SEPM
TOP
ventes

marie france

mariefrance.fr

SEPTEMBRE 2026

L'ASTROLOGIE, UN OUTIL POUR MIEUX SE CONNAÎTRE

COSMÉTIQUES
Dr. Hauschka, Dr Pierre Ricaud, Dr. Sturm...
Y A -T-IL DE VRAIS DOCTEURS DERRIÈRE CES MARQUES ?

YEUX QUI PIQUENT, DOULEURS ARTICULAIRES, BROUILLARD MENTAL...
C'est ça, la ménopause ?!

MODE
CES PIÈCES QUI BOOSTENT NOTRE DRESSING D'AUTOMNE

TRAVAILLER ENCORE
OUI MAIS AUTREMENT

50 *DÉCOUVERTES BEAUTÉ*
QUI VONT NOUS FAIRE ADORER LA RENTRÉE

FOOD
RÉUSSIR UNE PIZZA LIGHT *(ET GOURMANDE)*

L 18952 - 349 - F: 3,40 € - RD

MARIA GALLAND

PARIS

Nutrition Intense.
Peau Reposée.

Votre Beauté.
Votre Code.

PUBLICATION DU GROUPE REWORLD MEDIA

Président Pascal Chevalier
Directeur général Gautier Normand
Directeur des opérations presse Germain Perinet
Éditrice Dorothée Rourre

RÉDACTION

Directrice des rédactions Karine Zagaroli (*kzagaroli@reworldmedia.com*)
Directrice artistique Sylvie Sauvanet (*sylviesauvanet@outlook.com*)

CONCEPTION ET RÉALISATION

SAAAAN
5 B, rue des Prés-Salés - 56370 Sarzeau
Rédactrice en chef déléguée Sokha Keo (*sokha.keo@saaaan.com*),
Directrice artistique Cécile Gault (*cecile.gault@saaaan.com*),
Secrétaires de rédaction Corinne Dervault et Steven Le Foll.
Ont collaboré à ce numéro :
Pablo Alto, Livia Beaujean, Justine Boivin, Lili Charpentier, Sophie Giagnoni, Émilie Kremer, Louise Lembrun, Gilles Medioni, Yasmine Meurisse (directrice beauté), Joachim Mole, Chloé Panier, Julie Patriat, Pauline Ripote, Lena Rose.

PUBLICITÉ

Directrice générale Élodie Bretaudeau Fonteilles, (*ebretaudeaufonteilles@reworldmedia.com*)
Directrice commerciale pôle mode beauté international Nathalie Félix-Predine, (*nfelix@reworldmedia.com*)
Contact publicité Reworld Marie-Isabelle Duchêne, (*mduchene@reworldmedia.com*)
Directrice génerale adjointe Commerce MEDIAOBS Sandrine Kirchthaler,
Responsable diffusion marché Siham Daassa,
Directrice relation client et recouvrement Pauline Faure, (*01 45 19 59 79, pfaure@reworldmedia.com*)

FABRICATION

Directeur des opérations industrielles Bruno Matillat,
Cheffes de fabrication Nadine Chatry et Hélène Bernardi,

GESTION DES VENTES AU NUMÉRO ET DE LA PROMOTION

MERCURI PRESSE
Responsable diffusion Chloé Desmoulin, (*01 41 33 50 68, cdesmoulin@reworldmedia.com*)

WEB

Directeur des activités numériques Jérémy Parola,
Responsable audience Gary Assouline

PAR **SOKHA KEO**
RÉDACTRICE EN CHEF DÉLÉGUÉE



ALLEZ, C'EST REPARTI !

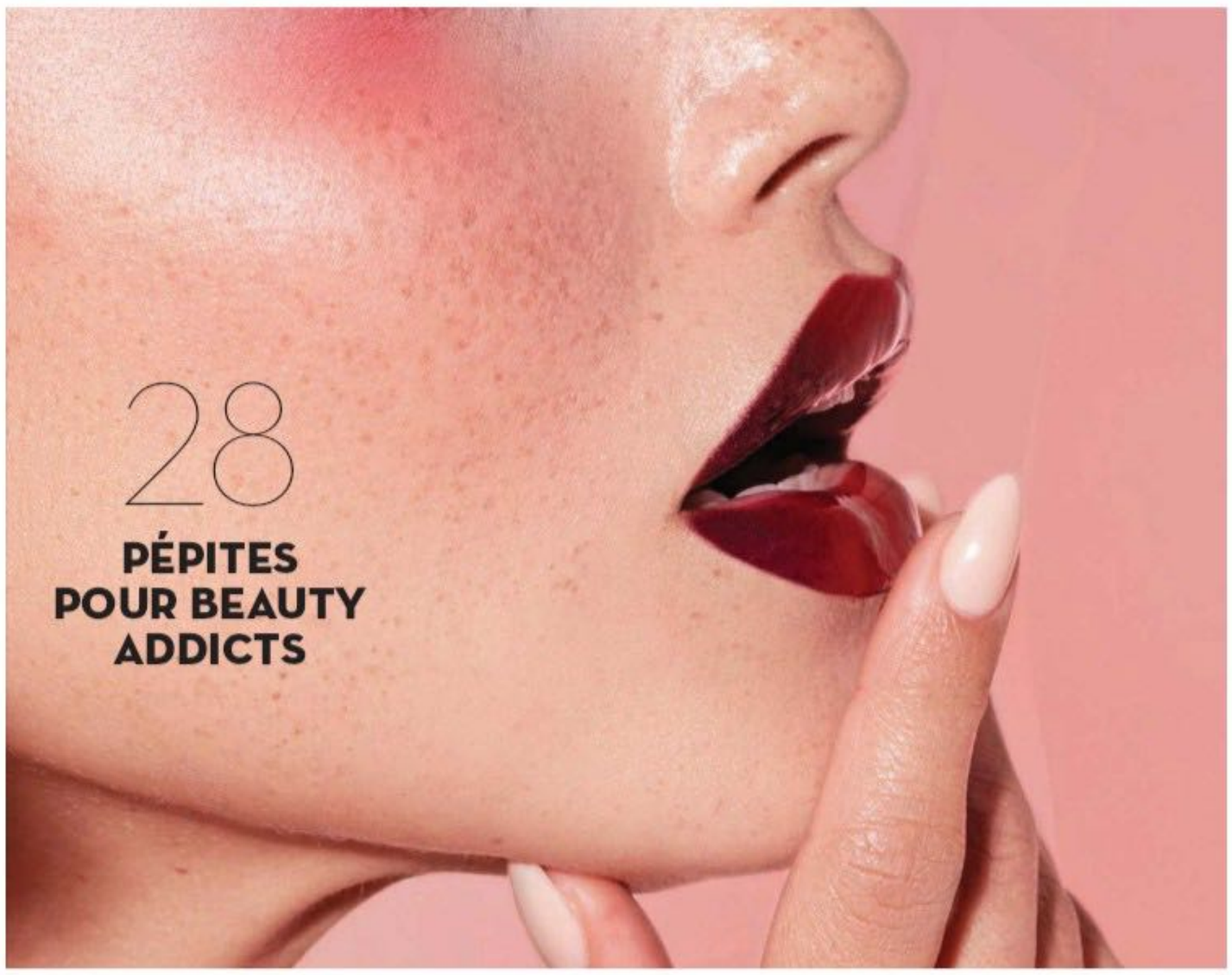
Valise rangée, fait. Inscriptions aux activités, fait. Planning des menus de la semaine, en cours. La pause estivale touche à sa fin et les habitudes se réinstallent dans notre quotidien. Les sujets liés aux vacances laissent place à d'autres actualités. Pourtant, l'envie de se plonger totalement dans l'organisation de rentrée n'est pas encore là. Il suffit de s'y mettre progressivement et de changer de rythme en douceur afin de l'aborder sans stress. C'est la période idéale pour définir ses objectifs, mettre les choses à plat, sans pression, pour s'accorder encore un peu de répit avant le rush annoncé. Et pour réfléchir à notre avenir professionnel. Travailler plus longtemps oui... mais comment? Dans son enquête Société, Sophie Giagnoni donne la parole à des femmes prêtes à poursuivre une activité après leur retraite, prouvant ainsi que l'âge ne sonne plus seulement la fin d'une carrière. Au contraire, il ouvre de nouvelles et joyeuses perspectives d'évolution! Pour nous guider dans ces transformations, l'astrologie peut être un formidable outil. À condition, comme le révèle la journaliste Louise Lembrun, de garder le recul nécessaire et d'écouter les pistes de réflexion sur notre potentiel et nos axes de développement. Ce numéro de septembre vous invite également à découvrir 50 innovations beauté, entre technologies et ingrédients révolutionnaires, pour prendre soin de soi, et à vous inspirer des tendances mode de l'automne grâce aux astuces de stylistes. Entre décryptages, rencontres et conseils avisés, la reprise s'annonce plutôt bien!

Bonne lecture.

REJOIGNEZ-NOUS www.mariefrance.fr

SERVICE ABONNEMENTS - UNE QUESTION CONCERNANT VOTRE ABONNEMENT ?
Contactez-nous: **Tél.: 01 46 48 48 34** (du lundi au samedi sans interruption, de 8 h à 20 h).
Formulaire de contact en ligne: **www.serviceabomag.fr -**
Par courrier: **marie france - Service Abonnements - 59898 Lille cedex 9**

SOMMAIRE



28
PÉPITES POUR BEAUTY ADDICTS

BEAUTÉ

28 DOSSIER
Les 50 nouveautés les plus désirables de la rentrée

34 BEAUTYMANIA
La révolution patch

36 BANC D'ESSAI
Vitamine C, vitamine... glow!

37 AUTOUR DU PARFUM
Jusqu'au bout des doigts

38 AIR DU TEMPS
Les docteurs de la beauté

6 CLICS ET DÉCLICS
marie france sur le digital

8 COUPS DE CŒUR
Top 10 du mois

STYLE

12 ÇA BOUGE
Les actus mode à suivre

14 SPÉCIAL TENDANCES
Matières, couleurs, imprimés... Les pièces incontournables pour traverser la saison avec style

20 MORPHO
On en pince... pour le pantalon à pinces

21 MONOMANIAQUE
Mocassins forever

22 DU PODIUM À LA RUE
Détente absolue

24 EN COULISSES
Lancel, l'audace intemporelle

26 DANS LE DRESSING DE...
Magali Ripoll

MAGAZINE

42 SOCIÉTÉ
Au boulot après 60 ans: on fait quoi?

46 TENDANCE
Le bridge abat ses cartes

48 PSYCHO
L'astrologie, un puissant outil de connaissance de soi

51 MA VIE DE...
Céline Dion



14
VESTIAIRE D'AUTOMNE



48
QUAND LES ASTRES NOUS ÉCLAIRENT

2024 JOHN MAXY / 2026 MAXBELCHENKO / SHUTTERSTOCK // PRESSE.

52 JOB
Poser un congé pour se reconvertir: doux rêve ou tendance de fond?

ÉQUILIBRE

56 SANTÉ
Les symptômes méconnus de la ménopause

60 BIEN-ÊTRE
Plantes adaptogènes, la solution à toutes nos peines?

62 MATHS ALIMENTAIRES
Pizza légère, maxi plaisir

64 SUR LE FEU
Yael Naim

ART DE VIVRE

66 LIFESTYLE
Les actus pour un intérieur au top

68 AMBIANCE DÉCO
Sur les hauteurs

79 SHOPPING
Naturalité enchantée

80 RECEVOIR, TOUT UN ART
Symphonie pastorale

89 SHOPPING
Un vent de légèreté



CULTURE

92 RENCONTRE
Barbara Schulz

96 AGENDA
Expos, ciné, théâtre, spectacles... on sort!

99 LIVRES
Le meilleur des romans, polars et BD du moment

ÉVASION

104 NEWS
Escales d'arrière-saison

106 DESTINATION
Thérapie du grand large au nord de la Norvège, à bord du *Nanook*

109 ESCAPADE EXPRESS
À Porquerolles, à la Fondation Carmignac

110 ASTRO

113 CARNET D'ADRESSES

114 CARTE BLANCHE
Julia Faure



TOUT EN DOUCEUR





EN COUVERTURE
Kristiane Vey, Twinkle Images

VALENTIN PILATE // ARIE ELMALEH // PRESSE.



SUR LE WEB

CONVERSATIONS ANIMALES

Les Français adorent les animaux domestiques et plus particulièrement les poissons, les chats et les chiens. Ils les aiment tant qu'ils prennent l'habitude de communiquer avec eux tout au long de la journée. Ce lien affectif dit beaucoup des bienfaits qu'apporte leur compagnon au quotidien. Selon une étude menée par Ipsos pour Santévet, 95 % des propriétaires affirment ressentir un apaisement à leur contact. Ils les appellent pour partir en promenade, les préviennent qu'il est l'heure de manger ou leur confient leurs états d'âme. Une manière de se libérer, de se sentir écouté sans être jugé et... caressé dans le sens du poil.

FACEBOOK.COM/
MARIEFRANCEMAG

APPLI BANCAIRE : ON PREND DE LA DISTANCE !

Vous attendez un virement, surveillez un prélèvement ou vérifiez que votre salaire est bien arrivé. Bref, vous consultez votre compte en banque chaque jour, ou presque. Et vous n'êtes pas la seule ! D'après une étude FBF-Ifop, 79 % des Français ont téléchargé au moins une application bancaire et près d'un sur deux l'ouvre quotidiennement. Attention à ce que cette habitude ne vire pas à l'obsession et vous entraîne dans une forme de contrôle anxieux. Selon les psychologues, le soulagement ressenti après chaque vérification apaise l'anxiété sur le moment, mais la nourrit aussi dans la durée. Libérez-vous de ce mécanisme !

CADDIE MALIN

Il fallait y penser. En Allemagne, certains chariots de supermarchés sont équipés d'une loupe afin d'aider les consommateurs à déchiffrer, sur les emballages, la liste des ingrédients de leurs produits préférés. Cet accessoire tout simple facilite également la lecture des mentions légales, souvent imprimées en très petits caractères. Une idée particulièrement utile pour les personnes atteintes de troubles visuels et qui apporte un véritable confort pour s'informer sur ses courses ! À quand une telle initiative en France ?

SHUTTERSTOCK.

EAU THERMALE
JONZAC

15 ans de RESPECT de votre NATURE

COSMETIQUE BIO CHARTE COSMEBIO





INNOVATION

SÉRUM PRO-COLLAGÈNE
TRIPLE ACTION
RIDES, ÉCLAT & FERMETÉ

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

EFFICACITÉ CLINIQUEMENT PROUVÉE

SCIENCE DE LA BIOAffinité

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

LE RESPECT DANS LA PEAU

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

DISPONIBLE EN PHARMACIES, PARAPHARMACIES & MAGASINS BIO.

TOP 10 COUPS DE CŒUR



1 MIOCQUE FAIT SON CINÉMA

Du 4 au 13 septembre, les amateurs de 7e art américain se donnent rendez-vous à Deauville, en Normandie. L'occasion de (re)découvrir le mythique restaurant Chez Miocque, entièrement rénové. L'établissement aux murs tapissés de caricatures d'artistes dévoile, à l'étage, un bar cosy aux tonalités de rouge profond. Un écrin idéal où prolonger la magie d'un film autour d'un cocktail.

>chezmiocque-deauville.com



2 ÉCRIN DE BEAUTÉ

Un étui rechargeable pensé comme une sculpture, fabriqué en résine durable et à la texture marbrée. L'artisan Luc Kieffer lance le Klassic, un rouge à lèvres inspiré de la passiflore, à la formule vegan et sans parabènes, disponible en dix teintes. Un objet design à glisser dans son sac !

> La teinte, 27 € ; l'écrin seul, 58 € ; l'ensemble, 85 €. luckiefferparis.com

3 LE MRAC, 20 ANS DÉJÀ

Stop The Machine ! L'intitulé de l'expo anniversaire du Musée régional d'art contemporain Occitanie, à Sérignan, intrigue. Pour célébrer les 20 ans du lieu, le commissaire Fabrice Bousteau a réuni plus de 400 œuvres signées par 250 artistes, réalisées avec ou sans l'aide de l'intelligence artificielle. Une expérience sensorielle de grande qualité.



>Du 26 septembre 2026 au 7 mars 2027. Mrac Occitanie. 146, avenue de la plage, Sérignan (34). mrac.laregion.fr

4 LIEN D'AMOUR

Créée en 1976, la collection Menottes Dinh Van rencontre un succès immédiat. Cinquante ans plus tard, le joaillier réinterprète cet iconique en redessinant son volume pour en faire l'élément central de ses bijoux. Paré de nacre et d'onyx, le motif orne désormais des colliers et des boucles d'oreilles pendantes. Sur les modèles sur cordon, le système d'attache permet d'interchanger cordon tissé et menottes. Une évolution très réussie !

> À partir de 2200 €. dinhvan.com



5 GARDE DU CORPS NUMÉRIQUE

Pour nombre de femmes, rentrer seules tard le soir, prendre les transports… est source de stress et d'inquiétude. Rien de mieux alors que le téléphone pour se rassurer. Il permet de rester en contact, de se géolocaliser et d'appeler en cas de danger. Des fonctionnalités aujourd'hui facilitées grâce à l'application Verisure Guardian.

>verisure.fr

PRESSE // THE TRAVEL BUDS STUDIO // ANNE-EMMANUELLE THION.

PAR **LILI CHARPENTIER, ÉMILIE KREMER, LIVIA BEAUJEAN** ET **SOKHA KEO**



6

DE LA POÉSIE À L'ÉTAT BRUT

Mazorcas signe pour La Redoute une capsule de huit pièces fidèles à son engagement pour l'artisanat : twin-set en laine mérinos inspiré du damier des chaises de bistrot parisien et son bandana assorti, tunique et pantalon rehaussés d'un fil Lurex recyclé, plastron à superposer sur une chemise... Un max de douceur pour aborder la rentrée.

> À partir de mi-septembre. laredoute.fr



7

ANNE DE BRETAGNE, MAISON AVEC VUE

Pour un week-end iodé et riche en surprises gastronomiques, la maison Anne de Bretagne s'impose comme le spot idéal. Située face au port de la Gravette, à la Plaine-sur-Mer (44), elle jouit d'une superbe vue sur l'océan. Ses 15 suites lumineuses invitent au repos, tandis que sa table étoilée promet une savoureuse pause gourmande. Avis aux amateurs : un espace bien-être ouvrira à la fin de l'année. **> annedebretagne.com**

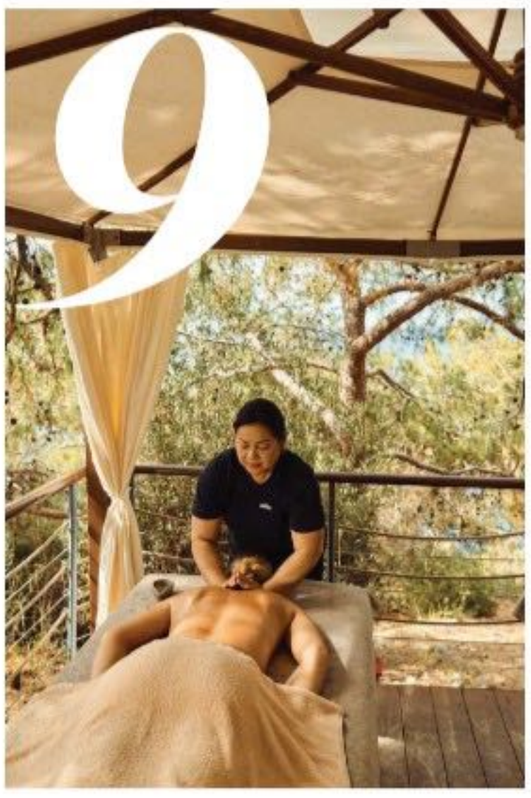


8

VOYAGE GOURMAND AU JAPON

La destination n'en finit plus de fasciner les Français. À l'occasion de l'exposition *Super Japon*, organisée par Le Bon Marché, les nippophiles vont pouvoir se délecter du meilleur de l'archipel. Du 29 août au 18 octobre, le grand magasin recrée l'atmosphère unique des ruelles tokyoïtes, invitant les visiteurs à dénicher leurs produits préférés, de la gastronomie à la mode en passant par la beauté. Pour une session shopping 100% kawaï !

> Le Bon Marché Rive Gauche. 24, rue de Sèvres, Paris (7e). lebonmarche.com



9

CLUB MED S'ASSOCIE À SOTHYS

Le résultat ? Des formules vacances qui poussent encore plus loin le concept de wellness avec trois programmes de soins pensés pour préserver le capital jeunesse, restaurer la vitalité et transformer visiblement la peau. Des rituels d'ores et déjà prodigués dans les centres de Cefalù (Sicile) et de Palmiye (Turquie), ainsi qu'à bord du voilier Club Med 2. **> clubmed.fr**

10

MAINS D'ARGILE

ON CRAQUE POUR LES CRÉATIONS DÉLICATES DE LONO, ALIAS LORRAINE NOUGUÈS, UNE ANCIENNE DÉCORATRICE D'INTÉRIEUR RECONVERTIE AUX JOIES DE LA CÉRAMIQUE. SOUS SES DOIGTS, LA TERRE PREND VIE ET SE TRANSFORME EN OBJETS SINGULIERS ET UNIQUES. ASSIETTES À LISERÉ, TASSES, LAMPES, ROND DE SERVIETTE, TOUT EST PERSONNALISABLE.

> @lono_lorrainenougues



Alerte bien-être

Le Happy Head Tour by BIBA

débarque près de chez vous !



Besoin de déconnecter du quotidien et de vous offrir une vraie parenthèse de douceur ? **Le magazine BIBA crée l'événement et lance le Happy Head Tour !**

Au programme de cette bulle sensorielle : 3 heures d'un chouchoutage entre filles pour recharger les batteries et prendre soin de vous, dans un lieu d'exception.

En bonus ? **Un atelier Head Spa inédit,** véritable rituel holistique pour libérer les tensions et sublimer vos cheveux.
Préparez-vous à lâcher prise, vous l'avez bien mérité !



Head spa
pour relâcher la pression



Ateliers beauté & bien-être
pour un chouchoutage du corps et de l'esprit

+



Ateliers fun
pour créer, tester et s'amuser

Offrez-vous 3h de détente pour le prix d'un soin en institut !

-10€
OFFERTS
sur toutes les séances avec le code **MFHHT26**

FORFAIT 3 H
Sans Head Spa **69 €**
Avec Head Spa **89 €**

Réservez-vite ! Places limitees !

Toutes les infos et la billetterie par ville

Lille	Paris	Lyon
17 & 18 octobre	**24 & 25** octobre	**7 & 8** novembre

MODE



PARFUM PRÉCIEUX

Au XII[e] siècle, les boules de senteurs servent à se protéger des effluves déplaisants, des épidémies et des mauvais esprits. Baptisé pomander, cet ornement se porte autour du cou, du poignet ou de la cheville, et se décline dans des formes délicates aux détails soignés. Après avoir traversé les époques, il finit pourtant par tomber dans l'oubli. Caroline Igual, fascinée par le pendentif fragrant de sa grand-mère, décide de réinventer cet objet raffiné. Elle imagine une collection composée de deux colliers – Queen Betty (photo) et Granada Bloom –, d'un bracelet Between Us orné d'un cordon, et d'un cœur pour enfant. Une pierre de céramique parfumée insérée dans le bijou diffuse une légère fragrance, subtile et mystérieuse.

> Dès 190 €. madeleinepomander.com

PRESSE.

PAR **SOKHA KEO**

MODE

PAR **LILI CHARPENTIER, LIVIA BEAUJEAN** ET **SOKHA KEO**



COUP DE CŒUR

SUBTILE BRILLANCE

Maison Lurex ne fournit pas uniquement de grands noms de la mode parisienne. Elle imagine également des pièces en maille légèrement sophistiquées à twister, pour la journée, avec un jean ou tout autre basique. L'hiver prochain, la marque se lance dans le tweed irisé avec des vestes aux coupes impeccables et des accessoires à adopter ! On adore aussi sa grande nouveauté : un poncho bimatière (95 €).

> maisonlurex.com

DANS LES COULISSES DE SAINT LAURENT

Le couturier disparu ne cesse de fasciner. Le photographe Jean-Luce Huré lui rend hommage à travers un livre richement illustré d'images des backstages aux ateliers de création, dont certaines sont inédites.

> *The Art of YSL*, de Jean-Luce Huré, Larousse, 39,95 €. À paraître le 16 septembre 2026.





ARTY THOMAS LÉLU

Pour sa collab de rentrée, le musée du Louvre fait appel à Thomas Lélu. Féru de (bons) mots, l'artiste dévoile, sur des objets du quotidien, des messages simples et efficaces, écrits au crayon bleu, comme « Mona Who ? » ou « All You Need is Louvre ». Inspirant !

> T-shirt, 34,90 €. louvre.fr

PLUS DE NEUF EN 2025

En moyenne, les Français ont acheté 43 pièces d'habillement en 2025. Soit un article de plus qu'en 2024 ! Malgré la progression de la seconde main (+4,8 % en un an), le neuf attire toujours et profite surtout au marché de la chaussure de ville. Les grandes gagnantes ? Les chaussures basses (+18 %) et les bottes (+11 %).

> Plus d'infos sur refashion.fr

FRANCINE BRAMLI OUVRE UNE NOUVELLE BOUTIQUE



Et ça se passe encore à Paris, là où tout a commencé il y a plus de vingt ans ! Connue pour ses bijoux fantaisie et colorés souvent volumineux et 100 % made in France, la créatrice y propose un service inédit de personnalisation. Ici, les clientes peuvent choisir parmi une multitude de pièces en acétate – sa marque de fabrique –, en métal ou en résine, pour composer leur propre paire de boucles d'oreilles.

> 9, rue Réaumur, Paris (3e). francine-bramli.com



ESPRIT CAMPUS

Vous aimez le look cool et sportif des étudiants américains ? Alors, vous allez craquer pour cette première collaboration entre Undiz et la marque Champion. Composée de 19 pièces – du gilet en maille à la nuisette satinée, des T-shirts logotypés aux chemises rayées –, la collection se décline dans une palette de bleu profond et de jaune beurre ultra tendance.

> de 9,99 € les chaussettes à 49,99 € la veste. undiz.com

PRESSE.

EN VENTE ACTUELLEMENT



Caroline Biss

COLORIS CHALEUREUX, TISSUS BRUTS OU CHATOYANTS, ACCUMULATION DE BIJOUX... LES TENDANCES DE LA NOUVELLE SAISON RÉCHAUFFENT ! JUSTINE HAMELIN, DIRECTRICE STYLE CHEZ PECLERS PARIS, NOUS ÉCLAIRE SUR DIX INCONTOURNABLES DE LA SAISON.

SPÉCIAL MODE

UN AUTOMNE FLAMBOYANT

PAR **LIVIA BEAUJEAN**

PRESSE



1



Carel



8



2



7



3

PURPLE RAIN

Star des défilés de Celine, Saint Laurent ou Akris, cette couleur, très couture, s'impose cet hiver. Elle sublime les cuirs ou faux cuirs, les mailles et les matières raffinées.



4



5



6



9

+ Astuce

« Pour bien porter les breloques, le secret, c'est l'accumulation narrative. On mise sur des gris-gris qui racontent une histoire personnelle. C'est un bijou vivant qui suit la saisonnalité : à la rentrée, on troque les souvenirs d'été pour des symboles forts qui affirment notre passion. C'est le mix parfait entre tendance et supplément d'âme ! »

Nadia Koch, créatrice de Nach



10



11



12

13

ESPRIT BRELOQUE

Entre ceintures, bagues à foison et cumul de colliers et de bracelets avec pampilles, les silhouettes se parent de bijoux. Avec un mix & match d'or et d'argent.

1. Monture cat-eye en acétate, **Acuitis,** 150 €. **2.** Gilet Vitow, **American Vintage,** 160 €. **3.** Bague Lise, **Leticia Ponti,** 122 €. **4.** Carré de soie 67 x 67 cm, **Malfroy,** 95 €. **5.** Gants surpiqués Willy Cachemire, **Maison Fabre,** 290 €. **6.** Veste en laine, **La Fée Maraboutée,** 265 €. **7.** Cabas en toile, **Vanessa Bruno,** 160 €. **8.** Boucles d'oreilles , **Francine Bramli,** 78 €. **9.** Pendentif croix avec pierres multicolores en argent sterling recyclé, placage or 18 carats, **Thomas Sabo,** 598 €. **10.** Bijou de sac Grand Hôtel, **Lancel,** 95 €. **11.** Boucles d'oreilles pendantes, **Isabelle Toledano,** 120 €. **12.** Collier avec charms, **Lola Casademunt,** 70 €. **13.** Collier fin, **Nach,** 105 et 24 € le charm.

« J'aime les matières qui ont vécu, ou du moins qui en donnent l'impression, mais toujours avec justesse. L'idée d'un blouson en cuir velours s'est rapidement imposée avec des volumes généreux, un cuir souple qui accompagne les mouvements, à l'inverse d'un Perfecto qui contraint, une teinte naturelle et chaude qui flatte et rehausse toutes les carnations. À porter au plus simple sur un jean et un T-shirt blanc, ou dans une version plus habillée pour aller bosser, avec un pantalon à pinces et un pull en laine de yack, doux comme du cachemire. Et plus inattendu, avec une robe du soir très féminine, pour la dédramatiser ! »

Marine Vignes, créatrice d'une collab avec Maison 123



1

2

3

4

5

BELLES PEAUX

Le (simili)cuir a toujours la cote. Il se porte davantage en version patinée, plus épais et avec des jeux de textures pour apporter de la nouveauté.



EN SOUPLESSE

En chaîne et trame ou en jersey pour un max de fluidité, la robe s'impose comme une pièce incontournable.



6

7

8

1. Veste oversize en veau velours, **Marine Vignes x Maison 123,** 329 €. **2.** Blouson avec poches sur le devant, **Pomandère,** 567 €. **3.** Jupe évasée longueur genou, **C&A,** 35,99 €. **4.** Pantalon ballon ceinture élastique, **Suncoo,** 115 €. **5.** Veste courte boutonnée en cuir Proust, **La Petite étoile,** 299 €. **6.** Robe évasée imprimée, **Twinset,** 461 €. **7.** Robe longue maille plissée, **Molli,** 790 €. **8.** Robe longue Lorette, **Antik Batik,** 245 €.


9


10


11



PAS BÊTE

La fausse fourrure séduit toujours les créateurs. Cette année, elle se décline davantage en accessoires, comme chez Miu Miu ou Prada, et vient habiller ou réchauffer une épaule, dans des poils plus courts et des teintes claires.


12


13

3 ASTUCES POUR BIEN LA PORTER, PAR SABINE EDENNE, DIRECTRICE ARTISTIQUE DE LA FÉE MARABOUTÉE

1/ Le bomber comme un basique. Fourrure écrue au motif effet torsade, pantalon large en camaïeu. On la porte comme un vêtement du quotidien pour un look monochrome, pas comme une pièce d'exception.

2/ Veste boxy zippée en fourrure torsadée vert foncé sur une chemise et un pull chaussette – les deux imprimés « cravate ». Le tout est associé à un pantalon extra-large en tweed léger.

3/ Bomber oversize sur une robe bohème. Un blouson fourrure bordeaux XXL sur une robe fluide imprimée. Deux volumes qui se complètent.



C'EST LE BOUQUET !

La fleur s'épanouit sur des fonds marine et noir, avec des motifs plus légers d'inspiration asiatique, aux traits plus subtils.


14

15

16

17

9. Veste à double col, **Esthème Cachemire,** 285 €. **10.** Casquette cloche en faux shearling, **Courtois,** 180 €. **11.** Veste sans manches, **U Collection,** 19,90 €. **12.** Veste croisée avec large col, **Berenice,** 345 €. **13.** Cabas avec anse en cuir, **Vanessa Wu,** 90 €. **14.** Doudoune imprimée, **Desigual,** 169 €. **15.** Sac imprimé roses, **Bags of Ethics x Erdem x NewGen30,** 50 €. **16.** Blouse brodée Adonna, **Sea NY,** 480 €. **17.** Sac brodé fleurs, **Mango,** 50 €.

PRESSE.

DANS LA BOÎTE

La veste courte s'associe avec tout, dans un esprit « boxy », plus carrée et avec ou sans double boutonnage.


4


5



Maison 123


1


2


3


6


7

À CARREAUX

Toujours présents, ils sont travaillés en version chic et peuvent être détournés. À adopter dans les marrons et les gris pour un style très british.



10


9


8

+ Le tips de Clémentine Deroudilhe, fondatrice d'Apaches Collections

« L'imprimé carreaux traverse les saisons sans jamais se démoder. Tantôt graphique, tantôt plus authentique, il apporte du caractère à une tenue tout en restant facile à porter. J'aime l'associer à des imprimés fleuris ou graphiques. Le secret est de conserver une palette de couleurs commune, afin de créer un ensemble harmonieux sans surcharger la silhouette. »

1. Veste à double boutonnage Éric, **Emile & Ida,** 319 €. **2.** Modèle court avec deux poches, **Bleu Blanc Rouge,** 265 €. **3.** Blouson trapèze en coton, **Maje,** 375 €. **4.** Blazer long, **Adolfo Dominguez,** 230 €. **5.** Sac en toile et cuir Pyla, **Mac Douglas,** 219 €. **6.** Veste à col tailleur, **Molly Bracken,** 109,95 €. **7.** Derbies Macha, **Pellet,** 185 €. **8.** Jupe-culotte, **Muji,** 59,95 €. **9.** Manteau à manches ballon, **bonprix,** 72,99 €. **10.** Foulard Manika, **Apaches Collections,** 22 €.

PRESSE.

11

12

13

14

15

16

Damart

18

19

17

ATOUT CŒUR

Du vermillon au bordeaux, en passant par le framboise, le rouge twiste une silhouette neutre, par touche... ou pas.

Sandro

FOURRE-TOUT

Entre les grands cabas avec ou sans rabat et les sacs plus petits, dans un esprit baguette mais plus souple, la praticité s'impose.

20

21

22

23

11. Carré en cachemire, **Maison Montagut,** 140 €. **12.** Ceinture Mady rouge glossy, **Souleiado,** 199 €. **13.** Bottines à bout pointu et petit talon, **AGL,** 380 €. **14.** Cardigan col rond en cachemire, **Comptoir des Cotonniers,** 149 €. **15.** Sac Numéro Un, **Polène,** 420 €. **16.** Boucles d'oreilles en plaqué or et zirconium, **GO Mademoiselle,** 89 €. **17.** Robe midi, **Free People,** 95 €. **18.** Bracelet large translucide, **Luc Kieffer,** 49 €. **19.** Sac Tulipe en cuir, **Angela Barbieri,** 450 €. **20.** Sac à rabat en agneau, **Chanel,** prix sur demande. **21.** Cabas plissé Manhattan, **Paris/64,** 550 €. **22.** Grand cabas en veau velours olive Allegra, **Guess,** 175 €. **23.** Sac hobo en cuir 1981, **Emporio Armani,** 550 €.





LE PANTALON À PINCES REVIENT EN FORCE CET HIVER. COMMENT EXPLIQUER CETTE TENDANCE?
Les volumes et les inspirations seventies font leur grand retour dans la mode et devraient encore marquer les saisons à venir. La pince est un élément clé des looks des années 70, sous l'influence des silhouettes disco, des pantalons à volume ample. Elle s'inscrit dans des codes du tailleur. Dans nos collections, nous accordons d'ailleurs beaucoup d'importance au relief, aux volumes et à la coupe.

QUELS TYPES DE COUPE PRÉFÉRER?
Le pantalon à pinces est idéal sur un volume souple type jambes larges ou palazzo, afin de renforcer l'effet de la pince: fluidité, jeu de texture et mise en valeur de la matière. Il est important de noter que la pince est adaptée à des pantalons à fourche mi haute et haute, afin qu'elle puisse apporter le volume à partir de la mi-cuisse et flatter la silhouette, allonger la jambe et élancer l'allure.

QUELS MODÈLES ADOPTER EN FONCTION DE SA MORPHOLOGIE?
Si vous avez la taille fine, un pantalon taille haute mettra en valeur votre silhouette. Si vous avez une taille normale, la taille mi-haute apportera davantage de flou au niveau du bassin pour rééquilibrer l'allure.

Comment bien porter LE PANTALON À PINCES ?

ON ADORE SON TOMBÉ MAIS ON HÉSITE ENCORE TROP SOUVENT À L'ADOPTER. LES CONSEILS DE JUSTINE CUQ, RESPONSABLE STYLE CHEZ INDIES, POUR NE PAS FAIRE DE FASHION FAUX PAS.

PAR **LIVIA BEAUJEAN**

DANS QUELLES MATIÈRES LE CHOISIR CETTE SAISON?
Privilégiez l'imprimé ou une matière texturée comme le crêpe ou le sergé. La pince les met en valeur en leur apportant du mouvement et du relief. Misez aussi sur des coloris clairs, afin de mieux faire ressortir le détail stylistique de la pince.

COMMENT L'ARBORER AU QUOTIDIEN?
C'est une pièce complice: tantôt tailoring avec un blazer long et souple, tantôt confortable avec une maille mousseuse et large, tantôt business avec une chemise et une ceinture.

ET EN SOIRÉE?
À mixer avec un top seconde peau effet dentelle ou avec une pièce en maille chaussette.

AVEC QUELS ACCESSOIRES?
Optez pour une ceinture fine et texturée dotée d'une boucle bijou (effet croco ou python), de façon à souligner la taille et à attirer le regard sur le volume élégant du pantalon. ●

PRESSE.

En **MOC'**

CLASSIQUES OU FAUSSEMENT SAGES, CES SOULIERS PLATS NOUS ACCOMPAGNENT EN TOUTES CIRCONSTANCES.


Nomasei



Classique revisité, **Sebago,** 260 €.

En cuir imprimé, **Vanessa Wu,** 135 €.





Modèle Aura en cuir de chèvre, **Celine,** 790 €.



Modèle en cuir Pillara, **Pellet,** 125 €.

Jane, en veau velours, **Heschung,** 475 €.





Bimatière sur le dessus, **Geox,** 130 €.



Classique à bout rond, **bonprix,** 49,99 €.

Effet poli avec clous noirs, **Churchs,** 970 €.





En cuir tressé, Brera, **Fratelli Rossetti,** 540 €.

Vernis kaki, **JB Martin,** 159 €.



Emblématique tricolore, **J. M. Weston,** 780 €.



À bout carré, **Armani,** 890 €.


Jonak

PAR **LIVIA BEAUJEAN**

PRESSE.

DÉTENTE ABSOLUE

SÉLECTION DÉCONTRACTÉE
AVANT DE PASSER EN MODE HIVERNALE.



XXL
Monture papillon, **Afflelou,** 69 €.



Structuré
Collier Dante, **Zag Bijoux,** 84 €.



Torsadé
Pull en laine et cachemire, **Ralph Lauren,** 245 €.





Amovibles
Clips pour chaussures Alexa, **Froufrouz,** 36 €.

Upcyclé
Pull en maille épaisse, **Mazorcas,** 295 €.



Trapèze
Jupe évasée, **Bobo Choses,** 70 €.



+ Astuce

NE PAS HÉSITER À PORTER LES MATIÈRES BRUTES ET SOYEUSES.

Graphique
Jupe midi à larges rayures, **Free People,** 90 €.



Pendant
Bracelet doré, **Luj Paris,** 145 €.



Surpiqué
Sac souple Divilio, **Sessùn,** 395 €.



Texturé
Derbie marron, **Tamaris,** 89 €.



Néo-classique
Mocassin à semelle crantée, **U Collection,** 29,90 €.



PRESSE.

PAR **LIVIA BEAUJEAN**

ABONNEZ-VOUS VITE!

Soit **24%** de remise



2 ANS - 16 NUMÉROS

51 €

AU LIEU DE ~~67,42 €~~

+

EN CADEAU
LA MONTRE CONNECTÉE
ICE SMART ONE

+

LA VERSION NUMÉRIQUE
incluse dans votre abonnement à consulter sur **Kiosquemag.com**

EN CADEAU POUR VOUS



DÉCOUVREZ LA ICE SMART ONE

Montre connectée qui surfe à la fois sur les tendances actuelles et sur l'ADN de la marque Ice-Watch.Des watchs faces variées et colorées, en phase avec les prouesses de la marque, ainsi qu'une pluralité de fonctionnalités qui vous accompagneront dans votre quotidien: de quoi garder votre poignet bien habillé pour chaque moment de vie et chaque saison!
(Bracelet interchangeable. Valeur : 79 €)

BULLETIN D'ABONNEMENT

À retourner accompagné de votre règlement à :
marie france - Service abonnement - 59898 Lille Cedex 9

Payez en ligne
bit.ly/mariefrance-349
Ou flashez ce QRcode

KIOSQUE mag.com

JE M'ABONNE AU MAGAZINE marie france.

1 Je choisis la formule d'abonnement *(je coche la case)* — #M103 # D1560747

☐ **OFFRE ANNUELLE** [1] : 16 nunéros - 2 ans, je règle en une seule fois 51€ au lieu de 67,42€ soit **24 % de réduction.**
Je reçois en plus la montre connectée ice.
Mon abonnement se renouvellera automatiquement à date anniversaire sauf résiliation de ma part.
Je remplis le mandat ci-dessous accompagné de mon RIB ou je préfère **régler par chèque** libellé à l'ordre de marie france.

2 Je choisis le mode de paiement

- **Par prélèvement automatique. Je complète l'IBAN à l'aide de mon RIB et je n'oublie pas de joindre mon RIB.**

IBAN

Vous autorisez RMP à envoyer des instructions à votre banque pour débiter votre compte, et votre banque à débiter votre compte conformément aux instructions de RMP. **Créancier :** RMP/marie france - 8 rue Barthélémy-Danjou - 92100 Boulogne-Billancourt. **ICS :** FR 04 ZZZ 658471

- **Par carte bancaire** (plus simple, plus rapide, 100% sécurisé !) Je me rends sur **bit.ly/mariefrance-349**, la boutique officielle de **marie france**.
- **Par chèque** (formule annuelle uniquement). Je renvoie le coupon accompagné de mon chèque (sans agrafe, ni scotch) libellé au nom de : **marie france - Service abonnement - 59898 Lille Cedex 9**

Date : __ __ / __ __ / __ __ __ __

Signature obligatoire :

3 Je complète mes coordonnées

Nom** : Prénom** :

Adresse** :

CP** : Ville** :

Tél. *(portable de préférence)* : *(Envoi d'un SMS en cas de problème de livraison)*

Email :
(Utile pour accéder à votre magazine en numérique et à votre espace client sur Kiosquemag.com, et gérer votre abonnement)

Date de naissance : __ __ / __ __ / __ __ __ __ *(pour fêter votre anniversaire)*

☐ Je ne souhaite pas recevoir les offres Privilèges marie france et Kiosquemag sur des produits et services similaires à ma commande par la Poste, e-mail et téléphone. Dommage!
☐ Je ne souhaite pas que mes coordonnées postales et mon téléphone soient communiqués à des partenaires pour recevoir leurs bons plans. Dommage!

**MENTIONS OBLIGATOIRES. PHOTO NON CONTRACTUELLE. ©SHUTTERSTOCK

*Le prix de référence à l'année se compose du prix kiosque (27,20€ pour 8 n°), des frais de port (5,76€ pour 8 n°).
[1] Offre annuelle : abonnement annuel automatiquement reconduit à date d'anniversaire. Le règlement s'effectue en 1 seule fois. Vous serez informé par écrit dans un délai de 3 mois avant le renouvellement de votre abonnement.
Vous aurez la possibilité de l'annuler 30 jours avant la date de reconduction auprès du service client. À défaut l'abonnement sera reconduit pour une durée identique à votre abonnement initial. Pour toute autre information, vous pouvez consulter nos CGV sur kiosquemag.com et contacter le service client par mail sur serviceabomag.fr ou encore par courrier à RMP. - Service Client - 8 rue Barthélémy-Danjou - 92100 Boulogne-Billancourt. Offre réservée aux nouveaux abonnés en France Métropolitaine valable deux mois. DOM-TOM et autres pays nous consulter. Vous disposez, conformément à l'article L 221-18 du code de la consommation, d'un droit de rétractation de 14 jours à compter de la réception du magazine en notifiant clairement votre décision à notre service abonnement. Les informations demandées sont destinées à la société RMP (KiosqueMag) à des fins de traitement et de gestion de votre commande, de la relation client, des réclamations, de réalisation d'études et de statistiques et, sous réserve de vos choix, de communication marketing par KiosqueMag et/ou ses partenaires par courrier, téléphone et courrier électronique. Vous bénéficiez d'un droit d'accès, rectification, d'effacement de vos données ainsi que d'un droit d'opposition en écrivant à RMP-DPD, c/o service juridique, 8 rue Barthélémy-Danjou - 92100 Boulogne-Billancourt, ou par mail à dpd@reworldmedia.com. Vous pouvez introduire une réclamation auprès de la CNIL - www.cnil.fr. Pour en savoir plus sur la gestion de vos données personnelles, vos droits et nos partenaires, consultez notre politique de Confidentialité sur www.kiosquemag.com.

PAR **SOKHA KEO**

LA MAISON PARISIENNE, QUI CÉLÈBRE SES 150 ANS, CULTIVE CHIC ET MODERNITÉ.

LANCEL
UNE AUDACE INTEMPORELLE





À quelques minutes de la boutique historique, située place de l'Opéra à Paris, le siège de Lancel est à l'image de la marque : élégant et discret. Chaque niveau, à l'atmosphère feutrée et à la déco soignée, révèle l'univers singulier de cet emblème de la maroquinerie de luxe. Au 4e étage, les cinq stylistes, sous la direction de Valeria Vigorelli depuis 2023, échangent sur les modèles de la collection à venir. Sur les murs, d'immenses moodboards rappellent les sources d'inspiration et dessinent le fil rouge de la prochaine saison. « *Tout commence par une exposition ou un voyage, par exemple, suivi d'un tour dans les archives de la maison* », confie Valeria Vigorelli. *En France, Lancel fait souvent partie d'une histoire familiale. Notre travail consiste à réactiver ce lien émotionnel existant.* » Pour l'hiver, la directrice artistique présente la ligne Grand Hôtel, entre héritage et univers décalé du réalisateur Wes Anderson. Depuis la création de son premier sac en 1900, l'entreprise sait jouer sur les mots avec humour, notamment sur les étiquettes intérieures.

LA FONCTION AVANT TOUT

Parallèlement, la praticité des modèles s'impose toujours comme une marque de fabrique. Anneau pour accrocher son trousseau de clés, grande capacité de rangement, bandoulière confortable, pompons… les détails séduisent au-delà de l'élégance. Les stylistes maison entretiennent précieusement cet ADN, tout en le modernisant. À chaque collection, elles imaginent une centaine de pièces, puis confient aux modélistes de l'atelier du 1er étage, la réalisation des prototypes en salpa – une matière souple. Après d'éventuelles améliorations, les créations sont envoyées dans l'usine de fabrication, en Italie. « *Nous explorons des choses, développons le lifestyle à côté des classiques,* glisse Valeria Vigorelli. *Nous en avons la légitimité.* » De cette ouverture naissent ainsi, saison après saison, des foulards, des lunettes de soleil, de l'art de la table ou encore des bagages. L'esprit moderne insufflé par Angèle et Alphonse Lancel perdure. Avec succès. ●

UN DISPOSITIF FESTIF

Pour célébrer son anniversaire, la griffe parisienne, propriété du groupe italien Piquadro depuis 1998, voit grand. Au programme : une exposition, *Lancel, toujours,* dans sa boutique historique de la place de l'Opéra, à Paris ; une capsule de son sac seau Premier Flirt déclinée en 15 propositions ; et un beau livre, *Objets de désir, depuis 150 ans,* édité chez Rizzoli.

DARIO LO PRESTI / PRESSE.

Réveillez votre instinct déco !



Disponible en kiosque et sur KIOSQUE mag.com

MAGALI RIPOLL

« DE NATURE DISCRÈTE, J'OSE TOUT À LA TÉLÉ ! »

MUSICIENNE, CHANTEUSE ET ANIMATRICE, ELLE FAIT SWINGUER L'ÉMISSION TÉLÉ *N'OUBLIEZ PAS LES PAROLES*. CETTE ARTISTE CHALEUREUSE, CRÉATIVE ET COQUETTE, NOUS OUVRE SON VESTIAIRE.





Pantalon signé Please et haut de chez Zara



Ses bijoux Lsonge



Ses Tropéziennes



Ses lunettes Chloé

SON ACTU

- Depuis 2007, elle électrise le plateau de Nagui dans *N'oubliez pas les paroles*, sur France 2.
- Au Dôme de Paris et en tournée, en novembre, avec L'Héritage Goldman 2.

QUEL EST VOTRE RAPPORT À LA MODE?
J'ai enfin trouvé un bon équilibre, entre discrétion au quotidien et féminité décomplexée dans mon métier. Bien dans mes baskets, j'aime la simplicité. Mais j'ose aussi extravagance, strass et paillettes à la télé !

QUELLE CONSOMMATRICE ÊTES-VOUS?
Organisée, pas compulsive dans l'achat. Je garde longtemps mes belles pièces.

UN COUTURIER QUI VOUS FAIT RÊVER ?
Julien Fournié, dont j'admire l'élégance rock and roll !

COMMENT DÉFINIRIEZ-VOUS VOTRE STYLE?
Urbain, intemporel et pratique.

À QUOI RESSEMBLE VOTRE DRESSING?
À une petite armoire bien rangée. Car je porte toujours les mêmes fringues, celles dans lesquelles je me sens bien !

VOS VALEURS SÛRES ?
Les T-shirts American Vintage... et l'eau de parfum Rose 31, du Labo, à la fois virile et voluptueuse.

QUELS SONT VOS BASIQUES EN CETTE RENTRÉE?
Un pantalon taille haute écru de la marque Please, un haut blanc de chez Zara, avec un trench kaki ba&sh ou un blouson en jean Levi's.

VOTRE DERNIER COUP DE CŒUR ?
Je ne quitte plus les bijoux Lsonge, de la créatrice marseillaise Katia Grisanzio.

VOTRE SAC À MAIN AU QUOTIDIEN?
Un modèle élégant, subtil, classique, de chez Ateliers Auguste et un tote bag en tissu.

AVEZ-VOUS TROUVÉ CHAUSSURE À VOTRE PIED?
J'adore prolonger l'été en portant mes sandales plates, Les Tropéziennes.

VOTRE TENUE POUR EN METTRE PLEIN LA VUE ?
Une robe asymétrique en cuir argenté de chez Plume Paris ou un modèle très long, rose flashy.

UN ACCESSOIRE IMPORTANT?
Mes lunettes de vue Chloé.

UNE PERSONNALITÉ QUI VOUS INSPIRE ?
Daphné Bürki pour son audace !

LE SECRET POUR SE TROUVER JOLIE?
Pimper nos points forts plutôt que cacher ce qui nous déplaît. ●

PAR **JUSTINE B.**

LOLA PIERRE // PRESSE.

BEAUTÉ



PRESSE // RAYHAN/SHUTTERSTOCK.

PAR **YASMINE MEURISSE**

SUR MESURE

Un lisseur qui n'abîme pas les cheveux ? Sachant que ces derniers absorbent différemment la chaleur selon leur nature et leur état de santé, la R&D de la société anglaise GHD a développé le premier fer à lisser capable de répondre de manière personnalisée à chaque chevelure. En pratique, quatre systèmes de mesure alimentent le microprocesseur piloté par l'intelligence artificielle. Ils réalisent 2900 mesures par seconde, analysant la présence des mèches entre les plaques, la nature de la fibre, son état de santé, la vitesse d'utilisation et même les mouvements du geste effectué (lisser, boucler, cranter). L'appareil ajuste ainsi la diffusion de la chaleur au degré près. Bonus ? Plus de brillance, une couleur préservée et moins de frisottis.

> GHD Sculpt, 449 €.

DOSSIER BEAUTÉ

PAR **YASMINE MEURISSE**

QUOI DE NEUF BEAUTÉ ?

50 DÉCOUVERTES QUI VONT VOUS FAIRE ADORER LA RENTRÉE.

Les plus innovants

UN PURIFICATEUR MINI

Bien plus abordable que la plupart des appareils de sa catégorie, ce purificateur est discret (30 x 23 x 23 cm et 2 kg) et joli avec ses couleurs poudrées. En moins d'une heure, il élimine 99,9 % des allergènes et des irritants dans une pièce (30 m²). Une bulle de pureté pour les poumons, la peau et les cheveux!

> NeverChange, Shark, 169 €.

DE L'EAU « AUGMENTÉE »

Imaginée par Frédéric Esnault, la technologie Sublio consiste à hyperioniser l'eau afin d'augmenter les bienfaits des minéraux sur la peau. Résultat : une eau hyper minéralisée aux propriétés hydratantes, adoucissantes et cicatrisantes (brevets et études à l'appui), utile par exemple pour optimiser des soins de balnéothérapie ou de dermatologie. Cette innovation bénéficie de la mention dispositif médical classe I en plus du marquage CE.

> sublio.com

UN SÈCHE-CHEVEUX ADAPTÉ AUX BAMBINS ET AUX ANIMAUX

Grâce au mode « enfant », qui propose deux niveaux de température – 38 °C et 48 °C –, cet appareil est utilisable par toute la famille, des tout-petits aux compagnons à quatre pattes. Un modèle ultraléger (280 g).

> Sèche-cheveux Air, Laifen, 74 €.

DES ÉCOUTEURS QUI EN PINCENT...

Avec ces écouteurs à conduction osseuse qui se clipsent sur le bord de l'oreille, on suit son cours de yoga ou sa séance de méditation sans nuire à son audition.

> OpenDots 2, Shokz, 199 €.

LA PISCINE EN PLUS FUN

Lassée de faire des longueurs de piscine ? À mi-chemin entre la nage, l'apnée et la glisse, le DeepFoil, développé par la start-up bretonne Nereïs Ocean, offre une nouvelle manière de se mouvoir dans l'eau. Grâce à une « aile » hydrodynamique inspirée des nageoires des cétacés, tenue à bout de bras, on « vole » sous la surface en ondulant.

> DeepFoil Classique, 95 €. nereisocean.com



TROIS GLOSS BELLES LÈVRES



> Lip gloss repulpant Glow Fresh, Lierac, 20 €.

> Baume à lèvres relipidant T41 Typology, 29,90 €.

> Rouge à lèvres brillance naturelle, Lustreglass, M.A.C Cosmetics, 29 €.

627 000

C'est le montant, en euros, levé par la start-up Greez pour accélérer son développement national et européen. Elle se distingue par une plateforme dédiée à la revalorisation des cosmétiques invendus, permettant aux industriels de réduire leur impact environnemental. Après deux ans d'activité, l'entreprise a déjà contribué à revaloriser plus de 203000 produits (30 tonnes).



Les plus désirables

POUR UNE PEAU ÉCLATANTE

La marque La Prairie lance une ligne de trois produits dédiés au renforcement de la barrière cutanée et à l'équilibre de l'épiderme, formulés à partir d'ingrédients brevetés et de l'eau des glaciers suisses pour sa richesse en minéraux. Le plus ? Les prix plus accessibles que ceux des autres gammes.

> Essence Swiss Pristine, La Prairie, 180 €.

POUR UN TEINT PARFAIT

Cette poudre transparente combine les couleurs qui corrigent les irrégularités du teint: le vert pour atténuer les rougeurs, le blanc et le parme pour raviver l'éclat, l'abricot pour donner bonne mine.

> Météorites Compact, Guerlain, 69 €.

2024 JOHN MAXY/SHUTTERSTOCK // PRESSE.



Les plus utiles

LA BROSSE À DENTS « NICKEL »

Ce petit boîtier, qui émet une LED UV, stérilise la brosse à dents en 3 minutes.

> Stérilisateur UV-C, MyVariations, 29,90 €.

LA FIN DES PELLICULES



Un adulte sur deux est touché par ce renouvellement excessif des cellules du cuir chevelu. Deux nouveaux shampooings tirent leur épingle du jeu.

> Novophane K shampooing traitant intensif. Particulièrement adapté aux messieurs qui peuvent l'utiliser pour la barbe. ACM, 12,75 €.

> Kelual DS, sébocontrol. Mixte, ce shampooing traite les pellicules sévères tout en régulant l'excès de sébum. Ducray, 15,90 €.

LA BONNE POSITION



Celles qui ont déjà souffert d'une tendinite, d'un bras cassé ou d'une capsulite savent combien il est difficile de trouver une position confortable pour se reposer. Simple mais efficace, ce coussin ergonomique (breveté), ultra-léger et d'utilisation intuitive, apporte un soutien là où il faut.

> Shooldy, 89 €. shooldy.com

Les plus gourmandes



EN PARFUM

« Sucré » à souhait, cet accord ananas, noix de coco, vanille, fève tonka et banane a des accents solaires qui nous rappellent que l'été n'est pas fini.

> Banane Délice, Le Monde Gourmand, 32 € chez Sephora.

EN VERNIS

Ongles à croquer avec quatre vernis brillants aux teintes sirupeuses : corail, rose bonbon, vif, framboise ou coquelicot.

> Green Jelly, Sweetscape, Manucurist, 14 €.



EN PSCHITT

La tendance « brume » parfumée continue de battre son plein avec ces quatre nouveautés : Pêche, Monoï, Coco ou Orientale.

> Evoluderm, 7 €.



1

baume à lèvres (et multi-usage) Lanolips se vend toutes les 30 secondes dans le monde. 100 % naturelle, sa formule à la lanoline hydrate, assouplit, embellit et répare durablement les lèvres tout en les faisant briller. Pour celles qui ont TOUJOURS les lèvres et les cuticules sèches.

> 101 Ointment Multipurpose Superbalm, Lanolips, 16 €.

SOIGNER LES CHEVEUX COMME LE VISAGE

AVEC CETTE PREMIÈRE GAMME DE SOINS DÉDIÉE AUX CHEVEUX, LA MAISON CLARINS CONSIDÈRE LE CUIR CHEVELU COMME LE PROLONGEMENT NATUREL DE LA PEAU : MÊMES ACTIFS, MÊME EFFICACITÉ, MÊME PLAISIR D'UTILISATION. AVEC CINQ ESSENTIELS : SHAMPOOING FORTIFIANT, APRÈS-SHAMPOOING LISSANT, HUILE MULTI-USAGE, SÉRUM FORTIFIANT, ET MASQUE REVITALISANT.

> Clarins Hair Therapy, de 49 à 98 €.





UNE ODEUR DE « PEAU »

Christine Nagel, parfumeuse Hermès, revisite le chypre emblématique de la maison avec un parfum floral velouté et sensuel, qui évoque la douceur du cuir pleine peau patrimonial. Lys blanc, fleur d'oranger et patchouli.

> Barénia Pleine Fleur, Hermès, 168 €.

PRESSE.



Les plus rajeunissantes

BAINS DE LED… POUR LE CORPS

Le corps aussi peut bénéficier des effets revitalisants et régénérants des LED. Deux instituts à Paris et à Rennes dédiés à la photobiomodulation proposent des séances « corps entier » de 25 minutes (75 €).

> sanamente.fr

MASQUE ANTI-ÂGE POUR LE CONTOUR DE L'ŒIL

Conçu spécialement pour le tiers supérieur du visage, ce masque LED cible les signes de l'âge au niveau du contour de l'œil, du front et des paupières.

> Masque LED yeux X200, Nooance, 279 €.

RADIOFRÉQUENCE CONTRE LES RIDES

Cet appareil de radiofréquence multipolaire stimule la fabrication de collagène pour préserver la fermeté de la peau. À utiliser à raison de deux à quatre séances par semaine, de 6 à 10 minutes chacune.

> Gemo G20, 999 €.

Q10 POUR LE VISAGE

Cette enzyme iconique (et brevetée) est l'un des actifs les plus intéressants de la cosmétique anti-âge. Elle est ici associée à des peptides de collagène et des céramides.

> Q10 anti-rides Collagène Expert, Baume riche jour et nuit, Nivea, 13,99 €.

PEPTIDES POUR LES LÈVRES

Désormais, les baumes à lèvres préviennent et traitent le vieillissement des rides. Ce soin combine des peptides, plusieurs acides hyaluroniques et un SPF.

> Soin Lèvres Collagène Booster, Respire, 19,90 €.

COLLAGÈNE POUR LA PEAU

Pratiques, les sticks au goût neutre, matcha, cacao ou mocha.

> Le collagène tripeptides, Aime, 45 €.



AROMA-ZONE À CAVAILLON

L'enseigne, seconde marque préférée des Français (après Decathlon), s'installe dans sa région natale, la Provence. Sur 350 m² au cœur des anciennes halles de Cavaillon, l'espace met à l'honneur les ingrédients bruts, les producteurs partenaires et l'univers sensoriel qui caractérise cet acteur de la beauté.

> Place Philippe-Cabassole, Cavaillon (84).

LA QUESTION QUI TUE

BROSSETTE, FIL DENTAIRE, JET DENTAIRE, QU'EST-CE QUI EST VRAIMENT UTILE ?

Les conseils du Dr May Feghali, spécialiste en parodontie et implantologie à Paris.



Rien ne remplace le brossage. Seuls les poils de la brosse à dents permettent de décoller la plaque dentaire et d'éviter qu'elle ne se transforme en tartre, responsable à terme de gingivites, parodontites, voire de perte des dents.

Le jet dentaire « dégrossit ». La pression de l'eau élimine les débris alimentaires les plus importants entre les dents. Utile lorsque l'on a des prothèses, des implants, ou que l'on est en cours de traitement orthodontique. À utiliser AVANT le brossage.



Les brossettes et le fil dentaire « délogent ». Elles ont la même action que la brosse, mais entre les dents. Indispensables pour éviter la prolifération de bactéries à l'origine de la plaque dentaire. À utiliser deux à trois fois par jour APRÈS le brossage dans les espaces interdentaires, de l'extérieur vers l'intérieur et inversement. Quant au fil dentaire, il agit de la même façon mais convient surtout aux dents très serrées.



Le gratte-langue « équilibre ». Son usage est peu répandu en France, pourtant, c'est un « outil » formidable. Utilisé à la fin de la routine dents propres (en douceur), il élimine les bactéries qui persistent sur la langue et qui participent à la formation de la plaque dentaire.



> Jet dentaire My First, Neopulse, 75 €.
> Brossettes interdentaires, MyVariations, 5 €.
> Fil dentaire DentoFil, Inava, 6,80 €.
> Gratte-langue Pro, The Smilist, 24,90 €.



COUP DE CŒUR

POIDS PLUME !

Ce vélo urbain signé Origine, et fabriqué en France, a tout pour redonner envie de pédaler. Malgré son assistance électrique, il affiche 12 kg sur la balance, soit deux fois moins que la plupart des vélos électriques. Sa transmission par courroie, conçue dans un matériau durable et sans lubrifiant, remplace la traditionnelle chaîne graisseuse qui salit les bas de pantalon.

> Montmartre Air, Origine, 3040 €. origine-cycles.com



TRANSMETTRE LES BONNES HABITUDES

Des ados et des préados à la maison ? On leur donne de bonnes habitudes d'hygiène en les orientant vers des produits adaptés, sûrs, sans sur-promesse et, surtout, qui leur plaisent. Lancée en juin dernier, la marque Ollie a été conçue dans cet esprit avec une gamme courte de six produits. De 7,90 à 17,90 €.



Les plus clean

CLASSÉ A !

Par le Green Impact Index. Formulé avec 97 % d'ingrédients d'origine naturelle, ce démaquillant élimine même le maquillage résistant à l'eau.

> Pur Bleuet, démaquillant express yeux, Yves Rocher, 12,90 €.

BIO

Cette huile 100 % naturelle, à base d'huile d'argan, de figue de barbarie, de rose de Damas, d'immortelle des dunes bio, et de nacres dorées, hydrate et satine la peau comme les cheveux.

> L'Huile or de beauté, Précieux Argan, SO'BiO étic, Léa nature, 17,80 €.

NATUREL

Ce mascara, à base de cire de candelilla et de carnauba, proposé en noir, marron et bleu. 90 % d'ingrédients d'origine naturelle, résiste à l'eau !

> Mascara wavy volume Bo-ho Green Beauty, Léa Nature, 16,50 €.

2-EN-1

Voici un crayon à lèvres idéal, parce qu'il est 100 % naturel et que c'est aussi un véritable rouge à lèvres : on dessine le contour et on crayonne l'intérieur.

> Formula Pura, Deborah, 12 €.



0 %

Destiné aux peaux sensibles et atopiques, ce gel douche certifié Ecolabel Européen ne contient ni parfum, ni colorant, ni savon.

> Gel Douche 0 % Peaux Sensibles, L'Arbre Vert, 2,79 €.



LA PETITE MARQUE QUI MONTE

KALIA NATURE, L'ALLIÉE DES JOLIES BOUCLES

Dix ans après sa création, cette marque dédiée aux cheveux ondulés à crépus est distribuée en Europe et aux Antilles. Ses formules, sans sulfate ni silicone, misent sur des actifs des Caraïbes (hibiscus, sapote, coco, murumuru...) pour faciliter l'entretien et le coiffage des chevelures texturées, tout en les sublimant au naturel.

> Masque au Murumuru, Kalia Nature, 25,90 €.



CHIC

Des beiges doux et des bruns profonds, c'est exactement ce que l'on aime porter au quotidien.

> Palette Essential Neutrals, Rare Beauty, 33 € en exclusivité chez Sephora.



Les plus ressourçantes

Quoi de plus agréable, au retour des vacances, que de reprogrammer aussitôt un week-end beauté-forme dans un coin de paradis ?

À DEAUVILLE, À L'HÔTEL BARRIÈRE LE NORMANDY DEAUVILLE

Ouverts en mai dernier, le SPA Guerlain et sa boutique, unique adresse sur la côte normande, accueillent sur 1115 m² de surface, huit cabines, salle de fitness et piscine. Au menu de la carte, on retient Éclat de star pour le visage (2 heures, 370 €), qui combine soins et LED, et Puissance équestre pour le corps (1h30, 280 €), remarquable par l'utilisation de pierres chaudes parfumées aux notes des parfums Cuir Béluga et Habit Rouge.

> hotelsbarriere.com

À CARNAC, DANS L'HÔTEL LE CELTIQUE & SPA

Trois nouveaux soins signatures sont proposés pour ne penser qu'à soi, le temps du rituel. Inspiré des massages indiens, le soin Shiro Champi cible les zones de tension du haut du corps (45 minutes, 105 €).

> hotel-celtique.com

EN ALSACE, À LA VILLA RENÉ LALIQUE

Sur les terres de René Lalique, maître joaillier de l'Art nouveau et maître verrier, cette escapade de 48 heures mêle art, nature et gastronomie. Au programme : promenade dans la forêt, déjeuner au château Hochberg, dîner gastronomique, sophrologie forestière dans les jardins du domaine, et visite du musée Lalique et ses collections. Compter 1393 € à deux, sans les transports.

> villarenelalique.com

PRESSE // PATRICK MESSINA.

Les plus bienfaisantes

RÉGÉNÉRER

La meilleure crème de beauté ? De bonnes nuits de sommeil ! Non connecté, ce petit appareil détient les clés d'un endormissement rapide, d'un sommeil réparateur et d'un ré-endormissement lors des réveils nocturnes. Soit 210 séances de méditation et d'hypnose légère, réalisées par des professionnels du sommeil.

> Dream, Morphée, 99,95 €.



DRAINER

Avec cette brosse qui stimule les vaisseaux lymphatiques du visage et du cou. Idéal pour détendre, défroisser et dégonfler le visage.

> Brosse lymphatique visage, Holidermie, 39 €.





LES BONS SPF DE SEPTEMBRE

Tant qu'il y a du soleil, on continue d'utiliser une crème anti-UV, même en ville.



3-en-1 Hydrate, protège et rehausse l'éclat.

> UV Glow fluide SPF 30, Weleda, 13,90 €.

Teinté Clair ou foncé, il unifie le bronzage, protège des UV et matifie.

> Écran solaire Minéral Sun Sérum SPF50, Ilia, 45 €.

Antioxydant Vitamine E et extrait de mûre boréale préservent les cellules des radicaux libres.

> Solaire Défense Cellulaire SPF50, Ad Caelia, 65 €.

Maquillante Protection anti-UV et maquillage ne sont pas incompatibles.

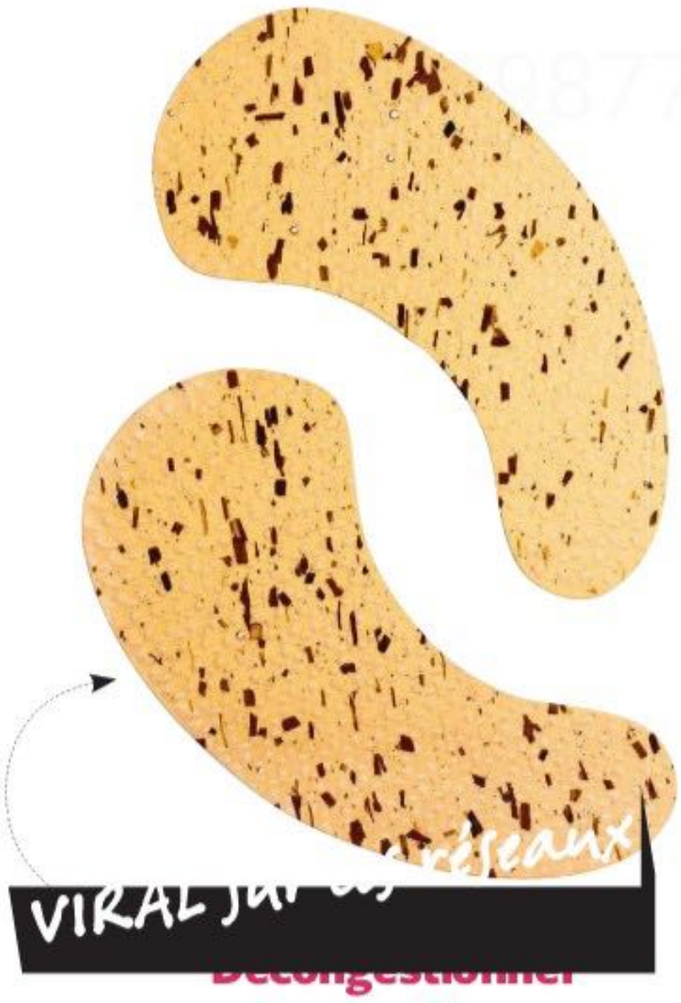
> Base de maquillage protectrice SPF50+, Paul & Joe, 17 €.

BEAUTYMANIA

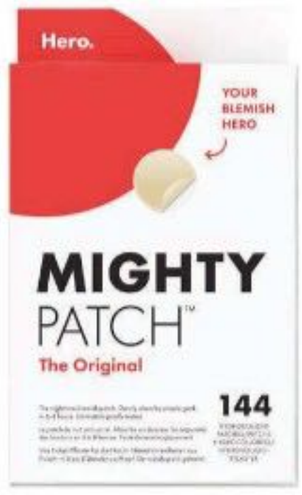
PAR **PAULINE DE LA LANDE**



Défatiguer
Effet glaçon grâce à l'aloe vera et aux algues marines. Patchs Hydrogel Anti-cernes, **Aloe Paris,** 35 €.



Décongestionner les paupières
Quatre formes d'acide hyaluronique pour un effet coup de fouet. Patchs hydratants contour des yeux, **Firn,** 12 €.



Assécher un bouton
Comme par magie, nos boutons disparaissent en une nuit. Mighty Patch The Original, **Hero,** 34,99 €.

Atténuer les signes de l'âge
Sa technologie microneedling reproduit les effets des injections. Patch anti-âge, **Kósmopellis,** 69,90 €.

Soulager les démangeaisons
En seulement 15 minutes, il apaise les piqûres d'insecte. Pansements après-piqûres, **Insect Protect,** 7,29 €.



PATCH IT !

CONCENTRÉS, EFFICACES ET PRATIQUES, ILS DIFFUSENT LEURS ACTIFS LÀ OÙ ON VEUT, EN EXPRESS.



Sublimer les ongles
Avec un vernis en patchs autocollants (sans LED). Gel Nail Wraps, **Mylee,** 14,99 €.



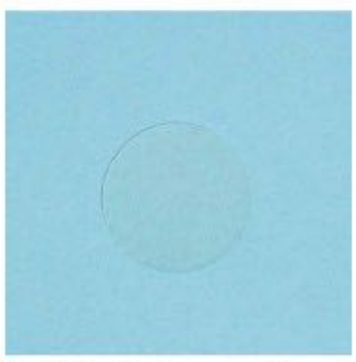
Hydrater et repulper les lèvres
Grâce au resvératrol, à l'extrait de fraise et l'acide hyaluronique, les lèvres sont douces et lisses. Serve Chilled Rosé Lips, **Patchology** chez **Sephora,** 17 €.



Fortifier les cheveux
Associée aux extraits botaniques, la vitamine B5 redonne force et vitalité à la chevelure. Nutri Hair Micro Patch Anti Chute, **Ôde Cosmétiques,** 39 €.



Neutraliser les points noirs
La niacinamide et l'acide salicylique régulent le sébum et purifient en profondeur. Patchs nez points noirs hydrocolloïde, **Skin and Out,** 14 €.



Éclaircir les taches brunes
L'acide salicylique et la niacinamide réduisent les taches pigmentaires. Pigment Control Patch, **Talika,** 11 €.

Lisser les rides d'expression
Ces patchs en silicone favorisent la diffusion des actifs de la crème appliquée en dessous. A70, coffret masque ciblé rides d'expression + patchs en silicone, **Typology,** 49,90 €.





Prolonger le bronzage
L'association du lycopène, de la vitamine E et de l'huile de pépin de raisin donne bonne mine, sans soleil. Bronze, **Patcha,** 36,90 €.



Réutilisables
En silicone, ils boostent l'efficacité de tout contour de l'œil appliqué au préalable. Patchs yeux Cocoon Edition, **Iräye** chez **Nocibé,** 35,50 €.

PRESSE.

POUR LES BÉBÉS ET TOUS LEURS AMIS.

Tous les jours, Intermarché offre 10% en avantage carte sur le rayon bébé aux parents, mais aussi aux papys, mamies, tontons, tatas, nounous...



Intermarché

TOUS UNIS CONTRE LA VIE CHÈRE

APPRENEZ À VOTRE ENFANT À NE PAS GRIGNOTER ENTRE LES REPAS. WWW.MANGERBOUGER.FR

Offre réservée aux clients possédant la carte de fidélité Intermarché et inscrits à Intermarché bébés. Tous les jours, 10% sur les rayons bébé : alimentation bébé (excepté le lait 1er âge), hygiène bébé, coton, couches, petite puériculture, grosse puériculture, chaussures pour bébé, layette bébé, reversés sur votre carte de fidélité dans la limite de 30€ maximum par mois et par carte. Offre non cumulable avec toute autre offre promotionnelle ou avantage fidélité. Modalités complètes à l'accueil de votre magasin et sur intermarche.com

Annonceur : IIM Alimentaire International - RCS PARIS 341 192 227 - SAS au capital de 117 149 184 € - Siège social : 24, rue Auguste Chabrières 75737 Paris Cedex 15 - Sous réserve d'erreurs typographiques - 2026

PAR YASMINE MEURISSE

VITAMINE C, VITAMINE... GLOW !

GORGÉE DE CET ACTIF VITAMINÉ, LA PEAU GAGNE EN LUMINOSITÉ... ET EN FERMETÉ. À UTILISER MATIN ET SOIR, DE 20 À 100 ANS !



1 ANTIOXYDANTE

Dans cette reformulation, la vitamine C stabilisée et concentrée à 30 % illumine les teints ternes. Idéal pour les peaux mixtes à grasses, même sensibles.
Son point fort. 99 % d'ingrédients d'origine naturelle et 8 heures de protection.
> Sérum booster à la vitamine C, Novexpert, 49,95 €.

2 RAFFERMISSANTE

Ici, le complexe à base de 10 % de vitamine C (Ethyl ascorbic) est combiné à des peptides pour un effet anti-âge supplémentaire.
Son point fort. Plus d'éclat dès les premiers jours d'application, plus de fermeté à partir de quatre semaines.
> Daily Serum Renouveau + Éclat, RoC, 39,90 €.

3 BIO ET VEGAN

C'est une association d'actifs particulièrement intéressante en termes d'éclat et de protection cellulaire : vitamine C stabilisée, Astaxanthine et maté.
Son point fort. Son prix imbattable.
> Crème Vitamine C & Astaxanthine, Aroma-Zone, 8,95 €.

4 HYDRATANTE

On adore la formule composée de prune de Kakadu (Australie) dont la vitamine C est issue, associée à des extraits de raisin, de kiwi antiradicaux libres et d'acide hyaluronique hydratant.
Son point fort. Le parfum vanille-mandarine.
> Glow Vitamine C, Antipodes, 45 €.

5 LISSANTE

Deux types de vitamine C pour une action immédiate et prolongée sur la clarté du teint et l'hyperpigmentation.
Son point fort. Affine le grain de peau.
> Intensive Vitamine C², Institut Esthederm, 39 €.

6 EFFET PEAU NEUVE

Les 7 % de vitamine C stabilisée associés aux 2,5 % de rétinol encapsulé contribuent à régénérer et embellir la peau.
Son point fort. Améliore aussi le rebondi et la densité cutanée.
> Retin-C Treatment Complex, Kat Burki, 165 €.

7 RÉÉQUILIBRANTE

Aux 2 % de vitamine C s'ajoutent des prébiotiques qui renforcent la barrière cutanée, et du niacinamide antipigmentation.
Son point fort. Le conditionnement pratique, un « pschitt » suffit.
> Sérum en brume Vitamine C, Talika, 40 €.

8 APAISANTE

Ce sérum, formulé avec de la vitamine C (3-O Éthyl ascorbique), de l'argousier et de l'eau de feuilles de thé apaisante, éclaircit et lisse en douceur.
Son point fort. Sa haute tolérance. ●
> Gentle Vitamine C Serum, Dr. Althea, 21 €.

PRESSE.

À PORTÉE DE MAIN

ET SI ON PROLONGEAIT L'EXPÉRIENCE DU PARFUM JUSQU'AU BOUT DES DOIGTS, POUR FAIRE DU GESTE ROUTINIER DU LAVAGE DES MAINS UN RITUEL DE PLAISIR ET UN ART DU SOIN ?



Avec ses notes hespéridées, végétales et boisées sur un fond chypré, ce baume lavant est fidèlement inspiré de l'iconique Eau de Campagne. Baume Lavant Mains et Corps, Campagne, **Maison Sisley,** 78 €.



Framboise, feuilles de cassis, patchouli et muscs déposent sur la peau un sillage floral-fruité. Savon parfumé Rouge Trafalgar, **Christian Dior Paris,** 70 €.



Les muscs blancs procurent une sensation de peau propre subtile et raffinée. Lait parfumé pour les mains et le corps, Musc Outreblanc, **Guerlain,** 105 €.



On retrouve l'éclat de l'orange, la vitalité du cèdre et la sensualité du patchouli, pour un effet frais et vivifiant. Gel moussant mains et corps Eau d'orange verte, **Hermès Paris**, 79 €.



Santal, figue et thé noir sont au cœur de cet accord boisé et poudré enveloppant. Gel Lavant Gris Charnel, **bdk Parfums,** 52 €.



Formulé avec 97 % d'ingrédients naturels, du beurre de karité, de l'aloe vera et de la glycérine, ce lait prolonge l'expérience du parfum Carmen, aux accords tabac-cuir, agrumes et patchouli. Lotion pour les mains Carmen, **Trudon,** 98 €.

UNE SYMBOLIQUE FORTE

À l'heure du gel hydroalcoolique et des lingettes, renouer avec un cérémonial du soin des mains redonne du sens à un geste dont on a oublié la symbolique. En effet, depuis toujours, dans la plupart des cultures et des religions, se laver les mains relève d'un rituel de purification, de respect, d'hospitalité et de propreté. Au Japon, où cet apprentissage débute dès l'école élémentaire, l'Oshibori – un petit carré de tissu humide et chaud – invite à se nettoyer les mains et à honorer le repas. Dans de nombreux pays d'Orient, de l'eau parfumée à la rose est proposée aux invités en guise de bienvenue.

UN RETOUR AUX SOURCES

Parfumer ses mains, au fond, c'est renouer avec les origines de la parfumerie moderne. Autrefois, on embaumait les gants, d'où le métier de maître gantier-parfumeur dès le XVII[e] siècle, puis de parfumeur tel qu'on le connaît aujourd'hui. À la cour de France, Catherine de Médicis contribua à populariser cette pratique, née d'un impératif : masquer l'odeur du cuir, alors tanné avec de l'urine et des excréments. De nos jours, ce geste relève d'un raffinement ultime, pour des mains qui sentent bon.

UNE EXPÉRIENCE RAFFINÉE

La Maison Trudon, réputée pour ses parfums et ses bougies haut de gamme, a développé une large gamme de laits parfumés pour les mains. Selon Hugo Ferroux, son directeur créatif, *« cultiver l'idée d'un véritable cérémonial au quotidien offre une manière nouvelle et plus intime d'incarner le parfum. »*

PRESSE.

PAR YASMINE MEURISSE



LES DOCTEURS DE LA BEAUTÉ

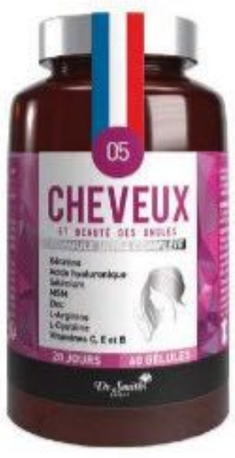
DR GROSS, STURM, SMITH OU RICAUD... LES COSMÉTIQUES QUI PORTENT UN NOM DE MÉDECIN INSPIRENT CONFIANCE. MAIS Y A-T-IL UN VRAI DOCTEUR DERRIÈRE LES FORMULES ?

L'effet « blouse blanche » sur nos esprits est aussi ancien que la publicité. Dès qu'il s'agit de vanter le sérieux, la rigueur scientifique ou l'efficacité d'un produit, la figure du médecin s'impose, de la lessive... aux cosmétiques. Cette caution médicale inspire confiance et sans forcément en avoir conscience, toutes et tous accordons spontanément du crédit au mot « docteur ». D'un autre côté, de très nombreuses marques de cosmétiques ont réellement été créées par des médecins, dermatologues, chirurgiens, docteurs en pharmacie, en biologie ou en chimie. L'une d'elles a même été fondée par un prix Nobel (lire l'encadré). La plupart du temps, ces spécialistes de la santé ont cherché à apporter une réponse à des problématiques cutanées, telles que les rougeurs, l'atopie, l'acné... Leur formation scientifique et leur diplôme leur confèrent toute légitimité à apposer « Dr » devant le nom de leur marque. Petit tour d'horizon de ce « Doctolib » de la beauté.









LES PIONNIERS

Dr. Hauschka. La marque est née de la rencontre entre le chimiste Rudolf Hauschka, alors fabricant de médicaments, et l'esthéticienne Elisabeth Sigmund, qui utilisait ses ingrédients pour élaborer ses propres crèmes. Près de soixante ans plus tard, elle répond toujours à sa vocation première : aider la peau à s'autoréguler. Visionnaire !

> Crème Purifiante Visage, 18 €.

Dr. Pierre Ricaud. Médecin généraliste en Bretagne, Joseph-Pierre Ricaud, passionné par les plantes médicinales, cherchait à améliorer le bien-être de ses patients en combinant expertise médicale et connaissance des végétaux. Il partageait ses découvertes avec son jeune cousin... Yves Rocher. La marque dédiée aux femmes de plus de 35 ans est lancée en 1986.

> Crème anti-rides comblante, 39,90 €.

LES ICONIQUES

Dr. Dennis Gross. Ancien chercheur spécialisé dans le cancer de la peau, ce dermatologue new-yorkais et son épouse ont introduit le geste du peeling dans notre routine quotidienne. Créée en 2000, la marque débarque en France en 2023 chez Sephora.

> Alpha Beta® Peeling quotidien formule universelle, 25 € (5 sachets) chez Sephora.

Dr. Brandt. Sa devise « take the doctor home », est éloquente. Dermatologue et chercheur en cancérologie, passionné de recherche cellulaire, Fredric Brandt est à l'origine de la « dermaceutique », cette génération de cosmétiques inspirés par la dermatologie.

Dr. Smith. À 29 ans, Joseph Robert Smith reprend la pharmacie familiale de son père, pharmacien, et de sa mère, botaniste. En 1987, il commercialise sa première formule aux plantes et devient un des premiers spécialistes du complément alimentaires (bio). Depuis six ans, la marque est certifiée Ecocert.

> Cheveux et beauté des ongles la Cure Complexe, 19,90 €.

2026 FAST-STOCK/SHUTTERSTOCK // PRESSE.

Dr. Barbara Sturm. Orthopédiste et médecin du sport allemande, Barbara Sturm s'est toujours passionnée pour les mécanismes d'inflammation. Elle devient médecin esthétique en 2002 et lance sa première gamme anti-inflammatoire en 2014. On sait aujourd'hui que c'est une des approches les plus pertinentes de la cosmétique anti-âge.
> Everything Hydrogel Mask, 140 €.

Dr.Jart+. Cofondée en 2004 par le dermatologue Jung Sung-jae et l'entrepreneur Chin Wook Lee, cette marque coréenne est à l'origine des premières BB Cream, ces soins hybrides destinés à apaiser et à maquiller les visages ayant subi un acte esthétique. Elle a promu la K-beauty dans le monde entier.
> Masque Visage Cryo Sorbet, 24 €.

Dr. Althea. Derrière cette marque au nom inspiré de la déesse grecque signifiant « soin de soi », lancée en 2014, aucune figure médicale, mais une ambition claire : s'appuyer sur la recherche scientifique pour élaborer des formules naturelles, dosées avec justesse, qui apaisent les peaux sensibles.
> 345 Relief Cream, 23 €.

CELLES QUI « CACHENT » UN DOCTEUR...

Kiehl's. En 1894, l'Américain John Kiehl rachète une échoppe d'apothicaire et la rebaptise Kiehl Pharmacy. À sa retraite, Irving Morse, son apprenti, reprend l'affaire et la développe. En 1961, son fils, chimiste, fournit au gouvernement américain une crème à l'aloe vera pour traiter et soulager les brûlures dues aux radiations. La marque sera la première à indiquer la liste complète de ses ingrédients, bien avant que la réglementation ne l'impose.

SkinCeuticals. Aujourd'hui propriété du groupe L'Oréal, l'entreprise fut créée par le Dr Sheldon Pinnell à la suite de ses recherches dermatologiques en cancérologie. Elle est devenue la référence des formules antioxydantes topiques.

Clinique. Imaginée par des dermatologues en 1968, cette marque emblématique du groupe Estée Lauder a jeté les bases d'une cosmétologie haute tolérance, sans parfum, scientifiquement validée et hypoallergénique.







Bioderma, Institut Esthederm, État Pur. Ce sont les trois marques du groupe Naos, fondé par le docteur en pharmacie Jean-Noël Thorel au milieu des années 80. C'est l'un des premiers à avoir considéré la peau comme un écosystème.

Laboratoires Filorga. Médecin esthétique, Michel Tordjman a, pour la première fois, conçu des cosmétiques anti-âge formulés avec les meilleurs actifs de la médecine esthétique.

Garancia. Derrière ces produits aux noms fantaisistes (Diabolique Tomate, Formule ensorcelante...) se cachent toute la rigueur d'une docteure en pharmacie, Savéria Coste.

Augustinus Bader. Médecin et chercheur spécialiste des cellules souches, il a consacré trente ans de sa carrière au développement de technologies permettant de stimuler et d'exploiter les capacités d'autoguérison du corps humain, notamment en réactivant les cellules vieillissantes. La marque a été fondée en 2018.

Derma Cosmetics. L'approche anti-âge de Susanne von Schmiedeberg, docteure en médecine, se concentre sur la lutte contre les effets du sucre – la glycation, qui rigidifie les fibres de collagène et accélère le vieillissement. Au cœur de ses formules : la L-Carnosine qui aide à réduire ce phénomène. ●

NOBLE PANACEA, NOBEL DE LA COSMÉTO !

SIR FRASER STODDART, PRIX NOBEL DE CHIMIE EN 2016 POUR SES TRAVAUX SUR LA CONCEPTION ET LA SYNTHÈSE DE MACHINES MOLÉCULAIRES, EST À L'ORIGINE D'UNE LUXUEUSE MARQUE DE COSMÉTIQUES. CET ÉCOSSAIS DE L'UNIVERSITÉ NORTHWESTERN, AUX ÉTATS-UNIS, N'A PAS ÉTÉ RÉCOMPENSÉ POUR SES SOINS INNOVANTS, MAIS CES DERNIERS DÉCOULENT DE SES RECHERCHES, GRÂCE À LA TECHNOLOGIE OSMV, UN TRAVAIL À L'ÉCHELLE MOLÉCULAIRE PERMETTANT DE LIBÉRER LES ACTIFS AU BON ENDROIT, AU BON MOMENT ET POUR LONGTEMPS.
> Crème réparatrice Reset The Exceptional, 360 €.



ASCENCIA
BUSINESS SCHOOL

L'ÉCOLE DE COMMERCE

ET DE MANAGEMENT

MULTICAMPUS EN ÎLE-DE-FRANCE

À MOINS DE 30 MINUTES

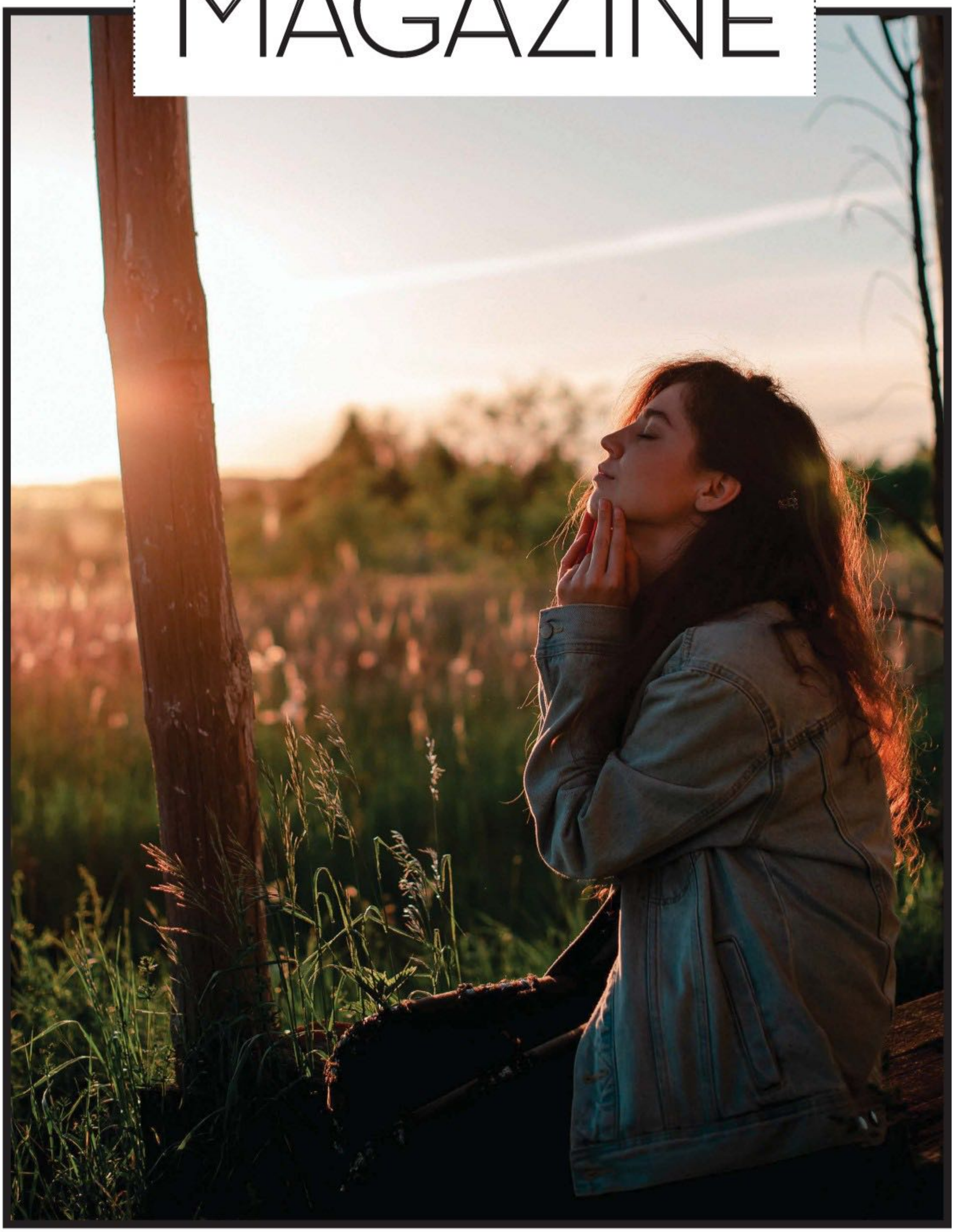
DE CHEZ TOI

INSCRIS-TOI VITE !

REJOINS-NOUS

PARIS LA DÉFENSE • MARNE-LA-VALLÉE • ÉVRY • SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES

MAGAZINE



2020 ARLEKINKA/SHUTTERSTOCK.



© 2018 SIMONA PILOLLA 2/SHUTTERSTOCK.

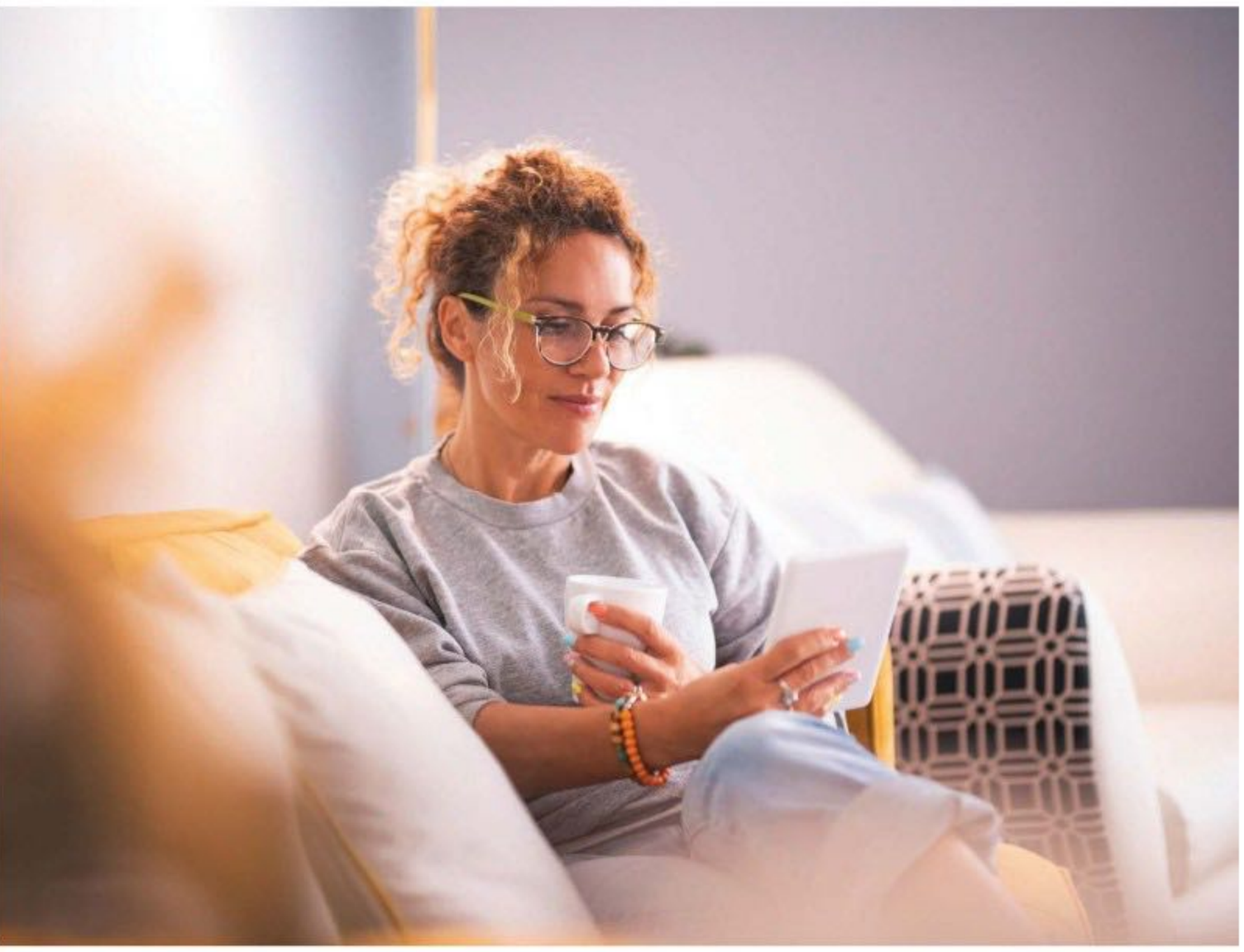


AU BOULOT APRÈS 60 ANS : ON FAIT QUOI ?

LONGTEMPS, LA FIN DE CARRIÈRE RESSEMBLAIT À UN TUNNEL DONT L'UNIQUE SORTIE ÉTAIT LA RETRAITE. AUJOURD'HUI, ELLE S'APPARENTE DAVANTAGE À UN CARREFOUR. CERTAINS POURSUIVENT LEUR ACTIVITÉ AVEC PLAISIR, D'AUTRES AMÉNAGENT LEUR TEMPS DE TRAVAIL, CHANGENT DE POSTE OU SE LANCENT DANS UNE NOUVELLE AVENTURE PROFESSIONNELLE. UNE DIVERSITÉ DE PARCOURS QUI RAPPELLE UNE ÉVIDENCE SOUVENT OUBLIÉE : TRAVAILLER PLUS LONGTEMPS N'A DE SENS QUE SI L'ON PEUT TRAVAILLER AUTREMENT.

PAR **SOPHIE GIAGNONI**

À 61 ans, Claudia pourrait partir à la retraite au titre des carrières longues. Pourtant, elle a choisi de rester quelques mois encore dans l'étude notariale où elle travaille. « *Ça me prend le chou, mais je suis en* • • •



• • • *maîtrise* », résume-t-elle avec humour. Le métier ne la passionne plus comme à ses débuts, mais elle le connaît parfaitement et l'exerce désormais la plupart du temps depuis chez elle. Une expertise et des conditions de travail qui lui permettent d'aborder ses journées avec beaucoup de recul et peu de pression. Cette évolution du rapport au travail est fréquente. Avec l'expérience, de nombreux salariés cherchent moins à progresser dans la hiérarchie qu'à retrouver des marges de manœuvre : davantage d'autonomie, des horaires plus souples, du télétravail ou un temps partiel choisi. Selon l'économiste Annie Jolivet, spécialiste des fins de carrière, les parcours les plus satisfaisants sont souvent ceux qui permettent d'adapter progressivement les conditions de travail aux besoins des employés.

« Les salariés de plus de 60 ans ne cherchent pas forcément à quitter le monde du travail. Ils souhaitent souvent conserver ce qu'ils apprécient dans leur métier, tout en se délestant de ce qui les use. »

TRAVAILLER AUTREMENT PLUTÔT QUE PARTIR

Télétravail, réduction du temps de travail, changement de poste ou abandon des horaires les plus contraignants : les possibilités sont nombreuses, même si elles restent très inégalement réparties selon les entreprises et les métiers. Certaines organisations ont compris qu'il serait difficile de maintenir les salariés en poste plus longtemps sans adapter leurs conditions de travail. Annie Jolivet cite ainsi l'exemple d'une PME spécialisée dans la pose de stores, qui a créé de nouvelles missions pour ses collaborateurs les plus expérimentés. Les plus âgés peuvent désormais préparer les chantiers, prendre les mesures, anticiper les difficultés techniques ou former les nouvelles recrues. Une façon d'alléger la charge physique, tout en valorisant leurs compétences.

Dans d'autres sociétés, les aménagements prennent la forme d'horaires plus souples, d'un passage progressif à temps partiel ou encore de l'abandon du travail de nuit. Des ajustements parfois modestes, mais qui peuvent transformer les dernières années de vie professionnelle. Car contrairement à une idée répandue, les salariés de plus de 60 ans ne cherchent pas forcément à quitter le monde du travail. Ils souhaitent souvent conserver ce qu'ils apprécient dans leur métier, tout en se délestant de ce qui les use.

TRANSMETTRE PLUTÔT QUE PRODUIRE

Nombreux, d'ailleurs, sont ceux qui ne souhaitent pas lever le pied. Alors qu'il pourrait lui aussi faire valoir ses droits à la retraite, Christophe, 62 ans, commercial grands comptes, n'envisage pas davantage de quitter son entreprise. « *Globalement, ça va plutôt bien* », résume-t-il. Son

2018 SIMONA PILOLLA 2/SHUTTERSTOCK.

UN CHIFFRE

42,4%

des 60-64 ans occupent un emploi en France.

Source : Dares, juillet 2025.

travail lui plaît, ses objectifs sont atteints et son expérience lui confère une autonomie qu'il n'avait pas à 40 ans. Cerise sur le gâteau, il s'entend très bien avec ses jeunes collègues et prend plaisir à partager avec eux sa connaissance du métier : gestion des situations complexes, recul face aux urgences, réseau professionnel… Ce qu'il a à transmettre n'est pas anecdotique. Paradoxalement, c'est peut-être au moment où les entreprises commencent à manquer de main-d'œuvre qu'elles redécouvrent les qualités des seniors. Moins de turnover, davantage de stabilité, une maîtrise du métier impossible à acquérir en quelques mois. Pendant longtemps, l'âge a souvent été perçu comme un problème. Il devient parfois une ressource.

CONTINUER À APPRENDRE

On imagine parfois qu'à l'approche de la retraite, l'essentiel de la vie professionnelle est derrière soi. Les travaux d'Annie Jolivet révèlent pourtant une réalité tout autre. Parmi les facteurs qui permettent aux salariés de se projeter sereinement jusqu'à la retraite, deux reviennent systématiquement : continuer à apprendre et avoir les moyens de faire un travail de qualité. Nouvelles missions, évolution vers des fonctions différentes, participation à des jurys professionnels, acquisition de nouvelles compétences… Les possibilités sont nombreuses. À l'inverse, lorsque les collaborateurs ont le sentiment d'avoir atteint un plafond, que leurs tâches deviennent répétitives ou qu'ils ne disposent plus des moyens de les effectuer correctement, l'envie de partir s'accélère. Autrement dit, ce n'est pas seulement l'âge qui compte, mais la capacité à continuer d'évoluer.

PRÉPARER UNE DEUXIÈME VIE

D'autres choisissent de profiter de ces années pour se reconvertir ou préparer la suite. Après dix années passées dans un laboratoire pharmaceutique, Catherine a quitté l'entreprise au lendemain du Covid. À 60 ans, elle ne se sentait plus capable de suivre le rythme imposé par son métier. « *Trop de pression, trop de fatigue. Je n'avais plus l'énergie de rester dans le train* », raconte-t-elle. Elle décide alors de se former à la naturopathie, un projet qu'elle mûrissait depuis longtemps. Trois ans plus tard, elle exerce dans son propre cabinet. Mais n'en vit pas… Comme beaucoup d'indépendants lancés sur le tard, elle complète ses revenus grâce à ses économies. À 60 ans, Constance, qui ne dispose pas de ces moyens financiers, enchaîne les formations pour construire un parcours d'art-thérapeute en vue de l'après-retraite, « *quand je ne serai plus tenue de travailler pour des raisons financières et pourrai enfin exercer un métier qui me plaît* ».

Ces reconversions tardives fascinent parce qu'elles racontent la possibilité d'une seconde vie professionnelle. Les spécialistes rappellent toutefois qu'elles restent minoritaires et requièrent souvent du temps, de l'énergie et des ressources financières. Elles témoignent néanmoins d'une évolution profonde : pour nombre de sexagénaires, la retraite ne se résume plus à une sortie du monde du travail. Elle devient l'occasion d'inventer une nouvelle activité. Finalement, ce qui distingue les soixantenaires d'aujourd'hui de ceux d'hier n'est peut-être pas tant l'âge auquel ils partiront à la retraite que le champ des possibles qui s'ouvre à eux d'ici là. ●

POUR ALLER PLUS LOIN

• ***Je suis vieux et je vous emmerde. Manifeste contre l'âgisme au travail,*** **de Jean-Jacques Richard, Librinova, 17,90 €.**

LE BRIDGE, NOUVELLE CARTE TENDANCE

LONGTEMPS ASSOCIÉ À UNE IMAGE VIEILLISSANTE, CE JEU CONNAÎT UN REGAIN D'INTÉRÊT INATTENDU ET SÉDUIT UNE JEUNE GÉNÉRATION DE JOUEURS.



Non, le bridge n'est plus l'apanage des seniors comptant leurs points en sirotant un thé tiède. Des cercles d'initiés aux clubs trendy, ce jeu ancestral attire une nouvelle génération en quête de sens et de reconnexion dans une société qui isole. Ce « revival » s'explique d'abord par un besoin viscéral de détox digitale. À l'ère des notifications incessantes et de la solitude face aux écrans, le bridge offre un luxe devenu rare : une attention totale à la partie. Impossible de consulter son smartphone quand on est engagé dans une donne. Ce jeu est donc l'un des remèdes idéaux pour ralentir et recréer un véritable lien social.

DES ATOUTS GAGNANTS

De plus, le bridge se joue à deux contre deux : les fameux partenaires Nord-Sud et Est-Ouest. « *Le jeu impose naturellement l'échange, la coopération et la rencontre, même entre inconnus. C'est aussi un formidable outil cognitif, notamment pour les seniors, car il entretient la mémoire, la concentration et la logique. Et pour les jeunes, c'est une alternative très concrète aux écrans : un jeu exigeant, intelligent, mais profondément social* », souligne Franck Riehm, président de la Fédération Française de Bridge (FFB). À 60 ans, Keo Daumont apprécie effectivement ce lien social inhérent au bridge. « *Cela m'oblige à sortir et à rencontrer des gens. Et puis, c'est un sport en duo, contrairement aux échecs où l'on joue en solo. Enfin, cela entretient mes capacités cognitives. Parfait pour ma mémoire !* », résume-t-elle. Ce grand retour s'appuie également sur une image modernisée et plus inclusive, portée par une communication audacieuse, décalée, pleine d'autodérision. Partenaire de l'Éducation nationale, la FFB en fait un véritable levier pédagogique auprès des plus jeunes, prouvant ainsi qu'il n'y a pas d'âge pour muscler ses neurones avec style. « *Le bridge est un formidable outil de mixité intergénérationnelle, vibrant et profondément humain* », conclut avec enthousiasme Franck Riehm. ●

LES RÈGLES DE BASE POUR BRILLER À LA TABLE DE JEU

Vous brûlez de vous lancer ? Derrière sa réputation de jeu complexe, le bridge repose sur des règles finalement assez simples. Il se joue avec un jeu de 52 cartes, par équipes de deux. Tout commence par les enchères. C'est la phase de négociation. Sans voir les cartes de votre partenaire, vous devez « annoncer » le nombre de plis (ou levées) que vous pensez réaliser ensemble, puis choisir une couleur d'atout ou jouer « sans atout ». Un véritable dialogue codé. Une fois le contrat fixé, l'un des attaquants devient le « mort » et étale ses cartes sur la table. Son binôme joue alors pour deux. Le but ? Remporter le nombre de plis promis en fournissant la couleur demandée ou en coupant. Rien de poussiéreux donc, mais au contraire le plus palpitant des jeux intelligents. Prête à relever le défi ?

PRESSE.

"LE BRIDGE ? VOUS ALLEZ REGRETTER

DE NE PAS Y AVOIR JOUÉ AVANT."

LE BRIDGE.
Le jeu qui cache bien son jeu.

FFBRIDGE



L'ASTROLOGIE UNE AIDE POUR SE CONNAÎTRE ?

CETTE DISCIPLINE A LE VENT EN POUPE. SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX, DE NOMBREUX COMPTES SPÉCIALISÉS DÉCRYPTENT LE MOUVEMENT DES PLANÈTES ET LEUR INFLUENCE, ANALYSENT LES NOUVELLES ET PLEINES LUNES, PROPOSENT DES RITUELS, LIVRENT DES HOROSCOPES... COMME UN OUTIL SUPPLÉMENTAIRE DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL. CET ART DIVINATOIRE MILLÉNAIRE ET SOUVENT DÉCRIÉ PEUT-IL VRAIMENT AIDER À MIEUX SE CONNAÎTRE ET À APPRÉHENDER LA VIE SOUS UN AUTRE JOUR ?

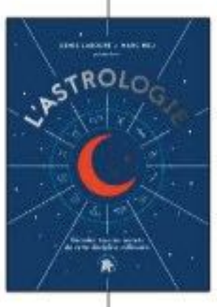
PAR **LOUISE LEMBRUN**



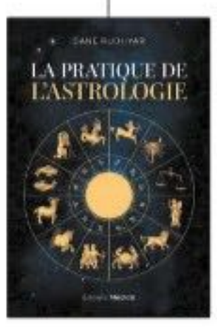
2026 MAXBELCHENKO/SHUTTERSTOCK.

Première étape généralement conseillée par les astrologues : établir son thème astral, autrement dit la carte du ciel au moment où l'on est venu au monde. Pour cela, il est nécessaire de connaître sa date, son heure et son lieu de naissance. « *Le thème natal, c'est-à-dire l'étude des planètes et leur position le jour de la naissance, correspond à notre mode d'emploi. Ce qui s'est imprimé dans le ciel à ce moment-là est en résonance avec les enjeux de notre histoire et de notre vie*, indique l'astrologue Célune Stella. *Le thème parle du caractère, des traits de personnalité, des circonstances de la naissance, des parents, des grandes étapes de la vie, de nos* •••

POUR ALLER PLUS LOIN



L'Astrologie, de Denis Labouré et Marc Neu, Le Lotus et l'éléphant.



La Pratique de l'astrologie, de Dane Rudhyar, Éditions Médicis.

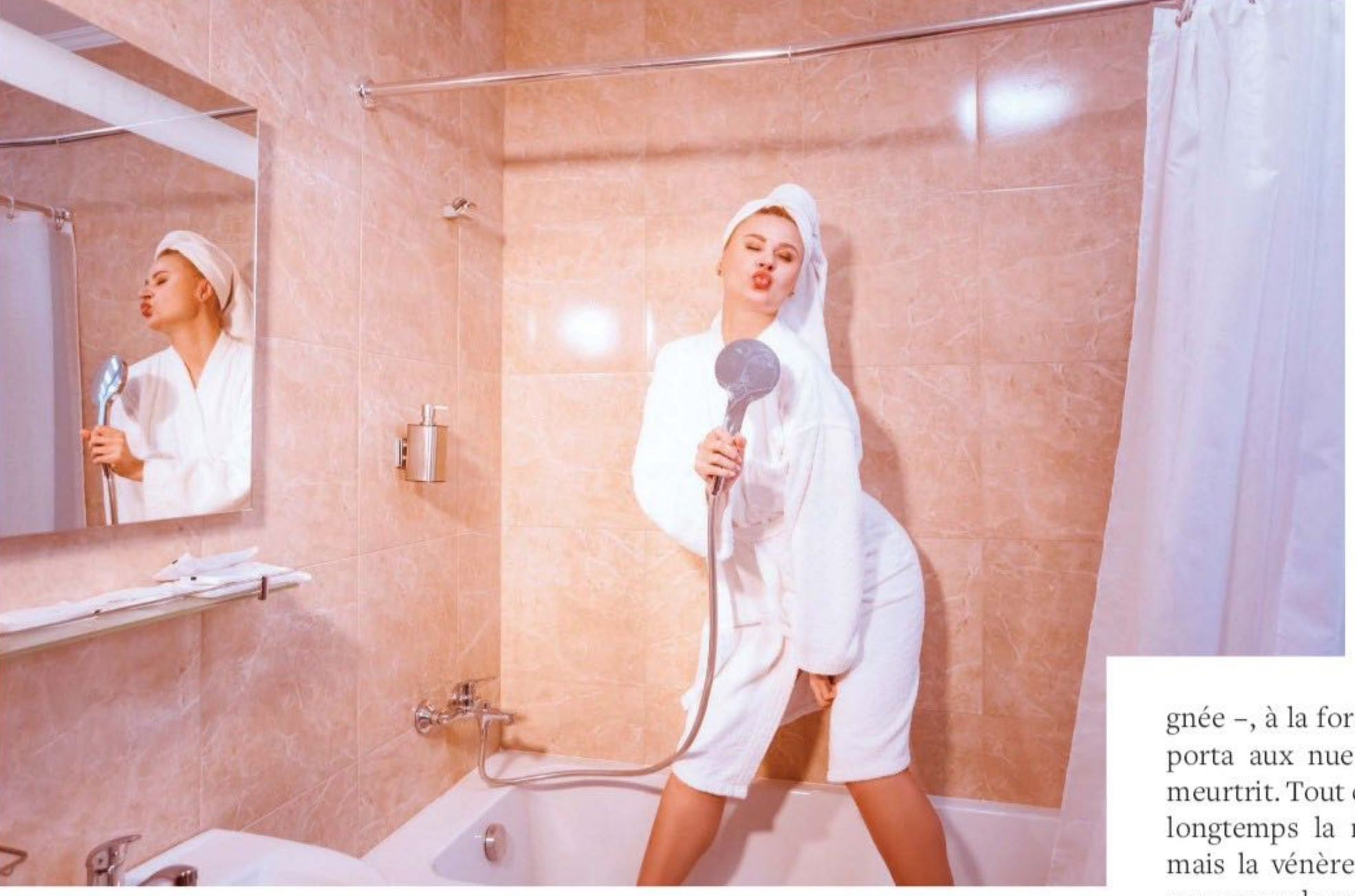
••• *forces et faiblesses, du potentiel professionnel, amoureux... Il peut aussi expliquer certains comportements, éclairer les épreuves que l'on traverse et en cela donner du sens. Il livre beaucoup d'informations. Il n'existe pas de mauvais thème. Si on vous dit cela, fuyez !* » Le thème natal ne s'élabore qu'une seule fois et est l'outil de référence mis en perspective à chaque nouvelle interrogation. On peut aussi questionner les étoiles sur une problématique actuelle, une ambition professionnelle, une rencontre amoureuse. Mais attention, l'astrologie n'a pas vocation à prédire la réussite ou l'échec de vos entreprises. « *Elle apporte un éclairage sur un potentiel. Elle peut ainsi indiquer quel moment est le plus favorable au lancement d'un projet professionnel, sans pour autant en prédire l'issue. Elle donne des clés et quoi qu'il en soit, chacun est libre de réagir aux événements comme il l'entend* », précise Célune Stella. Curieuse de cette pratique et sans a priori, Caroline a fait réaliser son thème auprès d'une astrologue. « *Cette lecture a été très riche. La description de ma personnalité s'est avérée assez fidèle et nuancée. J'ai eu des informations sur mes parents qui m'ont étonnée et la consultante a mis en avant des potentialités, des aptitudes à développer. Cela ouvre des pistes de réflexion* », confie la vétérinaire. « *L'année dernière, j'ai consulté pour connaître les tendances des mois à venir et j'ai été plutôt surprise : ce qui a été évoqué, notamment dans le domaine familial et transgénérationnel, s'est révélé tout à fait juste. Cela m'a accompagnée dans le travail sur moi-même et mon histoire. Pour autant, je n'attends pas ce décryptage pour vivre ma vie. Je trouve que cela offre une ouverture et une compréhension plus large du chemin et j'aime bien le relire de temps en temps* », affirme-t-elle.

SUIVRE DES PISTES ET S'ÉCOUTER

Reste une question pour celles et ceux qui s'intéressent à l'astrologie sans en être spécialistes : que faire de ces informations trouvées ici et là sur la « rétrogradation de Mercure », « l'entrée de Jupiter en Lion » ou « l'arrivée de Vénus dans le signe » ? « *Prendre ces données brutes sans les relier au thème n'a aucun sens. On est dans une version trop générale de l'astrologie pour connaître l'impact sur chacun. Tout le monde vit un épisode de Pleine Lune, mais personne n'est réceptif de la même façon* », souligne Célune Stella. Les signes du zodiaque sont aussi souvent présentés de manière caricaturale. Les Bélier sont forcément fonceurs, les Cancer hypersensibles et les Lion dotés d'un ego démesuré. « *Pour beaucoup, l'horoscope est la porte d'entrée à l'astrologie. Il peut résonner pour certains et les encourager à approfondir, mais il n'évoque que le signe solaire et demeure très général. Nous sommes tous singuliers ; nous partageons les mêmes planètes mais elles nous affectent différemment* », insiste l'astrologue. Alors comment savoir si l'on frappe à la bonne porte ? Célune Stella conseille d'observer la manière dont le ou la praticienne transmet son art et si cela résonne en nous. Et pour elle, pas question de mêler tarot, tirages de cartes ou pendule à la pratique. « *L'astrologie est très complexe et répond par elle-même à toutes les questions.* » En attendant, n'oublions pas de regarder les planètes, les étoiles et les constellations au-dessus de nos têtes : peut-être ont-elles un message à délivrer... ●

« L'astrologie est très complexe et répond par elle-même à toutes les questions »

PRESSE.



BECOMING... CÉLINE DION

DÉTOURNER DES RIVIÈRES, PORTER DES POIDS.
TRAVERSER DES MERS, JE SAURAIS FAIRE.
DÉFIER DES MACHINES, NARGUER DES LOIS.
LES FOUDRES DIVINES, ÇA M'EFFRAIE PAS.

L'ÉCHELLE DE DION

Aucune femme ne devient une idole sans en baver un peu, ou mourir beaucoup. Ce n'est pas moi qui le dis, mais ce ne sont pas Amy, Simone, Jeanne, Tina, Diana ou Oprah qui me contrediront. La loi physique de Hooke est formelle: plus on est tombée bas, plus l'indice de résilience doit être élevé pour pousser sur ses talons égratignés et revenir en orbite. J'admire ces femmes à la foi bionique, capables de rebondir sans faiblir jusqu'à décrocher la lune quand moi, dernière en troisième en fosbury avec M. Deswaerte, j'arrive à peine à sortir la tête du goudron. Le soir où Céline Dion vint, telle un phénix à plumes ivoire, se percher entre les dentelles de la tour Eiffel, je compris: c'était donc elle, la sainte patronne de la résilience, l'indicateur universel de référence pour mesurer notre bonheur. Dans une existence notée à coups du nombre de like, où un séisme de magnitude 7 sur l'échelle de Richter précède une parenthèse nocturne degré 9 sur l'échelle de Bortle, je plaide pour que soit créée l'échelle de Dion. Seule unité de mesure du bonheur. Celle qui nous fait relativiser nos emmerdes et nous poser, enfin, la seule question qui vaille: Céline, à ma place, elle ferait quoi?

8,4 SUR L'ÉCHELLE DE DION

J'admire sa faculté à grimper une tour Eiffel pour chanter un hymne à l'amour – cet amour qui ne l'a pourtant pas épargnée –, à la force d'une voix qui la porta aux nues et aujourd'hui la meurtrit. Tout ça pour des gens qui longtemps la raillèrent et désormais la vénèrent, qui vomirent la couronne de ses noces, trop lourde pour elle, cette tiare qui lui cisailla le front, seize heures durant, et la tête toujours haute. J'admire cette femme montée sur ressorts. Pas pour ses chansons qu'on nous braille toujours dans les mariages avinés, bien cintrées entre Beyoncé et Axelle Red, non. Je l'admire pour n'avoir jamais cédé aux sirènes de la revanche: ni sur la vie et ses gens, ni sur l'amour avec un jeune caribou baraqué, ni sur le temps à coups de bistouri. Pour parvenir à fédérer une planète capable de claquer l'argent des marmots pour juste assister à son retour sur scène, pas pour la voir chanter, non. Pour voir la survivante.

I'M ALIVE!

C'est un beau jour, il y a peu, alors que je travaillais à l'écriture de mon quatrième premier roman – commencé il y a quelques années et des wagons (clic-clic, vous êtes 2345, boh c'est pas grave, ils feront influenceurs sur Twitch) –, que je réalisais ceci: il était temps, comme Céline, de faire la paix avec les échecs et les offenses, que cesse cette quête de justice réparatrice. Parce qu'armée de la douceur pour moteur, on se relève donc, aussi. ●

2022 K PETRO/SHUTTERSTOCK.

2024 HALFPOINT/SHUTTERSTOCK.



POSER UN CONGÉ POUR SE RECONVERTIR : DOUX RÊVE OU TENDANCE DE FOND ?

DEVENIR ESTHÉTICIENNE, COACH SPORTIF, VIGNERONNE… VOUS EN RÊVEZ ? MAIS AVANT DE CHANGER DE MÉTIER, IL FAUT SOUVENT SE FORMER, CONSTRUIRE SON PROJET, TOUT EN CONTINUANT À BOSSER. UN PARCOURS QUI PEUT ÊTRE SEMÉ D'EMBÛCHES. HEUREUSEMENT, PLUSIEURS DISPOSITIFS EXISTENT POUR VOUS ACCOMPAGNER ET SÉCURISER VOTRE RECONVERSION.

PAR **CHLOÉ PANIER**

Comme des milliers de Français, Aurélie Malialin a profité du confinement de 2020 pour s'interroger sur son parcours professionnel. Alors conseillère retraite en Nouvelle-Aquitaine, elle ne voit guère de perspectives d'évolution dans son poste. « *Je voulais conserver un boulot en lien avec les gens afin de les aider, tout en faisant quelque chose de manuel. J'aimais bien dessiner, sans pour autant avoir de projet concret* », se souvient-elle. Puis, son mari lui demande de dessiner un motif sur la rame de sa pirogue. Pour l'occasion, elle puise son inspiration dans un ouvrage consacré aux tatouages polynésiens. Ajoutez à cela son frère qui souhaite se former au tatouage, Aurélie vient de trouver le métier de ses rêves : devenir tatoueuse polynésienne. « *L'un des assurés que j'accompagne dans sa démarche retraite me parle du projet de transition professionnelle pour faire financer ma formation* », raconte-t-elle. Une maternité reporte son projet. C'est finalement à la rentrée 2024-2025 qu'elle intègre une école à Créteil (94) pour suivre un cursus de douze mois. Elle alterne une semaine de cours avec trois semaines chez son employeur, auxquelles s'ajoutent des stages. « *J'ai financé ma formation grâce à mon CPF, et Transitions Pro Nouvelle-Aquitaine a maintenu mon salaire pendant mes semaines de cours et de stage. Une fois diplômée, j'ai repris le boulot à temps plein et je tatouais les week-ends et durant mes congés* », ajoute-t-elle. Depuis octobre 2025, elle travaille à temps partiel et consacre l'autre moitié de son temps à son activité de tatoueuse. Le rêve ! Mais attention, Aurélie Malialin (@o_vai_) reconnaît que jongler entre sa formation, son job et sa vie de famille n'a pas été un long fleuve tranquille. Une charge …

... mentale de dingue, même. Mais soutenue par ses proches, elle a réussi son pari. Son agenda de tatoueuse polynésienne est plein un mois et demi à l'avance.

CONCRÉTISER UN RÊVE

Aurélie Malialin est loin d'être un cas isolé. Aujourd'hui, de plus en plus de salariés, notamment des femmes, posent des congés pour se former et préparer une reconversion professionnelle. Selon leurs profils (et surtout leurs ressources financières), certaines optent pour un congé sabbatique. Donc non rémunéré. Une solution qui n'est évidemment pas à la portée de tous. Pour assurer davantage ses arrières, mieux vaut se tourner vers le projet de transition professionnelle (PTP). « *En moyenne, on prend en charge 60 % du coût du dossier. À savoir les frais de formation et le maintien de la rémunération jusqu'à douze mois. Pendant la formation, le contrat de travail initial est suspendu. Mais à l'issue du cursus, l'apprenant peut retourner dans sa société à temps plein ou à temps partiel. De quoi lancer progressivement sa nouvelle activité* », explique Pénélope Lucas, directrice générale de Transitions Pro Nouvelle-Aquitaine. Un dispositif très sécurisant, sans pour autant lever toutes les difficultés liées à une reconversion. Car si la formation tout au long de la vie constitue un droit pour les salariés, l'employeur n'est pas tenu de répondre favorablement à une demande de PTP. Perrine Lhoumeau Samserà, alors chargée d'études dans l'industrie pharmaceutique, en a fait l'amère expérience : sa première requête a été refusée, avant que la seconde ne soit acceptée. En 2021, elle se lance dans un BTSA viticulture-œnologie à distance, tout en continuant à bosser à temps plein. Elle effectue un stage de huit semaines dans un domaine viticole, sans perte de salaire. Une fois diplômée, elle retourne au boulot à mi-temps, reprend les vignes familiales et crée Trait d'Union, Vignes & Chai (@perrinelhoumeau_vigneronne). Mais un nouveau manager ne l'entend pas de cette oreille. Elle doit soit travailler à temps plein, soit quitter l'entreprise. Elle négocie finalement une rupture conventionnelle pour se consacrer à 100 % à sa nouvelle activité. Comblée, elle ne regrette rien. « *Mais le cycle d'élaboration d'un vin et de sa commercialisation est long. Environ dix ans. J'ai donc repris une activité de conseil indépendante en gestion de projet pharma* », témoigne la jeune dirigeante.

UN PETIT SAUT AVANT LE GRAND

Si ce type de parcours est de plus en plus fréquent, il n'est pas sans risques. Pour les limiter, faites-vous accompagner par des réseaux ou des associations spécialisées dans l'entrepreneuriat, par exemple. Ou montez un « truc » plus informel. Lors de sa première reconversion, Marie Donzel, aujourd'hui directrice associée d'Alternego, un cabinet de conseil sur les transformations du travail, a par exemple lancé le Club Ping Pong avec quelques copines dans la même situation qu'elle. « *De manière informelle, on s'appelait pour avoir des avis sur tel sujet, des conseils sur des façons de faire...* », se souvient-elle. De fil en aiguille, les coups de fil sont devenus des dîners pour rompre la solitude qui guette parfois les candidats à la reconversion. En effet, dans ce type de projet, si l'entourage ne suit pas, on peut vite se retrouver seul. « *En faisant ce choix de se former pour se reconvertir, il faut avoir conscience du risque. Et accepter que l'échec soit possible, mais que cela ne remet pas en cause sa personne ni sa carrière. Mieux vaut toujours prévoir un plan B* », conclut Caroline Diard, professeure associée au sein de TBS Éducation. ●

POUR ALLER PLUS LOIN



UN LIVRE
Guide de la reconversion professionnelle au féminin,
d'Anne Reymond, Les Roches Bleues, 2026, 16,90 €.

UN SITE
Transitions Pro :
transitionspro.fr

DES PODCASTS
Caféine podcast,
Osez (re)commencer,
Oser la reconversion.

PRESSE.

ÉQUILIBRE



ALBIN DURAND.

RETOUR AUX SOURCES

Pour une reprise en douceur, et en beauté, rien de tel qu'une parenthèse au bord de la mer. Idéalement situé, à seulement 20 mètres de la longue plage de Trouville, en Normandie, The Purist propose de courtes retraites saisonnières. Cet automne, le programme se compose de trois étapes – recentrage & détox douce, apaisement & ancrage, clarté intérieure et intentions – pour gagner en énergie et mieux vivre la transition vers l'hiver. Outre la qualité des soins, on profite de longues promenades sur les planches et d'activités dynamisantes sur le sable ou dans l'eau.

> Retraite à partir de 775 € en demi-pension sans hébergement.
mgallery.accor.com

PAR **PAULINE RIPOTE**



Ménopause FOCUS SUR CES SYMPTÔMES QUE L'ON NE SOUPÇONNE PAS !

BOUFFÉES DE CHALEUR, SUEURS NOCTURNES, TROUBLES DU SOMMEIL, SAUTES D'HUMEUR… CES MAUX DE LA MÉNOPAUSE SONT BIEN IDENTIFIÉS. MAIS D'AUTRES EFFETS, MÉCONNUS OU INSOUPÇONNÉS, PEUVENT ÉGALEMENT BOULEVERSER LE QUOTIDIEN. QUELS SONT-ILS ? ET COMMENT Y FAIRE FACE ?

PAR **LENA ROSE**

2022 GLADSKIKH TATIANA/SHUTTERSTOCK





En France, 17,2 millions de femmes de plus de 45 ans sont d'ores et déjà concernées par la ménopause et chaque année, 500000 autres entrent progressivement dans cet état physiologique naturel, rappelait le rapport de la mission parlementaire sur la ménopause publié l'an dernier. Mais qui dit état naturel ne veut pas dire pour autant agréable à vivre pour toutes. Selon le document du Sénat *Santé des femmes au travail: des maux invisibles*, 87 % des femmes présentent au moins un symptôme susceptible d'altérer leur qualité de vie. Les études médicales les ont désormais rendus « visibles ». Cependant, la tendance actuelle sur les réseaux sociaux, et en particulier sur TikTok, est de partir à la chasse des symptômes « cachés », oubliant que toutes les femmes ne vivent pas la ménopause de façon identique.

JE SUIS DANS LE BROUILLARD

Vous avez des trous de mémoire, du mal à vous concentrer, ou peinez à trouver vos mots ? Pas de panique, vous souffrez de brouillard mental (Brain Fog), une forme de fatigue cognitive liée à la chute des œstrogènes. À date, il n'existe toutefois pas de consensus scientifique clair sur la marche à suivre. Certaines études suggèrent qu'un traitement hormonal commencé tôt pourrait avoir un effet protecteur sur le cerveau, tandis que d'autres ne mettent pas en évidence un tel bénéfice. L'International Menopause Society (IMS), elle, recommande un mode de vie sain, pour le corps (alimentation équilibrée, activité physique...) comme pour l'esprit (exercer le cerveau en acquérant de nouvelles compétences, développer une vie sociale...).

J'AI MAL PARTOUT (DANS LES ARTICULATIONS, LES OS, LES MUSCLES...)

« *Il faut attendre 2024 pour que ces symptômes soient enfin reconnus et prennent un nom: le syndrome musculosquelettique de la ménopause. Et on ne peut pas dire que vous êtes toute seule à le vivre, puisque l'on estime que plus de 70 % des femmes les ressentent. Les douleurs articulaires font partie de ces symptômes et touchent environ une femme sur deux* », rapporte le Dr Thelma Linet, gynécologue obstétricienne, dans son livre *La Ménopause, si je veux* ! (Albin Michel). « *L'utilisation de l'estradiol (hormone clé du traitement hormonal de la ménopause) chez des patientes qui souffrent de ces maux permet de les améliorer* », relève la spécialiste.

JE NE RECONNAIS PLUS MA PEAU

Plus de 7 femmes sur 10 constatent une évolution de leur peau (sécheresse intense, sensations de tiraillements, perte d'élasticité...) et 62 % se déclarent encore mal informées sur ces impacts cutanés spécifiques, selon une étude menée par

LES BÉNÉFICES DE LA MER

Les Thermes marins de Saint-Malo proposent un nouveau séjour Mer & Ménopause positive pour agir sur les troubles du sommeil, la prise de poids, le stress et les douleurs. Il associe soins marins, rituels de bien-être, rééquilibrage alimentaire, et activités physiques ciblées.

> Séjour 7 jours/6 nuits, 20 soins et activités, à partir de 2310 € par personne au Grand Hôtel des Thermes (5 étoiles) en chambre double et en demi-pension. thalasso-saintmalo.com

2022 GLADSKIKH TATIANA/SHUTTERSTOCK // PRESSE.

OpinionWay pour le compte de Sanex, en mars 2026. « *Pendant longtemps, on s'est attaché à traiter les conséquences visibles du temps, plutôt que leur cause physiologique. Aujourd'hui, l'approche dermatologique évolue : on comprend que la ménopause modifie fondamentalement la nature de la peau, notamment en fragilisant son film hydrolipidique. Il faut donc d'abord lui redonner sa capacité de bouclier* », reconnaît le Dr Charles Velter, dermatologue et vénérologue. Comment ? « *Grâce à une hygiène et des soins quotidiens compensateurs en lipides. Si les inconforts persistent ou créent une réelle détresse, il est essentiel de consulter un dermatologue afin d'adapter précisément sa routine et d'écarter d'autres pathologies cutanées* », insiste-t-il.

JE PERDS MES CHEVEUX

Avec la ménopause, les cheveux peuvent s'affiner, perdre en densité, devenir plus secs et fragiles. Certaines femmes observent également une perte diffuse ou localisée. Là encore, pas de panique, des solutions existent. « *Il est possible d'obtenir des résultats visibles, à condition d'associer des traitements médicaux ciblés – mésothérapie capillaire, injections de plasma riche en plaquettes (PRP), microneedling, mésothérapie par pistolet, ou encore minoxidil – à un entretien régulier à domicile avec un casque LED capillaire, un massage du cuir chevelu ou des compléments alimentaires* », détaille le Dr Myriam Sacchetti, médecin esthétique, spécialiste en micronutrition et experte anti-âge, autrice de l'ouvrage *Énergie illimitée* (Solar).

J'AI LES YEUX QUI PIQUENT

Une étude menée en 2021 par des chercheurs de l'Hôpital universitaire Dexeus de Barcelone indique que 80 % des femmes présentent des symptômes de sécheresse oculaire après la ménopause, du fait des fluctuations d'œstrogènes et de progestérone. Pour soulager l'inconfort, les larmes artificielles constituent une première réponse. Mais si les symptômes persistent ou s'intensifient, il est recommandé de consulter un ophtalmologiste. « *La chute des œstrogènes modifie la pression intraoculaire et accélère le vieillissement de la macula et du cristallin. Un bilan oculaire complet dès les premiers signes de périménopause, généralement entre 45 et 55 ans, permet de dépister ces pathologies à un stade précoce* », souligne le département de santé visuelle d'Atol.

DES SOLUTIONS POUR ALLER BIEN



1. Médicament homéopathique Acthéane des **Laboratoires Boiron.** 20,90 €. boiron.fr

2. Complément alimentaire Feminabiane Meno'Confort du **Laboratoire PiLeJe.** 20,80 €. pileje.fr

3. Crème de douche Derma Ménopause de **Sanex.** 4,95 €. sanex.fr

4. Déodorant Clinical Control anti-odeurs et anti-humidité 96 h des **Laboratoires Vichy.** 11,50 €. vichy.fr

5. Shampooing hydratant à l'extrait de sève de chêne de **La Chênaie.** 22,90 €. lachenaie.com

6. Huile nourrissante visage et corps à la prune d'Aquitaine bio des **Bénéfiques** 29,90 €. lesbenefiques.com

7. Soin lavant intime hydratant et apaisant de **Saugella.** 8,50 €. saugella.fr

8. Nail Corrector, vernis comblant et lissant au collagène de **Poderm Professional.** 16,50 €. poderm.com

9. Bouillon santé ménopause à base de collagène et de plantes de **Quintesens.** 6,49 €. quintesens-bio.com

PLANTES ADAPTOGÈNES LA SOLUTION À TOUTES NOS PEINES ?



IMPOSSIBLE D'Y ÉCHAPPER. DE L'ASHWAGANDHA OU DE LA RHODIOLE EN GÉLULES, AU GINSENG DANS LE CAFÉ, CES VÉGÉTAUX AUX MULTIPLES BIENFAITS CONNAISSENT UN ESSOR SPECTACULAIRE. LEUR PROMESSE ? NOUS AIDER À MIEUX RÉSISTER AU STRESS D'UN QUOTIDIEN SOUS TENSION. ENTRE TRADITIONS MILLÉNAIRES, RECHERCHES PROMETTEUSES ET PRUDENCE DES AUTORITÉS, CETTE RÉVOLUTION VERTE ENTHOUSIASME AUTANT QU'ELLE INTERROGE.

PAR **ÉMILIE KREMER**

Hier encore réservés aux herboristes, les adaptogènes ont quitté les seuls rayons des boutiques bio pour s'inviter partout. Si leurs noms demeurent parfois confidentiels, l'ashwagandha, la rhodiole, le ginseng, la schisandra, l'éleuthérocoque ou encore le tulsi forment une famille de plantes hétérogènes qui racontent une époque cherchant moins à ralentir qu'à encaisser. Après avoir promis de nous purifier, de nous booster, voire de nous réparer, le marché du bien-être vend désormais une autre idée: mieux résister. Au stress, à la fatigue, au manque de sommeil, à la pollution, aux écrans... La nouvelle injonction n'est plus de fuir le stress, mais de composer avec lui, faisant de l'adaptation, notre néo-détox.

DES RACINES MILLÉNAIRES AUX LABOS

Le concept n'est pourtant pas né sur Instagram, mais dans les années 50, au sein des laboratoires soviétiques. À l'ère stalinienne, l'objectif était d'améliorer la résilience physiologique des pilotes, militaires et cosmonautes confrontés à des situations extrêmes, tout en limitant les effets secondaires. D'ailleurs, la terminologie « adaptogène » a été introduite en 1947 par le toxicologue Nicolaï Lazarev. Pour autant, les plantes concernées sont bien plus anciennes que le concept lui-même. Ashwagandha en médecine traditionnelle indienne, ginseng en Chine et en Corée, rhodiole en Sibérie... Toutes sont issues de pharmacopées souvent plurimillénaires et partagent une même

2026 TATJANA BAIBAKOVA/SHUTTERSTOCK.



ambition : aider l'organisme à (re)trouver son équilibre face aux stress physiques et psychiques.

UNE SCIENCE ENCOURAGEANTE, MAIS ENCORE INSUFFISANTE

Ces adaptogènes semblent agir principalement sur l'axe hypothalamo-hypophyso-surrénalien (HHS), qui orchestre la sécrétion de cortisol et donc la réponse au stress. Certaines plantes pourraient aussi moduler des neurotransmetteurs impliqués dans l'humeur ou le sommeil, tels que la dopamine, la sérotonine ou le GABA, exercer une action antioxydante et anti-inflammatoire, ou encore soutenir les mitochondries, ces centrales énergétiques de nos cellules. Si toutes revendiquent de réels bénéfices, elles ne disposent pas pour autant du même niveau de validation scientifique. Certaines, en particulier l'ashwagandha, la rhodiole et le ginseng, disposent d'un corpus de plus en plus consistant avec l'observation d'effets encourageants sur le stress perçu, la qualité du sommeil, la fatigue et, parfois, les performances cognitives. De là à crier victoire, le chemin est encore long. Plusieurs chercheurs pointent du doigt des études parfois trop courtes, menées sur des échantillons trop restreints et des dosages trop variables.

NATUREL, PAS ANODIN

Si les adaptogènes fascinent, ils rappellent aussi qu'une plante est loin d'être une substance inerte. En Europe, les allégations de santé sont strictement encadrées et, faute de preuves suffisantes, nombre de promesses marketing ne peuvent être validées. L'exemple de l'ashwagandha est emblématique : en 2023, le Danemark a suspendu son utilisation dans les compléments alimentaires, invoquant des incertitudes sur son juste dosage et d'éventuels effets indésirables sur la santé. En France, l'Anses* appelle à la vigilance, sans aller jusqu'à l'interdiction. Certaines plantes peuvent en effet interagir avec des médicaments, modifier la glycémie ou la tension artérielle, notamment. Le risque est d'autant plus réel que leur usage ne se limite plus aux compléments alimentaires, s'étendant désormais aux boissons fonctionnelles, voire au snacking. Gare à l'accumulation ! Ici, le « naturel » ne dispense donc pas des conseils de professionnels de santé. La cosmétique s'est elle aussi emparée du phénomène : ces végétaux entrent dans la composition de soins topiques, destinés à renforcer la barrière cutanée face au stress oxydatif et aux agressions environnementales. La plante change ainsi de statut : d'ingrédient de niche en phytothérapie, elle devient le symbole d'une nouvelle manière de penser le bien-être. Dans un monde au rythme effréné, la résilience pourrait bien détrôner la notion de performance. Si la science commence à explorer cette piste, le marketing, lui, l'a déjà pleinement adoptée, car la promesse est séduisante… à condition de ne pas oublier que la stratégie la plus simple reste souvent la meilleure: dormir davantage, bouger plus, manger mieux. ●

* Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail



100 % PIZZA
EN VERSION ALLÉGÉE

POUR QUE CETTE SPÉCIALITÉ ITALIENNE FASSE DÉFINITIVEMENT LE POIDS, ON FAIT LA PART BELLE AUX GARNITURES GÉNÉREUSES ET AUX PÂTES LÉGÈRES.

Rassasiante

PIZZA TOUT LÉGUMES

POUR 4 PERSONNES

Râpez très finement 500 g de chou-fleur cru (125 kcal), puis pressez-le dans un torchon propre pour retirer un maximum d'eau. Mélangez-le avec 50 g de gruyère râpé (205 kcal), 2 œufs (140 kcal) et 2 c. à c. d'origan (15 kcal). Sur du papier cuisson, faites-en un disque fin et bien tassé d'une trentaine de centimètres de diamètre. Enfournez 20 minutes à 180 °C en ouvrant le four à mi-cuisson afin d'évacuer la vapeur. Ajoutez dessus 100 g de concentré de tomates (82 kcal), 150 g de mozzarella (420 kcal), des morceaux de poivron rouge (30 kcal), des rondelles de courgettes (30 kcal) et un peu de zaatar (15 kcal). Réenfournez pendant 20 minutes.

= 1 062 kcal

L'ADDITION : naturellement sans farine, cette pizza fait la part belle aux légumes jusque dans sa pâte. Riche en fibres, elle apporte une satiété durable.

Moelleuse et protéinée

PIZZA AU YAOURT

POUR 4 PERSONNES

Mélangez 150 g de farine de blé semi-complète (530 kcal), 150 g de yaourt grec (150 kcal), 1 c. à c. de levure chimique (2 kcal) et une pincée de sel. Ajoutez 2 c. à s. de graines de sésame (105 kcal) et 1 c. à s. d'huile d'olive (90 kcal). Pétrissez en ajoutant un peu d'eau au besoin. Laissez reposer 1 h. Étalez finement la pâte obtenue sur du papier sulfurisé et garnissez-la avec 120 g de coulis de tomates (45 kcal) et des tomates cerises coupées en deux (50 kcal), arrosées de 1 c. à s. d'huile d'olive (90 kcal) et 1 c. à c. de miel (22 kcal). Enfournez à 180 °C pendant 20 minutes Posez au centre de la pizza sortie du four une burrata (500 kcal). Versez un filet de vinaigre balsamique et déposez des feuilles de basilic.

= 1 584 kcal

L'ADDITION : une pizza qui fait le plein de protéines et de calcium grâce au yaourt et à la burrata, tandis que les tomates apportent le lycopène, un précieux antioxydant.

Musclée

PIZZ' ATOUT PROT'

POUR 4 PERSONNES

Mixez 250 g de pois chiches cuits et égouttés avec 100 g de farine de pois chiches (380 kcal), 2 œufs (140 kcal) et une pincée de sel. Malaxez en ajoutant 1 c. à c. de levure chimique (2 kcal) jusqu'à obtenir une pâte bien lisse. Étalez-la sur du papier cuisson. Enfournez durant 15 minutes à 180 °C. Parallèlement, faites cuire 400 g de blancs de poulet (520 kcal). Nappez la pâte sortie du four avec du concentré de tomate (82 kcal), 150 g de fromage râpé (570 kcal), puis avec le poulet, les champignons de paris (35 kcal) et les oignons (40 kcal) finement coupés. Réenfournez 15 à 20 minutes, puis arrosez d'un filet d'huile d'olive (90 kcal).

= 1 859 kcal

L'ADDITION : cette recette sans farine de blé est riche en protéines animales (le poulet) et végétales (la pâte).

2021 TRINCAO/SHUTTERSTOCK.

PAR **ÉMILIE KREMER**

L'actualité au FÉMININ !

ABONNEZ-VOUS À



Beauté, mode, santé, psycho, astro, culture, déco, évasion : un regard positif et stimulant sur l'actualité des femmes d'aujourd'hui !

Soit **24%** de remise

25,50 €

SEULEMENT

au lieu de ~~33,71€~~

LA VERSION NUMÉRIQUE
incluse dans votre abonnement à consulter sur **Kiosquemag.com**

BULLETIN D'ABONNEMENT

À retourner accompagné de votre règlement à :
marie france - Service abonnement - 59898 Lille Cedex 9

Payez en ligne **bit.ly/mariefrance-349**
Ou flashez ce QRcode

KIOSQUE mag.com

JE M'ABONNE AU MAGAZINE marie france.

1 Je choisis la formule d'abonnement *(je coche la case)* — #M103 # D1560747

☐ **OFFRE ANNUELLE** [2] : 8 nunéros - 1 ans, je règle en une seule fois **25,50€** au lieu de 33,71€ soit **24 % de réduction.**

Mon abonnement se renouvellera automatiquement à date anniversaire sauf résiliation de ma part.
Je remplis le mandat ci-dessous accompagné de mon RIB ou je préfère **régler par chèque** libellé à l'ordre de marie france.

2 Je choisis le mode de paiement

- **Par prélèvement automatique. Je complète l'IBAN à l'aide de mon RIB et je n'oublie pas de joindre mon RIB.**

IBAN

Vous autorisez RMP à envoyer des instructions à votre banque pour débiter votre compte, et votre banque à débiter votre compte conformément aux instructions de RMP. **Créancier :** RMP/marie france - 8 rue Barthélémy-Danjou - 92100 Boulogne-Billancourt. **ICS :** FR 04 ZZZ 658471

- **Par carte bancaire** (plus simple, plus rapide, 100% sécurisé !) Je me rends sur **bit.ly/mariefrance-349**, la boutique officielle de **marie france**.
- **Par chèque** (formule annuelle uniquement). Je renvoie le coupon accompagné de mon chèque (sans agrafe, ni scotch) libellé au nom de : **marie france - Service abonnement - 59898 Lille Cedex 9**

Date : __ / __ / __

Signature obligatoire :

3 Je complète mes coordonnées

Nom** : Prénom** :

Adresse** :

CP** : Ville** :

Tél. *(portable de préférence)* : *(Envoi d'un SMS en cas de problème de livraison)*

Email :

(Utile pour accéder à votre magazine en numérique et à votre espace client sur Kiosquemag.com, et gérer votre abonnement)

Date de naissance : __ / __ / __ *(pour fêter votre anniversaire)*

☐ Je ne souhaite pas recevoir les offres Privilèges marie france et Kiosquemag sur des produits et services similaires à ma commande par la Poste, e-mail et téléphone. Dommage !
☐ Je ne souhaite pas que mes coordonnées postales et mon téléphone soient communiqués à des partenaires pour recevoir leurs bons plans. Dommage !

**MENTIONS OBLIGATOIRES. PHOTO NON CONTRACTUELLE. ©SHUTTERSTOCK

*Le prix de référence à l'année se compose du prix kiosque (27,20€ pour 8 n°), des frais de port (5,76€ pour 8 n°).

[2] Offre annuelle : abonnement annuel automatiquement reconduit à date d'anniversaire. Le règlement s'effectue en 1 seule fois. Vous serez informé par écrit dans un délai de 3 mois avant le renouvellement de votre abonnement. Vous aurez la possibilité de l'annuler 30 jours avant la date de reconduction auprès du service client. À défaut l'abonnement sera reconduit pour une durée identique à votre abonnement initial. Pour toute autre information, vous pouvez consulter nos CGV sur kiosquemag.com et contacter le service client par mail sur serviceabomag.fr ou encore par courrier à RMP. - Service Client - 8 rue Barthélémy-Danjou - 92100 Boulogne-Billancourt. Offre réservée aux nouveaux abonnés en France Métropolitaine valable deux mois. DOM-TOM et autres pays nous consulter. Vous disposez, conformément à l'article L 221-18 du code de la consommation, d'un droit de rétractation de 14 jours à compter de la réception du magazine en notifiant clairement votre décision à notre service abonnement. Les informations demandées sont destinées à la société RMP (KiosqueMag) à des fins de traitement et de gestion de votre commande, de la relation client, des réclamations, de réalisation d'études et de statistiques et, sous réserve de vos choix, de communication marketing par KiosqueMag et/ou ses partenaires par courrier, téléphone et courrier électronique. Vous bénéficiez d'un droit d'accès, rectification, d'effacement de vos données ainsi que d'un droit d'opposition en écrivant à RMP-DPD, c/o service juridique, 8 rue Barthélémy-Danjou - 92100 Boulogne-Billancourt, ou par mail à dpd@reworldmedia.com. Vous pouvez introduire une réclamation auprès de la CNIL - www.cnil.fr. Pour en savoir plus sur la gestion de vos données personnelles, vos droits et nos partenaires, consultez notre politique de Confidentialité sur www.kiosquemag.com.



Yael NAIM

DANS SON ALBUM *SOLAIRE*, L'ARTISTE FRANCO-ISRAÉLIENNE S'ENTOURE DE TEXTURES SONORES INÉDITES ET EXPLORE NOTRE ÉPOQUE AVEC MORDANT. EN QUÊTE D'UNE FUSION ENTRE ORGANIQUE ET NUMÉRIQUE, CETTE ÂME SENSIBLE DONNE TOUT POUR LA MUSIQUE ET CONFIE À SON AMOUREUX, LA BATTERIE DE CUISINE !

UNE SAVEUR DE L'ENFANCE ?
Le gâteau aux raisins secs de mémé Irène dont je perpétue la tradition.

VOTRE BOISSON FAVORITE ?
Le café botz, une version sablonneuse, cuite sur le feu, qui me rappelle mon père.

QUE TROUVE-T-ON TOUJOURS DANS VOS PLACARDS ?
Des baies d'açai et du sirop d'érable.

PLUTÔT SUCRÉ OU SALÉ ?
Plutôt paquets de bonbons !

UN PÉCHÉ MIGNON ?
Un petit déjeuner pris à minuit avec du pain au beurre et une tisane. Ce rituel réconfortant me donne l'énergie pour travailler jusqu'au petit matin.

L'ALIMENT QUE VOUS DÉTESTEZ ?
Le lait !

VOTRE PLAISIR GOURMAND EN VOYAGE
La cérémonie du thé au Japon. Tout un art !

DES CONVIVES DE RÊVE AUTOUR DE LA TABLE ?
Mozart, John Lennon, Joni Mitchell, Nina Simone, Björk, James Blake, et Rosalía.

UN REPAS MÉMORABLE ?
Toutes les jam-sessions que nous organisons à la maison. Des moments de fêtes où se mélangent les gens et les générations, où l'on chante et on danse, réunis par le bonheur d'être ensemble.

OÙ DÎNER EN AMOUREUX ?
Ce qui ressort de mon expérience avec David (Donatien, ndlr), c'est que plus le cadre est horrible, mieux la joie d'être à deux s'exprime ! ●

★★☆☆☆

La note qu'elle s'attribue en cuisine
Deux étoiles pour l'exécution, zéro pour la passion. Je préfère les nourritures spirituelles... Mais j'ai conscience de l'importance de l'alimentation.

Le temps passé aux fourneaux ?
Le moins possible. La féministe en moi se hérisse ! Heureusement, mon compagnon a la patience et le talent pour mixer les ingrédients.

Son plat signature ?
Il réalise un délicieux poulet boucané sauce créole et un bœuf caramélisé magique qui font craquer la végétarienne que je suis par éthique!

La recette pour aller vite ?
Un poisson au four, accompagné de riz, de salades avec beaucoup de citron, d'ail, d'huile d'olive et de coriandre.

Un dessert facile ?
Je maîtrise cookies et brownies.

Son coup de cœur ?
La cuisine tropicale de la Martinique, où l'on mélange la coco et les épices. Plus largement, cette île d'où est originaire mon conjoint. J'aime m'y ressourcer, profiter de la chaleur et de la nature luxuriante.

YAEL NAIM.

SON ACTU

- *Solaire,* son dernier disque, une création indépendante et libre.
- En tournée en France, et le 23 mars 2027 à l'Olympia (Paris).
- *Yael Naim, une nouvelle âme,* un documentaire signé Jill Coulon, disponible sur Arte.

PROPOS RECUEILLIS PAR **JUSTINE B.**

ART DE VIVRE

DÉLICIEUSES COURBES

Pour célébrer ce moment précieux qu'est le repas, La Redoute Intérieurs propose, avec la collection Modern Velvet, un environnement chaleureux et feutré. Le mobilier et les objets du quotidien se déclinent dans une laque contemporaine, du bois et du velours aux teintes poudrées apaisantes. Autour de la table Morti, les chaises Keriba rappellent le design italien des années 70, tout en s'inscrivant dans une modernité assumée.

> Table fixe Morti, 549 € ; chaise Keriba, 299 € ; tapis Duoma, à partir de 199,99 €. laredoute.fr

PAR **PAULINE RIPOTE**

PRESSE.

ART DE VIVRE

PAR **LILI CHARPENTIER** ET **PAULINE RIPOTE**



COUP DE CŒUR

BOIS PRÉCIEUX

Allegra Folgado, installée en Corse, aime l'artisanat. Elle dessine des objets du quotidien aux lignes souples et organiques, fabriqués ensuite par des artisans balinais. Sa dernière gamme, baptisée Ondulations, témoigne de son attrait pour le bois et la nature. Coupes, plats et pièces décoratives subliment les nervures et aspérités du teck en beauté.
> woodmata.fr

LE RETOUR D'OTTOLENGHI

Huit ans après le succès planétaire de son livre *Simple*, qui a définitivement fait entrer le sumac, le zaatar et la harissa à la rose dans les placards des foodies, le chef britannique remet ça. Épaulé par Verena Lochmuller, il livre 120 nouvelles recettes aussi faciles que créatives. Au menu : halloumi braisé aux tomates et aux haricots ; tatin au fenouil, raisin et olives ; gâteau à la crème et à la cassonade… Miam.
> *Simple Too*, de Yotam Ottolenghi et Verena Lochmuller, Hachette, 38 €.





PARIS EN MODE DESIGN

Les amateurs de déco ne manquent pas ce rendez-vous devenu culte. Du 10 au 19 septembre, Paris Design Week propose un parcours riche en surprises avec des expos, des installations et de nouvelles adresses dans les quartiers du Marais, de l'Opéra, de Bastille et de Saint-Germain-des-Prés. L'occasion de découvrir des créateurs bien inspirés !
> paris-design-week.fr

TROIS FOIS PLUS DE GOURMANDISE !

Pains de caractère aux farines biologiques, viennoiseries pur beurre, babkas au chocolat généreuses, et pâtisseries garanties « foodporn » sont au menu de la troisième boutique ouverte à Bordeaux par The French Bastards. Et pour goûter leurs sandwichs et leurs glaces de saison, on peut aussi s'y attabler.
> 111, rue Porte-Dijeaux, Bordeaux (33). thefrenchbastards.fr/fr

PRESSE // LAURIANE LARTIGOT.

L'ART DE VIVRE SELON NACH



Connue pour ses bijoux colorés en porcelaine, Nach se lance dans l'art de vivre avec une collection d'objets artisanaux. Après une première sculpture en forme de tulipe, la marque s'attaque aux arts de la table avec des porte-couteaux vitaminés en forme de quartiers de fruits, produits en série limitée. Attention, il n'y en aura pas pour tout le monde!
> Porte-couteaux, 190 € le set de six. nachbijoux.com

COMME LES PROS !

Le groupe Concept CHR, qui équipe depuis 2018 les tables de nombreux restaurants, a lancé une plateforme accessible à tous, pour donner une seconde vie à la vaisselle des chefs quand ils la renouvellent. Une idée solidaire et antigaspi qui devrait séduire les cuisiniers amateurs. Qui ne rêverait pas de dresser ses plats dans des assiettes passées sur les tables d'Alexandre Mazzia ou de Philippe Etchebest ? **> secondservice.fr**



VOTRE NOUVEAU MAGAZINE



En vente

chez votre marchand de journaux

SUR LES HAUTEURS

À SARE, CETTE ÉLÉGANTE DEMEURE ROMANESQUE, NOYÉE DANS UNE NATURE PRÉSERVÉE, CONSERVE SES SORTILÈGES D'ANTAN : À L'ABRI DE SES VIEILLES PIERRES, ON S'Y SENT HORS DU TEMPS.

PAR **MARIE-MAUD LEVRON** • PHOTOS **CÉCILE LHERMITTE-PERRINET**

Depuis le jardin, vue à travers les plants d'hortensias et de bananiers, la ferme émerge au milieu d'une végétation luxuriante. On admire son toit immense dont la charpente, comme pour la plupart des maisons de cette époque, est l'œuvre de charpentiers de marine.



Depuis l'une des chambres du premier étage, on profite d'un petit déjeuner avec vue sur les récentes plantations de vignes qui entourent en partie la propriété. Au loin, on aperçoit les montagnes, dont la contemplation apaise dès le réveil.



Franck Rigoux et sa fille, Pauline, sont les heureux propriétaires de la ferme.

Depuis la terrasse ombragée, on peut voir des chevaux qui cavalent dans les collines alentour. Le décor environnant est délicieusement apaisant, et l'envie de se poser dans cette propriété traverse l'esprit de tous ceux qui y pénètrent. Isolée, cette ferme labourdine du XVII^e siècle se dresse sur les hauteurs du village de Sare. Sa saisissante beauté, typiquement basque, son identité forte et son histoire liée à sa proximité avec la frontière espagnole ont séduit Franck Rigoux et son épouse Caroline il y a une vingtaine d'années.

UN LONG TRAVAIL DE RESTAURATION

Féru d'Histoire et de patrimoine, ce couple d'anciens Bordelais s'y installe avec ses trois enfants. Ils passeront une quinzaine d'années à redonner son lustre d'antan à cette demeure totalement délabrée : un travail titanesque mené avec une détermination sans faille. Ils portent une attention toute particulière à la fresque de la salle de réception. Véritable chef-d'œuvre de l'art basque du début du siècle, magnifiquement restaurée en 2006, cette peinture est redevenue le cœur et l'âme du foyer. En ce qui concerne l'aménagement, Franck a décidé de ne garder que les toits, les murs et les planchers pour réaliser des chambres et des salles de bains au confort et au décor simples, respectueux de l'esprit des lieux. « *Les meubles de famille y sont mêlés à des objets chinés au marché de Quintaou, à Anglet* », souligne Pauline, qui partage la passion de ses parents. Dehors, pour parfaire ce décor, ils ont imaginé une grande terrasse en pierres de la Rhune, avant de repenser avec soin les plantations du jardin. Des pieds de vigne – clin d'œil à leurs origines – et trois pins parasols, dont chacun porte le nom d'un des enfants, ont été plantés. Refuge idéal pour vivre en harmonie avec la nature, la belle basque est un cocon où l'on profite de journées tranquilles, mais aussi le point d'ancrage des marcheurs venus humer le grand air des montagnes pyrénéennes. ●

4_119877641



La maison est isolée de ses voisines et pourtant toute proche du centre de Sare, étape très touristique de l'arrière-pays basque. Dehors, les chevaux gambadent librement.



Au retour du marché, des plats de saison généreux pour grandes tablées animées sont préparés sur les plateaux en pierre de la cuisine d'été. Cette vie dehors est un privilège dont les propriétaires profitent dès que le ciel est radieux.

À l'ombre bienvenue des platanes, la grande table en pierre de la Rhune taillée dans la masse apporte toute sa singularité au décor de la terrasse, en harmonie avec les dalles aux reflets roses du sol.

Authenticité travaillée. Dans ce petit salon, pas de tendance déco mais un choix d'objets et de meubles intemporels – en partie fabriqués par Franck – qui confèrent au lieu une atmosphère de maison de famille.

Cette chambre en rez-de-jardin est ouverte sur l'extérieur par une grande porte-fenêtre. On s'y sent comme dans un nid de fraîcheur lors des lourdes journées d'été qui tournent parfois à l'orage. Une invitation à la sieste! Coussins Ikea; plaid Maison de Vacances.



Les salles de bains se distinguent par leur grand confort. Pour faire entrer la nature dans la maison, de petits bouquets d'hortensias et un kentia verdoyant décorent chaque pièce d'eau.

En écho aux terres vernissées des pots à graisse, le linge de maison (Harmony Textile) se décline dans une palette de jaune. En toile de fond, la façade principale, traditionnellement tournée vers l'est, pour profiter du lever du soleil.

Artisanale
Lampe de table Drava en céramique, **Kave Home,** 80 €.





Mythique
Verre à eau Picardie, **Duralex,** 13 € le lot de 6.



Découpé
Dessous de plat Lorette, **Fermob,** 49 €.

Fleuries
Assiettes décorées, **Monoprix,** 6,99 et 7,99 €.





Gaufré
Couvre-lit, **Essix,** 129 €.

NATURALITÉ ENCHANTÉE

BOIS BRUT, MOTIFS DISCRETS, MATIÈRES DOUCES... UN MIX & MATCH IDÉAL POUR UNE MAISON COSY.



Vintage
Housse de coussin 30 x 50 cm, **Gabrielle Paris,** 85 €.



Organique
Vide-poche feuille de palmier, **Primark,** 5 €.

Décorée
Bougie parfumée dans une coupe en céramique, **Côté Bougie Marrakech,** 79 €.





Chaleureux
Canapé convertible Bagatelle, **Convertible Contemporain,** 2299 €.



Confortable
Fauteuil œuf suspendu en résine tressée Orbiana, **Hespéride,** 472,99 €.

Bicolore
Tapis Manola tufté main, 100 % laine, rouge cerise et rose, **Vente-unique,** 199,99 €.



Essentielle
Parure en percale de coton, **À demain,** à partir de 59,90 €.



Gracieux
Miroir rectangulaire, **Maisons du Monde,** 99,99 €.

PAR **PAULINE RIPOTE**

PRESSE.

Dans le jardin où se côtoient rosiers et lavandes, Manon a imaginé une table champêtre mariant un ancien banc de ferme, un fauteuil en rotin des années 1970 et une table réalisée à l'aide de planches de récupération. Vaisselle et bougeoirs chinés en brocantes; couverts rétro Degrenne.



SYMPHONIE PASTORALE

MANON, ALIAS LA MAISON DE MAYA SUR INSTAGRAM, A REDONNÉ VIE À UNE IRRÉSISTIBLE MAISON EN PIERRE DE TUFFEAU LOVÉE AU CŒUR D'UN PETIT VILLAGE DE TOURAINE, OÙ ELLE SAVOURE, EN FAMILLE ET ENTRE AMIS, LA DOUCEUR DE VIVRE.

PAR **ELEN POUHAËR** – PHOTOS **FRANCK SCHMITT**





À la recherche d'un cocon plus spacieux en Touraine du Sud, où ils vivaient déjà, Manon et Luc sont tombés sous le charme de cette demeure de 200 m² datant de la fin du XVIIIe siècle. « *Amoureux de l'architecture typique tourangelle, nous avons été séduits par sa façade en pierre ornée d'une glycine parfumée côté cour. À l'intérieur, la plupart des éléments anciens avaient été camouflés pour laisser place à un style moderne. Nous avons retroussé nos manches pour tout rénover à notre image, en mariant aménagements contemporains et trésors chinés* », raconte Manon. Désireux de redonner du cachet à la bâtisse, le couple a pris soin de mettre en lumière ses attributs historiques, à l'instar de l'ancien escalier en chêne massif, des poutres ou des tomettes d'origine qui habillent désormais l'étage dédié aux chambres. Pour apporter chaleur et convivialité aux pièces de vie du rez-de-chaussée, ils ont ouvert les espaces afin d'obtenir davantage de clarté et d'optimiser les volumes.

SAVEURS DU POTAGER

L'extérieur a lui aussi été choyé : ils ont aménagé une salle à manger d'été confortable, et le tout nouveau potager a été enrichi d'un coin à l'esprit guinguette. Salades, melons, courgettes, herbes aromatiques mais aussi dahlias et marguerites permet-

Pour apporter un supplément d'âme à la cuisine contemporaine, Manon a déniché cet ancien meuble de mercerie sur Le Bon Coin. Désormais restauré, il trône, détourné en îlot central. Cuisine Ikea; crédence Leroy Merlin.

Accumulées au fil des trouvailles, les chaises dépareillées s'harmonisent avec une table de ferme en peuplier et en chêne achetée dans le Cher.

4_119877641





Dans l'escalier menant à l'étage, Manon a orné le mur de photos de famille, de cadres et d'ex-voto pour apporter un supplément d'âme à cet espace.

Dans la chambre parentale, les tomettes d'origine sont réveillées par une peinture vert pâle à la teinte rafraîchissante.

Ouverte à la fois sur l'espace nuit du couple et la chambre du petit Gaspard, âgé de 2 ans, cette salle de bains familiale se distingue par un élégant parquet et un ancien meuble de drapier.



tent de concocter des recettes savoureuses tout en égayant les repas d'une touche bucolique. « *La décoration de mes tables se fait de manière très spontanée, en associant vaisselle dépareillée chinée, verrerie ouvragée, feuillages et fleurs. Je me sers de ce que je trouve dedans comme dehors, en mixant les styles et les époques! Chez nous, l'art de recevoir est synonyme de simplicité et d'éclectisme* », conclut Manon. Ses assiettes sont à l'image de ses tables, faisant la part belle aux plats traditionnels simples revisitant les saveurs locales. Salade tourangelle au sainte-maure-de-touraine et rillons, tomates farcies du jardin ou encore poulet au citron et pommes de terre grenailles régalent petits et grands. La convivialité règne ici en maître! ●

4_119877641

FEUILLETÉS AU SAINTE-MAURE

POUR 8 PERSONNES
PRÉPARATION : 10 MIN
CUISSON : 10 MIN

INGRÉDIENTS

- 1 sainte-maure-de-touraine
- 20 cl de crème fraîche
- 400 g de pâte feuilletée
- 1 œuf pour dorer
- 1 cuil. à soupe de lait pour dorer
- sel, poivre

PRÉPARATION

1 - Écrasez le fromage avec une fourchette et mélangez-le avec la crème fraîche. Salez, poivrez.
2 - Préchauffez le four à 220 °C.
3 - Étalez la pâte feuilletée et découpez-y des cercles.
4 - Placez une cuillère de garniture sur chaque cercle, mouillez les bords avec de l'eau et refermez la pâte.
5 - Battez l'œuf avec le lait et dorez le dessus des feuilletés avec ce mélange.
6 - Enfournez pour 10 min.
7 - Servez aussitôt, avec une salade verte ou du mesclun.

SALADE TOURANGELLE

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 25 MIN
CUISSON : 35 MIN

INGRÉDIENTS

- 8 pommes de terre
- 1 baguette pour les toasts
- 1 bûche de sainte-maure-de-touraine
- 3 beaux rillons
- 1 laitue
- vinaigre balsamique
- huile d'olive
- crème de balsamique
- sel, poivre

PRÉPARATION

1 - Faites cuire les pommes de terre 25 min (départ eau froide).
2 - Préparez les toasts en coupants des tranches de baguette.
3 - Déposez une rondelle de sainte-maure-de-touraine sur chaque toast. Enfournez-les pour 10 min à 160 °C.
4 - Épluchez les pommes de terre et coupez-les en morceaux. Taillez également les rillons en petits morceaux.
5 - Préparez la salade et assaisonnez-la avec du vinaigre balsamique, de l'huile d'olive, du sel et du poivre.
6- Sur la salade, disposez les morceaux de pomme de terre, les morceaux de rillons et posez les toasts chauds (3 ou 4 par personnes). Arrosez d'un filet de crème balsamique.

NOUGAT DE TOURAINE

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION : 40 MIN
CUISSON : 30 MIN
REPOS : 2 H 40 MIN

INGRÉDIENTS

Pour la pâte sucrée :

- 140 g de beurre à température ambiante
- 75 g de sucre glace
- 25 g de poudre d'amandes
- 50-55 g d'œuf entier, soit 1 bel œuf
- 250 g de farine T55
- 1 pincée de sel

Pour la garniture :

- 150 g de fruits confits
- 50 g de confiture d'abricots

Pour la macaronade :

- 70 g de sucre glace (+ un peu pour la cuisson)
- 100 g de blancs d'œufs
- 30 g de sucre semoule
- 70 g de poudre d'amandes

PRÉPARATION

1 - Préparez la pâte sucrée : dans le robot muni de l'outil crochet, battez le beurre et le sucre glace. Ajoutez la poudre d'amandes, l'œuf, le sel puis la farine tamisée.
Ne travaillez pas trop la pâte et dès qu'elle est homogène, étalez-la finement entre 2 feuilles de papier sulfurisé. Réservez 2 heures au réfrigérateur.

2 - Foncez un cercle à tarte ou un moule – l'épaisseur de la pâte doit être de 2,5 mm à 3 mm. Remettez une petite demi-heure au frais pendant la préparation des autres éléments du dessert.

3 - Réalisez la garniture du fond de tarte : coupez les fruits confits en dés, ajoutez la confiture d'abricots et mélangez bien.

4 - Préparez la macaronade : mélangez le sucre glace et la poudre d'amandes dans un saladier. Montez les blancs en neige et incorporez petit à petit le sucre semoule. Ajoutez-les délicatement dans le saladier en amalgamant à l'aide d'une spatule. Versez dans une poche à douille.

5 - Recouvrez le fond de tarte de la garniture de fruits confits. Déposez une bonne épaisseur de macaronade à l'aide de la poche à douille. Saupoudrez de sucre glace et laissez reposer une dizaine de minutes. Saupoudrez une seconde fois de sucre glace et enfournez pour 30 min à 180 °C.

6 - Laissez refroidir ou servez tiède.

4_119877641



Sur la terrasse habillée de dalles en pierre naturelle, un lit en fer forgé qui appartenait à la sœur cadette de Manon fait aujourd'hui office de coin lecture.

Autour d'une table en bois brut patinée par les rayons du soleil, Manon invite ses convives à siroter un café ou un verre de chinon au beau milieu du jardin.



4_119877641

Évoquant l'âme des lieux, le puits d'origine en pierre qui se dresse dans la cour a été équipé d'une pompe pour pouvoir arroser le nouveau potager qui réjouit les papilles de toute la famille.



Provençal
Sablés bio comté & sésame, **Ramdam Social,** 2,99 €.



Amovibles
Set de 5 bacs de préparation culinaire en Inox, **Mathon,** 41,99 €.

Sportive
Infusion Remède après l'effort, **Kodama,** 13 €.



Ergonomique
Râpe multiface vert eucalyptus, **Microplane,** 54,95 €.





Filtrant
Infuseur à thé flottant en Inox, **Cristel,** 18 €.



Affûté
Set de couteaux Wood, **Victorinox,** 159 €.



Protéiné
Beurre de cacahuète, **Yacon&Co,** 6,90 €.

LÉGÈRETÉ DE RENTRÉE

PETITE SÉLECTION POUR PROLONGER UN PEU LES VACANCES.

Mix and match
Assiettes Charly par Marie Michielssen, **Serax,** 29,90 € la plate, 22 € l'assiette à dessert.





Locale
Soupe froide, **Marcel Bio,** 3,89 €.



Gourmand
Dubaï Style saveur pistache feuilletine, **Le Comptoir de Mathilde,** 9,90 € les 250 g.



Bio
Matcha White Choc fondant, élaboré à partir du Matcha Amaya bio, **Yoshi En,** 6,90 €.



Généreux
Pesto provençal au basilic, **Brémond Fils,** 7,90 €.

Compacte
Machine à expresso automatique KF4, avec fonction café glacé, coloris porcelaine, **KitchenAid,** 1049 €.





Concentrée
Citronnade à diluer, **Moulin de Valdonne,** 3,29 €.



Pictural
Carafe et verre à eau Monet, **Musée d'Orsay x Monoprix,** 30 €.





Frais
Poivre noir du Kerala, **Terre Exotique,** 9,50 €.

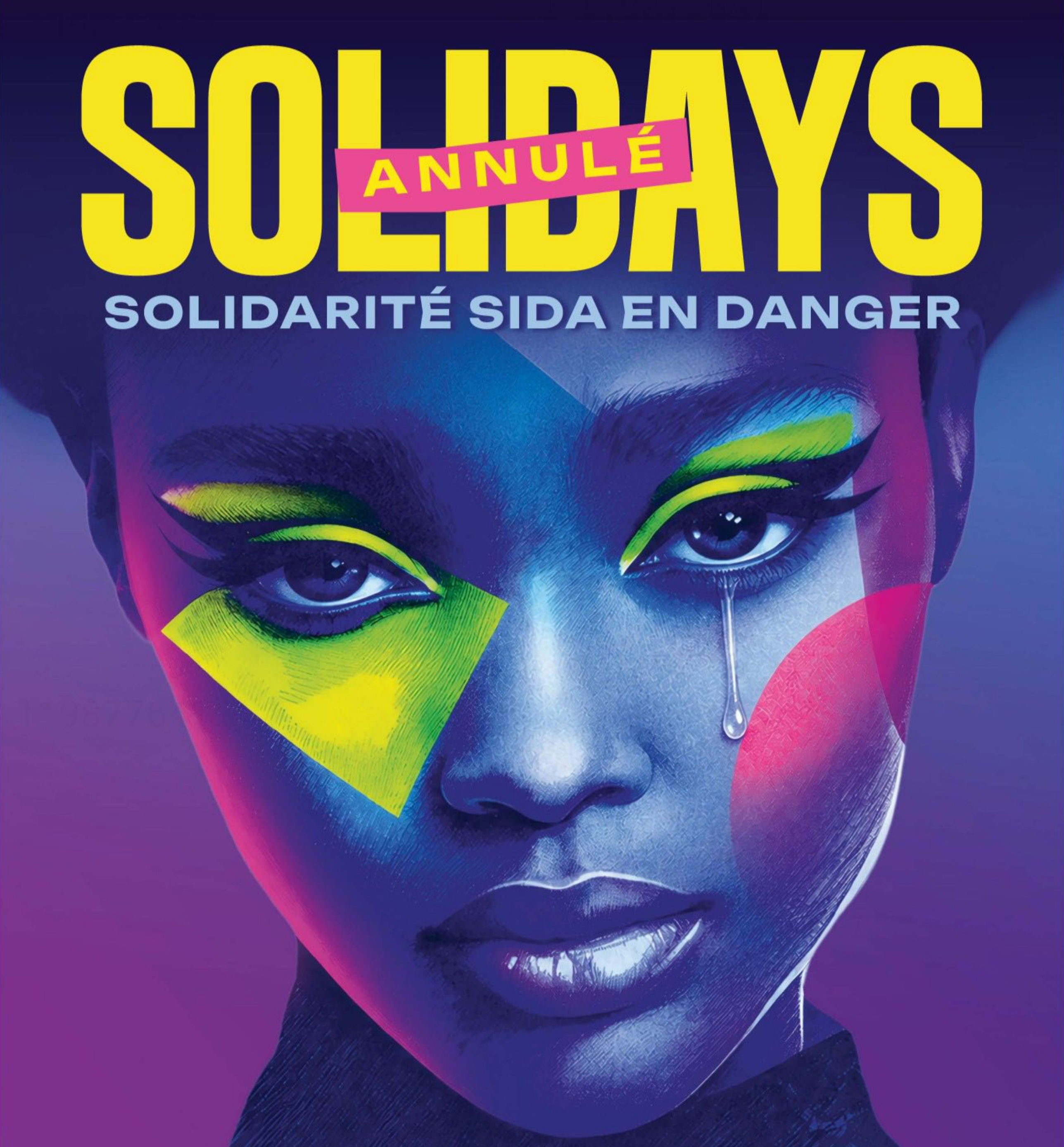
PAR **PAULINE RIPOTE**

PRESSE.

SOLIDAYS

ANNULÉ

SOLIDARITÉ SIDA EN DANGER



BESOIN DE VOUS

SOLIDAYS.COM | DON | SHOP



Henrique Fujikawa

PAR **JOACHIM MOLE**

MÉMOIRES VIVES

En septembre, la photographie célèbre ses 200 ans. Pour ouvrir cette saison festive, le festival Photaumnales, dans les Hauts-de-France, invite le public à découvrir les liens étroits entre patrimoine culturel historique et création contemporaine. Intitulée « La Photographie et après ? », cette 23e édition rassemble, à travers plus de 50 expositions en intérieur et en extérieur, le travail d'artistes qui interrogent le mémoire visuelle. Procédés anciens revisités, intelligence artificielle, mélange des genres… ils s'approprient et explorent les techniques pour réinventer librement la photographie. Et partagent avec amateurs et passionnés, leur vision d'un médium en perpétuelle évolution.

> Du 19 septembre au 29 novembre. Photaumnales. Divers lieux dans les Hauts-de-France. photaumnales.fr

PRESSE.



« J'ai envie de continuer à apprendre, à créer, à m'émerveiller. J'aimerais rester quelqu'un qui agit, qui garde sa curiosité intacte et demeure attentif aux autres. »

BARBARA SCHULZ

ACTRICE, RÉALISATRICE, BIENTÔT DE RETOUR AU THÉÂTRE, ELLE ÉCRIT DÉJÀ SON DEUXIÈME FILM, TOUT EN CULTIVANT UN ART DE VIVRE OÙ L'ACTION N'EXCLUT JAMAIS LA CONTEMPLATION. RENCONTRE AVEC UNE ARTISTE QUI AVANCE SANS ATTENDRE QU'ON LUI OUVRE LES PORTES.

> ***Ailleurs,*** **d'Audrey Schebat, avec Barbara Schulz et Éric Elmosnino. Du 1er octobre au 30 décembre, à la Comédie des Champs-Élysées, à Paris (8e).**
> ***Le Mystère de la chambre jaune,*** **série de six épisodes librement adaptée du roman de Gaston Leroux, avec Claire Romain, Benjamin Baroche... À partir du 3 septembre sur TF1.**
> ***Triple je,*** **comédie de Gaël Leforestier, avec Arnaud Ducret, Julien Boisselier... Bientôt sur M6.**

PROPOS RECUEILLIS PAR **JUSTINE B.**

©STÉPHANE KERRAD / CALT STORY / M6

Passionnée, débordante d'énergie, fascinée par l'histoire, elle circule à vélo dans Paris, mais peut bloquer devant une bâtisse ancienne en imaginant son passé... Sinon ? Rien ne l'arrête ! Barbara Schulz n'a jamais été aussi libre. Amoureuse, généreuse, fidèle en amitié, elle préfère « verbaliser plutôt que ruminer ». Même lorsqu'elle se met en pause, elle évoque un repos nourricier. Son optimisme est un manifeste, son sourire, une façon de résister aux inquiétudes du monde.

Vous retrouverez bientôt les planches aux côtés d'Éric Elmosnino dans Ailleurs. Qu'est-ce qui vous a donné envie de remonter sur scène ?

BARBARA SCHULZ. Parce que c'est une comédie irrésistiblement drôle. Audrey Schebat a •••

••• ce talent de parler simplement de choses très profondes. *Ailleurs*, c'est l'histoire d'un couple qui se sépare après trente ans de relation, mais qui se retrouve coincé à cause d'une pandémie. Les deux protagonistes veulent s'échapper, partir ailleurs. Et puis, une question surgit: et si cet « ailleurs » était finalement l'autre? Ou soi-même? Avant de changer le monde, il faut accepter de se transformer soi.

Cette pièce évoque ces moments où l'on décide que l'on ne peut plus continuer comme avant...

B. S. Tous les couples connaissent les habitudes, le train-train, les disputes. Mais il arrive parfois un instant où tout bascule. Mon personnage se réveille un matin en se disant qu'il ne veut plus de cette existence-là. Cette pièce parle autant du poids du quotidien que de notre époque, de cette sensation d'être submergé et de chercher à fuir le bruit, les crises, la folie ambiante.

Le théâtre impose un rythme particulier. Appréciez-vous cette discipline?

B. S. Assurer des représentations tous les soirs, explorer un personnage, affiner une partition... Cette exigence me plaît, mais je ne veux pas que mon métier occupe toute la place. Je souhaite préserver une vie sociale, aller au cinéma, voir des spectacles, passer du temps avec ma famille, mes proches, mon amoureux.

Vous êtes également à l'affiche de séries et fictions télé, dans des genres différents...

B. S. J'ai la chance d'avoir une actualité variée et de participer à de formidables aventures : *Le Mystère de la chambre jaune* sur TF1, *Triple je* sur M6, le tournage des *Farouches*, à Lyon, pour France TV... J'aime cette diversité. Chaque format, chaque univers nourrit les autres. Je n'ai jamais voulu m'enfermer dans une case. C'est dans cette pluralité que je trouve mon équilibre.

Quel rythme ! Savez-vous aussi ne rien faire?

B. S. Absolument ! Je suis hyperactive, sans cesse dans le mouvement, mais je me ressource aussi dans le présent. J'ai besoin de calme, de silence, de respirations. Besoin de marcher, de lire, de jardiner, de cuisiner, de me baigner... L'écologie fait partie de mon éducation. Dans les années 80, mon père nous emmenait déjà ramasser les déchets sur les plages. Protéger la nature et contempler le paysage : c'est ce que je fais, dans mon refuge, à la campagne.

Vous semblez aussi avoir trouvé une forme de liberté dans votre métier...

B. S. Sans doute parce que je n'attends plus qu'on me choisisse. Longtemps, j'ai cru qu'il fallait qu'on vienne me chercher, qu'on me révèle, qu'on me sauve comme une princesse... J'ai complètement renoncé à cela. Aujourd'hui, si j'ai envie de raconter une histoire, je l'écris. Si je redoute quelque chose, je l'affronte. Si j'ai une idée, je m'entoure des gens que j'aime pour la concrétiser. Cette posture change tout. Elle encourage la créativité... Et empêche la déception lorsque l'on n'est pas choisie pour un rôle (elle rit) !

Votre premier film, *Le Secret de Khéops*, vous a donc donné envie de repasser derrière la caméra ?

B. S. Complètement. J'ai adoré toutes les étapes: les repérages, les décors, le découpage, le story-board, le lien avec les équipes... J'écris actuellement mon deuxième long-métrage qui se déroulera dans le Paris des années 60. Ce sera un buddy movie féminin qui parlera aussi de toutes ces choses que l'on s'interdit inconsciemment...

Qu'avez-vous appris sur vous en devenant réalisatrice?

B. S. Quand on porte un projet pendant cinq ans, on comprend que les choses difficiles sont possibles si l'on y croit. J'ai développé un côté guerrière, mais une guerrière de défi, d'endurance, pas une guerrière qui écrase les autres. Je sais désormais me dépasser sans compétition. C'est aussi le privilège de l'âge...

Avec le temps, vous progressez ?

B. S. À 50 ans passés, je me connais mieux, je sais davantage ce que je veux et ne veux plus. Je me rends compte que mes angoisses ont disparu. J'ai moins peur de déplaire, moins peur du conflit, moins peur de dire les choses... Je préfère agir que subir. Même imparfaite, une action vaut mieux que mille hésitations. C'est ainsi que je fonctionne. D'ailleurs, j'apprends le piano et chante, sans ambition, uniquement pour moi. Ce qui importe, c'est d'oser, d'essayer, sans craindre d'échouer !



« J'ai développé un côté guerrière, mais une guerrière de défi, d'endurance, pas une guerrière qui écrase les autres. Je sais désormais me dépasser sans compétition. »

Vous avez également choisi, à 40 ans, de tout quitter pour partir à New York...

B. S. C'est le père de mes enfants qui rêvait de s'installer là-bas. Je lui répondais que je ne pouvais pas abandonner ma carrière... Finalement, cette parenthèse américaine a été une décision extraordinaire. J'ai recommencé à zéro, passé des castings, obtenu une Green Card, décroché des rôles. Personne ne me connaissait et c'était extrêmement stimulant.

Vous déployez une énergie incroyable. Le sport en fait-il partie?

B. S. Oui. J'ai trouvé une application, MadFit, qui me permet de faire des séances de dix minutes, tous les jours, où que je sois. Ce n'est pas une question de performance, mais j'ai envie de prendre soin de mon corps. En revanche, mon rapport à l'apparence est très serein. Je n'ai pas de complexe particulier, je ne suis pas obsédée par mon physique. Je sors sans maquillage et n'ai même pas de sèche-cheveux !

Vous donnez l'impression d'être toujours joyeuse...

B. S. Je revendique une joie de vivre militante. Pas un bonheur béat où tout irait bien. Je suis profondément sensible et mélancolique, je peux pleurer devant une vieille photo ou en écoutant de la musique. J'ai perdu des êtres que j'aimais, je sais que l'insouciance est fragile. Mais justement, le monde est suffisamment inquiétant pour qu'on défende la légèreté. Pour moi, ce n'est pas de la superficialité, c'est presque une forme de résistance.

Qu'est-ce qui vous rend heureuse aujourd'hui?

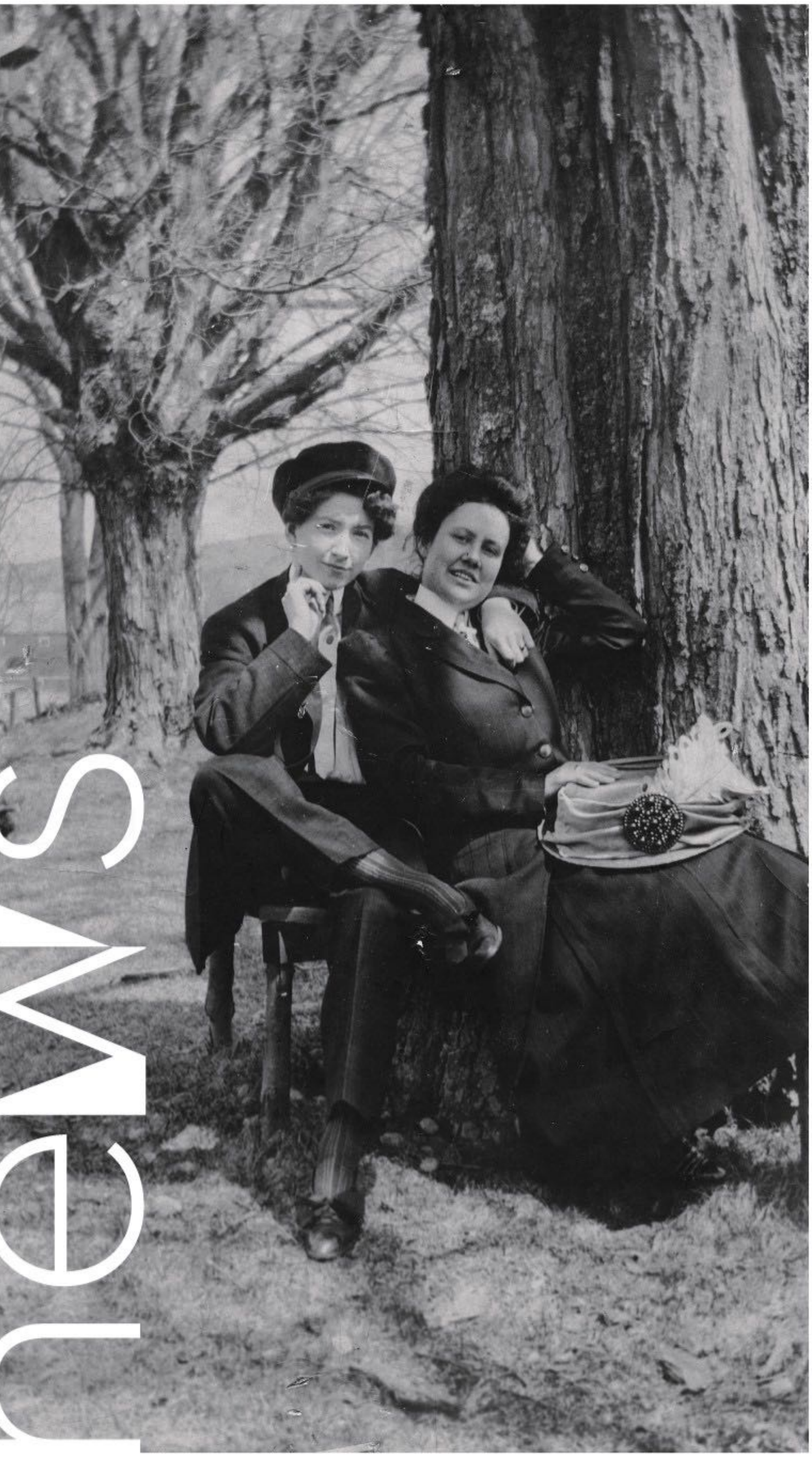
B. S. Je suis très amoureuse. Mes enfants vont bien. Je regarde cela avec gratitude. Je ne sais pas vraiment à qui dire merci, mais je mesure ma chance. J'ai également de la reconnaissance envers mes amitiés féminines. Elles sont essentielles. On pense souvent à déclarer son amour à son compagnon, on oublie combien les femmes qui nous accompagnent, comptent et nous construisent. Il y a entre nous une confiance, une complicité et une tendresse précieuses. Cette sororité est une immense richesse.

Et demain?

B. S. J'ai envie de continuer à apprendre, à créer, à m'émerveiller. J'aimerais rester quelqu'un qui agit, qui garde sa curiosité intacte et demeure attentif aux autres. L'empathie est une valeur primordiale. J'essaie d'être une femme libre, joyeuse, sans jamais perdre cette capacité à découvrir et à m'émouvoir. ●

ARIEELMALEH

PAR **PABLO ALTO, JOACHIM MOLE** ET **GILLES MEDIONI**



Couple de femmes près d'un arbre, vers 1910.

EXPOS

LA FIBRE ARTISTIQUE

NOUVEAUX CODES

Dans l'histoire du vestiaire féminin, le XIX[e] siècle marque une évolution majeure. En France, et dans les pays anglo-saxons, les femmes s'approprient des pièces masculines pour afficher une certaine liberté. L'exposition *Un vestiaire à soi. Féminités dissidentes au XIXe siècle* révèle une nouvelle place de la femme dans la société à travers plus de 500 œuvres. Vêtements et accessoires dialoguent avec des photos, des peintures et des affiches de mode dans une scénographie riche en documents.

> Du 26 septembre 2026 au 14 février 2027. Palais Galliera. 10, avenue Pierre-I[er]-de Serbie, Paris (16[e]). palaisgalliera.paris.fr

BLEUS DE TRAVAIL

Au XIX[e] siècle, les artistes posent en salopette, en blouse ou en combinaison dans leur atelier. À cette « standardisation » succède un mouvement d'émancipation et l'affirmation d'un style plus personnel. L'exposition *L'Étoffe de l'artiste* met en scène des tenues plus ou moins connues de peintres, sculpteurs ou photographes, parmi lesquels Gustav Klimt, Léonard Tsuguharu Foujita et Sonia Delaunay.

> Du 23 septembre 2026 au 24 janvier 2027. Musée Bourdelle. 18, rue Antoine-Bourdelle, Paris (15[e]). bourdelle.paris.fr



Léonard Foujita dans sonatelier, vers 1925, Paris, par Boris Lipnitzki.

BORIS LIPNITZKI / ROGER-VIOLLET // PRESSE.



SCÈNES

THÉÂTRE

Maïtena Biraben poursuit sur les planches l'aventure de son média en ligne destiné aux femmes de plus de 45 ans. Intitulé *Mesdames en vraies !*, le spectacle réunit autour d'elle Sonia Dubois, Elsa Wolinski et Ariane Massenet, entre autres. Ensemble, elles déconstruisent, avec du peps et des piques, les clichés autour de la ménopause, de la sexualité, de l'addiction.

> En tournée du 19 septembre au 4 novembre.



Louane Emera fait ses premiers pas au théâtre dans *2:22 A ghost story*, adapté d'un succès outre-Manche. Dans une maison en rénovation, un esprit farceur se manifeste à heure fixe, nourrissant des divergences sur le paranormal, sur fond de thriller et de sueurs froides.

> Dès le 15 septembre. Théâtre Fontaine. 10, rue Pierre-Fontaine, Paris (9e). theatrefontaine.com

Philippe Torreton et **Francis Huster** interprètent le duc d'York et Lionel Logue, l'orthophoniste australien qui va l'aider à réprimer son bégaiement avant sa prise de parole, pour annoncer l'entrée en guerre du Royaume-Uni contre l'Allemagne nazie. D'après *Le Discours d'un roi* (2010), le film aux 43 récompenses et 4 Oscars.

> Du 17 septembre 2026 au 3 janvier 2027. Théâtre du Gymnase. 38, boulevard de Bonne-Nouvelle, Paris (10e). theatredugymnase.com

Mélanie Page incarne Tippi Hedren, l'actrice des *Oiseaux*, dans *Hitchcock & Mary Rose*, de Michael Sadler. Au début des années 60, à Hollywood, le maître du suspense présente à la comédienne et à la scénariste JP Allen, un projet adapté d'une histoire écrite par le père de Peter Pan. Un huis clos autour de l'obsession, la psychanalyse et l'emprise.

> Dès le 3 septembre. Théâtre de l'Œuvre. 55, rue de Clichy, Paris (9e). theatredeloeuvre.com



AURÉLIE ROUX // PRESSE.

SCÈNES

HUMOUR

David Castello-Lopes, humoriste et chroniqueur (France Inter), diplômé d'un master en histoire et d'un autre en journalisme, s'empare du concept du plaisir (avouable, ou pas) dans *Délicieux*, une conversation documentée et riche en vannes dans laquelle il décrypte les travers de la nature humaine. Exemple : se réjouir du malheur des autres ou de manger du gruyère à Gruyères.

> En tournée.
davidcastellolopes.com

Tristan Lopin propose *Partez sans moi, je vous rejoins*, le journal sans filtre de son quotidien. Au programme de ce troisième seul en scène, le cap de la quarantaine, la calvitie, le mal de dos, les légumes rôtis, le tout agrémenté d'une bonne dose d'autodérision et de sourires.

> En tournée. Et du 23 septembre au 10 octobre au Théâtre de l'Œuvre. 55, rue de Clichy, Paris (9e). tristanlopin.com



MUSIQUE

CD



... HELENE SEGARA

Ses tubes en or massif comme *Il y a trop de gens qui t'aiment*, *Elle, tu l'aimes*, *Vivo per lei*, défilent dans *Hélène Segara & friend*, un disque de duos avec Julien Doré, Philippe Katerine, Vincent Dedienne, Joyce Jonathan... Un beau voyage en nostalgie pour fêter ses 30 ans de chanson.

> Warner



... JULIEN BAER

Le chanteur de *Marie pense à moi*, également photographe et auteur jeunesse, a enregistré *Petites musiques de jour*, un disque instrumental bucolique et apaisant réalisé avec sa délicatesse d'esthète, idéal pour les soirs de fin d'été.

> Disponible sur les plateformes musicales.



... CECILE MCLORIN SALVANT

Récompensée par 3 Grammy awards, la chanteuse de jazz franco-américaine revisite des classiques de la comédie musicale et du cinéma (*Sophisticated Lady*; *Les Parapluies de Cherbourg*) signés Sondheim, Legrand ou Kurt Weill, avec *Every breath I take*, un album accompli au goût d'éternité.

> Nonesuch Records.

AGENDA

CINÉMA

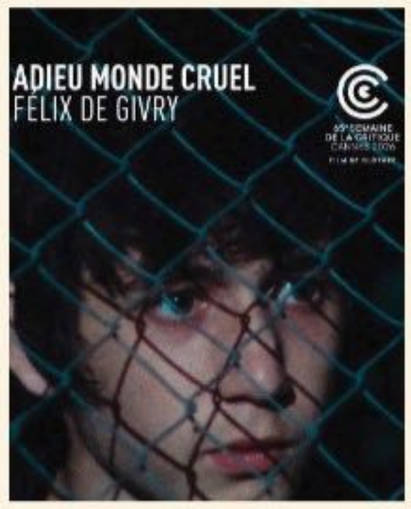


LE 9 SEPTEMBRE

LA VIE D'UNE FEMME

Les jours et les nuits menés au pas de course de Gabrielle, cheffe de service hospitalier, sont bousculés par sa rencontre avec une romancière. Léa Drucker illumine ce parcours de femme puissante cernée par ses failles sentimentales. Avec Charles Berling et Mélanie Thierry.

> De Charline Bourgeois-Tacquet.



ADIEU MONDE CRUEL

Otto, 14 ans, harcelé au collège, s'enfuit, avec l'intention d'en finir. Léna va lui redonner le goût de vivre... Un portrait tout en finesse d'adolescents à la marge, magnifiquement interprétés par Milo Machado-Graner et Jane Beever.

> De Félix de Givry.



LE 16 SEPTEMBRE

HISTOIRES DE LA NUIT

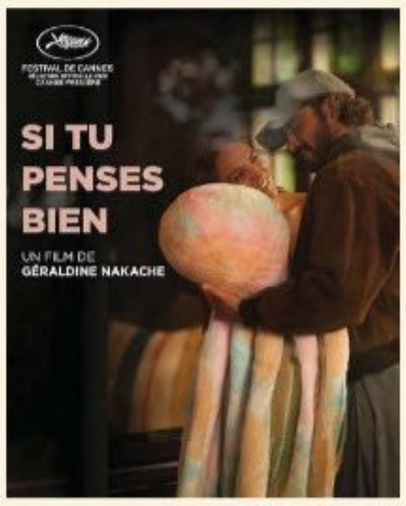
Trois hommes kidnappent une famille vivant dans une ferme isolée, décidés à régler leurs comptes, mais lesquels ?
Un thriller tendu, suintant l'angoisse et le sang. Avec Hafsia Herzi, Benoît Magimel et Bastien Bouillon.

> De Léa Mysius.

SI TU PENSES BIEN

Peu après sa rencontre avec Jacques, Gil devient mère. Peu à peu, il l'isole, l'humilie, l'épie. Niels Schneider et Monia Chokri forment le couple de ce drame glaçant sur l'emprise exercée par un pervers narcissique, abrité derrière sa foi religieuse.

> De Géraldine Nakache.



LE 23 SEPTEMBRE

GARANCE

Emportée par l'ivresse du vin blanc, de la fête, des corps, Garance, comédienne de 36 ans, s'enfonce peu à peu dans l'alcoolisme... Adèle Exarchopoulos livre une performance d'une rare intensité dans cette plongée bouleversante au cœur de l'addiction. Avec aussi Sara Giraudeau.

> De Jeanne Herry.



PRESSE.



AGENCY ICONOCLAST / JEAN-BAPTISTE MONDIN // PRESSE.



COUP DE CŒUR

ROMAN

PLUMAGE D'EXCEPTION

Quand un perroquet vole dans les plumes de son maître…

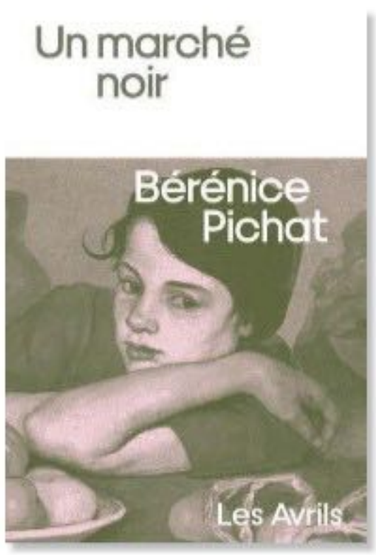
La routine sied bien à Albin, 45 ans, chroniqueur radio en dilettante, flâneur du Louvre et solitaire par nature. Jusqu'au jour où il adopte un perroquet nouveau-né baptisé Jo, qu'il couve tel un véritable « papa poule » et dont il applaudit les premiers mots. Jo est un gris du Gabon, beau parleur à l'intelligence supérieure. Mais quand il entre dans son adolescence, censée durer quinze ans, c'est avec bruit et fracas ; le ton monte, les portes claquent. La cohabitation se fait électrique, le volatile devenant irascible, agressif, despote, tandis que son père de substitution s'isole, se recroqueville et s'humilie. « *L'amour n'est pas un dû* », annonce Amélie Nothomb dans son imprévisible 35e roman, qui fait écho à son « autobiographie aviaire », *Psychopompe*. Mais pas seulement. La passionnée des oiseaux est là tout entière, certes, mais cette fable ornithologue est aussi une réflexion subtile sur la paternité, le couple, le genre ou encore l'emprise. Et une fois encore, sa plume aérienne et singulière fait mouche, trempée dans l'encrier de l'humour noir et de la cruauté.

> *L'Adolescence du perroquet*, d'Amélie Nothomb, Albin Michel, 160 p., 18,90 €.

ROMAN

AFFAIRES TROUBLES

Travail de mémoire sur les années noires



Paris, 1943. Servane, 17 ans, employée dans une boulangerie, est entraînée par le séduisant Grégoire, un ancien militaire, dans un trafic de marché noir derrière lequel, lui révèle-t-il, se cache un réseau de résistance. Entre eux naît alors une attirance secrète, tandis que la répression de l'occupant nazi s'intensifie. Depuis sa loge, Madame Émilie, la concierge de l'immeuble où vit Servane, observe le ballet de collabos, miliciens et résistants. C'est elle, le pivot de ce roman très prenant, nourri de confessions, de voix off, de poèmes qui s'enroulent autour des années noires de l'Occupation, pour pointer les zones troubles, entre idéologie et opportunisme.

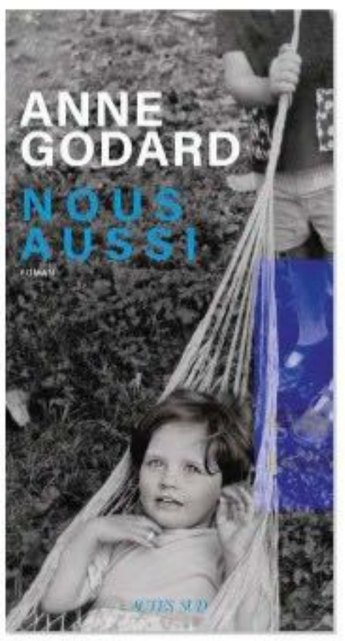
> *Un marché noir*, de Bérénice Pichat, Les Avrils, 288 p., 22 €.

ROMAN

FAITS DE FAMILLE

Des secrets familiaux bien gardés

Des grands-parents aux petits-enfants, tous habitent le même immeuble haussmannien, dans le Quartier latin. Les cousins dorment les uns chez les autres, jouent aux mêmes jeux au jardin du Luxembourg, empruntent les mêmes chemins d'excellence: Centrale, Sciences Po, Normale Sup. La narratrice décrit avec une minutie d'anthropologue les fondations de cette famille soudée, en apparence parfaite, avant que n'apparaisse la première fissure: le suicide de l'un des siens. Anne Godard analyse les conséquences de ce séisme intime, où la responsabilité collective s'exprime à travers l'usage du pronom indéfini « on ». Un grand livre suffocant.



> *Nous aussi*, d'Anne Godard, Actes Sud, 240 p., 20 €.

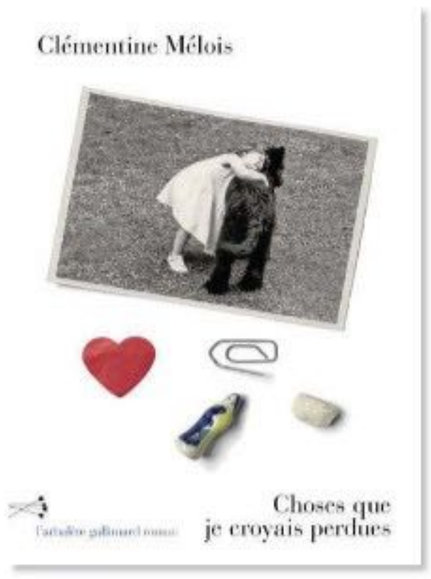
ROMAN

LA CLÉ SUR LA PORTE

Vivre avec ses souvenirs heureux

Séparée de Tristan, Émilie attend les déménageurs qui emporteront une vie passée avec lui. Si Tristan ne garde jamais aucun souvenir, Émilie, elle, les emballe tous dans du papier journal, car elle ne jette rien: le moule à kouglof de ses parents, un ensemble à bouclettes en poil de chameau, le goût des tartelettes de chez ses beaux-parents. La tristesse des lendemains solitaires laisse la place à une mémoire vive et joyeuse des objets, et à la certitude de redevenir soi-même, après avoir contraint sa nature profonde... par amour.

> *Choses que je croyais perdues*, de Clémentine Mélois, Gallimard, 176 p., 19 €.



ROMAN

PIONNIÈRE MÉCONNUE

À la découverte de la première femme architecte



Rome vibre au XVII[e] siècle. Tandis que Mazarin tisse sa toile à la cour d'Anne d'Autriche, que Le Bernin et Pierre de Cortone règnent sur la scène artistique, Giovanni Briccio, peintre, musicien, dramaturge, mène une existence placée sous le signe de la création et de la fantaisie. Qui sait que sa fille, Plautilla (1616-1705), élève discrète et surdouée élevée dans l'ombre de son père, a conçu et décoré la villa Benedetta, dont les vestiges subsistent encore dans la Ville éternelle, devenant ainsi la première femme architecte ? Melania G. Mazzuco, figure de la littérature italienne, ressuscite ce destin d'exception dans un roman historique qui plonge dans le mouvement baroque et emporte jusqu'à la dernière page.

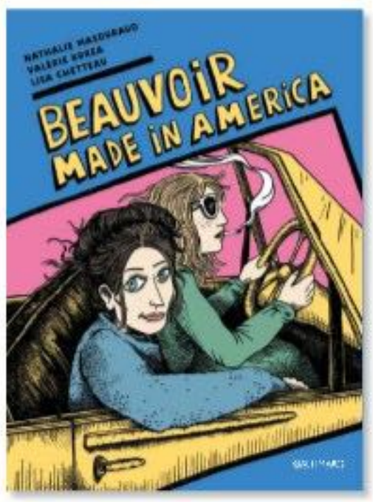
> *L'Architecte romaine*, de Melania G. Mazzucco, traduit de l'italien par Vincent Raynaud, Calmann-Levy, 528 p., 23,90 €.

PRESSE.

ROMAN GRAPHIQUE

VOYAGE EXISTENTIALISTE

Sur les traces d'une pionnière du féminisme



En 1947, Simone de Beauvoir, 39 ans, parcourt les États-Unis pendant quatre mois pour des conférences universitaires. Ce voyage, envisagé d'un point de vue existentialiste dans *L'Amérique au jour le jour* (1948), est ici retracé dans un roman graphique où l'intime dialogue avec le politique. Aux côtés de rencontres bien réelles (l'écrivain Richard Wright, Nelson Algren, son amant américain...) prennent place des figures fictives, notamment des femmes afro-américaines et des Amérindiennes. Le dessin, inspiré des comics américains, les couleurs vives et la mise en page dynamique composent un bel écrin pour ce road trip féministe qui se lit comme un roman.

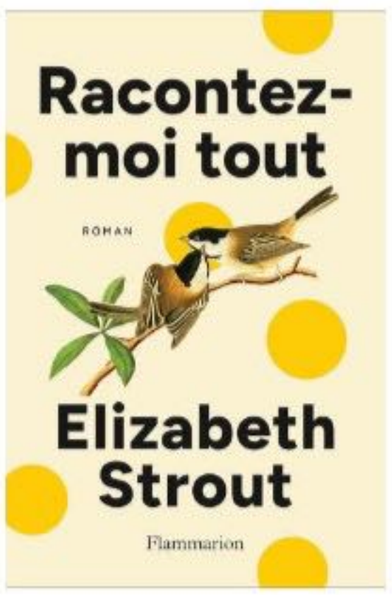
> *Beauvoir made in America,* de Nathalie Masduraud, Valérie Urrea et Lisa Chetteau, Gallimard Bande dessinée, 256 p., 24,90 €.

SAGA

DES VIES EMPÊCHÉES

Une saga américaine contemporaine

Les lecteurs d'Elizabeth Strout sont en terrain familier à Crosby, ville imaginaire du Maine, où l'on retrouve les héros de sa saga best-seller: l'avocat Bob (*The Burgess Boys*) accepte de défendre un homme accusé d'avoir tué sa mère. Depuis sa maison de retraite, Olive (*Olive Kitteridge*) se confie à la romancière Lucy Barton (*Je m'appelle Lucy Barton*)... Autour d'eux gravitent bien d'autres destins dans ce 10e opus, qui peut se lire indépendamment des précédents. Des vies ordinaires, des vies entravées, éclairées par la sensibilité de l'autrice, prix Pulitzer en 2009.



> *Racontez-moi tout,* d'Elizabeth Strout, traduit de l'anglais par Pierre Brévignon, Flammarion, 368 p., 22,90 €.

LES POCHES

De l'horreur, de la nostalgie, de l'histoire

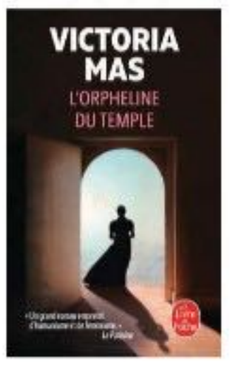
LA MAISON HANTÉE



Dans un lotissement de la périphérie de Toulouse, une bande d'adolescents s'introduit dans un pavillon abandonné, qui va être le révélateur de leurs angoisses et de leurs fantasmes. Entre fresque sociale et roman horrifique, ce récit analyse le passage à l'âge adulte dans les années 90, porté par une écriture virtuose.

> *La Nuit ravagée,* de Jean-Baptiste Del Amo, Folio, 496 p., 10,50 €.

UNE RECLUSE ROYALE



En 1794, les convictions révolutionnaires d'un jeune gardien de la prison du Temple vacillent lorsqu'il rencontre une adolescente recluse, Marie-Thérèse de France, l'unique survivante de la famille royale. L'autrice du *Bal des folles*, dresse le portrait d'une jeune fille digne et courageuse dans un roman épistolaire captivant.

> *L'Orpheline du Temple,* de Victoria Mas, Le Livre de Poche, 160 p., 7,90 €.

LE MONDE DE DEMAIN



Chloé, Paul et Mathieu vivent en autarcie, sans téléphone ni électricité, dans une ferme isolée au pied des Pyrénées, à l'abri de la fureur des hommes. Un incident va faire basculer le monde et leur univers... Ce thriller psychologique, claustrophobe et oppressant, tient en haleine avec son suspense et ses rebondissements.

> *Voici demain,* de Valentin Musso, Pocket, 216 p., 8,40 €.

PUBLI - COMMUNIQUÉ

Quand **la séparation** ne met pas fin **aux violences...**

Retrouvez un espace de communication sécurisé pour protéger votre santé mentale, préserver vos enfants et reprendre le contrôle de vos échanges.



Eva NGALLE
Fondatrice, présidente TI3RS

Après une séparation, les violences peuvent continuer : harcèlement, menaces, insultes ou pressions passent souvent par le téléphone.

Créée par une survivante de violences conjugales, **TI3RS** est la première application française pensée pour accompagner les parents séparés dans ces situations.

Déjà utilisée par plus de **7 000 personnes**, elle permet de communiquer sereinement tout en protégeant sa vie privée et en conservant des preuves lorsque cela est nécessaire.

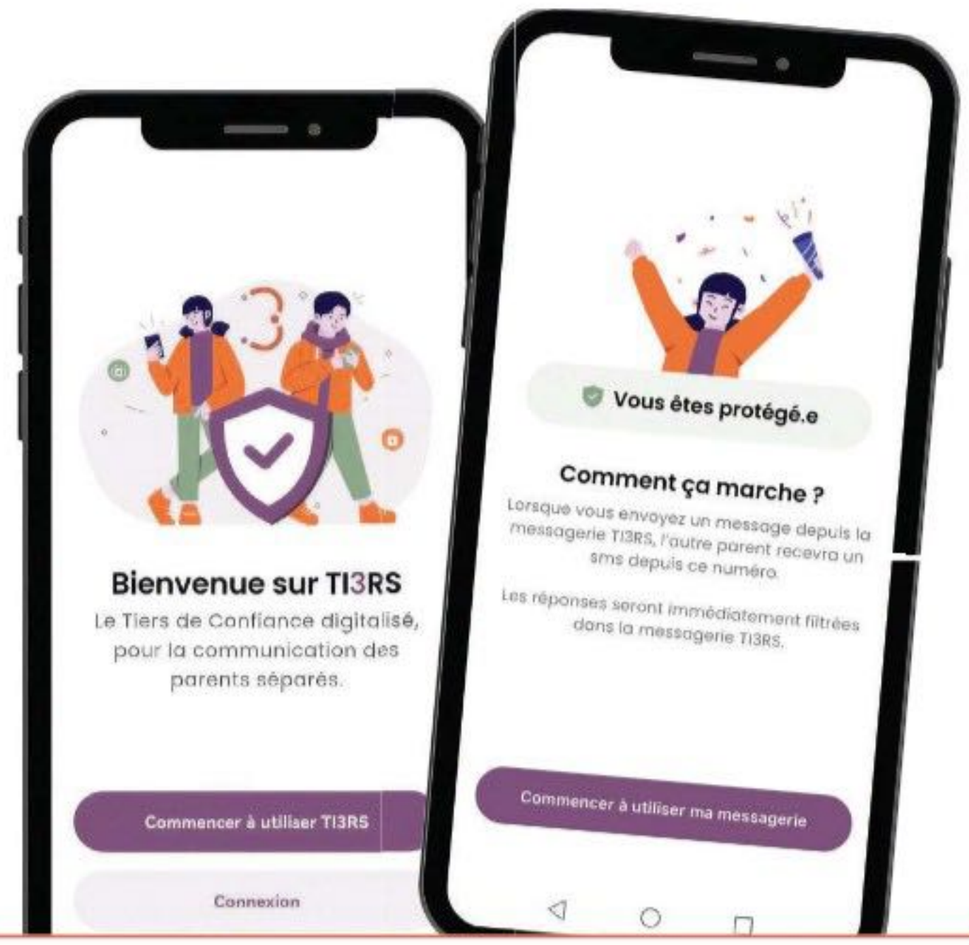
Les 4 fonctionnalités

Filtrage des messages violents
Notre système "Langage Fleuri" masque automatiquement les insultes et propos agressifs pour préserver votre santé mentale.

Preuves horodatées
Conservez un historique fiable de vos échanges, exportable en PDF si vous en avez besoin dans vos démarches juridiques.

Préférences de notifications
Choisissez les jours et les horaires de réception des notifications afin d'éviter le harcèlement et de préserver votre tranquillité.

Numéro de téléphone fictif
Protégez vos coordonnées personnelles tout en restant joignable lorsque la communication est nécessaire.



Parce que
"Entre vous et la violence, il y a TI3RS"

Téléchargez gratuitement TI3RS DISPONIBLE SUR Google Play · Disponible sur App Store

www.ti3rs.fr

ÉVASION



HISTOIRE MODERNE

L'imposante bâtisse se dévoile au loin, derrière le pont Saint-Nicolas, tandis que le Gardon coule en contrebas. À Sainte-Anastasie, l'ancien péage royal, aujourd'hui classé, abrite deux charmantes maisons d'hôtes, une chapelle romane du XII[e] siècle, un restaurant, un chai, un bar, et un espace culturel. Arnaud et Pauline Le Bihan, les propriétaires, ont redonné vie au Prieuré Saint-Nicolas avec goût et élégance, sans jamais céder à l'ostentation. Dans les 11 chambres comme dans les espaces communs, antiquités et pièces contemporaines dialoguent harmonieusement, des objets chinés trouvent naturellement leur place sur une étagère, une commode ou un mur. Tout invite à savourer ce lieu singulier, entre vieilles pierres et jardin avec piscine naturelle.

> 1345 RD 979, Cante Reinard Est, Sainte-Anastasie (30). prieure-saint-nicolas.com

ÉMILIE IMBRECHT.

PAR **PAULINE RIPOTE**

ÉVASION

PAR **LILI CHARPENTIER** ET **PAULINE RIPOTE**



COUP DE CŒUR

NOUVEAU REFUGE URBAIN À MARSEILLE

Après le RockyPop, le groupe Assas Hôtels ouvre un deuxième établissement à Marseille. Situé entre les plages du Prado et le stade Vélodrome, Soléo Prado propose 98 hébergements – des chambres, mais aussi des studios et des appartements pour des séjours plus longs. À l'intérieur, tout évoque le Sud: le bleu azuréen de la Méditerranée, le jaune pastis, le bois clair, les rayures transat et la terre cuite partout. En bonus: une terrasse paisible et une salle de fitness.

> 9-11, boulevard de Louvain, Marseille (13). À partir de 110 € la chambre double avec petit déjeuner. soleoprado.com

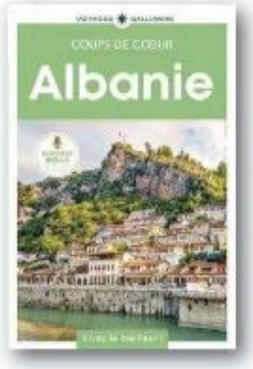
TRAIN DE LÉGENDE

Le mythe renaît ! Le 22 octobre prochain, la Dolce Vita Orient Express inaugure une nouvelle ligne vers Istanbul, au départ de Rome. Un périple unique de cinq jours, synonyme de parenthèse hors du temps. Après une halte à Venise, les voyageurs découvrent les charmes de Budapest, avant de s'émerveiller devant les paysages des Carpates, puis d'arriver, médusés, à Istanbul, porte de l'Orient. Une aventure extraordinaire !

L'ALBANIE À LA PAGE

La destination est bien connue des amoureux de patrimoine et de nature préservée. L'Albanie réserve de belles surprises avec ses villages authentiques, sa capitale vibrante et ses plages bordant une mer turquoise. Gallimard met cette destination à l'honneur dans un guide riche en adresses et idées d'itinéraires urbains ou loin des foules.

> *Albanie*, Voyages Gallimard, 16,95 €.





CONCENTRÉ DE CULTURES AUTOUR DU LAC LÉMAN

En Suisse, Genève reste un spot idéal pour un week-end de rentrée, entre balades et pauses gourmandes. À l'automne, les rives du lac Léman se transforment en espaces culturels où découvrir la photographie contemporaine à la Biennale Images Vevey (du 5 au 27 septembre), écouter des virtuoses à Septembre Musical (du 9 au 18 septembre), ou encore danser sur les hits du groupe Queen lors des Freddie Days à Montreux (du 2 au 6 septembre).

> images.ch ; septembremusical.ch ; freddie-days.com

UNE NUIT AU CŒUR DES VIGNES DE BOURGOGNE



Direction Beaune et le château Albert Morot. Cette folie historique de la fin du XIXe siècle renaît sous la forme d'une maison à vivre. Au programme: dix chambres dotées de salles de bains privatives, des espaces de réception XXL, des cheminées et des boiseries, une salle de cinéma, une bibliothèque, et une vue plongeante sur le vignoble. Pour une immersion complète, offrez-vous une dégustation privée des vins du domaine, avant de partir explorer à vélo le patrimoine de la région.

> 20, av. Charles-Jaffelin, Beaune (21). chateaualbertmorot.com

LE BON PLAN DE VERYCHIC

Avec son offre Very Flexible, le site de ventes privées de voyages de luxe permet de réserver son séjour à l'avance et au meilleur prix (jusqu'à -70 %), mais aussi de l'annuler au dernier moment. > verychic.fr

PAUL BRECHU // OLIVIER LEMOINE // RAPHAELLE VANNAY/VAUD PROMOTION // PH FOOD FEELS // PRESSE.

marie france & PSYCHOLOGIES
SÉJOURS

VOUS PRÉSENTENT

La Thalasso
Ventre léger, esprit apaisé
à Pornic

NOUVEAU PROGRAMME EXCLUSIF

- Du 11 au 16 octobre 2026
- Du 15 au 20 novembre 2026
- Du 10 au 15 janvier 2027

Réservé à nos lecteurs

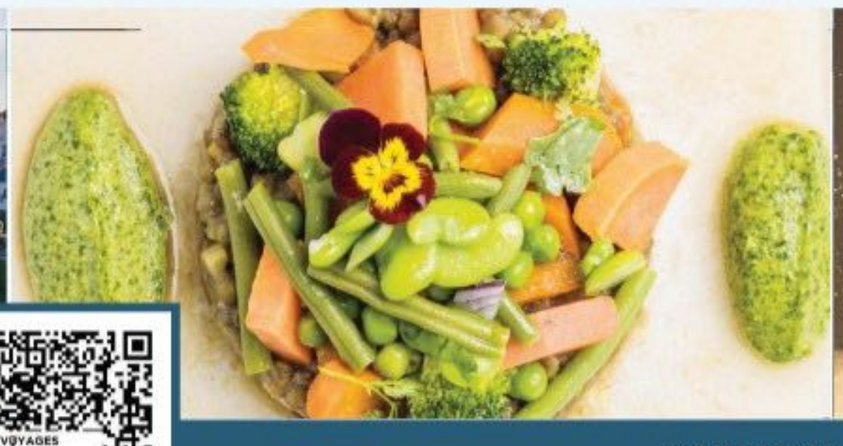
Marie France avec Psychologies et Alliance Pornic sont ravis de vous présenter leur nouveau programme, pour vous aider à **apaiser votre ventre et dénouer vos tensions profondes**. À travers un programme de soins, cette thalasso vous conduira vers une reconnexion à votre deuxième cerveau pour retrouver vitalité, sérénité et bien-être.

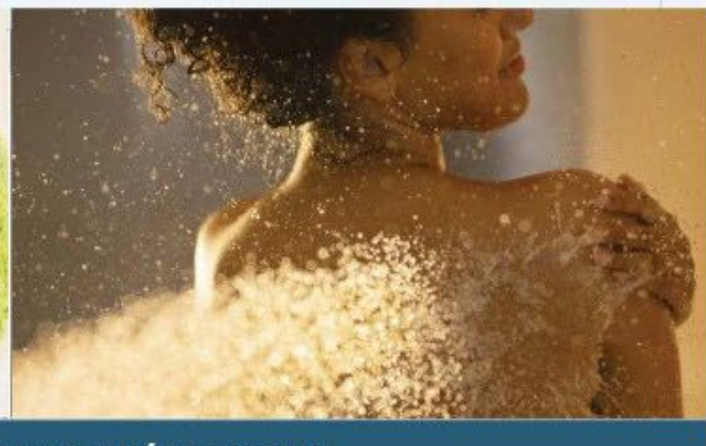
Vous serez accueillis dans un cadre idyllique, **l'hôtel****** **Alliance Pornic** surplombe la plage de La Source.

Le nombre de place est limité à 20 par date !

Renseignez-vous vite !







TÉLÉCHARGEZ LA DOCUMENTATION COMPLÈTE
en flashant le QR code ci-contre ou sur
www.voyages-lecteurs.fr/mf

OU

INFORMATIONS & RÉSERVATION :
01 41 33 57 86 en précisant le code **Marie France**
Du lundi au vendredi de 9h à 18h et le samedi de 9h à 17h

OU demandez votre brochure sans engagement en retournant ce coupon à : **Marie France** - Thalasso - 59898 Lille Cedex 09

M086 # L1598598
Code article : 785634

Nom* : ..... **Prénom* :** .....

Adresse* : .....

CP* : |_|_|_|_|_| **Ville* :** ..... **Tél.:** |_|_| |_|_| |_|_| |_|_| |_|_|

Email : .....
(Utile pour recevoir nos bons plans Croisières et Voyages)

Date de naissance : |_|_| |_|_| |_|_|_|_| (pour fêter votre anniversaire)

Avez-vous déjà effectué une croisière ou un voyage ☐ OUI ☐ NON

☐ Je ne souhaite pas recevoir les offres Voyages Lecteurs et Marie France sur des produits et services similaires à ma commande par la Poste, e-mail ou téléphone. Dommage !

☐ Je ne souhaite pas que mes coordonnées postales et mon téléphone soient communiqués à des partenaires pour recevoir leurs bons plans. Dommage !

* A renseigner obligatoirement pour traiter votre demande. Les informations recueillies à partir de ce formulaire font l'objet d'un traitement informatique fondé sur votre consentement et destiné à Reworld Media France SAS en sa qualité de responsable de traitement. Les finalités poursuivies sont l'envoi de la brochure et les offres relatives aux voyages avec nos partenaires si vous y consentez. L'inscription au voyage implique l'acceptation des conditions générales et particulières de vente de Alliance Pornic au dos du bulletin de réservation joint à la brochure. Les informations demandées sont destinées à la société REWORLD MEDIA MAGAZINES (Voyages Lecteurs) à des fins de traitement et de gestion de votre commande, de la relation client, des réclamations, de réalisation d'études et de statistiques et, sous réserve de vos choix, de communication marketing par Voyages Lecteurs et/ou ses partenaires par courrier, téléphone et courrier électronique. Vous bénéficiez d'un droit d'accès, rectification, d'effacement de vos données ainsi que d'un droit d'opposition en écrivant à RMM-DPD, c/o service juridique, 40 avenue Aristide Briand – 92220 Bagneux, ou par mail à dpd@reworldmedia.com. Vous pouvez introduire une réclamation auprès de la CNIL - www.cnil.fr. Pour en savoir plus sur la gestion de vos données personnelles, vos droits et nos partenaires, consultez notre politique de Confidentialité sur www.voyages-lecteurs.fr - Photographies : ©Shutterstock, Alliance Pornic, J.HIHN

VOYAGES LECTEURS

4_119877641

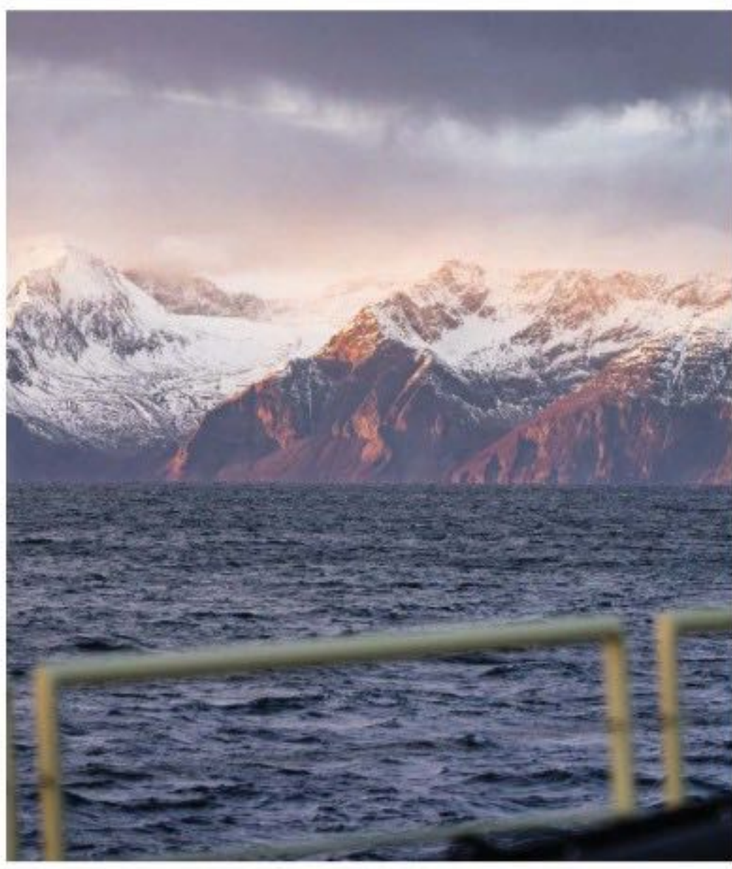




Ci-dessus: Aurores boréales au-dessus du village de Havnnes.

Ci-contre à gauche : rencontre avec des orques après la première nuit en bateau.

À droite: observation des baleines depuis le pont.









À BORD DU NANOOK, LA THÉRAPIE DU GRAND LARGE

EMBARQUER SUR LE *NANOOK*, BATEAU D'EXPÉDITION POLAIRE, C'EST PARTIR À LA DÉCOUVERTE DES IMMENSITÉS ARCTIQUES, AU NORD DE LA NORVÈGE. QUELQUES JOURS SUFFISENT POUR RALENTIR, RESPIRER ET RENOUER AVEC LE SILENCE.

TEXTES **CÉCILE GAULT** - PHOTOS **VALENTIN PILATE**

À Tromsø, au-delà du cercle polaire, la lumière semble suspendue. Le jour ne se lève jamais tout à fait et les montagnes immaculées plongent dans le bleu profond des fjords. C'est ici que débute notre périple à bord du *Nanook*, un navire d'expédition jaune poussin amarré au port. Entre fjords enneigés, orques, silence polaire et lueurs irréelles, embarquement pour une parenthèse hors du monde et hors du temps.

D'une longueur de 53 mètres, le *Nanook* n'accueille qu'une douzaine de passagers. Une capacité réduite qui change complètement l'expérience du voyage. Ici, pas de croisière impersonnelle ni de luxe ostentatoire, mais une atmosphère chaleureuse, presque familiale, et un bateau qui permet d'accéder à des zones plus sauvages, au plus près de la nature arctique. À bord, l'équipage et notre guide naturaliste partagent leurs connaissances sur la faune, les paysages et l'écosystème polaire. L'ambiance est simple et conviviale. Les cabines sont confortables. Après les consignes de sécurité et un verre partagé avec le commandant, le navire largue les amarres. Tromsø s'éloigne dans la nuit arctique. Quelques minutes plus tard, de discrètes aurores boréales « dansent » au-dessus de la ville.

SPECTATEURS SILENCIEUX

La première nuit en mer est légèrement mouvementée. Le *Nanook* tangue doucement au lever du jour, mais cette sensation finit par devenir apaisante. Au réveil, les odeurs du petit déjeuner arrivent jusque dans les cabines: œufs, bacon grillé, saumon, porridge, fruits rouges... Ici, tout paraît simple. On mange, on dort, on observe. Le reste du monde semble déjà loin. Un appel résonne dans les haut-parleurs: des baleines ont été aperçues à l'avant du bateau. • • •



Une chapelle de bois blanc, des baies rouges et la lumière dorée du Nord.

... Tout le monde enfile bonnet, écharpe et veste avant de rejoindre le pont. Avec les vagues, traverser l'avant du navire demande un peu d'équilibre, mais une fois installés face au fjord, impossible de détourner le regard. Autour de nous, les montagnes enneigées encadrent une mer d'acier sous une lumière dorée. Puis apparaissent les premiers souffles. Le *Nanook* s'approche lentement. Les cétacés font surface, replongent, dévoilant un instant leur majestueuse queue avant de disparaître dans les profondeurs. Le groupe reste silencieux, hypnotisé. C'est peut-être là que débute la thérapie du grand large. Le froid ramène au corps. Le silence vide peu à peu le mental. Plus personne ne pense à consulter son téléphone. Il n'y a plus que le bruit du vent, les souffles des baleines et la sensation d'être minuscule face à l'immensité.

LE GRAND NORD, UNE RECONNEXION PHYSIQUE

Quelques heures plus tard, une annonce signale la présence d'orques. Plus rapides et nerveuses que les baleines, elles évoluent en groupe au milieu de centaines d'oiseaux attirés par les bancs de poissons. Soudain, une baleine à bosse apparaît parmi elles. Le silence se fait. Chacun observe la scène, saisi par le froid polaire.

Après un déjeuner copieux à bord, nous embarquons dans un Zodiac. Équipés de bottes et de gilets de sauvetage, nous mettons le cap sur plusieurs îles balayées par le vent. Une tempête de neige nous surprend pendant la traversée. Le froid pique les joues et engourdit les mains. Pourtant, les paysages conservent une douceur presque irréelle : maisons rouges posées au bord d'une eau translucide, plages couvertes de fragments de coraux, montagnes noyées dans les nuages. Notre guide Xavier nous parle de la géologie des fjords, de la végétation arctique et de cet écosystème qui s'adapte aux conditions extrêmes. Ici, les végétaux restent bas pour résister au vent et préserver la chaleur du sol. Même la nature semble avoir appris à ralentir. Sur une petite île, nous nous allongeons dans la toundra. Les yeux fermés, chacun écoute le vent, les vagues et le clapotis d'un cours d'eau. Dans le Grand Nord, on redécouvre une chose devenue rare: le silence.



Installation du buffet pour le déjeuner.

LE RÉCONFORT DU BORD

Le soir, le retour à bord du *Nanook* est profondément réconfortant. On retrouve la chaleur du salon, les odeurs du dîner et les conversations du petit groupe qui commence à se connaître. Puis vient le sauna, une parenthèse bienvenue après plusieurs heures passées dans les embruns glacés. Peu à peu, les corps se détendent, les pieds se réchauffent et la fatigue s'installe. Une fatigue physique et saine, loin de l'épuisement nerveux du quotidien.

Le lendemain, nouvelle sortie sur l'île de Follesøya. Xavier nous montre les sorbiers des oiseleurs, les mousses, les pierres polies par le climat arctique. Chaque détail raconte le territoire. Notre petite troupe progresse au rythme du paysage. Ici, impossible d'aller vite : le Grand Nord impose sa cadence. Au sommet, la vue s'ouvre sur les bras de mer et les montagnes blanches. Le *Nanook* se distingue au loin, minuscule au milieu du fjord.

LAISSER LE TUMULTE DU MONDE DERRIÈRE SOI

Plus tard, nous faisons escale à Havnnes, l'un des rares villages du nord de la Norvège épargnés pendant la Seconde Guerre mondiale. Aujourd'hui classé et protégé, il abrite un commerce faisant office d'épicerie, de bureau de poste et de café. Ici aussi, tout paraît suivre un autre tempo, plus lent, plus simple.

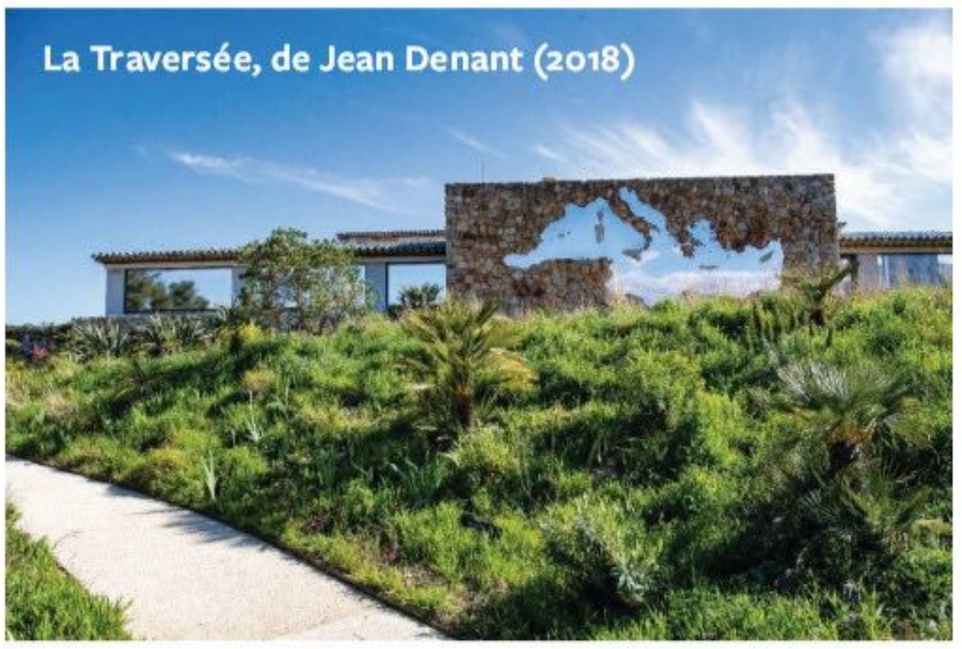
À bord du *Nanook*, les journées finissent par se confondre: observer les baleines, débarquer sur une île battue par le vent, savourer un café brûlant après le froid, écouter le silence, regarder les fjords défiler. Peu à peu, quelque chose se relâche. On s'aventure dans le Grand Nord pour voir des orques et des aurores boréales. On en repart surtout avec l'impression d'avoir laissé derrière soi une partie du bruit du monde. ●

CARNET PRATIQUE

grands-espaces.com
Fjords du nord de la Norvège
Voyage francophone avec le guide naturaliste Xavier Allard (@passiongrandnord).
Croisière à partir de 4900 € pour 7 jours.

Le *Nanook*, yacht polaire
- Peut accueillir 12 passagers.
- Construit en 1968 pour des missions de contrôle en mer du Nord.
- Restauré entre 2020 et 2024 à des fins touristiques (intérieur réaménagé en 2025).
- Allie confort discret et robustesse d'expédition.
- Adapté aux hautes latitudes: navigation souple, autonomie, observation à 360°.


Installation de Joan Brown (1974)


La Traversée, de Jean Denant (2018)


Welcome, de Marjorie Strider, 1963 (à gauche) et Sans titre, de Martial Raysse (1962) (à droite)


Villa Carmignac

FONDATION CARMIGNAC

PLONGEZ DANS LE POP ART

AU LARGE DE HYÈRES, CE JOYAU DE LA MÉDITERRANÉE OFFRE UNE NATURE PRÉSERVÉE… ET ABRITE LA FONDATION CARMIGNAC, À LA PROGRAMMATION POINTUE.

Il fait encore beau et chaud. En septembre, les estivants quittent l'environnement unique de Porquerolles pour retrouver le chemin de la rentrée. Les plus chanceux s'y rendent pour profiter des plages à l'eau turquoise et de la forêt de pins d'Alep et de chênes verts. L'endroit, magique, se prête idéalement à un week-end hors saison. Située dans le parc national de Port-Cros, l'île réserve également de belles surprises aux amateurs d'art, à la Villa Carmignac, dont le jardin vient d'être labellisé jardin remarquable. Jusqu'au 1er novembre, l'espace présente l'exposition *Sea, Pop & Sun*, brillant hommage aux années 60-70 et au pop art. Les 80 œuvres visibles dès l'allée menant à la villa, dont 15 issues de la collection Carmignac, proposent un dialogue entre les figures majeures du mouvement – Roy Lichtenstein, Andy Warhol, Martial Raysse, etc. – et des artistes contemporains. La salle centrale révèle une sculpture monumentale de l'artiste Théo Mercier. La sélection de peintures, sculptures, photos et vidéos, lumineuse et ensoleillée, rappelle l'esprit libre et engagé d'une époque révolue mais toujours présente à travers des œuvres à l'influence actuelle. ●

> Villa Carmignac. Piste de la Courtade, île de Porquerolles, Hyères (83). villacarmignac.com

Nos adresses

Y ALLER

Des liaisons sont assurées depuis la presqu'île de Giens (10 minutes) ou Toulon (1 h).

OÙ DORMIR ?

Le Mas du Langoustier. Cet hôtel iconique se situe au cœur de la pinède pour une déconnexion totale. À partir de 595 € le séjour classique pour deux en demi-pension.
> langoustier.com

L'Arche de Porquerolles. Dans le village, cet établissement de charme dispose de chambres élégantes. À partir de 140 €.
> larchedeporquerolles.com

PRESSE.

L'HOROSCOPE

DE **JULIE PATRIAT**

Le signe du mois

VIERGE
DU 22/08 AU 23/09

Vous ouvrez un nouveau chapitre personnel le 11 septembre, avec la Nouvelle Lune dans votre signe. Sous l'influence d'Uranus, un puissant désir de changement et de nouveauté se fait sentir. L'heure est venue de vous lancer dans une nouvelle aventure, de prendre un autre chemin, d'entreprendre de nouvelles études, de suivre une formation, ou d'accueillir les surprises qui s'offrent à vous. Une fois préparée, pas de panique, vous vous adapterez, comme toujours. C'est là votre botte secrète.

BÉLIER
DU 21/03 AU 20/04

Dès le 11 septembre, Mercure dans votre signe de cœur favorise les rencontres, les connexions, apaise les tensions et facilite la communication, dans le couple comme avec les autres. Face à Saturne qui rétrograde, il est temps de mettre de côté votre indépendance légendaire afin de faire de la place à l'autre et de mieux comprendre ce que vous attendez d'une relation. Votre impatience grandit et vous devenez susceptible. Un nouveau cycle personnel démarre le 26.

TAUREAU
DU 21/04 AU 21/05

À partir du 11 septembre, Vénus s'installe dans votre signe de cœur et vous invite à rétablir le contact. L'atmosphère se fait passionnée et passionnante, votre besoin de l'autre se fait ressentir. Chiron, en recul dans votre signe, met en lumière votre peur de manquer et votre quête de sécurité intérieure, matérielle ou affective. C'est le moment de panser vos blessures, d'interroger votre façon d'exister dans le monde, de réfléchir à ce que vous désirez vraiment dans votre vie et à ce qui vous nourrit.

GÉMEAUX
DU 22/05 AU 21/06

Au moment de la Nouvelle Lune le 11 septembre, vous posez de nouvelles bases pour votre foyer. Le 16, la Lune noire quitte votre signe opposé et vous libère d'une sensation de pesanteur, d'obligation d'exigence et d'exemplarité dans vos relations. Neptune et Saturne reculent et vous encouragent à puiser dans vos ressources personnelles pour vous en sortir, à prendre du recul et à relativiser. Le 26, la Pleine Lune vient clore un chapitre professionnel.

CANCER
DU 22/06 AU 22/07

Jusqu'au 29 septembre, Mars, la planète de l'énergie, du pouvoir et de l'action, s'installe dans votre signe. Elle vous aide à obtenir des résultats, à saisir la chance qui s'offre à vous, à mobiliser toutes vos ressources pour atteindre votre objectif. Côté cœur, elle réveille votre désir, rallume la flamme, en vous comme dans le couple. À la Pleine Lune le 26, une opportunité se présente, un cycle s'achève pour laisser place à un autre. Vos rêves et vos espoirs deviennent réalité.

LION
DU 23/07 AU 21/08

Vénus rend vos échanges passionnés dès le 11 septembre. En lien avec Jupiter, elle vous encourage à provoquer la chance, à saisir les opportunités qui se présentent, à déployer vos dons, à oser vous montrer et à briller. Chiron insiste sur une place à prendre ou à revendiquer. Le temps est venu de récolter les lauriers et d'accueillir l'abondance dans votre vie. Le 26, vous n'avez plus besoin de prouver votre valeur, vous vous sentez enfin alignée et en accord avec vous-même.

BALANCE
DU 24/09 AU 23/10

Jusqu'au 29 septembre, Mars soutient vos initiatives, vous pousse vers le sommet, libère votre créativité. Jupiter, lui, favorise la reconnaissance de vos talents auprès de vos pairs. Le 11 septembre, Mercure dans votre signe vous donne envie de communiquer, d'échanger, de partager vos inspirations artistiques. Face à Neptune, une certaine mélancolie s'installe. La Pleine Lune referme un chapitre relationnel le 26 et vous invite à laisser derrière vous ce qui vous encombre.

SCORPION
DU 24/10 AU 22/11

Vénus, dans votre signe dès le 11 septembre, apaise l'atmosphère, vous rend amoureuse et tendre. Le 11, la Nouvelle Lune ouvre la voie à un nouveau projet, vous aide à développer votre activité. De son côté, Chiron rétrograde jusqu'au 18 dans votre signe opposé, ravivant certaines blessures, votre peur de l'inconnu, du manque ou de l'insécurité. Jupiter, lui, vous rend visible. Vous ne vous cachez plus dans un trou de souris et assumez qui vous êtes.

SAGITTAIRE
DU 23/11 AU 21/12

Le 11 septembre, la Nouvelle Lune offre une nouvelle perspective professionnelle, fait émerger des opportunités, vous aide à prendre conscience de vos atouts et à les mettre en pratique. Vénus vous ouvre l'esprit, les yeux et les oreilles. Vous voilà en pleine possession de vos moyens. C'est le moment de provoquer la chance et de vous sentir capable du meilleur. Le 16, la Lune noire vous libère, comme une renaissance après neuf mois de travail sur vous-même et sur vos peurs.

CAPRICORNE
DU 22/12 AU 20/01

Jusqu'au 29, Mars ravive vos sens, réveille vos envies, stimule vos besoins et nourrit votre imagination. Dès le 11 septembre, Mercure vous souffle des idées et résout vos problèmes. Vénus vous invite à jeter un œil à vos finances, et améliore votre situation professionnelle en facilitant les rencontres et les prises de contact. Vous étoffez votre réseau. À partir du 16, la Lune noire se pose dans votre signe pour neuf mois, ouvrant une période de transformation intérieure et de renaissance.

VERSEAU
DU 21/01 AU 18/02

Vénus, dès le 11 septembre, éclaire votre mission de vie, vous pousse à miser sur votre intuition, avantage votre carrière professionnelle. Porteuse de solutions, d'abondance et de chance, elle vous donne les atouts nécessaires pour améliorer votre situation financière. Jupiter, de son côté, vous encourage à croire en l'amour, à envisager une relation durable et à vous y engager pleinement. Le 26 septembre, un enfant réclame votre attention, un changement s'opère.

POISSONS
DU 19/02 AU 20/03

Saturne vous invite à lâcher prise sur vos besoins, votre rapport à l'argent, votre quête de sécurité, et vous incite à vous ancrer davantage. Le 11 septembre, la Nouvelle Lune ouvre un nouveau chapitre sentimental. L'heure est venue de vous associer ou de faire évoluer votre manière de fonctionner, et de quitter le mode victime. À partir du 11, Vénus favorise les opportunités et améliore les transactions et les transformations. La Lune noire éclaire votre chemin professionnel dès le 16.

QUELS SONT LES MESSAGES **DE LA LUNE** CE MOIS-CI ?

La nouvelle Lune, le 11 septembre, ouvre un nouveau cycle lié à notre sens de l'utilité, à notre rapport au travail, au service ou à la servitude. Elle nous invite à revenir à l'essentiel, à ce qui fait sens dans nos vies. Le 26, la Pleine Lune en Bélier vient clore un chapitre. C'est le moment de nous libérer de ce qui entrave notre élan, de déployer notre puissance intérieure, de reprendre le pouvoir. Un sentiment de lutte ou de combat s'achève.

OZALYS

SOIN PRÉCIEUX

Anti-âge, hydratante, non comédogène, non photo-sensibilisante, cette crème visage 2 en 1 a été récompensée par deux prix d'excellence. Elle offre 8 heures d'hydratation grâce à son actif phare, l'AquaCacteen, un extrait de cactus d'origine biologique, à la fois hydratant, anti-inflammatoire et nourrissant. Grâce à son cocktail d'actifs, la peau retrouve son éclat et est visuellement plus jeune.



Ozalys, Crème hydratante visage jour et nuit, en pharmacie, chez les partenaires agréés et sur ozalys.com

PEUGEOT

FUN À BORD

LA CITADINE ÉLECTRIQUE E-208 A TOUT POUR PLAIRE, DE SON DESIGN IRRÉSISTIBLE À SES SENSATIONS DE CONDUITE INÉDITES AVEC LE PEUGEOT I-COCKPIT 3D®. ELLE OFFRE TOUJOURS PLUS DE SÉRÉNITÉ AVEC SON AUTONOMIE ÉLECTRIQUE JUSQU'À 433 KM, LA MEILLEURE DE SA CATÉGORIE, ET SA GARANTIE PEUGEOT CARE JUSQU'À 8 ANS OFFERTS. LA E-208 ALLIE UNE CONDUITE SÛRE ET INTUITIVE GRÂCE À SON DISPOSITIF D'AIDES À LA CONDUITE ET DE SERVICES CONNECTÉS.

Peugeot E-208 électrique, disponible aussi en motorisation hybride et essence, renseignements sur peugeot.fr



CATTIER

RITUEL ANTI-ÂGE GLOBAL



CES SOINS CERTIFIÉS BIO POUR LES PEAUX MATURES SONT CONÇUS AVEC UNE APPROCHE INSPIRÉE DE LA NUTRICOSMÉTIQUE ACTIVE : UN JUS DE MIRABELLES BIO UPCYCLÉES, NATURELLEMENT RICHE EN ANTIOXYDANTS ET MICRONUTRIMENTS, ASSOCIÉ À UN JUS D'ALOE VERA BIO POUR OFFRIR À LA PEAU TOUTE LA RICHESSE DU VÉGÉTAL. L'ACIDE HYALURONIQUE ET LE FRUIT DE LONGÉVITÉ COMPLÈTENT CETTE SYNERGIE POUR SUBLIMER LES SIGNES DU TEMPS, LISSER LES RIDES, RAFFERMIR LA PEAU ET RAVIVER L'ÉCLAT DU TEINT.

Cattier, Ligne anti-âge redensifiante, en pharmacie, parapharmacie, magasin bio, Monoprix et sur cattier-paris.com

ST HUBERT

PLAISIR ET GOURMANDISE

St Hubert est maintenant au rayon crèmes fraiches. Découvrez St Hubert Épaisse & Gourmande 30% MG, un goût frais et léger associé à une texture épaisse et onctueuse qui tient à la cuisson pour des plats ultra gourmands. Parfaite pour toutes vos envies en cuisine, pâtisserie ou crue, tout est permis pour se régaler à chaque occasion ! Côté praticité : 7 jours de conservation après ouverture.

St Hubert Épaisse & Gourmande 30% MG, PMC : 190g (1,10€) / 450g (2,20€), existe en léger 15% MG



ST MICHEL

CLASSIQUE REVISITÉ



Fidèle à l'esprit original du brownie, St Michel propose une recette au contraste de textures incomparable : un moelleux généreux, un cœur fondant et des pépites de chocolat croquantes. Pensé en portion individuelle, ce brownie s'adresse à toute la famille, petits comme grands, avec un bon goût de chocolat équilibré. Parfait aussi bien au goûter que pour une pause gourmande, il révèle tout le caractère d'une douceur bien faite.

St Michel, Brownie, 180g, PVC 2,14€, renseignements sur www.boutique.stmichel.fr

PHYSIOBOOST

ÉNERGIE IMMÉDIATE

Bronzage parfait, agenda déjà plein : la rentrée ne vous laisse pas le temps de souffler. PhysioBOOST+ Energie & Concentration associe caféine et guarana pour un coup de fouet immédiat, des vitamines qui aident à réduire la fatigue et 5 souches probiotiques qui respectent l'équilibre de votre organisme. Sans sucre, rose naturel (betterave) et goût tropical, cet effervescent est à savourer chaque matin pour partir du bon pied.



PhysioBOOST+ Energie & Concentration, Laboratoire ImmuBio, en pharmacie ou sur physionorm.fr, 17,90€

marie france

8, rue Barthélémy-Danjou,
92100 Boulogne-Billancourt
Tél. : 01 45 19 58 00

RÉDACTION, PUBLICITÉ ET VENTE
marie france est édité par RMP,
SAS au capital de 16 458 890 €
Siège social :
8, rue Barthelemy-Danjou,
92100 Boulogne-Billancourt.
Président : Pascal Chevalier
R.C.S. NANTERRE B 397 912 528
Commission paritaire :
0429 K 84445
Dépôt légal à la parution.
ISSN : 1259-5225

PEFC 10-31-1282 Certifié PEFC Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées www.pefc-france.org

ACPM

PRIX DE VENTE AU NUMÉRO, France : grand format 2,50 € TTC. Petit format : 2 € TTC. TARIF ABONNEMENT France : grand format 1 an, soit 9 numéros = 19,80 € TTC. Étranger : ALLEMAGNE 6,90 €. W.E. Saarbach GmbH. Hans-Boeckler-Strasse 19, POB 1562, 50332 Huerth. ANDORRE : 3,20 €. DISTRAND PREMSA ANDORRANA Carrer B. Riberaygua 39, AD 500, 043 Andorre Principauté d'Andorre. AUTRICHE : 5,90 €. SA Morawa, Wollzeile 11, Postfach 159, 1. 1011 Vienne 1. BELGIQUE : 3,80 €. Agence et Messageries de Presse, 1, rue de la Petite-Île, 1070 Bruxelles, C.C.P. 000 0041 66956. S.B.P.P., 109, rue de Neerveld, 1200 Bruxelles, C.C.P. 000 000 6624. Tél. : 02 776 26 40. Fax : 02 776 23 30. CANADA : 7,50 $C. Messageries de Presse Internationale (LMPI), Larrey Street – Anjou (Québec) H1J 2L5. ESPAGNE : 3,90 €. Sociedad General Española de Libreria SA Avenida Valdelaparra s n, Poligono Industrial, Alcobendas (Madrid). ÉTATS-UNIS : LMPI, Larrey Street – Anjou (Québec) H1J 2L5. marie france (USPS #017781) is published monthly for $69,00 per year. Periodicals postage paid at Champlain, NY and additional mailing offices. Address changes should be sent to FMG c o IMS of New York, 100 Walnut St. #1, PO Box 1518, Champlain NY, 12919-1518. For details call IMS 1 (800) 428 3003. IPN, 1-3 Dufferin Street, London EC1Y 8NA. GRÈCE : 4,60 €. Agence hellénique, 1, rue Digeni, BP 315, Alimos 17456. MGP, Lot Collery 3, BP 598, 97300 Cayenne. DOM AVION : 6,90 €. DOM BATEAU : 3,90 €. ITALIE : 5,60 €. Messaggerie Internazionali, Via Alessandro Manzoni 8, Milano. JAPON : Yen 1500, Yohan, 32-8 IKebukuro 4-Chome, Toshima-Ku, Tokyo 171-0014. LUXEMBOURG : 3,80 €. Messageries Paul Kraus, 11, rue C.-Plantin, Case Postale 2022, Luxembourg. PAYS-BAS : 5,50 €. Betapress, Burg. Krollaan 14, 5126 PT Gilze. Tél. : (0161) 45 78 00. Fax : (0161) 45 72 24. PORTUGAL CONT : 3,90 €. INP International News Portugal, rua da Republica da Coreia, nº 34 – Ranholas – 2710-460 Sintra. Tél. : 21 911 27 00. SÉNÉGAL : CFA 3100. ADP, BP 374, Dakar. SUISSE : FS 6,30, Le Kiosk, Hofackerstrasse 40, Muttenz 4132. Naville, Case Postale 1756, 38-42 avenue Vibert, 1227 Carouge.
IMPORTANT : nous ne faisons aucune publicité rédactionnelle.
Si nous citons une maison de commerce, c'est uniquement par souci de signaler à nos lectrices un objet dont la qualité a retenu l'attention de nos spécialistes. Partant du même principe, les prix ne sont donnés qu'à titre de renseignement et étant sujets à fluctuations, ils n'engagent, en aucun cas, notre responsabilité.
La reproduction, même partielle, de tous les articles et illustrations publiés dans marie france est interdite.
©**marie france** 2021. La reproduction des modèles des couturiers et de « Prêt-à-porter » est interdite, même si ces modèles ont été publiés dans des pages de publicité, **marie france** décline toute responsabilité pour les documents envoyés. Publication mensuelle TVA 2,10 %. Photogravure Point 11 et Pinkart. Imprimé en France chez Maury Imprimeur à Manchecourt (45). Distribution M.L.P.

LE DIRECTEUR DE PUBLICATION :
PASCAL CHEVALIER



SERVICE ABONNEMENTS
marie france - Service Abonnements -
59898 Lille cedex 9 - Tél. 01 46 48 48 34
Formulaire de contact en ligne :
www.serviceabomag.fr

MODE

- **Acuitis** acuitis.com
- **Adolfo Dominguez** adolfodominguez.com
- **Afflelou** afflelou.com
- **Agl** agl.com
- **American Vintage** americanvintage-store.com
- **Angela Barbieri** angelabarbieri.com
- **Antik Batik** antikbatik.com
- **Armani** armani.com
- **Bag of Ethics** bagofethics.org
- **Berenice** berenice.net
- **Bleu Blanc Rouge** bleublancrouge.com
- **Bobo Choses** bobochoses.com
- **Bonprix** bonprix.fr
- **C&A** c-and-a.com
- **Carel** carel-paris.com
- **Caroline Biss** carolinebiss.com
- **Celine** celine.com
- **Chanel** chanel.com
- **Church's** church-footwear.com
- **Comptoir des Cotonniers** comptoirdescotonniers.com
- **Courtois Paris** courtoisparis.fr
- **Damart** damart.fr
- **Desigual** desigual.com
- **Dinh Van** dinhvan.com
- **Emile et Ida** emileetida.com
- **Emporio Armani** armani.com
- **Estheme Cachemire** estheme.com
- **Francine Bramli** francine-bramli.com
- **Fratelli Rossetti** fratellirossetti.com
- **Free People** freepeople.com
- **Froufrouz** froufrouz.com
- **Geox** geox.com
- **Go Mademoiselle** go-mademoiselle.fr
- **Goossens** goossens-paris.com
- **Guess** guess.eu
- **Heschung** heschung.com
- **Hod** hodparis.com
- **Indies** indies.fr
- **Isabelle Toledano** isabelletoledano.com
- **JB Martin** jbmartinparis.com
- **JM Weston** jmweston.com
- **Jonak** jonak.fr
- **La petite étoile** lapetiteetoile.com
- **La Fée Maraboutée** lafeemaraboutee.fr
- **La Redoute** redoute.fr
- **Lancel** lancel.com
- **Leticia Ponti** leticiaponti.com
- **Lola Casademunt** lolacasademunt.com
- **Luc Kieffer** luckiefferparis.com
- **Luj Paris** lujparis.com
- **MacDouglas** macdouglas.fr
- **Madeleine Pomander** madeleinepomander.com
- **Maje** maje.com
- **Maison 123** maison123.com
- **Maison Fabre** maisonfabre.com
- **Maison Lurex** maisonlurex.com
- **Maison Montagut** montagut.com
- **Malfroy** malfroy.com
- **Mango** mango.com
- **Mazorcas** mazorcas.fr
- **Molli** molli.com
- **Molly Bracken** mollybracken.com
- **Monoprix** monoprix.fr
- **Muji** muji.eu
- **Nat & Nin** nat-nin.com
- **Nomasei** nomasei.com
- **Paris 64** paris64.com
- **Pellet** christianpellet.com
- **Polène** polene-paris.com
- **Pomandère** pomandere.com
- **Ralph Lauren** ralphlauren.fr
- **Sandro** sandro-paris.com
- **Sea NY** sea-ny.com
- **Sebago** sebago.com
- **Souleiado** souleiado.fr
- **Suncoo** suncoo-paris.fr
- **Tamaris** tamaris.com
- **Thomas Sabo** thomassabo.com
- **Twinset** twinset.com
- **U Collection** magasin-u.com
- **Undiz** undiz.com
- **Vanessa Bruno** vanessabruno.fr
- **Vanessa Wu** vanessawu.com
- **Vero Moda** veromoda.com
- **Xirena** xirena.com
- **Zag Bijoux** zagbijoux.com
- **Zimmermann** zimmermann.com

ART DE VIVRE

- **à demain** a-demain.shop
- **Brémond Fils** mb-1830.com
- **Convertible Contemporain** convertiblecontemporain.fr
- **Côté Bougie Marrakech** cotebougie.com
- **Cristel** cristel.com
- **Duralex** duralex.com
- **Essix** essixhome.com
- **Fermob** fermob.com
- **Gabrielle Paris** gabrielle-paris.com
- **Hespéride** hesperide.com
- **Kave Home** kavehome.com
- **Kitchenaid** kitchenaid.fr
- **Kodama** kodamaparis.com
- **La Redoute** redoute.fr
- **Le Bon Marché** lebonmarche.com
- **Le Comptoir de Mathilde** lecomptoirdemathilde.com
- **Maisons du monde** maisonsdumonde.com
- **Marcel Bio** marcel-bio.com
- **Mathon** mathon.fr
- **Microplane** microplane.intl.com
- **Monoprix** monoprix.fr
- **Moulin de Valdonne** moulindevaldonne.com
- **Primark** primark.com
- **Ramdam Social** ramdamsocial.eu
- **Second Service** secondservice.fr
- **Serax** serax.com
- **Terre Exotique** terreexotique.fr
- **The French Bastards** thefrenchbastards.fr
- **Victorinox** victorinox.com
- **Nach** nachbijoux.com
- **Vente-unique** vente-unique.com
- **Verisure** verisure.fr
- **Yacon & Co** yacon.co
- **Yoshi En** yoshien.com

À L'AFFICHE DE *BILLIE MELODY*, JULIA FAURE PRÊTE SA SENSIBILITÉ À UNE FEMME EN DEUIL, PORTÉE PAR UN IRRÉPRESSIBLE ÉLAN DE VIE. À L'IMAGE DE SON PERSONNAGE, LA COMÉDIENNE CULTIVE LES PARADOXES : SECRÈTE MAIS SANS FILTRE, CÉRÉBRALE MAIS INSTINCTIVE, MILITANTE SANS PERDRE EN SÉRÉNITÉ... ELLE CONSIDÈRE CES TENSIONS COMME UNE FORMIDABLE MATIÈRE DE CRÉATION.



Julia FAURE
SES 6 ENVIES du moment

BROUILLER LES PISTES

Ce qui m'intéresse, c'est de chercher le contre-point, la faille, la surprise. J'aime les personnages pétris de contradictions, ceux qu'on ne peut résumer à une seule émotion. Ce qui m'a plu dans *Billie Melody*, c'est d'incarner une femme dévastée par la mort de son mari, traversée par la culpabilité vis-à-vis de ses enfants, mais qui refuse d'être enfermée dans ce que l'on attend d'une veuve éplorée. Elle continue à éprouver du désir malgré la douleur.

SORTIR DU CADRE

J'éprouve une immense admiration pour Roschdy Zem, mon partenaire à l'écran, car il reste sauvage et ne se laisse jamais apprivoiser. Jouer avec lui est un rodéo. De la même manière, sur un plateau, j'essaie de suivre mes impulsions, d'accepter le déséquilibre, de faire entrer la fantaisie dans le drame. C'est risqué, mais transcendant.

NOURRIR MON IMAGINAIRE

La littérature, le théâtre et le cinéma sont mes plus fidèles compagnons. Les œuvres élargissent le champ des possibles, déplacent le regard, ouvrent des horizons. Inconditionnelle de l'écrivaine Jakuta Alikavazovic, je lis également, chaque jour, quelques pages d'*À la recherche du temps perdu* de Marcel Proust. Et j'ai eu un coup de cœur pour *La Vénus électrique* de Pierre Salvadori, qui conjugue humour, poésie et mélancolie.

FAIRE CONFIANCE ET M'APAISER

J'ai le goût du secret, la peur de décevoir et une aversion pour le mensonge. Écouter les confidences m'aide à comprendre ce que je ressens. Mais je suis trop soucieuse de me conformer aux attentes des autres pour me livrer. J'ai grandi avec les films de Truffaut, de Sautet, avec les larmes de Romy Schneider... Longtemps, j'ai cru que l'amour ne valait la peine que s'il était passionnel, absolu, destructeur. Avec le temps et les séances de psy, je relativise ce besoin d'intensité.

CUISINER ET ÊTRE HEUREUSE

S'il y a une pièce de valeur chez moi, c'est mon tiroir à épices. J'adore essayer de nouvelles associations, ajouter des herbes, des graines, des textures. J'aime aussi flâner dans les épiceries, passer des heures à regarder les produits, imaginer des recettes, des saveurs. Ces moments me procurent un immense bonheur. Tout comme mon rituel du matin : un matcha au collagène marin! Je suis devenue accro à ce thé au goût de bisque de homard et je me fiche de savoir s'il me fait des joues rebondies.

PASSER DERRIÈRE LA CAMÉRA

Si je doute beaucoup, j'ai une certitude: je vais réaliser, cet automne, mon premier court-métrage. C'est l'histoire d'une femme qui fabrique des poupons en silicone pour aider des parents à traverser la perte de leur enfant. Sa vie, réglée comme du papier à musique, bascule le jour où l'un de ses clients, submergé par la peine, la harcèle par téléphone... Ce tournage est une aventure qui me rend d'autant plus fière qu'un projet de long-métrage est déjà en préparation. ●

ALEXANDRE GUIRKINGER.

SON ACTU

> ***Billie Melody***, de Christine Paillard, avec Julia Faure, Roschdy Zem, Bonnie Bouriche Troutaud... En salles le 9 septembre.

EUCLÉA
BUSINESS SCHOOL

ÉCOLE SUPÉRIEURE DE COMMERCE ET DE MANAGEMENT EN ALTERNANCE

Du Post-Bac au Bac +5

- BTS MCO
- BTS Gestion de la PME
- BTS NDRC
- Bachelor Responsable en développement d'affaires
- Bachelor Office Manager

4 Campus
dans le Grand Est

BE YOU,
BE CHILL

CHARLIE CHILL

EYEWEAR

COLLECTION EXCLUSIVE OPTIC 2000 ET LISSAC

Sois toi-même, sois Chill