boucles d'oreilles et des bagues Kotoba Jewellery.

Photographie Royal Gilbert **Stylisme** Corey Ng **Maquillage** Susana Hong (Plutino Group, avec les produits Chanel Beauté) **Coiffure** Connor Lange **Assistance à la technique** Pascal Fréchette **Assistance à la photographie** Hugh Read et Warren Hrycun **Assistance au stylisme** Kyla Akey et Evan Grundmann **Décor** Chiara Purdy **Retouches vestimentaires** Jenna Gandy **Production** Andrew McGrath **Assistance à la production** Sam Jackson. Merci au transporteur aérien KLM Royal Dutch Airlines et au Ace Hotel de Toronto pour leur soutien à la réalisation de cette séance photo.

PHOTOS: ROYAL GILBERT (S. TWAIN); SHANIA PORTE UN MANTEAU, UN JEAN ET UNE ÉPINGLETTE DRIES VAN NOTEN AINSI QUE DES BOUCLES D'OREILLES ET UNE BAGUE DEAN DAVIDSON; CÉDRIC BIHR (MANNEQUIN)

4_1198776411

ELLE QUÉBEC

Éditrice SOPHIE BANFORD
Directrice des contenus multiplateformes CYNTHIA QUELLET
Rédactrice en chef JOANNA FOX
Rédactrice en chef adjointe et cheffe de contenu beauté KATHERINE LALANCETTE
Directrice artistique SAMANTHA PUTH
Graphiste LAURENCE FONTAINE
Gestionnaire de contenu multiplateforme et de production EMMANUELLE MARTINEZ
Cheffe des contenus numériques ALEX GONTHIER

COLLABORATEURS

NOÉMIE C. ADRIEN, MACA ATENCIO, CATHERINE BEAUCHAMP, GUILLAUME BRIÈRE, VICTORIA CHRISTIE, AMAN DOSANJ, FLORENCE-AGATHE DUBÉ-MOREAU, MARIE-ÈVE DUBOIS, LAURIE DUPONT, LYNNE FAUBERT, BERNARD FITZWALTER, SOPHIE FOURON, MAROUCHKA FRANJULIEN, NOSHEEN IQBAL, CLAUDIA LAROCHELLE, EUGÉNIE LÉPINE-BLONDEAU, STÉPHANIE LESSARD, ELISABETH MASSICOLLI, CAELAN MCMICHAEL, NATALIE MICHIE, CAROLYNE PARENT, JOANIE PIETRACUPA, SOPHIE POULIOT, GUYLAINE ROBERGE, SYLVIE SAULNIER, NICOLAS TITTLEY, INGRIE WILLIAMS

VENTES PUBLICITAIRES

Vice-présidente, développement des affaires et partenariats stratégiques EMMANUELLE GIASSON
Stratèges au contenu et à la stratégie client FANNIE DOYON, CATHERINE MYRE-DESJARDINS *(intérim) et* NOÉMIE QUILLERÉ
Directrices des ventes nationales (Toronto) MARNI ARMOUR, NINA STURM *et* MARCELLE WALLACE
Directrice des ventes nationales et de la performance commerciale MARIÈVE LEMAY
Conseillère multiplateformes LAURIE SCHULZ
Coordonnatrice des ventes numériques AMÉLIE PERREAULT
Directrice des ventes, partenariats stratégiques et insight CHANTAL FERLAND
Cheffes de projets multiplateformes MARIE-LAURENCE BLAIS *et* ANICK GAUDREAULT
Gestionnaires de projets multiplateformes VICTORIA BEAUDETTE *et* DAPHNÉ CHABOT-BRILLANT
Chargée de projets junior ELENA TANONI
Gestionnaire de production imprimée FELIPE BATISTA NUNES

KO MEDIA INC.

Président groupe KO LOUIS MORISSETTE
Présidente SOPHIE BANFORD
Vice-président des finances, des opérations et des ressources humaines CHARLES-DAVID CÔTÉ
Vice-présidente, marketing et stratégie ALEXANDRA PAPINEAU
Directrice marketing et diffusion MARIE-ANDRÉE PICOTTE, NATHALIE VERREAULT *(intérim)*
Gestionnaires de projets marketing et diffusion CLAUDIA TREMBLAY *et* ALEXANDRA TOBON
Gestionnaire de projets spéciaux CHANTAL DURAND
Coordonnatrice marketing et diffusion JADE TESSIER
Contrôleure financière GENEVIÈVE NAULT
Techniciennes comptables JADE LANDRY, EMILIE LAPAN *et* PAULINA RODRIGUEZ

ELLE® est utilisée sous licence du propriétaire de la marque, Hachette Filipacchi Presse, une division de Lagardère SCA.

ELLE INTERNATIONAL

PDG CONSTANCE BENQUÉ
PDG ELLE licences internationales FRANÇOIS CORUZZI
VP/directrice internationale d'ELLE VALÉRIA BESSOLO LLOPIZ
Directrice éditoriale adjointe VIRGINIE DOLATA
Directrice mode ALEXANDRA BERNARD
Directrice de création IRIS ROMBOUTS
Coordonnatrice syndication et éditorial Amérique du Nord FAUSTINE JOIRIS DE CAUSSIN
Responsable des droits d'auteur KENZA ALLAL
Responsable base de données CÉCILE VASSEUR MORIN
Directrice marketing MORGANE ROHÉE

REGIE PUBLICITAIRE INTERNATIONALE LAGARDERE GLOBAL ADVERTISING

VP publicités internationales JULIAN DANIEL, *jdaniel@lagardere news.com*

Pour joindre la rédaction: ellequebec@ko-media.ca
Pour joindre les ventes: egiasson@ko-media.ca
Pour joindre le service à la clientèle et les abonnements: 1 844 624-8376 ou abonnement@ko-media.ca

ELLE Québec est publié 8 fois l'an par KO Média inc., 995, rue Wellington, bureau 208, Montréal (Québec) H3C 1V3, imprimé par TC Imprimeries Transcontinental, 1603, boul. De Montarville, Boucherville (Québec) J4B 5Y2, et distribué par Distributions Dynamiques, 12800, rue Brault, Mirabel (Québec) J7J 0W4. Dépôt légal: Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada, ISSN 0843-6363. L'abonnement par la poste au Canada est de 28 $, taxes en sus, pour 1 an, et le prix des exemplaires individuels est de 7,99 $, taxes en sus. La version numérique est actuellement offerte sur les applications Zinio, Apple News+, PressReader et EBSCO. Site web: ellequebec.com. Convention de la Poste-publications n° 43144516. Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada à: KO Média inc., 995, rue Wellington, bureau 208, Montréal (Québec) H3C 1V3.

vividata

Financé par le gouvernement du Canada | Canada

FSC MIXTE Papier | Pour une gestion forestière responsable FSC® C011825

Imprimé sur du papier certifié FSC® (Forest Stewardship Council®) provenant de forêts bien gérées et d'autres sources responsables.

4_1198776411

HAILEE STEINFELD

GLIMMER

LA NOUVELLE EAU DE PARFUM

Un floral ambré avec une touche gourmande.



ESTĒE LAUDER

4_119877641

Skin by Bio-Oil®



4_119877641



PHOTO: ANDRÉANNE GAUTHIER; STYLISME: VANESSA GIROUX; MISE EN BEAUTÉ: SOPHIE PARROT; SOPHIE PORTE UN CHEMISIER LOEWE, CHEZ HOLT RENFREW, ET DES BIJOUX DRAE COLLECTION ET SIMONS

Curieux, MON VIEUX!

DANS MON MÉTIER, j'ai le privilège de rencontrer des femmes et des hommes fascinants, issus de générations et d'univers aussi différents que le sont leur parcours et leurs ambitions. Et j'ai remarqué que mes gens préférés partagent le même trait: ils sont profondément curieux. Ils posent des questions. Ils lisent. Ils observent. Ils voyagent. Ils s'intéressent aux idées des autres. Ils essaient l'escalade, sortent voir des shows, cuisinent avec du zaatar, s'initient au surf à 60 ans et au tricot à 20 ans.

On nous parle beaucoup des façons de rester jeune. Les magazines et les réseaux sociaux regorgent de conseils pour entretenir notre peau, notre forme et ralentir les effets du temps. Mais d'après moi, le véritable élixir de jeunesse est ailleurs. Il est dans notre capacité à continuer de nous émerveiller, dans la soif d'apprendre encore et d'aller à la rencontre de l'autre (et de soi-même, aussi). C'est ce qui nous garde vraiment vivant. Il suffit de penser à Janette Bertrand!

À notre époque saturée d'informations, la curiosité est devenue presque contre-culturelle. Les algorithmes nous montrent ce qu'on aime déjà et confirment nos goûts bien plus qu'ils ne les élargissent. Rester curieuse exige un effort conscient – ouvrir un livre plutôt que son téléphone, écouter l'album d'un nouvel artiste, discuter avec une personne qui ne pense pas comme nous, essayer un nouveau sport, un nouveau plat ou lire un auteur dont on ne sait rien –, car la curiosité est un muscle. Et, comme tous les muscles, elle s'entretient.

C'est aussi une forme d'humilité. À mes yeux, les personnes les plus inspirantes ne sont pas celles qui prétendent avoir toutes les réponses, mais celles qui continuent de poser les meilleures questions.

C'est aussi, je crois, le rôle d'un magazine comme le ELLE. Bien sûr, on vous parle de mode, de beauté, de culture et de société. Mais on espère surtout vous donner envie d'explorer des choses que vous n'auriez peut-être pas pensé à chercher: une créatrice émergente, une activité nouvelle, un livre qui bouscule, un phénomène de société passé sous le radar, une destination inattendue ou une femme qui change les choses.

Plus que jamais, je suis convaincue que ce n'est pas notre âge qui nous définit. C'est notre désir de continuer à découvrir le monde.

Après tout, vieillir est inévitable. Cultiver notre curiosité, ça, c'est un choix. ■

Sophie Banford, *éditrice*
@sophiebanford

LES CHOIX DE JOANNA

Quoi de mieux pour la rentrée qu'un polo rayé on ne peut plus preppy?

♣ POLO, **ARITZIA** (58 $, ARITZIA.COM)



Un bracelet massif (ici réalisé en sublime résine olive) dynamise illico toute tenue.

♣ BRACELET, **MADEMOISELLE JULES** (60 $, MADEMOISELLEJULES.COM)



Impossible de se tromper avec une touche de luxe intemporel.

COLLIER, **HERMÈS** (690 $, HERMES.COM)





On se prélasse dans la lumière dorée de septembre en affichant un look cool et désinvolte grâce à ces lunettes de soleil surdimensionnées.

LUNETTES DE SOLEIL, **BA&SH** (360 $, BA-SH.COM)



C'est la parfaite jupe d'entre-saison: assez courte pour profiter au max des derniers rayons, mais coupée dans un tissu épais aux tons profonds pour accueillir l'automne.

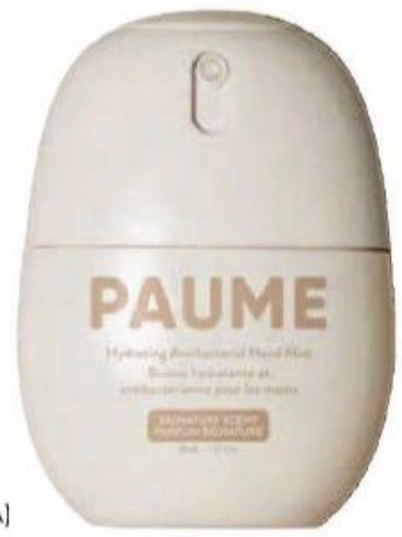
JUPE, **VERONICA BEARD** (348 $, VERONICABEARD.CA)





Cette brume antibactérienne au doux parfum nous suit dans nos journées les plus chargées, gardant nos menottes propres et hydratées en tout temps.

♣ BRUME HYDRANTE ET ANTIBACTERIENNE POUR LES MAINS, DE **PAUME** (16 $, MYPAUME.CA)



Grande rentrée

Alors que l'été touche à sa fin, notre rédactrice en chef, Joanna Fox, révèle ses trouvailles qui nous aideront à nous sentir prête pour la nouvelle saison.



Difficile de battre un jean foncé à jambes larges en matière de polyvalence. Il se porte aussi bien de manière habillée que décontractée.

JEAN, **COS** (169 $, COS.COM)

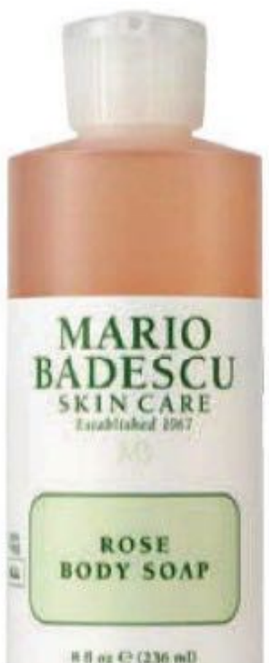
Pas besoin d'abandonner le confort pour être élégante avec cette robe ample hyperstylée.

ROBE, **THE FRANKIE SHOP** (185 $, THEFRANKIESHOP.COM)



Voilà un sac conçu pour une femme qui peut tout faire.

♣ SAC, **WEARSHOP** (490 $, WEARSHOP.CA)



Ce gel douche qui sent bon la rose nous donnera l'impression d'être dans un jardin en fleurs bien après la chute des derniers pétales.

SAVON POUR LE CORPS À LA ROSE, DE **MARIO BADESCU** (11 $, PHARMAPRIX.CA)

C'est officiel: les chaussures à bout carré ont la cote en ce moment.

CHAUSSURES, **LEMAIRE** (1250 $, LEMAIRE.FR)



PHOTO: ANDRÉANNE GAUTHIER (J. FOX); MAQUILLAGE: SOPHIE PARROT; JOANNA PORTE UNE BLOUSE DE SILK LAUNDRY, UNE PAIRE DE BOUCLES D'OREILLES DE MEJURI ET UN COLLIER DE DEUX LIONS.

À la une

Automne-hiver 2026-2027

La mode ne se résume pas au simple fait de s'habiller. C'est aussi un puissant moyen d'expression. Pour la saison automne-hiver 2026-2027, le message est clair: il est temps de prendre sa place et de l'assumer pleinement. La force et la sensualité coexistent avec aisance, le minimalisme côtoie une audace assumée, et le passé nourrit le présent d'une vision à la fois familière, rassurante et inédite.

Texte JOANNA FOX
Adaptation MAROUCHKA FRANJULIEN

GUIDE TENDANCES

PHOTO: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

CELINE



CALVIN KLEIN



FENDI



GIVENCHY



EMILIA WICKSTEAD



SAINT LAURENT



LANVIN



CHRISTIAN DIOR

Le complet 2.0

Etant donné la modernité dont fait toujours preuve Le Smoking (un tailleur pour femmes inspiré du complet masculin), d'Yves Saint Laurent, il est remarquable de constater que ce modèle iconique a 60 ans cette année. Anthony Vaccarello, le directeur artistique de la maison, en mesure toute l'importance et en propose plusieurs versions dans sa collection automne-hiver. Même si ce tailleur est encore aujourd'hui pleinement célébré, son irrévérence n'a pas toujours fait l'unanimité. En 1968, la mondaine Nan Kempner se voit refuser l'entrée d'un restaurant new-yorkais parce qu'elle ose le porter. Ne faisant ni une ni deux, elle décide d'enlever le bas et de dîner jambes nues. Certes, la vue d'une femme en pantalon ne suscite plus l'indignation, mais le port d'un smoking conserve une dimension subversive, notamment au cours d'événements où la robe est de rigueur. Quelle qu'en soit l'occasion, l'autorité qui se dégage d'un nœud de cravate, d'une silhouette structurée, aux épaules marquées, et de mains glissées nonchalamment dans les poches d'un pantalon a quelque chose d'irrésistible.



MCQUEEN



DOLCE&GABBANA



DRIES VAN NOTEN



FENDI

PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

Boucler la BOUCLE

Moins sage, plus sensationnelle, la nouvelle génération de nœuds structurés et surdimensionnés – ceux de Loewe notamment – en met plein la vue.

CAROLINA HERRERA

OTTOLINGER

GIVENCHY

ERMANNO SCERVINO

CARO EDITIONS

SANDY LIANG

LOEWE

GIVENCHY

SIMONE ROCHA

KHAITE

Alerte ROUGE

Se fondre dans la masse? Non merci. Sur les passerelles, le rouge se décline dans toute sa splendeur: vermeil chez Proenza Schouler, bourgogne chez Hermès, rubis chez Acne Studios et dans une somptueuse teinte cerise chez Ferragamo. Il n'y a plus qu'à choisir sa nuance de prédilection.

ALAÏA
ALAINPAUL
LANVIN
LACOSTE
BLUMARINE
FERRAGAMO
HERMÈS
MITHRIDATE
CAROLINA HERRERA
AKRIS
LOEWE
CARVEN
ISABEL MARANT
VALENTINO
CHLOÉ
MICHAEL KORS
ALBERTA FERRETTI
TIME
DIOTIMA
CAROLINA HERRERA
CALVIN KLEIN
CHANEL

PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

SPORTMAX

TOD'S

CHRISTIAN DIOR

ZIMMERMANN

JEAN PAUL GAULTIER

CHANEL

CARVEN

COACH

Pied CARRÉ

Déjà incontournable la saison passée, la chaussure à bout carré persiste et signe. Il n'y a qu'à voir les flâneurs décalés de Zimmermann, les souliers de danse de Jean Paul Gaultier, les sandales chics de Dior et les sublimes escarpins à bride arrière de Chloé.

Élève MODÈLE

Que se passe-t-il lorsque la sage première de classe rencontre le rebelle de l'école? On obtient un look scolaire revisité hypertendance. Il suffit d'insuffler une pointe de désordre à des pièces preppy comme les jupes plissées d'Emporio Armani, les pulls de cricket de Conner Ives et les vestes universitaires de Dries Van Noten.

TOGA

CONNER IVES

DRIES VAN NOTEN

EMPORIO ARMANI

ZIMMERMANN

Faire dans la DENTELLE

Raffinée et près du corps chez Saint Laurent et Gucci, joueuse et aérienne chez Givenchy et Chloé, la dentelle se prête à toutes vos envies, que vous l'aimiez sophistiquée ou suggestive.

GIVENCHY

ERMANNO SCERVINO

ROBERTO CAVALLI

ULLA JOHNSON

ALEXANDER MCQUEEN

PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

ZIMMERMANN

SAINT LAURENT

DOLCE&GABBANA

CHLOE

BLUMARINE



Matière GRISE

L'hiver exige des matières robustes, capables de résister à l'épreuve des éléments. Dans notre ligne de mire: les tweeds de Tom Ford, les laines fluides de Max Mara et les mailles épaisses de Carven. Pour alléger la silhouette, on mise sur le gris de la tête aux pieds – subtilement décliné dans diverses nuances pour apporter une touche contemporaine. Une option plus douce que les noirs et les bruns habituels.

PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT



Comme un GANT

Rien n'est plus glamour et distingué qu'un gant qui monte jusqu'au coude. La preuve.

HUI

ERMANNO SCERVINO

MICHAEL KORS



ZIMMERMANN

Pièce PHARE

La jupe vole la vedette. Alaïa l'a présentée en couches fluides, Michael Kors dans de généreux drapés et Valentino dans des proportions impressionnantes. A retenir: plus sa silhouette est saisissante, mieux c'est.



SPORTMAX

JEAN PAUL GAULTIER

BALENCIAGA

TORY BURCH

RALPH LAUREN

PORT *de tête*

Qu'il effleure le menton chez Chanel ou qu'il recouvre presque la bouche chez Balenciaga, le blouson à col cheminée s'impose comme l'un des *musts* de la saison.

ZIMMERMANN

DRIES VAN NOTEN

ULLA JOHNSON

MARNI

Profil BAS

Contrebalancez l'élégance d'un escarpin pointu en l'associant à des chaussettes côtelées qui glissent sur la cheville.

PRADA

ETRO

TOUR *de taille*

En réinterprétant l'iconique veste Bar, de Dior, le directeur artistique de la marque, Jonathan Anderson, a lancé la renaissance de la silhouette péplum. Celle-ci s'affirme avec aplomb, en version sculpturale, chez Stella McCartney, Cecilie Bahnsen et McQueen.

CHRISTIAN DIOR

TOLU COKER

STELLA MCCARTNEY

ROMEO HUNTE


BOTTEGA VENETA


MISSONI


GIORGIO ARMANI


MARIE ADAM-LEENAERDT

Cocon de DOUCEUR

Lorsque le monde semble particulièrement sombre, misez sur des superpositions enveloppantes, des proportions généreuses et des matières duveteuses et confortables, façon Bottega Veneta, Chloé et Giorgio Armani.


PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

UMA WANG


SPORTMAX


CHLOE


ACT N°1

ÉCHO *vintage*

De la dentelle et des carreaux chez Rabanne, du cuir associé à des chemisiers graphiques chez Marni, des vestes raccourcies chez Acne Studios ou surdimensionnées chez Chloé... Dans ce joyeux mélange détonnant de références rétro, tous les coups sont permis.

CHRISTIAN DIOR

LACOSTE

ANDREAS KRONTHALER FOR VIVIENNE WESTWOOD

SANDY LIANG

STELLA MCCARTNEY

MARNI

CHANEL

RABANNE

MARIE ADAM-LEENAERDT

ERDEM

CHLOÉ

PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT



CARVEN

COU *franc*

Troquez les chaînes délicates contre d'imposants ras-de-cous, signe distinctif du style des années 1980.



ALAÏA

Jeu de JAMBES

Si on adhère à la théorie selon laquelle la longueur des jupes varie en fonction du climat économique, les modèles asymétriques ou fendus aperçus chez Alaïa, Jil Sander et Fendi témoignent d'une période mouvementée… ou simplement d'une envie d'arborer une allure sexy et ludique.



Éducation PHYSIQUE

Cette année, le premier marathon couru en moins de deux heures a été enregistré. Vous préférez l'esthétisme à l'athlétisme? Misez sur des silhouettes signées Willy Chavarria, Simone Rocha, Off-White et Ottolinger.



JIL SANDER



ULLA JOHNSON



CHLOÉ



SIRIVANNAVARI



ZIMMERMANN



TOGA



STELLA MCCARTNEY



ISABEL MARANT



PATBO

OFF-WHITE



LOEWE

PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT



PROENZA SCHOULER



EMPORIO ARMANI



CHANEL



VIVETTA



AMI AMALIA



BOTTEGA VENETA



DIESEL



FERRAGAMO

DANS *les profondeurs*

Une vague de bleus a déferlé sur les passerelles: encre chez Ferragamo, indigo chez Gucci, céruléen chez Mugler et électrique chez Bottega Veneta.

Éclat DORÉ

Les broderies intriquées de Miu Miu, les brocarts lustrés de Givenchy et les franges scintillantes d'Erdem instaurent un esprit d'opulence rappelant à la fois le style rococo et l'esthétique des années 1980, avec une fraîcheur résolue.

MIU MIU
ERDEM
ERMANNO SCERVINO
CHRISTIAN DIOR
ETRO
MISSONI
FERRAGAMO
GIVENCHY
GUCCI

PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT



ANINE BING (590 $, ANINEBING.COM)



THE FRANKIE SHOP (609 $, THEFRANKIESHOP.COM)



RW&CO (100 $, RW-CO.COM)



LA CANADIENNE (895 $, LACANADIENNESHOES.COM)



BA&SH (388 $, BA-SH.COM)

ENTRE-DEUX

Présenté dans toutes les déclinaisons possibles, le blouson aviateur s'impose comme le manteau de mi-saison par excellence cette année.



REFORMATION X UMBRO (398 $, THEREFORMATION.COM)



ZARA (90 $, ZARA.COM)



MANGO (200 $, SHOP.MANGO.COM)



KANUK (290 $, KANUK.COM)



H&M (85 $, HM.COM)

STYLISME: JOANNA FOX

Jusqu'au COU

ERDEM

Les cols sont associés à de nombreux codes, tantôt sexualisés, tantôt romantiques, voire spirituels. Chose certaine, ils ne laissent pas indifférent, et ça explique peut-être pourquoi ils sont omniprésents aujourd'hui.

Texte NATALIE MICHIE
Adaptation ELISABETH MASSICOLLI

L'UNE DE MES AMIES a récemment consulté une voyante qui lui a donné, pour traverser une passe difficile, une consigne vestimentaire très précise. Durant cette période de grande vulnérabilité, elle ne devait porter que des vêtements qui couvraient son cou.

De prime abord, ce conseil lui a paru saugrenu, mais d'un point de vue psychologique, il est tout à fait logique. «Le cou est probablement la partie du corps la plus vulnérable», dit Lixia Yang, professeure de psychologie spécialisée en culture à l'Université métropolitaine de Toronto. «Il protège des structures vitales et sert de pont entre les besoins physiques de notre corps et notre puissance intellectuelle.» Dans l'histoire de la mode, on a souvent été obsédés par les vêtements qui camouflent ou accentuent d'une manière ou d'une autre la gorge. Lorsqu'elle est recouverte de tissu, on est en quelque sorte à l'abri du monde extérieur. Comme l'a expliqué la voyante à mon amie, en période d'instabilité, mieux vaut garder cette zone dissimulée. Cette saison, c'est exactement ce qu'ont fait les designers.

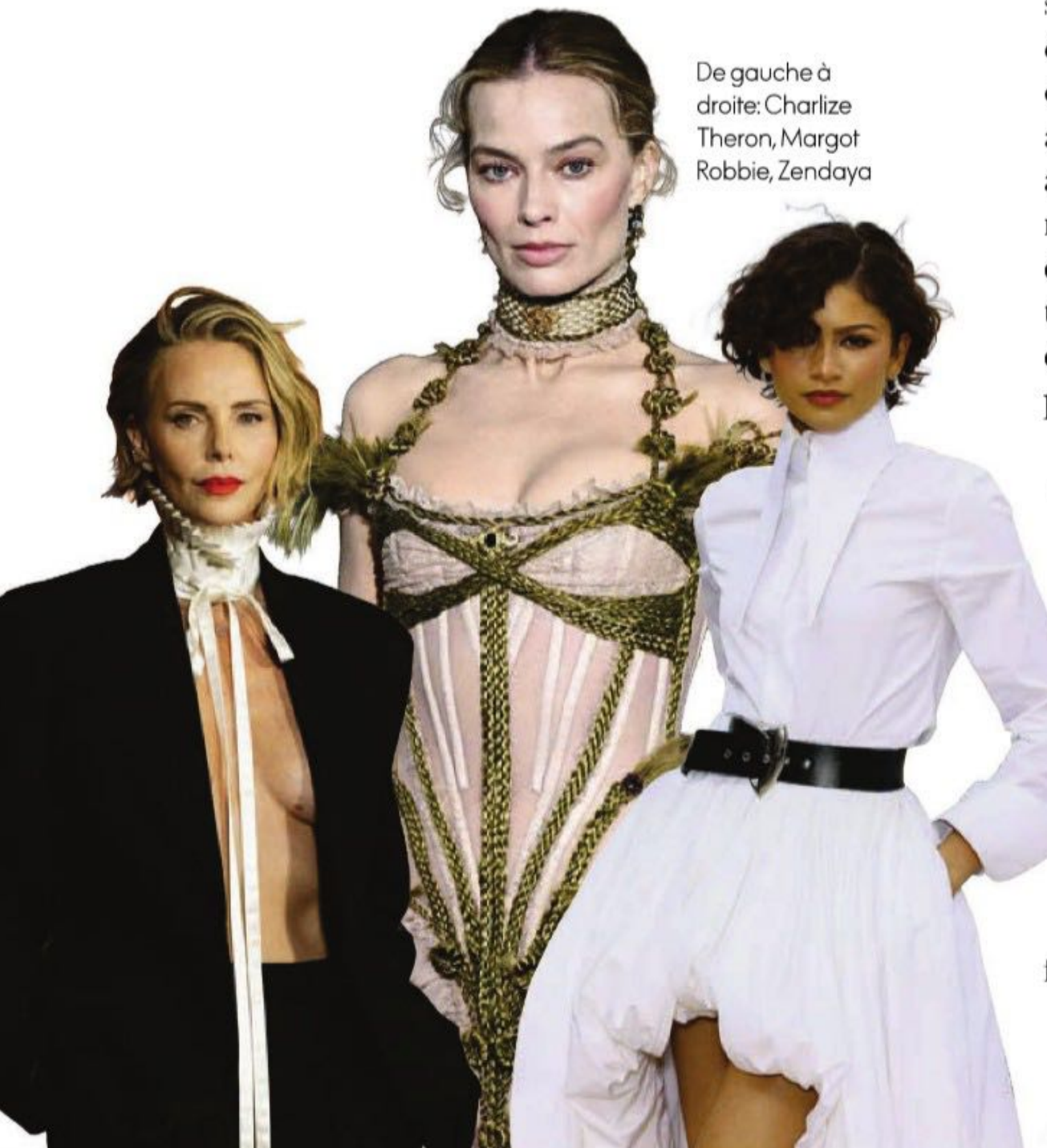
Sur les passerelles automne-hiver 2026-2027, les cols hauts reflétaient les angoisses de notre ère. Chez Collina Strada, des gorgerins rigides (pièces d'armure médiévales pour la gorge) faisaient office de boucliers. La collection de cette marque, intitulée The World Is a Vampire, comparait les vêtements à «un sanctuaire que l'on se forge soi-même», notamment en choisissant des tissus froncés qui préviendraient une proverbiale morsure. Chez Christian Siriano, les mannequins ont défilé avec leurs cheveux coiffés en colliers ras de cou, comme si elles se protégeaient à l'aide de leurs propres mèches. Les notes du défilé mentionnaient d'ailleurs notre besoin de fuir les difficultés du quotidien. Courrèges a aussi fait de l'instinct de survie un thème majeur de sa collection minimaliste, conçue pour les *it-girls* en mouvement. Presque toutes les tenues présentaient des cols hauts qui enserraient les cheveux des mannequins. Le message des passerelles était clair: cacher la gorge est on ne peut plus tendance. Mais pourquoi? ➤



PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

Depuis toujours, la mode met l'accent sur différentes parties du corps pour des raisons qui sont culturellement pertinentes. Les épaules imposantes, par exemple, nous permettent de dominer une salle de réunion, et les hanches exagérées annoncent notre désir de prendre de la place. Le cou, cependant, dégage une énergie plus complexe. «Quand votre cou est enveloppé de tissu, vous êtes contraint d'adopter une posture particulière, fait remarquer Lixia Yang. Vos mouvements sont restreints, et vous ne pouvez pas physiquement baisser la tête.» Il en résulte une position droite et stoïque, qui oblige à regarder les autres droit dans les yeux. On ne peut pas nous faire ployer en signe de soumission. Le fait de porter un col jusqu'au menton revêt un caractère presque défensif.

Ce n'est pas un phénomène nouveau, comme le note Serena Dyer, professeure agrégée d'histoire de la mode à l'Université De Montfort, à Leicester, au Royaume-Uni. Elle donne en exemple la collerette, un col popularisé par l'aristocratie européenne, comme l'une des premières manifestations de cette tendance. «La collerette est apparue pour la première fois sous forme de volant à l'encolure des blouses et des chemises au 16e siècle», dit-elle. Ces vêtements soignés, d'abord confectionnés en lin blanc, symbolisaient la propreté, la richesse et la moralité. Au fil des siècles, ils ont pris des sens nouveaux, affirme l'experte. Au début du 19e siècle, les collerettes s'inscrivaient dans le mouvement gothique, une esthétique rebelle axée sur le romantisme. Dans les années 1970 et 1980, les encolures relevées ont pris une signification plus conservatrice, en contrastant avec les silhouettes décomplexées du mouvement punk et de l'ère disco.



De gauche à droite: Charlize Theron, Margot Robbie, Zendaya

«QUAND VOTRE COU EST ENVELOPPÉ DE TISSU, VOUS ÊTES CONTRAINT D'ADOPTER UNE POSTURE PARTICULIÈRE. VOS MOUVEMENTS SONT RESTREINTS, ET VOUS NE POUVEZ PAS PHYSIQUEMENT BAISSER LA TÊTE.»

—LIXIA YANG

En 2026, les cols sont toujours aussi évocateurs. Chez Erdem, les collerettes vaporeuses étaient vaguement inspirées des silhouettes victoriennes, auxquelles on a apporté une touche ludique grâce à des bords effilochés et des drapés asymétriques. Chez Fendi, des cols impeccablement repassés flottaient sur la peau nue des mannequins en superbes robes de soirée. De son côté, Marc Jacobs a présenté des proportions caricaturales: des écharpes en laine entouraient le cou des mannequins et étaient assorties à des pulls figés dans un perpétuel haussement d'épaules.

Sur les tapis rouges, cette tendance a pris une tournure sensuelle. Pendant la tournée promotionnelle de son film *Apex*, Charlize Theron a enfilé une collerette élisabéthaine signée Dior et un veston, mais pas de chemisier – un look princier et provocant. Lors du défilé automne-hiver 2026-2027 de Louis Vuitton, Zendaya a choisi une minirobe à col haut dont les pointes acérées descendaient jusqu'à sa poitrine. À la première de *Wuthering Heights*, Margot Robbie a fait tourner les têtes dans une robe corset signée Dilara Findikoglu. La créatrice avait également conçu un ornement tressé à partir de cheveux que l'actrice arborait au cou.

Au vu des événements de ces dernières années, on comprend aisément pourquoi le col s'impose dans la conscience collective. «Nous avons été témoins d'une pandémie, de guerres, de crises économiques, de l'essor de l'IA; bref, d'une vague d'incertitudes, rappelle Lixia Yang. Au milieu de ce chaos anxiogène, on souhaite reprendre la maîtrise de nos vies.» Les cols sont synonymes de structure, d'autonomie et d'ordre. Et même s'il vaut probablement mieux ne pas se fier uniquement aux voyantes pour prendre des décisions vestimentaires, porter une collerette une fois de temps en temps ne peut certainement pas faire de mal. ■

PHOTOS: GETTY IMAGES

SAC, **SEZANE** (345 $, SEZANE.COM)



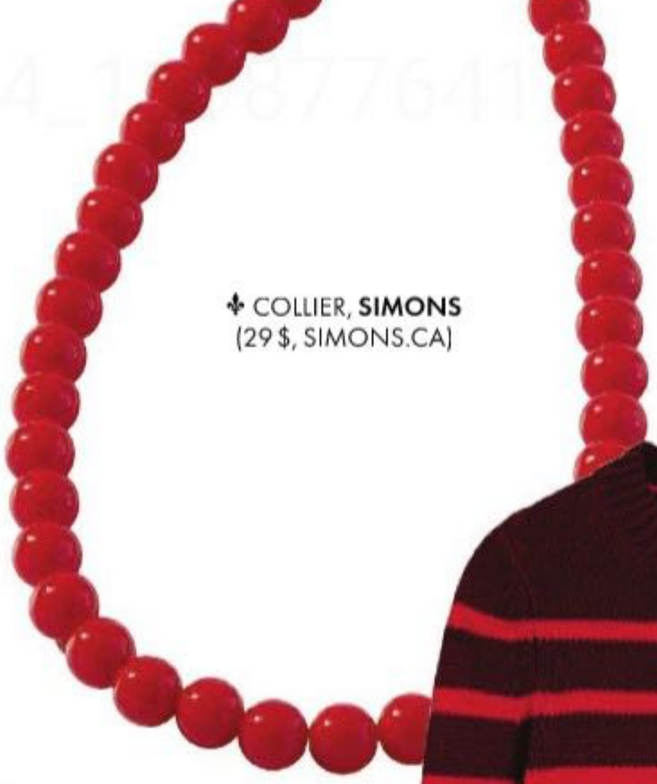
MANTEAU, **TOTEME** (1218 $, TOTEME.COM)





♣ CHAUSSURES, **MAGUIRE** (265 $, MAGUIRESHOES.COM)

♣ COLLIER, **SIMONS** (29 $, SIMONS.CA)



PULL, **BODEN** (137 $, GLOBAL.BODEN.COM)



PANTALON, **LESET** (415 $, LESET.COM)



On voit ROUGE

C'est *la* couleur de l'automne! On l'ose de la tête aux pieds ou on en pimente notre look à l'aide de touches punchées.

VERNIS A ONGLES LES MAINS HERMES (ROUGE AMAZONE), D'**HERMES** (67 $, HERMES.COM)





FOULARD, **BANANA REPUBLIC** (50 $, BANANAREPUBLIC.GAPCANADA.CA)



♣ GANTS, **LAMARQUE** (98 $, LAMARQUECOLLECTION.COM)



ROUGE A LEVRES ROUGE DIOR (999), DE **DIOR** (65 $, DIOR.COM)



LUNETTES DE SOLEIL, **A$AP ROCKY X RAY-BAN** (251 $, RAY-BAN.COM)

STYLISME: JOANNA FOX

DOUX DESSOUS

L'industrie de la lingerie s'émancipe (enfin!) du regard masculin et entre dans une nouvelle ère.

Texte CAELAN MCMICHAEL *Adaptation* ELISABETH MASSICOLLI

JE ME SOUVIENS de la première fois que j'ai acheté de la lingerie. J'avais 24 ans, et c'était un cadeau pour mon copain, qui vivait à Londres et qui me rendait visite à Toronto. J'ai choisi un ensemble en dentelle noire, de La Senza ou de Victoria's Secret, composé d'un soutien-gorge rigide et rembourré (promettant une taille de bonnet supplémentaire), et d'un string taille haute. En magasinant, je me souviens de m'être dit que rien ne me correspondait: il y avait trop de paillettes, des bretelles inconfortables, de la dentelle de mauvaise qualité qui grattait ma peau. Dans la cabine d'essayage, j'observais mon corps sous tous les angles, me sentant déguisée.

J'ai dépensé 100 $ et, le reçu en main, j'ai ressenti un malaise. Au fond de moi, je savais que ces pièces étaient conçues pour être regardées, pas pour être portées. Je me disais que ce premier ensemble de lingerie était un rite de passage, comme une incarnation de la féminité dans laquelle je pensais devoir me glisser. Pourtant, au lieu d'être impatiente de montrer mes nouvelles pièces à mon copain, je me sentais un peu honteuse, comme si j'étais tombée dans un piège.

J'ai mis cet ensemble une fois, et, depuis, il dort au fond de mon tiroir à sous-vêtements, enfoui sous les pièces que je porte réellement. Il s'avère que mon malaise était partagé par de nombreuses femmes de ma génération. À preuve, depuis peu, la lingerie a pris un nouveau tournant.

Adieu, les pièces contraignantes et vouées à être exhibées. Une panoplie de marques ont commencé à redéfinir le genre en proposant des pièces pensées pour plaire d'abord et avant tout à celles qui les portent. Cette nouvelle façon de créer la lingerie place l'expérience des consommatrices au premier plan plutôt que le regard que posent les hommes sur elles. «J'ai toujours eu l'impression qu'en tant que femmes, nous devions choisir entre quelque chose de sexy, mais inconfortable, ou quelque chose de pratique, mais peu inspirant», explique Rose Colcord, fondatrice et directrice artistique de **COU COU INTIMATES** (1). Il n'y avait pas vraiment de juste milieu.» En lançant sa gamme (plébiscitée par Sabrina Carpenter, Hailey Bieber et Zoë Kravitz), l'entrepreneure souhaitait combler cette lacune sur le marché. Elle propose aujourd'hui des dessous à la fois jolis et faciles à porter. ➤

PHOTO: GRACIEUSETÉ DE COU COU INTIMATES



Dans les boutiques de lingerie traditionnelle, on projette souvent des images de femmes qui seraient approuvées par Hugh Hefner: ultra-retouchées et provocantes. «Ces images ne correspondent pas à ce que les dessous représentent pour moi», dit Hattie Tennant. C'est précisément ce qui l'a convaincue de fonder son label, **FRUITY BOOTY** (2). Elle explique que, pour beaucoup de gens, la lingerie est explicitement associée au sexe, alors que, pour elle, elle est liée avant tout à la mode. D'ailleurs, dans les séances photo de Fruity Booty, elle ne met jamais ses pièces de l'avant dans un décor de chambre à coucher, histoire de briser les codes habituels de la lingerie.

«La lingerie est devenue quelque chose qu'on choisit pour soi-même plutôt qu'un objet défini par des attentes extérieures», explique Georgia Larsen, fondatrice de la marque de lingerie londonienne **DORA LARSEN** (3). Cette façon de penser a une résonance, et les griffes les plus en vogue s'éloignent des images destinées au regard masculin et se concentrent sur l'expression de soi, l'émancipation et l'individualité.

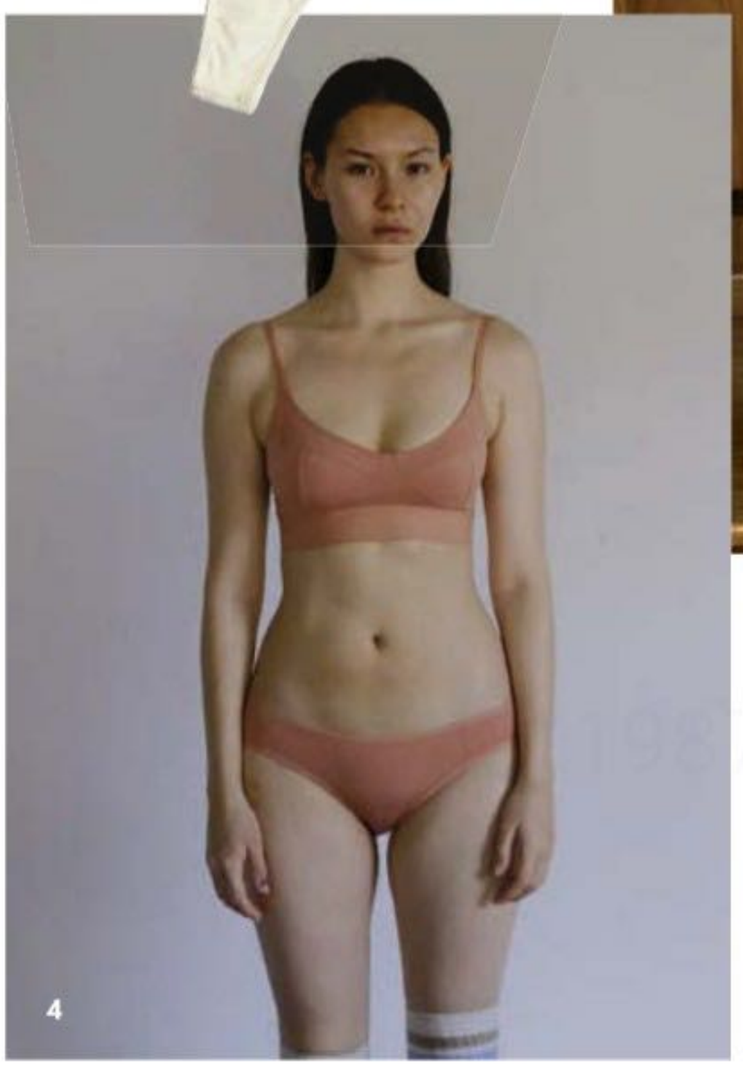
L'industrie de la lingerie a toujours été dominée par les hommes – ce sont eux qui dirigent le domaine et ses grands acteurs. Les collections émergentes changent d'approche, la lingerie étant créée délibérément pour les femmes, par des femmes. «En général, il est assez facile de savoir qu'un produit n'a pas été imaginé par des femmes, affirme Rose Colcord. On m'a déjà dit que de nombreuses marques de lingerie s'adressaient en réalité aux hommes qui achètent des dessous pour les femmes, ce qui me semblait tellement rétrograde.»

L'équipe de **BASERANGE** (4), cofondée par Blandine Legait, travaille depuis longtemps avec de petites usines à travers l'Europe, toutes dirigées par des femmes. En 2012, elle a lancé sa première ligne de sous-vêtements «seconde peau», un hybride entre lingerie et vêtements de sport, dont les pièces étaient élaborées pour épouser les formes du corps. «Il s'agit de dessous qu'on porte pour soi-même, au quotidien, et dans lesquels on se sent à l'aise, explique la cofondatrice. Nous voulions sortir des images commerciales pour proposer quelque chose de plus doux, toujours avec un regard bienveillant et ancré dans l'autocompassion.»

Grâce au travail de labels comme Baserange, Dora Larsen et Fruity Booty, le monde de la lingerie devient de plus en plus accueillant plutôt qu'intimidant. Lorsqu'on magasine des dessous, on trouve maintenant des pièces qui nous accordent une pleine liberté de mouvement et qui, surtout, nous font nous sentir bien. «Les femmes accordent désormais beaucoup d'importance à leur expérience corporelle; elles choisissent des pièces qui correspondent davantage à qui elles sont plutôt que quelque chose de purement théâtral», dit Rose Colcord.

Blandine Legait résume ainsi la tendance: «On ne rejette pas la sensualité, mais on lui donne une orientation différente.» Sur le marché, on peut maintenant choisir des pièces qui nous accompagnent dans la vie de tous les jours, qui ne nous demandent pas de personnifier quelqu'un d'autre. Aujourd'hui, je porte avec bonheur mon ensemble de lingerie Cou Cou rose pâle – pour mon propre regard, mon propre plaisir. Et *ça*, c'est sexy! ■


2


4


3

PHOTOS: GRACIEUSETÉ DE FRUITY BOOTY, DE DORA LARSEN ET DE BASERANGE

SOUS INFLUENCE

Katia Hanine

Tête-à-tête avec @lapiz_of_luxury, créatrice de contenu montréalaise, maman de deux enfants et grande amoureuse de la couleur.

Texte KATHERINE LALANCETTE

1

LA PIECE QUI TE FAIT DE L'ŒIL EN CE MOMENT?

Je voudrais bien un sac à imprimé peau de zèbre ou de serpent.



2

TES CONSEILS MODE POUR ÉGAYER LE TEMPS GRIS?

Pour les quatre saisons, ce qui me rend le plus heureuse, c'est de jouer avec la couleur. Ça peut être autant avec des vêtements que simplement avec des accessoires comme un sac ou des chaussures au ton vif. Sur Instagram, ma communauté m'a d'ailleurs surnommée la reine de la couleur!



3

LA PERSONNE AVEC LAQUELLE TU ÉCHANGERAIS TA GARDE-ROBE?

Je reviens d'un voyage en Sicile, où je suis tombée amoureuse du style impeccable et éclatant des femmes italiennes dans la soixantaine et au-delà. J'aime aussi beaucoup les looks de [la personnalité de télévision] Morgan Stewart, car elle adore s'amuser avec la mode et incorporer plein de couleurs dans ses tenues.



4

CE QUE BEAUCOUP IGNORENT À TON SUJET?

Un fait qui surprend toujours les gens est que j'étais enseignante de biologie au cégep. J'ai un gros côté scientifique qui est souvent caché.



5

TON SAMEDI IDEAL?

Une journée en mode solo à la maison à regarder des émissions de téléréalité (je suis une giga «Bravo girlie») et à me commander un de mes plats favoris.

6

TES TENDANCES AUTOMNE-HIVER PRÉFÉRÉES?

Tout ce qui est imprimé animal, sherpa et [fausse] fourrure. Selon moi, ce ne sont pas des tendances passagères, mais plutôt des pièces que je peux garder dans ma garde-robe et transmettre un jour à ma fille!



7

TON REPAS RECONFORTANT PAR EXCELLENCE?

Je suis une grande *foodie*, mais les mets qui m'apportent le plus de réconfort sont souvent les plus simples, comme un bon bol de pâtes au beurre ou un bagel tartiné de fromage à la crème.

8

TES INDISPENSABLES BEAUTE?



L'Eau de beauté, de Caudalie, que j'ai commencé à utiliser à 19 ans après avoir lu que Victoria Beckham en était fan. Le Sublimateur d'éclat Lumi Glotion True Match, de L'Oréal Paris, que je mélange avec mon écran solaire. Le Sérum autobronzant, de Garnier, que j'ajoute à ma crème de jour. L'Huile de douche Amande sublime, de L'Occitane en Provence, et le Sérum Advanced Night Repair, d'Estée Lauder.

9

TA BOISSON AUTOMNALE DE PRÉDILECTION?

J'adore siroter un bon thé marocain (j'ai un parti pris, car je suis moitié marocaine.); c'est tellement réconfortant!



10

TES DESTINATIONS VOYAGE FAVORITES?



C'est difficile de choisir, car j'ai la piqûre du voyage et, maintenant que j'ai deux enfants, j'adore avoir deux petits amis à qui faire découvrir les différents coins du monde. Cela dit, je pourrais passer des mois dans les îles grecques ou sur la côte italienne, en raison de leurs plages et de leur cuisine exquise. Je rêve aussi d'emmener mes enfants dans un safari en Afrique!

PHOTOS: GRACIEUSETÉ DE KATIA HANINE (PHOTO PRINCIPALE), INSTAGRAM (MORGAN STEWART), LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT (DÉFILÉ) ET ADOBE STOCK (THÉ, GRÈCE ET ERLENMEYER)



Défilé printemps-été 2026

HYMNE À LA JOIE

Depuis les années 1950, la griffe finlandaise Marimekko, reconnaissable à ses imprimés colorés qui s'affirment sans complexe sur des silhouettes épurées, incarne l'essence de ce pays nordique.

Texte MAROUCHKA FRANJULIEN

CHAQUE ANNÉE, au mois de mai, le défilé Marimekko investit le parc de l'Esplanade, dans le centre d'Helsinki, la capitale de la Finlande. Depuis son lancement en 1992, cet événement à ciel ouvert, qui attire les locaux par milliers, annonce officieusement l'arrivée de l'été. Le *show* fait partie intégrante de l'identité de la ville, tout comme Marimekko est indissociable de l'identité nationale. L'attachement envers la griffe est puissant et authentique.

Dans ce pays, où l'hiver éreintant assombrit les jours durant plusieurs mois, cette marque colorée est porteuse d'espoir. Ses imprimés ludiques rayonnent et ravissent depuis 1951. C'est cette année-là qu'Armi Ratia a confectionné la première robe Marimekko et fondé dans la foulée, avec son mari, Viljo, ce qui allait devenir un empire *lifestyle*. Depuis, la joie est l'essence même de la griffe. C'est cependant une euphorie mesurée, une exaltation au service d'une vision pragmatique. Audacieux et colorés, les imprimés prennent d'assaut des vêtements aux coupes minimalistes, imaginés pour la vie de tous les jours.

Depuis sa création, l'entreprise de mode et de design a réussi à s'infiltrer dans chaque facette du quotidien des Finlandais et à s'immiscer dans leur garde-robe comme dans leurs intérieurs grâce à une collection d'objets, de

vaisselle, de tapis et de linge pour la maison. En tête: le célèbre motif Unikko (*coquelicot*, en finlandais), créé par Maija Isola, la toute première créatrice textile de Marimekko, engagée par l'entreprise à l'âge de 22 ans. En 1964, Maija dessine ces fleurs géantes aux contours naïfs et aux pétales généreux. Parmi les 3500 imprimés ou presque qui ont vu le jour depuis les années 1950, Unikko continue de s'épanouir à chaque collection. Pourquoi ce motif a-t-il autant de retentissement? «Les fleurs suscitent une émotion, c'est universel», dit Rebekka Bay, directrice créative de Marimekko depuis 2020. «Unikko est une fleur au sens propre, mais le dessin évoque aussi l'idée d'une fleur. Il y a quelque chose de très intéressant dans cette dualité entre le concret et le concept. Chacun peut interpréter l'imprimé comme il l'entend.»

Dans l'usine de Marimekko, contiguë au siège social de l'entreprise, à Helsinki, Unikko – comme d'autres motifs – fleurit sur les toiles de coton et de lin. Chaque année, un million de mètres de tissus sont imprimés ici, puis envoyés dans diverses manufactures chargées de la fabrication des vêtements, des accessoires et d'autres articles textiles. Depuis 1973, le processus d'impression est mécanisé. Autrefois, il était fait à la main. Il arrive encore aujourd'hui que les machines fassent défaut et que les couleurs se chevauchent. Ces bavures pourraient facilement être rectifiées, mais la griffe accueille les imperfections avec bienveillance (du moins, jusqu'à un certain point). L'erreur, après tout, est humaine et, derrière ces motifs, c'est la main et le talent de l'artiste qui s'expriment. «On collabore régulièrement avec un vaste réseau de créateurs, explique Rebekka Bay. Certains d'entre eux travaillent avec nous depuis deux, trois, voire quatre, décennies.» La marque a aussi plusieurs programmes en cours pour intégrer de nouveaux artistes à sa communauté. Sa résidence, qui est à la fois éducative, collaborative et innovante, encourage la création d'œuvres textiles pour le simple plaisir de créer, avant de décider de leur possible commercialisation. «On invite les artistes à participer activement au processus d'impression, main dans la main avec nos équipes, mais ils travaillent également dans leur propre atelier, précise Rebekka Bay. C'est un dialogue constant.»

«Marimekko a toujours évolué au carrefour de l'art, du design, de la mode et, surtout, de la fonctionnalité, note la directrice créative. Il n'y a pas de joie sans un produit fonctionnel. Il faut que celui-ci ait une valeur réelle, tant sur le plan des matières que de la durabilité. Quant à la joie, elle n'est pas futile; elle revêt de multiples formes. Elle se manifeste notamment par le fait qu'on est une marque véritablement inclusive et elle réside dans les petits moments du quotidien.» Première au classement des pays les plus heureux du monde, la Finlande ne verse pas dans le bonheur facile et fugace. Sa philosophie repose plutôt sur le contentement, l'appréciation des choses simples ou encore une proximité avec la nature. À Helsinki, qui est surnommée la «perle de la Baltique» et qui comprend plus de 300 îles, l'environnement cohabite d'ailleurs avec la vie urbaine. Les grandes baies vitrées de l'usine de Marimekko permettent de prendre pleinement conscience de cette nature brute, fragile et superbe. D'une certaine manière, l'entreprise, qui chemine à son rythme, sans chercher à satisfaire les tendances passagères, représente parfaitement cette idée de bonheur à la finlandaise. «On vit dans notre propre monde, tout en reflétant, bien sûr, ce qui nous entoure», souligne Rebekka Bay. À l'heure où la crise climatique est au cœur des préoccupations, la griffe cherche par tous les moyens à atténuer son empreinte carbone. Pour sa collection automne-hiver 2026-2027, elle a notamment fait appel à la technologie CiCLO, qui permet au polyester et au nylon de se biodégrader comme les fibres naturelles. «On envisage l'écoresponsabilité sous différents angles, dit la directrice créative. Le plus important, à mon avis, est la qualité intemporelle de nos créations, conçues pour être transmises de génération en génération.» La couleur (la marque a des milliers de nuances dans ses archives) fait aussi partie intégrante de la réflexion. Récemment, Marimekko a eu l'idée de récolter des algues marines et de les transformer en liant (une sorte de colle) dans son procédé d'impression sur tissu, qui ne contient désormais quasiment plus aucun produit chimique. Pour la teinture elle-même, la maison expérimente actuellement avec des colorants minéraux, bactériens (qui permettent d'obtenir des tons très vifs) ou végétaux, notamment un colorant à base de café. Le fait que l'usine se trouve à côté du siège social facilite la transmission des idées et l'expérimentation.

Cette année, la marque célèbre ses 75 ans, mais elle continue d'entreprendre et d'oser chaque saison avec un enthousiasme non dissimulé. Il y a quelque chose à retenir de cette âme encore jeune, de sa volonté de mieux faire et de sa capacité à s'émerveiller devant la créativité sous toutes ses formes. C'est peut-être là l'une des recettes du bonheur... ■


Rebekka Bay

PHOTOS: GRACIEUSETÉ DE MARIMEKKO (PORTRAIT), GETTY IMAGES (DÉFILÉ)

Finnair offre maintenant un vol direct vers Helsinki au départ de Toronto. Une belle façon de découvrir la capitale finlandaise et l'univers coloré de Marimekko.

radar

TOUT CE QUI, EN CE MOMENT, NOUS CAPTIVE DANS L'UNIVERS DE LA MODE ET DE LA BEAUTÉ.

PHILTRE D'AMOUR

Fidèle à son nom, la nouvelle fragrance *Coco Mademoiselle Crush Absolu*, de Chanel, séduit dès les premiers effluves. Des notes juteuses de pamplemousse et de litchi se mêlent à la tendresse de la rose et du jasmin, sur un fond de patchouli entêtant. Le résultat est saisissant, sensuel et résolument opulent. Cet élixir a également inspiré une gamme de maquillage tout aussi irrésistible, notamment une palette de neuf fards à paupières (parfaite pour créer un regard sulfureux) et un rouge à lèvres mauve poudré des plus envoûtants. Pour incarner *Coco Mademoiselle Crush Absolu*, la marque a fait appel à l'autrice-compositrice-interprète Gracie Abrams, une femme aussi libre et captivante que ce parfum. Entretien éclair avec cette ambassadrice de Chanel sur l'art de marquer les esprits et de transformer un *crush* en une relation plus profonde.

Quel est ton secret pour laisser une impression inoubliable, à l'image de Coco Chanel? La gentillesse, sans aucun doute. Je crois que ça va de pair avec la curiosité envers les expériences des autres.

Te sens-tu différente lorsque tu portes du parfum? Oh, absolument! Je suis frustrée quand je réalise que j'ai quitté la maison sans en mettre. On peut se sentir nue sans sa fragrance signature. Ce que j'aime le plus d'un parfum, c'est qu'il permet aux gens de penser à nous après notre passage. Quand on laisse un chandail chez quelqu'un, par exemple, c'est comme si on était encore là.

Que représente le parfum *Coco Mademoiselle Crush Absolu* pour toi? Je l'adore, parce qu'il est très féminin, tout en révélant une touche masculine. Ce qui m'enthousiasme, c'est ce jeu de tensions entre les notes. J'aime cette capacité d'exprimer plusieurs facettes – les aspects les plus doux et les plus introspectifs de soi-même – tout en laissant une impression, quoi qu'il arrive.



Enfin, comment transforme-t-on un *crush* en quelque chose d'absolu? Pour moi, c'est une question d'honnêteté dès le départ. Ça demande du courage, mais ça fait gagner du temps et c'est tellement romantique. Pour immortaliser l'instant, j'écris toujours ce que je ressens... un peu comme un parfum, qui cristallise un moment dans le temps.

COCO MADEMOISELLE CRUSH ABSOLU, DE **CHANEL** (248 $ LES 100 ML D'EAU DE PARFUM, CHANEL.COM) ➤

TEXTES: MACA ATENCIO, MAROUCHKA FRANJULIEN, KATHERINE LALANCETTE ET TRUC NGUYEN; PHOTOS: GRACIEUSETÉ DE CHANEL, DE LOUIS VUITTON ET DE JOHN FRIEDA

Crinière de rêve

Levez la main si vous souhaitez afficher une chevelure d'apparence plus volumineuse, plus forte et plus belle. (Eh oui, nous aussi!) Ça tombe bien, parce que c'est exactement ce en quoi le sérum pour le cuir chevelu Amplifie+ Ultra, de John Frieda, peut nous aider. Il suffit d'appliquer ce traitement quotidiennement sur des cheveux humides ou secs (en ciblant particulièrement la raie, la ligne frontale et les zones clairsemées), de les masser pour faire pénétrer le produit et de laisser la magie opérer. Dans des tests cliniques, des participants ont remarqué une augmentation de 30 % de la pousse de leurs cheveux après avoir utilisé le produit selon les instructions pendant seulement quatre semaines. La formule végane de ce soin contient un cocktail de biotine, de peptides, de caféine et d'acide hyaluronique, ainsi que deux ingrédients brevetés – le Baicapil et le Capixyl – qui, ensemble, contribuent au bien-être du cuir chevelu et aident à créer un environnement optimal pour l'obtention d'une crinière visiblement plus épaisse. Comme tout professionnel vous le dira, des cheveux en santé, ça commence à la racine.

SERUM POUR LE CUIR CHEVELU AMPLIFIE+ ULTRA, DE **JOHN FRIEDA** (20 $, PHARMAPRIX.CA)





TRAIT DE GÉNIE

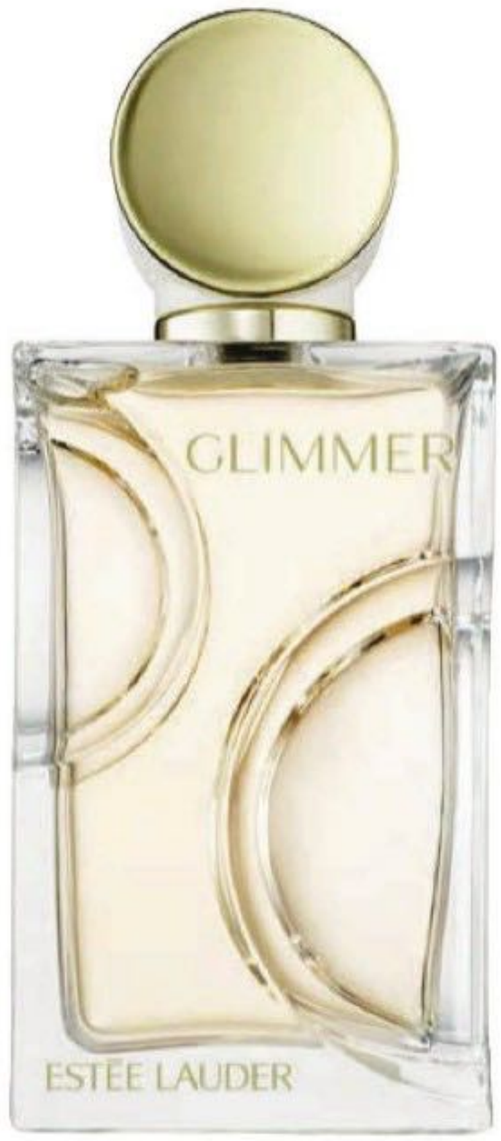
Louis Vuitton a dévoilé le complément idéal à ses rouges à lèvres luxueux: un somptueux crayon à lèvres tout aussi désirable. A l'instar du reste de la gamme La Beauté Louis Vuitton, ce crayon a été conçu par la star du maquillage, dame Pat McGrath. Il n'est donc pas étonnant que ce nouveau bâton coche toutes les cases. Sa forme unique – un clin d'œil à l'emblématique fleur de Monogram de la Maison – est non seulement magnifique, mais assure aussi une excellente prise qui permet une application précise. Les teintes sont sublimes (allant des neutres subtils à des roses et à des rouges vibrants), la tenue est impeccable et la texture crémeuse permet d'estomper ou de flouter le trait facilement. Un tracé parfait sur toute la ligne!

CRAYON A LEVRES LV, DE **LA BEAUTE LOUIS VUITTON** (72 $, LOUISVUITTON.COM) ➤

Éclat de joie

Avez-vous entendu parler des lueurs («glimmers»)? Ce concept, inventé par la psychothérapeute Deb Dana, désigne des moments fugaces qui procurent une sensation de plaisir, de sécurité et de lien. Ā l'opposé des déclencheurs («triggers»), ces lueurs apaisent le système nerveux et rassurent notre corps. Elles ont également inspiré la nouvelle eau de parfum d'Estée Lauder, judicieusement appelée *Glimmer*. Cette fragrance florale ambrée (avec une touche gourmande) a été élaborée pour transformer instantanément notre état d'esprit. Chaleureuse et lumineuse, elle mêle des notes savoureuses de macaron, de mousse de framboise et de gousse de vanille à du patchouli pétillant et du bois de santal enveloppant. Croyez-nous sur parole: votre humeur s'améliorera dès le premier pschitt!

GLIMMER, D'**ESTĒE LAUDER** (190 $ LES 100 ML D'EAU DE PARFUM, ESTEELAUDER.CA)





FĒTE D'ENFANT

En 1986, Maurice Elmaleh et Claude Diwan, partenaires dans la vie comme en affaires, décident de lancer au Québec une marque de vêtements pour enfants. De là est née Deux par Deux, qui souffle cette année ses 40 bougies. La griffe, aujourd'hui dirigée par le fils des fondateurs, Zacharie Elmaleh, revisite pour l'occasion une pièce culte à l'origine de son succès: une combinaison ballon à la silhouette rebondie. Ā l'époque, elle était parée d'imprimés flamboyants dans le plus pur style des années 1980. Maintenant, le vêtement se décline sous forme de pantalons et de une-pièce aux formes généreuses, offerts dans quatre couleurs éclatantes. Par ailleurs, Deux par Deux a récemment lancé sur son site son programme de revente Relove, en collaboration avec la plateforme de seconde main Poshmark. Ce programme nous permet de prolonger la durée de vie de la garde-robe de nos bambins et de faire un geste pour la planète! **deuxpardeux.com**

PROTECTION TOUTES SAISONS

Pour rappel, l'arrivée imminente de l'automne ne signifie pas qu'il faut ranger sa crème solaire. Il est indispensable de se protéger du soleil toute l'année, même par temps gris, car les rayons UVA peuvent traverser les nuages. Ils peuvent également passer à travers le verre (comme le pare-brise de votre voiture et les fenêtres de votre maison ou de votre bureau). C'est pourquoi il est recommandé d'appliquer une protection solaire même quand vous passez le plus clair de votre temps à l'intérieur. Adoptez cette bonne habitude avec la Lotion écran solaire quotidien pour le visage avec FPS 50+, de Bondi Sands. Sa formule douce et ultralégère pénètre rapidement dans la peau et laisse un fini totalement indétectable une fois sèche. Cette crème infusée d'aloès et de vitamine E est aussi géniale sous le maquillage et, mieux encore, elle protège la peau des rayons UVA et UVB tout en la gardant hydratée longuement. Et comme elle a été conçue pour le soleil brûlant de l'Australie, on sait qu'elle aidera à nous protéger, quelle que soit la valeur de l'indice UV.

LOTION ECRAN SOLAIRE QUOTIDIEN POUR LE VISAGE AVEC FPS 50+, DE **BONDI SANDS** (22 $, PHARMAPRIX.CA)



PHOTOS: GRACIEUSETÉ D'ESTÉE LAUDER, DE DEUX PAR DEUX, DE BONDI SANDS ET DE RENNAÏ



AJOUTER AU PANIER

Bonne nouvelle pour les fanas de beauté qui ne peuvent pas se rendre au centre commercial Royalmount, à Mont-Royal, ou qui préfèrent simplement magasiner en ligne, dans le confort de leur foyer: la destination beauté et bien-être Rennaï a lancé un tout nouveau site web qui propose le meilleur des soins de la peau et des cheveux, du maquillage et des fragrances. Découvrez les produits cultes de marques ultraprisées comme Victoria Beckham Beauty, Biologique Recherche, Augustinus Bader, Diptyque et Maison Francis Kurkdjian. Vous pouvez même faire graver vos flacons de parfum, réserver votre prochain rendez-vous dans cette boutique et accéder à une foule de contenus informatifs (notamment à un glossaire d'ingrédients et à l'avis d'experts). Alors, qu'allez-vous tester en premier? Le fameux fond de teint The Foundation Drops, de Victoria Beckham Beauty, ou l'iconique Lotion P50, de Biologique Recherche?

rennai.com ➤



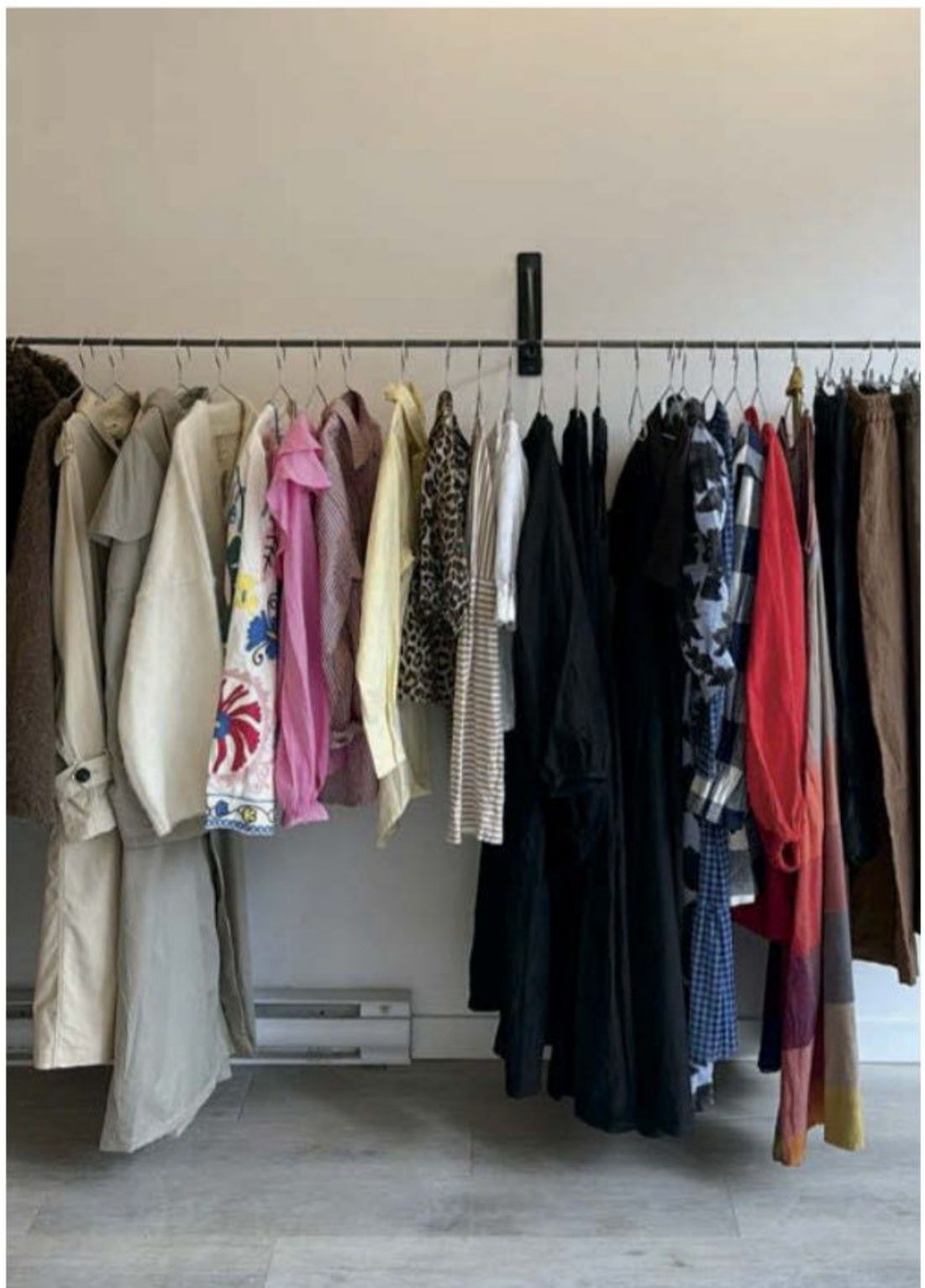
SERVICE AUX CHAMBRES

Les hôtels de luxe proposent maintenant certaines des collaborations mode et beauté les plus en vue. Cette année, Burberry a investi l'hôtel Belles Rives, en France, et Jacquemus a inauguré une boutique de plage éphémère au Mandarin Oriental, en Turquie. Plus près de chez nous, les clients Fairmont Or qui séjournent à l'établissement Fairmont Tremblant peuvent emprunter des parkas Canada Goose; et l'hôtel St. Regis Toronto a conclu un nouveau partenariat avec la marque de prêt-à-porter masculine londonienne Drake's et offre une collection capsule d'accessoires pour hommes en série limitée et certaines expériences immersives. Enfin, la marque de beauté Merit propose un chariot de produits, une trousse de voyage en série limitée, et plus, à la clientèle de certains hôtels Ritz-Carlton (entre autres, celui de Toronto), et donne un tout nouveau sens à l'expression «voyager avec style».

Éloge de la lenteur

Ā Montréal, les boutiques de consignation ne manquent pas. Récemment installée sur l'avenue Laurier Est, qui foisonne de restaurants et de jolies boutiques, La Vend Slowly propose une idée simple, mais peu répandue: elle accepte surtout des vêtements et des accessoires de seconde main provenant de marques éthiques ou durables. Dans les rayons, on déniche des pièces intemporelles taillées dans des tissus de qualité, souvent signées par des griffes québécoises ou canadiennes. La propriétaire, Tawnee Popil, n'en est pas à son premier essai, car son concept, maintenant exporté au Québec, est déjà bien établi à Vancouver. Nous voilà ravies!

1487, avenue Laurier E., thevendcollective.ca





Mémoire vive

Il y a quelque chose de subtilement radical dans un appareil photo qui prend des clichés bruts. A une époque où nos téléphones saisissent chaque moment avec une précision chirurgicale et où l'IA lisse le grain de nos souvenirs avant même qu'on ait eu le temps de les assimiler, le Charmera, de Kodak, nous redonne le flou, la surexposition et les accidents heureux de la photographie argentique. Cet appareil photo miniature, qui tient sur un porte-clé numérique de la taille de la paume de la main, s'inspire de l'appareil photo jetable Fling original de cette marque, sorti en 1987. Le Charmera a été trois fois en rupture de stock avant même de se faire véritablement connaître du grand public, mais est maintenant de retour. Décliné en sept modèles et dissimulé dans une boîte surprise (qui ne révèle son contenu qu'après son ouverture), il ne propose pas la perfection, mais quelque chose de mieux: capter la vraie vie. **kodak.com**

FINE BOUCHE

Laissez Hermès chouchouter vos lèvres grâce à son nouveau duo de soins décadent. D'abord, un baume invisible procure une hydratation intense sans effet gras ni collant et rend ainsi les lèvres plus douces et plus souples. Semi-mat, il peut être porté seul afin de sublimer subtilement la moue et de la protéger des facteurs agressants (le froid, le vent, la climatisation des pièces), ou il peut être appliqué comme base. Vient ensuite un masque riche et profondément nourrissant qui fond sur les lèvres et leur apporte un fini brillant, sans effet collant. La formule, composée à 97 % d'ingrédients d'origine naturelle, hydrate et lisse les lèvres (grâce à un complexe d'acide hyaluronique, à du beurre de karité et à des huiles et des cires végétales); elle renforce la barrière d'hydratation (grâce à des céramides) et combat les radicaux libres (grâce à l'astaxanthine, un antioxydant qui donne au produit sa nuance orange particulièrement appropriée). Les lèvres sèches sont immédiatement apaisées et retrouvent leur beauté et leur éclat au fil des utilisations. ■



MASQUE POUR LES LÈVRES ROUGE HERMÈS, D'**HERMÈS** (119 $, HERMES.COM)

PHOTOS: GRACIEUSETÉ DE MERIT, DE LA VEND SLOWLY, DE KODAK ET D'HERMÈS

culture



L'effet KARA

Scène, télé, projet documentaire, web: rien n'arrête l'irrésistible ascension de Sinem Kara. Cette humoriste est désormais bien installée dans le cœur des Québécois grâce à son énergie contagieuse et à son franc-parler hilarant.

Texte LAURIE DUPONT

IL EST PRESQUE SURPRENANT que j'aie réussi à attraper Sinem pour une rencontre virtuelle en juillet dernier. Entre ses chroniques à *Bonsoir bonsoir*, le fignolage des textes de la websérie *Guénilles et guédailles* – créée avec son amie humoriste Douaa Kachache –, les tournages de la nouvelle saison de *Maître du jeu* et de la série documentaire *Les affranchies: portraits de femmes en humour* ainsi que le rodage de son prochain spectacle solo, Sinem peine à trouver du temps pour se poser. «Je suis fatiguée», lance-t-elle à la blague quand je lui énumère la myriade de projets auxquels elle participe. Elle m'avoue du même souffle avoir dû revoir sa méthode d'écriture. «Ma réalité a tellement changé dans la dernière année que je ne peux même plus te dire comment je travaille. Je dois segmenter mon temps de création: je n'ai plus le luxe de mettre mon cerveau sur une seule affaire pendant des jours.»

SUR LE FIL

À écouter la trentenaire m'entretenir de son deuxième one-woman show, qu'elle met au point – mais son premier spectacle à grand déploiement avec un producteur, précise-t-elle –, on peut avancer sans trop se tromper que c'est «l'affaire» qui occupe le plus son esprit. C'est qu'elle le souhaite à la hauteur de ses attentes... et de celles de ses compatriotes. «Je suis la première artiste d'origine turque à percer dans le milieu culturel québécois et je veux représenter ma communauté de belle façon.» Ça ne veut pas dire qu'elle compte s'abstenir d'évoquer certains sujets chauds.

«Dans mon spectacle, j'ai un numéro sur la sexualité. C'est un sujet tellement tabou chez nous que, d'emblée, je n'y toucherais pas... Mais quand j'ai l'impression qu'un sujet m'est interdit ou que je me sens mal d'en parler, je dois absolument trouver une façon de l'aborder. C'est dans ma nature profonde de jouer avec les limites. Depuis mon enfance, je fais des choses que je n'ai pas le droit de faire, mais je m'y prends toujours de façon à ne pas trop me mettre dans le trouble.» Pour l'humoriste, son éducation turque, reçue de parents qu'elle qualifie de «très sévères», se heurte de temps à autre à ses valeurs québécoises, disons, plus souples.

Oui, la conjugaison de ses deux cultures génère parfois son lot de complexité, surtout avec son besoin irrépressible de (presque) tout balancer sans filtre. Mais une certitude demeure: Sinem tient mordicus à rendre les membres de la communauté turque fiers. Elle a d'ailleurs les yeux brillants lorsqu'elle relate certaines des rencontres qui ponctuent la fin des représentations.

«Beaucoup de femmes turques sont venues me voir après le spectacle pour me remercier d'avoir abordé tel ou tel sujet. C'est la première fois qu'elles entendent quelqu'un parler de leur réalité, à voix haute, sur scène. Tant que le public reçoit bien mes propos, ça me fait plaisir d'être la personne qui porte le drapeau pour ma communauté.» ■

Pour découvrir les dates de ses spectacles: sinemkara.com

PHOTO: ANDRÉANNE GAUTHIER

ET SI L'IA ÉTAIT PENSÉE POUR NOUS?

Un mouvement de recul face à l'intelligence artificielle ne cesse de s'amplifier. Il est mené par des femmes qui refusent de se faire dire de l'utiliser le plus vite possible si elles ne veulent pas être mises à l'écart. Et les facteurs qui nourrissent leur résistance sont plus complexes qu'il n'y paraît.

Texte NOSHEEN IQBAL
Adaptation EMMANUELLE MARTINEZ

«RÉVISE CE COURRIEL.» «Compose une lettre pour contester cette contravention.» «Donne-moi des idées de souper à préparer avec ce qu'il reste au frigo.» «Trouve-moi le meilleur siège possible pour faire un long trajet en avion avec un jeune enfant.» Il fut un temps où seul quelqu'un de particulièrement riche aurait pu confier ce genre de *to-do list* à un assistant personnel. Aujourd'hui? En 20 minutes passées en tête-à-tête avec Claude, mon assistant de poche gratuit, je viens de m'épargner une matinée chaotique.

On est nombreux à se tourner vers l'intelligence artificielle pour résoudre des situations du quotidien, a priori anodines, que ce soit en utilisant Gemini (au lieu de faire une recherche dans Google) ou en parlant à ChatGPT (plutôt que de sombrer dans une spirale de scénarios catastrophes après avoir consulté WebMD). Pourtant, une angoisse persiste, parfois existentielle, quand on prend conscience de la vitesse à laquelle On est devenus dépendants de l'IA, une technologie qui se développe bien plus rapidement que notre capacité à la réguler, voire à la comprendre collectivement.

Si vous êtes une femme, les études montrent que l'angoisse est même un sentiment plutôt généralisé chez vous. Scepticisme. Questionnement. Culpabilisation liée au fait de dialoguer avec un *chatbot* – ou agent conversationnel – sans être tout à fait sûre de comprendre pourquoi. Un nombre grandissant de personnes se servent de l'IA à des fins non pas pragmatiques, comme une requête ou un coup de pouce pour le budget mensuel, mais pour du soutien psychologique. Selon l'Association des commissions des accidents du travail du Canada, près d'un Canadien sur dix trouve refuge dans l'IA pour s'aider avec sa santé mentale. L'agent conversationnel est devenu un thérapeute, un ami et un journal, auquel chacun peut confier ses questions et ses angoisses. ▸



PHOTO: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

Mais plus que le sentiment de malaise qu'elle génère, l'IA affecte de façon bien réelle la sécurité d'emploi et le recrutement. Elle touche particulièrement les femmes, qui occupent la plus grande partie des postes administratifs ou ceux liés au service à la clientèle, soit les fonctions les plus susceptibles d'être automatisées. L'Institut de la Statistique du Québec rapporte que 71 % des Québécoises exercent des postes hautement exposés à l'IA, comparativement à 49 % des hommes. Ce décalage s'explique principalement par la surreprésentation des femmes dans les tâches administratives et le personnel de bureau.

Sur la base de ce constat, cette réticence qu'ont les femmes à adopter pleinement l'IA serait-elle moins un aveu de faiblesse qu'une sonnette d'alarme? Elles ne sont pas les seules à s'en faire. En mai dernier, le pape, Léon XIV, cautionnait la nécessité de «désarmer» l'intelligence artificielle; même les créateurs de l'IA appellent à une meilleure régulation et à un code d'éthique plus clair sur son usage. Dans un essai publié en 2025, Sam Altman, d'OpenAI, nous avertit: « Les énormes avantages de l'IA s'accompagnent de sérieux défis qu'il faut affronter. Il faut absolument résoudre les questions de sécurité, tant techniques que sociétales...» Alors oui, l'IA génère d'énormes avancées, notamment dans le secteur de la médecine, où la façon de diagnostiquer et de traiter le cancer pourra radicalement changer au cours de la prochaine décennie. Mais quel en sera le coût pour la société? Est-il même possible de ralentir une technologie déjà si profondément ancrée dans notre avenir?



Plus tôt cette année, sur Instagram, l'actrice Reese Witherspoon s'est jetée à l'eau en prenant part au débat. Dans une vidéo, où on la voit au saut du lit dans sa cuisine en train de préparer un smoothie, comme elle le ferait pour discuter avec des amies, elle affirme que la majorité d'entre nous, les femmes, n'utilisons pas encore l'IA, mais qu'il est urgent de l'adopter. «Ce que j'ai appris au sujet de la technologie, c'est que si on ne tente pas de la décoder dès le début, on se fait vite dépasser», lance-t-elle sur le ton pétillant et enthousiaste qu'on lui connaît. «Il faut se familiariser un peu chaque jour, ne serait-ce que pour rester dans la course.»

Une vague de critiques, teintées d'un profond agacement, n'a pas tardé à déferler. Plusieurs abonnées ont reproché à l'actrice son prosélytisme technologique aux airs de contenu commandité. D'autres ont souligné à quel point sa publication manquait de sensibilité, compte tenu de la vitesse à laquelle l'IA avale les emplois et s'accapare de la propriété intellectuelle, particulièrement dans son propre milieu, le cinéma. La star a pourtant persisté et signé: «C'est maintenant que ça se passe.»

Le site web américain *The Cut* a qualifié cette prise de position de «*girlbossification* de l'IA», car Reese Witherspoon, aux côtés d'autres femmes influentes, telles que Mel Robbins (autrice de *The Let Them Theory*, qui vient de signer un partenariat avec Microsoft Copilot), et la femme d'affaires, philanthrope et autrice Sheryl Sandberg, tente de convaincre ses homologues que l'adoption de cette technologie n'est pas qu'un atout pour leur carrière, mais bien l'unique moyen de survivre. De son côté, le *New York Times* y a vu la preuve indéniable que ces icônes du féminisme d'entreprise luttent aujourd'hui pour leur propre survie: «Les *girlbosses*, qui nous promettaient autrefois que nous pouvions tout avoir, nous vendent

PHOTO: GETTY IMAGES

aujourd'hui les mêmes discours complaisants que les hommes à propos de l'IA.»

Les réactions enflammées qu'ont suscitées ces appels à la mobilisation illustrent parfaitement ce que Zehra Chatoo, ardente défenseuse d'une IA plus saine et plus équitable, qualifie de «fossé dans l'adoption de l'IA». Car la réalité est là: les femmes se révèlent beaucoup plus prudentes, voire plus réfractaires à l'IA, que les hommes. Selon une étude menée au début de l'année par la Harvard Business School, elles sont 20 % moins susceptibles de l'utiliser que leurs pairs masculins, et ce, même si elles ont un accès égal à cette technologie et qu'elles ont un niveau d'éducation semblable aux hommes.

Les recherches expliquent cette disparité par le fait que les femmes se sentent plus «jugées» d'y avoir recours, avec la crainte d'être perçues comme des tricheuses ou que développer une trop grande dépendance à ces outils altère leur sens critique. Des angoisses auxquelles les hommes s'avèrent, selon cette étude, beaucoup moins sensibles. «On doit d'abord faire un constat. S'il y a un tel fossé entre les genres dans l'adoption d'une technologie qui est calquée sur sa base d'utilisateurs, c'est que des biais existent. Il faut briser ces biais pour garantir une représentation égale des gens qui s'en servent, et ainsi arriver à des résultats plus justes, dit Zehra Chatoo. «C'est la partie sur laquelle je me concentre, parce que je crois profondément que c'est celle que nous pouvons changer.»

Zehra Chatoo a travaillé 15 ans en publicité, dans l'analyse des données et des audiences, en plus d'avoir dirigé le Service stratégie et planification de Meta pendant plusieurs années. Elle a quitté son poste afin de se consacrer pleinement à sa mission: réduire le fossé entre les genres dans l'IA, une préoccupation qui ne figurait manifestement pas au sommet des priorités de ce géant technologique. L'an dernier, elle a fondé Code For Good Now, un cabinet-conseil qui aide les marques à utiliser l'IA de manière responsable et équitable. Des objectifs ambitieux, mais qui rejoignent le combat que mènent de nombreuses femmes de l'industrie, désespérées de redresser la barre d'un secteur dominé et dirigé par des personnes comme Sam Altman et Elon Musk, des hommes impitoyables, déjà immensément riches, assoiffés de pouvoir et qui ont prouvé que leur rapport à la vérité est d'une élasticité préoccupante. Comment s'étonner que les femmes hésitent à emboîter le pas?

ET SI NOTRE APPRÉHENSION, À NOUS LES FEMMES, DE LA PLEINE ADOPTION DE L'IA ÉTAIT MOINS UNE FAIBLESSE QU'UN SIGNAL D'ALARME?

Cela dit, l'enjeu dépasse largement la simple question qui est de savoir qui utilise l'IA. C'est le fondement même de cet outil qui pose problème et entraîne dans son sillage un lot d'inquiétudes. Pensons à la domination de la Silicon Valley, qui a créé une bulle financière spéculative fermée sur elle-même et aux centres de données de l'IA, qui constituent des gouffres de consommation d'eau et d'énergie et ont des conséquences désastreuses sur le climat. Les dérives de l'IA en matière de discrimination raciale et de sexisme ne sont pas de simples bogues techniques, ce sont les caractéristiques inhérentes d'un système conçu au cœur d'une société déjà profondément inégalitaire. Les grands modèles de langage (GML) sont entraînés avec des données qui reflètent les comportements discriminatoires du passé. C'est précisément pour cette raison que les systèmes de prévision policière ciblent de manière disproportionnée les personnes racisées, notamment les communautés noires, ou que les systèmes de reconnaissance faciale échouent si souvent à distinguer les visages non blancs.

À cela s'ajoute le fait que les équipes qui mettent au point ces technologies sont majoritairement masculines et qu'elles sont dirigées par des hommes blancs pour la plupart. Les leaders d'entreprises comme OpenAI, Anthropic et Google DeepMind donnent trop souvent la priorité au profit plutôt qu'à l'humain. En résumé, l'algorithme assimile nos préjugés tout en prétendant être objectif.

Dans un monde idéal, l'IA nous aiderait à vivre «une belle vie, en la rendant plus douce et plus agréable», selon Eleanor Drage. Cette éthicienne de l'IA et chercheuse principale à l'Université de Cambridge, où elle planche sur l'avenir de l'intelligence artificielle, est particulièrement bien placée pour montrer en quoi cette technologie peut représenter un gain certain pour l'humanité. Dans son livre, *What If We Got AI Right?*, elle nous met en garde contre la tentation de percevoir cette révolution comme «notre salut ou notre anéantissement», en rappelant que, selon elle, «son effet global se situe quelque part à mi-chemin». Elle garde l'espoir qu'en invitant l'éthique, le féminisme, la justice réparatrice, la réglementation et les politiques climatiques à la table des discussions, on pourrait remodeler l'IA pour la libérer de ses préjugés et de ses failles et enfin balayer ce sentiment insidieux voulant qu'elle nous fasse plus de tort que de bien. ➤

Évidemment, on peut se demander si le mal n'est pas déjà fait. Lorsque le pouvoir, l'argent et les ressources sont concentrés entre les mains de ce qu'on appelle désormais la «broligarchie», qui accapare aussi l'espace, comment faire marche arrière, c'est-à-dire déconstruire l'impact que ce groupe exerce déjà et façonner l'avenir de l'intelligence artificielle auquel on aspire?

«C'est une question mesquine, répond Eleanor Drage. Ce que j'essaie d'expliquer avant tout, c'est qu'il se passe aussi plein d'autres choses que ça. J'ai une multitude d'exemples d'entreprises qui utilisent l'IA de façon juste.» Selon elle, le problème est que ces exemples positifs attirent trop peu l'attention. Parmi eux? Audrey Tang, politicienne et programmeuse, a révolutionné l'IA à Taiwan en privilégiant «la démocratie numérique» pour s'assurer que l'intelligence artificielle est conçue par et pour le grand public. Et Hugging Face est une bibliothèque gigantesque et gratuite, accessible à tous les développeurs de la planète pour leur permettre d'explorer l'IA et de bâtir de nouvelles applications. «Je pense que nous avons besoin de nous raccrocher à du positif. Il se passe de belles choses, des projets absolument formidables partout dans le monde, dit Eleanor Drage. Les médias se concentrent sur la "broligarchie", mais cette façon de faire doit changer. Je trouve les hommes de cette oligarchie sans intérêt par rapport à toutes les initiatives fascinantes qui voient le jour ailleurs.» Elle cite notamment de petits projets communautaires où l'IA est mise au service des populations locales de manière concrète. C'est le cas de Kuini, l'agent conversationnel qu'utilisent les femmes maories en Nouvelle-Zélande comme accompagnateur dans leur parcours de santé, ou encore de l'organisme Indigenous AI, à Hawaï, qui s'en sert pour sauvegarder des langues et des dialectes en voie d'extinction. À plus grande échelle, l'IA excelle lorsqu'il s'agit d'adoucir et d'enrichir notre quotidien par touches subtiles mais profondes.

Pour ma part, je suis la première à capituler pour demander à l'IA de traduire une phrase en ourdou pour mon enfant. Cependant, il ne me viendrait jamais à l'esprit de lui faire confiance pour remplacer une véritable experte en matière d'ourdou, en l'occurrence sa grand-mère.

Un outil pratique au quotidien, à l'instar de Google, qui reste à sa place et où l'humain demeure le cœur du projet plutôt qu'une variable, voilà comment la majorité d'entre nous se sentent à l'aise avec l'IA. Le véritable combat consiste à l'empêcher de faire disparaître nos emplois, de creuser les inégalités et de nous condamner à un monde saturé de contenus dégénératifs («AI slop»), de violations de la vie privée et de préjugés algorithmiques. Et sans surprise, ce sont les femmes qui mènent la bataille ici. Margaret Mitchell, l'une des plus éminentes éthiciennes de l'IA, a jadis été licenciée par Google, alors qu'elle luttait pour rendre la technologie IA plus sûre et plus équitable. Et Joy Buolamwini, fondatrice de l'Algorithmic Justice League, se bat pour imposer des garde-fous à l'industrie dans laquelle elle évolue.

De son côté, l'Américaine d'origine éthiopienne Timnit Gebru, ancienne employée de Google et chercheuse en informatique, a accompli un travail révolutionnaire sur les biais algorithmiques et l'éthique. En 2021, elle a cofondé le Distributed AI Research Institute afin de faire contrepoids au discours dominant des géants de la tech. Elle tient mordicus à ce que le public comprenne que l'IA n'est pas qu'un simple sujet technique, mais bien une question politique et sociale.

«Je n'ai pas peur que les machines prennent le contrôle du monde, confie-t-elle. Je m'inquiète du conformisme, du repli sur soi et de l'arrogance qui règne au sein de la communauté de l'IA.» Elle milite activement pour une plus grande responsabilisation face à cette technologie, qu'elle a elle-même contribué à développer, et pour une réglementation capable d'apaiser les craintes du public. Surtout, elle affiche un optimisme rafraîchissant: «Ce sont les humains qui décident si tout ça doit se faire ou non. N'oublions jamais que nous avons le pouvoir d'agir.»

> «CE SONT LES HUMAINS QUI DÉCIDENT SI TOUT ÇA DOIT SE FAIRE OU NON. N'OUBLIONS JAMAIS QUE NOUS AVONS LE POUVOIR D'AGIR.»
>
> — TIMNIT GEBRU, *ancienne employée de Google et chercheuse en informatique*

Et c'est vrai. Nul besoin d'être codeuse, entrepreneure ou même experte en technologie pour remettre en question la manière dont l'IA est déployée dans notre milieu de travail ou par les marques et les institutions avec lesquelles on interagit. Pas besoin non plus d'être une militante de la première heure pour exiger plus de règles et de transparence. L'IA va bouleverser nos vies, cela ne fait aucun doute. Cela dit, ce qu'il me reste de mes conversations avec ces femmes qui déploient une énergie remarquable pour façonner notre réponse à cette révolution, c'est que tout est encore à jouer. ■

ABONNEZ-VOUS MAINTENANT

+

RECEVEZ

GRATUITEMENT

UN *TOTE BAG*
IDÉAL POUR
LA RENTRÉE



CODE PROMO

PRIMESACEQ

Accordez-vous de petits moments de détente toute l'année,
tout en savourant du contenu d'ici pertinent et inspirant !

ellequebec.com/abonnement

28$
ANNUELLEMENT

*Quantités limitées. Offre réservée aux nouveaux abonnés et valide jusqu'au 20 août 2026.

J’ai appris à
la dure ce que
signifiait être
une femme
seule en région.

Quand elle a fait l'acquisition d'une petite maison à l'extérieur de la ville, Chloé pensait qu'elle allait enfin vivre sa vie de rêve... jusqu'à ce qu'elle comprenne que la réalité rurale était tout autre pour une femme célibataire.

Propos recueillis par NOEMIE C. ADRIEN

D'AUSSI LOIN QUE JE ME SOUVIENNE, j'ai toujours voulu suivre mon propre chemin. Je n'ai jamais cherché à rentrer dans le fameux moule, celui qui semblait pourtant si confortable aux yeux de mon entourage. Après mes études, j'ai occupé quelques emplois traditionnels, mais j'ai rapidement su que ce n'était pas le genre d'existence que je voulais mener. Je voulais plus que le 9 à 5; je voulais vivre.

Parmi mes plus grands rêves trônait celui de voyager durant toute une année. Un projet que j'ai fini par réaliser à mes 30 ans, en partant vivre en Australie avec mon amoureux de l'époque. Pendant 12 mois bénis, on a déposé nos pénates dans un village de surfeurs essentiellement fréquenté pour ses vagues de qualité. Hormis quelques expatriés, on était les seuls touristes et, avec le temps, on s'est taillé une place dans cette petite communauté, travaillant ici et là dans les bouis-bouis du coin, tissant des liens précieux avec tout ce beau monde.

Je suis rentrée au Québec avec la conviction profonde que je voulais d'une vie à l'image de celle que j'avais menée durant cette année idyllique en Australie. Une vie simple, ancrée dans la nature, loin du rythme effréné de la ville. Même si mon couple n'a finalement pas duré, mon rêve, lui, est resté intact.

Quelques années plus tard, par un coup de chance facilité par la frénésie immobilière du début de la pandémie, j'ai acquis une adorable petite maison à la campagne. Celle-ci se trouvait dans un village qui était réputé pour sa communauté tissée serré et sa qualité de vie exceptionnelle. Je devais me pincer pour y croire: jamais je n'aurais osé rêver aussi grand!

Dès mon emménagement, j'ai été conquise par mon nouveau quotidien, savourant le bonheur d'exister à mon propre rythme, à plus petite échelle; découvrant la joie de connaître tout le monde au café du coin. Dans mon cocon au fond des bois, je m'émouvais matin et soir devant le spectacle saisissant que la nature m'offrait. Insidieusement, le fait d'en être la seule spectatrice a toutefois commencé à occuper de plus en plus de place dans mon esprit...

Et le jour où pas moins de 250 bûches de bois de chauffage ont été déchargées à quelques pas de ma porte d'entrée, ma solitude a cessé d'être une vague évocation et s'est carrément invitée chez moi. Bien que j'aie toujours arboré mon badge de femme forte avec fierté, la perspective de devoir monter chacune de ces bûches au deuxième étage de mon chez-moi m'a fait l'effet d'une claque en pleine face. Comme si le destin voulait me narguer en me rappelant qu'il me faudrait travailler pour incarner l'image que je me faisais d'une femme des bois souveraine se prélassant au coin du feu.

Avec l'isolement est aussi venue la peur, un sentiment que j'avais très peu côtoyé jusqu'à ce moment-là. Mais c'était bel et bien d'elle qu'il s'agissait quand j'allais courir sur le bord de la route et que les véhicules ralentissaient à ma hauteur pour que leurs occupants soient certains de bien m'examiner. Elle était encore là quand mon cellulaire rendait l'âme pendant une panne de courant et que mon esprit s'adonnait à mille et un scénarios catastrophes. Inutile d'essayer de me berner: seule, je ne me sentais pas en sécurité dans cette nouvelle vie.

Le fait qu'après quelques mois je n'avais toujours pas noué de liens sociaux significatifs n'allégeait certainement pas les choses. Le village où j'habitais était surtout fréquenté par de jeunes familles et des couples qui souhaitaient fonder la leur. Et si, a priori, ceux-ci se sont montrés curieux de rencontrer «la petite nouvelle», le papotage poli n'a jamais mené à des invitations à socialiser au-delà de la rue principale. N'étant ni en couple ni mère, j'avais l'impression qu'on ne savait pas dans quelle case me ranger et je percevais une sorte de méfiance à mon égard.

Des craintes qui se sont avérées fondées lorsque j'ai décroché un contrat dans une entreprise maraîchère du coin. Je m'étais liée d'amitié avec des travailleurs, qui étaient connus et appréciés de tout le monde. Et bien que ma relation avec l'un d'eux ait été on ne peut plus platonique, sa conjointe a commencé à se sentir menacée par notre lien amical. Petit village oblige, ses appréhensions ont fait boule de neige, et du jour au lendemain, je suis devenue persona non grata dans une communauté où je m'étais imaginée jeter l'ancre.

Au cœur des grands espaces, j'ai fini par étouffer. J'ai loué ma maison adorée ces dernières années et j'ai récemment décidé de la mettre en vente. Une décision douloureuse, mais nécessaire pour me permettre de réaliser de nouveaux rêves. Des projets qui, je l'espère, me feront vibrer tout aussi fort, mais avec plus de lucidité. De nouvelles aventures dans lesquelles je plongerai à fond, mais plus jamais aveuglément. ■

PHOTO: RICHMOND LAM

LA MAISON DES VILAINS

SÉRIE ORIGINALE crave

19 AOÛT

C'EST BON EN crave

LES CHOIX *(PAS TOUJOURS JUDICIEUX)* DE SOPHIE

OÙ SONT LES FEMMES? *(sur un air connu)*

J'ADORE M'ASSEOIR DANS UNE ÉGLISE. Les endroits qui sont aussi accueillants et impressionnants, qui imposent naturellement le silence et le recueillement sont rares. C'est aussi l'un des derniers repaires où je n'attrape pas systématiquement mon téléphone. Ce n'est pas rien.

Hélas, je n'y reste jamais calme très longtemps. Devant tout ce faste, pour ne pas dire cette farce, beaucoup trop de ressentiments m'assaillent. Ça prend juste un minimum de lucidité pour réaliser que l'Église catholique représente ni plus ni moins le plus vieux et le plus indécent exemple de patriarcat radical à ciel ouvert. Une misogynie si flagrante, si grotesque qu'on finit par l'oublier, ou simplement l'ignorer, comme en témoignent nos églises vides.



Chaque mois, Sophie Fouron se prononce sur un sujet qui la touche personnellement ou sur un enjeu sociétal qui occupe son esprit.

Sophie Fouron est une animatrice et une communicatrice aguerrie.

Ça m'a (à nouveau) sauté aux yeux aux funérailles du pape François en 2025: aucune femme dans les sphères du pouvoir catholique. Rien qu'une gigantesque marée de cardinaux, d'évêques et de prêtres en soutane. Quel triste spectacle!

On me dira que le religieux est archaïque par nature, qu'il est fondé sur des textes poussiéreux où la femme – du moins chez les catholiques romains – est reléguée à un rôle d'exécutante, au service de Dieu et des hommes. Mais en 2026, c'est tout simplement aberrant et non recevable. Les notions d'égalité hommes-femmes devraient avoir fait leur chemin un peu partout sur la planète, y compris au Vatican.

Pourquoi, déjà, les femmes n'ont-elles toujours pas le droit d'être ordonnées prêtres? La réponse officielle: parce que le Christ, il y a 2000 ans (2000!), a choisi 12 apôtres mas-cu-lins. Donc, depuis, seul un homme peut agir *in persona Christi* (en la personne du Christ). La porte reste fermée à double tour, et on repassera pour le «bienvenue aux dames».

Pourtant, ailleurs, ça bouge, ça se modernise. Les protestants ordonnent des femmes prêtres et évêques depuis longtemps (et on salue au passage l'évêque épiscopalienne de Washington, Mariann Budde, l'une des rares à avoir sermonné courageusement Donald Trump en défendant les migrants et les communautés LGBTQ+). Du côté du judaïsme réformé, les femmes peuvent également devenir rabbines. On en compte aujourd'hui près de 1000 dans le monde, dont la Française Delphine Horvilleur, aussi écrivaine, divorcée et mère de trois enfants, et plus près de chez nous, la rabbine canadienne Lisa Grushcow, lesbienne, militante et mère de deux enfants. Mais du côté des hautes sphères de Rome? Rien, *niet*, *nada*.

Quel message cela envoie-t-il? Comment accepter autant de rigidité et de fermeture de la part de l'Église catholique? La religion catholique peut bien prôner l'amour du prochain, la paix, la compassion, mais si elle exclut la moitié de l'humanité des rouages du pouvoir, on a là un sérieux problème de cohérence. Vous me direz que cette Église n'est pas à une hypocrisie près et qu'elle est peut-être trop occupée à gérer depuis des décennies d'innombrables scandales sexuels! (Persistez avec les vœux de pauvreté, de chasteté et d'obéissance! Tout va trrrrrrès bien. Ne touchons à rien!)

L'avenir (et la survie) de l'Église, comme celui de nos sociétés, passera inévitablement par l'égalité des sexes, un point c'est tout. Les hommes de Dieu peuvent bien s'accrocher à leurs peurs, à leurs doctrines et à leurs privilèges, mais un jour viendra, chères lectrices (et on ne sera probablement plus de ce monde, malheureusement), où on entendra *habemus papam* (nous avons un pape), et ce pape sera... une femme. ■

PHOTO: MARJORIE GUINDON

agenda

TOUT CE QU'ON VEUT VOIR, LIRE ET ÉCOUTER CES TEMPS-CI.

THÉÂTRE

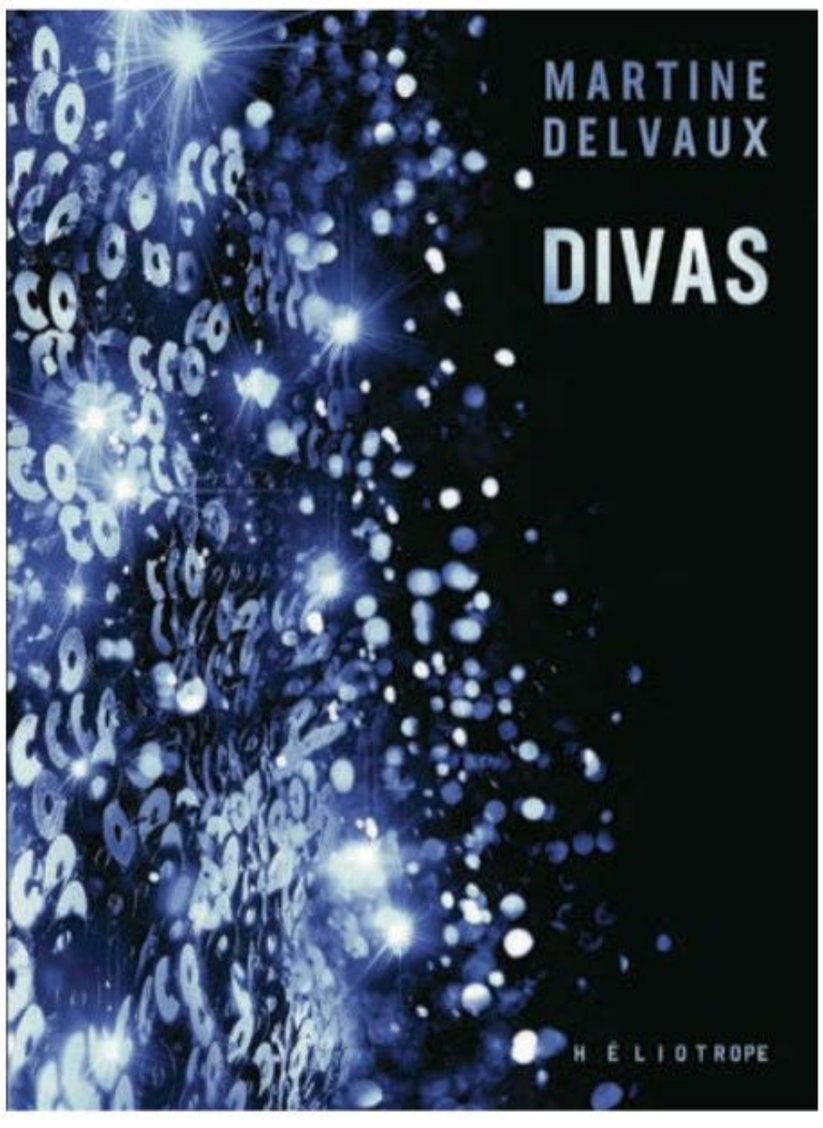
(Don't) Hit me, baby, one more time

C'est un véritable exploit scénique que s'apprête à accomplir la comédienne Sophie Cadieux. Dans une scénographie à l'esthétique «qui en met plein la vue, qui est très *glitter*» dit-elle, et en multipliant les changements de costumes, elle incarnera une variété étonnante de Britney Spears, figure emblématique de la femme spoliée de ses propres droits sur elle-même. Toutes les versions de la pop star seront traquées par un homme en noir qui veut les obliger à danser, à chanter et à générer du capital... sans qu'elles cessent d'être de gentilles petites filles dociles. *Enfin te voilà (Britney Spears)*, de Marie-Hélène Larose-Truchon, est constituée «d'une série de tableaux convoquant plusieurs univers – un téléthon, une secte, une scène de la Nativité et diverses références télévisuelles du passé», nous précise l'actrice. Une pièce où, selon elle, une inquiétante étrangeté et le divertissement se côtoient de façon jubilatoire. Sans compter le propos sous-jacent, bien sûr, que Sophie Cadieux résume ainsi: «Ce sont des portraits de femmes qui se dressent» contre l'indécrottable patriarcat. Et ça, on n'en a jamais assez.

DU 22 SEPTEMBRE AU 18 OCTOBRE, À ESPACE GO

Sophie Pouliot, chroniqueuse arts de la scène





LITTÉRATURE

VOIX RESSUSCITÉES

Pour notre plus grand bonheur, Martine Delvaux restitue une fois de plus la voix des femmes. Et peut-être même plus frontalement que jamais dans cette non-fiction consacrée aux divas trop souvent empêchées ou méprisées, comme la grande Nina Simone, qui a chanté *Ne me quitte pas*, de Brel. Pour l'écrivaine, l'écoute à la veille de Noël de cette reprise a participé à la création de son essai. «Mais d'Antigone à Ophélie, de la ceinture jusqu'à la robe flottante, on reste aux prises avec des femmes étouffées de parler», écrit-elle dès les premières pages de son ouvrage. Elle ajoute que ses mots sont des remerciements aux divas de la chanson, notamment Céline Dion, Beyoncé, Maria Callas, Madonna, Amy Winehouse, pour avoir brisé le silence, malgré tout. Malgré les affres d'un monde patriarcal qui depuis toujours muselle la parole des femmes. Malgré l'indignation et les éclats de celles qu'on veut toujours faire rentrer dans le rang. Malgré les punitions et la réputation qu'on leur fait quand elles s'affranchissent du contrôle et de la violence des hommes. Une lecture essentielle, comme une invitation au courage.

DIVAS, DE MARTINE DELVAUX, HÉLIOTROPE. DANS LES LIBRAIRIES CET AUTOMNE

Claudia Larochelle, chroniqueuse littéraire

PHOTO: JULES BÉDARD (*ENFIN TE VOILÀ (BRITNEY SPEARS)*)

CINÉMA

DESTINS LIÉS

Anaïs Barbeau-Lavalette signe l'un des films les plus personnels de sa carrière, *Pauline Julien, femme pays*, en salle cet automne. Un portrait fougueux d'une artiste libre et anticonformiste qui partage des points communs avec la cinéaste.

Pauline Julien est un monstre sacré de la chanson québécoise. Quel a été le point de départ pour aborder ce film? C'est particulier, parce que j'entretiens un lien très intime avec Pauline Julien, la femme avant l'artiste. Mes parents louaient sa maison de campagne quand j'étais petite. Mon frère et moi jouions dans ses affaires. Je me cachais dans un vieux coffre en bois rempli de papiers couverts d'écriture, probablement ses poèmes et ses lettres. C'était ma cachette préférée. Et ce qui est beau, c'est que nous avons tourné le film dans cette même maison, qui appartient maintenant à sa fille, Pascale Galipeau, et où se trouvent la tombe de Pauline et celle de Gérald Godin. C'était chargé, sur le plan tant émotif que personnel.

À l'époque, tu n'avais pas conscience de la place qu'elle occupait dans notre histoire nationale. Non. C'est plus tard que j'ai découvert tout ce qu'il y avait derrière la chanteuse. La féministe d'abord, puis la femme politique (avec Gérald Godin) et l'amoureuse. Elle parlait aux femmes, aux mères de 40 ans, qui étaient enfermées dans leur quotidien avec l'impression parfois de ne pas participer pleinement à la vie citoyenne. Pauline les invitait à sortir de chez elles. Elle leur rappelait leur pouvoir. Son langage, sa voix et son courage ont contribué à faire tomber des barrières. Elle avait une façon d'être libre sur tous les plans, de prendre position sans chercher à être polie, tout en demeurant brillante, élégante, imparfaite et d'autant plus inspirante.

Dans ce film, il y a des thèmes que tu as déjà abordés dans tes livres, notamment la maternité. Je le sentais déjà à l'écriture du scénario, mais en tournant le film, j'ai réalisé à quel point cette histoire parlait de moi aussi. Tout ce qui se trouve dans mon livre *La femme qui fuit* se retrouve d'une certaine façon dans *Pauline*... Le dilemme entre la liberté et l'attachement, le déchirement de se choisir quand on est liée, comme mère, à des enfants qu'on aime profondément, tout en ayant envie d'aller jusqu'au bout de ses rêves. Les blessures que ces choix peuvent laisser, tout ça m'habite. Pauline n'a pas abandonné ses enfants, comme dans *La femme qui fuit*. Mais le déchirement est là. J'espère que c'est un film qui résonnera, parce qu'il aborde des questions qui demeurent profondément ancrées dans notre société.

EN SALLE LE 25 SEPTEMBRE

Catherine Beauchamp, chroniqueuse cinéma



PHOTO: LOU SCAMBLE (*PAULINE JULIEN, FEMME PAYS*)



THÉÂTRE

Un récit choc adapté à la scène

Sacha n'aurait jamais cru susciter autant de haine en ne faisant qu'exister sans penser à ce qu'on pourrait dire d'elle. Surtout que l'héroïne du premier roman d'Emmanuelle Pierrot, *La version qui n'intéresse personne* (qui lui a valu le Prix des libraires du Québec et le Prix littéraire des collégien·ne·s), évolue dans une communauté de personnes marginales qui, pour fuir les normes sociales, se sont rendues jusqu'à Dawson City, en plein cœur du froid polaire du Yukon. Mais Sacha n'avait simplement pas tenu compte du fait qu'elle était une femme. Et une femme qui s'accorde le droit d'être libre est si facile à détester... Cette bouleversante histoire d'exclusion et de désillusion ne saurait être entre de meilleures mains que celles de Marie-Claude St-Laurent et de Marie-Ève Milot, les âmes dirigeantes du Théâtre de l'Affamée. Nul doute que leur version scénique brillera de l'éclat sombre mais vibrant de leur sagace sensibilité.

DU 15 SEPTEMBRE AU 10 OCTOBRE, AU CENTRE DU THEATRE D'AUJOURD'HUI; ET DU 4 AU 28 NOVEMBRE, AU THÉÂTRE DU TRIDENT

S. P. ➤



MUSIQUE

PLAYLIST

JEAN-MICHEL BLAIS

ULYSSE

Comme le héros grec du titre de cette chanson, le pianiste Jean-Michel Blais effectue, sur son quatrième album, un grand voyage de retour à la maison, dans la sécurité d'un «mirador» d'où il peut embrasser tout le paysage environnant. Une exploration maximaliste d'un spectre musical où le chant choral et les arrangements de cordes bonifient un jeu sensible, à la fois introspectif, poétique, enveloppant et ouvert sur le monde.

JORJA SMITH

ALIVE

Encore cruellement peu connue chez nous, Jorja Smith, la sensation britannique du R&B, continue de s'imposer comme l'une des voix essentielles de sa génération. Son nouvel album, *What are the odds* (offert le 21 août), est annoncé par *Alive*, un titre fait en collaboration avec le géant de l'afrobeat, Wizkid. Le Nigérian se fait suave et sensuel dans ce duo où il unit sa voix à celle de sa partenaire sur un rythme chaloupé et estival qui continuera de nous réchauffer tout l'automne.

ADA LEA

COPYCAT

En finissant son troisième album, *When I paint my masterpiece*, Ada Lea (nom de scène de la Montréalaise Alexandra Levy) avait gardé pour elle une foule de chansons qui trouvent aujourd'hui place sur le EP *The end is a wave*. C'est le cas de *Copycat*, inspirée par la lecture de *L'amie prodigieuse*, d'Elena Ferrante, et portée par un rythme synthétique couvert de friture, sur lequel elle pose en alternance des sons de claviers vintage et le ton cristallin d'une guitare acoustique qui soutiennent sa voix délicate.

INTERPOL

THIS MIRROR WEIGHS A TON

«Le miroir pèse une tonne, mais au moins, nous agissons vite»... De son propre aveu, le chanteur Paul Banks a pondu le texte de la pièce-titre du huitième album d'Interpol en mode écriture automatique. Pour qui veut bien chercher, le sens se révèle au fil de la chanson: on découvre que ce groupe new-yorkais, au son pourtant si caractéristique, peut encore explorer de nouvelles avenues musicales et tendre vers une certaine légèreté, malgré ce qu'annonce ce titre. On pourra le constater sur scène à l'occasion du passage d'Interpol à L'Olympia, à Montréal, le 3 octobre prochain.

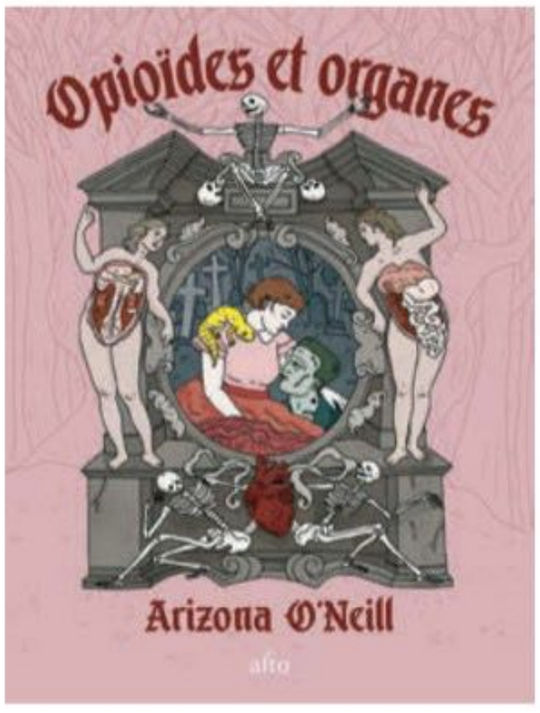
Nicolas Tittley, chroniqueur musique

LITTERATURE

Dons de soi

Dans *Opioïdes et organes*, le roman graphique de l'autrice et illustratrice montréalaise Arizona O'Neill, traduit de l'anglais par Daphné B., le don d'organes est au cœur des réflexions d'Arizona, car, après le décès de son père, dû à une surdose de fentanyl, elle a été encouragée à faire ce type de don. Des mois plus tard, cette décision continue de la tourmenter, si bien qu'elle décide d'enquêter sur l'histoire et les racines de cette pratique et d'exposer au passage ses côtés plus discutables... En mode surréaliste, à travers une esthétique et des clins d'œil qui ne sont pas sans rappeler brillamment des classiques comme *Les aventures d'Alice aux pays des merveilles*, de Lewis Carroll, *Dracula*, de Bram Stoker, et surtout, *Frankenstein*, de Mary Shelley, cette enquête, émouvante et drôle à la fois, lève aussi le voile, avec une originalité hors du commun, sur d'autres facettes de la mortalité. Il serait fou de ne pas en faire mention tant ça frôle le chef-d'œuvre!

OPIOIDES ET ORGANES, D'ARIZONA O'NEILL, EDITIONS ALTO
C. L.



BALADO

À L'ORIGINE

Aviez-vous déjà remarqué que *Corridor*, la mythique chanson de Laurence Jalbert, avait des airs de reggae? Moi non plus. Jusqu'à ce que le réalisateur, multi-instrumentiste et maintenant animateur de balado Simon Kearney décortique la basse de ce hit de 1993 avec son autrice pour nous faire entendre – et comprendre – leur parenté. Un moment stupéfiant, comme il y en a souvent dans *Le mur du son*, un nouveau balado qui nous plonge dans la confection d'une chanson en compagnie de son interprète. Les balados ne manquent pas au Québec, mais peu s'attardent au processus de création comme le fait celui-ci, porté par la culture musicale de son hôte, aussi érudit qu'attachant. Car Simon Kearney s'avère un excellent guide, autant pour ses invités (Laurence Jalbert, Ariane Roy, Lou-Adriane Cassidy, Marc Déry – notez la diversité) que pour les auditeurs, qui ne se sentent jamais largués par ses propos musicaux parfois plus pointus. Il parvient même à recréer l'intimité des conversations qu'il a eues cent fois dans les vans pendant les tournées – et qui ont inspiré ce projet – tout en instaurant un climat propice aux confidences (des vraies!). Ici, on prend le temps de parler de la naissance d'un morceau, des versions abandonnées, des choix opérés dans les productions et les arrangements, des erreurs et des compromis. Mais à travers tout ça, et au cœur d'une industrie en plein changement, on nous permet surtout de continuer à rêver.



LE MUR DU SON, SUR LES PLATEFORMES D'ÉCOUTE NUMÉRIQUES
Eugénie Lépine-Blondeau, chroniqueuse balados

ARTS VISUELS

Doublé artistique

Durant tout l'automne, à Longueuil, il sera possible de plonger dans l'œuvre de Patrick Bérubé, dont la pratique singulière réunit la sculpture, l'installation et l'art public. Premier arrêt: la Maison de la culture Marcel-Robidas, qui lui consacre une exposition rétrospective. C'est l'occasion de découvrir la manière dont cet artiste intègre depuis plus de 20 ans les questions politiques, sociétales et philosophiques dans sa recherche esthétique. Deuxième arrêt: le centre Plein sud, qui a été entièrement transformé du sol au plafond pour accueillir son installation immersive *Ainsi de suite*. L'idée est de nous donner l'impression d'être au beau milieu d'une forêt où trône une importante sculpture en mycélium, une matière fabriquée à partir de la structure racinaire du champignon. Bref, deux expositions qui invitent à réfléchir de manière poétique à l'écologie des environnements que nous façonnons et qui nous façonnent en retour.





PHOTOS: MIKE PATTEN (*À LA RECHERCHE DU TEMPS PERDU*, 2022) ET PATRICK BÉRUBÉ (*BLOC ERRATIQUE*, 2026)

MAISON DE LA CULTURE MARCEL-ROBIDAS ET CENTRE PLEIN SUD, À LONGUEUIL, DU 20 SEPTEMBRE AU 20 DÉCEMBRE
Florence-Agathe Dubé-Moreau, chroniqueuse arts visuels ■

4_119877641

Retour aux sources

Photographie ROYAL GILBERT
Stylisme COREY NG

AVEC SON NOUVEL ALBUM, SHANIA TWAIN RENOUE AVEC SES RACINES ET CÉLÈBRE SON PARCOURS EXCEPTIONNEL. SURTOUT, ELLE REVIENT À CE QUI LA PASSIONNE: SE PRODUIRE SUR SCÈNE, DEVANT SES FANS.

Texte JOANNA FOX
Adaptation ELISABETH MASSICOLLI

4_119877641

Veston (Sportmax), jupe (A.W.A.K.E. MODE), soutien-gorge (Dolce&Gabbana) et boucles d'oreilles (Dean Davidson)

Robe et gants (Michael Kors Collection), chaussures (Christian Louboutin) et boucles d'oreilles (Dean Davidson)



POUR PLUSIEURS MEMBRES DE NOTRE EQUIPE, se retrouver dans le même studio que Shania Twain pour une séance photo, c'était un peu comme boucler la boucle. Sa musique a, après tout, marqué nos vies, d'un bout à l'autre du Canada. Et que dire de son style, qui a influencé nombre de nos looks dans les années 1990! Surexcités, en attendant son arrivée, on s'est raconté nos souvenirs liés à la star, montré les photos de nos tenues inspirées des siennes (beaucoup d'imprimés léopard!). D'une façon ou d'une autre, Shania faisait partie de nous tous.

Lorsqu'elle a fait son entrée dans le studio, à Toronto, au cours d'une chaude journée de juillet, on s'est rendu compte qu'on se tenait devant *la* Shania Twain. La pionnière. L'icône. L'une des artistes féminines ayant vendu le plus d'albums de tous les temps (plus de 100 millions!) et l'artiste féminine ayant vendu le plus d'albums dans l'histoire de la musique country. Elle a écrit et interprété tant de succès que ça peut donner le vertige, rien que d'y penser. Et voilà que la reine de la pop country, quintuple lauréate d'un Grammy, était devant nous, souriante, tenant dans ses bras son minuscule poméranien, Sapphie.

Shania Twain, qui parle très bien français, est à l'aube de ses 61 ans. Ces jours-ci, elle aussi boucle la boucle. Tout juste de retour en Ontario après une série de 12 concerts au stade de Wembley, où elle s'est produite avec Harry Styles, elle fait la promotion de son septième album studio, *Little Miss Twain*. Ce nouvel opus raconte en chansons sa jeunesse, ses débuts sur scène et son enfance à Timmins, une petite ville minière située à environ 700 km au nord de Toronto.

«Cet album est différent des autres, confie-t-elle dans sa loge, après notre séance photo. J'ai écrit beaucoup de ces textes il y a des années, sans nécessairement avoir l'intention de les mettre en musique. J'ai même pensé que certains conviendraient mieux à un autre artiste... Et puis, je me suis rendu compte que j'avais accumulé tout un corpus de morceaux décousus sur ma jeunesse, mes origines. Je me suis dit que je devrais en faire un album.»

Little Miss Twain, et ses 15 titres qui allient harmonieusement country, pop, rock, soul, jazz et bluegrass, constitue de loin son œuvre la plus introspective à ce jour. «Faded Blue Jeans» et «Quit My Life», qui racontent des expériences vécues, mettent à l'avant-plan le côté plus libre de la chanteuse, et «Rockstars» retrace l'adolescence de Shania, quand elle vivait au milieu de nulle part et partait camper pendant des jours, armée de sa guitare et d'une bouteille de whisky. L'artiste décrit «Scary Little Thing» comme sa «chanson inspirée du Motown», notamment des Supremes. La chanson-titre, que Shania a dévoilée avant la sortie de l'album, évoque les espoirs et les rêves que sa mère nourrissait pour elle lorsqu'elle était enfant. Tanya Tucker, l'une des premières idoles de la star canadienne, l'accompagne sur cette piste très personnelle.

«J'ai toujours inclus ses chansons dans mon répertoire et suivi de près sa carrière, souligne Shania à propos de son idole. Quand j'étais plus jeune, ma mère et les membres de ma famille insistaient pour que je chante presque uniquement des chansons de Tanya Tucker. C'était une enfant-star de la musique country. Ma mère était convaincue que c'était un statut que je pouvais moi aussi atteindre – mais bien sûr, ce n'était pas le cas.» ➤

«CET ALBUM EST DIFFÉRENT DES AUTRES. J'AI ÉCRIT BEAUCOUP DE CES TEXTES IL Y A DES ANNÉES, SANS NÉCESSAIREMENT AVOIR L'INTENTION DE LES METTRE EN MUSIQUE.»

Boucles d'oreilles (Bottega Veneta)
et t-shirt (appartenant à Shania)

Haut et chaussures (Dolce&Gabbana), pantalon (Niccolò Pasqualetti) et bague (Kotoba Jewellery)

Veste, chemise et t-shirt (AMI Paris), jupe (RE—PULL), collant (appartenant au styliste) et boucles d'oreilles et bagues (Kotoba Jewellery)



«MES PARENTS SOUHAITAIENT D'ABORD QUE JE CHANTE SUR SCÈNE. MAIS, À 10 ANS, J'AI COMMENCÉ À ÉCRIRE DES TEXTES ET C'EST VITE DEVENU UNE OBSESSION.»

Après que Shania eut enregistré quelques ébauches de *Little Miss Twain*, un membre de son équipe lui a suggéré de demander à Tanya Tucker si elle accepterait d'y ajouter sa voix. «J'étais intimidée, parce que je la vénère! Je ne voulais pas la déranger, raconte-t-elle. Mais elle a dit oui et s'est montrée très aimable. Ç'a été une expérience fantastique. Me voir chanter aux côtés de Tanya aurait sans aucun doute été sur la *bucket list* de ma mère.»

Shania Twain, née Eileen Edwards, fait partie d'une famille de cinq enfants. Son enfance difficile a été marquée par la pauvreté, la violence et de nombreux déménagements. Sa mère a vu dans le talent de sa fille un moyen de se sortir de la misère et elle est devenue à la fois son imprésario, sa promotrice, sa chauffeuse et sa plus grande fan. Avant même qu'elle n'ait atteint la puberté, sa mère l'emmenait chanter dans des bars. Même si elle aimait performer, Shania, dès son plus jeune âge, se passionnait plutôt pour l'écriture de chansons. «Mes parents souhaitaient d'abord que je chante sur scène. Mais, à 10 ans, j'ai commencé à écrire des textes et c'est vite devenu une obsession.»

En 1987 est survenue une tragédie: sa mère et son beau-père sont morts dans un accident de voiture, laissant Shania, alors âgée de 22 ans, seule pour élever ses deux frères et sa sœur cadette. Pour gagner son pain, elle a fait l'unique chose qu'elle savait faire: donner des spectacles (notamment au Deerhurst Resort, à Huntsville) jusqu'à ce qu'elle décroche enfin, à 27 ans, son premier contrat de disque. Du jour au lendemain, sa vie a basculé, et elle a suivi la voie dont sa maman avait toujours rêvé.

Toutefois, son ascension ne s'est pas faite sans embûches. Quand Shania Twain s'est installée à Nashville pour enregistrer son premier album, elle savait que c'était sa seule chance de changer sa destinée. Elle avait l'impression de tenir entre ses mains une chose incroyablement fragile, qui pouvait se fracasser à tout moment. «Je savais que je ne pouvais pas me permettre de faux pas. Je faisais très attention à la façon dont je me comportais. J'avais une vision artistique, mais je savais que je ne devais pas m'imposer. Je ne pouvais pas passer pour une diva – j'étais une pure inconnue. J'ai appris à écouter, à être prudente. Je savais que je n'étais pas à la maison [dans l'industrie], je n'étais alors qu'une simple visiteuse, une petite nouvelle.»

Son premier album lui a permis de mettre un pied dans la porte, mais c'est son deuxième opus, *The Woman in Me* (1995), qui l'a propulsée vers la gloire internationale, avec des succès tels que «Whose Bed Have Your Boots Been Under?» et «Any Man of Mine». Son troisième album, *Come on Over*, sorti deux ans plus tard, allait devenir l'album le plus vendu de tous les temps par une artiste solo grâce à des hits comme «You're Still the One», «From This Moment On» et «That Don't Impress Me Much» ainsi que l'hymne à l'émancipation féminine devenu un incontournable du karaoké, «Man! I Feel Like a Woman!»

Au fil des années, malgré son succès immense, Shania Twain a dû faire face à une série d'épreuves en coulisses. En 2003, alors qu'elle montait à cheval, elle a été piquée par une tique et a contracté la maladie de Lyme. Celle-ci a endommagé ses cordes vocales et l'a contrainte à mettre sa carrière musicale sur pause pendant plusieurs années. Puis, en 2008, elle s'est séparée de son mari, le producteur Robert «Mutt» Lange, le père de son fils, après avoir découvert qu'il entretenait une aventure avec l'une de ses amies les plus chères. Shania Twain, loin d'être du type à se laisser abattre, a fini par retomber amoureuse et a épousé Frédéric Thiébaud... l'ancien conjoint de cette même amie! ➤

Veston, pantalon, chaussures (Saint Laurent)
soutien-gorge (Eres) et boucles d'oreilles
(Kotoba Jewellery)





Ces derniers temps, la star internationale a beaucoup parlé du passé et de ce qui la lie à son nouvel album. Toutefois, elle se tourne vers l'avenir avec énormément d'enthousiasme et a hâte de monter sur scène, notamment dans des petites salles et des festivals (d'ailleurs, elle cite le Festival d'été de Québec comme l'un de ses événements préférés. «L'énergie de la foule y est absolument incroyable!») Même si les stades lui offrent plus de contrôle sur le son et plus d'espace pour bouger (un atout essentiel pour une amatrice de grands battements comme elle!), elle s'illumine quand elle mentionne sa série de concerts intimes dans des bars, comme un pub à l'est de Londres, ou le Horseshoe Tavern, à Toronto, et le Racket NYC, à New York. «J'ai toujours secrètement rêvé de "jammer", d'improviser. Ces dernières années, j'ai rencontré des musiciens et des amis qui font ça ensemble, et j'ai commencé à me joindre à eux, par pur plaisir, sans public.» Pour elle, c'est une question de spontanéité et de simplicité. «Dans ce contexte, au lieu de compter sur la sono, on se fie à son instinct. C'est plus dépouillé, plus brut, plus authentique – c'est comme ça que j'ai grandi, et ça me manque. *Little Miss Twain* me rappelle l'époque des reprises, des petites salles de l'Ontario, et ça me semble tout à fait naturel de me replonger dans cette ambiance. J'espère que les fans l'apprécieront aussi. Je trouve que c'est une belle façon de me rapprocher d'eux.»

Ces concerts plus intimistes lui permettent également de tester de nouvelles chansons avant leur sortie officielle. Tout comme son public, qui la fixe sur scène, elle prête attention, elle aussi, à celles et ceux qui la regardent. «Je sens si une chanson est réussie ou non, je le sens à l'énergie des gens, tout simplement. Je viens de jouer ma chanson «Dirty Rosie» 12 fois à Londres, avec Harry, et je voyais que la foule y réagissait de plus en plus au fil des performances. C'est une récompense, un sentiment formidable. Ce qui compte, ce sont les gens du public. Ils sont toujours sincères. Les vrais fans veulent simplement mieux te connaître, et la meilleure façon de se dévoiler, c'est à travers la musique.»

Shania Twain a chanté les chansons d'autres artistes durant des années avant de percer, mais lorsqu'elle a enfin pu lancer ses propres compositions, elle s'est juré de ne plus jamais faire de reprises. «Je suis dans une situation différente aujourd'hui. J'aimerais bien un jour enregistrer un album de reprises de toutes mes chansons préférées. Parce que ça bouclerait la boucle. Je suis rendue de l'autre côté du pont.»

Elle s'est certainement rendue plus loin que la «petite Miss Twain» n'aurait jamais pu l'imaginer. En repensant à cette jeune fille de Timmins qui grattait sa guitare dans les bars, celle qui a dû grandir trop vite, celle qui a travaillé sans relâche pour aider sa famille et réaliser ses rêves, Shania affirme qu'elle ne changerait pas grand-chose à sa vie. «Il est toujours mieux de ne pas savoir à quelle hauteur se trouve le sommet de la montagne, dit-elle à propos de son parcours. Mieux vaut simplement s'engager à grimper.» ■

Maquillage: Susana Hong (Plutino Group, avec les produits Chanel Beauté); coiffure: Connor Lange; assistance à la technique: Pascal Fréchette; assistance à la photographie: Hugh Read et Warren Hrycun; assistance au stylisme: Kyla Akey et Evan Grundmann; décor: Chiara Purdy; retouches vestimentaires: Jenna Gandy; production: Andrew McGrath; assistance à la production: Sam Jackson. Merci au transporteur aérien KLM Royal Dutch Airlines et au Ace Hotel de Toronto pour leur soutien à la réalisation de cette séance photo.



Chaussures (Aeyde)

SIMPLICITÉ VOLONTAIRE

La palette est plutôt sobre, les lignes épurées et l'accent mis sur les coupes et les matières. Cette saison, on embrasse le minimalisme avec abandon.

PHOTOGRAPHIE **CÉDRIC BIHR**
STYLISME **ELISSA CASTELBOU**

Robe (Valentino), boucles d'oreilles (Florence Toussaint Schmidt), collier porté en guise de bracelet au poignet droit (Monies), large bracelet argent et bracelet de bois au poignet gauche (Monies) et bracelets argent et noir (Mele + Marie)

Robe (Tod's), boucles d'oreilles (Laruicci),
gants (Squillace 1923) et sac (Talèl)

Robe (Max Mara),
boucles d'oreilles (Justine Menard)
et gants (Laruicci)

Robe et chaussures (Bottega Veneta)

4_119877641

Robe en tricot, jupe, ceinture, gants,
boucles d'oreilles et bottes (Givenchy)

4_119877641

Col roulé, foulard, veste, pantalon,
gants et collier (Hermès)

Robe, cape et bottes (Alaïa)

Veste, haut, pantalon et boucles d'oreilles (Louis Vuitton)

Robe (Chanel), collier et bracelets (Atelier Rozier), lunettes de soleil (Alaïa), boucles d'oreilles (Florence Toussaint Schmidt) et chaussures (Roger Vivier)

Merci au Musée de Préhistoire d'Île-de-France, à Nemours.
Mannequin: Leni Voster (Premium Models); direction mode: Alexandra Bernard; coiffure: Liv Holst (WSM); maquillage: Céline Exbrayat (Call My Agent); assistance à la photographie: Jean Garcin et Alexandra Beyer; assistance à la technique: Pablo Azevedo (Purple Grain); assistance au stylisme: Alexandra Lefèvre; production: Yannick Selva (ELLE international)

beauté

GUIDE TENDANCES

Automne-hiver 2026-2027

Du bohème des *sixties* (pensez vagues vaporeuses et maquillage aux tons terreux) au glamour des *party girls* des années 2000 (bonjour, regard charbonneux et chevelure en bataille), en passant par le chic minimaliste de Caroline Bessette-Kennedy dans les années 1990, avec ses tifs ultralisses et ses lèvres rouges impeccables, les tendances beauté de la saison revisitent certains des looks les plus marquants des dernières décennies. Prête pour un voyage dans le temps?

Texte KATHERINE LALANCETTE *Adaptation* JOANIE PIETRACUPA

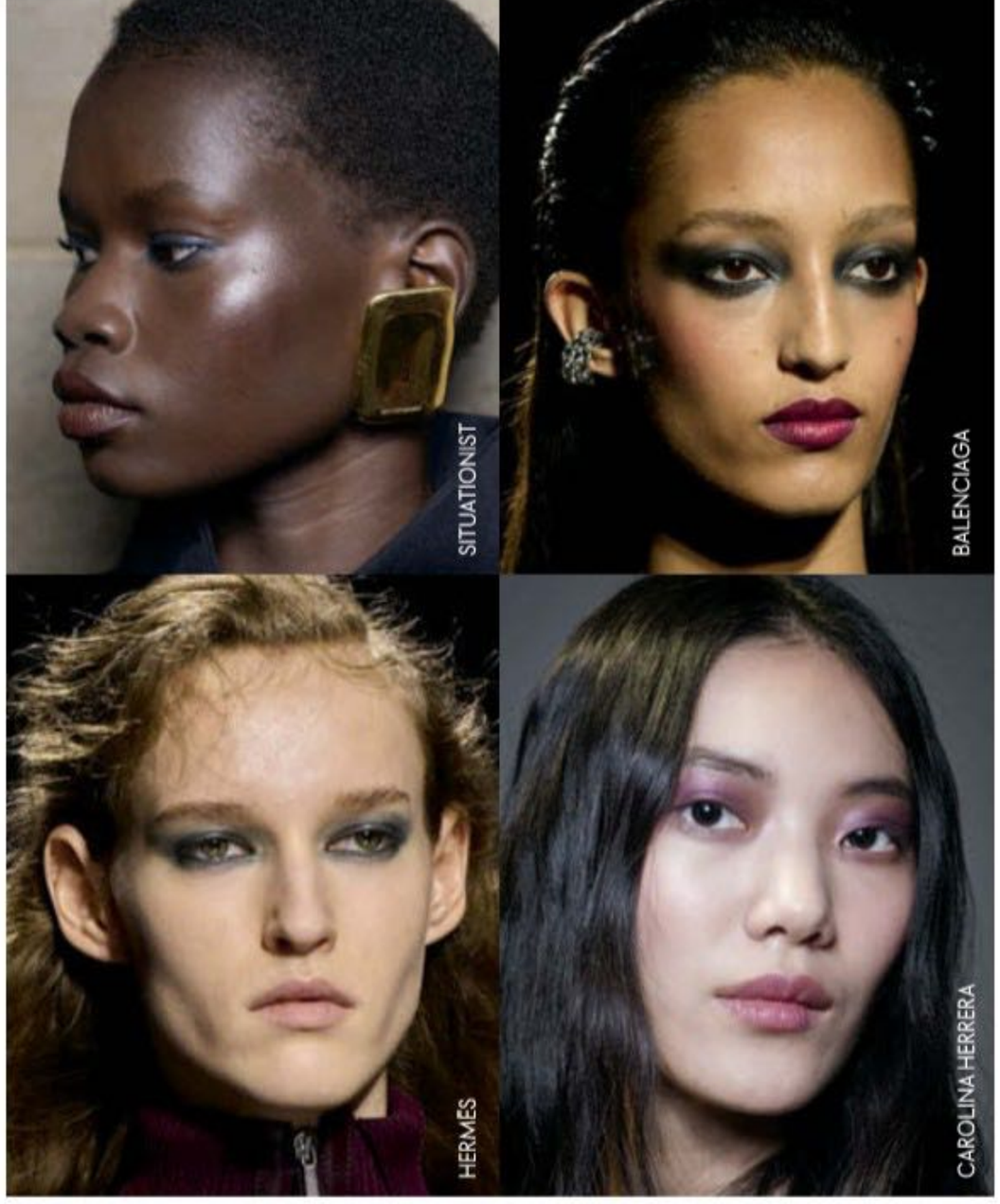
CHLOÉ



PIERRES *précieuses*

Envie d'ajouter un peu de couleur à votre regard? Les fards améthyste, saphir et émeraude habillent les paupières comme le ferait un bijou. Une façon simple d'égayer un maquillage et une tenue (sans faire exploser son budget).

FARD À PAUPIÈRES CRÈME-POUDRE LONGUE TENUE BORN STAR (MOOD SWING), DE **MARC JACOBS BEAUTY** (40 $, SEPHORA.CA)



PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT



Pas de JUSTE MILIEU

Toutes nos excuses à la génération Z: la fameuse raie sur le côté, qualifiée de coiffure millénariale dépassée sur les réseaux sociaux, revient en force. La preuve que certaines tendances finissent toujours par prendre leur revanche.

SPRAY VOLUMATEUR DE RACINES BIGWIGG, D'**AG CARE** (32 $, AG.CARE)

Front FROID

Après le blush façon coup de soleil sur le haut des pommettes et l'arête du nez de l'été dernier, place au fard à joues effet grand froid. Imaginez un teint rosi après une journée de ski ou une balade dans la neige. Pour obtenir un résultat frais et romantique qui semble dire «donnez-moi un chocolat chaud, pour l'amour!», il suffit d'appliquer un fard rosé au centre des joues et sur le bout du nez.

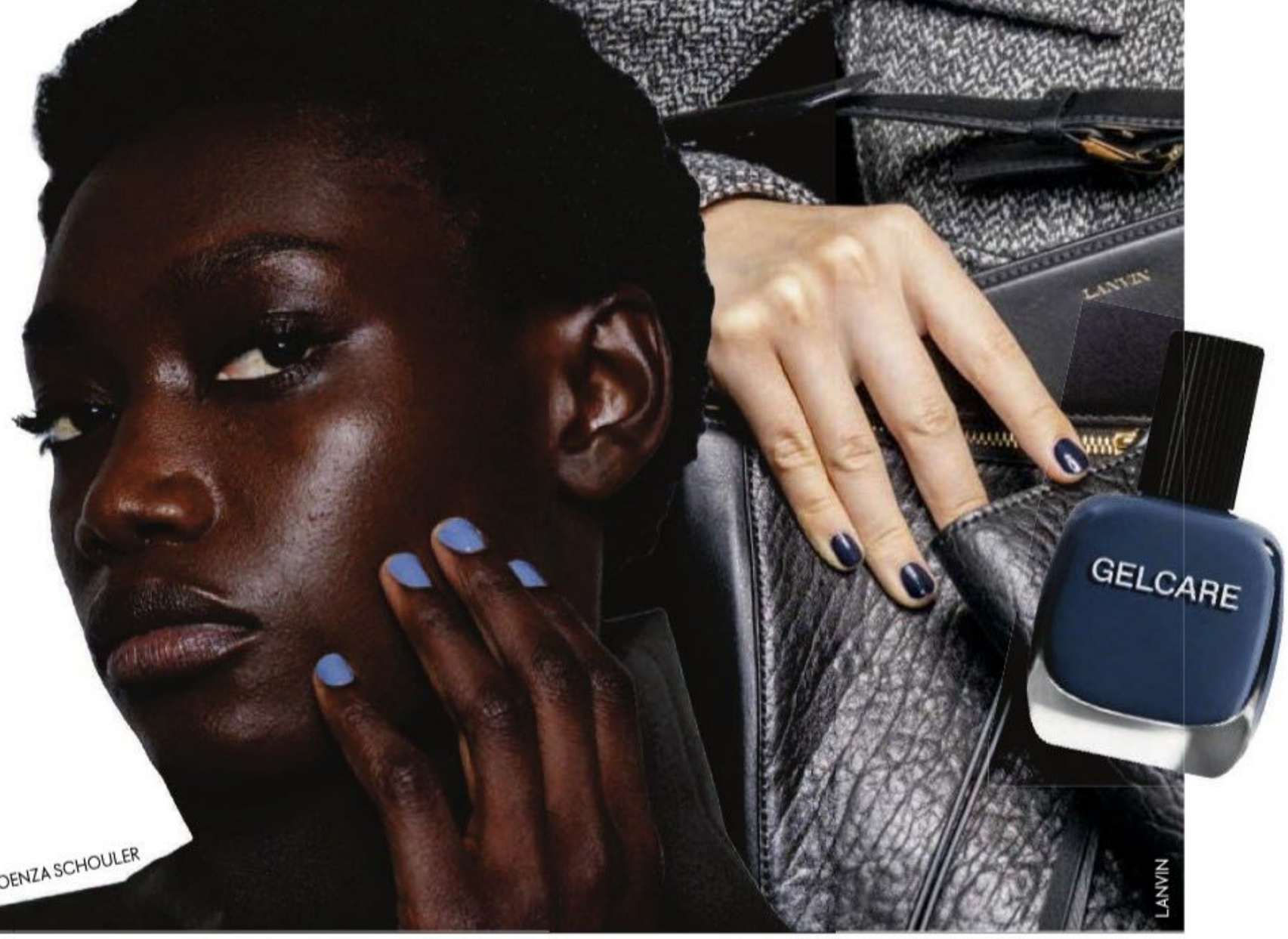
FARD À JOUES BAUME LISSANT CRÈME-POUDRE DOLCI (ROSE BLUSH), D'**ARMANI BEAUTY** (48 $, ARMANI-BEAUTY.CA)



Bleu Jeans BLEU

Les défilés ont fait la part belle aux vernis bleus: ciel, marine, céruléen, ardoise, marine. Tel un jean, ces nuances vont avec tout.

⚜ VERNIS À ONGLES (DENIM), DE **GELCARE** (22 $, GELCARE.COM)





Toute COURT

Le mot d'ordre côté coupe cet automne? Plus c'est court, mieux c'est. *Pixies* effilés et têtes fraîchement rasées se sont multipliés sur les passerelles. En prime? On les coiffe en quelques secondes et ils sont géniaux pour mettre les traits en valeur. Alors, qui ose le grand coup de ciseaux?

CREME DE MODELAGE, DE **MOROCCANOIL** (38 $, CA.MOROCCANOIL.COM)

Détecteur de FUMÉE

Selon la légende beauté, le *smoky eye* serait né sous les pinceaux de la maquilleuse Linda Cantello au début des années 1990, dans les coulisses des tout premiers défilés Gucci de Tom Ford. Ce look audacieux et sensuel à souhait s'accordait parfaitement aux créations provocantes de ce directeur artistique. Trente-cinq ans plus tard, le regard charbonneux n'a rien perdu de son pouvoir de séduction. La prochaine fois qu'une soirée s'annonce, on sort donc nos fards foncés et on fait honneur à Linda!

⚜ PALETTE DE FARDS A PAUPIERES 5 COULEURS DRESS CODE (BLACK SMOKING), DE **WATIER** (50 $, WATIER.COM)





PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

À LA *longue*

La frange a la réputation d'exiger des visites fréquentes chez le coiffeur, mais les looks des défilés de l'automne-hiver semblent vouloir prouver le contraire. Longue, souple et légèrement floue, elle descend jusqu'aux cils et se glisse même sous les lunettes de soleil. Comme quoi, le secret d'un look sans effort est parfois simplement de... faire moins d'efforts!

SHAMPOOING SEC RECHARGEABLE EN POUDRE FRANGE PUFF, DE **VIOLETTE_FR** (55 $, VIOLETTEFR.COM)

MOSCHINO

RABANNE

VIOLETTE_FR

MICHAEL KORS

PATOU

ISABEL MARANT

ZADIG & VOLTAIRE

BRONX BANCO

AMI PARIS

ELISABETTA FRANCHI

En mode SOMBRE

Il ne faut pas craindre le rouge à lèvres foncé. Faites-nous confiance: bien choisi, il ravive le teint tout en ajoutant une touche de mystère. La clé, c'est de dénicher la nuance faite pour soi. Les tons prune froids, aux sous-tons bleutés, flattent les carnations rosées, tandis que les bordeaux, plus chauds, tirant sur le rouge, conviennent aux peaux dorées. Les teints neutres, eux, peuvent tout se permettre.

ROUGE À LÈVRES EN LAQUE LUSTRÉ LONGUE TENUE ATOMIC SHAKE (MARRON), DE **HAUS LABS BY LADY GAGA** (39 $, SEPHORA.CA)

BOY LONDON

FERRARI

SALINAS

HAUS LABS

SAINT LAURENT

ELIE SAAB

CARVEN

MICHAEL KORS

WILLY CHAVARRIA

ROBERTO CAVALLI

ERMANNO SCERVINO

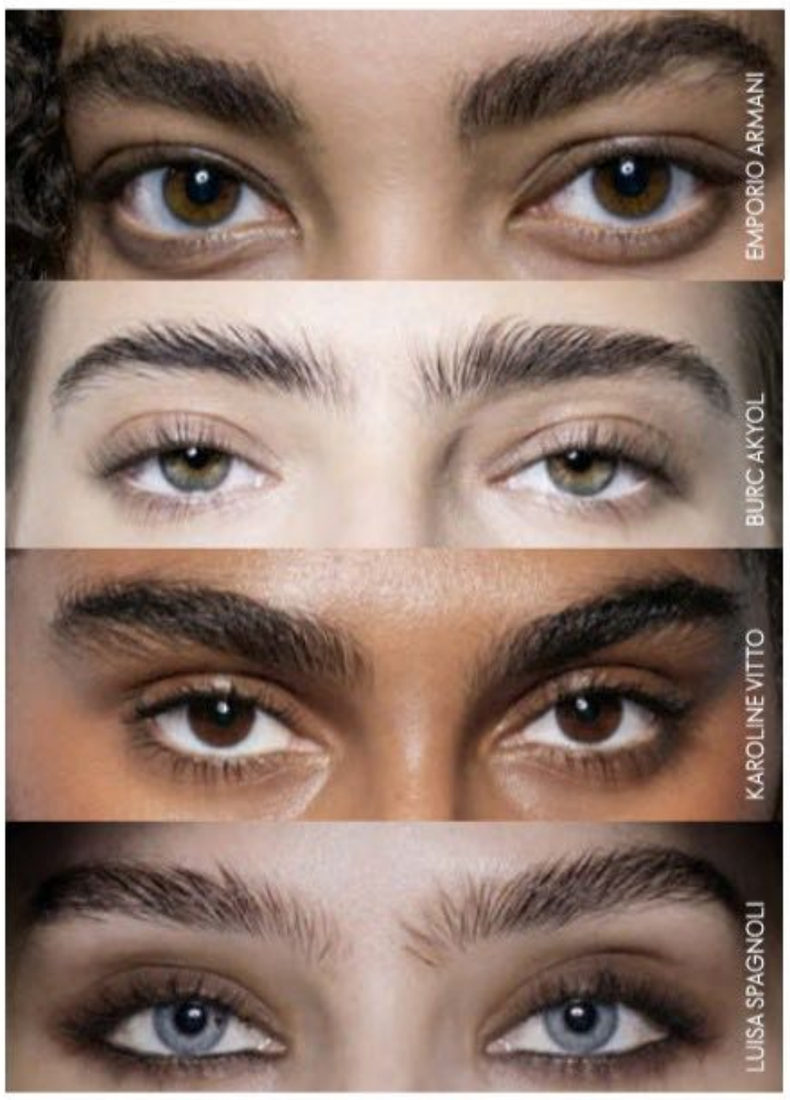
DOLCE&GABBANA

50 nuances de GRÈGE

Le blanc laiteux et le rose pastel peuvent maintenant s'effacer devant le grège (contraction de *gris* et *beige*), le nouveau neutre en vogue. Moderne, discret et élégant, il rehausse n'importe quel look sans jamais en faire trop.

VERNIS À ONGLES (BERLIN THERE DONE THAT), D'**OPI** (17 $, AMAZON.CA)





De mille FEUX

Aucun doute: l'éclat miroir est partout. Après les ongles «glazed donut», le teint «glass skin» et les cheveux étincelants, les sourcils passent eux aussi en mode *glossy*. On oublie les gels figés et on privilégie une formule souple qui apporte juste ce qu'il faut de luisance.

GEL TEINTE HYDROFUGE DREAM SHEEN, DE **BENEFIT COSMETICS** (37 $, SEPHORA.CA)



TÊTE *d'affiche*

On connaît toutes cette sensation de bien-être quand, en sortant du salon, nos cheveux sont parfaitement lisses, lustrés et qu'ils rebondissent à chacun de nos pas. Instantanément, on se sent invincible. Pour recréer une mise en plis digne des pros à la maison, on s'arme d'une brosse ronde chauffante et d'un protecteur thermique illuminateur.

CREME FRIZZ-GLAZE GLOSS ABSOLU, DE **KÉRASTASE** (82 $, KERASTASE.CA)



PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

VITE FAIT, *bien fait*

Dans la catégorie «minimum d'effort, maximum d'effet», le chignon bas décroche la palme. Il suffit de plaquer les cheveux vers l'arrière, d'enrouler les longueurs, de fixer le tout à l'aide d'un élastique ou de quelques épingles... et le tour est joué. Pour une finition encore plus soignée, on lisse nos mèches rebelles avec un bâton de cire coiffante.

♣ BÂTON DE COIFFAGE HOLD.ME, DE **DESIGNME** (31 $, DESIGNMEHAIR.COM)



Feu ROUGE

Les moues rouges ne disparaissent jamais vraiment des tendances, mais elles étaient particulièrement présentes dans les défilés, s'invitant chez Michael Kors, Jil Sander, Lacoste et Willy Chavarria, pour ne nommer que ceux-ci. La version du moment? Un rouge franc et éclatant, associé à un teint lumineux et à un maquillage des yeux presque invisible.

♣ CRAYON ROUGE À LÈVRES MATTE CRUSH (RED X), DE **VASANTI** (25 $, VASANTICOSMETICS.CA)











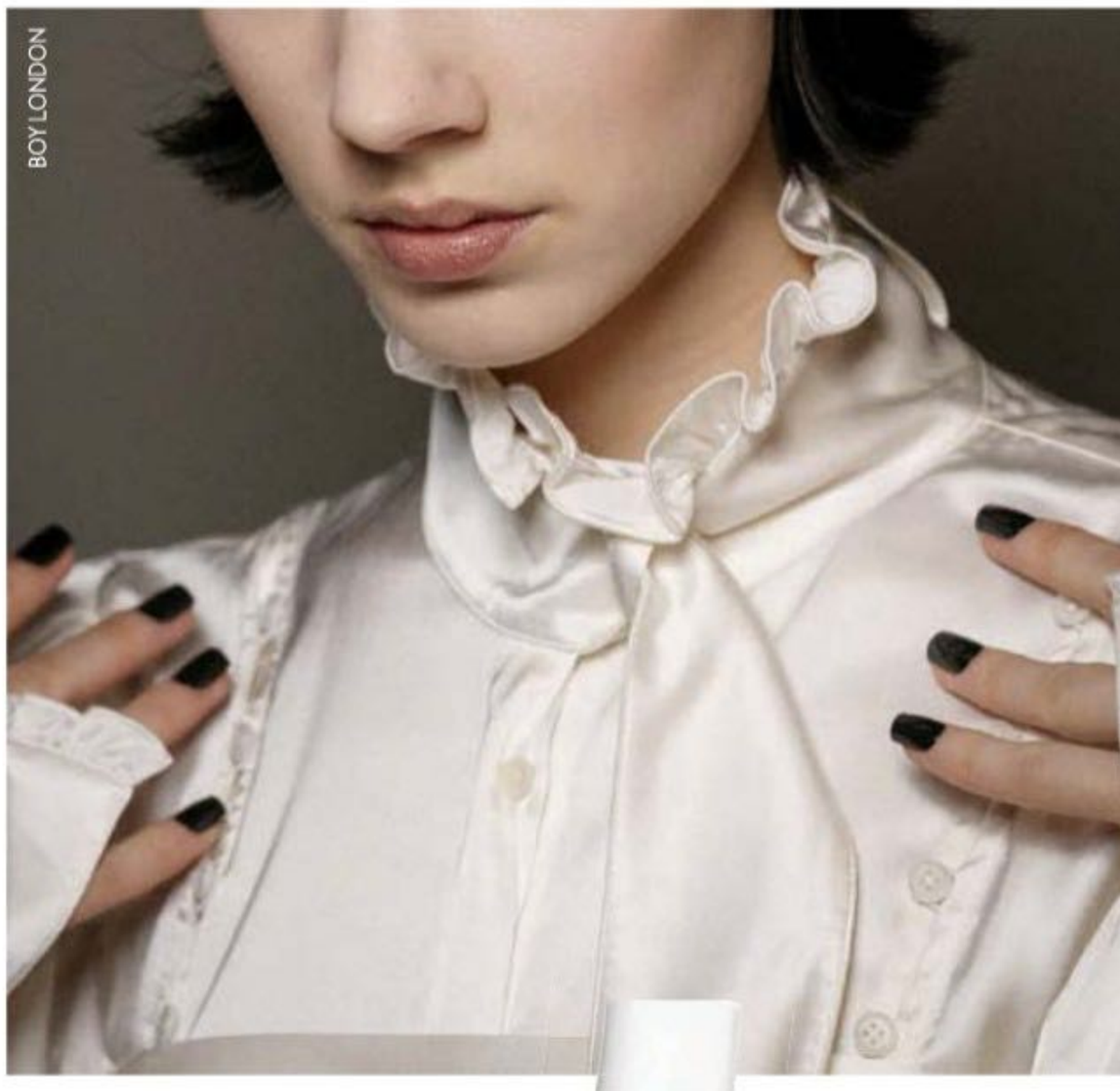
DÉCORATION *d'intérieur*

Notre trait d'eyeliner en dit long, selon la façon dont on le porte. On dessine une virgule féline, et nous voilà transformée en héroïne d'un film de Federico Fellini. On cerne nos yeux de noir, et on affiche illico une attitude de rock star digne de Joan Jett. Le look vedette des prochains mois? Infiniment cool, façon *It girl* des années 1990, avec un coup de crayon noir appliqué sur la muqueuse inférieure, pour donner un effet graphique.

✙ TRACEUR POUR LES YEUX KHÔL (NOIR), DE **MARCELLE** (14 $, MARCELLE.COM)







Côté OBSCUR

Prune profond ou noir absolu: les manucures ténébreuses demeurent incontournables. Pour sublimer leur splendeur gothique, on les pare d'une couche de finition à haute brillance.

VERNIS À ONGLES (WICKED), D'**ESSIE** (15 $, PHARMAPRIX.CA)



L'art du DÉSORDRE

Parfois, la meilleure astuce de coiffage, c'est... de ne pas vraiment se coiffer. Les chevelures en désordre, comme après une sieste ou une journée passée dans le vent, ont envahi les passerelles. Une belle incitation à embrasser le chaos de temps à autre!

VAPORISATEUR TEXTURISANT SEC ET VOLUMISANT COTTON CANDY, DE **MANE** (38 $, SEPHORA.CA)





PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

4_1198777641

FLOU *artistique*

Pendant longtemps, la règle numéro un des cheveux bouclés a été de ne jamais les brosser une fois secs, sous peine de perdre leur définition et de provoquer des frisottis. Cette saison, les experts capillaires envoient promener les diktats. Les ondulations brossées et aériennes aperçues chez Chloé, Zimmermann et Ulla Johnson montrent que leur charme rétro est plus irrésistible que jamais.

N.01 LA BROSSE BRILLANCE & SOIN L'UNIVERSELLE, DE **LA BONNE BROSSE** (280 $, LIVING-BEAUTY.COM)



Citrouille ÉPICÉE

Si votre café de l'automne est parfumé à la citrouille, pourquoi votre maquillage ne le serait-il pas aussi? Les nuances rouille, orange brûlé et brun fauve ont habillé les paupières, les lèvres et les joues de nombreuses mannequins lors des grands défilés. Autant dire que la saison des lattés épicés n'a jamais été aussi stylée.

1. FARD A JOUES ET A LEVRES CREME + ILLUMINATEUR EN BÂTON (DREAMER), D'**ILIA** (49 $, ILIABEAUTY.COM) 2. PALETTE D'OMBRES A PAUPIERES BITE-SIZE (PUMPKIN PIE), D'**E.L.F. COSMETICS** (5 $, CA.ELFCOSMETICS.COM)







PHOTOS: LAUNCHMETRICS SPOTLIGHT

GIORGIO ARMANI

EMPORIO ARMANI

PHILIPP PLEIN

ZIMMERMANN

BLUMARINE

STELLA MCCARTNEY

L'EFFET *papillon*

Après les bobs français, italien et scandinave, voici le bob papillon. Ses dégradés légers et texturés lui donnent une allure plus libre et décontractée que ses cousins européens, plus structurés. Pour accentuer son effet ébouriffé, on froisse les longueurs à l'aide d'un vaporisateur volumisant et on les laisse sécher à l'air ambiant.

VAPORISATEUR VOLUMISANT POUR VAGUES A SECHAGE À L'AIR LIBRE, DE **JVN** (38 $, SEPHORA.CA)

GRAND ÉCART

Plongeons dans l'eau glacée, jeûnes intermittents, entraînements par intervalles à haute intensité... De nombreuses tendances santé axées sur «l'optimisation de la biologie humaine» (qu'on appelle le *biohacking*) ont été mises au point en fonction d'un corps masculin. Aujourd'hui, de plus en plus d'études montrent que ces pratiques ne seraient pas forcément bénéfiques pour les femmes. Qu'en est-il?

Texte VICTORIA CHRISTIE
Adaptation ELISABETH MASSICOLLI
Illustration ASAMI WATANABE

KAYLA BARNES-LENTZ, qui vit à Austin, au Texas, a grandi dans une famille dont l'alimentation typiquement nord-américaine était bourrée d'aliments ultratransformés, de sodium, de gras trans et de sucres ajoutés. Tout a changé à l'université quand elle a commencé à étudier la nutrition. Petit à petit, elle s'est mise à intégrer dans son quotidien ce qu'elle apprenait dans ses cours... et elle s'est rapidement sentie mieux. Auparavant, elle avait de la difficulté à se concentrer et souffrait de fatigue chronique, mais depuis, elle déborde d'énergie et de motivation. Ce changement allait la lancer dans une quête pour «optimiser sa biologie».

On appelle ça le *biohacking*, un courant qui a connu un essor fulgurant ces derniers temps. Cette tendance vise à maximiser la santé physique et à permettre de vivre plus longtemps. Rien n'illustre mieux le phénomène que ces riches PDG de la Silicon Valley qui dépensent une fortune en traitements, en compléments alimentaires et en gadgets dernier cri pour tenter de déjouer le temps. (C'est notamment le cas de Bryan Johnson, un entrepreneur en technologies bien connu dans l'univers du *biohacking*, qui est allé jusqu'à se faire injecter par transfusion le sang de son fils adolescent.)

Kayla Barnes-Lentz est devenue une figure de proue de ce mouvement. Elle anime un balado sur le sujet et partage ses routines en détail sur ses réseaux sociaux. En 2018, lorsqu'elle a décidé d'ouvrir une clinique de longévité, elle a mandaté une équipe de professionnels de la santé pour lui concocter une série de protocoles qu'elle pourrait tester sur sa propre biologie. L'un d'entre eux consistait à réduire son apport calorique. (Certaines études ont montré qu'une restriction calorique de 20 à 40 %, sans tomber dans la malnutrition, peut prolonger la durée de vie d'animaux comme les souris et les vers.)

«Au début, tout allait bien, dit-elle. Je me sentais en forme. Puis, au bout de quelques mois, j'ai remarqué pour la première fois que mon cycle n'était plus régulier.» Des analyses ont ensuite révélé que sa thyroïde s'affaiblissait. «J'ai eu une prise de conscience. Visiblement, mon test n'avait pas eu l'effet désiré.»

Cet événement l'a amenée à élaborer, en partenariat avec une équipe d'expertes, de nouveaux protocoles de *biohacking* pensés spécifiquement pour les femmes, qu'elle a rendus accessibles sur son site web. «Nous avons des caractéristiques particulières, des choses auxquelles les hommes ne pensent pas. C'est pourquoi nous avons besoin de protocoles conçus par des femmes, pour des femmes.»

Jusqu'à tout récemment, le *biohacking* était principalement façonné par des hommes, et les effets des différents protocoles avaient majoritairement été étudiés sur des sujets masculins. Les particularités du corps des femmes (les fluctuations hormonales, les menstruations, la grossesse, la ménopause, etc.) n'avaient pas été prises en compte dans l'équation. C'est un problème, puisque comme aime le dire la physiologiste Stacy T. Sims, «les femmes ne sont pas des petits hommes».

La Dre Sarah Saska l'a appris à ses dépens. En janvier 2024, cette entrepreneuse canadienne, cofondatrice et PDG de Feminuity, un cabinet-conseil en équité, diversité et inclusion, s'est jointe à l'étude BP5000 Longevity Trial, de Bryan Johnson (oui, celui-là même qui s'est fait injecter le sang de son ado). Cette étude d'autoexpérimentation s'articulait autour du programme que Bryan Johnson avait établi dans le but de ralentir son vieillissement biologique. La Dre Saska dit s'être inscrite par «curiosité professionnelle».

On a demandé aux cobayes (qui devaient être invités pour prendre part à l'expérience) de collecter des données sur leur santé globale avant de commencer un protocole de 90 jours, pour lequel ils devaient se procurer les mélanges de boissons, les gélules, l'huile d'olive et les puddings vendus par Bryan Johnson. La Dre Saska dit avoir dépensé environ 1600 $ pour ces compléments alimentaires, et près de 700 $ pour obtenir un bilan sanguin. Les participants à cette étude n'étaient pas rémunérés. ➤

La participation de la Dre Saska a été de courte durée. Elle a abandonné au bout d'un mois, après avoir compris que le processus ne prenait pas du tout en considération la biologie féminine. Par exemple, le régime strict n'était pas adapté au cycle menstruel. Quand les participantes leur ont fait part de leurs préoccupations, «Johnson et son équipe n'avaient pas vraiment de réponses pertinentes à [leur] donner». Certaines d'entre elles ont créé un forum de discussion indépendant afin d'échanger sur les perturbations de leur cycle et sur les effets secondaires du protocole. «C'est devenu clair pour moi que c'était une arnaque», dit la PDG. (Bryan Johnson, qui souhaite peut-être faire taire les critiques, a récemment annoncé qu'il prévoyait élaborer avec Kate Tolo, sa conjointe et partenaire d'affaires, un protocole destiné aux femmes.)

Les partisans du *biohacking*, comme Bryan Johnson, prônent des pratiques telles que l'entraînement par intervalles à haute intensité, le jeûne intermittent et la cryothérapie. Ces pratiques, qui font appel à un processus appelé stress hormétique, sont censées déclencher dans l'organisme des réponses protectrices favorisant la résilience et la longévité. Des études en ont en effet prouvé les bienfaits... mais sur des corps portés par un cycle hormonal stable de 24 heures, comme ceux des hommes. Les hormones féminines, quant à elles, varient constamment sous l'effet de notre cycle menstruel, de notre niveau de stress global et de notre âge. En bref, il n'existe pas de solution universelle pour optimiser la santé de *toutes* les femmes.

Tremper dans un bain d'eau glacée, par exemple, peut, à petites doses, aider à réduire l'inflammation et améliorer la circulation. Toutefois, des études ont soulevé le fait que l'exposition répétée à un froid extrême (en particulier pendant les périodes de stress intense, durant la phase lutéale du cycle menstruel ou chez les femmes qui ont des cycles irréguliers, un syndrome des ovaires polykystiques ou un dysfonctionnement de la glande thyroïde) pouvait stresser à l'excès le corps des femmes, provoquer une poussée de cortisol et potentiellement dérégler leurs hormones reproductives.

Il en va de même pour l'entraînement à haute intensité à jeun et pour le jeûne prolongé. Ces pratiques pourraient contribuer à améliorer la santé métabolique des hommes (notamment en régulant l'insuline et en réduisant l'inflammation), mais selon la Dre Elaine Chin, médecin spécialiste en longévité à Toronto, elles ne sont pas toujours bénéfiques pour les femmes, en particulier durant les périodes où elles sont sensibles aux fluctuations hormonales. Le corps féminin tend à réagir davantage aux déficits énergétiques. C'est pourquoi les jeûnes prolongés ou les régimes hypocaloriques peuvent déclencher des réactions de stress et perturber les hormones.

La Dre Elaine Chin rappelle que le cortisol (la principale hormone du stress) a un effet protecteur lorsqu'il est présent en petites quantités, puisqu'il mobilise l'énergie.

> «[CHEZ LES FEMMES, LE *BIOHACKING*] PEUT FAIRE PLUS DE MAL QUE DE BIEN; ÇA PEUT ENTRAÎNER DE LA FATIGUE, LA PERTE DE CHEVEUX ET DES PROBLÈMES HORMONAUX.»
>
> — Dre ELAINE CHIN

Cependant, quand les femmes sont en situation de sous-alimentation chronique ou de surentraînement, cette réponse au stress peut se déséquilibrer. «Ça peut faire plus de mal que de bien; ça peut entraîner de la fatigue, des troubles du sommeil, la perte de cheveux et des problèmes hormonaux ou de fertilité», dit-elle.

Ça ne veut pas dire que les femmes doivent à tout prix éviter le *biohacking* ou qu'elles ne peuvent pas en retirer des bienfaits. La clé est d'être à l'écoute du corps. Les expertes interrogées dans le cadre de cet article s'entendent pour dire que la première étape vers une vie plus longue et plus saine n'est pas de prendre un bain de glace ou des compléments alimentaires coûteux, mais plutôt d'avoir une meilleure compréhension de notre organisme, qu'il s'agisse de nos hormones, de notre santé cardiovasculaire, de notre métabolisme ou de notre génétique.

«Les femmes sont les premières *biohackers*», dit Louise Upperton, la responsable des programmes du centre de bien-être Supernatural, à Toronto, qui propose des soins comme la cryothérapie et la luminothérapie. «Bien avant les montres intelligentes ou les gadgets pour mesurer les indicateurs de santé, les femmes suivaient leur cycle, modifiaient leur routine et s'adaptaient à la fluctuation de leur énergie. Ça, c'est optimiser sa biologie.» Cette professionnelle s'assure d'ailleurs d'explorer une série de questions avec ses clientes (notamment sur leurs hormones, leur sommeil et leur état global) avant de leur conseiller quoi que ce soit. «Au moment où je les rencontre, j'évalue si leur système nerveux sera en mesure de répondre à des traitements avec résilience ou s'il les percevra comme des facteurs de stress excessifs.»

Elle estime que des choses toutes simples, comme bien dormir et manger mieux, faire de la musculation et réduire notre niveau de stress, pourraient nous rendre «plus en santé que 95 % des gens». La clé de «l'optimisation de notre biologie» serait-elle de respecter nos propres limites et non de toujours chercher à les dépasser? ■

ÉVÉNEMENT

ma beauté

Jean Coutu

mes offres
mes nouveautés
ma rentrée



Obtenez 15 $ de rabais

à l'achat de 75 $ ou plus de cosmétiques jusqu'au 30 septembre avec le code promo **SUBLIME15***

magasinez maintenant jeancoutu.com

En ligne seulement. Livraison ou ramassage gratuits.

* Le code promo SUBLIME15 vous donne 15 $ de rabais sur une commande en ligne, à jeancoutu.com, d'une valeur minimale de 75 $ de produits sélectionnés (excluant les taxes et promotions). Les codes promo ne sont pas cumulables. Offre valide sur une seule commande en ligne, avec livraison ou ramassage. Cette promotion est valide du 13 août au 30 septembre 2026 inclusivement. Applicable uniquement aux services de commerce en ligne de jeancoutu.com. Cette offre n'est pas monnayable ni transférable. Ramassage offert dans certaines succursales sélectionnées seulement. Certains produits ne sont pas disponibles en ligne. Sujet aux conditions d'utilisation du commerce en ligne jeancoutu.com. Détails sur jeancoutu.com.

La nouvelle ère *des* agents de comblement

Après avoir perdu de leur popularité pendant un moment, les injections d'acide hyaluronique font un retour remarqué. Mais oubliez les lèvres surdimensionnées et les joues gonflées d'autrefois; ces temps-ci, tout est dans la subtilité et la précision. Quelques petites gouttes bien placées pour rééquilibrer les traits et vous donner l'impression de n'avoir jamais connu ni stress ni manque de sommeil.

Texte INGRIE WILLIAMS *Adaptation* JOANIE PIETRACUPA

PENDANT DES ANNÉES, les produits injectables à base d'acide hyaluronique ont été présentés comme une solution miracle. On entrait dans une clinique médico-esthétique avec des sillons marqués entre le nez et la bouche, et on en ressortait, moins de 30 minutes plus tard, avec une peau parfaitement lisse. Puis sont arrivés les récits viraux sur TikTok à propos de la migration de ce produit dans la peau, et les confidences de célébrités qui avaient fait dissoudre leurs injections. Du jour au lendemain, l'acide hyaluronique n'était plus perçu comme un remède magique, mais comme une chose à redouter.

Pourtant, même si le grand public s'est montré plus frileux, les spécialistes du milieu esthétique n'ont jamais cessé d'en défendre les mérites. Selon la Dre Lara Devgan, chirurgienne plasticienne très en vue à New York, «on assiste davantage à un changement de perspective qu'à un rejet de l'acide hyaluronique» au sein de la communauté médicale.

Réputée pour sa technique d'optimisation du visage sans l'aide de chirurgie, la Dre Devgan mise sur une multitude de microcorrections (aux cernes sous les yeux, aux tempes, au menton, sur les pommettes, à la mâchoire, aux lèvres ou encore au nez) pour sublimer la beauté naturelle de ses patientes. Résultat: elles ont l'air d'elles-mêmes... en mieux, sans qu'on puisse vraiment dire pourquoi. Et c'est en grande partie dû à des agents de comblement. «Ce ne sont pas les injections qui posent problème, affirme-t-elle. C'est la façon dont elles sont administrées.»

Les mauvais usages des agents de comblement ont alimenté certaines craintes à leur égard, que la Dre Julia Carroll, dermatologue à Toronto et copropriétaire de Compass Dermatology, observe de plus en plus chez ses clientes comme en ligne. «Il y a deux mythes véhiculés ces jours-ci, dit-elle. L'un porte sur la migration des agents de comblement, et l'autre sur l'idée que ces substances restent dans la peau pour toujours. Ce qui est faux.» Reeya Tanna, infirmière injectrice et fondatrice de Plump It Upp, constate elle aussi une évolution dans la perception des consommatrices: les clientes qui se présentent à sa clinique de Toronto sont bien mieux informées qu'auparavant, mais aussi bien plus anxieuses: «Quand j'ai commencé, il y a huit ans, les questions portaient surtout sur les ecchymoses ou sur l'enflure. Aujourd'hui, la migration est presque toujours l'inquiétude principale.»



PHOTO: TORKIL GUDNASON / TRUNK ARCHIVE

En réalité, la migration est un phénomène «extrêmement rare» et «rarement aléatoire», soutiennent respectivement les Dres Carroll et Devgan. «La plupart des cas qu'on voit en ligne sont liés à l'utilisation d'un mauvais produit, injecté au mauvais endroit et en mauvaise quantité», résume la Dre Carroll. Son verdict: «Le problème, ce n'est pas la peinture, c'est le peintre. Ce n'est pas ce qu'il y a dans la seringue, c'est la main qui la tient.»

Reeya Tanna en a fait l'expérience elle-même. Avant de devenir injectrice, elle a eu recours à l'acide hyaluronique pour tenter de corriger ses cernes. «J'étais très naïve. Je faisais confiance à tout ce qu'on me recommandait.» À force de traitements répétés, trop fréquents et réalisés par des praticiens différents avec des produits variés, les effets ont commencé à s'accumuler. «Sous certains éclairages, on voyait une bosse causée par un surplus de produit entre mon œil et ma joue.» Elle a aussi souffert de l'effet Tyndall, caractérisé par une teinte bleue ou grise due à l'injection trop superficielle d'agents de comblement sous la peau fine de cette zone.

En décembre dernier, après avoir tenté le micro-aiguillage avec application de PRP (plasma riche en plaquettes) pour corriger la décoloration, elle a finalement fait dissoudre ses agents de comblement à l'aide d'injections d'une enzyme appelée hyaluronidase. (Les injections d'acide hyaluronique sont parmi les rares traitements médico-esthétiques qui sont réversibles, mais le processus peut s'avérer douloureux et coûteux.) Environ un mois plus tard, elle a décidé de se faire réinjecter un produit dans le contour des yeux, cette fois avec parcimonie, et elle est aujourd'hui ravie des effets obtenus.

Même parcours pour Natalia Boodansingh, une femme de 53 ans travaillant en finance, qui avait d'abord comblé ses cernes pour paraître moins fatiguée. «J'ai été époustouflée par le résultat», se souvient-elle. Puis elle a essayé les injections dans les lèvres. «Je payais déjà pour la seringue destinée à mes lèvres et je ne voulais pas gaspiller le produit restant, alors j'ai proposé qu'on l'utilise pour rehausser mes pommettes... et le praticien l'a injecté dans mes joues sans hésiter.» Le rendu n'était pas du tout celui qu'elle espérait. «Mes yeux semblaient plus petits le matin, et j'avais l'air boursouflée. J'avais peur d'avoir gâché mon visage.» Elle a, elle aussi, fini par faire appel à la dissolution. ▸

Il faut savoir que tous les acides hyaluroniques ne se valent pas. «Certains sont comme des jujubes: ils rebondissent quand on les presse. D'autres sont plus fluides, comme du miel», explique la Dre Carroll. Par exemple, Juvéderm, une des principales marques de produits de comblement, propose six formules distinctes, chacune adaptée à une zone précise du visage. On compte parmi celles-ci Volbella, qui est souple et onctueuse et convient à merveille aux lèvres et aux cernes, ainsi que Volux, plus dense, qui est parfaite pour définir la mâchoire.

Choisir la bonne texture pour la bonne indication est essentiel pour obtenir d'excellents résultats et éviter toute migration du produit. «Un produit conçu pour un soutien structurel en profondeur ne doit jamais être injecté en surface, et inversement», souligne la Dre Devgan, qui met en garde contre une «approche universelle faisant abstraction de la physique, de l'anatomie et de la biologie».

À propos de biologie, on a longtemps cru que l'acide hyaluronique était naturellement dégradé par les enzymes de l'organisme au bout d'environ 6 à 12 mois. Cette théorie a été réfutée. «Nous savons maintenant que l'acide hyaluronique ne disparaît pas simplement selon un calendrier prévisible, déclare la Dre Devgan. Sa durée de vie dépend de plusieurs facteurs: sa viscosité, la profondeur de l'injection, la mobilité des tissus et la physiologie de la personne.» Elle note toutefois que la longévité n'est pas un bémol en soi. «Les difficultés surviennent quand on injecte un produit de longue durée au mauvais endroit et en trop grande quantité ou sans planifier à long terme.»

D'où l'émergence d'une approche plus moderne, fondée sur la technique... et la modération. Comme l'explique la Dre Carroll, «l'acide hyaluronique pénètre dans la peau et retient l'eau; donc, une très petite quantité peut suffire à créer du volume, de la définition ou une action liftante.» Lorsqu'elle est réalisée correctement, l'intervention donne un effet presque imperceptible. «Nous en avons beaucoup appris sur les zones clés où nous pouvions injecter de petites quantités. Je constate qu'en administrant moins d'agents de comblement, j'obtiens des résultats égaux, voire supérieurs à ce qui se faisait avant.»

Même constat du côté de la Dre Devgan: «J'utilise désormais nettement moins de produit, mais de manière beaucoup plus stratégique.»

Cette approche s'applique également au site des injections. Au lieu de traiter directement les rides, au risque d'alourdir le visage et d'en accentuer l'affaissement au fil des traitements, les praticiens expérimentés cherchent dorénavant à traiter la cause sous-jacente de ces rides. «Par exemple, pour les sillons nasogéniens (les creux entre le nez et les coins extérieurs de la bouche), on va travailler en amont, en soutenant les structures affaissées sur le côté du visage», dit la Dre Carroll. Ainsi, les plis s'estomperont naturellement.

Tout comme Reeya Tanna, Natalia Boodansingh a choisi de se tourner à nouveau vers les produits injectables, mais avec une approche beaucoup plus mesurée. «Je privilégie des interventions très légères. Le but, c'est de rafraîchir mon visage, pas de le transformer.» Une philosophie qui résume parfaitement la nouvelle ère des injections d'acide hyaluronique. Comme le dit la Dre Devgan: «Si j'avais à résumer l'avenir des agents de comblement en un mot, je ne dirais pas "disparition", mais plutôt "discernement".» ■

PARFAITEMENT COMBLÉE

Cinq zones inattendues où l'acide hyaluronique peut faire toute la différence, mais en subtilité.

TEMPES

Avec l'âge, la perte de masse musculaire, osseuse et adipeuse aux tempes peut creuser le visage. «Combler les tempes permet de créer une courbe en forme de C autour des yeux, ce qui peut lifter subtilement le regard et la mâchoire, en plus d'offrir une harmonie globale», dit la Dre Carroll. La présence d'un gros vaisseau sanguin dans cette région en fait une zone à haut risque; il est donc essentiel de s'adresser à un spécialiste.

LOBES D'OREILLES

Que vous ayez un lobe affaissé à cause du vieillissement ou que l'ouverture du trou de perçage ait été distendue par des boucles lourdes, l'acide hyaluronique peut vous aider. «C'est comme remettre de l'air dans un ballon dégonflé, fait remarquer la Dre Carroll. Les patientes adorent.»

COU

«La peau du cou est très fine et recouvre une mince couche de graisse et de muscles, ce qui rend son traitement plus difficile et nécessite le recours à plusieurs techniques, dit la Dre Carroll. En complément des biostimulateurs, des appareils à énergie et des neuromodulateurs, on peut utiliser un produit de comblement souple pour atténuer les lignes horizontales, souvent liées à l'usage des écrans.»

MÂCHOIRE ET MENTON

Différents types d'acide hyaluronique peuvent être utilisés pour réduire les bajoues et le rétrécissement structurel du bas du visage. «Une distinction bien marquée entre le visage et le cou est un signe de jeunesse, note la Dre Carroll. Mais méfiez-vous des excès. L'anatomie du menton est complexe, et l'expert doit avoir un très bon sens esthétique pour effectuer des corrections sans aller trop loin.»

CICATRICES D'ACNE

«Certaines cicatrices creuses répondent très bien à de petites injections d'acide hyaluronique, dit la Dre Carroll. La consistance du produit injectable utilisé dépend de la qualité de la peau de la personne. Il ne faut pas laisser de bosse, mais le produit doit tout de même offrir un effet repulpant suffisant.»

Mégane Sauvé #20

IL NE MANQUE QUE VOUS.



BILLETS INDIVIDUELS

MAINTENANT **DISPONIBLES**

rosesmtl.ca

Le temps des FLEURS

Avec une foule de projets très attendus en route (dont un bébé!), Natalie Portman savoure une saison de bonheur. L'actrice se confie sur les merveilles de la maternité, des comédies romantiques et de l'emblématique parfum *Miss Dior*.

Texte KATHERINE LALANCETTE
Adaptation JOANIE PIETRACUPA

DANS LE SUD DE LA FRANCE, par un après-midi ensoleillé, Natalie Portman caresse tendrement son ventre arrondi. La star est rayonnante dans une robe en toile de Jouy bleu et blanc – une création de Dior, évidemment. Au fil des ans, Natalie a tissé des liens étroits avec la maison et est devenue notamment l'ambassadrice de sa franchise Miss Dior en 2011. Aujourd'hui, elle se trouve au château de La Colle noire, le refuge provençal du regretté Christian Dior, pour parler du nouveau chapitre de ce parfum iconique.

Toujours pensé comme un hommage à Catherine, la petite sœur du couturier, et aux fleurs qu'elle chérissait tant, le jus s'illumine d'un absolu de rose de Grasse, à la fois miellé et poivré. La vanille crémeuse et l'amande lui confèrent une facette délicieusement gourmande, tandis qu'un fond chaleureux de fève tonka, de bois de santal et de patchouli laisse un sillage sensuel. À l'image de la fragrance, le flacon a lui aussi été subtilement revisité. Le célèbre nœud poignard a retrouvé sa silhouette d'origine, plus fine, et se pare pour la première fois du motif

PHOTO: PIERRE MOUTON POUR CHRISTIAN DIOR PARFUMS (N. PORTMAN)

pied-de-poule, une signature de Dior. (Mais pourquoi s'arrêter à un seul nœud, alors qu'il est désormais possible de personnaliser sa fiole avec différentes versions couture de cet ornement?)

«J'ai l'impression qu'il s'agit de la continuité du parcours d'une femme en quête de beauté, d'amour, de passion et de liberté, dit Natalie à propos de la mouture 2026 de *Miss Dior.* Mais évidemment, ces notions prennent un sens différent selon les étapes de la vie. Mon parcours a énormément évolué depuis mes débuts avec la marque. Je n'avais même pas encore 30 ans lorsque j'ai commencé; aujourd'hui, c'est une tout autre histoire.» Effectivement, en 15 ans comme égérie du parfum, la diplômée de Harvard a remporté un Oscar, déménagé à Paris, fondé une famille, tourné d'innombrables films, cofondé une maison de production, retrouvé l'amour et est maintenant enceinte de son troisième enfant. Elle revient ici sur son parcours et fait part des leçons qu'elle en a tirées.

MIEUX, AVEC LE TEMPS «Pour moi, devenir une femme, ç'a surtout été de passer d'une personne qui cherchait constamment à plaire aux autres à quelqu'un qui recherche plutôt ce qui lui procure du plaisir. Je pense que c'est une évolution assez commune chez les femmes, parce que, très tôt, on nous dit sans cesse d'avoir une certaine apparence ou d'agir d'une certaine façon pour rendre les autres heureux. Trouver cette lumière intérieure, cet élan profond qui nous rend réellement heureuses, c'est un peu notre cheminement à toutes.»

TOUT UN VILLAGE «Les amitiés entre femmes sont essentielles. Les amitiés en général, bien sûr, mais mes amies sont mon village, ma communauté. Nous descendons tous de sociétés constituées en villages. Recréer cette sagesse, qui a probablement mis des siècles à se construire, est essentiel pour être une femme dans le monde d'aujourd'hui, pour réussir à tout concilier. J'apprends tout grâce à mes amies. Elles m'ouvrent à des univers de littérature, d'art, de musique, d'affaires ou de technologie auxquels je n'aurais jamais eu accès autrement. Nous avons des conversations extraordinaires. Et puis, il y a tout ce qui entoure la parentalité: s'entraider quand l'une traverse une difficulté au travail et que son enfant doit rester à la maison. Nous sommes toujours là les unes pour les autres. Certaines des plus belles histoires d'amour de ma vie sont celles que je vis avec mes amies.»

À L'EAU DE ROSE «Les comédies romantiques sont un genre intemporel. Elles représentent une véritable zone de réconfort. On se sent bien en les regardant, et j'adore en faire. Il existe des liens entre la dernière comédie romantique que j'ai tournée, *No Strings Attached* [en 2011], et *Good Sex*, mon prochain film [réalisé par Lena Dunham et produit par MountainA, la société de production dont Natalie est copropriétaire]. Les deux parlent du pouvoir de la sexualité pour redonner goût à la vie, de la joie qu'elle procure et, bien sûr, des complications qui surviennent quand les sentiments s'en mêlent. Sophie [Mas], ma partenaire de production, et moi avons beaucoup discuté de ce qui rend une comédie romantique pertinente aujourd'hui. Nous avions l'impression que notre plus grande mission à l'heure actuelle était d'apporter un peu de lumière, de rires et de divertissement. Le monde est sombre; autant offrir un peu de répit grâce à ce que nous créons.»

UNE FILLE DE FILLES «Lena Dunham est l'une des femmes les plus extraordinaires que j'aie rencontrées. Elle est incroyablement talentueuse comme scénariste, réalisatrice et actrice. Elle excelle dans chacun de ces rôles. C'est aussi une personne drôle et attentionnée, une excellente amie, une leader inspirante... quelqu'un avec qui on a envie de passer tout son temps. Je l'ai contactée après avoir vu *Tiny Furniture*, son premier film, il y a 20 ans, simplement pour lui dire: "Tu es incroyable. Sur quoi travailles-tu?" Depuis, nous cherchions un projet à faire ensemble. Alors, lorsqu'elle m'a appelée pour me dire: "J'ai une idée pour toi", j'ai sauté sur l'occasion. Ç'a été un projet de rêve.»

BONNE MAMAN «Ma mère demeure ma plus grande source d'inspiration, parce qu'elle possède la capacité de trouver de l'émerveillement partout, tout le temps. Elle m'envoie constamment des photos d'arbres en fleurs ou de bébés cygnes qui viennent de naître, toutes ces petites splendeurs qui me rappellent de mieux apprécier le monde. Elle conserve un enchantement permanent. Moi, pas du tout! J'aimerais pouvoir dire que j'ai hérité de cette qualité... Mais c'est un bon rappel. Quand je deviens grincheuse, je me dis toujours: "Regarde un arbre." La voix de ma mère est un peu celle d'un ange sur mon épaule qui me rappelle de chercher la beauté et d'apprécier ce qui m'entoure. C'est une artiste: elle dessine et crée sans arrêt. Elle est vraiment, vraiment magique.»

UN SILLAGE DURABLE «*Miss Dior* présente un magnifique équilibre entre profondeur et légèreté. C'est presque une métaphore de la vie. On y trouve des notes boisées ténébreuses, auxquelles se mêlent des accents floraux éclatants. C'est un parfum qui se porte aussi bien le jour que le soir; il est très polyvalent. Et puis, l'inspiration qui le porte est intemporelle. Catherine, une femme qui cherchait à rendre le monde plus beau en luttant contre l'injustice, constitue l'âme même de la fragrance. C'est un jus qui représente en quelque sorte la beauté en opposition à toute l'obscurité du monde. Malheureusement, cette dualité est éternelle.» ■



MISS DIOR, DE **DIOR** (234 $ LES 100 ML D'EAU DE PARFUM, DIOR.COM)

art de vivre

48 heures à STOCKHOLM

Partez à la découverte de la capitale de la Suède lors d'un prochain périple en Scandinavie.

Texte CAELAN MCMICHAEL *Adaptation* MAROUCHKA FRANJULIEN

PHOTOS: OSCAR NORD/UNSPLASH (VILLE) ET GRACIEUSETÉ DU GRAND HÔTEL



1

STOCKHOLM offre un équilibre parfait entre mer, nature et vie urbaine. Cette ville qui comprend 14 îles est façonnée par l'eau. Et un engagement profond de la collectivité locale envers un mode de vie écoresponsable y place l'environnement au premier plan. Pionnière en matière de développement durable, Stockholm est aussi un haut lieu de la mode, de l'art, du design et de la culture. Bref, la métropole nordique ne manque pas de choses à explorer. Voici comment en profiter.

OŪ DORMIR?

GRAND HOTEL (1)

Le Grand Hôtel, fondé en 1874, figure parmi les établissements les plus prestigieux du monde et a accueilli des personnalités mythiques durant ses 150 ans d'histoire, notamment Frank Sinatra, Greta Garbo et Martin Luther King Jr. Ses 273 chambres et 70 suites conjuguent glamour d'antan et style moderne. Ce complexe au bord de l'eau bénéficie d'une vue imprenable sur le palais royal et la vieille ville. (Dans chaque chambre, des jumelles sont mises à la disposition des clients pour leur permettre d'admirer ces sites emblématiques de plus près.) Ses restaurants et ses bars comblent toutes les envies. On compte parmi eux le Seafood Gastro, étoilé Michelin, le Cadier Bar et son ambiance feutrée, et le Veranda, le seul restaurant suédois à servir un smörgåsbord (un buffet traditionnel) à longueur d'année. (Ne manquez pas les boulettes d'élan à la confiture d'airelles.) L'hôtel possède également l'une des plus importantes caves à vin du pays. Et comme on est en Scandinavie, le spa et les espaces bien-être sont d'une qualité remarquable. Le Grand Hôtel dispose d'un sauna, de bains de vapeur, d'une piscine et de bassins d'eau chaude et froide. Bref, tout ce qu'il faut pour vivre une expérience de détente à la suédoise. **grandhotel.se** ▸

OŪ MANGER?

BAR NĪMES

Ce restaurant de quartier est un favori des Stockholmois. La carte s'inspire des cuisines du sud de la France et du nord de l'Italie et propose, notamment, comme plat vedette, un cacio e pepe crémeux avec des pâtes parfaitement al dente. Les plats du jour sont écrits à la craie sur un tableau noir, et des classiques réconfortants, comme le vitello tonnato, la salade panzanella et le canard sauvage, complètent le menu convivial. **bar-nimes.se**

BAR AGRIKULTUR (2)

Cette adresse de 24 places, intime et chaleureuse, est réputée pour son gin maison, distillé sur place dans une cuve en acier inoxydable. Les cocktails s'accordent à merveille avec de petits plats à partager mettant à l'honneur des ingrédients locaux et saisonniers. Parmi les incontournables: le concombre saumuré servi avec du miel et de la smetana (une crème sure), et d'irrésistibles frites allumettes. **baragrikultur.com**

MINH MAT

Le restaurant Minh Mat, inscrit au guide Michelin depuis 2024, marie des produits suédois aux saveurs vietnamiennes. Son menu met particulièrement en valeur les cultures des minorités ethniques du nord-ouest du Vietnam (Tây Bắc), en important ses épices directement de cette région. Le Minh Mat est connu pour son interprétation du plat national vietnamien, la soupe phô, préparée avec des os et de la viande de buffle d'eau (élevé dans une ferme du comté de Södermanland, au sud de Stockholm), des herbes et des légumes vietnamiens cultivés dans son jardin urbain. **minhmat.se**


2


3


4

QUOI FAIRE?

FOTOGRAFISKA (3)

Le musée Fotografiska, aussi présent à Berlin, à Tallinn et à Shanghai – d'autres ouvertures sont prévues cette année –, a débuté à Stockholm en 2010. (Le Fotografiska New York, qui était installé dans le bâtiment historique Church Missions House, que la fameuse escroqueuse Anna Delvey souhaitait acquérir pour son projet de club artistique, a, lui, fermé ses portes.) L'institution suédoise, dont le nom signifie simplement «photographique», est vouée à la photographie, à l'art contemporain et à la culture, et ses expositions mettent en valeur des talents émergents ou confirmés. Ne passez pas à côté d'une pause gourmande dans l'un de ses restaurants primés situés au dernier étage, d'où on a une vue spectaculaire sur Stockholm. **fotografiska.com**

CARL ELDHS ATELJEMUSEUM (4)

L'atelier qu'occupait Carl Eldh (1873–1954), l'un des sculpteurs les plus importants de Suède, a été transformé en musée. Ce lieu perché aux abords de la ville et surplombant le lac Brunnsviken préserve les œuvres de cet artiste, de même que ses outils, ses effets personnels, ses photos et ses livres. Contrairement à de nombreux sculpteurs, qui détruisent leurs moules originaux pour éviter toute reproduction, Carl Eldh les a conservés. C'est ainsi que plus de 400 pièces en plâtre, en argile, en pierre et en bronze sont aujourd'hui exposées dans ce musée. **eldhsatelje.se**

PHOTOS: GRACIEUSETÉ DU BAR AGRIKULTUR, DE FOTOGRAFISKA ET DE CARL ELDHS ATELJÉMUSEUM ET DE SVENSKT TENN ET MIKAEL OLSSON (ALL BLUES)

OŪ MAGASINER?

SVENSKT TENN (5)

Pour plonger dans l'univers du design scandinave, Svenskt Tenn est une adresse d'exception en matière de décoration d'intérieur, où le savoir-faire et la créativité se rencontrent. Des motifs audacieux et maximalistes, empreints de fantaisie, habillent des meubles, des luminaires, des tables à manger et des papiers peints. Le célèbre designer Josef Frank, dont les dessins originaux lui ont valu une renommée internationale, signe plusieurs de ces imprimés. **svenskttenn.com**

ALL BLUES (6)

Dans la boutique All Blues, au centre-ville, contemplez ce que son fondateur, Jacob Skragge, appelle la «serre»: une structure en verre de 1,3 tonne abritant des bijoux unisexes en argent sterling ou en or, confectionnés par un orfèvre du quartier. La marque préfère la lenteur au rythme saisonnier de la mode et elle a récemment diversifié son offre en ajoutant une collection d'articles pour la maison. Celle-ci comprend des vases, des sous-verres, des coquetiers (typiquement scandinaves) et des porte-encens en acier inoxydable, accompagnés d'encens au santal provenant d'une entreprise familiale japonaise, qui le fabrique depuis plus de 200 ans. **allblues.se**



6



5

GALERIE STORM

Le couple créatif, formé de Mattias (un peintre talentueux) et de Carolina Storm (la plume derrière l'infolettre *Storm Journal*, qui se consacre au design et est publiée sur Substack), est à l'origine de la Galerie Storm, une entreprise à mi-chemin entre la galerie d'art et l'appartement de collectionneur. Cette adresse du quartier Östermalm, ouverte sur rendez-vous, présente des œuvres abstraites et contemporaines ainsi que des meubles vintage, de la céramique et des objets triés sur le volet. Carolina déniche des pièces uniques pendant des ventes aux enchères internationales et elle les réunit sous un même toit pour satisfaire les amateurs de design scandinave, d'art contemporain et de bibelots de caractère. **galeriestorm.com**

KONST-IG

Considérée comme la plus grande librairie d'art indépendante en Scandinavie, Konst-ig est spécialisée dans les ouvrages d'art, d'architecture, de design et de photographie provenant de maisons d'édition indépendantes et internationales, de musées et de galeries. La boutique est aussi un lieu de rencontre pour la scène créative de Stockholm et elle accueille régulièrement des lancements de livre, des séances de dédicaces, des conférences et des expositions, en favorisant un dialogue permanent avec les voix émergentes. **konstigbooks.com**

ACNE STUDIOS NORRMALMSTORG

La boutique phare de la marque de luxe suédoise Acne Studios est nichée dans un bâtiment datant du 19e siècle, où s'est déroulé en 1973 le braquage à main armée d'une banque qui a donné naissance à l'expression «syndrome de Stockholm». L'histoire et le drame imprègnent encore l'espace, où le marbre et la restauration de certains éléments d'origine de la banque lui confèrent une atmosphère de solennité. Découvrez les vêtements de prêt-à-porter pour hommes et femmes, les chaussures, les sacs, les accessoires et les pièces en denim signature de la griffe. **acnestudios.com** ■

4_119877641

4_119877641


Le Sha Wellness à Cancún, au Mexique

En pleine FORME

Au Sha Wellness, à Cancún, au Mexique, le tourisme de bien-être se refait une santé. Incursion dans un chic complexe hôtelier, où les soins médicaux côtoient le sable blanc et les cocotiers.

Texte JOANNA FOX *Adaptation* ELISABETH MASSICOLLI

PHOTOS: GRACIEUSETÉ DE SHA WELLNESS

4_119877641

IL Y A UN AN, si vous m'aviez proposé de partir à l'étranger pour passer une batterie de tests médicaux, j'aurais probablement ri. Moi, ça? Ce sont des choses réservées aux célébrités et aux *biohackers* de la Silicon Valley, aurais-je répondu.

Puis, en octobre 2025, le Québec a adopté le projet de loi n° 2. Cette loi controversée, qui mettait de l'avant un nouveau modèle de rémunération pour les médecins de la province, a immédiatement suscité une polémique. Des médecins ont commencé à prendre leur retraite de façon anticipée, d'autres ont quitté leur cabinet, voire envisagé de transférer leur pratique ailleurs au pays. Le premier ministre de l'Ontario, Doug Ford, les a même publiquement invités à venir s'installer dans sa province. À peu près au même moment, la docteure qui me suivait depuis mon adolescence m'a annoncé qu'elle partait à la retraite plus tôt que prévu.

Le gouvernement a fini par assouplir sa position, mais le mal était fait. Pour ma part, je venais de comprendre que j'allais peut-être devoir affronter ma quarantaine et les défis qui viennent avec, comme le dépistage du cancer, les changements hormonaux et les soins préventifs, sans médecin de famille. Tout d'un coup, l'idée d'aller faire le point sur ma santé à l'étranger ne me paraissait plus si farfelue.

Je ne suis pas la seule à avoir eu ce raisonnement. Selon le Global Wellness Institute, le tourisme de bien-être a généré 1,2 milliard de dollars à l'échelle mondiale en 2024. Et il continue de croître. Devant les longs délais d'attente du système de santé publique et les options onéreuses du privé, de plus en plus de voyageurs, influencés par l'obsession collective pour la longévité, l'optimisation physique et les soins antiâge, troquent les voyages épicuriens contre des retraites de santé et bien-être.

Dans des lieux comme le Sha Wellness, qui allie complexe hôtelier de luxe, cabinet médical et centre de bien-être, les soins de santé deviennent, en quelque sorte, des vacances. Curieuse de découvrir ce concept hybride, j'ai bouclé ma valise et mis le cap sur Cancún, au Mexique, où a ouvert le plus récent établissement de cette chaîne.

L'idée est née à la suite d'un problème de santé du fondateur de Sha Wellness, Alfredo Bataller Parietti. Après avoir reçu un diagnostic de cancer du côlon, il a suivi un protocole de traitement faisant appel à la médecine classique, à la nutrition et aux thérapies naturelles, et c'est à cette approche qu'il a attribué son rétablissement. Son expérience a servi de fondement à Sha, dont la philosophie unit la médecine traditionnelle et les pratiques holistiques, tout en mettant l'accent sur la prévention et l'éducation. L'établissement d'origine, situé sur la Costa Blanca, en Espagne, est devenu une destination prisée par des touristes affluant des quatre coins du monde. Un autre complexe a donc été construit au Mexique et un troisième devrait ouvrir ses portes aux Émirats arabes unis en 2027.

Avant leur arrivée à Sha, les clients choisissent un programme sur mesure en fonction de leurs priorités et de leurs objectifs: soulagement du stress, optimisation des performances physiques et mentales, rééquilibrage métabolique, vieillissement en bonne santé, etc. Comme un menu à la carte, chaque programme peut être encore plus personnalisé afin de cibler une série de préoccupations, notamment la qualité du sommeil et la santé intestinale, la cigarette, la santé féminine, le bien-être sexuel et même les soins dentaires.

J'ai choisi une des formules d'entrée de gamme, Rebalance & Energize, un programme holistique conçu pour réduire le stress, rétablir l'équilibre et améliorer le bien-être général. Ça me semblait être un bon point de départ.

Avant mon séjour, j'avais rempli une série de questionnaires en lien avec ma santé et j'avais téléchargé toutes les informations médicales dont j'avais besoin sur l'application de Sha, simple à utiliser, pour gérer son programme. Plus on donne d'informations, plus l'expérience est personnalisée, et tout est clair et bien organisé.

Au cœur de ce que propose le complexe se trouve la méthode Sha, une approche multidisciplinaire offerte par une équipe de spécialistes en santé, qui combine médecine préventive, nutrition, thérapies naturelles, performance physique et bien-être émotionnel. L'objectif n'est pas seulement de détecter d'éventuels problèmes de santé chez les clients, mais aussi de leur fournir une feuille de route qui les aidera à amorcer (et à maintenir) des changements significatifs et bénéfiques une fois rentrés chez eux. ➤



Scan corporel en 3D

L'établissement, qui ressemble à un long navire blanc, est perché sur la côte caribéenne. Situé à environ 30 minutes de l'aéroport international de Cancún et loin de l'agitation de la zone hôtelière de la ville, il est à l'abri de toute distraction. Les chambres sont spacieuses, élégantes, dotées de balcons avec vue sur l'océan et de tout ce qu'on attend d'un hôtel de luxe, à l'exception d'une seule chose: du café! Conformément à la philosophie de Sha, la caféine est strictement limitée. La clientèle est encouragée à commencer la journée en consommant un *shot* de jus accompagné d'un bol de soupe au miso, avant de boire du café – qui n'est fourni que sur demande. De quoi faire réfléchir ceux qui carburent à ce remontant.

Peu après mon arrivée, j'ai passé un bilan de santé complet, soit une analyse de ma composition corporelle, un scan corporel en 3D, des tests cognitifs, un dépistage cardiovasculaire et un examen du système nerveux. Les résultats ont ensuite été examinés par un médecin, qui s'est basé sur ces données pour affiner mon programme de soins de la semaine.

Ici, la nourriture est considérée comme une thérapie en soi. Sans être restrictif, mon plan alimentaire reposait sur des aliments anti-inflammatoires et détoxifiants (d'où le miso du matin). Durant une semaine, je n'ai pas consommé de produits laitiers, de gluten, de sucre raffiné et d'œufs, mais les plats, inspirés d'un savant mélange d'influences macrobiotiques et méditerranéennes et cuisinés avec des ingrédients frais, étaient délicieux et rassasiants. Je me suis fait plus d'une fois la réflexion que j'adorerais manger de cette façon au quotidien.

Entre deux rendez-vous, je me dirigeais vers le circuit d'hydrothérapie, une séquence réparatrice de bassins thermaux, de saunas infrarouges, de hammams et de bains froids on ne peut plus bénéfique. C'est l'un des points forts de l'établissement selon moi.

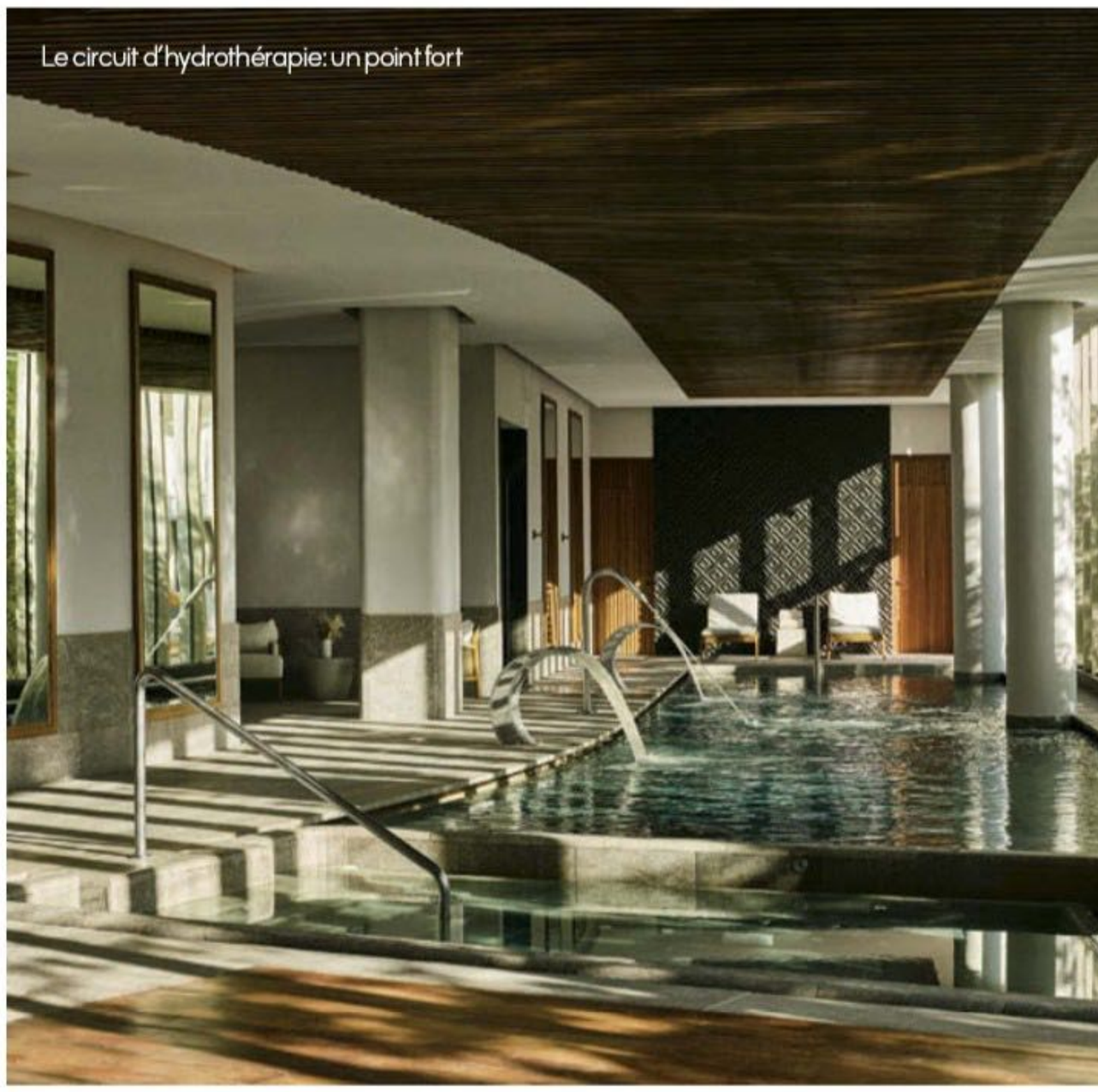
J'avais réellement l'impression d'être en vacances, même sans vivre ce qu'on associe habituellement aux complexes hôteliers typiques. En effet, ici, la consommation d'alcool est déconseillée, les portions de nourriture sont soigneusement calibrées et le goûter de l'après-midi est un moment inscrit à l'horaire. Les clients se déplacent en peignoir blanc et en tongs et suivent tranquillement leur programme personnalisé dans une ambiance sereine, un peu comme dans un spa.

Parfois, l'expérience est intense. Pendant le séjour, on est au centre de l'attention. Des spécialistes, qui évaluent nos habitudes, notre routine, nos biomarqueurs et nos points faibles, nous font sans cesse des propositions sur ce qu'il faudrait commencer à faire, ou cesser de faire, ou ce qu'il faudrait augmenter ou revoir. Bien qu'enrichissantes, ces recommandations peuvent être bouleversantes et susciter de vives émotions.

Et c'est le but! Rien n'est instantané; un changement profond exige de l'engagement et du travail de notre part. Un séjour au Sha n'est que le début...

À la fin de mes «vacances», j'en savais plus sur ma santé que j'aurais pu l'imaginer et je me suis sentie bien plus décontractée, calme, lucide et reposée que lorsque je suis arrivée. Sha est indéniablement une expérience de luxe, mais elle est aussi le reflet d'une évolution dans la façon de voyager. De plus en plus, l'objectif n'est pas l'évasion, mais bien l'optimisation.

Et les clients de Sha semblent pleinement adhérer à ce concept – du moins, la majorité d'entre eux. Lors de ma dernière soirée, un monsieur d'un certain âge s'est approché de ma table pendant que je terminais mon repas. «On est quelques-uns à vouloir s'échapper d'ici tout à l'heure pour aller boire des margaritas, m'a-t-il dit avec un sourire complice... Viens-tu avec nous?» ■


Le circuit d'hydrothérapie: un point fort

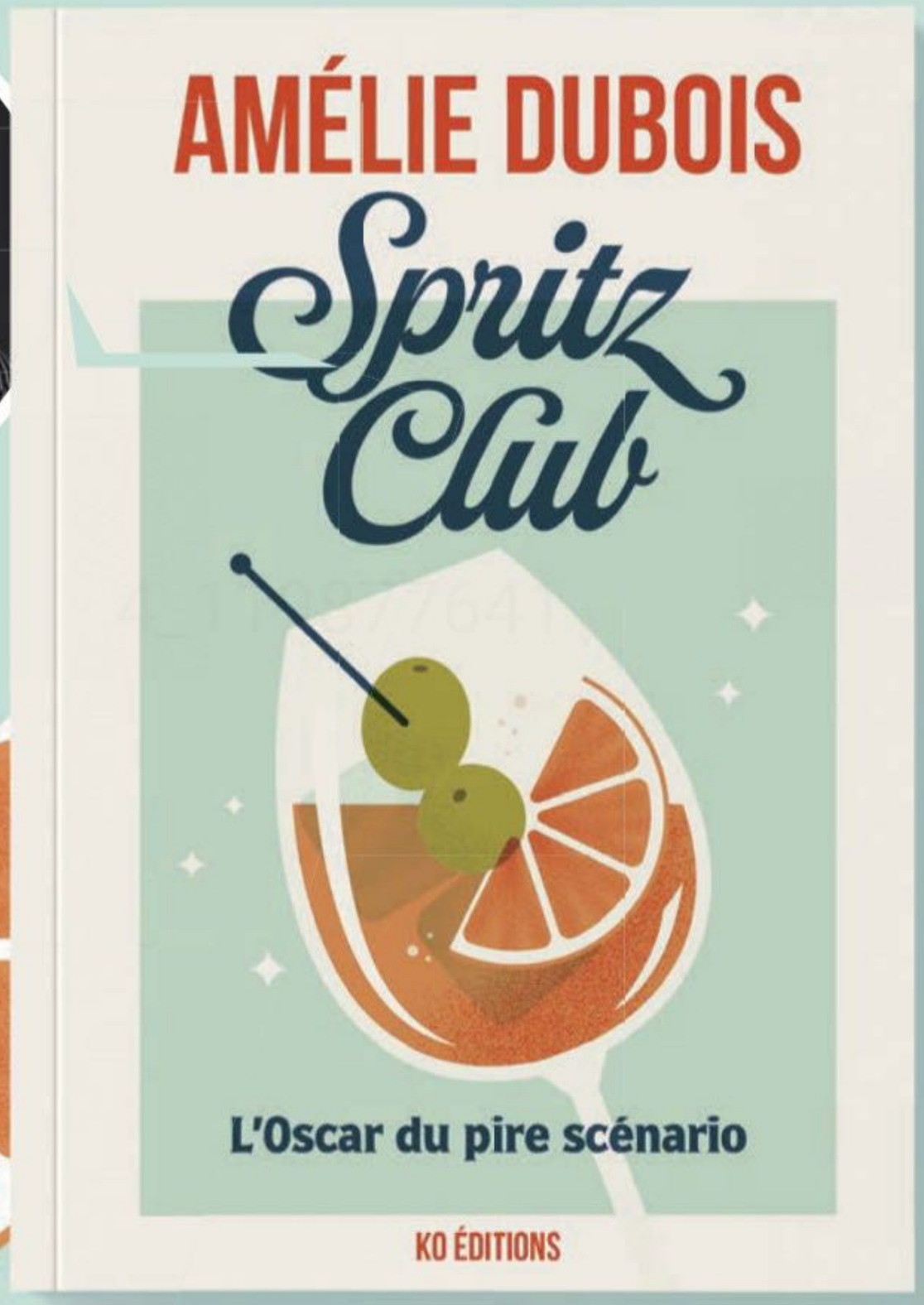

Le Sha est reconnu pour son programme nutritionnel d'exception

PHOTOS: GRACIEUSETÉ DE SHA WELLNESS

Le club secret qui réalise vos rêves les plus fous... surtout s'ils sont impossibles!







Amélie Dubois revient en force avec son 19e roman, une comédie mordante, impolie et férocement drôle.

Disponible en librairie et à ko-editions.ca

TOMBER DANS LES POMMES

Cet automne, le cidre du Québec s'invite à notre table et dans nos virées de fin de semaine.

Texte LYNNE FAUBERT

Cidre Cassis 2021 de Cidrerie Chemin des Sept



Cidres de la ferme cidricole Moulton Hill, de la cidrerie Cidre Intrus et du vignoble et cidrerie Coteau St-Paul



Audrey-Anne Lussier, copropriétaire de la Ferme cidricole Équinoxe

ON PRODUIT considérablement plus de vin dans la province que de cidre, un produit qui demeure niché et dont l'histoire est, somme toute, récente. Pourtant, l'hiver québécois fait en sorte qu'il est plus facile de produire des pommes pour le cidre que des raisins pour le vin. C'est que de 1921 à 1970, la vente de cidre au Québec était carrément illégale à cause d'une bourde administrative: la loi de 1921 créant la Commission des liqueurs de Québec (qui deviendra la SAQ) n'avait pas inscrit le cidre dans la liste des alcools permis! Pendant 50 ans, les amateurs ont donc dû produire leur propre cidre. En 1972, quand les premiers permis commerciaux ont été accordés, plusieurs industriels ont saisi l'occasion, mais sans avoir de véritable savoir-faire. Résultat: nombreux sont les Québécois qui grimacent encore au souvenir de ces premiers essais, comme Le Grand Sec d'Orléans et le Saint-Antoine-Abbé.

Vingt ans après la fin de ces productions industrielles, l'association des Producteurs de cidre du Québec (PCQ) doit composer avec ce passé douteux, comme le rappelle son jeune président, Marc-Antoine Arsenault-Chiasson, de la Ferme cidricole Équinoxe, en Montérégie: «Cette grosse piquette a longtemps donné une mauvaise réputation au cidre. J'étais pas né, et on m'en parle encore!»

JEUNE ET BRANCHE, LE CIDRE

Aujourd'hui, la fabrication de cidre séduit de jeunes entrepreneurs qui ne proviennent pas nécessairement du milieu agricole. «Le vin attire des gens aisés, qui y voient un projet de retraite – quoique ça commence à changer. Pour le cidre, c'est l'inverse. J'avais juste 23 ans quand j'ai acheté mon verger. Disons qu'on est plusieurs jeunes à s'être lancés, le couteau entre les dents», dit Marc-Antoine Arsenault-Chiasson.

L'an dernier, lorsque la SAQ a retiré les produits américains de ses tablettes, en réponse aux tarifs imposés par les États-Unis, ce deuxième choc d'affilée au système d'approvisionnement (après la pandémie) a nourri l'engouement pour l'achat local et le cidre d'ici. Il reste toutefois un bout de chemin à faire, selon Catherine St-Georges, directrice générale des PCQ: «On ne se cachera pas qu'on envie l'Angleterre, où il se boit 20 L de cidre par année par habitant, alors que les statistiques au Québec tournent autour de 0,7 L par habitant. On n'a même pas encore atteint le litre.» ▸

PHOTOS: LE CIDRE DU QUÉBEC


Cidre Trémousse de
Cidre Sauvageon


Cidrerie Chemin des Sept

L'Europe doit cependant respecter des cahiers des charges serrés en raison des méthodes ancestrales à préserver, tandis que les producteurs québécois ont les coudées plus franches. «Les Français, par exemple, ne peuvent pas combiner du cidre avec du houblon, comme on le fait ici, révèle le président des PCQ. Là-bas, les cidres aromatisés ne sont pas répandus, encore moins le cidre en canette, une innovation d'ici. Je vois quand même de plus en plus de producteurs étrangers sur les réseaux sociaux qui commencent à copier le modèle québécois. Ça me fait à la fois bien rire et chaud au cœur.»

Signe des temps nouveaux, le Québec cartonne dans les compétitions internationales. Pensons aux médailles d'or remises en 2024 au cidre Golden Russet méthode traditionnelle, de la Cidrerie Lacroix, lors des World Cider Awards, au Royaume-Uni, ou au CID Rosé, de la Cidrerie Milton (un must de la Route des cidres) lors de la cérémonie du prestigieux concours Cider World, en Allemagne.

BIEN D'ACCORD

Il existe aujourd'hui tellement de types de cidres québécois (tranquille, effervescent, aromatisé, de glace, de feu, crémant, mistelle, et j'en passe) que les néophytes peuvent vite perdre leur latin. Ajoutez à cela la vingtaine de variétés de pommes servant au cidre ou à l'autocueillette, dont les noms sont souvent peu connus, tels que Sunrise, Ginger Gold, Kendall, Ambrosia, Crispin et Pinova. Les producteurs se sont donc joints à la SAQ pour créer pour ses succursales quatre pastilles – Classique, Fruits et aromates, Liquoreux et Nature – afin de guider la clientèle.

Avec une telle diversité, une multitude d'accords s'offrent aux épicuriens. Les bons vins s'écrasent devant un cari indien ou un sauté enflammé, mais un cidre fruité et épicé sait leur tenir tête. À l'instar du vin nature, les cidres nature (ou fermiers) sont produits de façon artisanale sans ajout de sulfites et possèdent des notes rustiques qui agrémentent les saucissons à l'apéro et les viandes rouges sur le barbecue. Le cidre rosé, et son profil plus floral et fruité,


Cidrerie Chemin des Sept


Cidrerie Milton

PHOTOS: LE CIDRE DU QUÉBEC

relève divinement un saumon fumé, un plat gratiné et des recettes fruitées, en plus d'être un cadeau d'hôtesse idéal pour toute invitation à un brunch. «Avec les fruits de mer, les sushis et les guédilles au homard, bref avec tout ce qui est un peu iodé, le cidre effervescent donne un résultat vraiment extraordinaire», glisse Catherine St-Georges.

Les cidres liquoreux, les cidres de glace ou de feu, riches, concentrés et sucrés, font un malheur associés au foie gras et aux fromages corsés ou persillés. Le mariage fromage bleu et cidre liquoreux s'affirme comme un grand classique, car la sucrosité du cidre et le profil salé et umami des bleus font bon ménage. «Un cidre tranquille avec un carpaccio de betteraves ou un magret de canard va donner quelque chose d'incroyable. Et au dessert, un foie gras avec une purée de figues au porto arrosé de cidre de glace, c'est juste magnifique», assure Marc-Antoine Arsenault-Chiasson.

«Toutes les recettes classiques à base de vin, comme les moules, le risotto et les mijotés, peuvent se cuisiner avec du cidre, explique Catherine St-Georges. Pour le poulet cuit sur une canette de bière, on peut utiliser une canette de cidre à la place. En fait, il s'agit simplement de changer nos habitudes de temps en temps pour faire l'expérience du cidre.» Même chose en mixologie, où le cidre effervescent remplace aisément le tonique et le vin mousseux dans plusieurs cocktails.

À la table champêtre de sa ferme, Équinoxe, Marc-Antoine Arsenault-Chiasson propose ses premiers vins, quoiqu'il s'inquiétait de voir sa carte des cidres en pâtir. «C'est tout le contraire qui se produit: les gens continuent à commander nos cidres. Je crois qu'on arrive à un tournant, et le cidre est un produit pensé pour notre époque où on cherche à lever un peu moins le coude.» ■

ALLONS AUX POMMES!

+ La région de la Montérégie propose la seule Route des cidres officielle du Québec: une invitation à l'aventure, en voiture ou à vélo, sur plus de 140 km ponctués de 14 arrêts. Les visiteurs peuvent planifier un itinéraire à leur goût et dénicher des activités pour tous les âges: autocueillette, atelier-musée, randonnées et pique-nique dans les vergers, minifermes, labyrinthes, bistros et dégustations commentées. A noter que plusieurs vergers acceptent les chiens en laisse.
tourisme-monteregie.qc.ca

+ Les 17 et 18 octobre prochain, la sixième édition de l'événement La Grande Presse permettra aux curieux de visiter une quinzaine de cidreries dans cinq régions, où des rencontres avec les producteurs, des démonstrations de presse des pommes et des dégustations commentées sont prévues. Les amateurs qui rêvent de fabriquer du cidre y trouveront tous les renseignements nécessaires et pourront se procurer du moût de pomme pour expérimenter à la maison. **cidreduquebec.com/la-grande-presse**



De gauche à droite: Marc-Antoine Gélinas, Alex Landry, Vanya Filipovic, Marc-Olivier Frappier et Jessica Noël

Héritage CULINAIRE

Le nouveau livre de recettes du restaurant montréalais Mon Lapin s'adresse à tous ses adeptes.

Texte AMAN DOSANJ *Adaptation* MAROUCHKA FRANJULIEN

LORSQUE MON LAPIN a ouvert ses portes en 2018, ses propriétaires – à l'origine le couple formé par le chef Marc-Olivier Frappier et la sommelière Vanya Filipovic, auxquels se sont joints par la suite Jessica Noël, Alex Landry et Marc-Antoine Gélinas – imaginaient un chaleureux bar à vin de 36 places, dans la Petite-Italie, à Montréal, où on pourrait entrer sans réservation. Les choses ne se sont pas passées tout à fait comme prévu. Depuis son lancement, cette adresse de quartier adorée a doublé sa superficie et elle accumule les prix et les récompenses –, notamment le titre de meilleur restaurant au Canada (en 2023 et en 2024) et la deuxième place du palmarès 2025 des 50 meilleurs restaurants d'Amérique du Nord. Il faut maintenant s'y prendre longtemps à l'avance pour obtenir une table.

PHOTOS: DOMINIQUE LAFOND

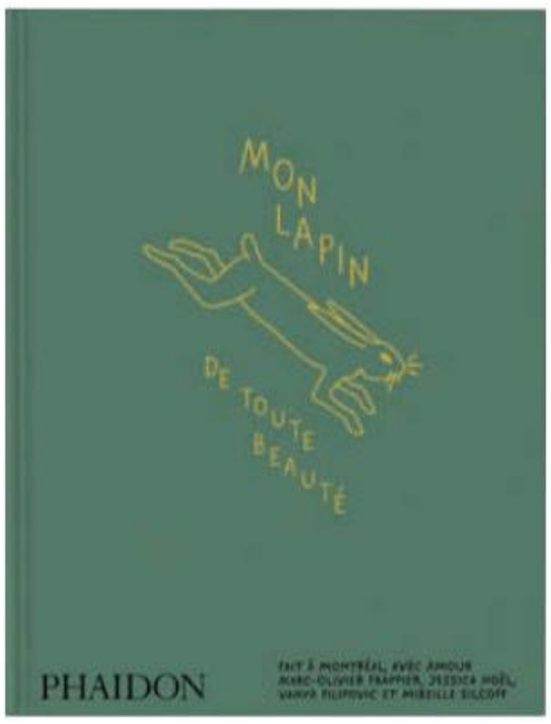


Le Croque-Pétoncle (à gauche)
et la Salade Rose (ci-dessous)



En huit ans, on pourrait croire que Mon Lapin a tout accompli. Et pourtant, l'équipe ajoute cet automne une nouvelle corde à son arc: un livre de recettes, *Mon Lapin – de toute beauté*, signé Marc-Olivier Frappier, Vanya Filipovic, Jessica Noël et Mireille Silcoff. Cet ouvrage, qui sera sur le marché le 30 septembre, entraîne les lecteurs au cœur du restaurant grâce aux photos de Dominique Lafond. Des 400 plats de départ, ils ont retenu les 100 recettes marquantes de l'histoire de l'établissement, entre autres les tagliatelles au ragù de calmar de Terre-Neuve et le poulet frit au levain. «D'une manière presque égoïste, la compilation des recettes nous a obligés à tout mettre par écrit», dit la cocheffe Jessica Noël, en soulignant la nature toujours évolutive du menu de Mon Lapin. Certaines recettes peuvent être réalisées en cinq minutes, d'autres mettront notre patience à l'épreuve. C'est le cas du gâteau de célébration au sarrasin. «Ce n'est pas pour rien qu'on l'a appelé "gâteau de célébration", précise Marc-Olivier Frappier. Recevoir est une fête, et c'est l'occasion de faire ce dessert.»

Le livre est bien plus qu'une simple liste d'ingrédients et d'étapes à réaliser. «On souhaitait représenter le restaurant, pas seulement les recettes», indique-t-il. Le fameux sandwich festif Croque-Pétoncle, par exemple, est né d'un sac de pétoncles qui sont arrivés cassés au restaurant. Mais pour lui, c'est la recette du Kitchen-Ade, une boisson désaltérante, qui incarne le mieux la culture culinaire de Mon Lapin, surtout durant les étés humides de Montréal. «J'allais constamment au dépanneur du coin dépenser une fortune en Gatorade. Tout a commencé là», dit-il. N'obtenant pas de réponse des dirigeants de Gatorade sur sa demande de commandite, l'équipe du restaurant a finalement fait une boisson à sa sauce.



Le processus de création du livre, qui a occupé les membres de l'équipe pendant trois ans – avec la participation de l'autrice montréalaise Mireille Silcoff –, leur a permis de creuser le sujet et de réfléchir d'une manière différente de celle adoptée jusqu'à présent. «On voit vraiment cet ouvrage comme un souvenir pour ceux qui ont fréquenté le restaurant, ceux qui aimeraient y venir et ceux qui veulent partager ce qu'ils ont vu et vécu avec d'autres, dit Vanya Filipovic. Au départ, on était nerveux, car ce restaurant est très fluide; tout change et évolue constamment. Mais en rétrospective, c'est génial d'avoir ce petit aperçu dans l'histoire. Ce moment dans le temps est maintenant immortalisé, et on est très excités.»

Marc-Olivier Frappier, lui, n'est toujours pas convaincu d'être un auteur. «La couverture indique qu'on l'est, mais ce n'est pas vrai – on est chefs et sommeliers. Mireille nous a aidés à écrire ce livre; et c'est une excellente écrivaine.» ➤

LE PLAT PREFERE DE JESSICA NOEL «J'adore la bourride de petits pois aux huîtres. C'est un vrai luxe. Quand on ne travaille pas dans un restaurant ou si on a l'habitude d'acheter un sachet de petits pois déjà préparés, on ne se rend pas compte de l'effort que ça demande de les écosser. Pour nous, c'est aussi précieux qu'une cuillère de caviar; c'est tellement bon de savourer ces précieux petits pois en une bouchée.»

LE LAPIN AU FOUR DE MARC-OLIVIER FRAPPIER «Le livre contient deux recettes qu'on n'a jamais servies au restaurant: l'une d'elles est un plat de lapin que je cuisine chez moi. Les clients nous demandent souvent si on a du lapin au menu, à cause de notre nom. Lorsque j'étais plus jeune, ma tante et mon oncle élevaient des lapins, et on en mangeait toujours dans les grandes occasions. Quand Vanya et moi recevons, j'adore servir ce plat. Il se prépare facilement à l'avance, et je le mets simplement au centre de la table. Il lance la conversation, car bien souvent, les gens n'ont jamais mangé de lapin ou ne savent pas comment le cuisiner.»

LE CHOIX DU VIN, SELON VANYA FILIPOVIC«Soyez curieux. Je suis probablement celle qui pose le plus de questions en entrant chez un caviste. Vous ne savez pas quoi demander? Le mieux est parfois de se laisser emporter par l'enthousiasme de l'autre et d'être réceptif à la découverte. L'an prochain, votre vin préféré aura un goût totalement différent, car la nature est la nature. Soyez donc ouverts, posez des questions et faites confiance aux personnes qui vous entourent. Je recommande



Desserts

vivement de faire tourner un globe terrestre, puis de l'arrêter en posant un doigt au hasard sur un point et de voir ce qui pousse là. Ou encore, préparez des pâtes siciliennes et choisissez un vin sicilien.»

LE DESSERT DE PREDILECTION DE MARC-OLIVIER FRAPPIER «Jess a créé le mille-fleurs de courgette. C'est un de nos meilleurs desserts – il capte parfaitement l'été et l'essence de ce qu'est le Mon Lapin. Ce plat a connu une évolution en trois ans: ç'a d'abord été une fleur de courgette farcie, puis un millefeuille salé. Comme on ne pouvait pas trouver 150 fleurs par jour, on l'a transformé en dessert pour faciliter sa préparation. Il demande toujours une grande quantité de fleurs, mais on en est ravis. Chaque année, on a hâte de le remettre au menu.» ■

TROIS ADRESSES DE QUARTIER FAVORITES



«Le **Pasta Pooks** est un petit comptoir-restaurant de pâtes ouvert toute la journée. On adore y prendre un bol de pâtes. Superambiance pour le dîner et le souper – et on y prépare aussi de délicieux *hoagies*.»
— Vanya Filipovic



«Le **Bistrot Boisselet** est un excellent ajout au quartier depuis le début de l'année. Le chef, Darcy Gervais-Wood, revisite les classiques français. Tout est absolument parfait. J'adore m'y attabler lors de mon soir de congé, le lundi.»
— Jessica Noël



«Le **San Gennaro**: un endroit où je vais environ 15 000 fois par semaine. Il sert une excellente pizza romaine *al taglio* [à la coupe] et est tenu par les meilleures personnes qui soient. C'est à 18 secondes à pied de notre restaurant, mais on n'irait pas aussi souvent si ce n'était pas aussi bon.»
— Marc-Olivier Frappier

PHOTOS: DOMINIQUE LAFOND (DESSERTS) ET GRACIEUSETÉ DE PASTA POOKS, DE BISTROT BOISSELET ET DE CAFÉ SAN GENNARO

EN LIBRAIRIE MAINTENANT

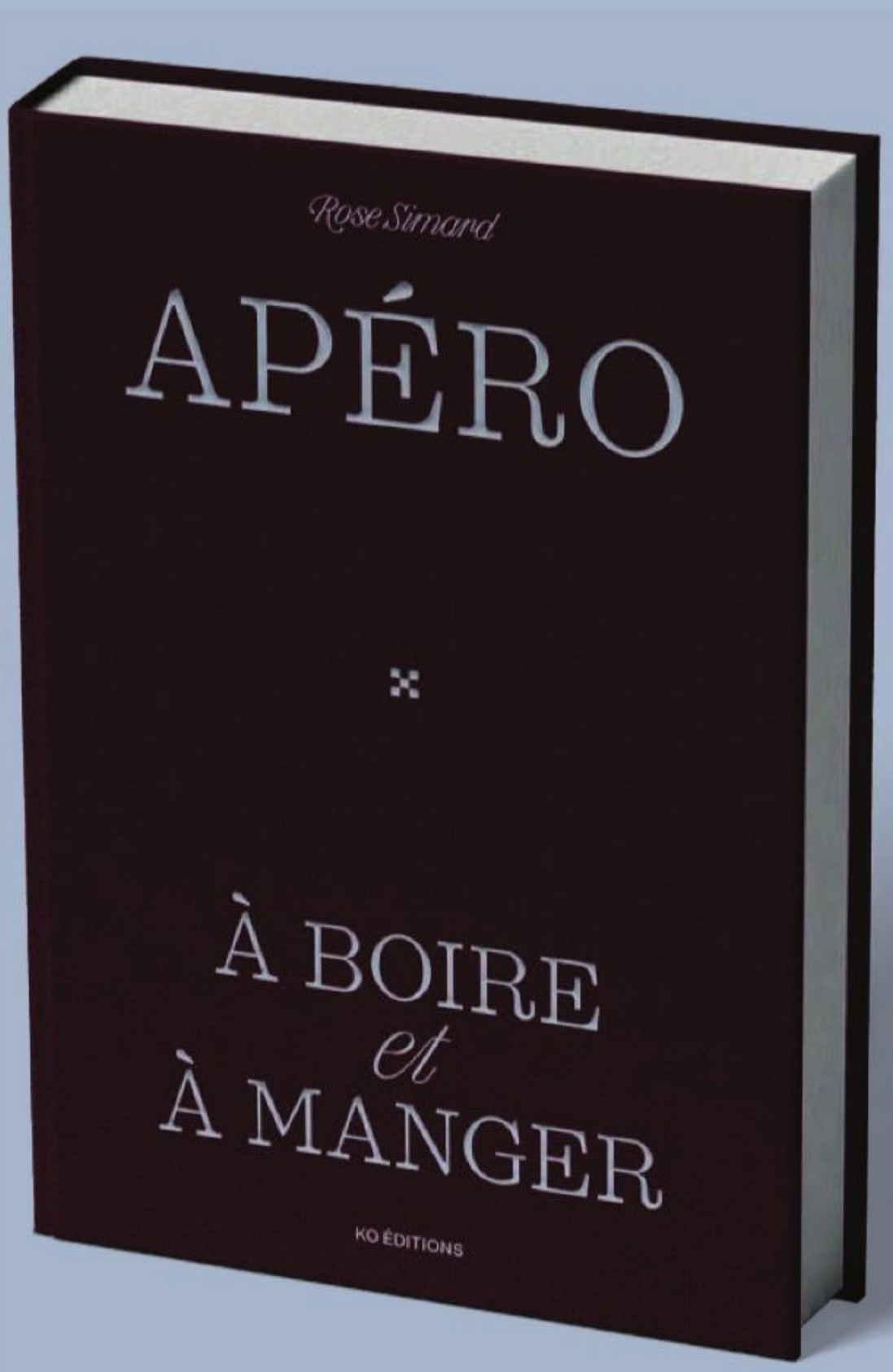
TOUT POUR ORGANISER UN APÉRO DÉCOMPLEXÉ, GÉNÉREUX ET RASSEMBLEUR.











Rose Simard nous présente le nouveau livre de référence de l'art de recevoir : elle y partage ses meilleures recettes à boire et à manger pour lancer vos soirées en toute saison et peu importe l'occasion.

Avec la participation d'Antonin Mousseau-Rivard, de Vincent Dion-Lavallée, de Colombe St-Pierre et de la famille Ferreira.

Disponible en librairie et sur ko-editions.ca

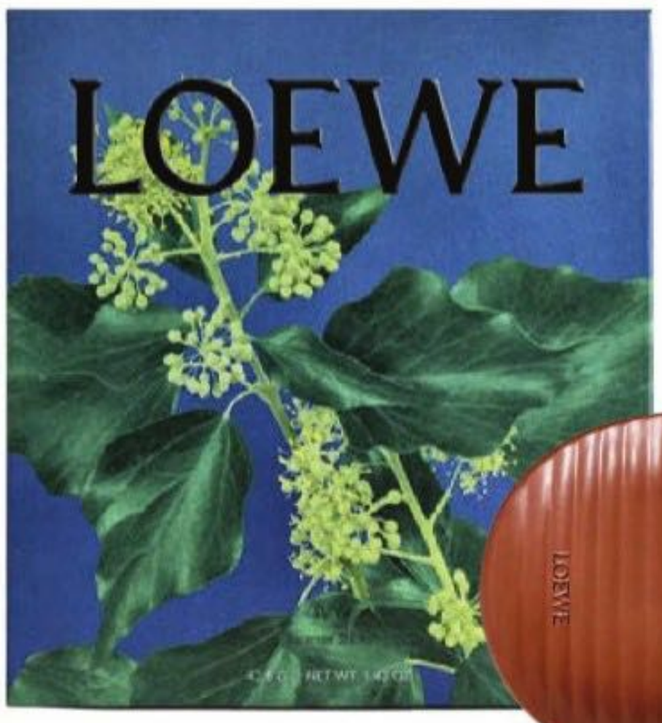
KO ÉDITIONS

NOUVEAU DÉCOR

Les 10 tendances design de l'automne.



CHAISE, **OBJECTS & IDEAS** (3750 $, OBJECTSANDIDEAS.COM)





ENCENS AU LIERRE, **LOEWE** (290 $, HOLTRENFREW.COM)



1 RITUELS BIEN-ÊTRE

S'aménager des espaces où prendre soin de soi est la nouvelle frontière à repousser en matière de décoration d'intérieur.

2 UNE DOUCE MODERNITE

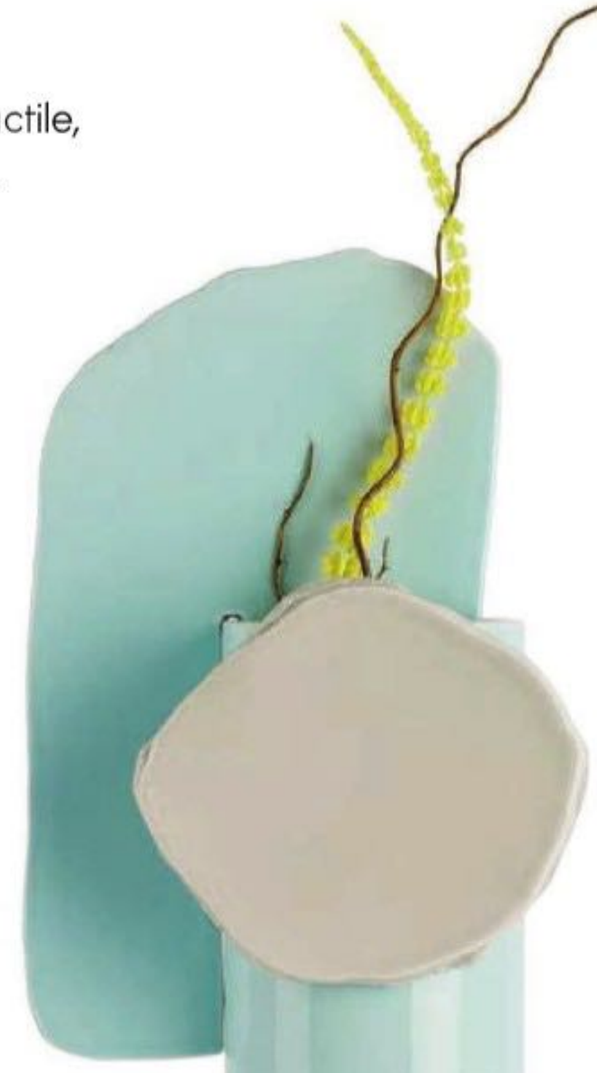
Les meubles contemporains continuent d'adoucir leurs courbes et leur confort.

3 MÉTAL CHAUD

Argent, chrome et laiton se révèlent sous un jour plus tactile, avec douceur et sensualité.



APPLIQUE MURALE, **LIGHTCOVE** (400 $, LIGHTCOVE.STORE)



VASE, **VITRA** (763 $, FINNISHDESIGNSHOP.COM)

4 LE RETOUR DU BIBELOT

Après des années de retenue, on ne s'excuse plus de décorer et on célèbre l'art de l'ornemental.

ASSIETTE, **JONATHAN ADLER X MICHAELS** (50 $, CANADA.MICHAELS.COM)



5 SOPHISTICATION LUDIQUE

La fantaisie retrouve le chemin de nos intérieurs, comme une invitation à ne pas prendre notre décor trop au sérieux.

6 LE VERRE GLORIFIE

Les blocs de verre délaissent leur rôle fonctionnel pour trôner sur la table ou la bibliothèque du salon.



BLOC DE VERRE, **BLOK & CO** (PRIX SUR DEMANDE, BLOKCO.COM)

7 LE MAXIMALISME SCANDINAVE

Le minimalisme relâche son étreinte, tandis que le design scandinave explore les textures et les couleurs, en affirmant sa personnalité.



DESSERTE, **MULLER VAN SEVEREN** (376 $, FINNISHDESIGNSHOP.COM)

8 SCULPTURES LUMINEUSES

Nos luminaires se transforment en œuvres d'art fonctionnelles, portées par des silhouettes audacieuses.



LAMPADAIRE, **IKEA** (60 $, IKEA.COM)

9 DESIGN D'ÉMOTION

On ne pense plus l'espace pour qu'il impressionne; on veut qu'il nous fasse ressentir quelque chose. Le nouveau luxe? Créer une atmosphère.



TOURNE-DISQUE, **SONOS** (549 $, SONOS.COM)

10 LUXE RETROUVE

Les intérieurs les plus chics ne sont plus meublés d'un coup, mais façonnés au fil du temps et des coups de cœur.



TABLE DE CHEVET, **MUST SOCIETE** (399 $, MUSTSOCIETE.COM)

STYLISME: MACA ATENCIO; ADAPTATION: EMMANUELLE MARTINEZ

carnet

BOUFFE, VOYAGE ET DESIGN: NOS COUPS DE CŒUR DU MOMENT.



PIÈCE COUTURE

Depuis 40 ans, BARIL produit ses robinets haut de gamme à Trois-Rivières. En 2022, cette entreprise familiale, transmise de mère en fille, a eu l'idée de faire appel à la designer de mode québécoise MARIE SAINT PIERRE pour la création d'une collection épurée destinée à l'univers de la salle de bain. Aujourd'hui, avec ses quatre décennies d'expertise derrière elle, BARIL a rappelé la designer pour la conception d'un nouveau produit, cette fois-ci pour la cuisine. Résultat: comme en haute couture, le bec de robinet sculptural et sa poignée ultradesign sont personnalisables et se glissent à la perfection dans notre intérieur.

barildesign.com Marouchka Franjulien



Le vin, autrement

Proposée exclusivement par des femmes ayant façonné la scène vinicole locale, la visite touristique à pied Vin au féminin, à Montréal, convie les fanas de bons crus à déambuler, à explorer et surtout à déguster des vins et des bouchées. Cette nouveauté de Spade & Palacio, qui se spécialise dans les visites gourmandes « non touristiques» en petits groupes de 10 participants ou moins, enfile des adresses célébrées ou sous le radar, qui comprennent quelques arrêts surprises afin d'entretenir le suspense. Snobs s'abstenir: cette tournée décontractée s'adresse à celles et ceux qui veulent simplement triper un verre à la main et le sourire aux lèvres. Lancée au printemps, la formule connaît un tel succès que les visites devraient se poursuivre à l'année.

spadeandpalacio.com

Lynne Faubert

Luxe, calme et art du thé

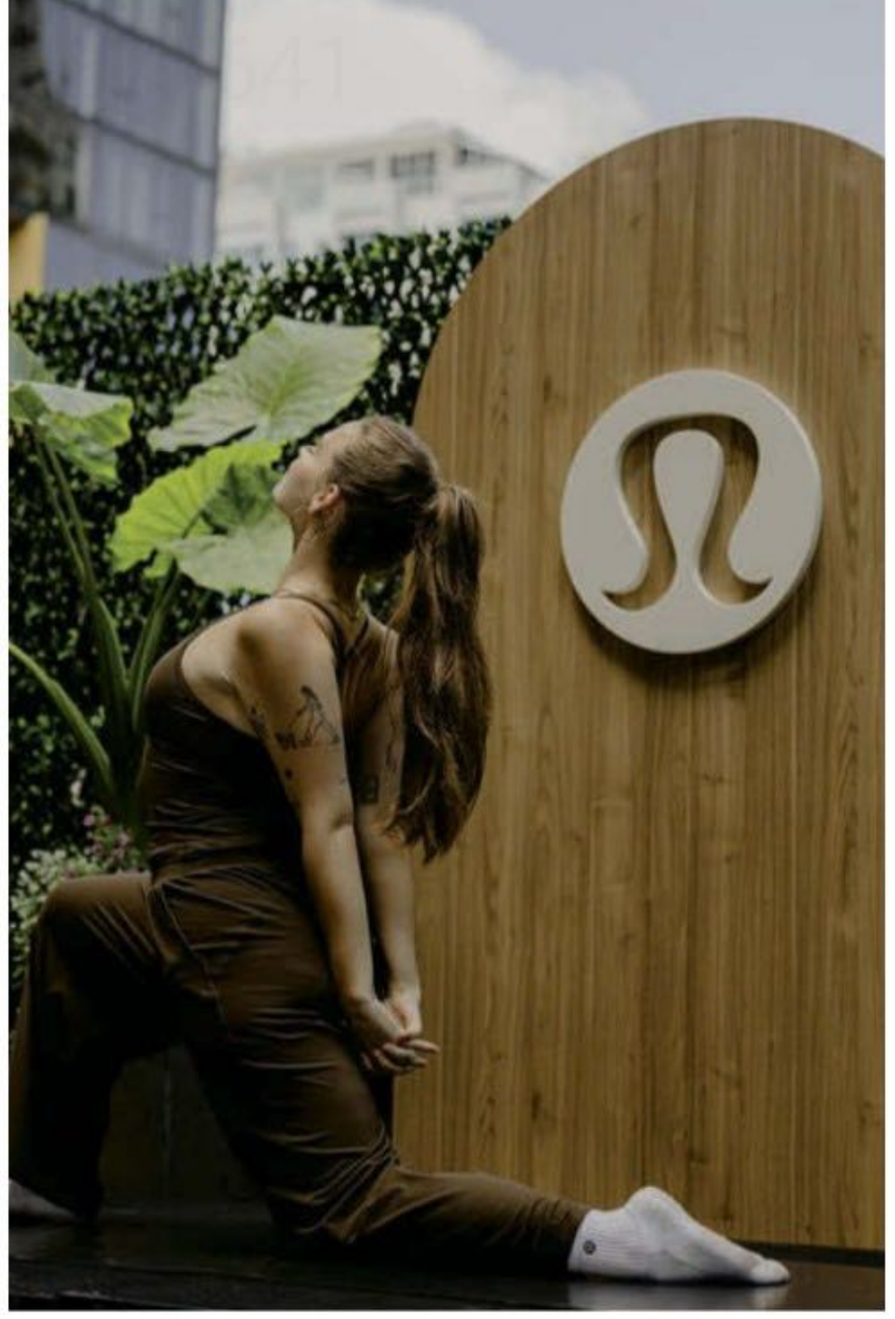
Perchée au-dessus du lac Meech, en Outaouais, l'ancienne résidence secondaire du fondateur des Canadiens de Montréal, Ambrose O'Brien, renaît sous la forme d'un hôtel-spa chic. La Maison O'Brien, ce joyau des propriétés de la Commission de la capitale nationale, constitue un nouvel ajout à l'offre touristique du Square Old Chelsea, qui en assure la gestion. On la découvre autour d'un thé à l'anglaise servi les fins de semaine ou, mieux encore, en séjournant dans l'une de ses 11 chambres. Cet automne, une expérience thermale y sera inaugurée. Cette halte détente sera bienvenue après nos randonnées dans le parc de la Gatineau. Et puis, tant que l'été s'attarde, la plage O'Brien, tout près, est absolument irrésistible! **maisonobrien.ca** Carolyne Parent



COLLABORATION PHARE

Pour la première fois, H&M HOME était présente à la Milan Design Week, haut lieu de rencontre pour les marques et les passionnés de design. En avril, la griffe suédoise – habituée à enchaîner les collaborations mode – y a dévoilé sa toute première collection capsule de meubles, réalisée en partenariat avec KELLY WEARSTLER et offerte au public à compter du 3 septembre. Cette designer américaine réputée pour son style moderne et audacieux a conçu une gamme de mobilier et d'accessoires du quotidien, notamment des fauteuils modulaires qui habitent l'espace avec audace, des vases en bois au profil antique, des lampes de table en tissu et une table d'appoint asymétrique. **hm.com** M. F.





Une pause 5 étoiles

L'hôtel Vogue Montréal, membre de la Curio Collection by Hilton, et la marque de vêtements de sport canadienne Lululemon nous font une proposition qu'on ne peut pas refuser. En effet, tous les derniers dimanches du mois, jusqu'en décembre inclusivement, des cours de pilates et de yoga sont donnés en alternance, gratuitement, dans la grande salle de bal de l'hôtel. Une soixantaine de places sont disponibles pour chaque séance d'une heure (à réserver en ligne auprès des partenaires). Les clients de l'hôtel, eux, peuvent en plus pratiquer leurs asanas dans leur chambre ou à la salle de sport grâce aux tapis de yoga et aux autres accessoires fournis par Lululemon. Une belle initiative!

Instagram/voguehotelmontreal, shop.lululemon.com C. P.

BOUCHÉES DE PAIN

Beaux, bons et pas si chers, les sandwichs cartonnent plus que jamais depuis la récente ouverture de plusieurs adresses devenues virales. À Montréal, RENZO (renzosandwich.com) séduit par ses sandwichs italiens gargantuesques, et le modeste sandwich matinal prend du galon chez CAMS DÉJEUNER – le nouveau bébé du toqué Camilo Lapointe-Nascimento, gagnant de la 10e saison de l'émission *Les Chefs!* À Québec, les foodies locaux font la file devant PAPA SANDWICH (papasandwich.ca), du populaire tiktokeur Nate Todd, ou devant CHOUCHOU (chouchoulimoilou.com), le projet tout neuf de l'équipe derrière La Planque, voué aux burgers et aux sandwichs japonais (sandos) que les chefs avaient l'habitude de cuisiner pour leur brigade en fin de service. Forte de son succès, la sandwicherie se dotera d'ailleurs d'une salle à manger dès cet automne. Apportez votre appétit! L. F.



PHOTOS: TRSTOMEDIA (CHOUCHOU), ROTHBAUER STUDIO (MAISON O'BRIEN), KATE LINDSAY TAEUSCHEL (VIN AU FÉMININ), VALÉRIE HUNTER (VOGUE MONTRÉAL) ET GRACIEUSETÉ DE BARIL ET DE H&M HOME

4_1198777641

ELLE



4_1198777641

ELLE is a trademark owned by HACHETTE FILIPACCHI PRESSE, France.

Get the look

DÉCOUVREZ LA COLLECTION AUTOMNE ELLE
EXCLUSIVEMENT SUR TSC.CA

4_1198777641

horoscope



VIERGE
23 AOÛT – 22 SEPTEMBRE

Si vous apprenez quelque chose que vous ignoriez sur votre partenaire, ça ne veut pas nécessairement dire qu'il ou elle a cherché à vous tromper. Avant de perdre confiance, demandez-vous si son comportement vous a réellement fait du tort, ou si vous venez simplement de découvrir une autre facette de sa personnalité. A long terme, ça pourrait même renforcer votre relation!

BALANCE
23 SEPTEMBRE – 23 OCTOBRE

Au début du mois, côté cœur, vous laissez les choses suivre leur cours sans trop d'attentes. Toutefois, un élan de passion ravive des sentiments oubliés, ce qui pourrait vous donner envie d'aller plus loin! Veillez, cependant, à ne pas vous abandonner trop vite (ou trop profondément) dans cette histoire. Vous pourriez le regretter.

SCORPION
24 OCTOBRE – 22 NOVEMBRE

Une relation amoureuse pourrait ne pas se dérouler comme prévu. Les premières impressions sont souvent trompeuses. Regardez ce qui s'est développé entre votre partenaire et vous jusqu'à présent. Quels aspects positifs notez-vous? Vous soutenez-vous mutuellement? Vous êtes peut-être tellement obnubilée par votre plan initial que vous ne voyez plus ce qui se trouve juste sous votre nez.

SAGITTAIRE
23 NOVEMBRE – 22 DECEMBRE

Que le temps passe vite! Les souvenirs qui vous semblaient si proches sont pourtant si lointains. Et il vous reste tant de choses à accomplir! La bonne nouvelle? Une période très prospère se profile à l'horizon. Profitez de ce cycle planétaire favorable, qui s'étend sur quelques années, pour prendre un nouveau départ dans la réalisation de vos projets à long terme.

CAPRICORNE
23 DECEMBRE – 20 JANVIER

De nouvelles occasions s'offrent à vous, et vous voulez toutes les saisir! Elles ne se valent cependant pas toutes. Faites preuve de prudence et de discernement. Un ou une de vos collègues pourrait se montrer très enthousiaste à l'idée de mener un projet avec vous. Avant d'accepter, demandez-vous qui tirera profit de cet arrangement et qui sera tenu responsable si les choses tournent mal.

VERSEAU
21 JANVIER – 19 FEVRIER

Les longs voyages sont plus agréables lorsqu'on prend des pauses! Arrêtez-vous pour faire le point, pour explorer les environs et planifier la prochaine étape de votre parcours. Accordez-vous une période de réflexion: vous avez accompli énormément de choses depuis le début de l'année. Reposez-vous, profitez de la vie et pensez sans hâte à ce que vous souhaitez laisser derrière et à ce que vous désirez emporter pour la suite du périple.

POISSONS
20 FEVRIER – 20 MARS

Souvent, notre tenue reflète ce qui nous tient à cœur – quand on porte le maillot de notre équipe sportive préférée ou le chandail de notre nouvel amour, par exemple! L'éclipse dans votre signe, à la fin d'août, pourrait vous inciter à revoir en profondeur votre style vestimentaire... et les émotions qu'il suscite en vous. Vos amis remarqueront votre nouveau look, mais se rendront-ils compte des changements dans votre for intérieur?

BELIER
21 MARS – 19 AVRIL

Votre confiance en vos capacités vous sauve souvent la mise lorsque vient le temps de surmonter un obstacle, mais pas cette fois! Vous devez vous accrocher et travailler sans relâche. Tout est une question de force et de persévérance. Il faudra peut-être un certain moment avant que vous ne constatiez les résultats, mais vous parviendrez à votre but après y avoir consacré d'importants efforts. Soyez fière de vous!

TAUREAU
20 AVRIL – 20 MAI

Une histoire avec une personne de votre passé vous tracasse encore. Vous devez régler cette situation avant de pouvoir passer à autre chose. Vous êtes maintenant plus forte, plus solide, et ça joue en votre faveur. Faites toutefois preuve de souplesse dans vos attentes, et essayez de trouver un terrain d'entente. Pourriez-vous faire la paix, ne serait-ce que de manière superficielle?

GÉMEAUX
21 MAI – 21 JUIN

Un événement que vous attendiez impatiemment ne se produit pas, et vous vivez une déception. Toutefois, cette situation présente un aspect positif: vous êtes maintenant libre d'essayer quelque chose de complètement différent! L'éclipse de la fin d'août vous offre une occasion en or, inattendue, dans laquelle vous vous lancerez avec joie. Et cette déception? Elle sera vite oubliée.

CANCER
22 JUIN – 22 JUILLET

Vous avez toujours été très exigeante envers vous-même et vous vous imposiez une discipline de fer... jusqu'à présent! Qu'est-ce qui a provoqué ce changement soudain? La colère! Vous vous sentez contrainte de gaspiller votre énergie et votre talent dans des projets inutiles. Il est temps de changer. Transformez votre rage en action et montrez au monde ce dont vous êtes capable lorsque vous sortez du rang!

LION
23 JUILLET – 22 AOÛT

On pourrait vous offrir la chance de réaliser l'un de vos rêves, mais avant d'accepter, vous devriez y réfléchir avec sérieux. Cette occasion exigera un engagement à long terme et vous coûtera cher – au sens strictement financier du terme. En avez-vous les moyens? Faites le calcul, tant monétaire qu'émotionnel, avant de prendre votre décision. ■

TEXTE: BERNARD FITZWALTER; ADAPTATION: ELISABETH MASSICOLLI; COLLAGE: GUILLAUME BRIÈRE

ELLE QUÉBEC EXTRA

Nouveautés extratendance pour tout connaître, tout voir, tout avoir...



LE RÉTINAL, ULTIME ALTERNATIVE AUX INJECTIONS

Inspirée des injections et développée par des dermatologues esthétiques, la crème Hyaluron Activ Procedure, avec 0,05 % de rétinal — actif trois fois plus puissant que le rétinol —, stimule le renouvellement cellulaire et booste le collagène. Associée à la niacinamide et à l'acide hyaluronique, la crème lisse, repulpe et raffermit. A utiliser avant une procédure ou en complément, afin d'en maximiser les résultats.

(89 $, eau-thermale-avene.ca)



RÉNOVEZ AVEC CONFIANCE CET AUTOMNE AVEC BELAIRDIRECT

Vous songez à donner un coup de neuf à votre maison cet automne? Cuisine, salle de bain... Pensez aussi à votre assurance habitation. Les rénos peuvent augmenter la valeur de votre propriété; alors, parlez-en à votre assureur, afin de la mettre à jour et de bien vous protéger. Avec l'appli de belairdirect, consultez votre police en tout temps, où que vous soyez, ou clavardez avec un agent. **(belairdirect.com/fr)**



ALEMYA, L'ÉLÉGANCE AU QUOTIDIEN

Découvrez le pendentif My Forever, d'Alemya: or 18 carats et pierre de naissance personnalisée, pensé pour sublimer chaque moment de votre journée. Une pièce unique qui vous ressemble et vous inspire confiance, du matin au soir. Magnifiez votre quotidien avec un bijou qui raconte votre histoire.

(1900 $, offert exclusivement chez Château d'Ivoire)

ELLE QUÉBEC EXTRA

Nouveautés extratendance pour tout connaître, tout voir, tout avoir...

VOS PLUS BELLES HISTOIRES EN IMAGES

Depuis plus de 95 ans, Black's aide les Canadiens à célébrer, à partager et à faire vivre les moments qui comptent vraiment. Des petits instants du quotidien aux souvenirs les plus marquants, leurs experts transforment les photos en créations uniques imprimées ici même, au Canada.

Le concours ELLE Capture a réuni le regard créatif d'ELLE et l'expertise photo de Black's pour offrir une vitrine inspirante aux talents d'ici et aux histoires qui méritent d'être racontées.





COLLIER À PENDENTIF PAVÉ DE DIAMANTS CULTIVÉS EN LABORATOIRE PANDORA INFINITE

Célébrez l'amour sans limites. Ce modèle délicat en pavé, serti de diamants cultivés en laboratoire, forme une boucle infinie, symbolisant un lien éternel. **(590 $, ca.pandora.net)**

PLUS QU'UN SIMPLE BAUME

Offrez à vos lèvres une dose de réconfort avec ce masque à la texture fondante, qui les enveloppe d'un voile nourrissant et protecteur. Sa formule enrichie d'huiles végétales, de vitamines et d'antioxydants aide à hydrater intensément et à nourrir en profondeur. Offert en quatre parfums gourmands: Raisin, Bonbon, Vanille et Pêche, pour des lèvres douces et confortables, jour après jour.
(15 $, jeancoutu.com)



le dernier mot

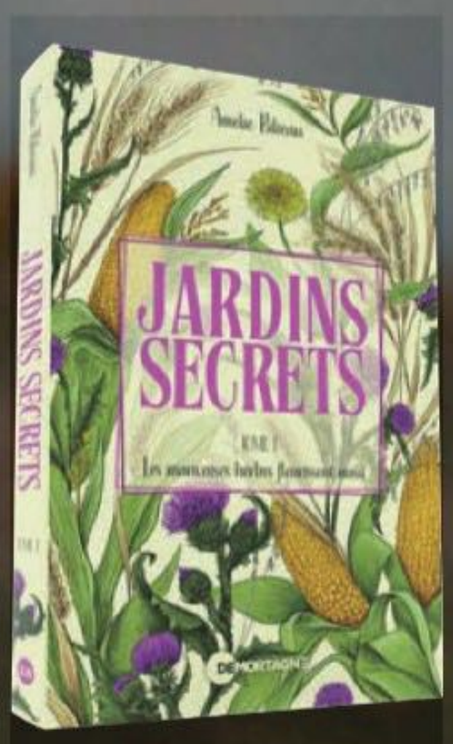


ELLE CAPTURE PRÉSENTÉ PAR Black's

Un parfum de vacances se dégage de ce point rouge suspendu entre ciel et mer. Ce cliché – grand gagnant de notre concours ELLE Capture – a été réalisé par Anne-Florence Dupuis à Hikkaduwa, une ville du sud-ouest du Sri Lanka. Le décor aux lignes géométriques joue franc jeu et fait partie intégrante de cette mise en scène du quotidien, à la fois poétique et prosaïque, qui sent l'iode et la pierre chauffée par le soleil. «La photographie, spécialement argentique, m'a permis de développer, au fil du temps, un sixième sens pour immortaliser ce qu'il y a de beau autour de moi», dit la photographe amatrice, qui habite à Sept-Îles lorsqu'elle ne voyage pas aux quatre coins du monde. «Ça me permet d'apprécier le moment présent, le lieu où je me trouve et l'expérience que je suis en train de vivre. L'instant d'un clic, je pose sur la pellicule la vision que j'ai devant moi, sans retour en arrière possible, sans m'acharner à obtenir la photo parfaite. Je me permets simplement de capter ce qui attire mon regard et me touche.» ■

PHOTO: ANNE-FLORENCE DUPUIS

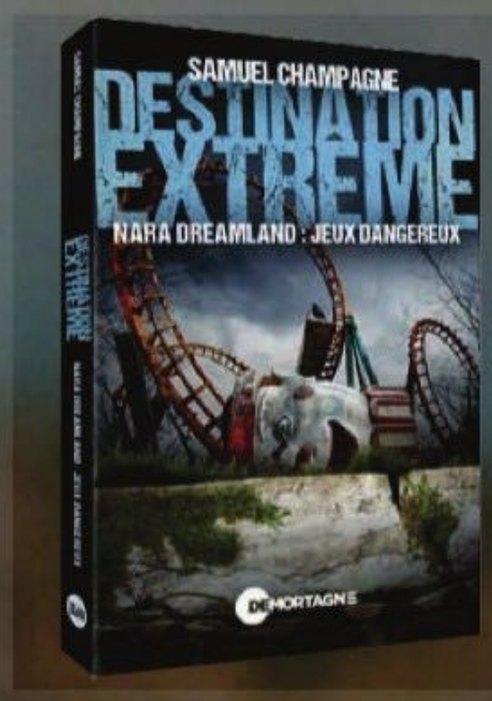
Des histoires à découvrir cet automne



Romance

JARDINS SECRETS TOME 1

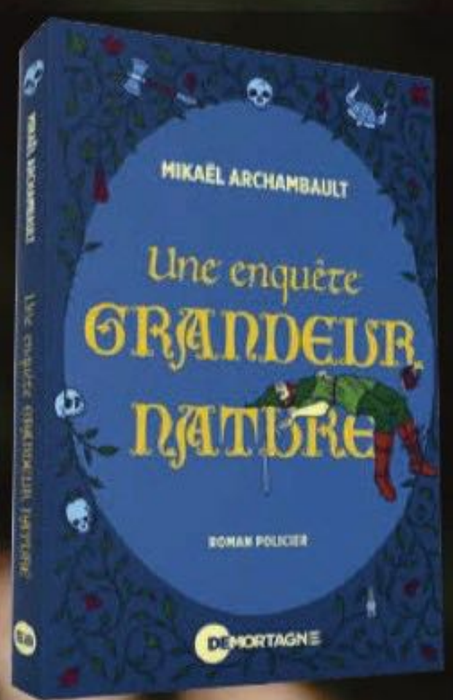
Lorsque Léanne arrive à la demeure ancestrale des frères Bérubé pour la restaurer, elle est loin de se douter que la maison n'est pas la seule à avoir besoin de réparations. Ni qu'elle sera troublée à la fois par le charme de Julien et l'air farouche d'Étienne.



Horreur et suspense

NARA DREAMLAND : JEUX DANGEREUX

Pour se libérer de ses dettes, Ezra doit entraîner à leur insu ses meilleurs amis dans une expédition à Nara Dreamland, parc d'attractions abandonné situé au Japon. Des épreuves tortueuses les y attendent. Sortir de ce cauchemar ne se fera pas sans en payer le prix...



Thriller humoristique

UNE ENQUÊTE GRANDEUR NATURE

Cathy Murphy est atteinte de malchance chronique. Alors, évidemment, lorsqu'elle accompagne son nouveau chum dans un faux village médiéval, celui-ci disparaît ! Elle mènera son enquête et tentera de dénicher la vérité dans ce monde où tous se cachent sous un personnage.



Croissance personnelle

LE COURAGE D'ABANDONNER

Entre vulnérabilité et résilience, Josée Querry se base sur son histoire pour vous offrir des repères qui vous aideront à transformer les chutes en élans et les fins en nouveaux départs. Parce qu'abandonner est bien souvent un acte de courage, et non un échec.

DEMORTAGNE

EN VENTE
EN LIBRAIRIE ET SUR
EDITIONSDEMORTAGNE.COM*

Publicis EtNous

Hermès, à toute bride

HERMÈS
PARIS