Flair

SEPTEMBRE = **MOIS DU BUDGET**

BELLE POUR MOINS DE 12€
Notre sélection make-up à petit prix

INTERVIEW
SOPRANO
« Si on est passionné et positif, on peut rêver très grand »

VOYAGE & ARGENT
5 lectrices racontent comment gagner de l'argent en voyageant

TOI, TOI MON TOIT
« Deux semaines après avoir décidé d'acheter, on signait le compromis »

MODE: FAITES LE TEST
Distinguez-vous les pièces chères de celles bon marché?

ÇOMPTES À RÉGLER

Comment gérer les tensions financières avec vos proches

ON AVAIT DIT "RÉVEIL TRANQUILLE".
ON A MENTI. 🥐

FUN FAMILY

LE SAMEDI DE 6H À 10H

FUN RADIO

FUNRADIOBE - FUNRADIO.BE

La semaine de Catherine



Depuis plusieurs mois, je fais la cure de collagène de chez Insentials et je commence à voir une belle différence sur ma peau et mes cheveux!



J'ai enfin préparé la célèbre tarte à la tomate de @louloukitchen_ La photo de la pâte (faite maison, oui, oui!) badigeonnée de moutarde ne rend pas justice à son goût succulent...



Comme notre mannequin en couverture, j'ai investi dans plusieurs pyjamas (H&M) en coton qui allient style et confort! Définitivement mon meilleur investissement mode de la saison



«Si l'argent ne fait pas le bonheur, force est de constater en revanche qu'il est plus que nécessaire pour survivre dans un monde où tout coûte de plus en plus cher»

Tout le monde il veut seulement la thune, chante Angèle. Et je ne vais pas la contredire... Si l'argent ne fait pas le bonheur, force est de constater en revanche qu'il est plus que nécessaire pour survivre dans un monde où tout coûte de plus en plus cher. Comment épargner? Comment gérer son budget de façon optimale? Comment dénicher les bonnes affaires? On se pose régulièrement toutes ces questions à la rédaction. Et comme chez Flair, septembre rime avec budget, cette semaine, on s'intéresse à un sujet qui nous concerne tou·te·s: les *red flags* financiers. Ces petits signaux qui, dans nos relations, peuvent en dire long sur notre rapport à l'argent. Quels comportements liés à l'argent chez un·e proche devraient vous mettre la puce à l'oreille? Pensez à cette amie qui, par exemple, ne vous rembourse jamais, ou à ce cousin qui propose toujours de payer une tournée, mais se défile au moment de sortir son portefeuille. Comment repérer ces *red flags* et y remédier? Vous le saurez en lisant notre reportage *C'est toi qui paies?*, page 16.

Au rayon mode (p.26), focus sur les détails qui font la différence entre une pièce chic de qualité et son pendant bon marché. Nous vous dévoilons les secrets d'une garde-robe à l'allure luxueuse, sans y laisser votre budget.

Avis aux beautystas économes: bonne nouvelle, il est tout à fait possible de remplir sa trousse de maquillage sans dépasser 12 € par produit! Filez page 36 pour découvrir la sélection de make-up à prix mini de notre journaliste Beauté. Et surtout, retenez bien: il n'y a pas de petites économies!

Catherine Ducat
Rédactrice finale
catherine.ducat@roularta.be

Le féminin belge le plus lu

Femmes D'AUJOURD'HUI

C'EST MON HISTOIRE

«Mes filles sont nées en prison»

Quelle gagnante du Lotto seriez-vous ?

FAITES LE TEST PAGE 58

Beauté des sourcils
Le détail qui change tout

DÉCOMPRESSER APRÈS L'ÉCOLE
17 ACTIVITÉS POUR LES ENFANTS

ENTREPRENEUSES & AUDACIEUSES
Elles ont créé leur job de rêve

CUISINER SANS SE RUINER

11 RECETTES AVEC LES SUPER PROMOS



ÉCHARPE, SAC, GILET...
Vos basiques tout doux à tricoter

En vente du 17 au 23 septembre 2026

Flair Sommaire



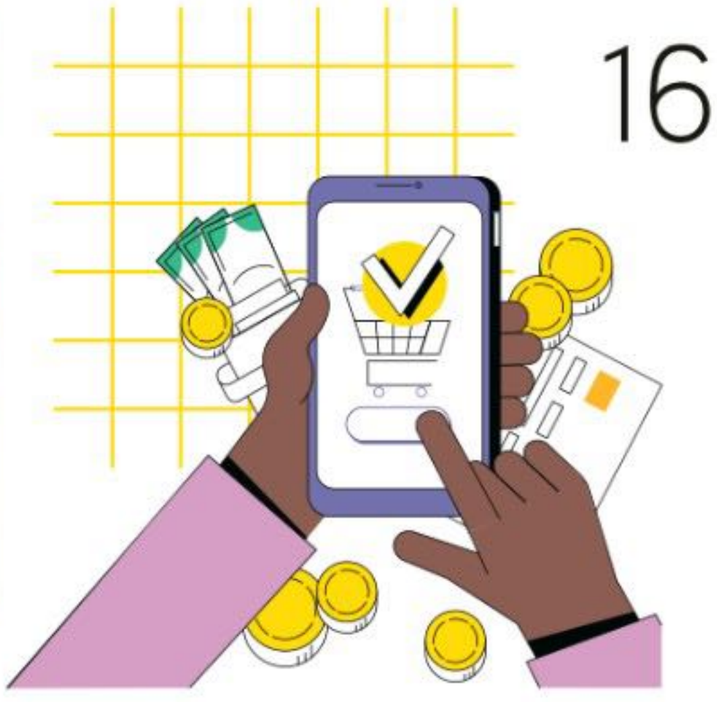












7 **Flair x MSD** Focus sur le HPV

8 **Coups de cœur**

14 **My body & me**

16 **Argent** Et si c'était un red flag financier?

22 **Copy the Cover**

25 **Petit Club**

26 **Mode** Distinguez-vous les pièces chères de celles bon marché?

34 **Toi, toi mon toit**

36 **Beauté** Make-up à moins de 12 €

40 **Comptes à régler**

42 **Dans mon portefeuille**

43 **Dans notre lit**

44 **Tourisme** Témoignages: voyager en gagnant de l'argent

51 **C'est pas grave**

52 **Potins**

54 **Vie de célib'**

56 **Babystory**

60 **Chillax**

62 **Tourisme** Parcours gourmand à Anvers

68 **L'interview** Soprano

70 **Popcorn**

72 **Flairplay**

76 **Flair x Foodbag** 3 recettes délicieuses et ultra-rapides

80 **Vendu!** Une nouvelle feelgood

83 **Trop bon** Tarte au riz

84 **Horoscope**

88 **La semaine prochaine**

90 **Sous la couette**

Le monde de Flair



Amandine, print manager est allée dire bonjour à **Catherine, rédactrice finale**, expatriée plusieurs mois par an à Rio Lagartos au Mexique.

Les **journalistes Dewy et Herlinde** ont testé une façon pour le moins originale de faire du sport... grâce au bungee fitness!





Julie, digital manager est allée aux Solidarités à Namur pour voir des artistes comme Maguie ou encore Ben Mazué. Découvrez la vidéo des meilleurs moments sur **@flairbelgique**

en couverture



PRODUCTION: JONI VANDEWALLE **PHOTO:** DIMITRI LOWETTE **STYLISME:** MARIEKE DE PAUW **MAKE-UP:** EVELIEN DE POTTER **MANNEQUIN:** NELL (NO BABES AGENCY) **CHEMISE** ET **SHORT** - ASOS CURVE

@ propos de nous

Flair est la plus grande marque médiatique pour les jeunes en Belgique. Nous touchons chaque mois plus de 3 millions de lecteur·rice·s. Flair inspire au travers de témoignages, images et opinions divers, inclusifs et optimistes. Et avec vous, nous souhaitons rendre le monde un peu plus beau. En posant chaque jour des choix malins. En optant plus souvent pour le durable. En nous éloignant des idéaux de beauté stéréotypés. En nous aimant et nous acceptant tel·le·s que nous sommes. Nous ne recherchons pas la perfection, mais souhaitons booster l'estime de soi. Parce que tout commence par là. Ensemble nous y arriverons bien mieux que seul·e·s.

Bienvenue dans le monde merveilleusement imparfait de Flair!

local & Belge

On aime faire du shopping **local et belge,** repérez les marques belges dans le magazine grâce à cette icône →

lire Flair en numérique

Scannez ce code QR et lisez notre magazine numériquement sur iPhone ou smartphone Android.

Focus sur le HPV

Vos questions les plus fréquentes sur le HPV, répondues par un médecin

Lorsqu'on apprend chez son médecin ou son·sa gynécologue que l'on est porteur·se du HPV, on ne sait pas toujours exactement ce que ça signifie. Il est temps d'y voir plus clair. La Dre Céline Gilmant répond avec clarté aux questions que vous vous posez le plus souvent.



La **Dre Céline Gilmant est dermatologue**, spécialisée en maladies infectieuses et infections sexuellement transmissibles (IST) chez l'homme et la femme. Elle répond aux questions que vous vous posez sur le HPV.

Qu'est-ce que le HPV?

Dre Céline Gilmant « Le papillomavirus humain ou HPV est un virus extrêmement fréquent. Environ 80 % des personnes sexuellement actives entrent en contact avec le HPV au cours de leur vie[1]. **Il existe plus de 200 types de HPV.** Ceux-ci peuvent toucher les organes génitaux internes et externes, la région anale, certaines parties de la peau et la bouche, aussi bien chez les femmes que chez les hommes[2]. »

Comment le HPV se transmet-il?

« Le HPV se transmet principalement lors de contacts intimes, avec ou sans pénétration. Il s'agit de l'une des IST les plus fréquentes au monde. **Tout le monde peut contracter le HPV, indépendamment de son sexe ou de son orientation sexuelle[2].** La plupart du temps, une infection au HPV ne provoque aucun symptôme et disparaît spontanément sans provoquer de problème de santé. Une personne peut donc être porteuse du virus sans le savoir et le transmettre involontairement à son·sa partenaire[3]. »

Quels sont les symptômes du HPV?

« Dans près de 90 % des cas, une infection au HPV passe inaperçue et ne provoque donc aucun symptôme. Certains types de virus peuvent toutefois entraîner des affections graves ou gênantes, comme des verrues génitales, aussi bien chez les hommes que chez les femmes. Il est important de savoir que tous les types de HPV ne sont pas dangereux[3], mais que certains nécessitent une attention particulière. **Une douzaine de types de HPV environ sont considérés comme étant à haut risque.** Ils jouent un rôle dans l'apparition de lésions précancéreuses et peuvent même provoquer certains cancers. Le plus fréquent est le cancer du col de l'utérus, mais le HPV peut également être à l'origine d'autres cancers chez les femmes comme chez les hommes, notamment ceux de la vulve, du vagin, du pénis, de l'anus et de la gorge[3]. »

Peut-on éviter de contracter le HPV?

« Il existe différentes façons de réduire le risque d'infection au HPV. La vaccination et le dépistage sont des méthodes reconnues pour se protéger contre les principaux types de HPV responsables de cancers et de verrues génitales.

Le dépistage joue un rôle essentiel[1] dans la prévention des cancers liés au HPV, en particulier chez les femmes. Il est aujourd'hui possible de détecter certaines anomalies de manière précoce, avant même qu'elles n'évoluent en cancer. Il est donc important de suivre les recommandations en matière de dépistage. Pour les hommes, il n'existe actuellement aucun programme de dépistage systématique comparable à celui destiné aux femmes.

En Belgique, des recommandations de dépistage existent pour prévenir le cancer du col de l'utérus. Il est recommandé aux femmes âgées de 25 à 29 ans de réaliser un frottis tous les 3 ans. De 30 à 64 ans, les recommandations changent: le dépistage repose alors principalement sur un test HPV, réalisé tous les 5 ans[4]. Beaucoup de personnes pensent que la vaccination est exclusivement destinée aux adolescent·e·s. Pourtant, elle peut encore être utile à l'âge adulte et continuer à offrir une protection supplémentaire, même après le début de la vie sexuelle ou après avoir déjà contracté une infection au HPV. Le mieux est donc d'en parler avec votre médecin. »

Vous avez entre 19 et 30 ans? Il y a du nouveau en matière de prévention contre le HPV. Parlez-en avec votre médecin! Retrouvez les réponses détaillées à toutes vos questions sur le HPV sur flair.be/hpv

Sources
1. World Health Organization (WHO). *WHO guideline for screening and treatment of cervical pre-cancer lesions for cervical cancer prevention: use of human papillomavirus (HPV) DNA genotyping*. Geneva: WHO; 2026.
2. ECDC 2020. *Guidance on HPV vaccination in EU countries: focus on boys, people living with HIV and 9-valent HPV vaccine introduction* (europa.eu). Dernière consultation: 07/2026.
3. Conseil Supérieur de la Santé. *Vaccination contre les infections causées par le papillomavirus humain.* Bruxelles: CSS ; 2017. Avis n° 9181.
4. World Health Organization (WHO). *WHO guideline for screening and treatment of cervical pre-cancer lesions for cervical cancer prevention: use of human papillomavirus (HPV) DNA genotyping*. Geneva: WHO; 2026.

BE-NON-02976 – 09.2026. HPV: papillomavirus humain

Cet article a été réalisé avec le soutien de MSD. Les points de vue exprimés dans cet article reflètent les expériences et les opinions des intervenant·e·s et ne correspondent pas nécessairement à celles de MSD.

COUPS DE ❤

Nos journalistes partagent ce qui les a rendues instantanément heureuses, cette semaine.

Flair



© BASIEL DEBROCK

Pull sans manches (69,99 €) et **jupe** à paillettes (59,99 €), ZEB.

Jill x ZEB

Influenceuse, présentatrice, autrice, entrepreneuse, **Jill Vandermeulen** ajoute une corde à son arc et dévoile Rosehill by Jill, sa première collection de mode pour **ZEB**. Une collection automne-hiver inspirée du *countryside* britannique, qui traduit son univers entre féminité moderne et influences masculines, et confirme, s'il le fallait encore, les multiples talents d'une femme devenue incontournable.

Disponible dans les magasins ZEB de Wallonie et sur zeb.be



Bonnet (19,99 €), **gilet** beige (79,99 €) et **pantalon** marron (89,99 €), ZEB.

Texte: Amandine de Harlez, Céline Parouteau, Chloë Foubert et Charlotte De Loose

Tout-en-un

Le conseil peau de notre journaliste Beauté, Charlotte «Si votre budget est limité ou si vous souhaitez simplifier votre routine, optez pour un soin tout-en-un qui rend les sérums supplémentaires superflus. Le Pro-Collagen Peptide Plumping Intensive Moisturizer de **Paula's Choice** renforce la barrière cutanée, hydrate intensément, raffermit la peau et atténue l'apparence des ridules. Il convient à tous les types de peau, même les plus sensibles.»

Pro-Collagen Peptide Plumping Intensive Moisturizer (58 €, Paula's Choice).



PAUSE CHOCOLATÉE

En cette rentrée et avec l'automne qui approche, nous avons à nouveau besoin de petits moments de réconfort. Pour reprendre le rythme en douceur, le lait chocolaté ultra-onctueux Cécémel, rebaptisé **Chocomel** depuis le mois de juin, est la boisson parfaite, à savourer en version chaude ou froide. La marque propose également de nouvelles déclinaisons à découvrir: avec plus de protéines, moins de sucre ou encore en version végétale. Santé!

Chocomel (1,29 € (bouteille d'un litre), en supermarchés).





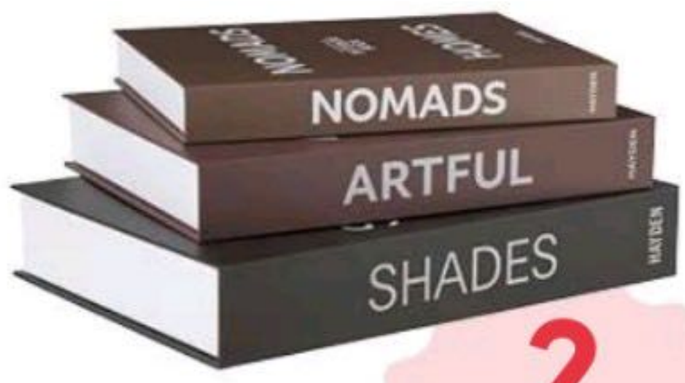
3 BONS PLANS DE STEPHANIE

En septembre, le mois des bons plans chez Flair, notre experte en bonnes affaires Stephanie vous dévoile 3 pièces à shopper avant tout le monde. Vite, direction les magasins (en ligne)!

1

Tapis de bain à motif poisson (40 x 60 cm) (7 €, Flying Tiger).





2

Livres de rangement «Shades» (9,99 € (le lot de 3), Xenos).



3

Housse de coussin verte à poils (50 x 30 cm) (9,99 €, HEMA).



FOULARD 2.0

Si, comme nous, vous avez porté un foulard en guise de top cet été ou l'avez noué autour de vos cheveux pour les protéger du soleil, ne rangez pas encore vos petits foulards au fond du placard. Nous avons repéré chez **Sézane** une astuce très stylée pour la saison à venir. Il suffit d'enrouler votre foulard autour d'un collier à grosses mailles pour un effet luxueux instantané. Un détail chic et inattendu, mais surtout ultra-facile à reproduire!

ÉLECTRIQUE, c'est chic

Les vélos électriques sont parfois considérés comme vieillots, lourds et peu tendance. Le jury des Red Dot Design Awards a, à juste titre, estimé le contraire en récompensant ce modèle Curb de **Gazelle**. Cet e-bike urbain minimaliste affiche un design très élégant, tandis que toute la technologie est intégrée pour préserver ses lignes épurées. Mais ne vous y trompez pas: il est robuste, équipé d'un moteur Bosch, peut accueillir des porte-bagages à l'avant comme à l'arrière et permet même de fixer votre smartphone, qui fait office de tableau de bord.

Curb C1 (monovitesse) et **Curb T9** (avec 9 vitesses) (prix conseillé: 2399 €, gazellebikes.com).



ALL DAY, ALL NIGHT

À l'époque des débuts de YouTube, le All Nighter Setting Spray d'Urban Decay était LE spray fixateur par excellence. Malheureusement, la marque a fini par retirer ce produit iconique de sa gamme. Mais heureusement, pas pour toujours. Sous le nom «All Dayer», Skindinavia, l'entreprise à l'origine du spray, relance aujourd'hui la formule chez **MCoBeauty**. Il ne s'agit donc pas d'un dupe, mais bien de la formule originale dans un packaging similaire et à un prix abordable.

All Dayer (14,99 €, MCoBeauty).



Potion magique

La Longevity Potion de **Kérastase** est un concentré régénérant pour le cuir chevelu. Né de la recherche sur le vieillissement capillaire chez L'Oréal, Chronologiste apporte la science de la longévité aux soins capillaires en prolongeant proactivement la vitalité et l'apparence de jeunesse des cheveux. **Amandine, print manager** « Les effets du sérum sur mes cheveux fragilisés sont bluffants! »

Gamme Chronologiste: Bain Régénérant (37,50 €), **Masque Intense Régénérant** (63,40 €), **Sérum Nuit Jeunesse** (65,90 €) et **L'Huile de Parfum** (85 €).





PARFUM POPCORN

C'est le signe qu'il vous fallait pour organiser une soirée ciné cosy et porter un parfum parfaitement dans le thème. Le nouveau Corn Star de **Fascent** est un parfum gourmand à petit prix qui sent bon le popcorn chaud, beurré et sucré.

Corn Star (55 € (30 ml), Fascent).



FAIT MAIN PAR NOS MAITRES CHAUSSEURS

MEPHISTO

CHAUSSURES D'EXCEPTION



FAITES RIMER
MODE ET CONFORT
AVEC L'UNIQUE
TECHNOLOGIE
SOFT-AIR

Zina | 3-7½

DISPONIBLE DANS LE MONDE ENTIER, DANS **900 BOUTIQUES MEPHISTO**
AINSI QUE CHEZ LES DÉTAILLANTS SPÉCIALISÉS DE LA CHAUSSURE. **WWW.MEPHISTO.COM**

SOFT-AIR TECHNOLOGY

À PARIS? OUI!

Un citytrip à Paris au programme? Alors, ne manquez pas la nouvelle collection **Uniqlo x Comptoir des Cotonniers**. Elle regorge de pièces qui respirent l'élégance parisienne, sans pour autant vous ruiner. De la marinière en maille toute douce qui va littéralement avec tout à l'ensemble veste-jupe en velours côtelé intemporel: ajoutez une paire de mocassins à vos pieds et vous voilà parfaitement parée pour jouer les Parisiennes.

Pull rayé en mélange de laine mérinos (39,90 €), **pantalon** barrel en velours côtelé (49,90 €) et **minijupe** en velours côtelé (39,90 €), Uniqlo x Comptoir des Cotonniers.



AU COIN DU FEU

Que vous le soyez déjà ou non, chez **Lush**, ils sont fin prêts pour l'automne. Leur nouvelle collection automnale donne déjà furieusement envie de savourer des lattes épicés au coin d'un feu de cheminée crépitant, avec pour stars la bombe de bain Sparkly Pumpkin et le gel douche Cinnamon Spiced Latte.

Bombe de bain Sparkly Pumpkin (9 €) et **gel douche Cinnamon Spiced Latte** (12 €), Lush.



A GAGNER

LA Maison RADIO Contact

Écoutez

RADIO Contact

Feel Good

Infos et règlement sur **Radiocontact.be**

*Image à titre d'illustration

MATEXI Bienvenue dans votre quartier.



my body & me

L'HISTOIRE DE MA VIE

Dans cette rubrique, un·e lecteur·rice raconte l'histoire de son corps, sans filtre, ni Photoshop. Uniquement des corps et des histoires vraies.

Photo: Morgane Gielen (@morganegielen) **Make-up:** Flore Van Dorpe **Assistante:** Leoni Jones

Je suis «Fanny, 26 ans, j'étudie la photographie et je suis mannequin chez No Babes Agency. Je suis célibataire et je vis à Bruxelles.»

Je souhaite paraître dans Flair parce que «c'est, selon moi, le magazine féminin le plus connu et le plus inclusif de Belgique. Une amie m'a dit un jour qu'elle se demandait s'il existait encore une femme en Belgique qui ne connaissait pas Flair, tant il fait partie de notre culture. Je suis donc très reconnaissante de pouvoir y participer.»

«Les remarques, le harcèlement et les comportements déplacés m'ont rendue plus forte, mais ont laissé des traces»

L'histoire de mon corps «Il fut un temps où je considérais mon corps comme un projet qu'il fallait constamment ajuster. D'anciennes remarques ou des regards de passants pouvaient me ramener brutalement à cette idée que je devais changer ce qui fait ma singularité. Chaque mois, je me rappelle que mon corps évolue au rythme de mes hormones et que mon humeur n'est pas une ennemie, mais un signal. Le corps et l'esprit ne sont pas opposés, mais alliés. Pourtant, quelque chose de tenace subsiste en arrière-plan: la peur du temps qui passe, du changement et d'une société qui préfère garder les femmes jeunes plutôt que libres. J'ai grandi avec le sport comme une évidence, mais j'ai aussi appris à quel point la frontière entre dévouement et surmenage peut être mince. Aujourd'hui, je ne recherche plus le contrôle, mais l'équilibre. Écouter mon corps n'est pas une finalité, mais un exercice. Un exercice qui me rapproche chaque fois un peu plus de la sérénité et de la confiance. Et de quelque chose qui m'a longtemps semblé étrange: aimer mon corps exactement tel qu'il est. J'ai appris à accepter mon corps, à le regarder et à l'apprécier. Cela a été tout un processus pour apprendre à voir ce qui était déjà là. Être photographiée m'y a aidée. Alors qu'autrefois je me crispais devant l'objectif et tentais de me cacher derrière des poses peu naturelles, j'ai peu à peu appris à être pleinement présente dans ma propre image. Enfant, j'avais peu de place pour exprimer ma singularité. À l'école, et particulièrement dans un environnement sportif imprégné d'une culture machiste, il fallait être dure. Les remarques, le harcèlement et les comportements déplacés m'ont façonnée et endurcie, mais ils ont aussi laissé des traces. Certains souvenirs restent gravés, comme ce cours d'arts plastiques durant lequel un camarade de classe avait collé dans mes cheveux un morceau de ruban adhésif sur lequel était écrit 'moche'. Comme si quelqu'un avait décidé, l'espace d'un instant, de la manière dont je devais me voir. Grandir en tant que femme, c'est être regardée, décortiquée, étiquetée et jugée. Comme si votre corps n'était pas un tout, mais un assemblage de différentes parties sur lesquelles chacun avait son mot à dire. Il faut du temps pour se défaire de ce regard et se réapproprier son corps. Aujourd'hui, je vois ce qui me distingue. Mes sourcils, par exemple: cette ligne sombre qui structure mon visage et donne de la force à mon regard. Ce qui était autrefois une source de complexes est devenu ma signature. Quelque chose que l'on remarque et sur lequel les gens ont quelque chose à dire. J'ai appris que la singularité n'a pas besoin d'approbation, seulement d'être reconnue. Alors, je regarde à nouveau. Le même corps, mais avec un autre regard.»

Ma devise «Faites le canard, laissez couler sur vos plumes.»

Mon conseil self-care «Respirez, détendez-vous et chillez. Tout ira bien.»



Morgane Gielen est photographe et fondatrice de No Babes Agency, la première agence belge de mannequins inclusive (nobabes.be, @nobabes.agency).

Envie de participer? hello@nobabes.be.

C'est toi qui paies?

Comment repérer les signaux d'alerte financiers





De la copine qui ne paie jamais sa tournée au partenaire qui cache ses dettes, certains *red flags* en disent parfois bien plus sur une relation que votre compte en banque. Comment les repérer? Et à partir de quand faut-il vraiment tirer la sonnette d'alarme?

Texte: Elien Geboers

«Je paierai la prochaine fois!» On connaît toutes et tous quelqu'un chez qui cette fameuse prochaine fois se fait attendre longtemps. Ou cet·te ami·e qui veut «juste» partager l'addition, mais seulement quand vous avez pris une salade et une bouteille d'eau, tandis que lui·elle s'est offert le homard au champagne. Les *red flags* financiers ne concernent d'ailleurs pas uniquement les relations amoureuses. Avec un·e partenaire, un·e colocataire, un·e associé·e, un·e ami·e ou un membre de la famille, les questions d'argent peuvent semer le doute: est-ce encore normal, voire sain?

Osons parler d'argent

L'argent a un drôle de pouvoir sur nous. Il touche à notre sentiment de justice, de sécurité, d'indépendance, de confiance, et parfois même de pouvoir. Qui paie? Qui reçoit? Qui attend quelque chose en retour? Et surtout, qui ose vraiment en parler? C'est souvent ce dernier point qui pose problème. Aujourd'hui, on n'hésite plus à demander à une personne combien de fois elle fait l'amour, mais combien gagne-t-elle? Là, le sujet reste bel et bien tabou. Et c'est là que les problèmes commencent: là où le dialogue manque, les malentendus – et parfois la manipulation – ont vite fait de s'installer.

L'argent, c'est le pouvoir

Un *date* qui cache ses problèmes financiers. Un·e partenaire qui contrôle les dépenses. Un parent qui se sert de l'argent pour garder ses enfants adultes sous son emprise. Un·e ami·e qui emprunte sans jamais rembourser – ou toujours en retard. Ces situations ont un point commun: elles créent un déséquilibre dans la relation. Les thérapeutes de couple et les expert·e·s en finances parlent parfois, à ce propos, de *financial red flags*: des comportements liés à l'argent qui peuvent révéler des problèmes plus profonds dans une relation. Cela ne veut pas dire qu'une personne économe est forcément un·e mauvais·e partenaire ou ami·e, ni que le fait d'avoir des dettes constitue en soi un signal d'alerte. Tout le monde peut traverser une période financièrement difficile. Le signal d'alerte apparaît lorsque notre rapport à l'argent entre en conflit avec le respect mutuel, la transparence et la confiance – autrement dit, les bases de toute relation saine.

Source de frustrations

Les études montrent d'ailleurs que les tensions financières comptent parmi les principales sources de conflit au sein des couples, notamment lorsque les partenaires ont une vision différente des dépenses, de l'épargne, du partage équitable ou de la responsabilité financière. Mais ces mêmes mécanismes se retrouvent tout aussi bien dans les amitiés et les relations familiales, même s'ils y sont peut-être encore moins pris en compte. En bref, dans n'importe quelle relation, les questions d'argent peuvent peu à peu éroder la confiance sans que personne n'ose vraiment mettre le problème sur la table. C'est ce qui rend les signaux d'alerte financiers si insidieux. Ils commencent généralement par de petites choses: une dépense passée sous silence, une demande de paiement «oubliée»... Pris séparément, ces incidents peuvent sembler anodins. Mais mis bout à bout, ils finissent par former des schémas qui fragilisent peu à peu la relation. Plusieurs de nos lectrices en ont fait l'expérience.

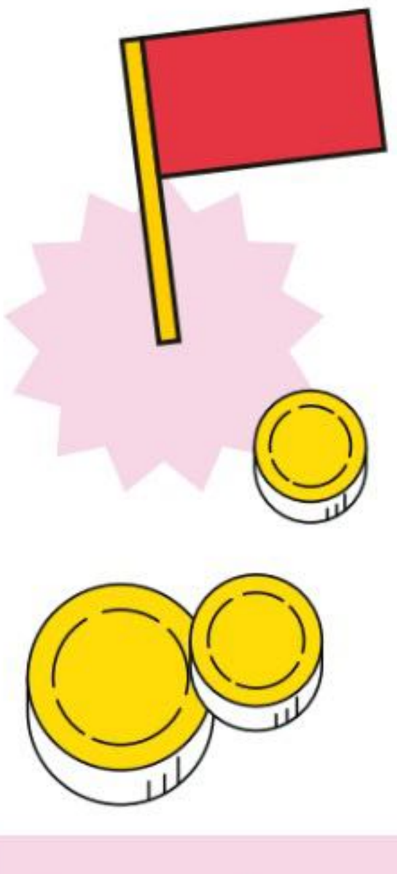
Lorsqu'on ne parle pas d'argent ouvertement, cela peut engendrer des malentendus et même de la manipulation

Julia « Quand j'ai rencontré Kevin, il semblait avoir sa vie bien en main. Il avait un bon travail, une belle voiture et aimait m'inviter au restaurant. Je trouvais ça plutôt charmant qu'il insiste toujours pour payer. Lorsque nous avons emménagé ensemble, 7 mois plus tard, nous avons ouvert un compte commun pour les dépenses fixes, tout en gardant chacun notre compte personnel. Au début, tout se passait très bien. Jusqu'à ce qu'il me demande de plus en plus souvent si je pouvais verser un peu plus sur le compte ce mois-là. Selon lui, nous étions temporairement un peu justes à cause de dépenses imprévues ou son salaire n'avait pas encore été versé. À chaque fois, son explication semblait parfaitement plausible. Je n'avais aucune raison d'en douter. Mais, au fil du temps, cela s'est mis à arriver de plus en plus souvent. D'abord, j'ai payé la facture d'énergie, puis une assurance, puis une plus grosse part du loyer… En soi, j'avais les moyens. Je gagnais bien ma vie et j'avais de belles économies. Mais lui aussi, non?

« Le pire, ce n'étaient pas ses dettes, mais le fait qu'il m'ait menti pendant des mois alors que, de mon côté, je payais de plus en plus »

Des courriers de relance non ouverts

Un jour, 2 courriers de relance à son nom sont arrivés dans la boîte aux lettres. Kevin ne les a même pas ouverts. C'est là que j'ai commencé à me poser des questions. Au début, il m'a dit qu'il s'agissait d'une erreur. Puis il a fini par admettre qu'il avait encore un petit crédit en cours. Sauf que ce 'petit crédit' s'est révélé être 3 crédits différents, pour un total d'environ 60.000 €. Le pire, ce n'étaient pas ses dettes en elles-mêmes. Ce qui m'a brisée, c'est qu'il m'avait menti en me faisant croire que tout était sous contrôle. Quand je lui ai proposé de faire le point sur ses finances et de chercher de l'aide, il s'est mis en colère: selon lui, je le contrôlais et je n'avais pas à connaître ses affaires bancaires. J'ai compris que le véritable signal d'alerte, ce n'étaient pas ses dettes, mais son manque total de transparence. Je réalisais que je ne savais finalement pas avec qui je vivais. J'ai mis fin à notre relation et je suis allée quelque temps chez mes parents pour me remettre. Je ne lui ai jamais réclamé l'argent, ça me semblait inutile. Mais une chose était devenue claire: dans ma prochaine relation, la transparence financière ne sera plus un détail. »



« J'ai enfin compris: ma mère ne faisait pas preuve de générosité, elle cherchait à me contrôler avec son argent »

Laurence « Il y a une dizaine d'années, mes parents ont vendu leur entreprise, qui marchait très bien, pour une très belle somme. J'étais évidemment très reconnaissante qu'ils aient voulu en faire profiter ma sœur et moi. Ils ont notamment largement contribué à l'achat de ma maison et pris en charge une bonne partie des frais de mon mariage. En échange, je devais inviter quelques personnes que je connaissais à peine: ce n'était pas bien grave. Et que ma mère ait un avis très tranché sur ma robe, le traiteur ou la déco… Disons que j'en avais l'habitude, alors ça ne m'a pas vraiment alertée.

Générosité ou contrôle?

Mais tout a changé à la naissance de notre premier enfant. Elle a commencé à imposer son avis sur des choses qui ne la regardaient pas en tant que grand-mère: le matériel pour bébé que nous devions utiliser, le fait de ne pas mettre notre enfant à la crèche, la fréquence à laquelle elle voulait le voir, l'alimentation que nous devions lui donner… Un jour, je l'ai fermement remise à sa place. Et c'est là qu'elle m'a rappelé tout ce qu'elle avait fait pour moi: je n'avais pourtant pas fait autant d'histoires quand elle payait tout pour moi! Et après tout, elle était bien en droit d'attendre quelque chose en retour. Quelle ingrate j'étais! Je suis restée sans voix, incapable de réagir. Ce n'est que plus tard, après en avoir parlé avec mon mari, que j'ai compris ce qu'il se passait vraiment: ce n'était pas de la générosité, mais une façon de me contrôler avec son argent. Comme j'ai toujours été plus proche de mon père, je lui en ai d'abord parlé. Il a ensuite discuté avec ma mère, qui s'est excusée. Notre relation reste assez complexe et, avec elle, nous devons parfois marcher sur des œufs. Mais c'est aussi une très bonne grand-mère et nous pouvons toujours compter sur elle. Je garde simplement toujours à l'esprit qu'avec elle, rien n'est jamais vraiment gratuit. »

Chloé « Il réfléchissait avant d'acheter, comparait les prix, trouvait toujours une réduction… Je me disais même que je pourrais prendre exemple sur lui. Jusqu'à ce que je remarque que son souci d'économiser concernait surtout mes dépenses. 'Tu n'as pas encore besoin d'un nouveau manteau, si?' Et il y avait aussi toutes ses remarques sur l'argent que me coûtaient mes sorties avec mes copines. Ou encore: 'Tu devrais prendre plus souvent ton vélo pour aller travailler, ça ferait des économies d'essence.' Le même mois, il s'achetait pourtant une nouvelle console et un vélo de course. Mais, selon lui, ce n'étaient pas des achats impulsifs comme les miens: il y avait réfléchi pendant des mois. Même en vacances, il tenait un fichier Excel où il notait tout: chaque café, chaque ticket de parking… Entre amis, je pourrais encore comprendre, mais en couple, est-ce qu'on allait vraiment se disputer pour quelques euros? Ce qui m'agaçait peut-être le plus, c'est qu'il choisissait toujours les restaurants les plus chers.

Deux visions de la vie

Son comportement m'agaçait de plus en plus. Mais pire encore, je commençais à me sentir coupable dès que je dépensais de l'argent. Alors que c'était le mien! Ce n'est qu'après en avoir parlé plusieurs fois avec une amie que j'ai eu un déclic: pourquoi devrais-je me justifier pour chaque euro de mon propre argent? En discuter avec lui ne faisait qu'accentuer le fossé entre nous. À ses yeux, ses dépenses étaient toujours justifiées, tandis que les miennes n'étaient jamais suffisamment réfléchies. C'est là que j'ai compris: le problème n'était pas notre façon différente de gérer l'argent, mais notre manière distincte de voir la vie. J'ai encore essayé quelque temps de faire fonctionner notre relation, mais je voulais avoir des enfants un jour et je ne voyais pas comment nous pourrions nous mettre d'accord sur toutes les dépenses que cela impliquait. J'ai donc décidé de mettre fin à notre relation. Élever des enfants avec quelqu'un qui a une vision de la vie aussi différente de la mienne? Cela aurait été une source de conflits permanente. »

« Lui pouvait tout acheter, mais moi, je devais faire des économies et aller travailler à vélo »



« Je devais toujours payer, car elle ne pouvait pas. Mais partir en week-end et faire du shopping avec son copain, ça, elle pouvait »

Sibylle « Ma meilleure amie et moi étions copines depuis plus de 10 ans lorsqu'une période difficile a mis notre amitié à rude épreuve. Elle avait moins de moyens que moi, et je le comprenais parfaitement. Elle avait grandi dans une famille monoparentale, n'avait pas fait d'études et gagnait moins bien sa vie. Quand nous allions boire un verre, il m'arrivait volontiers de lui offrir. Quand nous réservions des billets pour un concert, j'avançais régulièrement l'argent. Elle me rembourserait plus tard. Sauf que ce 'plus tard' pouvait parfois se faire attendre très longtemps. Je lui en parlais rarement. Les sommes restaient modestes et je n'avais pas envie que des questions d'argent viennent gâcher nos moments ensemble. Mais au fil du temps, ça a commencé à me peser, surtout parce qu'elle semblait considérer ma générosité comme allant de soi. Elle me lançait des phrases du genre: 'Oups, je n'ai pas ma carte bancaire, mais tu avances pour moi, hein?' Et lorsqu'elle payait exceptionnellement un café pour nous 2, elle m'envoyait aussitôt une demande de remboursement, au centime près. 'Désolée, mais je ne peux pas me permettre de te l'offrir.' Puis elle s'est mise en couple. Quand j'ai vu sur les réseaux sociaux qu'elle partait en week-end avec son copain ou faisait du shopping avec lui, j'ai commencé à en avoir assez.

Mettre un frein

Je préfère éviter les confrontations, même si je sais que ce n'est pas forcément une bonne chose. J'ai donc décidé de ne pas lui en parler directement. En revanche, j'ai choisi de poser mes limites. Je ne proposerais plus d'avancer des dépenses de plus de 20 €. Et si elle n'avait pas les moyens de faire une activité, j'irais avec quelqu'un d'autre, ou nous ferions quelque chose de moins cher, voire gratuit. Pendant un temps, notre amitié est devenue un peu plus compliquée. Je sentais qu'elle avait compris que j'avais mis un frein. Finalement, les choses se sont arrangées lorsqu'elle a emménagé avec son copain. Son quotidien lui coûtait alors moins cher et elle avait davantage de marge. La plus grande leçon que j'en ai tirée? J'ai compris que je devais apprendre à poser mes limites. Mais, pour être honnête, c'est encore un travail en cours. »



ET SI C'ÉTAIT UN RED FLAG FINANCIER?

Toutes les petites tensions liées à l'argent ne justifient pas de mettre fin à une relation ou à une amitié. Mais à partir de quand le rapport à l'argent devient-il un véritable signal d'alarme? Et surtout, comment rétablir une relation saine avec l'argent?

Repérez les schémas qui se répètent

Tout le monde peut traverser une période financière difficile. Cela devient un signal d'alarme lorsqu'une personne fuit systématiquement ses responsabilités, ses engagements ou trouve sans cesse des excuses.

Demandez-vous: est-ce une situation exceptionnelle ou est-ce en train de devenir une habitude?

Quand l'argent devient un sujet tabou

Avoir des dettes ou traverser des difficultés financières n'est pas forcément un problème. Cela le devient lorsque quelqu'un ment systématiquement à ce sujet, cache des informations ou refuse toute discussion sur l'argent.

Dans une relation saine, chacun·e doit pouvoir reconnaître honnêtement qu'il ou elle traverse une période financière compliquée et chercher ensemble des solutions.

Observez la réaction lorsque vous posez vos limites

Vous refusez de prêter de l'argent, d'avancer des frais ou de prendre en charge une dépense imprévue? La réaction de l'autre en dit souvent plus que sa demande. Se mettre en colère, vous faire culpabiliser ou vous mettre la pression montre que vos limites financières ne sont pas vraiment respectées.

À l'inverse, une personne qui respecte votre limite peut être déçue, mais acceptera votre décision.

Vérifiez que chacun·e donne et reçoit

Est-ce toujours la même personne qui avance les frais, prête de l'argent, paie ou assume les risques? Il vaut alors la peine de se demander si la relation est encore équilibrée.

Dans une relation saine, il n'est pas nécessaire de compter chaque euro. Aujourd'hui, l'un·e paie un peu plus, la prochaine fois, ce sera l'autre. Et c'est normal comme ça.

Le contrôle financier n'est pas une preuve d'amour

Un·e partenaire qui décide de ce que vous pouvez faire de votre argent, un parent qui conditionne son aide financière à votre obéissance, un·e ami·e qui estime que vous lui devez quelque chose parce qu'il·elle a déjà payé pour vous... Lorsque l'argent sert à exercer un pouvoir ou à maintenir quelqu'un dans la dépendance, on ne parle plus d'amour, mais de contrôle.

Si une personne vous donne quelque chose par affection, elle ne devrait rien attendre en retour. Il est normal de montrer sa gratitude, mais un·e bon·ne partenaire, un·e véritable ami·e ou un membre de la famille vous soutient sans chercher à en tirer profit.

Ne laissez pas la culpabilité gérer votre portefeuille

Beaucoup de gens disent oui alors qu'ils voudraient dire non. Par loyauté, par compassion ou par peur de fragiliser une relation. Mais lorsque vous donnez par peur d'une dispute ou d'un rejet, il est temps de vous interroger sur la relation.

Une aide financière n'est saine que lorsqu'elle est librement consentie.

Osez en parler

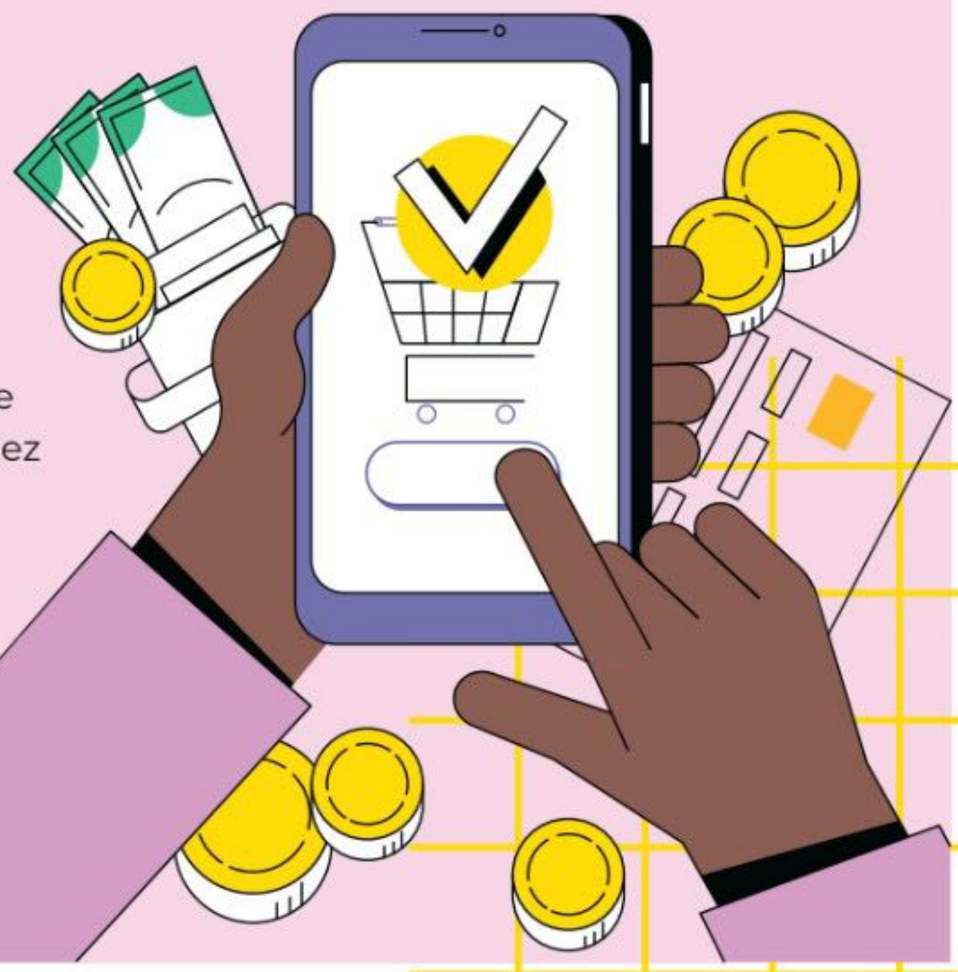
Les frustrations liées à l'argent disparaissent rarement d'elles-mêmes. Au contraire: plus on les laisse s'installer, plus elles risquent de se transformer en méfiance.

Essayez de parler à partir de votre propre ressenti. Par exemple: «Je remarque que je me sens mal à l'aise quand...» ou: «J'aimerais qu'on se mette clairement d'accord sur...».

La confiance, oui... La confiance aveugle, non!

Vous n'avez pas besoin de contrôler chaque relevé bancaire de votre partenaire, de votre ami·e ou de votre associé·e. Mais pour les grandes décisions financières, mieux vaut ne jamais se fier uniquement à la confiance.

Contracter un prêt ensemble, créer une entreprise à 2 ou se prêter de grosses sommes d'argent? Misez toujours sur la transparence et des accords clairs. Cela protège non seulement votre argent, mais aussi votre relation.



rtbf TIPIK

AUDREY

GAËTAN

EN SEMAINE DE 06:00 À 09:00, EN RADIO

LE RÉVEIL DE TIPIK

L'actu qui vous parle, la musique qui vous booste

rtbf auvio

ÉCOUTEZ ICI

© Studio Graphique RTBF - Ambr Agency - Photos : Nicolas Velter

Chemise rayée (32,99 €) et **short** assorti (29,99 €), Asos Curve.

copy the cover

Que vous profitiez d'un *slow morning* ou télétravailliez à la maison, un joli pyjama ou une tenue d'intérieur stylée est toujours une bonne idée. Ajoutez un collier argenté et personne ne pensera que vous êtes en pyjama!

Production: Joni Vandewalle **Texte et shopping:** Chloë Foubert et Charlotte De Loose **Photos:** Dimitri Lowette **Stylisme:** Marieke De Pauw **Make-up:** Evelien De Potter **Mannequin:** Nell (No Babes Agency)



1. Top côtelé à manches longues (24,90 €) et **pantalon** large assorti (29,90 €), Uniqlo. **2. Top** asymétrique en soie avec dentelle (49,90 €) et **short** en soie (39,90 €), Intimissimi. **3. Top** sans manches en microfibre (29,99 €) et **pantalon** palazzo en microfibre (29,99 €), Tezenis. **4. Ensemble d'intérieur** bleu aqua (79,95 €, Woody).



EN MODE BIEN-ÊTRE

Échappez au stress de la rentrée avec un joli ensemble d'intérieur et 3 de nos essentiels préférés du moment pour prendre soin de vous.



1. Cette **crème pour les mains** hydrate intensément et durablement (25 €, Apeer, via skingallery.be/fr).



2. Le **masque en tissu Anti-Imperfection Serum Mask**, enrichi en acide salicylique et en niacinamide, aide à lutter contre les imperfections (4,29 €, Garnier, via Kruidvat et Di).



3. Ajoutez cette **Moomintroll Bath Bomb** à votre bain pour un moment de détente aux notes de coton fraîchement lavé (7 €, Lush).

PETIT CLUB

NOUVEAUTÉS ET TENDANCES AU RAYON ENFANTS

Texte: Laura Vansweevelt et Céline Parouteau



En équilibre

L'assise dynamique de chez Stapelstein® permet aux enfants (et aux adultes!) de rester en mouvement, même en position assise. Pour la marque, la mobilité favorise la concentration et aide à trouver sa posture idéale. Ce système, fabriqué en Allemagne, est ultra-léger et évolutif. Il existe désormais en violet et vert clair.

Stapelstein® Dynamic (179 €, stapelstein.de).

DINO UTILE

À petit prix, pratique et joli: ce pouf de rangement bleu layette avec sa queue de dinosaure, signé Lidl, a tout bon.

Pouf avec espace de rangement (19,99 €, Livarno Home, Lidl).



BACK TO SCHOOL

En cette rentrée, Kiabi dévoile de nouvelles collections mode et accessoires pensées pour accompagner les enfants du lever au coucher, toujours en restant accessible à toutes les familles. Coup de cœur pour leur marque de chaussures KiTChoUN, destinée aux plus petits de 1 à 4 ans, et notamment leurs baskets personnalisables avec des patchs à enfiler directement sur les scratchs.

Baskets et **lot de 2 patchs interchangeables** (20 € et 3 €, KiTChoUN, kiabi.be).





PAS QUE POUR LES ADULTES

Vous avez forcément déjà passé un peu (trop) de temps sur Zalando, mais connaissez-vous leur marque maison, Friboo? Elle propose des designs tendance à petit budget. Comme un lot de 5 maillots de corps à 19,99 € ou encore de 7 paires de chaussettes à 15,99 €.

Infos: fr.zalando.be/friboo

Surprises à gogo

Balles rebondissantes, crayons de couleur, puzzles, bulles de savon... Les petits cadeaux à distribuer de chez HEMA sont parfaits pour fêter un anniversaire pas cher à la crèche ou à l'école.

À pd 1,75 €, hema.com/fr-be



CHER OU PAS CHER

Faites-vous la différence?

Vous parlez couramment Prada ou Dior? Impressionnant, mais le prix de ces tenues de créateurs l'est tout autant. Nous nous sommes lancé le défi de dénicher 3 looks dans le même style, mais à des prix radicalement différents. Saurez-vous deviner lequel est lequel?

Texte: Chloë Foubert



LA PETITE ROBE NOIRE

La petite robe noire est sans doute l'une des tenues les plus faciles à faire paraître luxueuses. Une coupe simple et quelques accessoires éblouissants suffisent à faire tout le travail. La grande différence ne se révèle qu'au moment de regarder les étiquettes de prix.

Découvrez la tenue la moins chère à la page suivante

LA PETITE ROBE NOIRE

Quel que soit le créateur derrière votre petite robe noire, une coupe parfaitement ajustée fait toute la différence. Pensez à une taille bien marquée, un décolleté qui ne bâille pas... Inutile pour autant d'opter pour un design complexe. Tout se joue ensuite dans les détails. N'investissez pas dans chaque pièce, mais plutôt dans un seul accessoire capable de rehausser l'ensemble. Une seule pièce forte suffit largement à attirer le regard.





Un détail suffit: remplacez la ceinture de votre manteau par l'une des vôtres pour une allure plus élégante!



LE TRENCH-COAT

« Un trench? Pour l'automne? Quelle originalité! », aurait soupiré Miranda Priestly. Cropped ou long jusqu'aux chevilles, le trench apporte instantanément une allure automnale chic et résolument française, même à petit prix!

Découvrez la tenue la moins chère à la page suivante →

LE TRENCH-COAT

Ce grand classique du vestiaire appelle des pièces incontournables comme un t-shirt blanc et une paire de mocassins. Un t-shirt à encolure haute apporte d'emblée une allure très épurée et luxueuse, surtout associé à quelques colliers dorés, mais ici, tout se joue dans les détails. Pensez à un t-shirt d'un blanc impeccable et à un pull qui ne bouloche pas. Côté style: retirez la ceinture de votre manteau et remplacez-la par l'une des vôtres. Effet chic garanti!



Pull en maille (139,99 €, CKS).

T-shirt boxy (14,90 €, Uniqlo).

Trench-coat avec ceinture (89,99 €, C&A).

394,86€

Pantalon (49,99 €, JJXX).

Mocassins noirs (99,99 €, Laurent David, via Torfs).



Pull en grosse maille en mélange de cachemire à col V (328 €, Rails).

T-shirt à épaulettes (95 €, The Frankie Shop).

1027,90€

Trench-coat à ceinture et col montant (224,95 €, Laagam).

Pantalon noir (199,95 €, Hugo Boss).

Mocassins noirs en cuir (180 €, Alohas).

Misez sur les détails qui font la différence pour une allure chic, même avec un petit budget...





LE LOOK EN JEANS PARFAIT

Un beau jeans, une chemise blanche et un blazer: au fond, il n'en faut pas plus! Nous avons recréé ce grand classique 2 fois, avec une sacrée différence de prix...

Découvrez la tenue la moins chère à la page suivante →

LE LOOK EN JEANS PARFAIT

Le blazer en laine et la ceinture en cuir de veau se démarquent ici, mais pour les jeans aussi, la matière joue un rôle dans le prix. Les marques de créateurs misent souvent sur du denim haut de gamme: des tissus plus épais, des cotons de qualité supérieure et des finitions soignées, notamment au niveau des coutures. Notre conseil? Misez sur des détails inattendus, comme une fermeture asymétrique. Ils permettent de créer la même allure luxueuse, mais à petit budget.





QUAND MON RÉVEIL EST REGLE SUR LA NOSTA FAMILY



Walking On Sunshine
Katrina & the Waves

RÉVEILLEZ-VOUS EN CHANTANT AVEC OLIVIER ET ISA DE 6H À 9H.

NOSTALGIE
une furieuse envie de chanter

toi, toi mon toit



Avec les prix de l'immobilier qui flambent, la question «Comment font les autres?» vous a sûrement déjà traversé l'esprit. Dans cette rubrique, nos lecteur·rice·s dévoilent en détail leur processus d'achat: le prix, leur apport et leurs économies.

Jetske et Kevin ont acheté une maison sur un coup de tête

Qui sont-ils?

Les acheteur·se·s Jetske, 31 ans, infirmière en service de soins intensifs néonataux, et Kevin, 35 ans, soudeur et ouvrier dans une usine de bandes transporteuses

Le bien une maison trois façades avec jardin

Le prix d'achat 410.000 €

Leur apport 41.000 €

Le remboursement mensuel 1815,48 €

«Entre le moment où on s'est dit: 'Peut-être qu'on devrait acheter quelque chose' et la signature du compromis, il ne s'est écoulé que 2 semaines»

Jetske «Kevin et moi sommes ensemble depuis 14 ans et nous avons loué pendant 5 ans un appartement en duplex. En réalité, nous n'avions jamais vraiment prévu d'acheter une maison, car nous pensions que ce ne serait pas financièrement réalisable. Avec le recul, nous nous sommes sous-estimés sur ce point. Nous aimions beaucoup notre vie à Geel et voulions absolument y rester. La ville possède un centre agréable et animé, où il y a toujours quelque chose à faire.

Coup de cœur express

Le plus fou dans toute cette histoire, c'est la vitesse à laquelle tout s'est enchaîné. Entre le moment où Kevin a dit: 'Peut-être qu'on devrait quand même commencer à regarder pour acheter quelque chose' et la signature du compromis, il ne s'est écoulé que 2 semaines. Nous avons pris rendez-vous à la banque, programmé 2 visites – dont 1 que nous avons finalement annulée – et puis nous sommes tombés sur cette maison. Même notre entourage était un peu sous le choc. Nous avons acheté une maison trois façades en plein centre, attenante à un immeuble de 5 étages. De l'extérieur, on dirait une petite maison,







mais une fois à l'intérieur, on se rend compte à quel point elle est spacieuse. Elle correspond exactement à ce que nous recherchions: suffisamment d'espace pour l'avenir, un petit jardin agréable et une vue sur le château d'eau.

Apport personnel

Nous avons acheté la maison à la fin du mois d'août de l'année dernière et avons reçu les clés en décembre. Nous avons payé 410.000 € pour ce bien et disposions d'un apport de 41.000 €. Nous avons emprunté les 369.000 € restants auprès de Keytrade Bank. Nous avons délibérément choisi une banque en ligne, car c'est là que nous avons obtenu le meilleur taux: 3,39 % sur 25 ans. Cela impliquait un peu plus de démarches administratives, car il fallait régler et transmettre pas mal de documents nous-mêmes, mais cela en valait largement la peine à nos yeux. Notre mensualité s'élève à 1815,48 €. Pour les frais supplémentaires, comme les frais de notaire, les droits d'enregistrement et les frais de dossier, mon papa nous a accordé un prêt sans intérêt de 20.000 €. Nous le remboursons sur environ 6 ans et demi, ce qui représente 250 € par mois. Cela nous a permis de conserver une réserve d'environ 10.000 €. C'était important pour nous, afin d'avoir tout de même un peu d'argent de côté en cas de besoin.

« De l'extérieur, on dirait une petite maison, mais une fois à l'intérieur, on découvre à quel point elle est spacieuse »

Rénovation légère

La maison avait déjà été entièrement rénovée par les anciens propriétaires et mise aux normes PEB. Les seuls éléments qui nécessitaient encore des travaux étaient les 2 fenêtres de toit du grenier, où se trouve notre chambre principale. Les encadrements en bois étaient complètement usés, nous les avons donc fait remplacer par des fenêtres en PVC équipées d'un système occultant, indispensable pour moi en raison de mes horaires de nuit. Ces travaux nous ont coûté environ 2900 €.

Tout apprendre

Le plus grand défi pendant le processus d'achat, c'est surtout que tout est allé très vite. En très peu de temps, nous avons dû apprendre comment se déroule l'achat d'une maison: comment obtenir un prêt, quelles assurances souscrire, comment transférer les contrats d'énergie... Heureusement, un ami courtier nous a aidés à y voir plus clair. Ce qui a parfois été stressant, c'est que nous avons pris toutes ces décisions, sans vraiment pouvoir nous appuyer sur les conseils de personnes expérimentées. Mais en même temps, nous sommes tombés amoureux de cette maison dès le premier instant et nous n'avons pas regretté notre choix.

Allez à la banque

Allez discuter avec votre banque, même si vous pensez qu'acheter une maison n'est pas encore à votre portée. Nous avons repoussé cette démarche parce que nous étions convaincus que ce ne serait pas réalisable, alors qu'en réalité, ça l'était. Fiez-vous aussi à votre ressenti. Bien sûr, cela peut être utile de visiter un bien plusieurs fois ou de venir accompagné de personnes de confiance, mais parfois, on sent immédiatement qu'une maison est la bonne. Nous avons pris notre décision sans hésiter et, aujourd'hui encore, nous nous disons presque tous les jours à quel point nous sommes heureux dans notre petit chez-nous. »

Envie de témoigner à propos de votre achat immobilier? Envoyez un e-mail à amandine.deharlez@flair.be.

Texte: Dewy De Leeneer

Belle à prix mini



Votre budget est limité? Pas de souci, notre journaliste Beauté Charlotte teste chaque année des centaines de nouveaux produits, et ses dernières découvertes make-up sont justement très abordables.

Texte: Charlotte De Loose



Vous aussi, vous aimez avoir un blush naturel et lumineux sur les joues? Alors, adoptez ce Serum Blush. Grâce à sa texture façon sérum, il s'estompe très facilement.

Blush Colour Flush Dewy Serum (4,99€, Catrice).

J'étais déjà une grande fan du Halo Glow Liquid Filter d'e.l.f. Cosmetics, et désormais, cet illuminateur en poudre rejoint lui aussi la liste de mes favoris. Il apporte un magnifique éclat à la peau, sans que les particules de paillettes soient trop visibles. Je l'applique sur les pommettes, l'arc de Cupidon et sous l'arcade sourcilière.

Halo Glow Powder Highlighter (10€, e.l.f. Cosmetics).

XXX



Ce crayon à lèvres glisse parfaitement sur les lèvres et est idéal pour en dessiner le contour avant d'appliquer votre rouge à lèvres ou votre gloss. Sa formule ne dessèche pas les lèvres et sa couleur tient très longtemps. La teinte «505 Gingerbread» est sublime.

Everlasting Colour Precision Lip Liner (9,99€, KIKO).



Ce stick highlighter est parfait pour les peaux sèches: en un seul geste, il apporte un magnifique glow aux joues, aux paupières ou à n'importe quelle zone du visage.

Stick Buttermelt Stix Glow Boosting (9,99€, NYX Professional Makeup).

Ce gloss apporte aux lèvres une magnifique brillance effet jelly, ainsi qu'une subtile touche de couleur. Son applicateur est très pratique et une petite quantité suffit. Ma teinte préférée? « Honey Its Jelly ».

Gloss Jelly Job (11,99 €, NYX Professional Makeup).





3 secondes de vaporisation suffisent pour fixer votre make-up toute la journée. Techniquement, ce produit n'est pas nouveau, mais une version en édition limitée parfumée à la cerise vient tout juste de sortir. Un petit plus sympa pour celles qui aiment ce type de parfum.

Spray Fixateur Infaillible 3-Second (10,99 €, L'Oréal Paris).



2 crayons pour les yeux pour le prix d'un? On dit oui! Ces crayons permettent de tracer facilement un trait au ras des cils ou sur la muqueuse. Leur fini est mat et leur tenue, impeccable toute la journée. Ma teinte préférée? « 02 Yearbook Faded Pink ».

Crayon pour les yeux Matte Diaries Sketch & Blend Matte (11,99 €, KIKO).

C'est le meilleur blush en stick que j'ai testé depuis longtemps, et il coûte moins de 7 €. Il glisse facilement sur la peau et s'estompe sans effort. J'applique la teinte rose sur le bombé des joues, puis je l'estompe vers les tempes. J'en mets aussi toujours un peu sur les paupières, et vous pouvez également en tapoter sur les lèvres.

Stick Cream Baby Face Multiuse (6,99 €, MCoBeauty).

XXX



Je ne faisais presque plus de contouring jusqu'à ce que je découvre ce produit. Sa texture crémeuse se fond parfaitement dans la peau et sa teinte est idéale pour créer des zones d'ombre, tout en réchauffant le teint. Je l'applique sous les pommettes et le long du front.

Sun Sculpt Liquid Contour (7,49 €, Sheglam).







Un rouge à lèvres abordable qui tient longtemps sans dessécher les lèvres? Le voici! Sa texture est nourrissante, tout en étant intensément pigmentée.

Rouge à lèvres Maybe It's Serum (7,49 €, Maybelline).

xxx

Un seul test m'a suffi pour savoir que ce mascara allait devenir mon nouveau favori. Sa brosse fine limite les risques de bavures, sépare parfaitement les cils, sublime leur courbure et ne coule pas. Que demander de plus pour moins de 4 €?

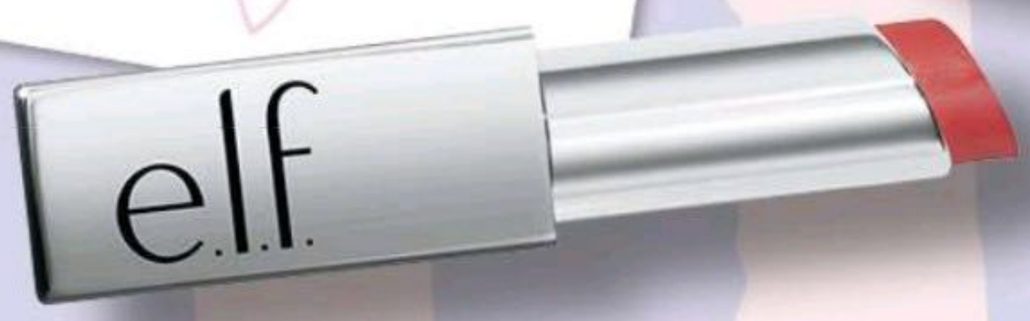
Mascara What The Length! (3,99 €, Essence).



Son nom, «slipstick», dit déjà tout: il ne s'agit pas d'un rouge à lèvres classique, mais d'une huile teintée pour les lèvres sous forme de stick. Elle fond délicieusement sur les lèvres, les hydrate et leur apporte une jolie touche de couleur. Ce produit est idéal pour celles qui ont les lèvres sèches, mais qui aiment porter du rouge à lèvres.

Slipstick Glow Reviver (12 €, e.l.f. Cosmetics).





J'utilise chaque jour un gel transparent pour discipliner mes sourcils et les lifter subtilement. Pour cela, j'ai besoin d'un gel à sourcils qui offre une fixation solide, et celui-ci remplit parfaitement sa mission.

Gel à sourcils Lift & Laminate (4,99 €, Catrice).

Question d'argent

Du café que l'on se partage à l'emménagement à 2, en passant par les voyages, l'argent peut parfois être source de situations délicates. Notre journaliste spécialisée en finances, Dewy, se penche sur les dilemmes financiers de nos lecteur·rice·s.

COMPTES À RÉGLER

« Est-ce que je peux demander de l'argent à une amie pour des vêtements que je comptais vendre sur Vinted? »

Anna, 35 ans « Je vends souvent sur Vinted les fringues que je ne porte plus afin de mettre un peu d'argent de côté. Récemment, une amie m'a dit qu'elle aimerait avoir une veste à moi. Sur Vinted, j'en aurais demandé 60 €, alors, je lui ai proposé de lui vendre pour 40 €. Elle était surprise et m'a dit qu'elle pensait que j'allais la lui donner. Je me suis sentie gênée, alors j'ai fini par lui offrir, mais cet argent m'aurait bien été utile. En même temps, j'ai un peu l'impression d'être radine en demandant de l'argent à une amie pour quelque chose que je ne porte plus. »

COMMENT ÉVITER LES HISTOIRES D'ARGENT?

Dewy, journaliste « Il y a une différence importante dans la façon dont vous présentez les choses. Si vous dites à un·e ami·e: 'Je ne porte plus cette veste, si tu la veux, tu peux la prendre', il ou elle s'attendra naturellement à ce que vous lui donniez gratuitement. Par contre, si vous dites: 'Je comptais la mettre sur Vinted, mais si elle te plaît, je te la vends à un prix d'ami', il est clair tout de suite qu'il s'agit d'une vente.
Vous n'êtes pas obligé·e de donner quelque chose gratuitement sous prétexte que vous êtes ami·e avec la personne. Si vous comptiez vendre cette veste 60 € et que vous lui en demandez 40 €, vous lui faites déjà une réduction. Et ce n'est pas parce que vous ne la portez plus qu'elle n'a plus de valeur. Si vous l'aviez vendue, dans tous les cas, la lui offrir revient à renoncer à 40 ou 60 € de revenus potentiels.
Soyez donc clair·e. Vous souhaitez lui offrir la veste? Dites-le. Vous aimeriez en tirer quelque chose? Dites-le aussi. La situation ne devient gênante que lorsqu'une personne pense qu'il s'agit d'un cadeau et que l'autre part du principe qu'elle sera payée. »

MES CONSEILS?

- **Vous souhaitez pratiquer un prix d'ami? Dites-le clairement.** Ainsi, l'autre personne saura qu'il s'agit tout de même d'une vente et qu'une somme est à payer.
- **Faire une réduction n'est pas une obligation.** Vous pouvez aussi tout simplement demander le prix que vous auriez normalement fixé sur une plateforme de vente.
- **Fixez votre prix avant de proposer l'article.** Vous serez ainsi moins susceptible de vous laisser influencer par un moment de gêne.
- **Ne culpabilisez pas de demander de l'argent.** Vous vendez quelque chose qui a encore de la valeur, cela ne fait pas de vous une personne radine. L'autre peut toujours refuser et n'est évidemment pas dans l'obligation de l'acheter.

La règle d'or? Indiquez clairement si vous donnez l'objet ou si vous le vendez. Vous éviterez ainsi les malentendus et les attentes des 2 côtés.



« Vous n'êtes pas obligé·e de donner gratuitement vos affaires à vos ami·e·s: cette veste a toujours une certaine valeur, même si vous ne la portez plus »

Texte: Dewy De Leeneer

Algorithmé ?

Scroller, c'est subir.
Lire l'Avenir, c'est choisir.

Jusqu'à
50%
de réduction
sur nos abonnements

l'Avenir
Vivons vrai.

dans mon portefeuille

Gisèle «Je travaille comme ergothérapeute dans l'enseignement spécialisé. J'accompagne des élèves qui ont besoin d'un soutien supplémentaire et j'essaie de les aider à devenir aussi autonomes que possible. Cela peut concerner des choses très concrètes, mais aussi la mise en place de repères, l'autonomie au quotidien ou encore la recherche de solutions adaptées à chaque enfant. Je travaille en étroite collaboration avec les enseignants, les parents et les autres membres de l'équipe d'accompagnement. Ce que j'aime particulièrement dans mon métier, c'est qu'il faut constamment chercher ce qui fonctionne pour chaque personne. 2 enfants ayant le même diagnostic peuvent, par exemple, avoir des besoins totalement différents. Il n'est donc pas question d'appliquer une méthode toute faite. J'aime devoir réfléchir, chercher des solutions et faire preuve de créativité.

Se retrouver seule

Je vis seule dans un appartement où j'habitais auparavant avec mon ex. Nous avons été ensemble quelques années et, à l'époque, nous avions choisi cet appartement parce qu'il était bien situé pour nous 2. Le loyer était de 1050€ par mois, ce qui ne posait aucun problème. Nous partagions tout en 2 et il nous restait à chacun suffisamment d'argent pour épargner et profiter de la vie, mais l'année dernière, nous nous sommes séparés. Quitter l'appartement était une possibilité, mais à ce moment-là, je n'avais pas envie de changer encore davantage de choses dans ma vie. La rupture était déjà suffisamment difficile... Finalement, mon ex a déménagé et je suis restée ici. Du jour au lendemain, je me suis donc retrouvée à payer seule les 1050€ de loyer. J'ai énormément ressenti la différence. Et à cela s'ajoutent l'électricité, Internet, les assurances et toutes les autres dépenses fixes. Avec les frais liés à ma voiture et mes autres dépenses régulières, j'arrive facilement à environ 1450€ par mois.

L'aide des parents

Maintenant que je dois tout assumer seule, je remarque que mes parents prennent plus rapidement certaines dépenses à leur charge. Si, par exemple, ma voiture doit aller au garage et qu'une facture imprévue arrive, mon père tient absolument à m'aider. Lorsque nous partons en vacances ensemble, ils paient également la plus grande partie des frais. Je pense que mes parents ont simplement du mal à me regarder devoir tout assumer seule.

Prénom
Gisèle

Âge
28 ans

Situation familiale
célibataire

Formation
bachelier en ergothérapie

Job
ergothérapeute dans l'enseignement spécialisé

Salaire net
± 2400€

Coûts fixes
1450€ par mois

Épargne
40.000€

«Le fait de savoir que je peux compter sur mes parents si j'en ai un jour besoin est déjà une forme de sécurité financière»

Mon épargne

J'ai actuellement environ 40.000€ sur mon compte d'épargne. J'ai toujours travaillé et je mets de l'argent de côté depuis mes années d'études, mais mes parents m'ont également aidée au fil des années. Ils l'ont surtout fait en prenant parfois certaines dépenses à leur charge, ce qui me permettait de mettre davantage de côté. Cela dit, je ne pense pas que le montant disponible sur un compte d'épargne dise tout. J'ai des amies qui, depuis leurs 18 ans, paient tout elles-mêmes et ne peuvent compter sur personne si un imprévu survient. Rien que le fait de savoir que je peux me tourner vers mes parents si j'en ai besoin représente déjà une forme de sécurité financière.

Faire plus attention

Après ma séparation, j'ai parfois envisagé de déménager dans plus petit ou de prendre une colocataire, mais je me suis attachée à mon chez-moi. J'essaie donc de faire attention. Je n'ai pas de loisirs coûteux et je dépense peu en vêtements. En revanche, j'aime aller au restaurant et partir en week-end. Pour les courses, je compte environ 350€ par mois. Parfois, je me dis que si mon ex et moi étions toujours ensemble, j'aurais plus sur mon compte d'épargne. Mais je préfère vivre seule et avec moins de confort financier que d'être avec quelqu'un simplement parce que cela coûte moins cher.»

Envie de participer?
Envoyez un e-mail à amandine.deharlez@flair.be.

Texte: Marijke Clabots

dans notre lit

Louise, 25 ans, étudie l'économie. Thibault, 27 ans, travaille dans l'informatique. Ils sont ensemble depuis 2 ans et attendent un enfant.

Le nombre de partenaires de Louise «15.»

Notre première fois ensemble

«Il y a quelques années, on s'est retrouvés au lit ensemble après une soirée un peu trop arrosée. Disons que ça n'a pas été une grande réussite (*rires*).»

On fait l'amour

«4 à 5 fois par semaine.»

Sharing is caring

«Je lis cette rubrique avec beaucoup de plaisir chaque semaine, et maintenant, c'est enfin à mon tour d'y participer avec le grand amour de ma vie.»

La plus belle partie de son corps

«Il est super beau, mais ce que je préfère chez lui, c'est son torse.»

Ma position préférée

«Il y en a tellement. Ces derniers temps, ma position préférée, c'est la levrette, parce qu'il peut me donner des fessées.»

Celle qui l'emporte le plus souvent

«Pour l'instant, le missionnaire, mais la levrette gagne du terrain.»

Mon endroit préféré

«Le lit, c'est le plus confortable, mais à l'extérieur, c'est plus excitant.»

Notre pire fiasco

«Cette fameuse première fois où on était ivres. Mais comme ça n'a pas marché à ce moment-là, ça ne compte pas vraiment, si?»

Ce qu'il m'a appris

«L'amour et la confiance sont les bases d'une vie sexuelle épanouie.»

Je grimpe au rideau lorsqu'il

«... jouit sur mes fesses.»

Mon fantasme

«Faire l'amour dans un spa.»

Ça, non merci!

«J'ai mal au ventre rien qu'à l'idée de l'imaginer avec une autre femme.»

Les moins

«Je suis pleinement heureuse, mais je me demande quand même comment ce sera après mon accouchement.»

Thibault **«Faire l'amour en ayant des sentiments, c'est mille fois mieux»**

Le nombre de partenaires de Thibault «20.»

Notre première fois ensemble

«On s'est retrouvés au lit quand on n'était encore que des amis, mais on ne peut pas vraiment dire qu'on ait fait l'amour. Ça ne fonctionnait tout simplement pas et, finalement, on s'est endormis ensemble.»

On fait l'amour

«5 fois par semaine.»

Sharing is caring

«J'ai eu pas mal de partenaires, mais quand il y a de l'amour en plus du désir, c'est 1000 fois mieux.»

La plus belle partie de son corps

«Je la trouve magnifique de la tête aux pieds.»

Ma position préférée

«Notamment à cause de son ventre qui s'arrondit, nous faisons de plus en plus souvent l'amour en levrette. Pour notre plus grand plaisir à tous les 2, je dois dire.»

Celle qui l'emporte le plus souvent

«On commence en missionnaire et on termine en levrette.»

Mon endroit préféré

«Nous avons déjà vécu pas mal d'aventures excitantes en plein air. Mais aussi sympa que cela puisse être, le lit reste quand même ce qu'il y a de plus confortable.»

Notre pire fiasco

«J'aime bien boire quelques bières quand je sors, mais après, généralement, je n'arrive plus vraiment à faire l'amour.»

Ce qu'elle m'a appris

«Que le sexe avec une femme enceinte peut être très excitant (*rires*).»

Je grimpe au rideau lorsqu'elle

«... tourne ses fesses vers moi.»

Mon fantasme

«Faire l'amour dans la piscine d'un spa.»

Ça, non merci!

«Un autre homme dans notre lit. Rien que d'y penser...»

Les moins

«Je ne vois aucun problème. Elle m'aime, et je le ressens aussi au lit.»

envie de participer?

Envoyez un e-mail à amandine.deharlez@flair.be.

Texte: Elien Geboers

Le monde comme bureau

5 lectrices racontent comment elles gagnent de l'argent tout en voyageant

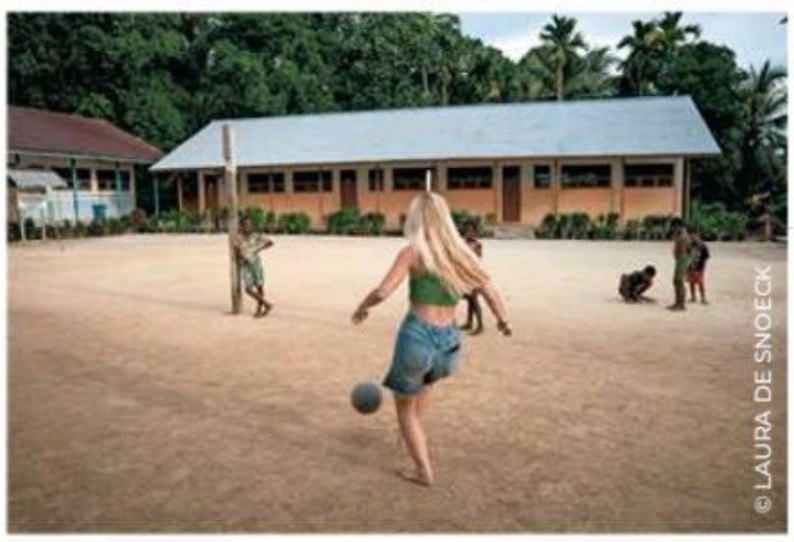


Partir en voyage tout en gagnant un peu d'argent? Voilà qui donne envie! Hasard ou non: 5 femmes prénommées Laura vous embarquent dans leurs aventures aux quatre coins du monde, qu'elles parcourent tout en gagnant leur vie.

Texte: Danaë Ruyts

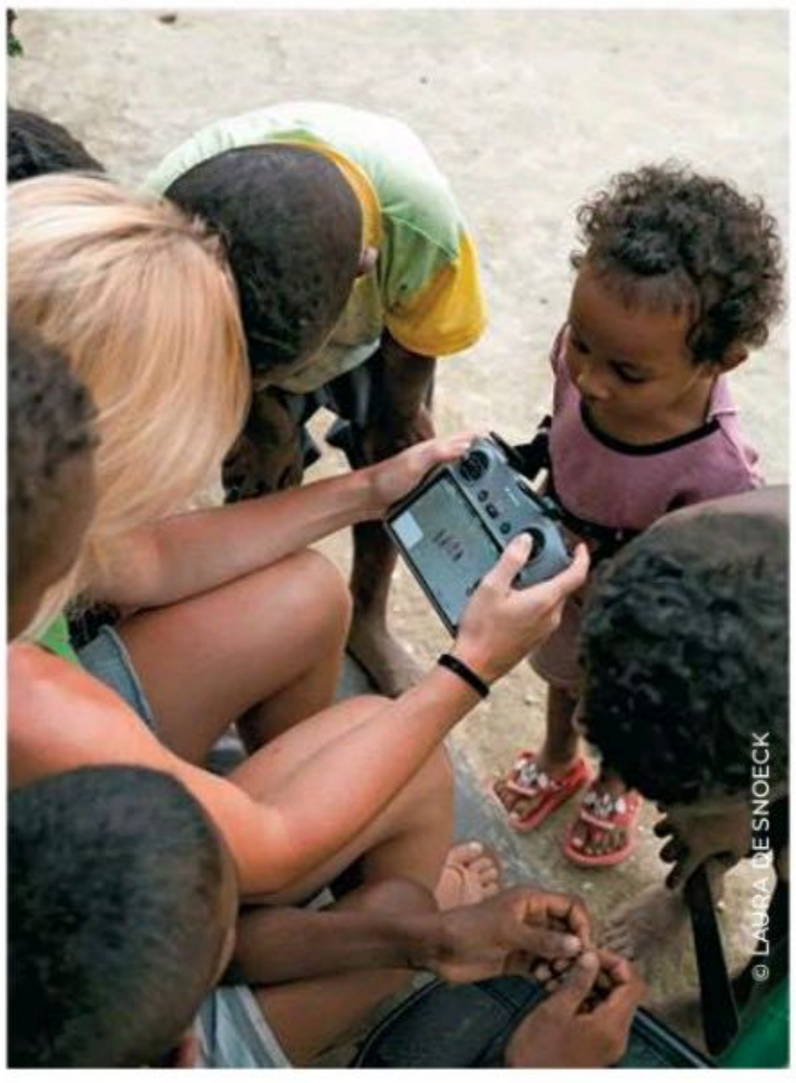

© LAURA DE SNOECK


© LAURA DE SNOECK


© LAURA DE SNOECK


© LAURA DE SNOECK


© LAURA DE SNOECK


© LAURA DE SNOECK

LAURA, 27 ANS

- **Jobs:** vidéaste et créatrice de contenu
- **Destinations:** Indonésie, Chine, Singapour, Vietnam, Sri Lanka, îles Turques-et-Caïques, New York...
- **Aventure:** créer du contenu aux quatre coins du monde
- **Temps fort:** filmer sur la scène de Tomorrowland
- **Le conseil de Laura** « Il y aura toujours un billet d'avion pour retourner à votre boulot de 9 à 17 h, alors foncez! »

Laura a fait de sa passion pour les voyages son métier, passant d'une année sabbatique en Asie à un travail qui l'emmène aux quatre coins du monde: « Après mon premier grand voyage, j'ai acheté ma première caméra, constitué mon portfolio et, aujourd'hui, je travaille comme vidéaste et créatrice de contenu indépendante pour des agences de voyages, des marques et des événements. Affronter les montagnes norvégiennes ou vivre Tomorrowland de l'intérieur: aucune journée de travail ne ressemble à une autre. Mais derrière ce métier de rêve se cache aussi beaucoup de travail, car il faut passer des heures à faire du montage. Malgré tout, je ne changerais de métier pour rien au monde. Je ne veux pas seulement créer de belles images, mais aussi raconter les histoires qui se cachent derrière une destination. Tout le monde n'a pas la chance de pouvoir partager son histoire, alors j'aimerais donner une voix à ces personnes. »

« Je veux créer de belles images, mais aussi raconter les histoires qui se cachent derrière une destination »


© LAURA DE SNOECK


© LAURA DE SNOECK





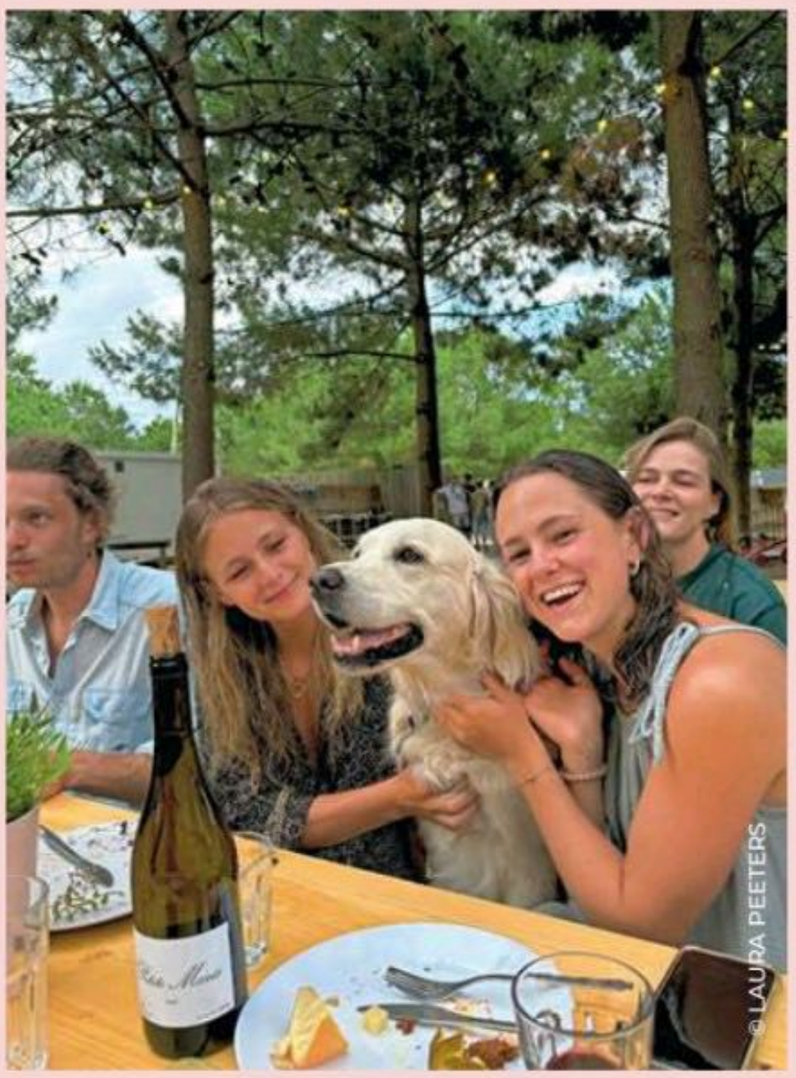


LAURA, 24 ANS

- **Études:** journalisme
- **Destinations:** France, Espagne et Pays-Bas
- **Aventure:** être responsable de camp chez BoardX
- **Rémunération:** à partir d'environ 200 € par semaine en tant que monitrice
- **Inclus:** hébergement, repas, matériel de surf et vêtements O'Neill
- **Organisation:** BoardX
- **Temps fort:** surfer pour la première fois
- **Le conseil de Laura:** « Lancez-vous! »

Les aventures de Laura avec BoardX ont commencé dès son plus jeune âge: « Au début, je participais moi-même aux camps de surf, puis je suis devenue monitrice et aujourd'hui, je suis responsable de camp. Avec mon équipe, je veille à ce que les participants passent des vacances inoubliables: cuisiner pour de grands groupes, organiser des activités ou encore être la personne de contact pour les familles. Entre 2 moments de travail, il reste aussi du temps pour surfer, découvrir les environs et partir à l'aventure avec l'équipe. Si vous aimez voyager, surfer et organiser, devenir moniteur chez BoardX est une occasion à ne pas manquer. Vous vous faites de nouveaux amis, vivez des aventures et vous créez des souvenirs pour la vie. L'ambiance soudée, les amitiés internationales et les expériences uniques me donnent envie de revenir chaque été. Vous rencontrerez de nouvelles personnes, évoluerez personnellement et vivrez un été que vous n'oublierez jamais. Comme je participe à ces camps depuis l'enfance, aujourd'hui, BoardX est un peu ma deuxième famille. »



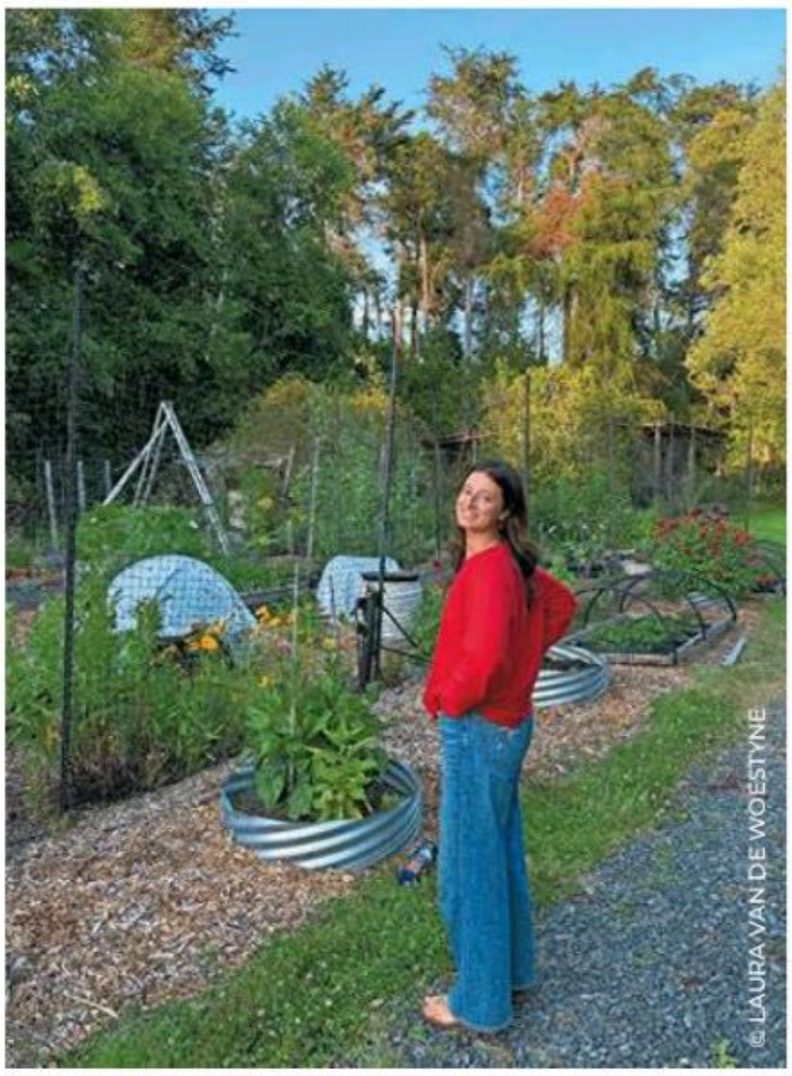


« En tant que responsable de camp, vous rencontrez de nouvelles personnes, évoluez personnellement et vivez un été que vous n'oublierez jamais »

« Grâce à l'échange de maisons, vous découvrez des endroits où vous n'iriez jamais en tant que touriste. Cela rend chaque voyage tellement plus authentique »













LAURA, 32 ANS

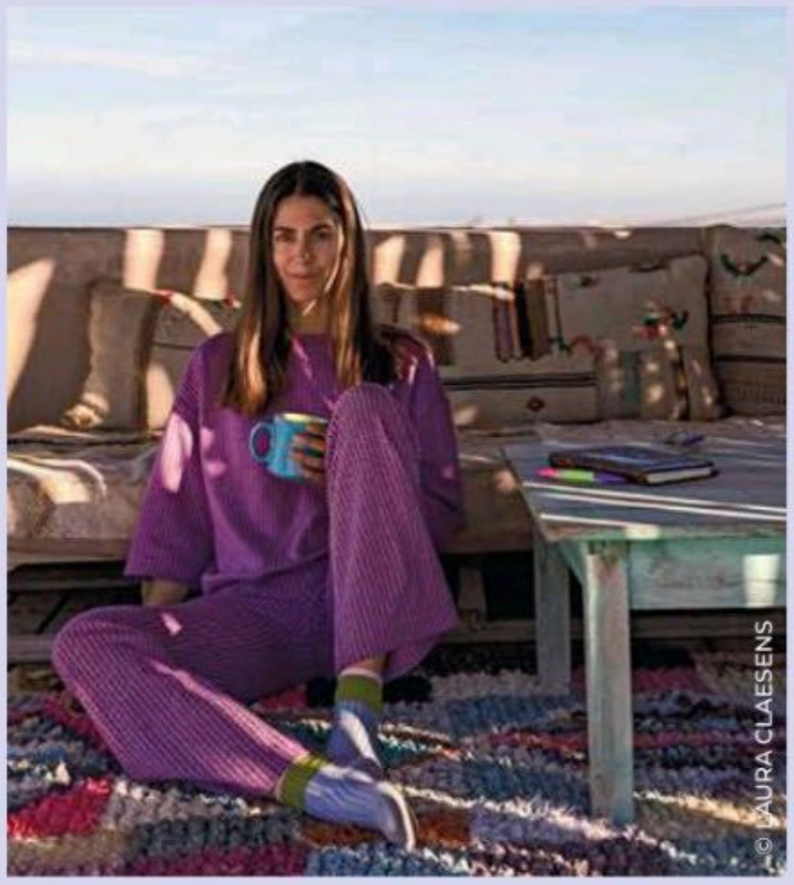
- **Jobs:** responsable des relations publiques et créatrice de contenu
- **Destinations:** Hawaï, Californie et Canada
- **Aventure:** voyager grâce à l'échange de maisons
- **Organisation:** HomeExchange
- **Adhésion:** 200 € par an, donnant accès à l'échange de maisons
- **Temps fort:** séjourner chez une habitante pleine de spiritualité à Hawaï
- **Le conseil de Laura:** « Restez flexible et laissez-vous surprendre. Les plus beaux voyages naissent souvent dans des endroits auxquels vous n'auriez jamais pensé. »

Laura a découvert HomeExchange il y a 3 ans et, depuis, elle est totalement conquise: « Avec mon partenaire Sam, 36 ans, nous avons déjà échangé plusieurs fois notre logement et avons notamment séjourné à Hawaï, en Californie et au Canada.

Parfois, nous avons la maison juste pour nous, d'autres fois, nous dormons dans une maison d'amis ou un petit chalet dans le jardin pendant que les propriétaires sont chez eux. C'est justement ce contact qui fait toute la différence. Je reçois des bons plans de la part des habitants, découvre des lieux moins touristiques et noue même parfois de véritables amitiés en chemin. Grâce à l'échange de maisons, on découvre des endroits où l'on n'irait jamais en tant que simple touriste. Cela rend chaque voyage tellement plus authentique. Comme je suis freelance et créatrice de contenu, je combine mes voyages avec le télétravail. »



© LAURA CAESENS

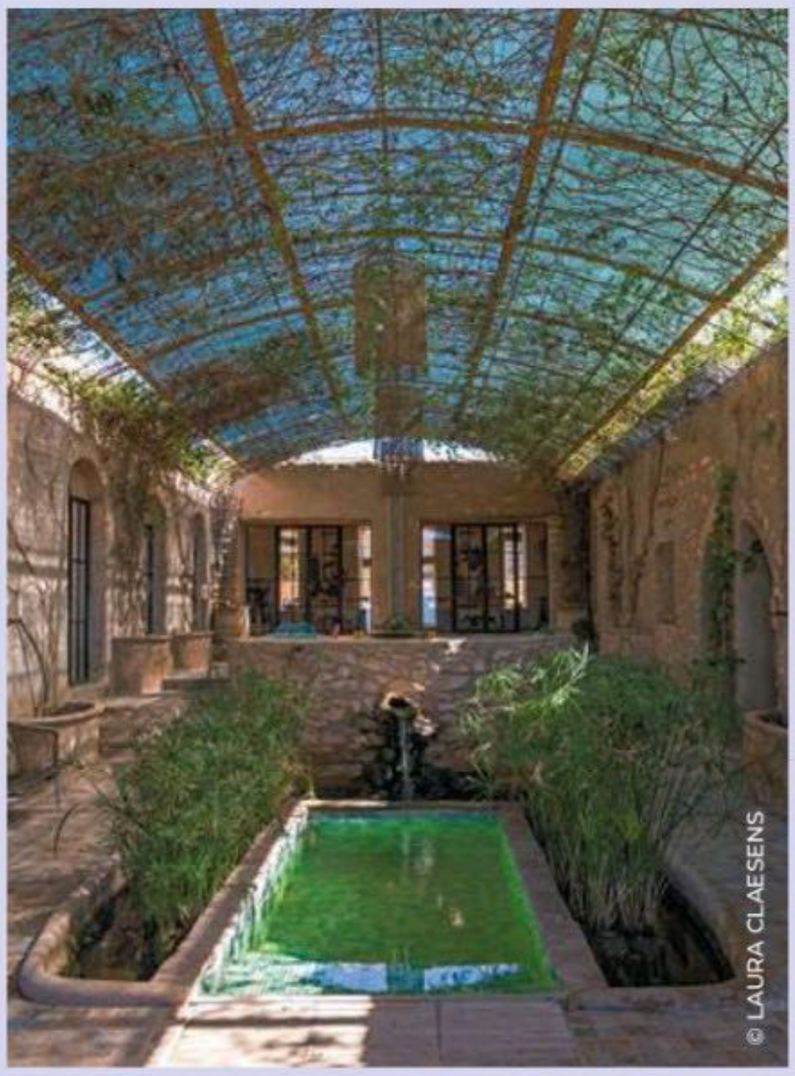


LAURA, 38 ANS

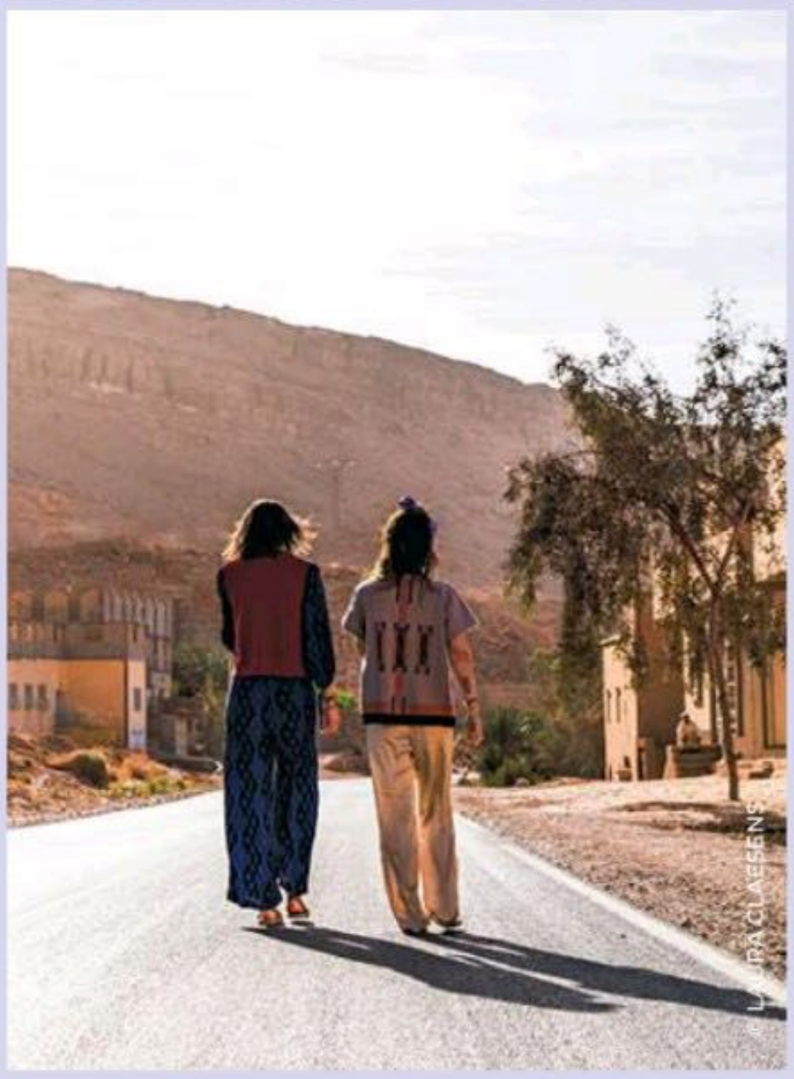
- **Jobs:** journaliste de voyage, photographe et autrice
- **Destinations:** Pays-Bas, Suisse, Autriche et Maroc
- **Aventure:** de la création de récits de voyage à la publication de son propre livre, *Into the Woods*
- **Temps fort:** voyager à travers l'Atlas, de Marrakech au Sahara
- **Le conseil de Laura:** « Lancez-vous, tout simplement. Même sans mission, vous pouvez déjà créer des récits. Vous gagnerez ainsi en expérience et trouverez peu à peu votre propre voix. »

En tant que journaliste de voyage et photographe, Laura parcourt le monde, part à la rencontre des habitants et immortalise des moments uniques avec son objectif: « Je pars en reportage à la recherche de rencontres singulières, de nouvelles perspectives et de lieux qui invitent à ralentir un peu. Pendant la pandémie, j'ai lancé Among Pine Trees, un projet consacré à la découverte de cabanes en pleine forêt en Belgique et aux Pays-Bas.

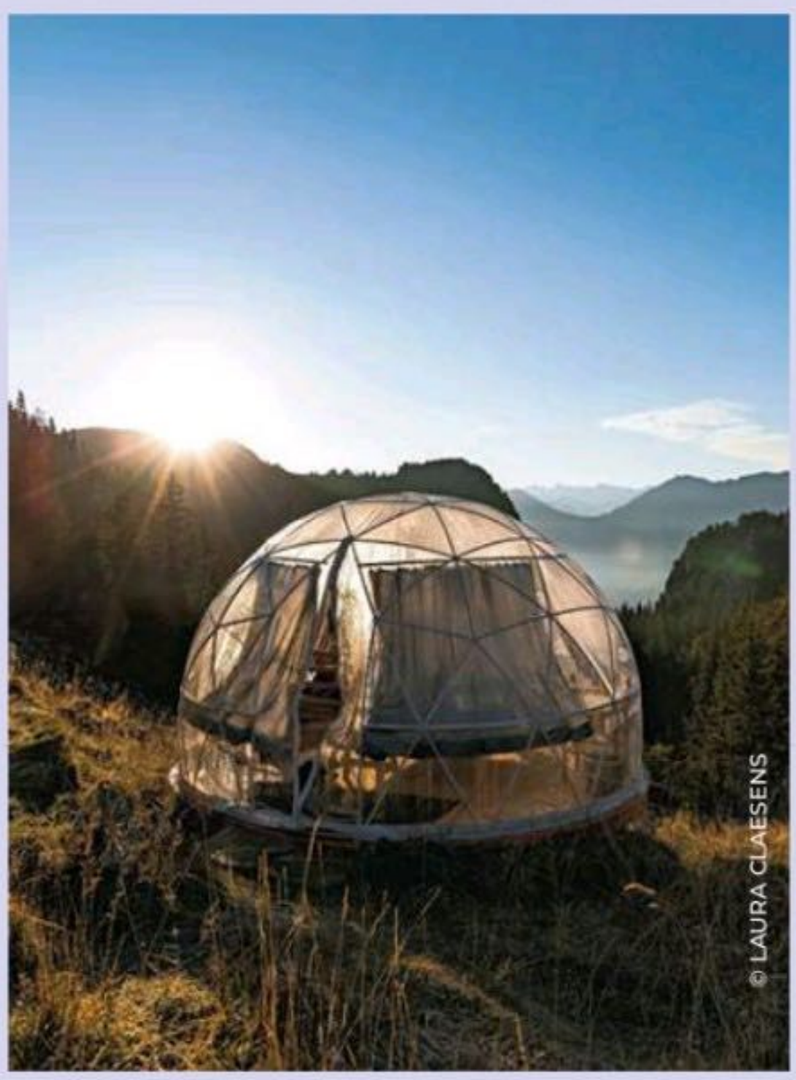
Ce projet a ensuite donné naissance à mon livre *Into the Woods* et m'a ouvert de nouvelles portes dans l'univers du voyage. Aujourd'hui, je combine l'écriture et la photographie pour inspirer les autres à voyager de manière plus consciente et à découvrir la beauté des petits moments en chemin, loin des tendances. Toutes ces rencontres, tout ce que j'apprends, vois et découvre... Ce sont autant de stimulations qui me donnent le sentiment d'être exactement là où je dois être et de faire ce que je suis censée faire. »

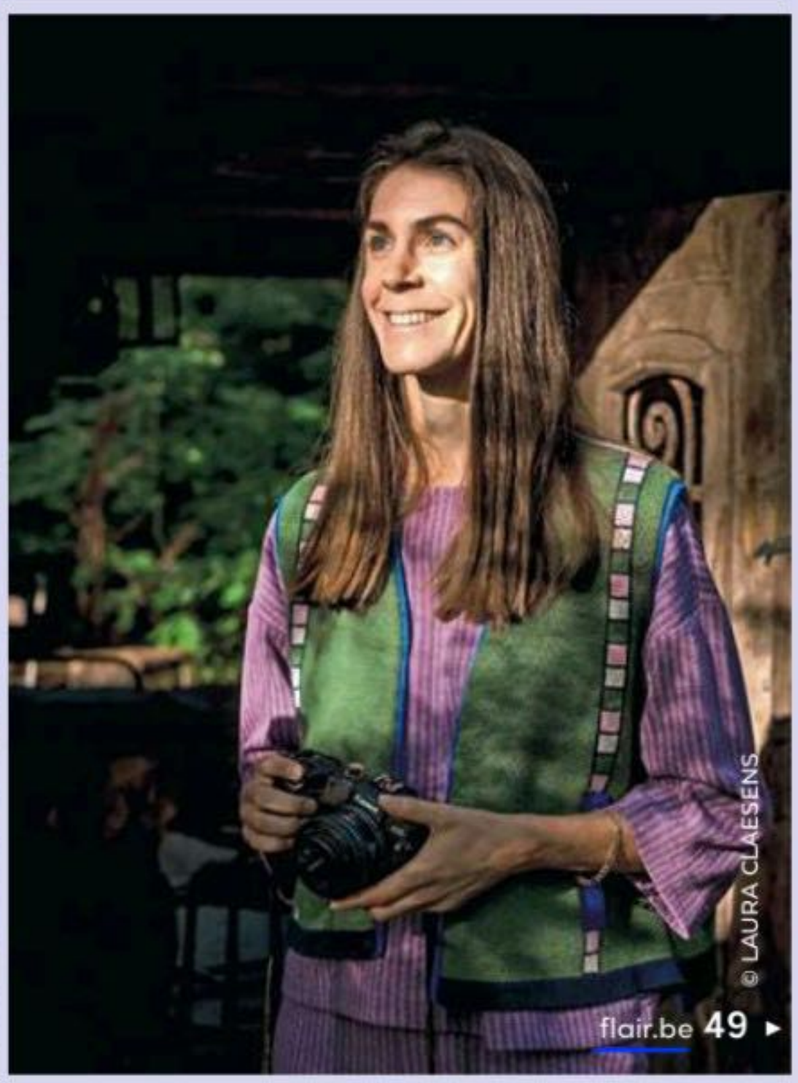


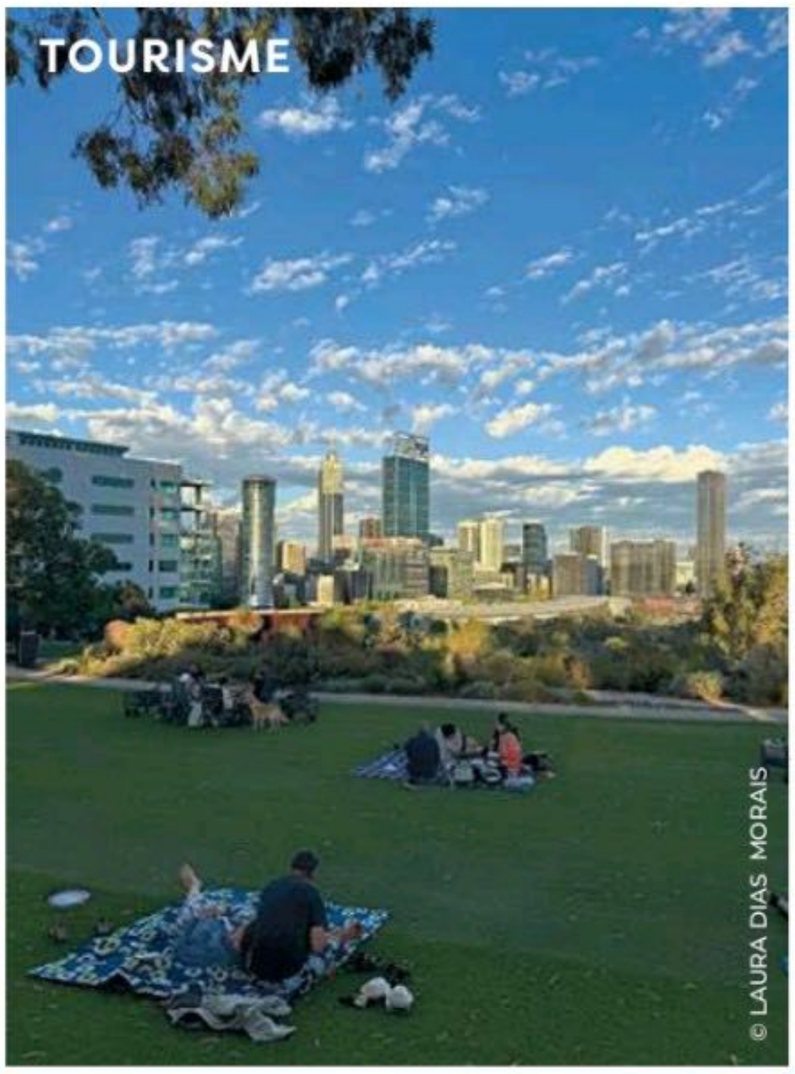




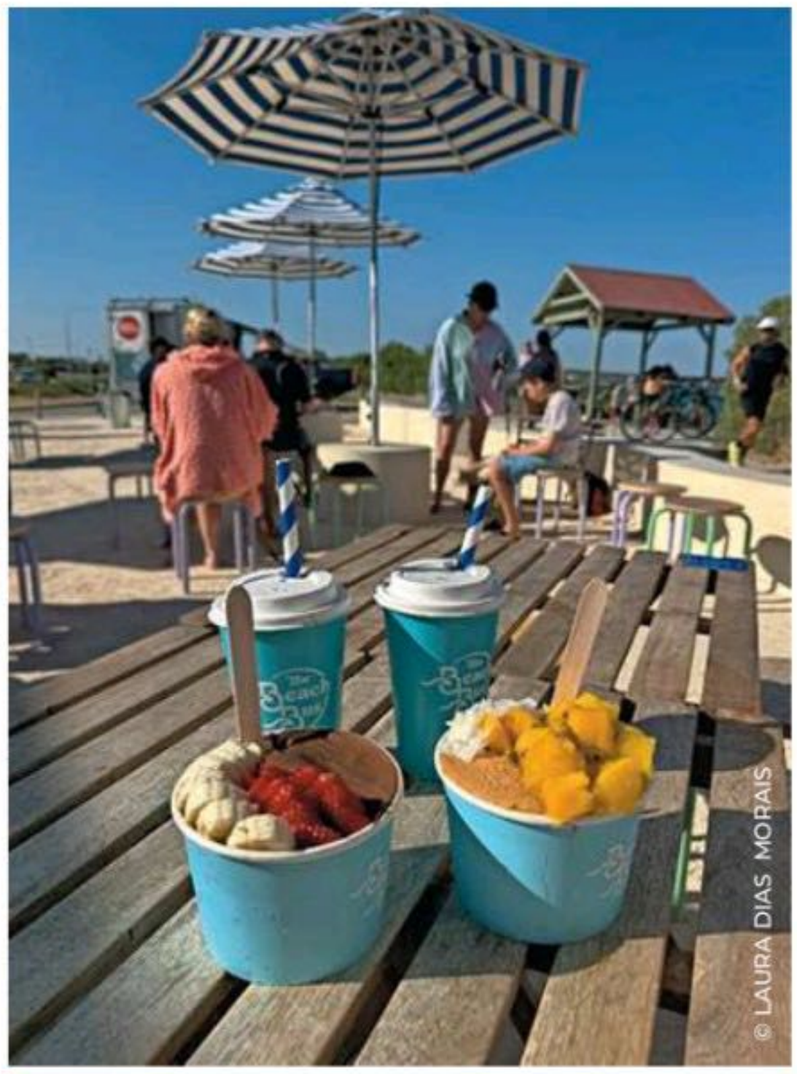
« Toutes ces rencontres et tout ce que j'apprends, vois et découvre me donnent le sentiment de faire exactement ce que je suis censée faire »

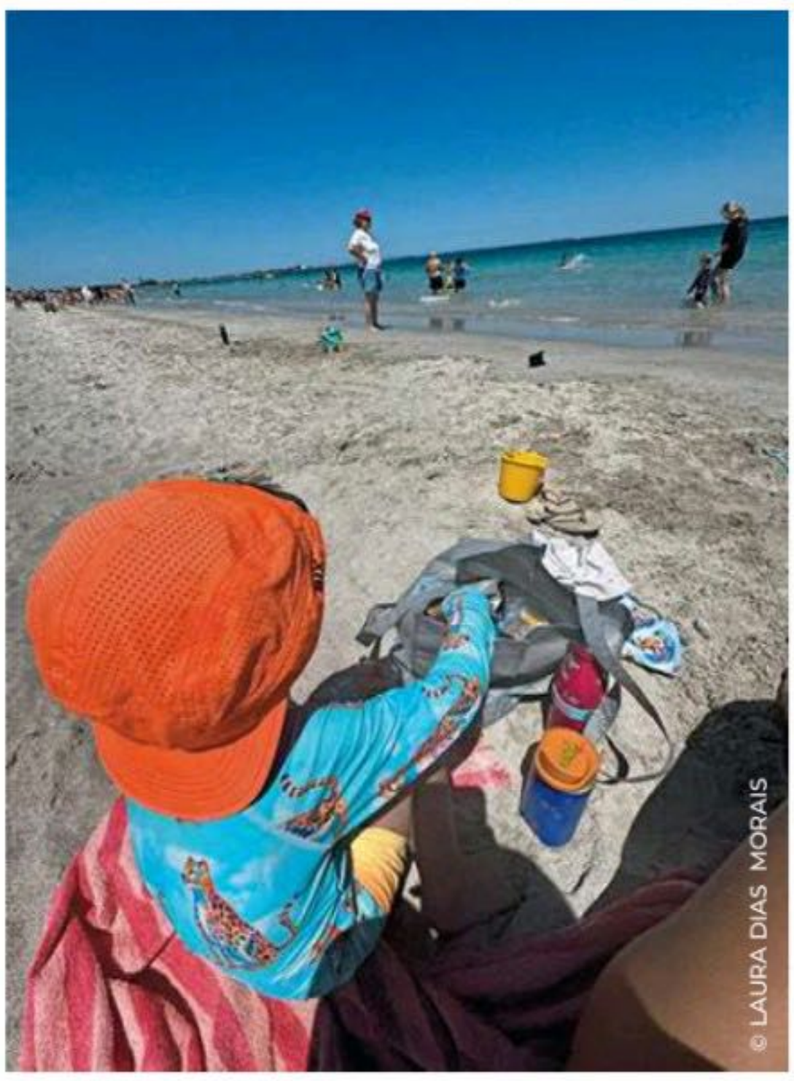





© LAURA DIAS MORAIS


© LAURA DIAS MORAIS


© LAURA DIAS MORAIS


© LAURA DIAS MORAIS

LAURA, 22 ANS

- **Job:** hôtesse de l'air
- **Destination:** Perth, Australie
- **Aventure:** être jeune fille au pair
- **Rémunération:** 10 $ australiens de l'heure
- **Inclus:** nourriture, logement et voiture
- **Organisation:** Premier Au Pair
- **Période:** de décembre 2025 à mars 2026
- **Temps fort:** faire du parachutisme
- **Le conseil de Laura:** « Lancez-vous! La période avant le départ est stressante, mais j'ai vraiment appris à me connaître et j'en suis ressortie beaucoup plus forte. »

Laura est partie 3 mois à Perth comme jeune fille au pair: « J'y ai trouvé bien plus qu'un simple travail. La journée, je m'occupais des enfants de ma famille d'accueil, mais heureusement, j'avais aussi du temps libre. Je suis partie à la recherche des plus belles plages, je me suis fait de nouveaux amis et j'ai appris à dire 'oui' aux nouvelles expériences. J'ai même fait du parachutisme! Travailler comme jeune fille au pair dans une famille d'accueil permet de vivre comme les locaux. Là-bas, j'avais un mode de vie décontracté et j'ai compris que le travail ne fait pas tout dans la vie. Se lever à 5 h du matin pour aller surfer avant de partir travailler? En Australie, c'est tout à fait normal. La journée ne s'arrête pas une fois le travail terminé, et ce sentiment de liberté me manque encore tous les jours. Bien sûr, ma famille me manquait parfois, mais c'est une expérience que je n'oublierai jamais. Elle m'a aussi permis de gagner énormément en confiance en moi. Et une chose est sûre: ce n'était certainement pas mon dernier voyage en Australie! »

« En Australie, j'avais un mode de vie décontracté et j'ai appris que le travail ne fait pas tout dans la vie »


© LAURA DIAS MORAIS


© LAURA DIAS MORAIS



© LAURA DIAS MORAIS

C’est pas grave ...



si vous êtes déjà en train de réfléchir à vos prochaines vacances d’été

POTINS

Les stars, ces gens presque comme tout le monde

En son Honor

Jessica Alba s'est fait tatouer le même motif que sa fille **Honor** avant le départ de cette dernière pour la prestigieuse Université de Yale, aux États-Unis. Elles arborent désormais toutes les 2 au-dessus du poignet un œil surmontant un petit symbole infini, synonyme de protection et de connexion.



Fresh News

- Les premières images de la 6e (et dernière...) saison d'*Emily in Paris* ont été dévoilées. À découvrir le 24 décembre prochain sur Netflix!
- D'après le magazine Voici, **Vianney** serait le parrain de la *Star Academy 2026*.
- L'artiste japonaise spécialiste des pois et des couleurs, **Yayoi Kusama**, est décédée à l'âge de 97 ans.
- **Philippine Leroy-Beaulieu** est le nouveau visage de Haus Labs, la marque de make-up fondée par **Lady Gaga**.
- **Lena Situations** a clôturé les 10 ans de ses Vlogs d'août par un show parisien XXL.
- L'humoriste belge **Sarah Lélé** a rejoint l'équipe de l'émission *Quotidien* avec **Yann Barthès**, sur TMC.

MYSTÈRE

Miley Cyrus a modifié l'intitulé de son compte Instagram, ne conservant que son prénom. La chanteuse a simplement publié un portrait d'elle en rouge et noir, avec pour seule légende: « MILEY », ce qui intrigue énormément ses fans. Alors, changement temporaire ou début d'une nouvelle ère?

Texte: Céline Parouteau **Photos:** GettyImages

CRAQUANT

Une vidéo a fait fondre Internet dernièrement: la rencontre entre **Harry Styles** et son plus jeune fan. Alors que le chanteur prenait un bain de foule à Mexico, il s'est approché d'un bébé porté par sa maman pour lui adresser des sourires, des coucous et lui attraper sa petite main. Trop mignon!





On a hâte

Stephen Kalyn, l'interprète de Dean dans la série *Off Campus*, rejoint le casting de *La Femme de ménage 2*. Alors que Sydney Sweeney continuera à incarner Millie, l'acteur jouera le rôle de Brock, son petit ami avocat. D'autres noms ont déjà été dévoilés, dont notamment celui de Kirsten Dunst. Il faudra néanmoins patienter jusqu'au 17 décembre 2027 pour découvrir le film en salles.

Un policier pas comme les autres

Cette fois, ce n'est pas une caméra cachée! **François Damiens** s'est glissé dans la peau d'un policier belge au volant d'une voiture de patrouille pour annoncer à sa façon via une vidéo sur les réseaux sociaux la journée portes ouvertes le 3 octobre prochain de la zone de police de La Mazerine (Lasne/La Hulpe/Rixensart). Joli coup de pub!





LA MAGIE DU NOIR

Nicole Kidman et **Sandra Bullock** étaient réunies à Los Angeles pour l'avant-première du film *Les Ensorceleuses 2*, dans lequel elles interprètent de nouveau les sœurs Owens. Les 2 actrices ont réinventé à cette occasion l'intemporelle robe noire, chacune à sa façon: l'une en *naked dress* Versace en dentelle, et l'autre en robe graphique Louis Vuitton en velours.

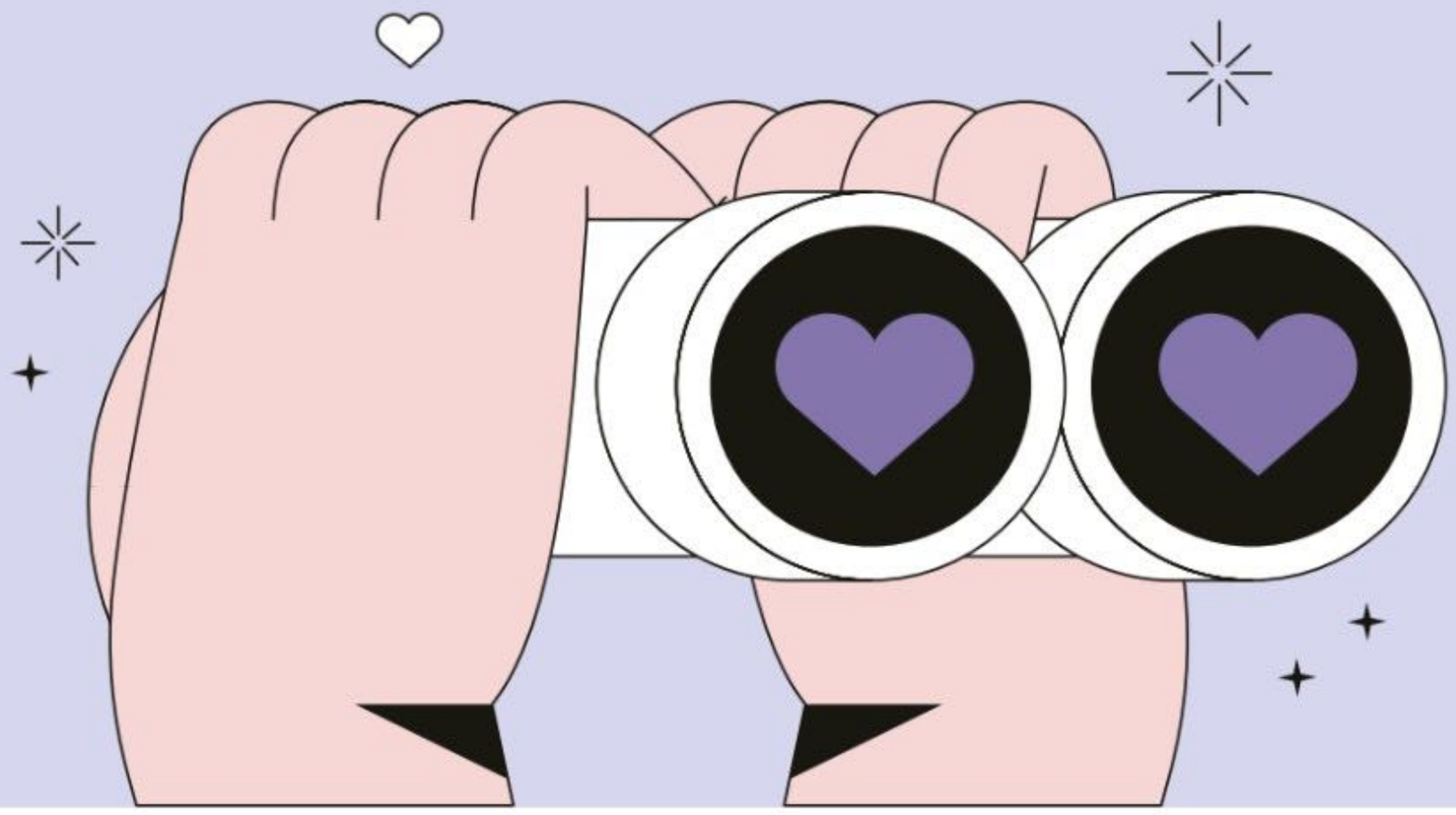
vie de célib'

Julie, 24 ans,
est célibataire depuis 1 an

« Après une rupture, on a toujours un peu l'impression d'avoir été effacée de la mémoire de l'autre, et ça fait mal »

Chez Flair, on est convaincues que le célibat rime avec bonheur, richesse et expériences! Chaque semaine, dans *Vie de célib'*, on vous emmène à la rencontre d'un·e célibataire fier·ère de l'être.

Texte: Herlinde Matthys





- **Prénom** Julie
- **Âge** 24 ans
- **Célibataire depuis...** 1 an
- **Sa dernière relation a duré...** 1 an et demi
- **Prête à se remettre en couple?** «Ça peut arriver, mais je ne l'attends pas particulièrement.»

Ce que je préfère dans le célibat «En réalité, je m'amuse vraiment beaucoup plus quand je suis seule. Je suis plutôt sociable et je me débrouille très bien par moi-même. Pour moi, être célibataire, c'est surtout être indépendante, et j'adore ça!»

Ce que le célibat m'a appris «Vous pouvez toujours essayer de nouvelles choses en solo. Pas besoin d'être à 2 pour tenter de nouvelles expériences ou partir à l'aventure. Et je ne parle pas uniquement d'un éventuel partenaire, mais aussi de vos ami·e·s. Vous pouvez vraiment décider vous-même de ce que vous avez envie d'essayer et le fait d'être l'unique personne à prendre ces décisions ne devrait jamais vous arrêter.»

Ce qui me manque le plus dans une relation «Faire une *date night*! J'adore l'idée d'aller dîner dans un endroit sympa et de rendre la soirée encore plus spéciale en m'habillant bien et en faisant un petit effort. C'est quelque chose que j'ai déjà hâte de retrouver dans une prochaine relation.»

Ce dont je suis la plus fière «Mon ex a voulu me revoir quelques mois plus tard et, même si, au fond, j'en avais aussi envie, je savais que ce n'était pas une bonne idée. Trop de choses s'étaient passées entre nous pour pouvoir repartir de zéro. Dans notre vie quotidienne, nous nous croisons encore souvent, notamment parce que nous avons des amis en commun et fréquentons les mêmes endroits. Les choses commençaient justement à aller un peu mieux, alors j'ai décidé de ne pas compliquer davantage la situation et de fermer définitivement la porte à toute relation amoureuse entre nous. Et j'en suis fière!»

Inconvénient du célibat «Il m'a fallu un certain temps avant d'accepter la situation (*rires*). J'ai très souvent pleuré dans mon lit après une soirée où je l'avais croisé. C'était surtout cette impression de ne soudainement plus rien représenter l'un pour l'autre, comme si nous ne nous connaissions plus du tout, que j'avais du mal à comprendre. Juste après une rupture, on a parfois l'impression d'avoir été effacée de la mémoire de l'autre, et ça fait mal.»

Ce que je pense des applications de rencontre «Ce n'est pas vraiment quelque chose qui m'occupe l'esprit. J'aime faire de nouvelles rencontres et, comme je l'ai déjà dit, je suis quelqu'un de très sociable de nature. Il arrive donc parfois qu'une personne pense que je suis intéressée par quelque chose de plus, alors que j'aime simplement écouter les histoires des autres. Je suis déjà allée à quelques rendez-vous, mais je déteste échanger des messages via les applis de rencontre. J'ai essayé pendant 1 semaine, mais entre-temps, j'avais déjà supprimé toutes ces applis de mon téléphone.»

«Il arrive parfois que quelqu'un pense que je suis intéressée, alors que j'aime simplement écouter les histoires des autres»

Ma vie sexuelle en tant que célibataire «Tout va bien! Après ma rupture avec mon ex, je n'ai pas eu de relations sexuelles pendant longtemps, mais il m'arrive maintenant d'en avoir de temps en temps avec un ancien flirt. Nous savons tous les 2 qu'il n'y a plus rien entre nous, donc ça nous convient très bien comme ça!»

Mon pire *date* «Ma sœur a 1 an de plus que moi et, même si je ne trouve absolument pas que nous nous ressemblons, il arrive que les gens nous confondent. C'est d'ailleurs ce qui s'est passé lorsqu'un beau mec a confié à l'une de mes amies, au café, qu'il avait un *crush* sur moi, mais qu'il était malheureusement trop tard puisque j'avais un copain. Quand mon amie lui a précisé que mon ex et moi avions rompu, il s'est dirigé d'un pas décidé vers notre table... avant de s'adresser à ma sœur (*rires*). Et elle est bel et bien en couple, alors c'était très gênant!»

Mon conseil en or «Parfois, dire non à quelqu'un qui nous plaît secrètement, mais dont on sait que l'histoire ne finira pas bien, est la meilleure chose que l'on puisse faire pour soi. On dit toujours que le meilleur chemin n'est pas forcément le plus facile, non?»

babystory

«Je suis extrêmement fière d'avoir accouché sans péridurale. Cela montre à quel point une femme peut être forte dans un moment pareil»

Chelsie, 25 ans

Du désir d'enfant à la maternité, mettre un petit être au monde peut parfois s'apparenter à des montagnes russes.

Texte: Herlinde Matthys



Chelsie, 25 ans, a accouché en un temps record, sans péridurale. Avec son compagnon Jelle, 27 ans, ils sont les heureux parents d'Aiden.

«J'étais tellement fière de mon joli ventre rond.»

Chelsie «Mes sœurs sont toutes tombées enceintes quelques mois à peine après avoir arrêté leur contraception. Comme ce n'était pas mon cas, j'ai commencé à craindre que cela ne fonctionne peut-être pas naturellement pour moi. Puis, lorsque j'ai réussi à moins m'inquiéter et à lâcher un peu prise, je suis finalement tombée enceinte après environ 1 an. Quel soulagement! J'ai adoré être enceinte et voir mon corps changer. J'ai trouvé que c'était un véritable privilège de pouvoir vivre cette expérience.

DOULEURS DANS LE BASSIN

Au début de ma grossesse, j'étais extrêmement nauséeuse, au point de perdre du poids au lieu d'en prendre. À 7 mois de grossesse, j'ai également commencé à souffrir de douleurs au niveau du bassin, ce qui m'a même obligée à arrêter de travailler. Heureusement, on ne m'a pas imposé de repos strict, ce qui m'a permis de continuer à profiter de mon joli ventre qui s'arrondissait. Ce que j'aimais le plus, c'était sentir le bébé bouger lorsque je posais les mains sur mon ventre. À 39 semaines de grossesse, j'ai toutefois commencé à ressentir de très fortes douleurs. Je suis immédiatement allée à l'hôpital, mais le monitoring ne montrait rien et on m'a diagnostiqué une infection urinaire. Une fois de retour à la maison, j'ai continué à avoir terriblement mal. Je sais très bien ce que l'on ressent lorsqu'on a une infection urinaire, et là, c'était complètement différent. J'ai essayé de dormir un peu, mais je n'étais à l'aise dans aucune position. Après quelques heures, j'ai tout de même décidé de chronométrer ces douleurs et j'ai constaté qu'elles étaient espacées de moins d'une minute. Nous sommes donc repartis à l'hôpital, où l'on s'est rendu compte que mon col était déjà dilaté à 5 centimètres.

«Au début de ma grossesse, j'étais extrêmement nauséeuse, au point de perdre du poids au lieu d'en prendre»



«C'est avec cette photo que nous avons annoncé l'heureuse nouvelle.»



«Bienvenue, Aiden!»

INSTINCT PRIMAIRE

Notre bébé se présentait le visage tourné vers le haut, alors j'ai fait toutes sortes d'exercices dans l'espoir qu'il se positionne bien. Je suis allée dans le bain pour soulager la douleur, mais dans l'eau chaude, j'ai soudain ressenti une énorme envie de pousser. La sage-femme m'a aidée à retourner sur le lit. Pouvoir pousser pour évacuer toute cette pression a été un véritable soulagement. C'était aussi beaucoup moins douloureux que les contractions que j'avais eues jusque-là. Moins de 10 minutes plus tard, notre petit garçon est venu au monde. J'ai pu l'attraper moi-même pour le poser contre moi, un moment que je n'oublierai jamais! Je suis aussi extrêmement fière de moi d'avoir réussi à accoucher sans péridurale. Cela montre à quel point une femme peut être forte dans un moment pareil. Notre instinct primaire prend véritablement le dessus. Mon compagnon m'a énormément aidée: il a réussi à m'apaiser et j'ai pu me concentrer sur ma respiration. J'ai aussi été étonnée que tout se passe aussi vite. Je m'étais imaginé toutes sortes de scénarios catastrophe, mais j'ai eu un accouchement de rêve!



«Aiden est vraiment toute notre vie.»



«Cette photo est beaucoup trop mignonne!»



«Bon appétit...»

«J'ai été étonnée que tout se passe aussi vite. Je m'étais imaginé toutes sortes de scénarios catastrophe, mais j'ai eu un accouchement de rêve!»



«Nous avons savouré ce moment.»



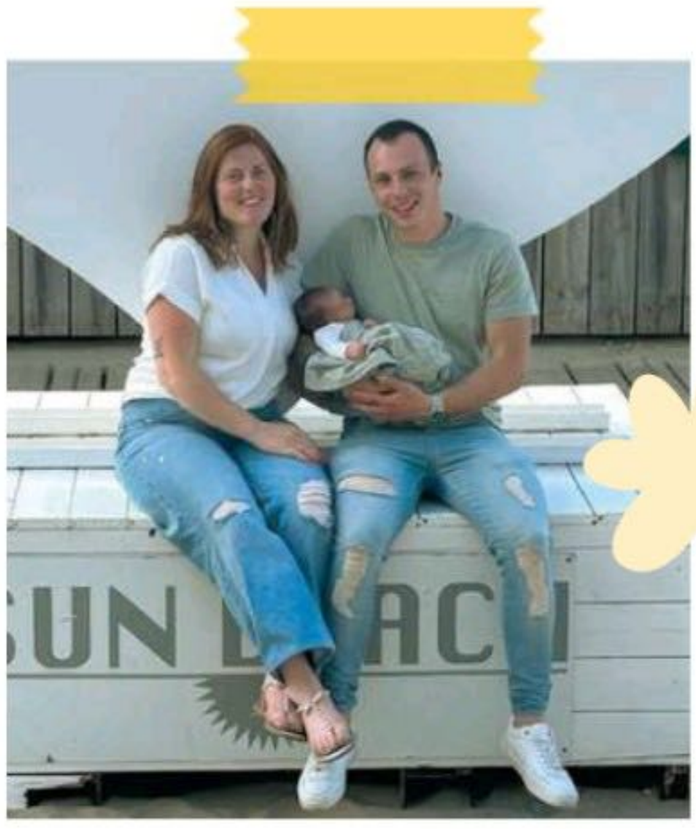
« Nous sommes tellement heureux tous les 3. »

UNE NOUVELLE PERSONNE

Mon compagnon et moi n'étions pas d'accord sur le prénom. Lui aimait Jayden, tandis que moi, je préférais Eden. Nous avons donc simplement mélangé les 2 prénoms (*rires*). La signification d'Aiden est très belle, puisqu'elle évoque le feu et la chaleur. Cela correspond assez bien à notre vie: une famille chaleureuse, prête à tout les uns pour les autres. J'ai d'ailleurs adoré la période qui a suivi l'accouchement. Le soir même, il y avait déjà une vingtaine de personnes dans ma chambre, et tout le monde était très enthousiaste.

Une fois de retour à la maison, je me suis sentie un peu moins sûre de moi, car en tant que jeune maman, on se retrouve soudain livrée à soi-même. À l'hôpital, on obtient immédiatement une réponse à toutes nos questions. Heureusement, tout a fini par se mettre en place naturellement. Aiden est un bébé adorable. Il ne pleure que lorsqu'il a faim ou que quelque chose le dérange. Être maman est la plus belle chose qui soit à mes yeux. Cela m'a aussi complètement changée en tant que personne. Avant, j'aimais beaucoup faire la fête et sortir, mais depuis qu'Aiden est là, ce que je préfère, c'est rester bien au chaud à la maison avec lui. Aiden était vraiment la pièce du puzzle qui manquait à ma vie. Et quand je vois mon compagnon s'occuper de lui, je suis encore plus amoureuse! »

« Aiden était la pièce du puzzle qui manquait à ma vie. Quand je vois mon compag-non s'occuper de lui, je suis encore plus amoureuse »



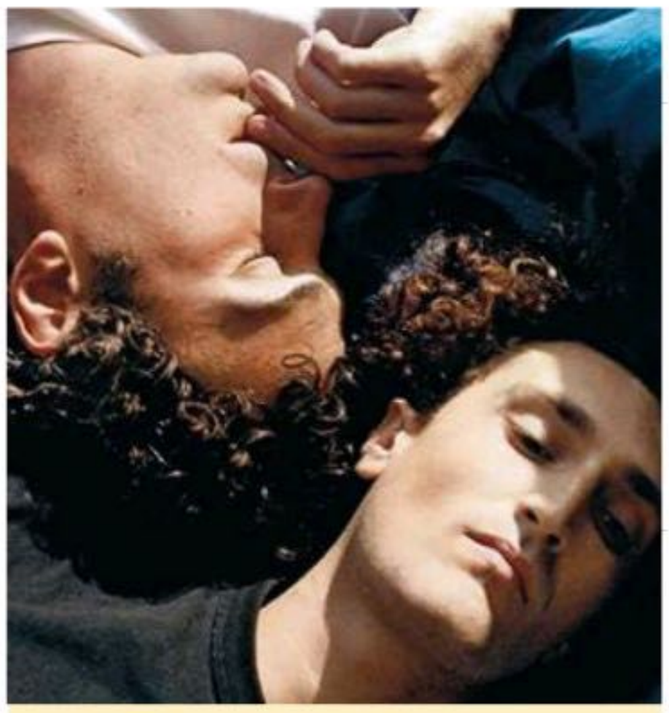
« Voyager tous les 3 se passe très bien, car Aiden est un bébé adorable. »



« Nous sommes tellement fiers de notre fils. »

CHILLAX

Nos conseils pour une super semaine



Sur scène

Les 2 frères de TERRENOIRE s'arrêtent au W:HALLL de Woluwe-Saint-Pierre le 24 septembre! Révélation masculine aux Victoires de la Musique en 2022, ils présenteront leurs chansons poétiques et engagées sur fond électro!

Terrenoire, en concert le 24/9 au W:Halll, infos et réservations: whalll.be/evenement/terrenoire

3 livres à lire à la rentrée

L'été est terminé et vous n'avez pas eu le temps de bouquiner pendant les vacances? Voici 3 livres parfaits pour renouer avec le plaisir de lire.



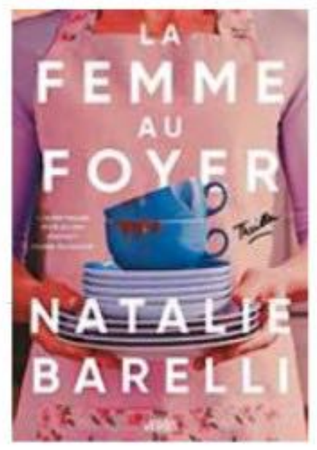
1. Mais comment tu fais?

Dans ce livre, Silent Jill revient sur son parcours de femme, de maman et d'entrepreneuse. Entre réussites, doutes, obstacles et remises en question, elle partage les leçons tirées de son expérience avec beaucoup d'authenticité. Un témoignage inspirant destiné à toutes celles qui cherchent à croire davantage en elles-mêmes.

Mais comment tu fais?, de Silent Jill, éd. Leduc (19,90€, Fnac).

2. La Femme au foyer

Jodie semble avoir tout pour être heureuse: une sublime maison à Beverly Hills, un mari admiré et une vie en apparence parfaite. Pourtant, elle est persuadée que Roy cache un terrible secret et qu'il serait responsable de la mort de sa première épouse. En cherchant à découvrir la vérité, Jodie risque cependant de révéler ses propres secrets... Parfait pour celles et ceux qui ont dévoré *La Femme de ménage* et raffolent des thrillers domestiques pleins de secrets et de rebondissements.



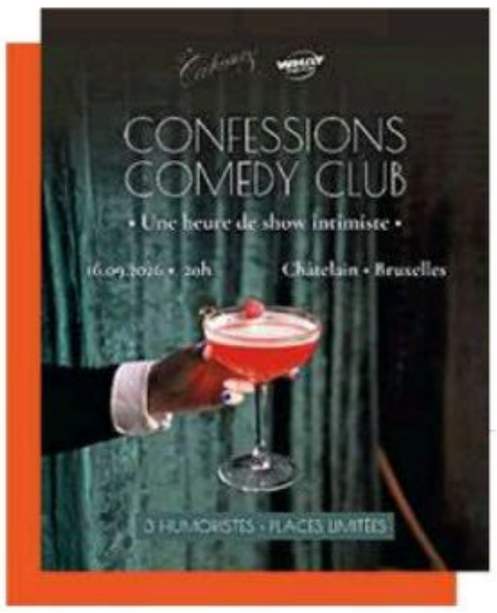
La Femme au foyer, de Natalie Barelli, éd. Verso (21,90€, Fnac).



3. L'Adolescence du perroquet

Alban partage son quotidien avec Jo, un perroquet gris du Gabon qui, en grandissant, se transforme en colocataire pour le moins... compliqué. À travers cette relation improbable, Amélie Nothomb explore avec son ton singulier les limites de l'amour inconditionnel et nous rappelle que « l'amour n'est pas un dû ». Parfait pour les inconditionnel·le·s d'Amélie Nothomb et celles et ceux qui aiment les romans courts, décalés et pleins de réflexion.

L'Adolescence du perroquet, d'Amélie Nothomb, éd. Albin Michel (19€, Fnac).

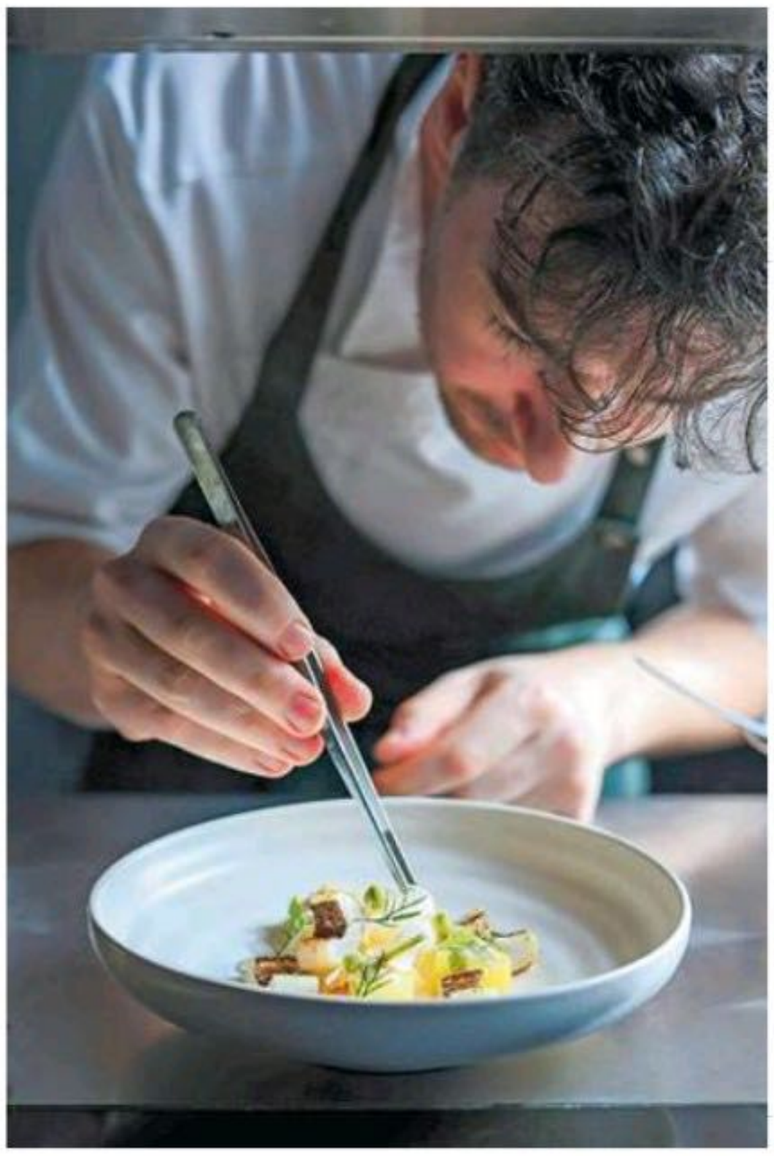


Humour & cocktails

Et si une soirée d'humour commençait par un cocktail, se poursuivait dans l'intimité d'un salon feutré et se terminait par 1 heure de rire sans filtre? C'est le concept du Confessions Comedy Club, le nouveau rendez-vous mensuel de Confessions, le cocktail bar du Châtelain à Bruxelles, en collaboration avec What The Fun.

Confessions Comedy Club, le 16/9 avec Laurence Bibot. Prochaine date: le 7/10, avec l'humoriste Kody. Infos et billets: whatthefun.be

Texte: Amandine de Harlez et Zoé Gascoin





Nocturlabe x Fox Den

Le dimanche 20/9, Nocturlabe et Fox Den réunissent leurs univers le temps d'un lunch pas tout à fait comme les autres. Installées face à face Rue Josse Impens, les 2 adresses schaerbeekoises accueilleront 40 convives autour d'un menu inédit imaginé par le chef Benoît Bodivit, accompagné de 3 cocktails signés Harouna Saou, maître bartender et figure bien connue de la scène bruxelloise. Si l'évènement est complet, nous vous conseillons vivement une soirée chez Nocturlabe. Pour plus d'infos, filez sur Flair.be lire l'article de notre collègue Zoé.

Nocturlabe et Fox Den, 2 & 3 Rue Josse Impens à 1030 Schaerbeek.
40 places pour l'évènement du 20/9. Réservations: foxdenbar.be



Avis aux amoureux·ses des toutous: la troisième édition du festival Woofstock, dédié aux chiens et à leurs propriétaires, se tiendra les 26 et 27 septembre prochains à Bruxelles. Attention, cette année, le festival fera son grand retour à Tour & Taxis. Parmi les activités proposées, on retrouvera des zones de jeux sans laisse, une piscine pour chiens, un parcours d'agilité, un dog dancing, du yoga pour chiens, des massages, des conférences ou encore des ateliers. Des associations engagées pour la cause animale seront également présentes afin de sensibiliser le public.

À écouter d'urgence



1

***Sous Influence*, d'Eddy de Pretto**
Ce titre questionne les solitudes d'une époque où nous sommes pourtant plus connectés que jamais.



2

***Une seule vie*, d'Angèle**
Écrit à la première personne, le morceau prend la forme d'un flux de pensées dans lequel Angèle questionne son rapport au monde, à la vérité comme à l'illusion.



3

***Soirée Mondaine*, d'Oria**
Porté par une mélodie entraînante et un refrain obsédant, le titre est certifié disque d'or en France depuis fin juin!

Le meilleur d'Anvers



Tour gourmand dans la ville la plus cool de Flandre

De passage à Anvers? Nous avons sélectionné 11 adresses incontournables pour vous composer un véritable parcours culinaire!

Texte: Evi Van Houdt **Photos:** Anke Desmet

Pour découvrir Anvers autrement, suivez notre balade gourmande Flair. Au menu: des hotspots culinaires, mais aussi des coins d'Anvers encore méconnus! En chemin, vous passerez également par quelques-uns des plus beaux endroits de la ville, comme le verdoyant Park Spoor Noord, la Maison Panamarenko et son étonnant cabinet de curiosités ou encore le Musée MAS.





Dr. Beer

On aurait envie de s'installer chaque week-end sur la terrasse cosy de Dr. Beer tellement cette adresse est incontournable. Vous y serez choyé·e avec de bons petits plats, à savourer idéalement avec leur limonade maison à la lavande ou une bière Dulle Teve. La météo n'est pas au rendez-vous? L'intérieur de Dr. Beer est tout aussi chaleureux. Son décor rétro rempli de trouvailles vintage a d'ailleurs été entièrement imaginé par la femme du propriétaire!

31 Adriaan Brouwerstraat, drbeer.be

Kazerie De Kaasbrug

Les amateur·rice·s de fromage qui passent régulièrement par Anvers connaissent sans aucun doute Kazerie De Kaasbrug. Cette superbe fromagerie est un véritable paradis pour toutes celles et ceux qui aiment le fromage, mais aussi les bonnes choses en général. Vous y trouverez des biscuits, du thé, du café, de bonnes huiles d'olive et de magnifiques coffrets cadeaux pour les gourmand·e·s. Vous pouvez aussi y déguster une délicieuse sélection de fromages accompagnés de confiture, de crackers, de noix et de raisins! En été, vous pouvez même savourer votre fromage (et votre petit verre de vin) sur leur agréable terrasse devant la boutique. Selon nous, l'endroit idéal pour observer les passants...

8 Kaasbrug, kazeriedekaasbrug.be



DeLuísious

Si vous aimez bien manger, mais beaucoup moins cuisiner, vous allez absolument vouloir tester DeLuísious. Ce traiteur situé près du Park Spoor Noord propose chaque semaine un délicieux menu varié, avec notamment des options végés et vegan. Vous y trouverez de savoureuses salades, des quiches, des plats de pâtes, des biscuits et des pâtisseries, mais aussi des soupes et du granola! Une recommandation de plat? Testez leur poulet au citron vert ou sa version vegan. Un délice!

164 Lange Lobroekstraat, deluisious.be



Allez goûter le burger du Café Kiebooms et restez ensuite pour l'ambiance, la bonne musique et l'accueil chaleureux



Café Kiebooms

Depuis des années, le Café Kiebooms est connu comme LE bar de jazz d'Anvers, mais il propose aussi une petite carte qui vaut vraiment le détour. Et si vous y allez d'abord pour un verre, vous risquez bien d'y rester pour la carte, l'ambiance décontractée, la bonne musique et l'accueil chaleureux!

18 De Coninckplein, cafekiebooms.be



King Samosa

Si vous aimez la cuisine indienne ou pakistanaise, réservez une table chez King Samosa, sur la Paardenmarkt. Si la façade ne vous incite peut-être pas immédiatement à pousser la porte, les délicieux parfums qui s'échappent de la cuisine devraient vite vous convaincre. King Samosa est une véritable pépite cachée, sauf si vous habitez le quartier, bien sûr. Les locaux savent que l'adresse affiche souvent complet et que l'on s'y régale. Et comme son nom le laisse deviner, vous pourrez y déguster, entre autres, de savoureux samoussas!

76 Paardenmarkt, kingsamosaandfood.be

Quel que soit le côté de la terrasse du Skybar que vous choisissez, la vue vaut toujours le détour

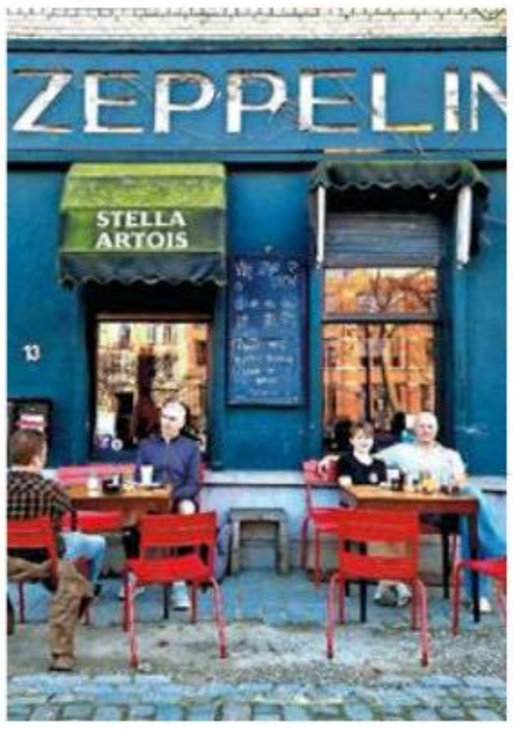




Skybar Antwerp

Au Skybar d'Anvers, vous vous sentirez comme un oiseau. Comme son nom l'indique, ce superbe restaurant perché en hauteur offre une vue à couper le souffle. Quel que soit le côté de la terrasse que vous choisissez, le panorama vaut le détour: des quais à la ville qui s'étend sous vos yeux. Et même par temps gris, l'adresse mérite une visite, car si vous venez pour la vue, vous resterez pour la cuisine divine, les délicieux cocktails et la déco ultra-tendance. Malgré son allure très luxueuse, l'addition reste raisonnable. Nos coups de cœur? Le cocktail épicé Goose en Provence, le saumon au miso et les délicieux wontons aux crevettes tigrées.

7 Sint-Pietersvliet, skybarantwerp.be



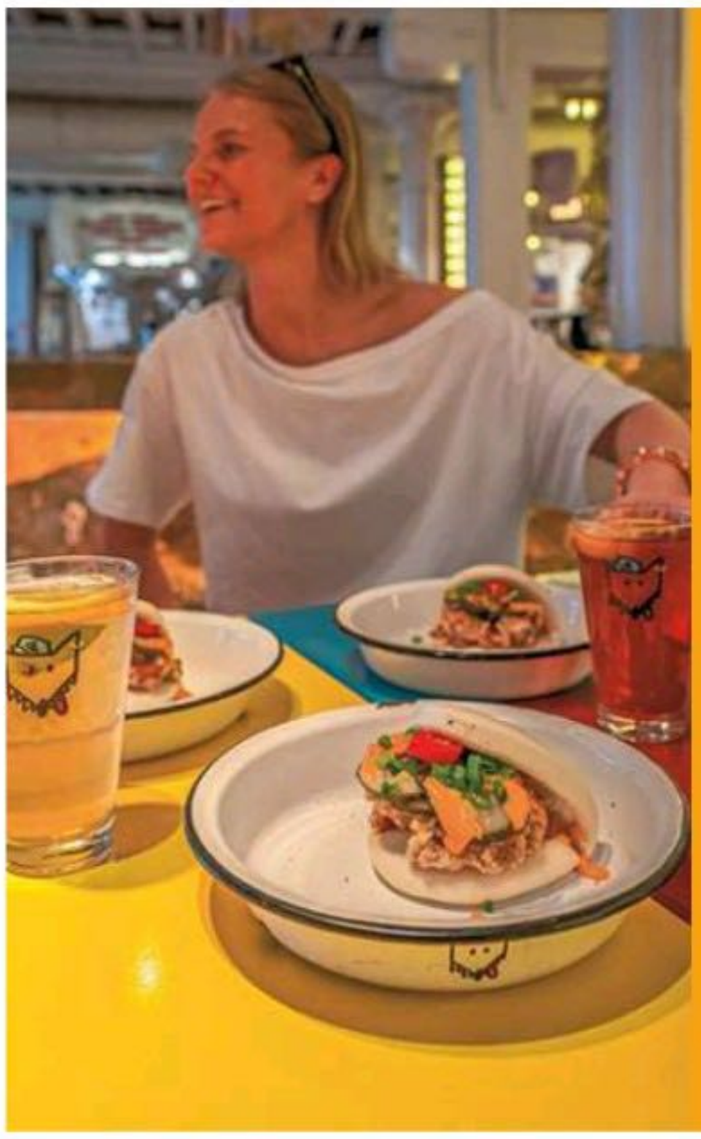
Café Zeppelin

Le Café Zeppelin, sur la Damplein à Anvers, est une véritable institution pour de nombreux·ses habitant·e·s du quartier. Ce café convivial est réputé pour son ambiance chaleureuse, ses bonnes bières locales et ses spaghettis pour les petites faims. Installez-vous confortablement pour déguster une sélection de délicieuses bières spéciales. L'étape idéale pour faire une petite pause et papoter autour d'un verre!

13 Damplein,
@zeppelindamplein

Le Café Zeppelin, c'est une ambiance conviviale, de bonnes bières locales et un délicieux spaghetti





Kaiju au WOLF

Dans le magnifique Felix Pakhuis, vous trouvez depuis fin 2024 le WOLF Food Court, qui réunit quelques-uns des meilleurs restaurants dans un même lieu convivial. Parmi eux, Kaiju, un concept asiatique de plats à partager. Les cuisines japonaise, vietnamienne, chinoise, coréenne et thaïlandaise s'y mêlent harmonieusement, pour des plats qui explosent de saveurs. Bon à savoir: si vous passez par Bruxelles, vous trouverez aussi leur restaurant au rez-de-chaussée du JAM Hotel. Vous pourrez goûter leur KFC bao bun, alias le Kaiju Fried Chicken Bao. Idéal pour les amateur·rice·s de saveurs relevées!

Felix Pakhuis, 30 Godefriduskaai,
wolf.be/food-ant/kaiju

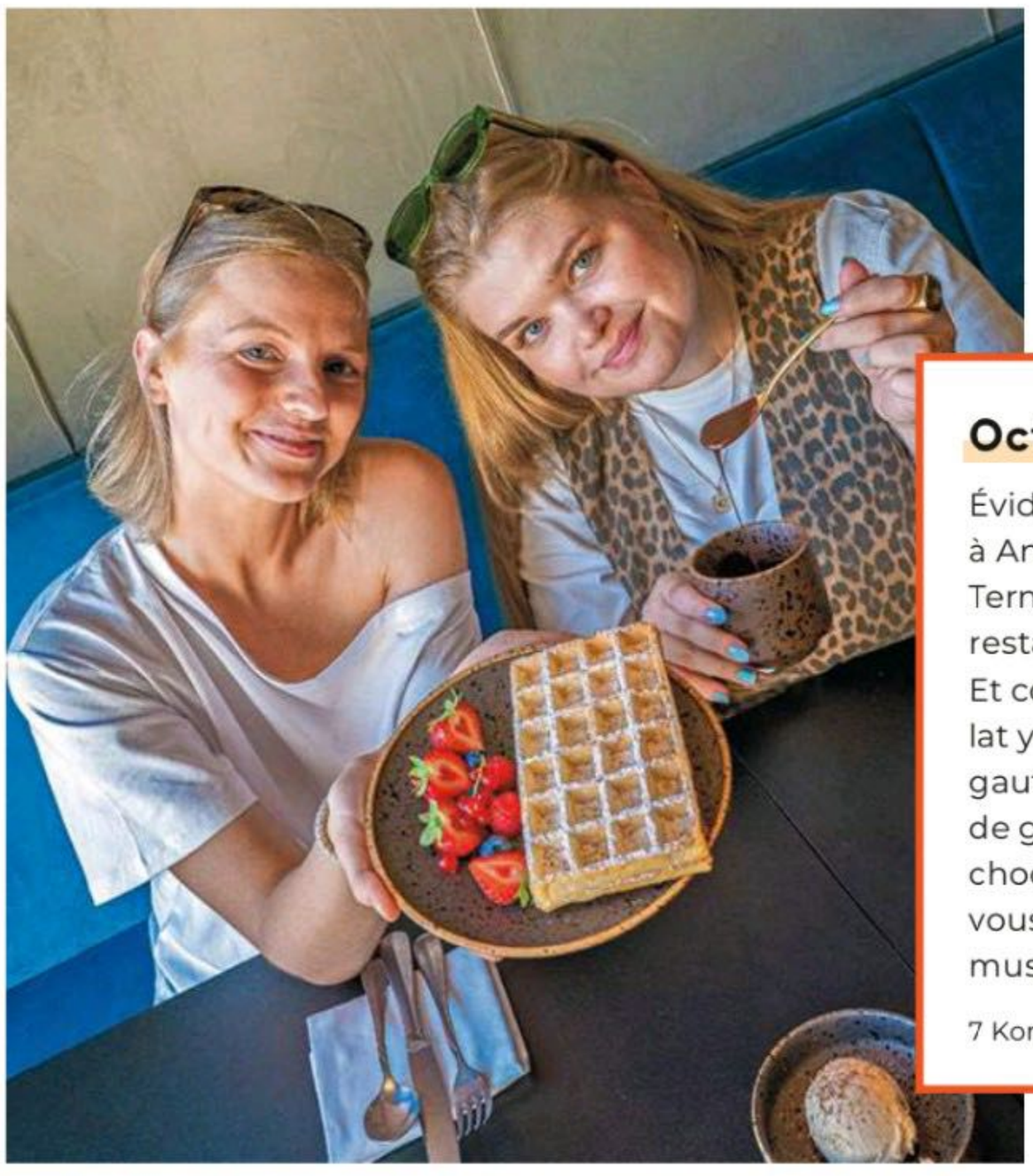
Rambo au WOLF

Kaiju est loin d'être la seule adresse gourmande à découvrir au WOLF Food Court d'Anvers. Rambo, spécialiste du burger, fait également partie de nos incontournables. Encore plus maintenant qu'ils proposent des smash pepper burgers. Croyez-nous: c'est le genre d'adresse où vous continuerez à revenir encore et encore.

Felix Pakhuis, 30 Godefriduskaai, wolf.be/food-ant/rambo-smash-burgers



Le chocolat est-il à l'honneur chez Octave, le restaurant attenant au musée Chocolate Nation? Oh que oui!



Octave chez Chocolate Nation

Évidemment, impossible de passer un week-end à Anvers sans une petite touche sucrée. Terminez donc votre parcours chez Octave, le restaurant attenant au musée Chocolate Nation. Et comme vous pouvez vous en douter, le chocolat y est à l'honneur. Vous pourrez y savourer une gaufre de Bruxelles accompagnée d'une boule de glace à la vanille et d'une divine sauce au chocolat. Si vous n'étiez pas encore rassasié·e, vous le serez à coup sûr après ça! Une visite du musée vaut d'ailleurs elle aussi le détour.

7 Koningin Astridplein, octaveantwerp.be/fr

Casa Conservas

Chez Casa Conservas, vous dégusterez de délicieuses tapas accompagnées de vin ou de sherry. Son nom dévoile d'ailleurs la surprenante star de sa cuisine: le poisson en conserve! Sardines, maquereau ou thon se savourent ici avec un bon verre de vin. Ses tapas phares: des joues de porc préparées à l'espagnole. Petit plus: le restaurant abrite également une boutique où vous pourrez acheter de nombreux produits du Sud à déguster chez vous!

1 Varkensmarkt, casaconservas.be



© KOEN BAUTERS

l'interview

cette semaine: Soprano



«Si on reste concentré et positif, on peut rêver grand»

Le chanteur français aux mille tubes est de retour avec son nouveau titre *DJ* qui fait déjà danser toutes les générations et qui sera sur son prochain album *Karaoké*. Nous avons profité de son passage en festival pour lui poser quelques questions.

Texte: Amandine de Harlez **Photo:** Romain Garcin

Comment se passent ces festivals belges?
«J'adore les festivals en Belgique, c'est toujours toujours la fête. Les gens sont contents, tout le monde s'éclate, toutes générations confondues. Même dans mon équipe, on fait la fête dans le tour bus.»

Votre dernier titre *DJ* invite à la fête. C'est un rêve d'enfant de faire danser les gens?
«Avec mon prochain album qui s'appellera *Karaoké*, j'ai en effet une envie de faire chanter et danser les gens. J'ai toujours trouvé fascinant de voir des gens sur scène procurer du bonheur au public. Et puis, j'adore le karaoké. Qu'on chante bien ou pas, on s'éclate. L'important, c'est de s'amuser. C'est un peu le concept de cet album.»

Qu'est-ce que vous auriez envie de dire au petit Soprano de 10 ans?
«J'aimerais lui dire qu'il faut continuer à rêver, rester concentré, de beaucoup travailler et rester positif. Avec tout ça, on peut rêver grand.»

Est-ce que la musique est votre meilleur allié depuis toujours?
«Quand j'étais tout petit, j'étais introverti, dans mon coin, je n'avais pas confiance en moi. Je parlais peu, je n'arrivais pas à m'exprimer, c'était très compliqué. La musique m'a permis de m'ouvrir. J'arrivais enfin à mettre des mots sur ce que je voulais, ce que je ressentais. Ça m'a permis aussi de voyager, de sortir de mon quartier, de découvrir des gens, de consolider des amitiés. Donc oui, la musique m'a vraiment sauvé.»

«Je fais partie de ces chanceux qui savaient déjà très jeunes ce qu'ils voulaient faire»

Sans la musique, qu'auriez-vous fait comme métier?
«Ah c'est marrant mais c'est la question que m'a posée ma fille de 14 ans avant-hier. C'est difficile à dire, car j'ai su très tôt que c'était ce que je voulais faire. Je fais partie de ces chanceux qui savaient déjà ce qu'ils voulaient faire jeunes. Mais s'il y a bien un truc que j'aime bien, ce sont les ordinateurs, les programmes et tout ça... J'aurais peut-être bien aimé être informaticien.»

Comment s'est passé votre été?
«Festivals, festivals, fêtes, fêtes, fêtes (*rires*). Cet été, on a fait découvrir plein de morceaux au public, on a beaucoup préparé la tournée, parce qu'on va faire le tour des stades l'année prochaine. On espère d'ailleurs avoir une date en Belgique. Donc cet été, c'était boulot, boulot, puis quand même un peu de vacances en famille.»

Quel genre de vacances aimez-vous faire en famille?
«Moi, j'aime bien aller voir de nouveaux pays, visiter des endroits, découvrir la culture et aussi chiller au bord de la piscine. Même si je suis marseillais, je ne suis pas un grand fan de la plage, du sable dans les chaussures et du sel qui reste dans les yeux et sur la peau. La piscine, ça me va très bien.»

Vous cumulez un nombre de tubes incalculable, vous avez la recette?
«J'aimerais bien, mais non, on ne sait jamais si un titre va marcher ou pas. Après, je pense que j'ai réussi à garder ma personnalité, toutes ces années. Dans n'importe quel style de musique, je fais en sorte, qu'à l'intérieur, on reconnaisse ma personnalité. C'est le truc le plus important pour moi! Et pourtant, *DJ* est un morceau funk, qui n'a rien à voir avec *Cosmo* ou *Roule*. *Dingue* ou *Ninja* sont aussi totalement opposés. J'aime bien essayer de faire des morceaux qui ont des styles totalement différents. Mais attention, ce n'est pas quelque chose de facile à faire. Je dirais donc que ma recette à moi, ce serait de garder ma personnalité, mon énergie, ma voix.»

Quel est le titre auquel le public est le plus attaché?
«Normalement, je devrais dire *Cosmo* parce que c'est celui sur lequel tout le monde saute et fait la fête, mais le morceau qui touche tout le monde, c'est *Roule*. C'est une chanson que beaucoup de monde écoute, sans pour autant suivre ou aimer ma musique. Ce titre parle de la maladie, de nos héros du quotidien. Il nous ramène à une histoire ou un proche. Il provoque une émotion que tout le monde a vécue d'une manière ou d'une autre. C'est très fort et j'en suis très touché.»

POPCORN

Tout ce qu'on va binge-watcher

Qu'est-ce que je regarde si...



© NETFLIX

... j'aime les roadtrips

Préparez-vous à embarquer pour un roadtrip qui ne se passera pas comme prévu. Dans *Toute la vérité de mes mensonges*, Coco et Marín, meilleurs amis et colocataires de longue date, prennent la route avec leur bande d'amis pour célébrer l'enterrement de vie de jeune fille de Blanca. Mais au fil des kilomètres, les non-dits, les tensions et les secrets longtemps enfouis remontent à la surface, transformant ce voyage festif en véritable ascenseur émotionnel.

Toute la vérité de mes mensonges, mini-série espagnole disponible sur Netflix.

AU CINÉ CETTE SEMAINE



FRONTERA

En 1943, un petit village des Pyrénées gémit sous la dictature de Franco. Le douanier Manel Grau aide des Juifs à traverser la frontière de la France occupée vers l'Espagne. Alors que le régime resserre progressivement son emprise sur eux, le danger ne cesse d'augmenter.



© GETTYIMAGES

Texte: Julie Bourgeois et Amandine de Harlez



© NETFLIX

… je suis fan de la série *Outer Banks*

Les Pogues s'apprêtent à tirer leur révérence. La saison 5 d'*Outer Banks* a débarqué fin de l'été sur Netflix et sera la dernière de la série phénomène. Après les événements tragiques de la saison précédente, John B, Sarah, Kiara, Pope et Cleo repartent pour une ultime aventure, bien décidés à venger leur ami JJ et à récupérer ce qu'ils ont perdu. Entre chasse au trésor, nouvelles alliances et dangers à chaque tournant, ce dernier chapitre promet une conclusion riche en action, en émotions et en rebondissements pour les fans.

Outer Banks, saison 5 disponible sur Netflix.

… je veux voir une histoire de disparition

Dévastée par la disparition soudaine de son mari, Esther Bazin, commandante de police, est au bord du précipice. Le destin place sur sa route 2 civils membres du Groupe de Recherche sur les Disparitions Volontaires (GRDV). Avec eux, elle trouve un moyen de remonter la trace de son mari…

Les évaporés, série disponible sur RTBF Auvio.



© REBECCA VAUGHAN - FRANCE TÉLÉVISIONS - STORIA TELEVISION



© RTL PLAY

… je veux voir un film qui se passe à Bruxelles

À Bruxelles, un jeune étudiant et serrurier de nuit nommé Mady se retrouve malgré lui impliqué dans un vol d'argent de la mafia après avoir ouvert une porte à une femme. Poursuivi par des criminels, il dispose d'une seule nuit pour traverser la ville, échapper aux gangs ainsi qu'à la police et prouver son innocence.

La nuit se traîne, disponible actuellement sur RTL play.



Mots mélangés

N	O	I	S	S	I	M	M	O	C	E	D
N	M	E	T	I	C	I	L	B	U	P	E
O	A	C	L	E	M	A	R	Q	U	E	T
I	R	H	T	T	U	S	I	N	E	P	A
T	G	A	A	A	I	R	I	M	S	R	I
C	E	N	R	L	B	S	A	L	I	I	L
U	C	G	I	A	A	L	E	I	M	M	L
D	O	E	F	G	C	B	V	V	E	E	A
O	G	R	A	E	A	E	A	R	R	I	N
R	E	M	R	L	M	C	R	E	D	I	T
P	N	T	I	B	E	D	O	U	A	N	E
N	I	T	A	R	A	B	E	R	F	F	O
M	A	R	C	H	E	N	A	G	O	L	S
S	G	T	R	A	N	S	P	O	R	T	O
O	N	C	O	L	P	O	R	T	E	U	R

Rayez dans la grille tous les mots de la liste. Ils se lisent dans les deux sens, horizontalement, verticalement et en diagonale, et ils peuvent se croiser. Les lettres restantes, lues de haut en bas et de gauche à droite, forment un mot.

- BARATIN
- COLPORTEUR
- COMMISSION
- CREDIT
- DEBIT
- DETAILLANT
- DOUANE
- ECHANGE
- EMBARGO
- ETALAGE
- FABRIQUE
- LABEL
- LIVREUR
- MAGASIN
- MARCHE
- MARGE
- MARQUE
- NEGOCE
- OFFRE
- PRIME
- PRODUCTION
- PUBLICITE
- RECLAME
- REMISE
- SLOGAN
- TARIF
- TRANSPORT
- USINE

Remise des courses à domicile

Solutions des jeux p. 87

Boost your brain

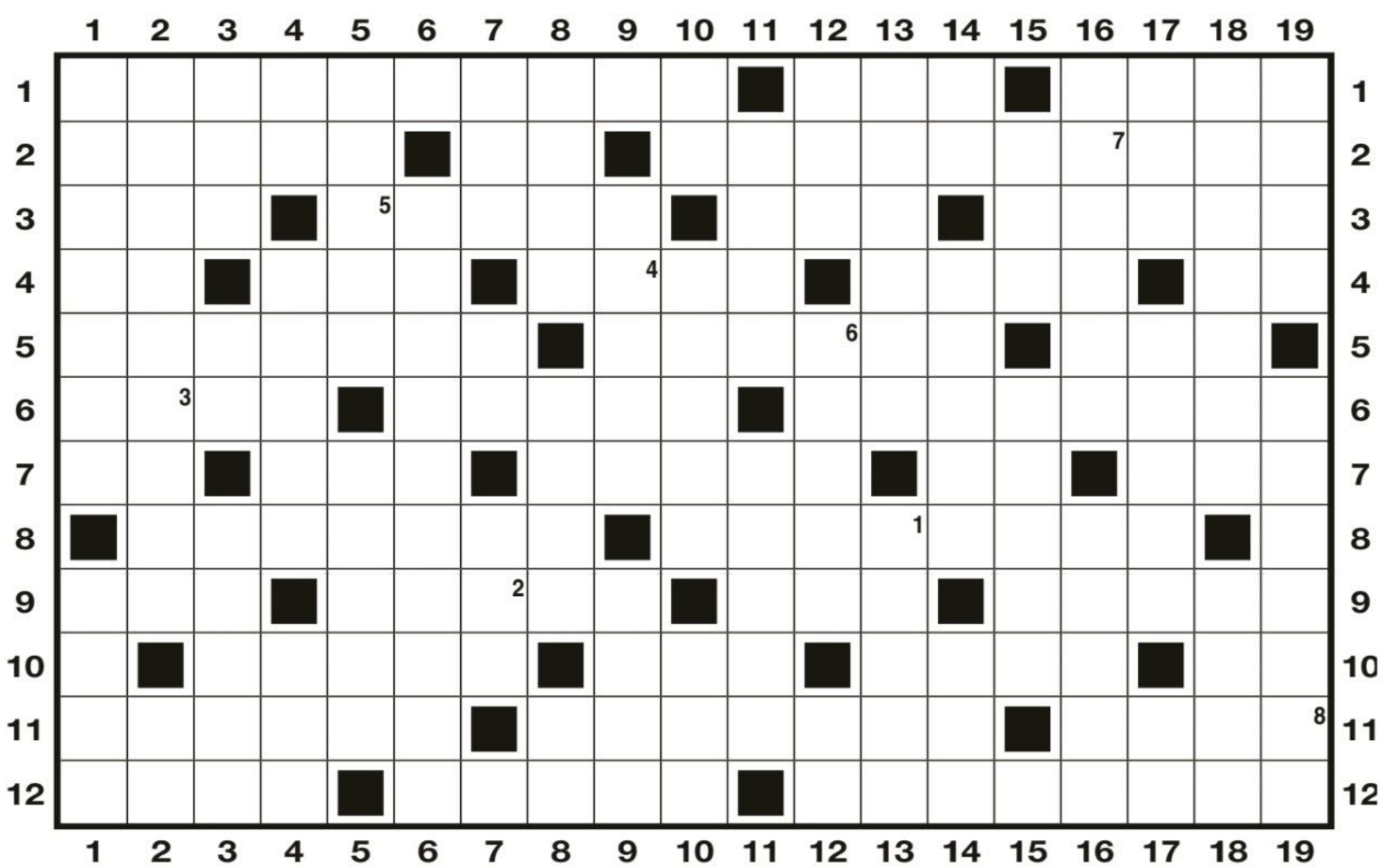
Mots croisés

HORIZONTALEMENT

1 Impulsif. Beau perroquet. Confidente sûre. **2** Ouvrage en pierres. Point dit. Assidûment. **3** Hardi. Ils ne règnent plus. L'argent du parti. Il y règne une forte activité. **4** Sur une plaque d'immatriculation islandaise. Partie de cru. Etat voisin de l'Angleterre. Transports dépassés. Fort à la bataille. **5** Exactement fixées. Médite. Bulbe de cuisine. **6** Manque d'un but précis. Oiseaux. Dire à la suite. **7** Réplique affirmative. Vecteur de la peste. Rivière née dans les Alpes. La tienne. Point de départ d'un trou. **8** Homme soumis. Thaïlandaise autrefois. **9** Paris pour Brest. Saut de côté. Il a atteint la majorité. Surface blanche. **10** Tables. Armoiries. Donné une teinte rouge pâle. Sous fa. **11** Victime d'un coup de foudre. Sans fin. Arme souvent croisée. **12** Se servir. L'un des deux est masculin. Disciples de Cicéron.

VERTICALEMENT

1 Objets précieux. Coureur australien. **2** Méchancetés. Rab épistolaire. **3** Lance les fers. Il voit passer de nombreux randonneurs. Mesure des bûches. **4** Jamais en fin de phrase. Il chanta La Californie. Il a son angle et sa ligne. **5** Célébrée. Risques d'inconvénients. **6** Représentations. **7** Lettre grecque. Abréviation pour une altesse. Erres. **8** Traitement médical. Déclarer irréel. Qui n'agit plus. **9** Têtes couronnées. Suce. **10** Il se taille souvent. Finesses. Démonstratif. **11** Evite des répétitions. Gai. **12** Il est entre deux âges. Perfection. Veto de sir. **13** Fond de l'oeil. Rendre complètement bouché. **14** Aluminium. Côté d'une feuille. Mouvement des supporters. **15** Grand temps. Mères de marcassins. **16** Divertis. Divisée. **17** Jules. Club de Milan. Eu l'occasion. **18** Bien sentie. Désagréable. **19** Existez. Annexées.



1	2	3	4	5	6	7	8

Mots fléchés

1	2	3	4	5	6	7

CONTRA-VENTION / FOURCHES À 3 POINTES		À QUI IL MANQUE DES DENTS / « AUSSI » VIEILLI		N'IMPORTE QUI / LONGUE PÉRIODE		VINS ITALIENS PÉTILLANTS / PERSONNEL		CÉLÈBRE CHANTEUSE (LADY)		SPORT BRUYANT / ARBUSTE DES BOIS		ŒUVRE INACHEVÉE DE MOZART
								PASSER À L'ACTE / PARFUM			6			
PRÉLEVER / IMAGES SACRÉES					PARTIE D'UNE ARMOIRE / AMIE DES BÊTES									
						SA CAPITALE EST TÉHÉRAN / CERF DE SCANDINAVIE					5		OISEAUX CHANTEURS JAUNES	
FUT PROPRIÉTAIRE / PAS LOIN DE DIJON				MONNAIE À MEXICO / INTIMIDÉE						MONNAIE OU BLASON / BALLES DE SERVICES				
		SEMBLABLE / ROGNE DE NOS ANCÊTRES						DOMPTAI / COÛTÉ						
POINTE SON ARME / APRÈS BIS	1				À L'AIDE DE / LIQUIDE INFLAMMABLE							ARRIVÉ À LA MATERNITÉ / ENVIEUSE		
			FEMME POPULAIRE / NON CUIT						FROMAGE HOLLANDAIS / JEUNES					
DÉTENTION ILLICITE / NOTE EN BAS DE PAGE						RAYON LUMINEUX / PIERRES FINES								APPORTES À TABLE
		REMET UN BOUTON / CAPRICE EXTRAVAGANT								PLACÉ / FAIT LA COURSE EN TÊTE				3
PAPIER UTILISÉ EN CUISINE / DÉSIGNÉ				OPUS ABRÉGÉ / SALLES OBSCURES				NÉGLIGÉE / TRANQUILLE D'ESPRIT						
			CRIER DANS LA MARE / COUP AU TENNIS										PETIT FRANGIN	
PAS CHRÉTIEN	ATTIRE L'ATTENTION / CONGÉ DÉFINITIF			2					NAVIRES DU MOYEN ÂGE / REVENU RÉGULIER					
					BÉVUE / HABILETÉ À FEINDRE									PORTE ATTEINTE À
RÉPANDUE / POUR FORMULER UNE HYPOTHÈSE										ÇA RELÈVE UN PLAT / DESSUS DE TABLE				
		SUR LE POINT DE PLEURER / DEVANT CONTRE		7		AJOUTÉ / MAÎTRE ATOUT								
ACCABLANTE / HABITANTS DE GENÈVE OU DE LAUSANNE												RÉGAL DE CHIEN		
						4	DÉCAPITÉ, POUR UN ARBRE							

Sudoku chaotique

Dans ce Sudoku chaotique, chaque ligne et chaque colonne doivent contenir tous les chiffres de 1 à 9. Mais vous devez aussi tenir compte des surfaces de 9 cases dans lesquelles doivent également apparaître tous les chiffres de 1 à 9.
La forme de ces surfaces est variable.

					5			3
		8		6	2	9		
	5	9		4				2
4		2					8	1
8			9				4	7
		5				4		8
					7	3		9
5				9		2		

Sudoku 2468

Remplissez le Sudoku 2468 selon les règles classiques du Sudoku mais, en plus, les cases colorées ne doivent contenir que des chiffres pairs.

				2			7	
8				1		5		
		9			5			
		3				7	1	
	7	6				2		
			2			9		
		8		6				2
	5			8				

Trouvez les 6 différences





Vite fait bien fait

À table en un temps record avec 3 délicieuses recettes Foodbag

Lorsque l'on prépare le repas du soir, il est essentiel pour la plupart d'entre nous que ça aille vite. Mais encore faut-il que ce soit bon, très bon même! Foodbag nous partage 3 recettes de sa gamme Quick & Easy, et le moins que l'on puisse dire, c'est qu'elles sont aussi délicieuses que rapides à préparer.

Recettes et photos:
Foodbag & Foodphoto



Astuce: cuisez l'aubergine éventuellement en 2 fois.

HOUMOUS BOWL AU HACHÉ D'AGNEAU

Pour 4 personnes

☐ 6 pains pita ☐ 10 g d'herbes grecques ☐ 3 aubergines ☐ 1 gousse d'ail ☐ 400 g de viande hachée mixte (agneau/porc) ☐ 1 concombre ☐ 2 tomates ☐ 80 g de salade aux herbes ☐ 260 g de houmous ☐ huile d'olive ☐ vinaigre de vin blanc (1 filet) ☐ sel et poivre noir

1. Préchauffez le four à 180 °C et recouvrez une plaque de cuisson de papier sulfurisé.
2. Coupez les pains pita en grands triangles. Sur la plaque de cuisson, mélangez avec 1 filet d'huile d'olive et la moitié des herbes grecques. Faites rôtir pendant 10-15 min au four.
3. Coupez les aubergines en dés de 1-2 cm. Faites chauffer 1 filet d'huile dans une poêle (wok) et faites revenir les aubergines pendant 4 min à feu moyen (voir astuce). Pressez l'ail avant de l'ajouter et assaisonnez du reste des herbes grecques, de sel et de poivre noir. Retirez de la poêle. Faites à nouveau chauffer 1 filet d'huile d'olive. Ajoutez la viande hachée et faites cuire en l'écrasant en morceaux à l'aide d'une fourchette.
4. Coupez le concombre et les tomates en dés de 1-2 cm. Mélangez le tout et assaisonnez d'un filet d'huile d'olive, de vinaigre de vin blanc, de sel et de poivre noir.
5. Mettez la salade, les pains pita, les aubergines (réchauffez si nécessaire), la viande hachée, la salade de concombre et de tomates dans un saladier. Terminez avec 1 cuillerée de houmous. Bon appétit!

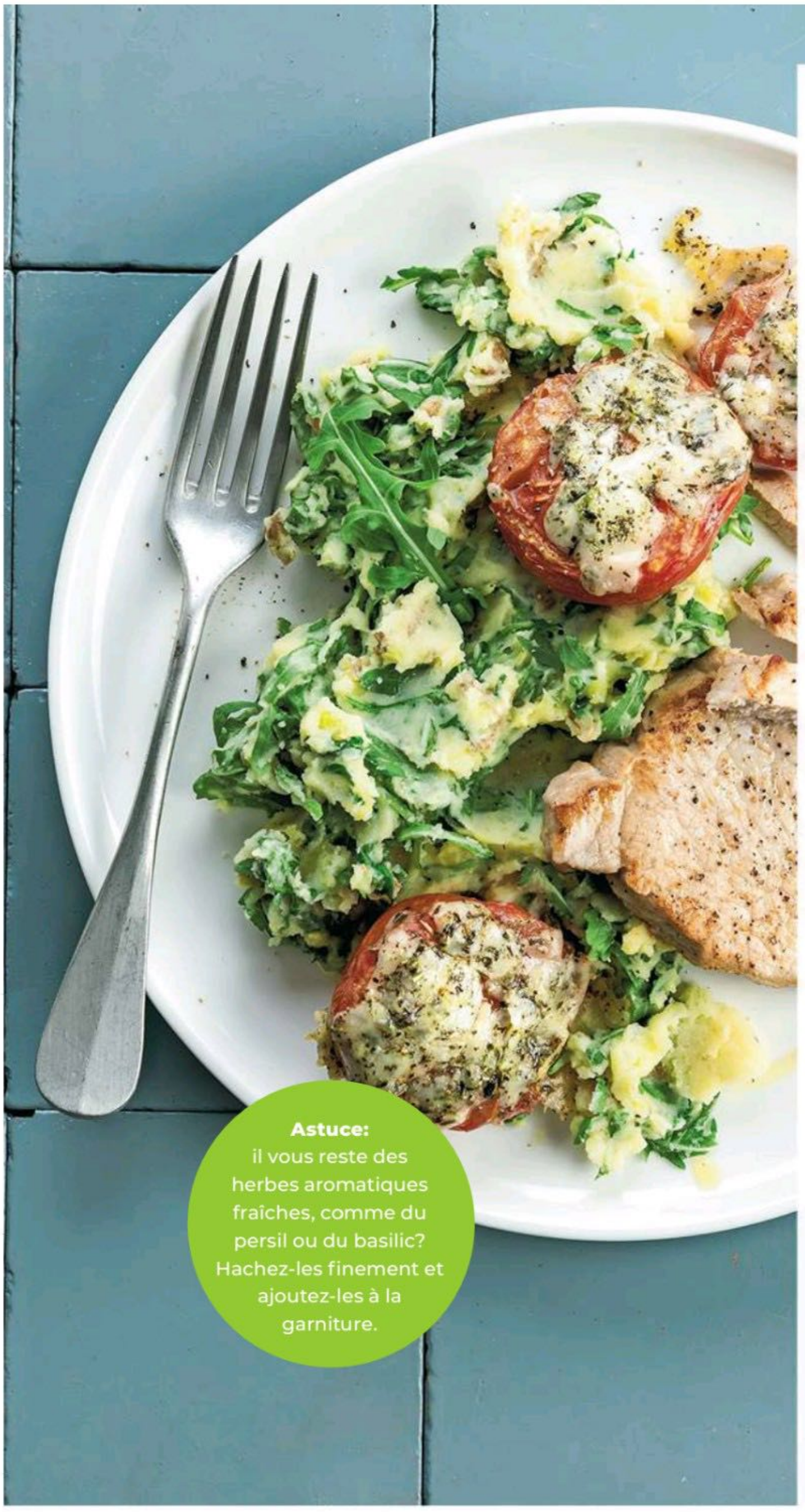
RISOTTO AUX LARDONS DE DINDE

Pour 4 personnes

☐ 2 échalotes ☐ 2 gousses d'ail ☐ 200 g de céleri à braiser ☐ 1,5 courgette ☐ 250 g de riz pour risotto ☐ 1 cube de bouillon de légumes ☐ 200 g de lardons de dinde ☐ 100 g d'épinards ☐ 100 g de parmesan ☐ 10 g d'herbes italiennes ☐ huile d'olive ☐ vinaigre de vin blanc (1 filet) ☐ sel et poivre noir

1. Émincez finement les échalotes et pressez l'ail. Coupez le céleri en morceaux de 1 cm. Coupez les courgettes en demi-tranches.
2. Faites chauffer 1 filet d'huile d'olive dans une casserole et faites revenir l'échalote, l'ail et le céleri durant 3-5 min à feu doux, jusqu'à ce que l'échalote soit translucide. Ajoutez le riz pour risotto et laissez cuire pendant environ 2 min jusqu'à ce que le riz devienne translucide. Émiettez le bouillon par-dessus et ajoutez ensuite un peu d'eau en plusieurs fois (comptez environ 200 ml par personne). Laissez mijoter à feu doux et, lorsque l'eau est presque totalement absorbée, ajoutez encore une louche. Poursuivez ainsi pendant environ 15-20 min, jusqu'à ce que le risotto soit tout juste cuit. Mélangez fréquemment.
3. Faites chauffer 1 filet d'huile d'olive dans une poêle et faites revenir la courgette pendant 8-10 min à feu moyen. Réservez un peu de cette préparation et ajoutez les lardons de dinde pendant les 3-4 dernières minutes. Faites cuire jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants. Assaisonnez de sel et de poivre noir (voir astuce).
4. Incorporez la courgette, les épinards et la moitié du parmesan au risotto. Remuez jusqu'à ce que les épinards aient réduit. Goûtez et assaisonnez avec les herbes italiennes, du sel et du poivre noir. À la fin, ajoutez 1 filet de vinaigre de vin blanc pour plus de fraîcheur.
5. Servez le risotto avec les lardons et le reste du parmesan. Bon appétit!

Astuce: il n'y a pas d'enfants à table? Saupoudrez les lardons de quelques flocons de piment si vous le souhaitez.



Astuce:
il vous reste des herbes aromatiques fraîches, comme du persil ou du basilic? Hachez-les finement et ajoutez-les à la garniture.

ESCALOPE DE PORC ET PURÉE DE ROQUETTE

Pour 4 personnes

☐ 8 tomates ☐ 1 kg de pommes de terre farineuses ☐ 2 gousses d'ail ☐ 80 g de parmesan ☐ 10 g d'épices grecques ☐ 4 escalopes de porc ☐ 100 g de roquette ☐ huile d'olive ☐ beurre ☐ lait (1 c. à c.) ☐ noix de muscade (1 pincée) ☐ sel et poivre noir

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Coupez les tomates en 2 dans le sens de la longueur, puis déposez-les dans un plat qui va au four. Arrosez d'un généreux filet d'huile d'olive et assaisonnez de sel et de poivre noir. Enfournez pendant environ 10 min.
3. Coupez les pommes de terre en morceaux de 3 cm environ (pas besoin d'éplucher). Couvrez d'eau avec 1 bonne pincée de sel et faites bouillir pendant 15-20 min.
4. Croûte d'herbes: pressez l'ail. Mélangez l'ail et le parmesan avec 1 généreux filet d'huile d'olive, les herbes grecques, du sel et du poivre noir (voir astuce). Retirez les tomates du four et parsemez de garniture épicée. Remettez les tomates au four pendant 10 min.
5. Assaisonnez les escalopes de porc de sel et de poivre noir. Faites chauffer 1 filet d'huile dans une poêle et faites revenir la viande de chaque côté pendant 2-3 min à feu vif, jusqu'à ce qu'elle devienne rosée. Facultatif: ajoutez à la fin 1 noix de beurre et laissez frémir pour relever la saveur. Vous préférez une viande un peu plus cuite? Laissez 1 minute de plus dans la poêle.
6. Égouttez les pommes de terre, puis écrasez-les en une purée onctueuse avec le lait et 1 noix de beurre. Assaisonnez de noix de muscade, de sel et de poivre noir. Ajoutez la roquette, mélangez à la purée et laissez réduire (remettez éventuellement sur le feu).
7. Servez les escalopes de porc avec les tomates épicées et la purée de roquette. Bon appétit!

Exclusivement pour les abonné(e)s Flair

Flair

À GAGNER:

6 mois de Foodbag gratuits



Après une journée bien remplie, vous n'avez ni envie de faire les courses ni de penser à une recette pour le diner? Cet automne, Flair et Foodbag ont décidé de vous régaler et de vous faciliter la vie.

Chaque semaine de septembre, tentez votre chance de remporter **6 mois de box repas Foodbag gratuites,** comprenant **3 délicieux plats pour 4 personnes.** La meilleure manière de préparer des repas variés tout en préservant du temps pour vous. Et petit plus qu'on adore, Foodbag est une entreprise belge qui privilégie les ingrédients locaux. **Soit le meilleur cadeau de la rentrée pour 4 personnes parmi vous!**

Vous souhaitez vous abonner et participer? Scannez ce QR code ou rendez-vous sur **mesmagazines.be/promo/DFWF6**

Déjà abonné(e)? Scannez ce QR code ou rendez-vous sur **flair.be/foodbag**

FOODBAG
La box repas belge

Participation possible jusqu'au 30 septembre 2026 inclus. Plus d'informations et conditions du concours sur flair.be.

VENDU!

Une nouvelle feelgood à suivre

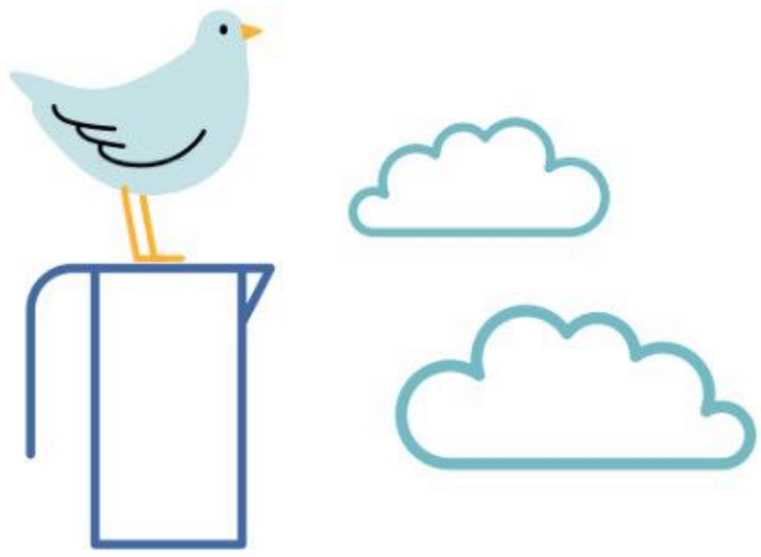


PARTIE 37

Laura a un rêve: acheter une maison avec son amoureux, Thomas.
Mais les prix sont élevés, et les personnes intéressées, nombreuses.
Sans parler des tensions que cette recherche crée au sein du couple.
Et puis, il y a ce courtier arrogant, mais séduisant...

Texte: Kaat De Kock

Texte: Kaat De Kock



«Oh, donc il ne se passe rien entre vous, mais vous allez quand même vivre ensemble!»
«Thomas, tais-toi. Félix, tu es sûr de toi? Parce qu'on se connaît à peine.»
«J'en suis sûr. Et puis, ce n'est que pour quelques mois, au pire si ça ne se passerait finalement pas très bien. J'ai une chambre en plus, alors autant qu'elle serve!»
«Je te paierai un loyer.»
«Ce n'est pas nécessaire, tu peux juste participer un peu aux frais d'eau et d'électricité. Et tu pourras cuisiner de temps en temps, comme ça je mangerai enfin quelque chose de sain.»
«Tu n'as clairement jamais goûté à sa cuisine», lance Thomas d'un ton sarcastique.
«C'est toi qui dis ça!»
«Thomas, prends tes affaires et va-t'en, parce que vous commencez à vous comporter comme 2 gamins.»
«Je vais aller à notre... enfin, à ton appartement récupérer mes affaires pendant que tu fais tes cartons ici, je propose. Comme ça, on n'aura pas à rester trop longtemps au même endroit.»
Je me précipite dehors en espérant ne plus jamais avoir à revoir Thomas.
En attendant le tram, je sens une légère panique m'envahir. Est-ce que je vais vraiment emménager chez Félix? Le Félix que je déteste depuis des années? Il semble complètement différent et très attentionné, mais puis-je vraiment être sûre qu'il est toujours comme ça et qu'il ne cherchait pas simplement à m'impressionner? Peut-être qu'il est juste en colère contre Thomas et qu'il veut se venger de lui en me séduisant. Et est-ce que je peux vraiment lui faire confiance? Est-ce que la porte de la chambre ferme à clé? Et celle de la salle de bains aussi? Et puis, la salle de bains est-elle propre? Je n'ai même pas pensé à regarder. Ma légère panique se transforme peu à peu en panique totale.
Ok, ok, je pourrai toujours partir. Si ça devient vraiment insupportable, je pourrai retourner vivre chez mes parents. J'aurai un long trajet à faire chaque jour pour aller travailler, mais ce ne sera que pour 4 mois maximum. Et Félix est peut-être beaucoup de choses, mais ce n'est pas le genre d'homme à importuner les femmes. Enfin, je crois.
Une fois chez moi, je rassemble des vêtements, un pyjama – normalement, je dors nue, mais là, je n'oserais quand même pas – et mes affaires de toilette. Je réalise que ce n'est peut-être pas la dernière fois que je mets les pieds dans cet appartement, mais que c'est bien la dernière fois que j'y vis. Tout à l'heure, je vais franchir cette porte et ce ne sera plus chez moi.

«Est-ce que je vais vraiment emménager chez Félix?, me dis-je, légèrement paniquée. Le Félix que je déteste depuis des années?»

Soudain, je commence à m'inquiéter énormément pour mes affaires. Et si Thomas décidait de les casser ou de les jeter? Je n'arrive pas vraiment à l'imaginer aller jusque-là, mais je n'aurais pas non plus imaginé qu'il me tromperait et se retournerait contre moi. Il faut donc absolument que je trouve un moyen de mettre mes affaires en sécurité, surtout mes jolies affiches d'expositions encadrées et tous ces objets remplis de souvenirs.
S'il veut jouer à ce petit jeu et m'empêcher d'emporter le moindre meuble alors que j'en ai payé la moitié, je peux encore l'accepter. Je n'ai pas les moyens d'acheter des meubles, donc je devrai vivre à même le sol, mais émotionnellement, je pourrais le supporter. Mais mes affaires personnelles et mes souvenirs? Non, ça, hors de question!

DEUX TRAMS QUI SE CROISENT

C'est fou la vie quand même! Je suis dans le tram en direction de chez Félix, mon sac de voyage rempli de vêtements avec moi, et je regarde par la fenêtre sans vraiment voir ce qui défile devant mes yeux. Puis à un moment, un tram arrive dans la direction opposée. Les 2 trams sont à l'arrêt. Durant un bref instant, mon regard croise celui de Thomas, assis dans l'autre tram. Nous détournons tous les 2 rapidement les yeux. Puis les trams repartent.
Et voilà. C'étaient nos adieux.
«Ça va?», me demande Félix lorsqu'il me voit traîner mon sac dans les escaliers. «Tu veux que je le prenne?»
«Merci, ça va aller», dis-je. Ça ne va absolument pas en réalité, mais je refuse d'être la femme qui a besoin qu'un homme vienne à sa rescousse.
«Bienvenue», dit-il. «J'ai mis des draps propres sur le lit de la chambre d'amis. Je me suis dit que tu n'aurais sans doute pas envie de dormir dans les draps dans lesquels Thomas a dormi.»
«Des draps! J'ai complètement oublié d'en prendre!»
«Pourquoi est-ce que tu te serais encombrée de draps alors que j'en ai plusieurs paires ici? J'ai une machine



à laver et un sèche-linge, donc ça ne me demande pas beaucoup d'efforts.»
J'ai du mal à croire qu'il s'agit du même Félix qu'il y a 5 ans, celui qui ne semblait même pas savoir qu'il fallait enfiler un t-shirt propre de temps en temps. Les gens peuvent vraiment changer.
Certains en mal aussi, malheureusement.
«Au fait, qu'est-ce que tu fais dans la vie?»
«Comment ça?»
«Je veux dire, en général. Je ne sais pratiquement rien de toi, pas même quel métier tu fais.»
«Oh, je travaille dans l'informatique, je vais à la salle de sport, je cuisine, je vois mes amis et j'essaie de faire un grand voyage une fois par an.»
J'éclate de rire.
«Qu'est-ce qu'il y a de si drôle?», demande-t-il, surpris.
«Désolée, pendant un instant, on aurait dit que tu participais à un speed dating ou à une émission de rencontres à la télé.»
«Et toi, tu me choisirais?», demande-t-il. Il fait un tour sur lui-même d'un air aguicheur et contracte ses muscles pas franchement impressionnants.
«Peut-être bien», dis-je, à ma propre surprise.

TOUT CE QUI PEUT CHANGER EN UNE HEURE

«Oh, vraiment?»
«Oui, mais bon... Les autres candidats sont généralement des losers», dis-je en riant.
«Merci, c'est sympa!»
«Non, mais si par exemple mon amie Barbara était encore célibataire et à la recherche de quelqu'un, je vous organiserais sans hésiter un *date* surprise.»
«Ça ressemble à un compliment. Enfin, j'espère.»
«C'est un énorme compliment. J'adore Barbara et je ne la présenterais pas à n'importe qui.»
«Je suis content d'avoir réussi à te faire changer d'avis sur moi.»
«Et moi, je suis contente que tu m'héberges. Tu n'imagines pas ce que ça représente pour moi. Je n'aurais vraiment pas su où aller.»
«Attendons déjà de voir comment ça se passe. Peut-être qu'au bout de 2 jours, on se rendra mutuellement complètement dingues.»
«Ne t'inquiète pas. Je tiens beaucoup à mon espace personnel. Je resterai surtout dans ma chambre. Enfin, ta chambre. Non, je ne parle pas de ta chambre à coucher, je veux dire ta chambre d'amis, qui est donc à toi et pas à moi.» Au secours, qu'est-ce que je raconte?

«Nous croisons le tram qui va dans l'autre sens et, l'espace d'un instant, j'aperçois le visage de Thomas. Voilà, c'étaient donc ça, nos adieux»

«Tu peux considérer que c'est ta chambre pour les 4 prochains mois. Et je veux que tu te sentes chez toi, surtout pas que tu aies l'impression de devoir te cacher dans ta chambre. Si tu préfères être seule, aucun problème. Je respecte totalement ça. Mais tu es évidemment la bienvenue pour manger avec moi ou regarder la télé ensemble.
En fait, je n'aime pas vraiment vivre seul. L'agitation de la cuisine commune de ma résidence étudiante me manque encore: il y avait toujours quelqu'un avec qui discuter, mais on pouvait tout aussi bien s'isoler quand on avait besoin d'un peu de temps pour soi.»
«Oui, je comprends. Je ressens un peu la même chose. C'est tellement dommage qu'une fois diplômés, on arrête de vivre comme ça. Et pourquoi, au fond? Tu sais, je n'avais même jamais envisagé qu'on puisse faire autrement. On aurait tous pu emménager ensemble dans une maison en location. Mais j'avais Thomas, alors forcément, je me sentais moins seule.»
Même si, maintenant, je me demande si c'était vraiment le cas. Est-ce que je ne me sentais pas souvent seule avec lui? Ou, tout au moins, incomprise?
«On pourrait déjà commencer par manger quelque chose ensemble. Si tu en as envie, bien sûr.»
«Tu ne dois vraiment pas te donner tout ce mal pour moi.»
«J'avais déjà commencé à cuisiner. De toute façon, je préparais à manger pour Thomas et moi.»
J'éclate de rire.
«C'est fou, tout ce qui peut changer en 1 heure. Tu étais en train de cuisiner pour ton colocataire et maintenant, tu prépares ce même repas pour une autre colocataire.»
«Oui, c'est absurde quand on y pense.»
«Je suis sûre qu'on va bien s'entendre tous les 2», dis-je.
Enfin, c'est ce que j'espère.

La semaine prochaine, vous découvrirez comment Laura s'en sort...

TROP BON

Tarte au riz

Chaque semaine, Robine partage avec nous ses recettes savoureuses qui réconfortent et qui en bonus sont faciles à refaire à la maison.





© IRMY PHOTOGRAPHY

INGRÉDIENTS

- ☐ 1 L de lait
- ☐ 180 g de sucre blanc cristallisé
- ☐ 100 g de riz à dessert
- ☐ 1 c. à c. d'arôme de vanille
- ☐ 2 jaunes d'œufs
- ☐ 30 g de Maïzena, diluée dans un peu d'eau
- ☐ 2 œufs
- ☐ 1 pâte feuilletée prête à l'emploi

RECETTE

1. Versez 750 ml de lait dans une casserole. Ajoutez 130 g de sucre, le riz à dessert et l'arôme de vanille. Laissez mijoter le mélange pendant 30 minutes à feu moyen. Remuez régulièrement pour éviter qu'il n'attache.
2. Préchauffez votre four à 180 °C.
3. Fouettez les jaunes d'œufs avec le reste du sucre (50 g) au robot de cuisine ou à l'aide d'un batteur électrique, jusqu'à obtenir un mélange clair et mousseux.
4. Portez le reste du lait (250 ml) à ébullition. Vous pouvez tout à fait le faire au micro-ondes. Incorporez ensuite la Maïzena diluée jusqu'à obtenir un mélange plus épais. Cela épaissit assez rapidement.
5. Incorporez cette préparation au mélange d'œufs et de sucre en fouettant. Vous obtiendrez ainsi une belle crème pâtissière bien épaisse.
6. Incorporez 200 g de cette crème pâtissière à votre riz au lait épaissi, que vous aurez entre-temps retiré du feu. Ajoutez également 2 œufs en fouettant. Votre garniture pour la tarte au riz devrait maintenant avoir une belle consistance épaisse.
7. Déposez la pâte feuilletée prête à l'emploi dans un moule à tarte. Repliez légèrement les bords afin d'obtenir une jolie croûte à la cuisson. Piquez le fond de la pâte à l'aide d'une fourchette.
8. Versez la garniture au riz sur la pâte feuilletée et enfournez pendant 30 minutes.
9. Régalez-vous!

Texte: Robine van Tilburg **Photo:** Lissa Van Eesbeeck

horoscope

LE SIGNE DE LA SEMAINE

VIERGE

24-8 • 23-9



Mars, la planète ardente, est toujours de votre côté, mais cette fois, elle est davantage un soutien qu'un poids. Vous semblez avoir trouvé un meilleur équilibre. Vous vous investissez dans votre travail, vous faites ce qu'il faut à la maison et, surtout, vous savez décrocher à temps pour vous détendre. Résultat: une semaine productive, sans pour autant négliger votre bien-être. Vous gardez suffisamment d'énergie pendant votre temps libre pour profiter des choses que vous aimez, comme faire du sport ou passer du temps avec vos ami·e·s et votre famille.

Gardez un œil sur vos finances et ce que vous pouvez vous permettre

Le seul point à surveiller cette semaine, c'est votre budget. Mars pourrait vous rendre un peu impulsif·ve au moment de dépenser. Gardez un œil sur vos finances et sur ce que vous pouvez réellement vous permettre. Vous garderez ainsi le contrôle, tout en profitant pleinement de ce que vous pouvez vous autoriser.



BALANCE

24-9 • 23-10

Malheureusement, quelques tensions pourraient surgir dans votre couple, surtout si votre partenaire a tendance à toujours vouloir tout décider. **Mars vous aide à vous affirmer. Inutile de vous mettre en colère, faites simplement preuve de fermeté.**



SCORPION

24-10 • 22-11

Avec Vénus dans votre signe et Mars à vos côtés, vous êtes particulièrement séduisant·e. Célibataire et de sortie? Vous ne manquerez pas d'attention. **Si vous êtes en couple et que votre vie sexuelle traverse un creux, donnez-lui un petit coup de boost.**



SAGITTAIRE
23-11 • 21-12

Une semaine plutôt tranquille vous attend. Un changement de rythme bienvenu après une période mouvementée, dont vous serez ravi·e.
Reposez-vous et ne vous laissez pas entraîner dans des sorties dont vous n'avez pas envie.



CAPRICORNE
22-12 • 20-1

L'influence tendue de Mars sur vous n'a pas encore disparu. Ce n'est pas très agréable, mais c'est à prendre en compte pour votre propre bien-être.
Concentrez-vous sur tout ce qui se passe bien. Vous réaliserez alors que la situation n'est pas si terrible.



VERSEAU
21-1 • 19-2

S'il y a des tensions dans votre couple, elles peuvent être liées à l'influence de la Lune, qui complique l'expression de vos sentiments en fin de semaine.
Dites que vous avez du mal à vous exprimer. Cela permettra à votre partenaire de vous comprendre.



POISSONS
20-2 • 20-3

Mars, la planète de feu, continue de mettre de l'action dans votre vie. Grâce à votre propre initiative, les choses s'accélèrent pour vous.
Ne réfléchissez pas trop. Suivez votre intuition et vos envies, et profitez de ce qui vous arrive!



BÉLIER
21-3 • 20-4

Vous n'avez pas encore retrouvé votre niveau d'énergie habituel. Gardez-le à l'esprit: vous avez envie d'en faire plus que ce que votre corps vous permet.
Ne placez pas la barre trop haut, au travail ou à l'école. Il vous reste encore des semaines pour avancer.



TAUREAU
21-4 • 21-5

Avec Mars à vos côtés, vous savez passer à l'action quand c'est nécessaire, mais aussi lever le pied lorsque votre corps vous le réclame.
Écoutez vos besoins et vos envies. Vous traverserez ainsi la semaine comme vous le souhaitez.



GÉMEAUX
22-5 • 21-6

Vous êtes motivé·e, surtout en ce qui concerne votre travail ou vos études. Vous avez des objectifs clairs en tête et ne vous laissez pas décourager.
Quelqu'un vous plaît? C'est le moment idéal pour faire le premier pas. Votre charme fera le reste.



CANCER
22-6 • 22-7

Vous en faites suffisamment, sans pour autant vous épuiser. Votre investissement et ce que vous faites pour les autres sont très appréciés.
Apprenez aussi à accepter les compliments, plutôt que de toujours les minimiser ou les repousser.



LION
23-7 • 23-8

Cette semaine, vous risquez de vous sentir très agité·e à la maison. Vous préférez de loin sortir. Cela peut créer des tensions dans votre couple.
Trouvez un équilibre qui vous convienne à tou·te·s les 2. Alternez les soirées à la maison et les sorties.

Texte: Esther van Heerebeek **Illustration:** Shamisa Debroey

est une publication de Roularta Media Group sa,
Meiboomlaan 33, 8800 Roeselare,
numéro TVA: BE0434 278 896

Prix de vente: 3,70 €

Flair a été créé par Wiel Elbersen

Éditeur: Karen Hellemans
Éditeur adjoint: Karolien Van Dinter
Rédactrice en chef: Judith Hendrickx
Print manager: Amandine de Harlez
Flow manager: Geoffrey Fiems
Coordination Flair.be: Julie Bourgeois , Robin Van Tilburg
Secrétariat: Ilke Vanrumste
Rédaction finale: Caren Callaert, Kaat De Kock, Catherine Ducat, Céline Parouteau, Birgit Walravens
Graphisme: Sandrine Van den Berghe, Katrien Van Dessel, Ellen Vleugels, Helga Vuurstaek, Charlotte Wouters
Rédaction: Marijke Clabots, Demi Crapa, Dewy De Leeneer, Charlotte De Loose, Anke Desmet, Chloë Foubert, Zoé Gascoin, Elien Geboers, Morgane Gielen, Herlinde Matthys, Ysaline Pollet, Nele Reymen, Lissa Van Eesbeeck, Evi Van Houdt, Laura Vansweevelt
Brand manager: Margaux Vandamme
Product manager: Tiana Wyns
Assistante marketing Mini-guides Flair: Tessa De Wilder

Imprimerie: Roularta Printing

Clause vie privée:
Roularta traite les données personnelles que vous avez fournies en tant que responsable du traitement de ces données. Vos données personnelles seront utilisées dans le cadre de l'exécution du contrat et à des fins de marketing direct. Les données personnelles seront conservées par nous pendant une période maximale de 5 ans après votre dernière interaction avec Roularta. Veuillez noter que vos données personnelles sont toujours traitées conformément à notre politique de confidentialité, que vous pouvez consulter sur notre site: roularta.be/fr/privacy. Si vous avez d'autres questions ou commentaires concernant le traitement de vos données personnelles, vous pouvez toujours nous contacter via l'adresse ci-dessus ou via roularta.be/fr/privacy-policy/contact

Ce magazine est protégé par le droit d'auteur. Vous souhaitez scanner des articles, les stocker, les copier ou les utiliser à des fins commerciales? Prenez contact avec ann.van.de.walle@roularta.be.
Les infos sur vos droits se trouvent sur presscopyrights.be.

Roularta Media Group sa a adhéré au Jury d'Éthique Publicitaire (JEP) et se conforme à ses recommandations. Si vous avez une réclamation à formuler, vous pouvez contacter le JEP: rue Bara 175, 1070 Bruxelles, tél. 02/502.70.70, fax: 02/502.77.33, jep.be.

Vous avez des questions au sujet d'un article de Flair?
redaction@flair.be | Flair, Rue de la Fusée 50 Boîte 2, 1130 Bruxelles
02/702.48.98 | Flair.be

Vous avez des questions concernant un concours?
Ou vous souhaitez connaître le règlement du concours? Surfez sur flair.be et cliquez sur "concours". Lors d'un concours, le **règlement général des concours** est d'application, éventuellement complété par des conditions particulières communiquées dans le concours lui-même. En cas de conflit, ce sont alors ces dernières qui prévalent.

Vous souhaitez vous abonner à Flair?
www.mesmagazines.be

Vous n'avez pas reçu votre magazine?
Compte.mesmagazines.be
Tél. 0800 20 291

Gérer votre abonnement?
Plus d'informations concernant votre abonnement?
Compte.mesmagazines.be
Tél. 078 35 33 03
info@mesmagazines.be

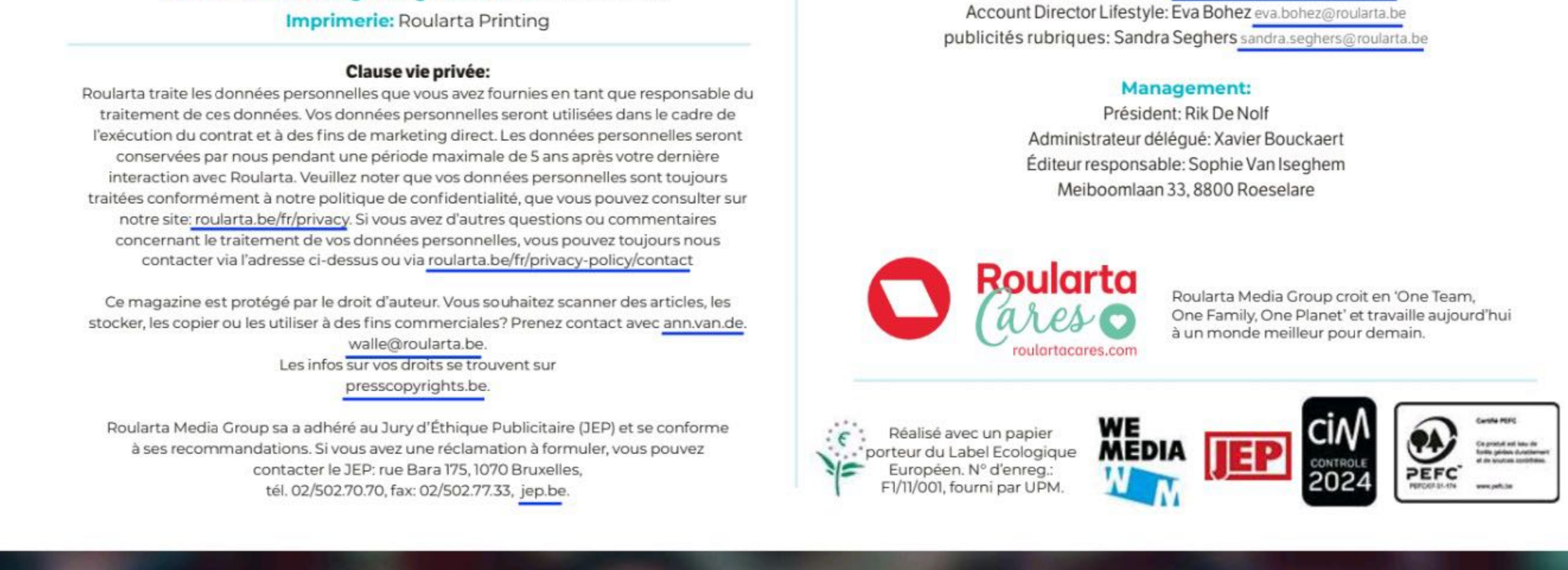
Régie publicitaire nationale:
Roularta advertising | Rue de la Fusée 50, 1130 Bruxelles
02/467 56 11 | roularta-advertising.be
Chief Commercial Officer: Thijs Naeyaert thijs.naeyaert@roularta.be
Account Director News, Business & Invest: Steven Van Genechten steven.van.genechten@roularta.be
Account Director Lifestyle: Eva Bohez eva.bohez@roularta.be
publicités rubriques: Sandra Seghers sandra.seghers@roularta.be

Management:
Président: Rik De Nolf
Administrateur délégué: Xavier Bouckaert
Éditeur responsable: Sophie Van Iseghem
Meiboomlaan 33, 8800 Roeselare

Roularta Cares
roulartacares.com

Roularta Media Group croit en 'One Team, One Family, One Planet' et travaille aujourd'hui à un monde meilleur pour demain.

Réalisé avec un papier porteur du Label Ecologique Européen. N° d'enreg.: F1/11/001, fourni par UPM.



suivez Flair online



flair.be

flair

@flairbelgique

@flairbelgique

La version numérique
de Flair pour seulement
1 € par semaine

flair.be/abodeal

Solutions des jeux

Mots croisés

I	R	R	E	F	L	E	C	H	I	■	A	R	A	■	A	M	I	E
V	O	U	T	E	■	T	U	■	F	I	D	E	L	E	M	E	N	T
O	S	E	■	T	S	A	R	S	■	D	O	T	■	R	U	C	H	E
I	S	■	C	E	P	■	E	I	R	E	■	I	R	E	S	■	A	S
R	E	G	L	E	E	S	■	R	U	M	I	N	E	■	A	I	L	■
E	R	R	E	■	C	A	N	E	S	■	D	E	C	L	I	N	E	R
S	I	■	R	A	T	■	I	S	E	R	E	■	T	A	■	T	E	E
■	E	S	C	L	A	V	E	■	S	I	A	M	O	I	S	E	■	U
E	S	T	■	E	C	A	R	T	■	E	L	U	■	E	C	R	A	N
M	■	E	T	A	L	S	■	E	C	U	■	R	O	S	I	■	M	I
E	P	R	I	S	E	■	E	T	E	R	N	E	L	■	E	P	E	E
U	S	E	R	■	S	E	X	E	S	■	O	R	A	T	E	U	R	S

Maritime

Mots mélangés

Livraison

Sudoku chaotique

2	9	6	4	1	5	8	7	3
7	1	8	5	6	2	9	3	4
3	5	9	1	4	8	7	6	2
4	6	2	3	7	9	5	8	1
1	8	4	7	2	3	6	9	5
8	2	3	9	5	6	1	4	7
9	7	5	6	3	1	4	2	8
6	4	1	2	8	7	3	5	9
5	3	7	8	9	4	2	1	6

Mots fléchés

Vissage

■	P	■	E	■	O	■	A	■	G	■	T	■
T	R	I	D	E	N	T	S	■	A	G	I	R
■	O	T	E	R	■	E	T	A	G	E	R	E
I	C	O	N	E	S	■	I	R	A	N	■	Q
■	E	U	T	■	P	E	S	O	■	E	C	U
I	S	■	E	G	A	L	■	M	A	T	A	I
■	V	I	S	E	■	A	V	E	C	■	N	E
T	E	R	■	N	A	N	A	■	E	D	A	M
■	R	E	C	E	L	■	L	A	S	E	R	■
N	B	■	R	E	C	O	U	D	■	S	I	S
■	A	L	U	■	O	P	■	O	M	I	S	E
E	L	U	■	C	O	A	S	S	E	R	■	R
■	■	B	R	I	L	L	E	■	N	E	F	S
P	A	I	E	N	■	E	R	R	E	U	R	■
■	D	E	V	E	R	S	E	E	■	S	E	L
S	I	■	E	M	U	■	I	N	S	E	R	E
■	E	C	R	A	S	A	N	T	E	■	O	S
S	U	I	S	S	E	S	■	E	T	E	T	E

Sudoku 2468

4	3	5	8	2	9	6	7	1
8	2	7	4	1	6	5	9	3
1	6	9	3	7	5	8	2	4
2	4	3	6	5	8	7	1	9
5	8	1	7	9	2	4	3	6
9	7	6	1	4	3	2	5	8
6	1	4	2	3	7	9	8	5
7	9	8	5	6	1	3	4	2
3	5	2	9	8	4	1	6	7

Trouvez les 6 différences

Flair la semaine prochaine

23 septembre 2026



Dupe ou luxe?

Notre journaliste Beauté fait le test à l'aveugle

MA GARDE-ROBE = MON ÉPARGNE

«Le sac Chanel de ma grand-mère a une grande valeur, tant financière que sentimentale»

SEPTEMBRE = MOIS DU BUDGET

29 ans et déjà à la retraite

«À cause de ma maladie, je n'ai plus le droit de travailler, mais avec 300€ de pension, la situation est difficile»

PÉPITES DÉCO ABORDABLES

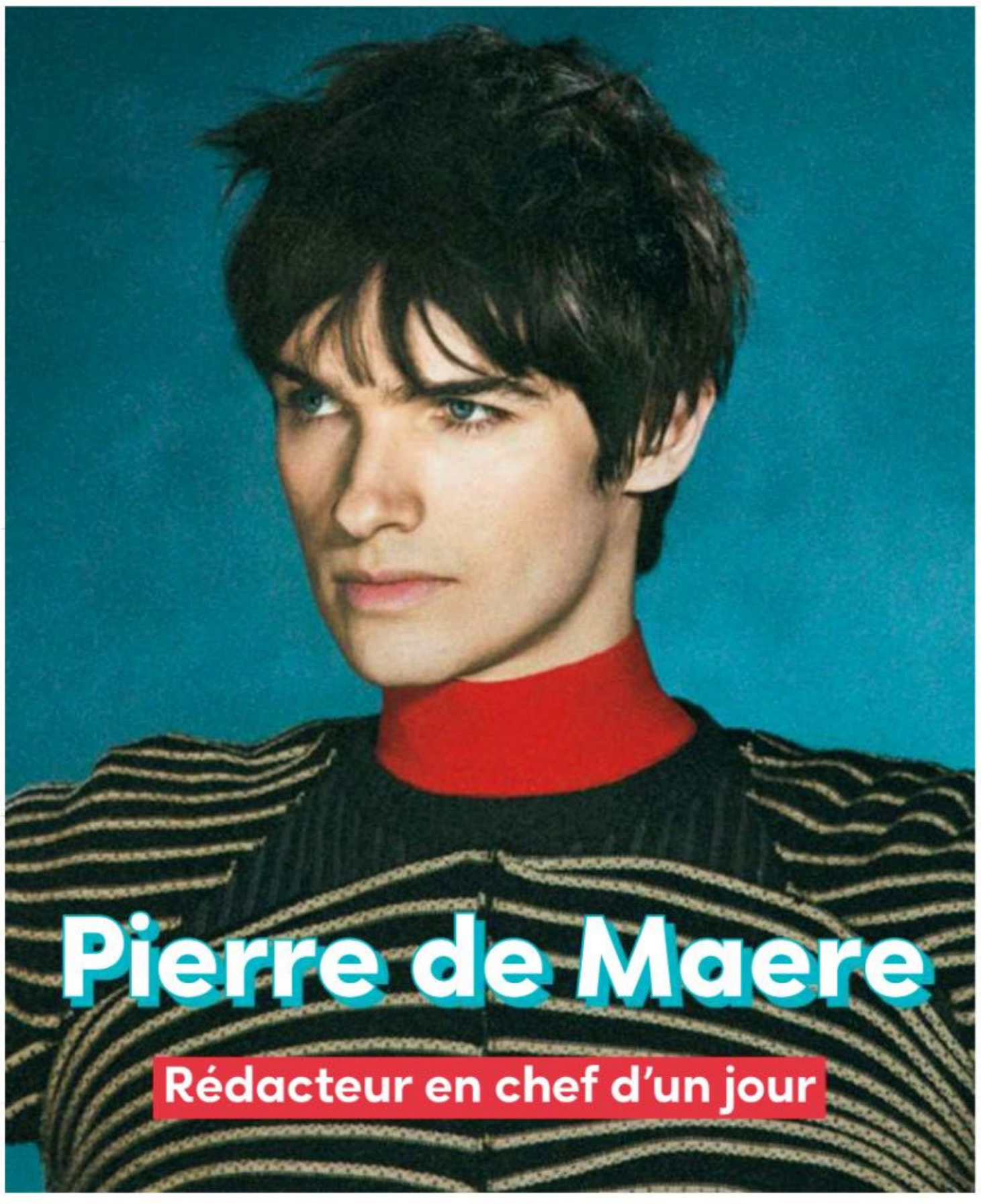
Le design, sans la facture salée



Belge & à petit prix



«Nous avons commandé des frites pour notre mariage. Tout le monde était ravi!»



Pierre de Maere

Rédacteur en chef d'un jour

© VINCENTANDFELICIA

Flair

DÉCOUVREZ NOS BONS PLANS DE L'AUTOMNE



Vos plus belles sorties à prix Flair

Une nuit dans un hôtel de luxe, une parenthèse beauté ou un bon repas à partager. Avec nos mini-guides, votre temps libre devient encore plus réjouissant cet automne. Chaque carnet regorge d'adresses coup de cœur et de réductions canon auprès de partenaires sélectionnés spécialement pour vous par la rédaction. Quel Pocket arrive en tête de votre wishlist ? **Suivez Flair de près pour ne surtout pas le manquer** !

sous la couette

Toutes les femmes ont leurs propres fantasmes, et comme chez Flair, on aime partager, une lectrice nous parle de son petit plaisir coquin préféré, à savourer seule ou à 2. Qui sait, ça pourrait vous donner des idées...

Saskia, 39 ans, est célibataire depuis 1 an, après une longue relation.
Elle s'enflamme... à l'idée de pouvoir à nouveau explorer sa sexualité.
Elle rêve parfois... d'un *date* sexuel avec l'un des hommes qui la contactent souvent sur une appli.

À travers les vitres légèrement embuées de ma voiture, je vois au loin 2 phares se diriger vers moi. Mon rythme cardiaque grimpe en flèche. Je suis extrêmement nerveuse, car un rendez-vous sur un parking via ce genre d'application est toujours excitant, mais surtout parce que, pour la première fois, je n'en ai rien dit à mes amies. C'est comme si elles allaient désapprouver ce rendez-vous. Une femme de presque 40 ans qui a un *date* sexuel avec un jeune de 20 ans?
Sa voiture s'approche. Pour l'instant, je reste figée dans la mienne. C'est à lui de prendre l'initiative, me suis-je promis. Après tout, c'est lui qui m'a contactée et qui m'a convaincue de le rencontrer.
Il gare sa voiture à côté de la mienne, coupe son moteur et ouvre brusquement la portière. Sans hésiter, il sort et frappe à la vitre du côté passager de ma voiture. Les doigts tremblants, je déverrouille la portière. Il l'entrouvre un peu et regarde à l'intérieur.
«Saskia, c'est bien ça?», demande-t-il.
«Euh... oui», dis-je hésitante. Là-dessus, il ouvre encore un peu plus la portière et me demande: «Je peux monter?»
Je souris et hoche la tête.
Dès qu'il s'assoit à côté de moi dans ma voiture, mon cœur s'emballe encore plus vite. Cette fois, ce n'est pas à cause du stress, mais parce qu'en vrai, il est encore plus séduisant que sur ses photos. Il a ce look irrésistible de bad boy, mais avec un visage d'où l'innocence de la jeunesse n'a pas encore totalement disparu. Il se penche au-dessus du levier de vitesse, m'embrasse sur la joue et reste devant mon visage.
«Tu n'as vraiment pas besoin de te retenir», murmure-t-il.
«J'attends ça depuis des jours. Je te veux. Aussi longtemps et aussi passionnément que possible.»
Je ne peux m'empêcher de sourire. C'est typique de sa génération d'oser dire ce qu'il veut, sans pudeur ni détour.
Je décide donc de suivre son exemple.
«Embrasse-moi alors».

«'Ne te retiens pas. J'attends ça depuis des jours. Je te veux!' Typique de sa génération: dire ce qu'il veut, sans pudeur ni détour»

Si j'avais encore le moindre doute, le baiser passionné qu'il me donne sur la bouche le balaye complètement.
Qu'importe après tout? Nous sommes tous les 2 adultes et nous sommes tous les 2 terriblement excités, alors je m'abandonne. Plus nous nous embrassons fougueusement, plus il me pousse contre mon siège avec le haut de son corps. Je n'ai pas du tout l'impression qu'il ne sait pas ce qu'il fait. Au contraire, il maîtrise plutôt bien la situation. Alors qu'il a une main posée sur l'assise entre mes jambes pour s'appuyer, il utilise l'autre pour caresser mes cheveux, ma joue et mon cou. Ça me donne des frissons, et pas seulement aux endroits que ses doigts touchent. Je commence à frémir sur mon siège.
«Et si on passait sur la banquette arrière?», je suggère.
«On aura plus de place...»
Dans son enthousiasme de jeunesse, il n'utilise pas les portières de la voiture, mais rampe simplement entre les 2 sièges avant, par-dessus l'accoudoir, pour rejoindre la banquette arrière. C'est tellement spontané que je le suis par le même chemin.
«Je peux déboutonner ta chemise?», lui dis-je.
«Je ne demanderais pas mieux», répond-il immédiatement. Tandis qu'il continue de m'explorer de ses lèvres, je l'aide à enlever sa chemise. Il est svelte, mais pas hyper musclé, non plus. Et curieusement, cela me rassure. J'ai beau avoir environ 13 ans de plus que lui, physiquement, je suis en meilleure forme. Cela me donne le déclic pour aller plus loin. Je le repousse un instant contre le siège de la voiture et j'enlève à mon tour mon haut par la tête. Mes tétons pointent déjà fièrement vers le plafond. Cela n'échappe pas à mon *date* d'un soir. Quand j'approche ma poitrine de son visage, il ne peut s'empêcher de prendre l'un de mes tétons durcis dans sa bouche et de pincer l'autre entre son pouce et son index. Il fait soudainement une chaleur étouffante sur la banquette arrière.
Il ne faut pas longtemps pour que les boutons de nos pantalons sautent à leur tour et que nos mains trouvent l'entrejambe de l'autre. Pourquoi se retenir plus longtemps?

Vous avez envie de partager vos fantasmes les plus coquins avec nos lecteur·rice·s? Envoyez un e-mail à amandine.deharlez@flair.be

Texte: Elien Geboers

LISEZ FLAIR PENDANT 12 MOIS POUR SEULEMENT 7,80 € PAR MOIS !

OFFRE UNIQUE ET EXCLUSIVE

PROFITEZ DÈS MAINTENANT D'UNE RÉDUCTION DE

50 %



Scannez le code QR ou surfez sur **mesmagazines.be/promo** et mentionnez votre code avantage **AFW6G**

Offre valable jusqu'au 30/09/2026, réservée aux personnes/familles n'ayant pas eu d'abonnement à Flair au cours des 6 derniers mois et jusqu'à épuisement du stock.
Vous souscrivez un abonnement payant pour une durée minimale de 12 mois. En souscrivant l'abonnement, vous vous déclarez d'accord avec nos conditions générales de vente (www.mesmagazines.be/conditions). Vos données seront traitées par Roularta Media Group conformément à notre politique de confidentialité (www.roularta.be/fr/privacy-policy) et seront utilisées dans le cadre de l'exécution du contrat et à des fins de marketing direct.

CETTE SAISON
ILS VONT FAIRE DES **JALOUX**

L'AMOUR EST DANS LE PRÉ

Chaque dimanche à 20h50

RTL tvi

RTL play