ELLE

RÉGIMES
COMMENT S'ALLÉGER (LA TÊTE) ?

ENQUÊTE
LA VÉRITÉ SUR LA FEMME DE CRO-MAGNON

ANNE HATHAWAY
"À 40 ANS, JE ME POSE MOINS DE QUESTIONS"

ASTRO
LE GUIDE SEXY DE VOTRE ÉTÉ
POUR UN SOIR OU POUR LA VIE... LES SIGNES FAITS POUR VOUS.

L 14149 - 3992 - F: 2,60 €
CMI FRANCE
HEBDOMADAIRE 23 JUIN 2022 FRANCE MÉTROPOLITAINE : 2,60 €. AND : 4,20 €. D : 5,50 €. BEL : 3 €. ESP : 4,20 €. GR : 5,20 €. IT : 4,20 €. LUX : 3 €. PORT. CONT. : 4,20 €. DOM A : 7 €. DOM S : 5,50 €. TOM A : 2000 XPF. TOM S : 750 XPF. CAN : 6,99 CAD. CHF : 4,90 CHF. MAR : 45 MAD. TUN : 10 TND.



CHANEL

COLLECTION MÉTIERS D'ART 2021/22

omegawatches.fr



* Le choix d'Allyson Felix



SEAMASTER AQUA TERRA

ALLYSON FELIX'S CHOICE*

Sportive la plus récompensée de l'histoire de l'athlétisme, Allyson Felix est habituée à porter de l'or. En parfaite adéquation avec sa nature de championne olympique, sa Seamaster Aqua Terra en acier inoxydable possède un couloir en or Sedna™ 18K. La montre idéale pour une sprinteuse d'exception.

OMEGA

ELLE

SOMMAIRE



EN COUVERTURE

ANNE HATHAWAY PORTE UNE CHEMISE BOY COL DRUGSTORE ET UN JEAN KITTY, **CELINE PAR HEDI SLIMANE.** DES BOUCLES D'OREILLES HAUTE JOAILLERIE EN PLATINE SERTIES DE 2 ÉMERAUDES, DE 2 DIAMANTS TAILLE POIRE, DE 8 ÉMERAUDES TAILLE BRILLANT ET DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, UN COLLIER HAUTE JOAILLERIE EN OR BLANC SERTI DE 1 ÉMERAUDE TAILLE COUSIN, DE 36 ÉMERAUDES TAILLE RONDE ET DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, LE TOUT **BULGARI**.
RÉALISATION **HORTENSE MANGA**
PHOTOGRAPHE **LIZ COLLINS**
COIFFURE **ORLANDO PITA**
MAQUILLAGE **GUCCI WESTMAN**



HORS-SÉRIE « CORPS »

POUR LA QUATRIÈME ÉDITION DE CE HORS-SÉRIE **TOUT ENTIER CONSACRÉ À NOTRE BIEN-ÊTRE ET À NOTRE FORME**, RENDEZ-VOUS DANS LES KIOSQUES DÈS LE 23 JUIN.
100 PAGES POUR CHOISIR **LE SPORT** LE PLUS EFFICACE, **LE MASSAGE** LE PLUS RELAXANT, **LES RECETTES** LES PLUS GOURMANDES ET SAINES, **L'AUTOBRONZANT** LE PLUS SALVATEUR...
BREF, AIMER SON CORPS COMME JAMAIS !



46 MAG
46 SPÉCIAL ÉTÉ L'Astro love.
54 ENQUÊTE Madame Sapiens
58 SOCIÉTÉ Food trac.
62 FAIT DIVERS
Cherche sœur désespérément.
66 RENCONTRE
Anne Hathaway au zénith.

74 MODE
Plein la vue !

84 BEAUTÉ
Rendez-vous au spa.

6 "ELLE" AVEC...

9 ÉDITO
Par Dorothée Werner.

10 INFO
• Procès du 13-Novembre : paroles de victimes • Britney Spears, le mariage royal ! • Green action, mode d'emploi.

21 CULTURE
• Rencontre avec Baz Luhrmann
• Le meilleur des expos, festivals, cinéma et musique
• La curiosité d'Eva Bester
• Les immanquables du moment.

28 LIVRES
• Sophie de Baere superstar
• Élodie Llorca, l'amie qui vous veut du bien • Le nouveau roman d'Anne Goscinny • Mais qui était vraiment Condé Nast ?
• Le Buzzolettres • Rencontre avec Djaïli Amadou Amal.

37 STYLES
MODE Trois fois croix • Jupes : mini pile • On veut un joli panier.
BEAUTÉ Le mood d'Alice Elia
• Cheveux au top.

90 ART DE VIE
• Tourisme : ouvrez les vans !
• Food : un artichaut, deux possibilités
• C'est mon histoire : « Ma virée au vert a viré au cauchemar »
• Ce qui réjouit... Virginie Coupérie-Eiffel.

103 HOROSCOPES

105 « ELLE » S'ENGAGE

106 BD

107 FICHES-CUISINE
Le super breakfast de Carrie Solomon.

Ce numéro comporte, insérées entre les pages 106 et 107, 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (édition Alsace) ; ou 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (éditions Bourgogne-Franche-Comté et Ardenne) ; ou 12 pages spéciales numérotées de I à XII (éditions Île-de-France et Paris) ou 16 pages spéciales numérotées de I à XVI (édition Languedoc-Roussillon) ; ou 4 pages spéciales numérotées de I à IV (édition Lorraine) ; ou 4 pages spéciales numérotées de I à IV (édition Normandie) ; ou 4 pages spéciales numérotées de I à IV (édition Nord-Pas-de-Calais) ; ou 8 pages spéciales numérotées de I à VIII (édition Provence) ; ou 4 pages spéciales numérotées de I à IV (édition Val-de-Loire Centre). Entre les pages 26 et 27, un encart Kenzo parfum Flower de 2 pages (édition France métropolitaine) ; entre les pages 58 et 59, un encart jeté abonnement ELLE de 4 pages (kiosques de la France métropolitaine), et, posés contre la 4e de couverture, un encart Longines de 8 pages (abonnés de la France métropolitaine).
Ce numéro comporte un encart abonnement Dynapresse sur les exemplaires kiosques Suisse et des envois de correspondance sur la France métropolitaine + Dom-Tom.

LAURIE BARTLEY

ELLE AVEC...

ANNE HATHAWAY

est actrice. Du « Secret de Brokeback Mountain » aux « Misérables », en passant par « Le Diable s'habille en Prada », cette surdouée enchante depuis vingt ans le grand écran. À l'affiche du prochain James Gray, elle nous fait l'honneur d'un entretien engagé.


P. 66

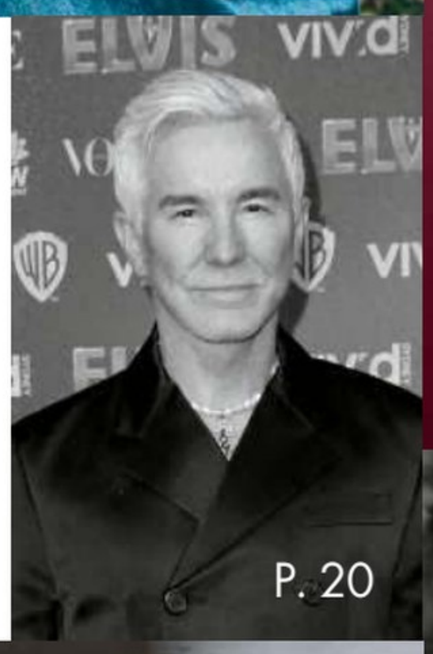
DJAÏLI AMADOU AMAL

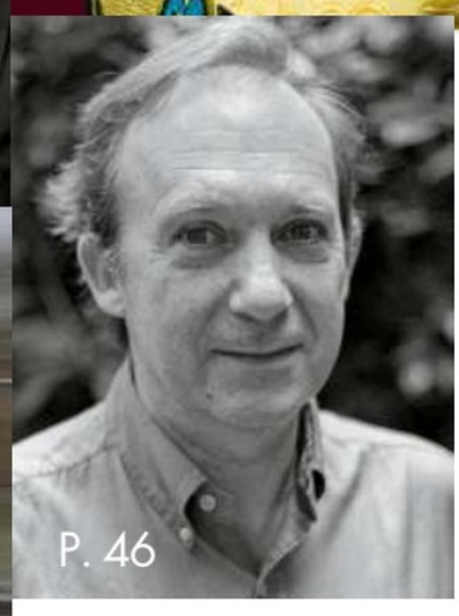
est écrivaine. Prix Goncourt des lycéens en 2020 pour « Les Impatientes », l'autrice camerounaise relate dans « Cœur du Sahel » (éd. Emmanuelle Collas) le quotidien des femmes de son pays, prises en étau entre la menace de Boko Haram et les injonctions de la société.


P. 34

BAZ LUHRMANN

est réalisateur. Maître de la démesure (« Moulin Rouge ! », « Gatsby le Magnifique »), l'Australien déjanté s'attaque à un monument de « l'entertainment » américain, Elvis. Il revient pour nous sur la genèse de son projet fou, qui raconte autant les États-Unis que le King intime.


P. 20


P. 46

JEAN-YVES ESPIÉ

est astrologue. Ce virtuose des astres décrypte les étoiles pour votre magazine, chaque semaine, avec toutes ses bonnes ondes. Auteur d'une « Astrologie de l'amour » (éd. Michel Lafon), il nous dit tout des plans love d'une saison on ne peut plus chaude.


P. 46

JOANNA GNIADY

est illustratrice. Installée à Wroclaw, la graphiste polonaise met en scène des personnages hauts en couleur, dotés de moustaches ou de bouches énormes. Réputée pour son travail dans la littérature jeunesse, elle illustre cette semaine le dossier Astro love.

LIPPE MATSAS/LEEXTRA VIA OPALE.PHOTO; ZUMA/STARFACE NATALIA & ERNEST ; LIZ COLLINS ; PRESSE.



dinh van

PARIS

“Dans mon Lip Comfort Oil,
tout le soin Clarins.”

CLARINS

Rosier musqué

98%
DE FORMULE SOIN

Nouveau Lip Comfort Oil

L’alliance du soin et de la brillance pour des lèvres plus belles jour après jour.

Lip Comfort Oil colore les lèvres d’une teinte naturelle au fini glossy*. Sa formule enrichie en soin, à base de 93% d’ingrédients d’origine naturelle dont l’extrait star d’huile de rose musquée bio, prend aussi soin d’elles : hydratation, nutrition, protection et réparation jour après jour.
Dans mon maquillage, tout le soin Clarins.

Disponible en boutiques Clarins, parfumeries, grands magasins et sur **CLARINS.COM**.

*Brillant.

ELLE

ÉDITO

FOOD ĀLIER.



PAR DOROTHÉE WERNER **ÉDITORIALISTE**

POUR VOUS, ÇA A COMMENCÉ VERS QUEL ĀGE ?
Dès l'enfance, en voyant les mères loucher sur les frites avant de se rabattre systématiquement sur la salade du jour ? Au collège, par imitation, en remarquant que certaines filles, les plus précoces sur le front de la féminité, évitaient consciencieusement de manger le pain de la cantine ? Plus tard, au lycée, face aux réflexions étonnées, rires ou moqueries quand vous croquiez dans un énorme cheeseburger bien gras ? Depuis votre premier régime, par hantise de prendre du poids ? On ne naît pas stressée face aux injonctions alimentaires, on le devient.
Être une fille, puis devenir une femme, serait-ce forcément négocier avec l'alimentation du matin au soir ? Penser calories, index glycémique, protéines-glucides-lipides, en lieu et place d'un bon repas sans arrière-pensées, du plaisir de manger sans culpabilité ? On ne parle pas ici des troubles alimentaires pathologiques – qui ont par ailleurs explosé chez les jeunes filles depuis les confinements –, mais du stress des femmes face à leur assiette. Banal et ordinaire, vécu comme une seconde nature. Si répandu, indépendamment ou pas de la question du poids. Des années d'images de filles trop maigres, dans la mode, la pub ou dans les magazines féminins, sont passées par là. Résultat : un rapport à la table détraqué, un peu, beaucoup. Au minimum, une intranquillité, au pire, une angoisse au quotidien, comme le raconte notre journaliste Florence Trédez (lire son enquête « Food trac », page 58). Au point qu'on se demande, comme Virginie Despentes dans « King Kong théorie », si la femme idéale, « mince mais pas névrosée par la nourriture », existe vraiment. Le marketing en use et en abuse, c'est le syndrome du « café gourmand », ou comment s'autoriser un dessert sans s'autoflageller dans la seconde.
L'époque n'est plus aux régimes, plus personne ne veut en entendre parler, tant mieux. Les rondeurs féminines se dévoilent comme jamais, tant mieux. La bataille féministe pour la liberté n'est pas forcément un grand soir révolutionnaire. Elle commence peut-être par se foutre la paix à table. Pour redécouvrir, comme dans la petite enfance, la joie de se nourrir sans souffrir. Histoire aussi que nos filles et leurs filles après elles ne s'emmêlent plus jamais les fourchettes.

MARC PHILBERT

INFO



PROCÈS DU 13-NOVEMBRE

LE VERDICT, ET APRÈS ?

ILS ONT PASSÉ DES MOIS IMMERGÉS DANS LES RÉCITS DES ATTENTATS. LES VICTIMES ET LEURS PROCHES REPLONGERONT DANS LEUR QUOTIDIEN APRÈS LE JUGEMENT, LE 29 JUIN. ILS NOUS DISENT LEURS PEURS ET LEURS ESPOIRS.

PAR CATHERINE ROBIN



MARC CHAUMEIL/DIVERGENCE

IL EST DES PUZZLES QUE L'ON PEINE Ā TERMINER. On a beau essayer d'emboîter toutes les morceaux, on n'en vient pas à bout. La faute à l'impatience ou aux pièces égarées que l'on ne retrouvera jamais. Dans la salle d'audience du procès des attentats du vendredi 13 novembre 2015, il a souvent été question de pièces de puzzle. De ces bribes d'une soirée qu'on cherche à rassembler pour retisser le fil de sa propre histoire. De ces bouts d'enquête qui auraient pu permettre de faire la lumière sur le déroulé des faits. De ces fragments de parole d'accusés dont beaucoup de victimes n'attendaient rien quand d'autres entretenaient l'espoir ténu de comprendre pourquoi. Ā l'heure de son dénouement, le 29 juin, le long procès du « V13 » laisse derrière lui de nombreux éléments manquants. Et presque autant de moments d'une exceptionnelle intensité.

De fait, par-delà les failles, c'est aussi le vide que beaucoup de parties civiles redoutent à l'approche du verdict. Il faut dire que la longueur inédite de ce procès a fait naître une certaine « routine » sur les bancs du palais de justice. Pendant plus de neuf mois, depuis le 8 septembre dernier, l'île de la Cité, au centre de Paris, a été une forteresse assiégée. Quatre jours sur sept. Chaque après-midi. Des petites communautés ont vu le jour, notamment au sein des parties civiles, qui, pour certaines, se rencontraient pour la première fois. Pour celles étant dans l'incapacité de se rendre au tribunal, une webradio retransmettait l'intégralité des débats (à l'exception de quelques archives sonores) en léger différé. Certains, comme Guillaume, y sont devenus totalement accros. « J'ai été happé progressivement, a dit à la barre ce jeune professeur, rescapé du Bataclan, qui n'avait pas, à l'origine, prévu de témoigner. Je suivais le procès tous les jours, je l'écoutais en classe avec des écouteurs. Ça s'est mis à occuper tous les pans de mon quotidien et vous êtes devenu mon obsession, Monsieur le président », a-t-il lancé, en mai, à Jean-Louis Périès, qui préside la cour d'assises spéciale. Jusqu'au soir où il a oublié d'aller chercher ses enfants à l'école. Signe, pour lui, qu'il fallait venir témoigner afin, peut-être, de l'aider à remettre de la distance. « C'est vrai que ça a pris une place immense, explique Sophie, blessée au Bataclan, qui a témoigné au début du procès. Je suis montée de Lyon trois fois, mais je ne voulais rien rater, alors j'ai organisé mes journées de travail pour pouvoir suivre le procès via la webradio. Il y a un côté vraiment addictif et je redoute énormément le vide qui va suivre. Je ne sais pas comment je vais le gérer. » Rescapée elle aussi du Bataclan, Catherine est venue régulièrement à l'audience, notamment pour pouvoir dessiner : « J'avais peur de rater quelque chose qui éclaire ma propre histoire. Ça m'a surprise de constater que le procès s'est installé dans ma tête de manière durable et a mis ma vie entre parenthèses. » Ce que Cédric, professeur ● ● ●

„JE REDOUTE ĒNORMĒMENT LE VIDE QUI VA SUIVRE „

SOPHIE, RESCAPĒE DU BATACLAN

● ● ● d'histoire-géo, résume en d'autres termes : « Le procès, c'est 90 % de la bande passante de mon cerveau en ce moment. Mais je l'attendais depuis tellement longtemps. C'était pour moi une façon de reprendre le dessus, un combat pour inverser le rapport de force face aux accusés. » Président de Life for Paris, l'une des associations de victimes, Arthur Dénouveaux a suivi le procès avec une grande régularité : « Je pense que je n'ai pas raté plus de trois jours d'audience, sur place, via la webradio ou en live tweet », reconnaît-il. Après s'être tant investi, comment envisage-t-il la suite ? « C'est important, en tant que président d'association, de donner un horizon au-delà du procès, en envisageant, par exemple, la dissolution de l'association avant ses 10 ans. Mais, en pensant à cela, je cache la complexité personnelle de cet enjeu. Pour moi, c'est un peu comme Cendrillon au bal : quand tout va s'arrêter, je n'aurai plus d'appels, je ne vais plus rien avoir, ça sera très bien pour mon équilibre, mais ça va être un choc assez fort. J'ai essayé de ne pas y prendre goût. Pendant tout le procès, ça a été ça, mon mécanisme de défense. Mais c'est un chemin de crête. »

Penser l'après-verdict, c'est forcément se tourner vers le futur. Et à la barre, combien de victimes ont déploré leur incapacité à se projeter dans l'avenir, y compris le plus immédiat ? Beaucoup ont témoigné de la difficulté à entendre, de la part de leur entourage, « Tourne la page », « Il faut passer à autre chose », « Ça fait six ans »... Comme une injonction maladroite d'aller mieux, la méthode Coué du post-trauma. « J'aimerais tant passer à autre chose, glisse à la barre une autre Sophie, également rescapée du Bataclan. Si je le pouvais, je le ferais, bien sûr. Mais il y a toujours cette part d'irrationnel en moi. Cette peur qui m'oblige à regarder les sorties de secours au restaurant, au cinéma, cette hypervigilance permanente. Et le procès a fait ressortir tout cela. » Sous les regards bienveillants de la cour, Simon raconte lui aussi cette difficulté à penser à demain : « Une part de moi est morte le 13 novembre. Je ne peux plus me projeter dans le futur. Aujourd'hui, j'ai besoin de

> **“ CES NEUF MOIS NOUS ONT CHANGÉS. Y COMPRIS, J'OSE ESPÉRER, LES ACCUSÉS ”**
>
> CATHERINE, RESCAPEE DU BATACLAN



ARTHUR DENOUVEAUX, PRESIDENT DE L'ASSOCIATION DE VICTIMES LIFE FOR PARIS.

RAPHAEL LAFARGUE/ABACA

présent. » Comme Ophélie, qui a besoin de temps : « Je ne supporte pas qu'on me dise d'oublier, de tourner la page, dit-elle. Ce procès, en neuf mois, m'a peut-être permis d'accoucher de cet être mort le 13 novembre et de rassembler les pièces manquantes du puzzle de mon histoire. » Mais de là à passer à autre chose…

D'autres, en revanche, sont persuadés que la fin du procès marquera une nouvelle étape sur le chemin de la reconstruction. Pour Catherine, cela passera encore et encore par le dessin : « Il faut se préparer à sortir du procès, à affronter le vide sidéral que certaines parties civiles redoutent. Il va falloir s'adapter. Mais l'être humain a toujours fait preuve d'adaptation. Moi, c'est le dessin qui me sauve. » Beaucoup, à la barre, disent leur espoir de « pouvoir enfin affronter le monde et la vie », comme Fatima. Une jeune mère de famille, elle, espère ressortir du tribunal « libre d'avancer et de "designer [s]a vie", après avoir déposé ici culpabilité, souffrance et honte ». Bertrand espère sortir de la salle d'audience « débarrassé de tout ça » : « Maintenant on va s'efforcer de faire pousser du beau sur de la merde, sur du purin. » Georges Salines, qui a perdu sa fille Lola au Bataclan et qui a pris l'habitude de venir tous les jours au tribunal – « Parce que je ne pouvais pas suivre le procès sans le faire intégralement » –, se prépare à l'après avec une certaine sérénité : « Ma vie est bien remplie. Je n'aurai pas de problème pour trouver des choses à faire », raconte le président d'honneur de l'association 13onze15, très actif notamment dans la réflexion autour de la justice restaurative. Quelques-uns s'apprêtent à sortir des livres. La Lyonnaise Sophie publiera en octobre une bande dessinée. Cédric cherche un éditeur à son récit hédoniste : « Des boire ». À la barre, il avait lancé aux accusés : « Nous allons vaincre nos traumas, profiter du soleil, du chant des oiseaux, nous allons faire l'amour, boire du vin nature et vivant. Profiter de la vie. Partager des choses. » Quant au verdict, il est presque accessoire à leurs yeux : Cédric n'en attend rien, mais a, malgré tout, hâte « qu'ils purgent leur peine et que l'on cesse de braquer les projecteurs sur eux ». Georges Salines ne s'y intéresse « pas plus que ça » : « Je n'aimerais pas être à la place de la cour. Comment prononcer une sentence juste ? » s'interroge-t-il. « Ce qui est important, c'est que la justice passe, même si je n'ai pas eu toutes les réponses que je souhaitais, estime Catherine. Ces neuf mois nous ont changés. Y compris, j'ose espérer, les accusés. »



À DROITE, SOPHIE, CHEZ ELLE, À LYON, ET CI-DESSOUS CÉDRIC, PROFESSEUR D'HISTOIRE-GÉO, DEUX RESCAPÉS DU BATACLAN.





CI-DESSOUS, GEORGES SALINES, PÈRE DE LOLA, MORTE AU BATACLAN, PRÉSIDENT D'HONNEUR DE L'ASSOCIATION 13ONZE15.

> **"MAINTENANT ON VA S'EFFORCER DE FAIRE POUSSER DU BEAU SUR DU PURIN"**
>
> BERTRAND, RESCAPÉ DU BATACLAN

Certes, le verdict ne mettra pas un terme à toutes les batailles. Notamment celles que mènent certaines victimes auprès du fonds d'indemnisation ou de différentes administrations, à l'instar de Frédérique, qui a perdu son ex-conjoint au Bataclan et qui souhaiterait que soit juridiquement reconnu le « couple parental » pour l'aider à accompagner son fils, orphelin de père. Mais ce procès aura réussi, au-delà de sa mission fondamentale de rendre justice, à remettre en ordre une partie des pièces du puzzle, à recomposer le tableau d'une souffrance individuelle et collective majeure. Dont l'écho devrait résonner encore en septembre prochain, à l'ouverture, dans cette même salle d'assises spéciale, du procès de l'attentat de Nice, le 14 juillet 2016. ●

MAXPPP/LE PROGRÈS/STÉPHANE GUIOCHON ; JULIETTE PARISOT ; FRÉDÉRIC BUKAJLO/RTL/SIPA.



Ā GAUCHE, BRITNEY ENTOURĒE DE DONATELLA VERSACE, PARIS HILTON, MADONNA, SELENA GOMEZ ET DREW BARRYMORE. Ā DROITE, DANS LES BRAS DE SON MARI, SAM ASGHARI.





DĒCRYPTAGE

WEDDING DINGUE.

BRITNEY SPEARS S'EST MARIĒE POUR LA TROISIĒME FOIS. UNE CĒRĒMONIE ET UNE FOLLE SOIRĒE QUE LE Dr AGA COMMENTE AVEC AUTANT D'ĒMOTION QUE DE PERPLEXITĒ.

PAR **ALIX GIROD DE L'AIN**

BRITNEY SPEARS ET SON MARI.

EN CE PRINTEMPS 2022, LA TENDANCE EST AU « MARIAGE PLUS VIEUX, MARIAGE HEUREUX ». Ā celui, aussi inattendu que sobre, de Julie Gayet et François Hollande, en Corrèze, a succédé son exact opposé à Los Angeles, le 9 juin. Quand Britney Spears, 40 ans, épouse son coach sportif, Sam Asghari, 28 ans, elle met le paquet, visuellement et émotionnellement. On aura rarement vu autant de kitsch, autant de moments bizarres… et autant envie d'y aller de notre petite larme, nous aussi. Décryptage d'une noce placée sous le slogan « fairytales are real » (les contes de fées existent en vrai).

INSTAGRAM @BRITNEYSPEARS ; @POPCRAVE.

LE CONTEXTE

Britney Spears sort de plusieurs mois d'ascenseur émotionnel : en novembre 2021, la tutelle qu'exerçait son père depuis treize ans sur ses biens et sur sa vie privée a été levée, ce qui l'a autorisée à concrétiser ses fiançailles avec l'Iranien Sam Asghari, rencontré sur le tournage d'un clip en 2016. Après avoir désolé ses fans à la fin de l'année en déclarant qu'elle renonçait à la musique pour se concentrer sur sa reconstruction intime, la chanteuse annonçait sur Instagram, en avril, sa joie d'attendre un troisième enfant. Hélas, sa grossesse n'a pas tenu ses promesses, et les fidèles de la Team Britney ont eu peur qu'elle ne soit trop fragile pour maintenir la date de son mariage. Que nenni. Spears y est allée, et pas qu'un peu !

LA ROBE DE MARIÉE

Ce qu'il y a de bien avec Britney, c'est son usage intensif d'Instagram, où près de 42 millions d'abonnés la suivent. La vidéo qu'elle a postée le lendemain de son mariage nous donne l'impression d'avoir fait partie du cortège et quasiment tenu la traîne, longue de quatre mètres. Détail intéressant : dessinée par son amie Donatella Versace, sa robe est de loin l'élément le plus sobre de toute la cérémonie, si l'on excepte la jupe fendue jusqu'à l'aine, qu'on voit assez rarement dans les mariages catholiques, dans le Puy-de-Dôme, mettons. Les bijoux, eux aussi, étonnent par leur côté monacal : de simples lignes de brillants, comme des traits d'épure. Il a fallu attendre l'après-soirée pour que Mme Asghari repasse en mode Britney : sous la veste noire qu'elle porte pour pole-danser contre son mari, la chanteuse indique qu'elle ne porte qu'un string… en vrais diamants (le premier de sa vie, précise-t-elle, mais elle ne dit rien sur le niveau de confort de cet accessoire).

LA DÉCO

Régalade de l'œil à tous les niveaux : la villa de Thousand Oaks a été entièrement repensée en rose chamallow, et la Californie semble avoir été vidée de ses fleurs pour les six prochains mois. Le baiser des mariés, touchant, a eu lieu sur un balcon à colonnes façon « amants de Vérone ». Mais le pompon reste l'attelage mené par un cheval blanc emplumé aux sabots dorés. Dans ce carrosse, qui ferait passer celui de la reine d'Angleterre pour une charrette, Britney et sa cuisse gauche prennent la pose, radieuses.



LA JEUNE MARIÉE, LE 9 JUIN.

DANS SON CARROSSE, BRITNEY ET SA CUISSE GAUCHE PRENNENT LA POSE, RADIEUSES.

LES JEUNES FILLES D'HONNEUR

Comme il se doit, elles ont dansé en rond autour de la mariée, en robes longues et sur l'air de « Like a Virgin ». Mais on remarquera une différence notable avec les témoins de mon mariage ou du vôtre, à la maison communale de Pézenas ou de Sucy-en-Brie : leur nom. Selena Gomez, Paris Hilton, Donatella Versace, Drew Barrymore, et même Madonna, pratique si on a un doute sur les paroles du dernier couplet.

LE CONTRAT DE MARIAGE

Britney est peut-être bipolaire, mais pas folle : le contrat qu'elle a fait signer à Sam stipule qu'il n'aura pas droit à un cent de sa fortune, estimée à environ 60 millions de dollars. Quant à la nouvelle maison du couple, acquise trois jours après le mariage pour près de 12 millions de dollars, on sait juste qu'elle est située à Calabasas, en Californie. A-t-elle été achetée au nom de M. et Mme Asghari ? Mystère.

LES INVITÉS

Il y a peut-être plus intéressant que les soixante invités : ceux qui ne l'étaient pas. L'irruption, caméra au poing, juste avant la noce, de Jason Alexander, avec qui Britney a été mariée… 55 heures, en 2004, s'est soldée par une inculpation pour harcèlement, violation de domicile et vandalisme de l'ancien meilleur ami de la chanteuse. De quoi gâcher son grand jour, d'autant que la star n'a pas pu compter sur le soutien de sa famille proche. On ne s'attendait évidemment pas à la présence de son père, le toxique James Spears, mais ni sa mère, ni son frère (qui, après avoir prétendu être invité, s'est pris un scud de la part de la mariée sur Instagram), ni sa sœur, ni ses propres enfants, Sean Preston, 16 ans, et Jayden James, 15 ans, qu'elle a eus avec Kevin Federline, n'étaient là pour la regarder avancer jusqu'à l'autel, rayonnante, au son de « Can't Help Falling in Love » d'Elvis. Et les quelques messages affectueux que ses proches ont postés sur les réseaux ne remplaceront jamais le bras d'un parent passé sous le vôtre. Elle est peut-être là, la raison de notre cœur serré en voyant la vidéo du mariage de Britney Spears : un phénix en pleine lumière, certes, mais si seule. Est-ce pour se protéger que la pop star a carrément supprimé son compte Instagram quelques jours après la fête ? Les contes de fées existent peut-être, mais les princesses ne sont pas toujours à la noce. ●



À BORD DU « BRIGITTE BARDOT », NON LOIN DU GRAU-DU-ROI, EN 2017.

ÉCOLOGIE

MER NOURRICIÈRE.

FACE À UNE SURPÊCHE INDUSTRIELLE, LAMYA ESSEMLALI, COFONDATRICE DE SEA SHEPHERD FRANCE, ALERTE SUR LA DISPARITION DE LA FAUNE MARINE. ET AGIT.

PAR **FLORENCE BESSON**

Elle est l'une des invitées du festival ELLE Green*, ce 25 juin à Paris. Lamya Essemlali, cofondatrice de l'ONG Sea Shepherd France, lutte pour la sauvegarde du vivant dans nos mers. Alors que 44 % des espèces de poissons commercialisées en France sont en voie de disparition, selon l'Ifremer, la militante écologiste dénonce une politique dévastatrice.

ELLE. SELON L'ONU, LA FRANCE IMPORTE DEUX TIERS DES POISSONS QU'ELLE CONSOMME…

LAMYA ESSEMLALI. Oui, car nous avons décimé les nôtres. Rien que dans le golfe de Gascogne, 45 000 kilomètres de filets (l'équivalent du tour de la Terre !) sont posés chaque jour. Rien ne résiste, ne survit. Nous ne pêchons aujourd'hui que 10 % de ce que nous pêchions il y a cent ans ! L'océan est devenu un terrain miné. Et cette destruction massive se fait avec nos impôts : les subventions allouées à la pêche industrielle sont faramineuses.

ELLE. AUCUNE ZONE N'EST PROTÉGÉE ?

L.E. On pêche encore plus qu'ailleurs dans les zones Natura 2000 ! On y pose des éoliennes alors qu'elles perturbent les mammifères marins… Les dauphins sont victimes eux aussi de cette surpêche (11 300 sont pêchés chaque année, puis rejetés morts à la mer), comme les oiseaux marins, dont 70 % ont été exterminés en se faisant prendre dans des filets. Cette hécatombe en mer, c'est loin, c'est opaque. Des caméras embarquées permettraient de limiter les abus.

ELLE. LA PISCICULTURE EST-ELLE LA SOLUTION ?

L.E. Au contraire ! Pour obtenir 1 kg de saumon d'élevage, il faut 7 kg de poissons sauvages. Dans ces élevages, les poissons vivent dans des conditions concentrationnaires : ils sont entassés, malades, shootés aux antibiotiques, et quand l'un d'eux s'échappe, il intoxique les mammifères qui s'en nourrissent. Résultat, en Colombie-Britannique, les orques sont en train de disparaître.

ELLE. AVEC SEA SHEPHERD, VOUS AFFRONTEZ DES BALEINIERS EN ANTARCTIQUE. VOUS N'AVEZ JAMAIS PEUR ?

L.E. Au fond, je me sens comme un pompier. Paul Watson, le fondateur de Sea Shepherd, m'avait demandé : « Es-tu prête à mourir pour une baleine ? » C'est plus facile à dire à Paris qu'une fois en Antarctique, sur un petit bateau qui barre la route à un navire-usine de 8 000 tonnes, par des vagues de huit mètres… Mais, quand j'ai vu ces baleines traquées, je ne me suis plus posé de questions. Nous travaillons aussi avec des gouvernements, comme ceux du Gabon, du Bénin, où, s'il n'y a plus de poissons, c'est pour beaucoup la famine. Il y a mille façons d'agir (1) !

ELLE. IL FAUT ARRÊTER LES SUSHIS, DONC…

L.E. C'est simple : si le poisson dans votre assiette n'est pas vital pour vous, alors, ne le mangez pas. On a multiplié par deux notre consommation de poisson en cinquante ans. Si les gens ont pris conscience de l'horreur subie par les animaux d'élevage, ils ignorent celle de la pêche. Il faut changer notre regard. Et si vous aimez les dauphins, les baleines, sachez que vous contribuez à les décimer en mangeant du poisson. ●

*** Festival ELLE Green, « Trouvez l'action qui vous va ! », le 25 juin au Perchoir, porte de Versailles, Paris-15e. Informations sur green.elle.fr**

(1) seashepherd.fr

BERTRAND LANGLOIS/AFP

L’hydratation à toute épreuve[1].

Luttez contre les agressions du quotidien grâce à une hydratation continue[2].

99% RESSENTENT LEUR PEAU INTENSÉMENT HYDRATÉE[3].



©2021 Clinique Laboratories, LLC

MOISTURE SURGE™ SOIN AUTO-RÉHYDRATANT 100H

[1] Couches superficielles de l’épiderme. [2] Couches superficielles de l’épiderme. Étude clinique in vivo sur 19 personnes après une application. Mesure instrumentale. [3] Test consommateur réalisé sur 110 femmes après une semaine d’utilisation.

CLINIQUE

NOUVELLE

RENAULT MEGANE E-TECH

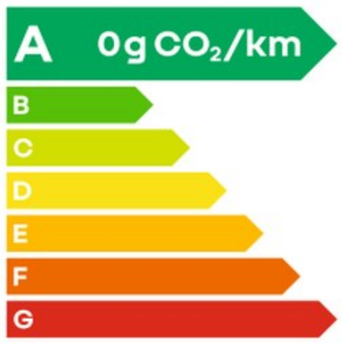
100% électrique

260€ à partir de /mois[1]

LLD sur 37 mois, 1er loyer de 4 000€
6 000€ de bonus écologique déduits[2]
3 ans de garantie, assistance 24/24 et entretien inclus pour 1€/mois[3]

commander





jusqu'à 470 km d'autonomie,[4] 26 systèmes avancés d'aide à la conduite,[5] 300 brevets déposés, nouvel écran openR de 774 cm² avec système openR link connecté à Google[6]

grâce à Mobilize charge pass, accédez à plus de 260 000 stations de charge en Europe, incluant 1 710 stations de charge rapide Ionity

modèle présenté : nouvelle Renault megane e-tech 100% électrique iconic EV60 super charge avec option peinture métallisée offerte à 409€/mois[7], 1er loyer de 4 000€, 6 000€ de bonus écologique déduits[2]. pack sérénité Renault inclus pour 1€/mois[3]. (1) exemple pour nouvelle Renault megane e-tech 100% électrique equilibre EV40 boost charge avec chargeur ac 22 kw et dc 85 kw, hors options. (1)(7) locations longue durée, hors assurances facultatives, pour 37 mois et 30 000 km maximum, avec un 1er loyer de 10 000€ ramené à 4 000€ après déduction de 6 000€ de bonus écologique. sous réserve d'étude et d'acceptation par diac, sa au capital de 415 100 500€ - siège social : 14 avenue du pavé neuf 93168 noisy-le-grand cedex - siren 702 002 221 rcs bobigny. restitution du véhicule chez votre concessionnaire en fin de contrat avec paiement des frais de remise à l'état standard et des kilomètres supplémentaires. (2) informations sur https://www.economie.gouv.fr/plan-de-relance/profils/particuliers/bonus-ecologique. (3) pack sérénité Renault optionnel comprenant l'entretien, l'extension de garantie constructeur et l'assistance selon conditions contractuelles sur 37 mois/30 000 km (au 1er des 2 termes atteint) inclus dans le loyer pour 1€/mois. voir détail du pack sérénité en points de vente et sur renault.fr. offres non cumulables, réservées aux particuliers et valables dans le réseau Renault participant pour toute commande d'une nouvelle Renault megane e-tech 100% électrique neuve **du 01/06/2022 au 30/06/2022**. (4) jusqu'à 470 km d'autonomie wltp (worldwide harmonized light vehicles test procedures), selon version et équipements. ce protocole permet de mesurer les consommations et autonomies très proches de celles constatées en conditions réelles d'utilisation. (5) selon version. (6) selon version. Google, Google Play et Google Maps sont des marques de Google LLC. **gamme nouvelle Renault megane e-tech 100% électrique : consommations min/max (wh/km) (procédure wltp) : 155/170. émissions co_2 (g/km) (procédure wltp) : 0 à l'usage, hors pièces d'usure.**

© c. noltekuhlmann

assemblée en France dans notre manufacture de Douai

au quotidien, prenez les transports en commun #SeDéplacerMoinsPolluer



JUSQU'AU

18 SEPTEMBRE 2022

YVES SAINT LAURENT AUX MUSÉES

MUSÉE DU LOUVRE
MUSÉE YVES SAINT LAURENT PARIS

Fondation Pierre Bergé Yves Saint Laurent · TF1 · ELLE · The New York Times · LE FIGARO · France Inter



CINÉMA

GOD SAVE THE KING.

PAR FRANÇOISE DELBECQ

AUSTIN BUTLER

COURTESY OF WARNER BROS

C'est un film à la gloire du monument de la musique américaine disparu il y a quarante-cinq ans, qui sut mêler gospel, blues et folk et donner ses lettres de noblesse au rock'n'roll. Avec « Elvis », Baz Luhrmann (« Moulin Rouge ! », « Gatsby le Magnifique ») nous fait vibrer au son d'« Are You Lonesome Tonight ? » et de « Blue Suede Shoes », en compagnie d'Austin Butler, dans le rôle-titre, et de Tom Hanks en Colonel Parker, son agent. Du Madison Square Garden à l'International Hotel de Las Vegas, c'est aussi une fresque saisissante sur l'Amérique que signe le réalisateur australien. Interview. ● ● ●

● ● ● ELLE. QUELLE EST LA GENÈSE DU PROJET ?

BAZ LUHRMANN. Je ne voulais pas tourner un biopic, mais parler de l'Amérique des années 1950 à 1970, période riche en événements : la lutte pour les droits civiques, la guerre du Vietnam… Elvis a été un témoin de choix. Né dans le Mississippi, il avait une vision très réaliste du racisme car sa famille avait longtemps vécu dans les quartiers noirs défavorisés. C'est là qu'il a écouté les premières notes de gospel. Celui qui allait devenir le roi du rock'n'roll a subi des pressions toute sa vie : sortir un nouvel album, faire encore plus de concerts. Elvis était « bigger than life ». Cette démesure l'a tué.

ELLE. COMMENT S'EST DÉROULÉ LE CASTING ?

B.L. J'ai vu pas mal de monde. Même Harry Styles ! Je n'aime pas le principe des auditions, je préfère les workshops. Les acteurs sont en costume et on travaille ensemble. Un jour, j'ai reçu une vidéo d'un jeune homme qui jouait du piano. Il m'a ému. Il s'agissait d'Austin Butler, qui m'a avoué qu'il chantait à de rares occasions, devant sa petite amie ou sa mère. Sa voix était incroyable ! C'est celle que l'on entend dans le film quand Elvis jeune chante.

ELLE. COMMENT LA FAMILLE D'ELVIS A-T-ELLE PERÇU LE FILM ?

B.L. Au début, Priscilla, l'ex-femme du King, trouvait qu'Austin Butler n'était pas une idée géniale. Et puis, je lui ai montré le film. Elle m'a fait le plus beau des compliments en me confiant que, si Elvis était encore de ce monde, il aurait dit à Austin : « You are me ! » Des sosies d'Elvis, Priscilla en a vu passer…

ELLE. PENSEZ-VOUS QU'ELVIS AIT ÉTÉ HEUREUX ?

B.L. La perte de son frère jumeau à la naissance reste un profond traumatisme. Toute sa vie, il a tenté d'être à la hauteur de l'ange idéalisé par sa mère. Je ne suis pas sûr que son immense succès l'ait réellement comblé. Il aurait aimé partir en tournée hors des États-Unis. Hélas, cela ne s'est jamais produit car le Colonel Parker, son imprésario, avait fait un deal avec un hôtel de Las Vegas pour assouvir sa passion du jeu. Elvis s'est retrouvé prisonnier à Vegas. Ses rares moments d'échappatoire : tard, la nuit, il chantait du gospel. Ceux qui l'ont fréquenté en témoignent, Elvis était enfin apaisé.

« ELVIS », de Baz Luhrmann, avec Austin Butler, Tom Hanks, Olivia DeJonge (2h39).



LE RÉALISATEUR BAZ LUHRMANN, AVEC OLIVIA DEJONGE ET AUSTIN BUTLER.



EXPO

CARTE DES RÊVES.

PAR **SOLINE DELOS**

« Le Grand Atlas de la désorientation » : le titre de cette exposition donne le « la » ! Et colle à l'œuvre de l'artiste franco-italienne Tatiana Trouvé, 53 ans, qui, à travers ses dessins, sculptures et installations poétiques, aime modeler l'espace et brouiller nos repères. Lauréate du prix Marcel-Duchamp en 2007, aujourd'hui la seule Française représentée par la prestigieuse galerie Gagosian, la plasticienne est accueillie au Centre Pompidou pour sa première grande expo personnelle. Elle y déploie une cosmogonie virevoltante où les dessins tiennent la vedette. Ceux réalisés pendant le premier confinement, un par jour se fondant dans les unes de quotidiens internationaux – « c'était ma manière de rester reliée au monde », dit-elle. Et ceux accrochés aux murs ou suspendus dans les airs, grands paysages énigmatiques vidés de présence humaine. Ils prennent vie sur des papiers colorés, que l'artiste éclabousse d'eau de Javel – « je pars toujours de l'effacement et du hasard » – avant d'y tracer des scènes mélancoliques où se mêlent fragments d'architecture et de nature. Un monde aux accents lynchéens, entre rêve et réalité.

« TATIANA TROUVÉ. LE GRAND ATLAS DE LA DÉSORIENTATION », jusqu'au 22 août, Centre Pompidou, Paris-4e. TATIANA TROUVÉ, jusqu'au 3 septembre, galerie Gagosian, 9, rue de Castiglione, Paris-1er.

COURTESY OF WARNER BROS ; CENTRE POMPIDOU, MNAM CCI/BERTRAND PREVOST.

Wifi à tous les étages.

Livebox Up Fibre

25€99/mois

pendant 12 mois
puis 49,99€/mois

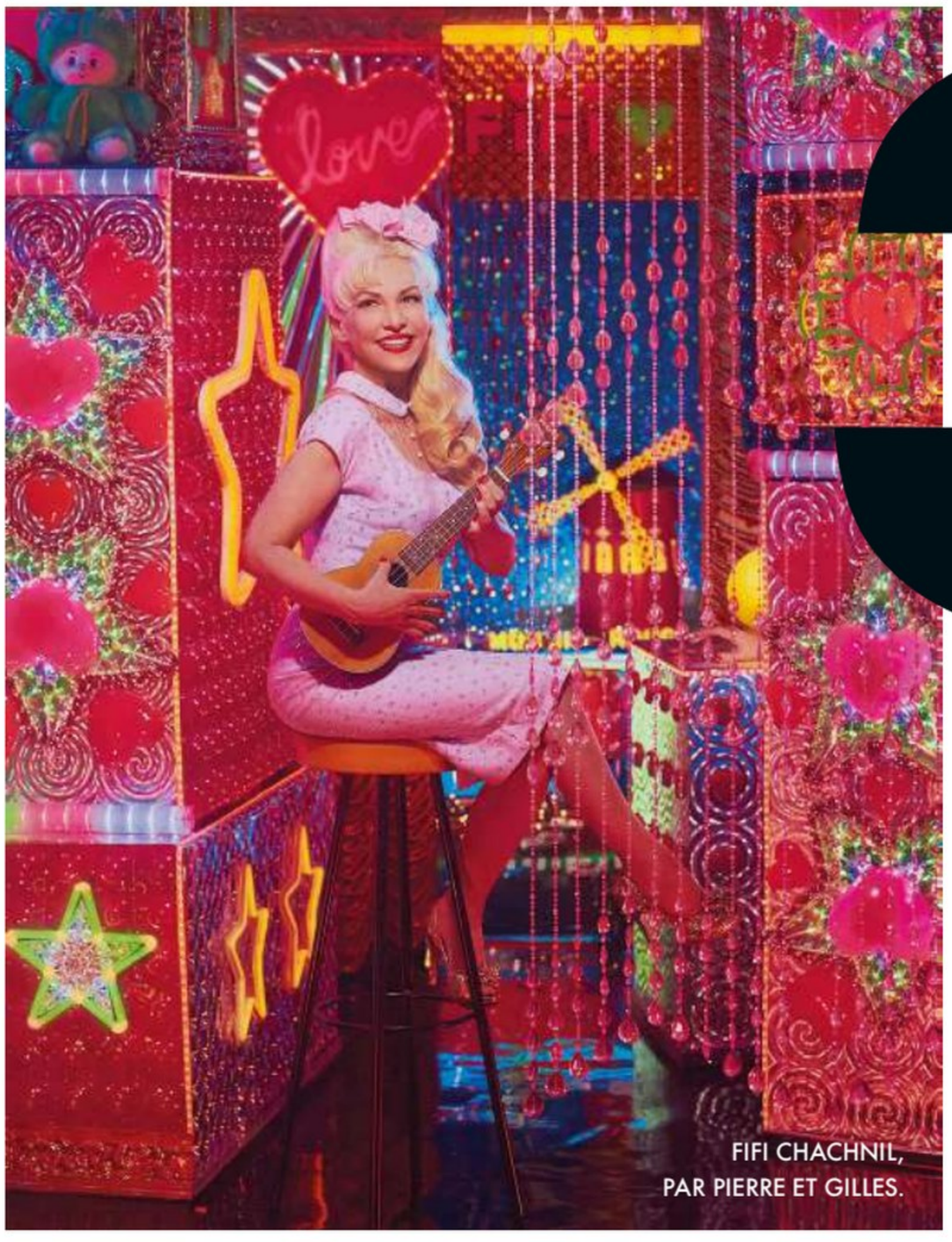
1 Répéteur Wifi 6 inclus(1)

Soit pour les nouveaux clients Orange : remise immédiate de 19€/mois(2) et remboursement de 5€/mois(3) avec changement d'opérateur. Transformez le wifi de votre Livebox en Wifi 6 avec le Répéteur raccordé à votre box (sur demande). Détail sur orange.fr

Offre avec engagement 12 mois, soumise à conditions du 02/06/2022 au 12/07/2022 inclus, réservée aux particuliers en France métropolitaine, valable sous réserve d'éligibilité et équipement compatibles. Frais de résiliation de 50€. Le Répéteur reste la propriété d'Orange et est inclus sur demande sur orange.fr avec frais d'activation de 10€.

(1) Le Répéteur Wifi 6 permet d'étendre la couverture wifi de votre Livebox en Wifi 6 ou de remplacer le Wifi 5 de la Livebox par du Wifi 6 avec équipement compatible. **(2)** 14€/mois le Bon Plan, 5€/mois la remise la Fibre au prix de l'ADSL. **(3)** Remboursement différé sur facture avec changement d'opérateur après le 02/04/2022. Détail et formulaire sur odr.orange.fr

orange™



FIFI CHACHNIL, PAR PIERRE ET GILLES.

3.

EXPO

FIFI BRIN D'AMOUR.

PAR **FLORENCE TRĒDEZ**

Fifi Chachnil est connue pour ses culottes à froufrous et ses déshabillés transparents accessoirisés de mules à pompons. Une ode glamour et punk au corps féminin, qu'elle célébra en lançant sa ligne de prêt-à-porter en 1984, sa première collection de lingerie en 1996, son premier parfum en 2004 et sa première boutique londonienne en 2009. Il y a d'ailleurs un côté Vivienne Westwood version frenchy chez miss Chachnil, qui compte parmi ses « Fifidèles » Madonna, Kylie Minogue, Pierre et Gilles ou encore Philippe Katerine, qui lui fit enregistrer un album dans les années 2000. Un éternel féminin comme manifeste féministe, et une rétrospective à rougir de plaisir.

« WITH LOVE. FIFI CHACHNIL, LE FIL D'UNE HISTOIRE », jusqu'au 31 août, Musée des beaux-arts et de la dentelle, Alençon (61).

4.

FESTIVALS

LA VIE EN VERT.

DU GRAND AIR, DE LA MUSIQUE ET DE L'ĒCOLOGIE : CES ĒVĒNEMENTS OŪ "ELLE" SERA PRĒSENT SAVENT FAIRE LA FĒTE POUR LA PLANĒTE !

PAR **ANNA FONTERS**



"ELLE" GREEN

Quand et où ? Le samedi 25 juin au Perchoir, porte de Versailles, à Paris-15e.

Pourquoi c'est green ? Conférences sur le climat ou l'écoféminisme, ateliers upcycling ou cuisine veggie, entretiens avec des femmes pirates de Sea Shepherd… une mine d'idées pour « trouver l'action qui vous va ! ».

Qu'y fait-on ? Entre un showcase et une rencontre avec Estelle Lefébure, marraine de notre événement, on apprend, on s'amuse et on s'engage. **green.elle.fr**



DELTA FESTIVAL

Quand et où ? Du 29 juin au 3 juillet, plages du Prado, à Marseille-8e.

Pourquoi c'est green ? Toujours plus engagé, le festival collectera des mèches de cheveux, pour en faire des éponges à hydrocarbures et nettoyer les ports !

Qu'y fait-on ? On se retrouve entre fans d'électro, on débat sur les violences sexistes, on parle écologie avec ELLE et l'asso Clean my calanques, on rencontre des passionnés… avant d'aller se baigner ! **delta-festival.com**



LES FRANCOFOLIES

Quand et où ? Du 13 au 17 juillet à La Rochelle (17).

Pourquoi c'est green ? Au Village Francocéan, on parle alimentation, mobilité douce, on débat, on échange. Vous y retrouverez aussi l'équipe de ELLE Green, qui recueillera toutes vos idées pour la planète !

Qu'y fait-on ? On ne présente plus les « Franco », où 150 000 festivaliers sont attendus cette année pour écouter Emily Loizeau, Julien Doré, Orelsan ou encore Juliette Armanet. **francofolies.fr**

COURTESY PIERRE ET GILLES ET TEMPLON/PIERRE ET GILLES ; CONVERTIMAGE ; PRESSE.

Avec nous, vous découvrirez

l'origine de l'impressionnisme

Pas l'effet que ça lui fera.

Chercher nous fait avancer

Google

DDB - © Christopher Anderson DEA / V.Pirozzo



5.

DOCUMENTAIRE

FACE À LA GUERRE.

PAR **MARION RUGGIERI**



Cela fait des années que Bernard-Henri Lévy arpente l'Ukraine, des années qu'il met en garde contre Poutine, « cet homme sans regard », comme le qualifie Zelensky lors d'une rencontre informelle avec l'intellectuel, alors qu'il n'est pas encore Président. Dans « Pourquoi l'Ukraine », documentaire atypique qui s'éloigne des reportages télé, BHL monte au front et revient sur l'origine du conflit : la révolution de Maïdan, en 2014. « Le désir de démocratie, c'est là que tout s'est joué. » Il en profite pour rappeler que l'extrême droite est quasi inexistante en Ukraine : 2 % des voix aux dernières législatives. À peine plus que ce que représente le fameux régiment Azov, accusé à l'origine d'être infesté de néonazis et largement purgé depuis, dans les forces armées ukrainiennes. Voilà pour la propagande russe. Restent les ruines de Boutcha, Irpin, Marioupol, les femmes qui pleurent leurs morts, les enfants qui jouent à construire des check-points. « Cette guerre est la nôtre, conclut BHL. Aidons-les à la gagner. »

« POURQUOI L'UKRAINE », mardi 28 juin, 22 h 25, Arte.

6.

MUSIQUE

FLORENT D'ÉMOTIONS.

À la « Garden Party », titre du cinquième album de Florent Marchet, habillé d'un piano tantôt inquiet, tantôt fiévreux, est conviée toute une humanité qu'on croirait sortie d'un roman de Nicolas Mathieu. Écrivain, le chanteur auteur-compositeur berrichon de 47 ans l'est lui aussi (« Le Monde du vivant », éd. Stock, 2020). Sous sa plume juste et délicate, on croise une femme victime de violences conjugales (« Comme il est beau »), un père tenaillé par l'angoisse de voir grandir ses enfants (« De justesse ») et, dans un titre d'anthologie, qui dure 7 minutes 18, le spectre cocasse et terrifiant de la maladie mentale (« Freddie Mercury »). À la croisée des Kinks – version banlieue à Maisons-Alfort, où il réside –, de Dominique A et d'Alain Souchon, ses mots font mouche et ses mélodies enchantent. On vote Marchet les yeux fermés. **F.T.**

Florent Marchet, « GARDEN PARTY » (Nodiva/La Bréa/Wagram). En concert notamment le 17 juillet aux Francofolies de La Rochelle (17) et le 2 février 2023 à La Cigale, Paris-18e.





LA CURIOSITÉ D'EVA BESTER

L'ORDRE DE LA MOUCHE À MIEL •

CHAQUE SEMAINE, CETTE AMOUREUSE DES OBJETS ÉTRANGES ET FANTASMATIQUES NOUS PRÉSENTE UNE DE SES TROUVAILLES.

Fréquemment raillée pour sa petite taille, la duchesse du Maine, au lieu de s'en sentir piquée, consacra la majeure partie de son temps au plaisir et à la récréation. En parallèle des prodigieuses fêtes qu'elle donnait au château de Sceaux, elle eut l'idée de créer, en 1703, l'ordre de la Mouche à miel, un ordre de chevalerie parodique, fort de 39 élus, parmi lesquels se seraient trouvés Montesquieu, d'Alembert, Voltaire ou Mme du Châtelet. Sur l'un des côtés de la médaille dont le port était obligatoire, une abeille accompagnée d'une devise empruntée au poète Le Tasse : « Piccola si, ma fa pur gravi le ferite » (« Petite, mais fait de graves blessures »). De l'autre côté de l'insigne, un portrait de la duchesse surplombé de sigles la qualifiant de « dictatrice perpétuelle de l'ordre de la Mouche à miel ». Le titre était bien porté, la princesse avait un caractère difficile et, même dans le jeu, un penchant certain pour la tyrannie. Les chevaliers devaient énoncer dans leur serment d'obéissance éternelle la punition subie en cas d'indiscipline : « Je consens que le miel se change pour moi en fiel, la cire en suif, les fleurs en orties et que les guêpes et les frelons me percent de leurs aiguillons. » Ils étaient ensuite tenus d'accepter sans réserve les statuts de l'ordre, impliquant de danser pendant les canicules jusqu'à ce que l'écume leur « vienne à la bouche » et d'escalader les meules de foin sans craindre les chutes. Quant à l'ordre du Cafard spleenétique qui œuvre timidement à la joie, nous sommes déjà des millions à en faire partie.

ET TOUJOURS...

LES IMMANQUABLES DU MOMENT

EXPOS ▶



Hommage canaille de Tom Wesselmann à Matisse, dans une expo belle comme l'été.
« AFTER MATISSE », galerie Almine Rech, Paris-3e.



Plier, froisser, friper : Hantaï en 130 œuvres, dont la moitié n'avaient jamais été exposées.
« SIMON HANTAÏ », Fondation Louis Vuitton, Paris-16e.



Les dessins acides de la grande Annette Messager, 78 ans et toujours enfant terrible.
« ANNETTE MESSAGER, COMME SI », LAM, Villeneuve-d'Ascq (59).

CINÉMA ▶



Le film culte, qui refait le buzz cinquante ans après sa sortie.
« LA MAMAN ET LA PUTAIN », de Jean Eustache.



Léa Drucker et Alain Chabat ont un truc dingue dans leur maison. Mais quoi ?
« INCROYABLE MAIS VRAI », de Quentin Dupieux.



Une instagirl en crise. Plus intéressant que cliché !
« SWEAT », de Magnus von Horn.

SÉRIES ▶



La vampirette d'Assayas est de retour dans un remake malicieux et cinéphile.
« IRMA VEP », d'Olivier Assayas, sur OCS.



Histoire vraie d'un gentil couple de tueurs anglais. Avec notre dear Olivia Colman.
« LANDSCAPERS », sur Canal+.

SCÈNES ▶



Le rapport hommes-femmes par Pina Bausch : un féroce chef-d'œuvre.
« BARBE-BLEUE », théâtre du Châtelet, Paris-1er.

MUSIQUE ▶



Vincent Dedienne seul en scène, ce n'est pas un stand-up, c'est un bijou.
« UN SOIR DE GALA », Théâtre Marigny, Paris-8e.



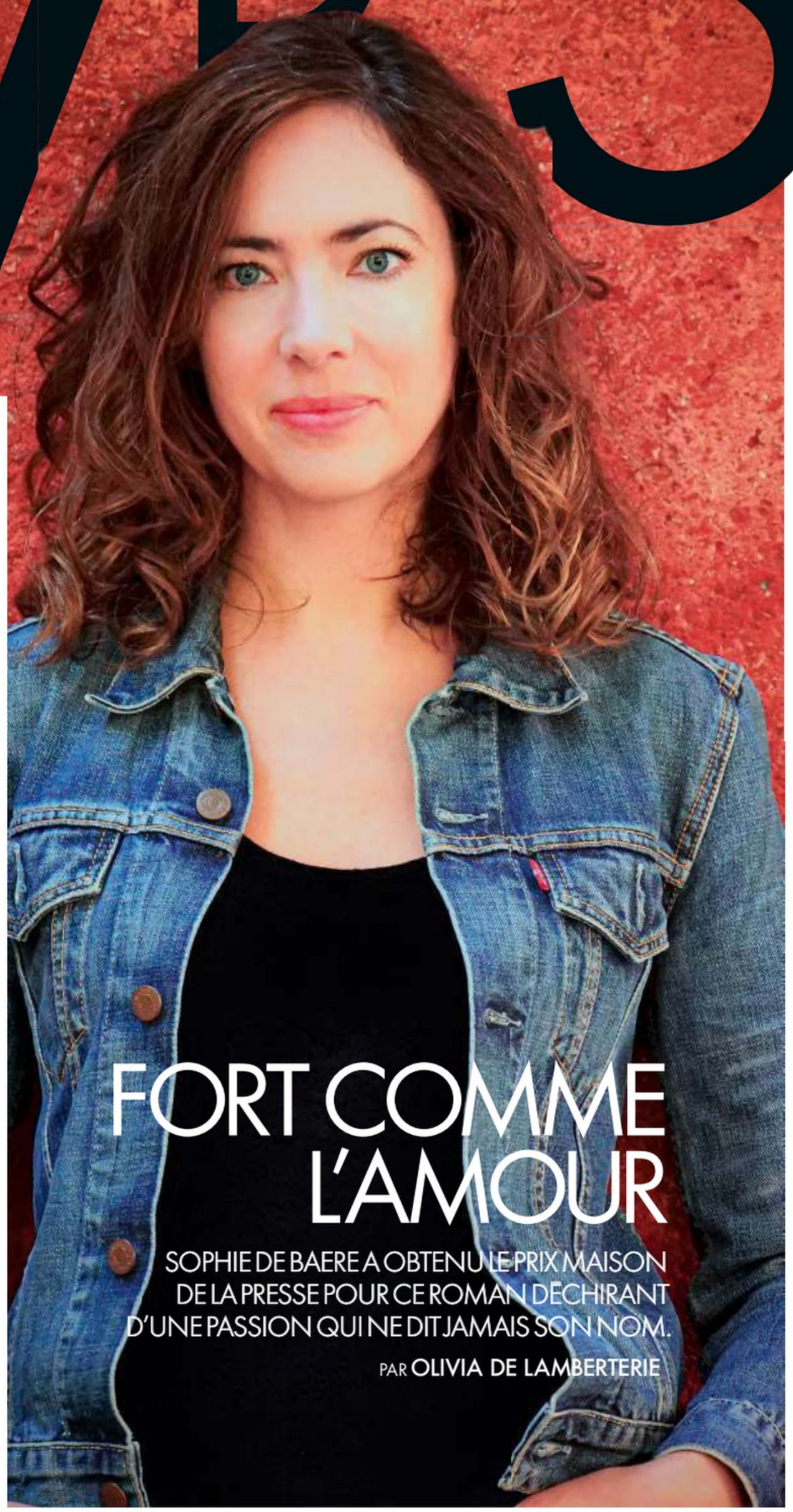
Le nouvel opus bourré d'énergie du mythique groupe pop écossais.
« A BIT OF PREVIOUS », de Belle and Sebastian.



La petite nouvelle de la country, pour se réconcilier avec le twang.
« BIG TIME », d'Angel Olsen.

MARC ROUSSEL ; MARIE ROUGE ; TOM WESSELMANN ; ARCHIVES SIMON HANTAÏ/FONDATION LOUIS VUITTON/DAVID BORDES, ADAGP PARIS 2020 ; COURTESY MARIAN GOODMAN GALLERY/ATELIER ANNETTE MESSAGER, ADAGP PARIS 2022 ; BERNARD PRIM ; ATELIER PETIT ; LAVA FILMS ; CAROLE BETHUEL ; UNIVERSAL ; CAROLA HÖLTING ; PRESSE.

LIVRES



ENTRE EUX, LES MOTS NE SONT JAMAIS VENUS. Paul avait bien envie de confier les années grises de l'enfance, son père chasseur, et pas seulement de faisans, qui rentrait de plus en plus tard tandis que sa mère se cachait de moins en moins pour noyer son chagrin dans des alcools forts. Joseph, lui, aurait bien raconté son père absent et autoritaire et sa mère perdue dans la solitude, leur petite vie éteinte, à tous les deux, dans un mobil-home décati. Mais les adolescents avaient depuis trop longtemps appris à se taire, leur amitié se passait de confidences, telle une évidence absolue. Grâce au populaire Joseph, Paul n'était plus le bègue dont on se moque, mais un garçon apprécié ; Nathalie Bouchard commençait même à lui tourner autour… Mais c'est le premier baiser d'un autre qui se révèle vertigineux… Un dérapage, une attirance, une nécessité ? Les deux garçons n'ont pas de mot, pas de déclaration. Mais en ces années 1980, les insultes s'abattent sur Paul (Joseph a disparu), une meute de haineux transforme sa vie en enfer sur terre. Et qui pour le défendre ? Le principal parle d'apprentissage de la vie en société, les parents minimisent et s'interrogent sur leur fils, une anomalie ?

« Les Ailes collées » raconte une destinée brisée, sans jamais tomber dans aucune situation convenue. L'amour s'y niche là où on ne l'attend pas, et pour conter le lien fou unissant ces taiseux, Sophie de Baere choisit chaque mot avec sensibilité, comme un baume. ●

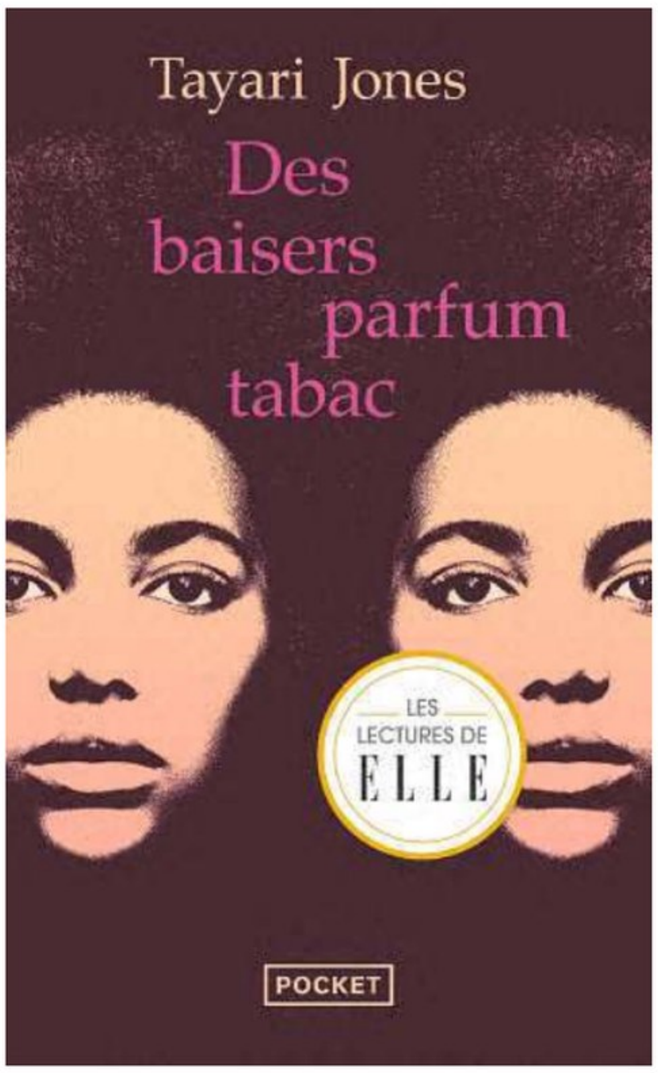


« LES AILES COLLÉES », de Sophie de Baere (JC Lattès, 378 p.).

RETROUVEZ

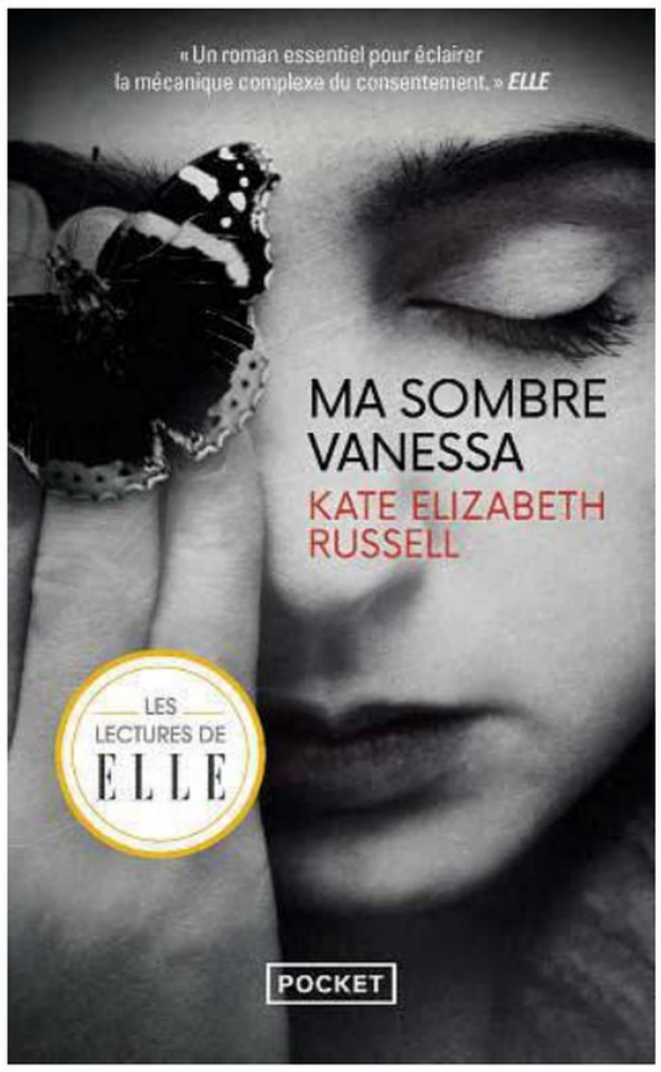
VOS LECTURES DE L'ÉTÉ

RECOMMANDÉES PAR ELLE !



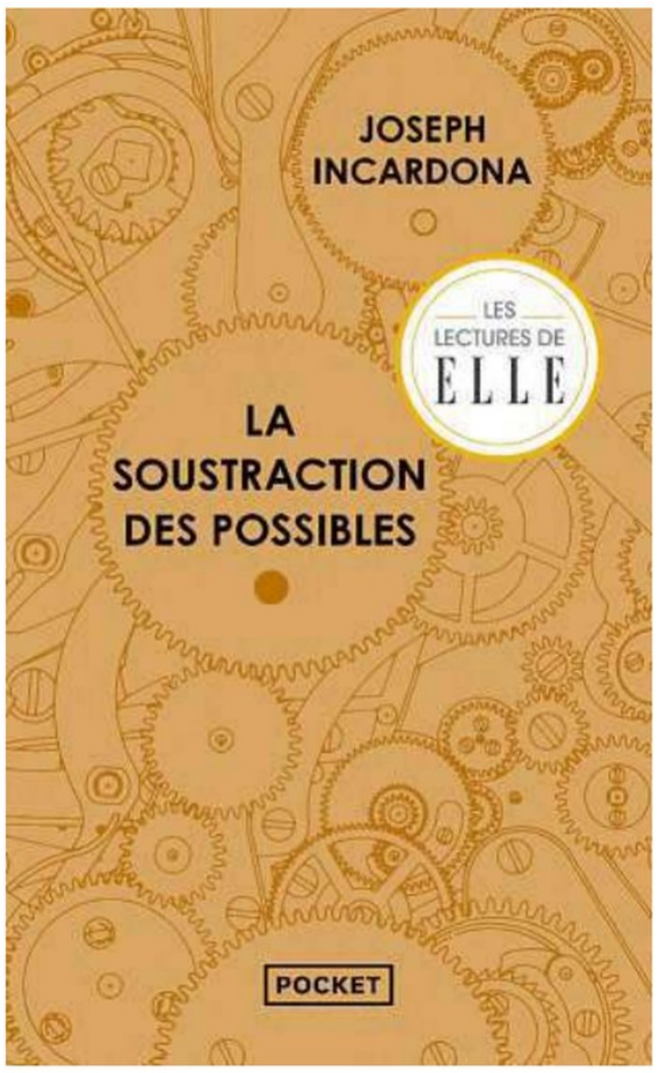
« Un roman qui tisse deux magnifiques portraits de mère. Une franche réussite. »

ELLE



« Cinquante-cinq ans après *Lolita*, Kate Elizabeth Russell remet en fiction la problématique du consentement des jeunes filles. Le livre que réclamait l'ère #MeToo. »

ELLE



« Dans une atmosphère feutrée de villas sur le lac et de bureaux sécurisés, Joseph Incardona souligne la mécanique du drame à coup de formules cinglantes. »

ELLE

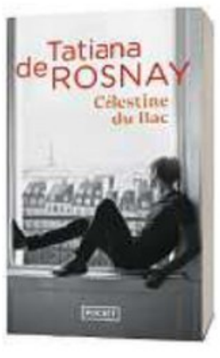
PARTICIPEZ À NOTRE GRAND CONCOURS DE L'ÉTÉ !

TENTEZ DE GAGNER

20 livres Pocket,
1 an d'abonnement au magazine ELLE et devenez membre du jury du Grand Prix des Lectrices de ELLE

Écrivez un texte présentant votre lecture préférée de l'année parmi une sélection de 50 titres.

Un jury, présidé par Tatiana de Rosnay, marraine de cette édition et auteur de *Célestine du Bac*, sélectionnera les plus belles participations. Le texte gagnant sera publié dans le magazine *ELLE*.



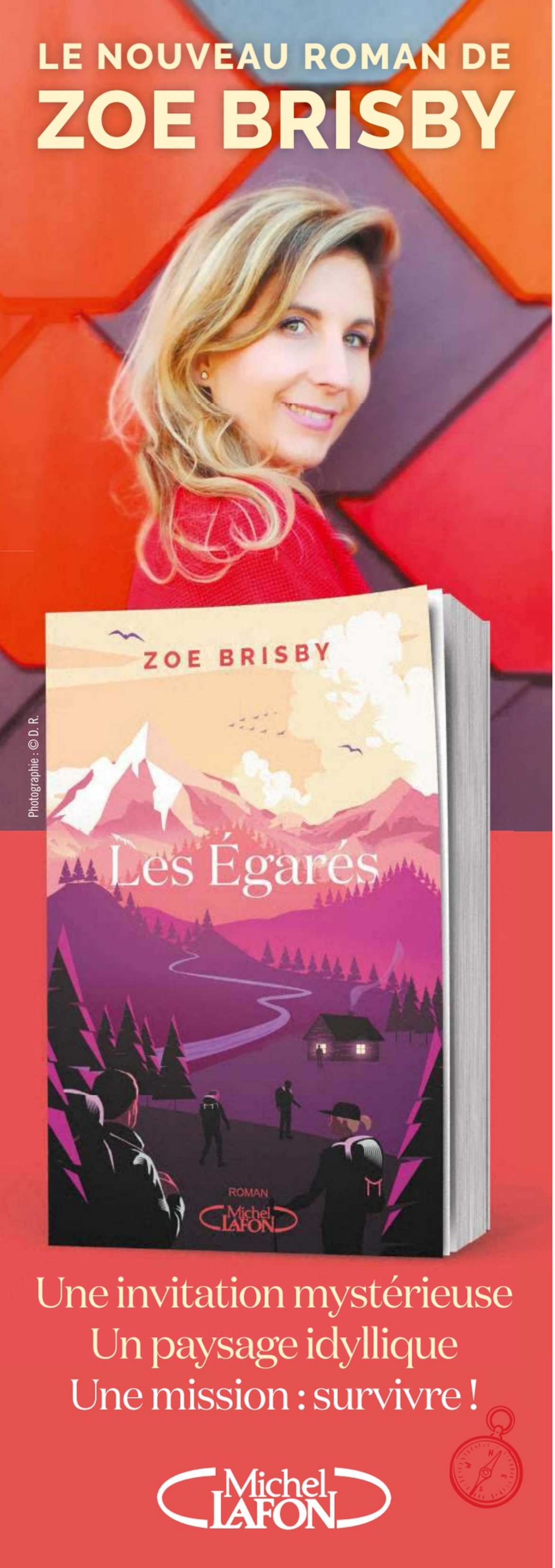


© Charlotte Jolly de Rosnay

Rendez-vous sur www.voslecturesdelete.com

POCKET

LE NOUVEAU ROMAN DE
ZOE BRISBY



Photographie : © D. R.

Une invitation mystérieuse
Un paysage idyllique
Une mission : survivre !

Michel LAFON



ÉLODIE LLORCA

POUR RIRE

UN AMI QUI VOUS VEUT DU BIEN

PAR **SANDRINE MARIETTE**

ET POURTANT, ÇA N'A PAS BIEN COMMENCÉ ENTRE EUX. « L'homme s'est présenté à [s]on domicile avec une heure d'avance. » C'est à 7 h 05, le jour de la Toussaint, que Joël, plombier joufflu, en casquette et salopette, sort du lit le pauvre Thomas. Après une intervention éclair sur une canalisation un poil défectueuse, le dépanneur au dévouement douteux annonce qu'il repassera, précisant qu'il n'est pas du genre à « laisser son client dans le pétrin », mais bien plutôt à s'installer chez lui ! Et tout aussi étrangement, la présence intrusive de cet expert en tuyauterie, au fil des pages, va donner des ailes à son hôte. Thomas, téléopérateur en assurances, qui se doit d'écouter et de réconforter les victimes d'un crash, d'un vol de papiers, d'une séparation…, va enfin oser aborder sa collègue, la mystérieuse Kim-Le, dont il rêve en secret depuis des années. Comme un révélateur, Joël a la capacité de faire émerger ce qu'il y a de plus intime chez le jeune homme. Lorsqu'il loue avec un enthousiasme suspect son talent d'artiste pour le collage et le découpage, le comparant à celui de Jean-Michel Basquiat – Kim-Le abondant dans son jeu –, on sent un vent funeste frôler ce cortège grotesque. Mais c'est jubilatoire. Entre fous rires et stupéfaction, on se délecte de ces « Invasions domestiques », guettant le moindre faux pas qui va faire voler en éclats cette cohabitation à deux, à trois – tous les personnages dans un deux-pièces –, puis à quatre, avec le beauceron de l'artisan. Dans la même veine que « La Correction », Élodie Llorca réussit un quatrième roman intrigant et décalé. Alors, prêt à rencontrer Joël ? ●



« INVASIONS DOMESTIQUES », d'Élodie Llorca (Rivages, 204 p.).

PATRICE NORMAND/OPALE PHOTO ; PRESSE.

POUR S'ÉMOUVOIR

UNE PETITE FILLE QUI FAIT DU BIEN

PAR NATHALIE DUPUIS



« LE PÈRE DE SIMON AVAIT CESSÉ NON PAS DE M'AIMER, m'avait-il dit après la naissance de notre fils, sans me regarder dans les yeux, mais d'aimer notre vie. » Jeanne, une quinquagénaire, pas vraiment jolie mais pleine de charme, semble avoir trouvé un équilibre. Divorcée de Pierre, elle habite toujours sur le même palier pour le bonheur de leur enfant. Mais Pierre refait sa vie, et Jeanne passe la sienne à le surveiller, l'œil rivé au judas de sa porte, et forcément ça ne va pas. Alors, elle se décide à déménager dans une grande maison, un meublé qui lui semble familier. Elle y fait la connaissance d'une petite fille de 10 ans, Romance, avec qui elle entame un dialogue salutaire. Le nouveau livre d'Anne Goscinny continue d'explorer les chemins de la guérison à travers l'écriture. Celui-là prend la forme d'un conte lorsqu'on comprend que la petite fille que Jeanne (Je-Anne) rencontre n'est autre qu'elle-même, ce qui lui permet de revisiter une enfance mise volontairement à distance : la mort brutale de son père, cette maladie du rein qui la cloue sur un lit d'hôpital, l'amour obsessionnel qu'elle voue à son médecin, le désespoir de sa mère, son meilleur ami Nordine lui-même en chimiothérapie. Tout cela serait bien triste, si ce n'était pas écrit avec poésie, fantaisie et légèreté. Anne Goscinny affûte merveilleusement ses armes pour éloigner les larmes. ●

« ROMANCE », d'Anne Goscinny (Grasset, 194 p.).



ANNE GOSCINNY

JEAN-PHILIPPE BALTEL ; PRESSE.

Partez en Italie avec Serena Giuliano



Déjà 300 000 lecteurs conquis

Robert Laffont

Le Livre de Poche



CONDÉ NAST EN 1909.

BIOGRAPHIE

CONDÉ LE MAGNIFIQUE

MAIS QUI ÉTAIT DONC CONDÉ NAST, MAGNAT DE LA PRESSE ? RÉPONSE DANS UN OUVRAGE CAPTIVANT ET RICHEMENT IMAGÉ.

PAR **FLAVIE PHILIPON**

LA SCÈNE EST GÉNIALE À IMAGINER. Retiré dans un salon de son duplex du 1040 Park Avenue, Condé Nast, silhouette élancée, regard bleu acier, observe la foule peuplant sa salle de bal. Parmi les invitées valsent Zelda Fitzgerald, Mrs Vanderbilt, Tallulah Bankhead… Imitant le héros du roman de Fitzgerald, « Gatsby le magnifique », Nast ne reste jamais aux fêtes somptueuses qu'il donne, préférant savourer en solo son œuvre mondaine, fruit d'années de labeur, de rencontres et d'ascension sociale. Racontant chaque coup d'éclat du génie de la presse qui fit du magazine « Vogue » un triomphe et un empire, Jérôme Kagan s'attarde également sur ses débuts dans la vie ainsi que sur les femmes qui l'ont façonné et fasciné. Sa mère, Esther Nast, cheffe de famille courageuse, rattrapant les erreurs d'un père négligeant. Puis, celle qu'il épouse à 29 ans, Clarisse Coudert, beauté idéale mais tempétueuse. Après deux enfants et un long mariage, elle devient égérie d'une crème chic sous le slogan « Mrs Condé Nast, de l'importance suprême d'être belle » et demande le divorce pour aimer un jeune Cubain en toute liberté. Mais aussi Wallis Simpson, l'« Américaine la plus célèbre de Londres », qu'il met en une de « Vogue » (en Schiaparelli) pour son mariage avec Édouard VIII. Et enfin Helen S. Norden, autrice ardente qu'il embauche à « Vanity Fair » et invite dans la foulée à dîner. Malgré les trente années qui les séparent, elle sera l'âme sœur tardive de cet homme aux formidables instincts, dévoué à la beauté des femmes.

« CONDÉ NAST, LA FABRIQUE DU CHIC », de Jérôme Kagan (Séguier, 416 p.).



BUZZOLETTRES

TROIS FEMMES INSPIRANTES

À L'HEURE OÙ LA COUR SUPRÊME MENACE LE DROIT À L'AVORTEMENT, VOICI UN TRIO DE FÉMINISTES AMÉRICAINES À LIRE SÉANCE TENANTE. PAR **CLÉMENTINE GOLDSZAL**



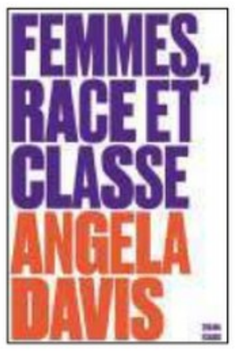
L'AÏEULE

Née esclave à la fin du XVIIIe siècle, Sojourner Truth est, aux côtés d'Harriet Tubman, une figure de la lutte abolitionniste aux États-Unis. Elle milita également pour le droit de vote des femmes, articulant grâce à son génie oratoire les combats jumeaux pour la libération des femmes et celle des Africains-Américains. Son autobiographie est considérée par l'historien Pap Ndiaye comme « l'un des plus grands récits d'esclaves américains publiés au XIXe siècle ».

« L'HISTOIRE DE MA VIE », de Sojourner Truth, traduit de l'anglais par Françoise Bouillot (Payot, 195 p.).

LA LÉGENDE

Publiée en 1981 en anglais, cette compilation de treize essais, écrits entre 1960 et 1980, est un classique. Membre des Black Panthers, communiste et marxiste revendiquée, philosophe et professeure, Angela Davis pense la condition de la femme avec l'oppression de la classe laborieuse par le système capitaliste, et se bat pour que le féminisme fasse une place aux femmes noires des classes populaires. La base pour comprendre l'intersectionnalité dont on parle tant.



« FEMMES, RACE ET CLASSE », d'Angela Davis, traduit de l'anglais par Dominique Taffin-Jouhaud (Zulma Essais, 270 p.).

LA MENTORE

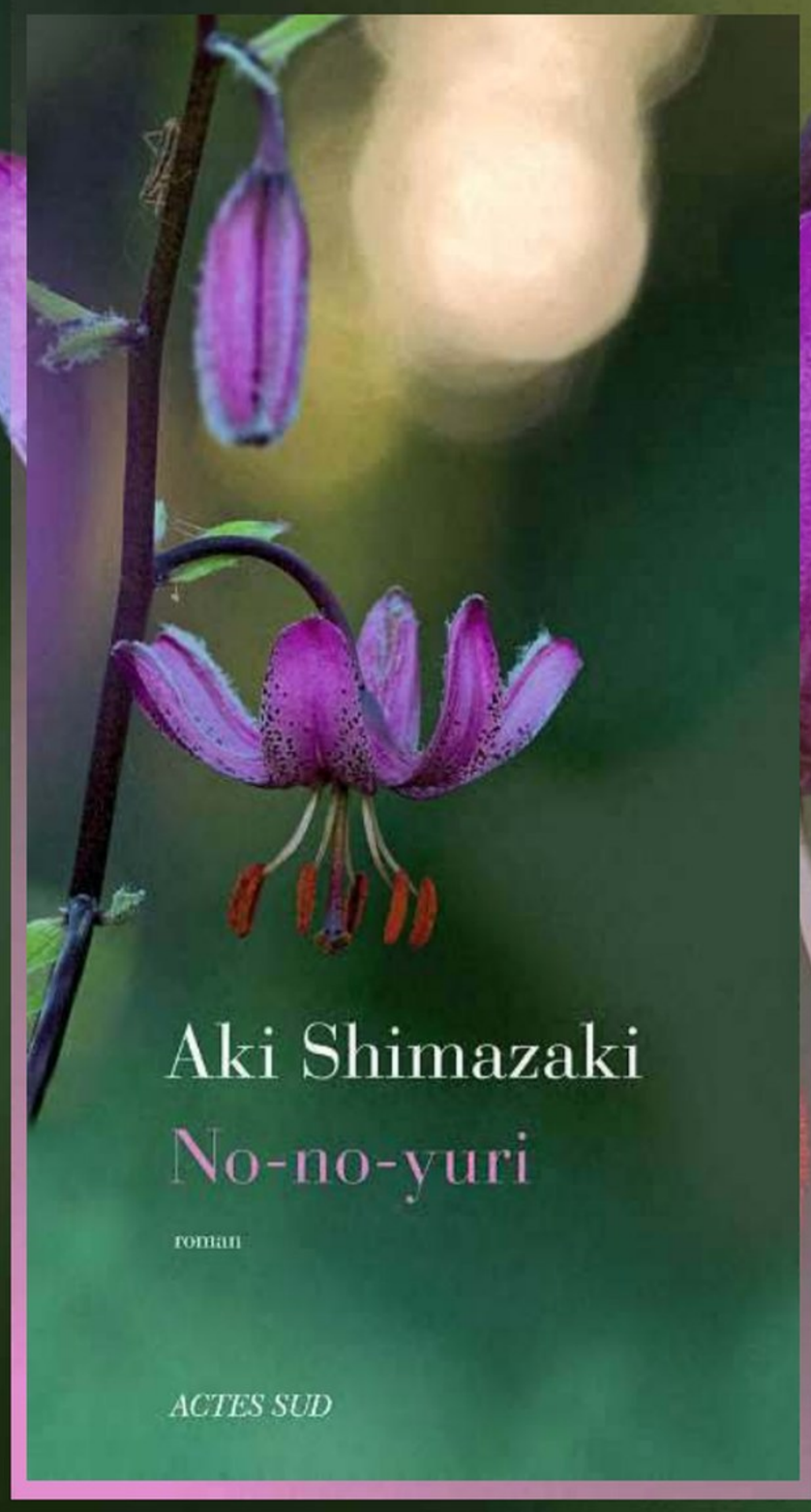
« Cette lettre est le legs que je te fais », écrit Phyllis Chesler, dans les premières pages de ce texte émouvant et simple. Psychologue et figure majeure de la deuxième vague féministe, Chesler devint une star en 1972 grâce à son livre « Les Femmes et la folie ». À la fin des années 1990, elle adressa ce « guide chaleureux, politique, irrésistible » (dixit Gloria Steinem) aux femmes et aux hommes. Elle dresse un bilan fervent des victoires remportées et des batailles qu'il nous reste à mener. Galvanisant. ●



« LETTRES AUX JEUNES FÉMINISTES », de Phyllis Chesler, traduit de l'anglais par Caroline Nicolas et Camille Nivelle (Les éditions du Portrait, 154 p.).

EVERETT COLLECTION/ABACA ; PRESSE.

Aki Shimazaki



“La plume plongée dans la lymphe des êtres, Aki Shimazaki sonde ce qui ruisselle doucement sous la couche des apparences. Elle ne descend jamais au fond du puits des émotions, mais se glisse juste au-dessous de la surface des choses.”

Marine Landrot, *Télérama*

“Tout paraît léger avec Shimazaki, mais on sent la venue possible d’un tremblement de terre. Et elle décrit avec une absolue finesse la place de la femme dans la société japonaise.”

Bernard Babkine, *Madame Figaro*

“Un nouvel opus porté par son style direct et précis, un suspense psychologique, ainsi qu’une brièveté impressionnante.”

Gladys Marivat, *Lire Magazine Littéraire*

“Une merveille. Aki Shimazaki vous attrape et vous fait vibrer une fois encore.”

Alexandre Fillon, *Transfuge*

“Tout est subtil, dans ce court texte d’Aki Shimazaki, tout est suspendu à un mot, à une tournure de phrase, à un tressaillement.”

Fabrice Colin, *Le Canard enchaîné*

ACTES SUD

© imageBROKER / Matthias Delle

INTERVIEW

DJAÏLI AMADOU AMAL "J'ÉCRIS POUR BOUSCULER"

L'AUTRICE DES « IMPATIENTES », PRIX GONCOURT DES LYCÉENS EN 2020, PUBLIE « CŒUR DU SAHEL », UN ROMAN AU SUJET BRÛLANT, DANS LEQUEL ELLE DÉPLOIE SES QUALITÉS DE CONTEUSE. PAR **VIRGINIE BLOCH-LAINÉ**

DÉDIÉ « AUX FEMMES VICTIMES DU SAHEL », ce nouveau roman de Djaïli Amadou Amal est inspiré de faits réels. Depuis une dizaine d'années le groupe djihadiste Boko Haram sème la terreur dans les villages de la région de l'Extrême-Nord du Cameroun, d'où elle est originaire. L'écrivaine met en scène la peur dans laquelle y vivent les femmes, l'angoisse d'être kidnappées ou même tuées. L'héroïne de « Cœur du Sahel », une domestique née à la campagne, part travailler en ville au service d'une famille riche. Elle y est également confrontée aux relations amoureuses interdites entre classes et ethnies différentes, à l'accès quasiment impossible à l'éducation et à la sécheresse qui s'aggrave sous l'effet du changement climatique.



DJAÏLI AMADOU AMAL

ELLE. UNE RELATION ENTRE UN PROFESSEUR ISSU D'UNE FAMILLE RICHE ET UNE DOMESTIQUE, TELLE QUE VOUS L'IMAGINEZ, EST-ELLE POSSIBLE DANS L'EXTRÊME-NORD ?

DJAÏLI AMADOU AMAL. Oui, les mariages interreligieux et interethniques sont plus fréquents aujourd'hui, et les alliances arrangées disparaissent peu à peu. En revanche, les mariages précoces demeurent. Or, une fille de 14 ou 15 ans qui donne son accord pour épouser un homme est évidemment influencée par ses parents. Mais mon roman vise l'universalité, je ne veux pas me cantonner à un tableau de l'Extrême-Nord : un Blanc qui épouse une Noire, ou le membre d'une famille aisée qui se met en couple avec quelqu'un de pauvre peuvent rencontrer des préjugés et des obstacles en France également.

ELLE. LES FEMMES ENTRE ELLES DISCUTENT-ELLES DE CE QUI LEUR ARRIVE ?

D.A.A. Difficilement. Même dans l'intimité, entre amies, entre sœurs, la sexualité demeure un sujet tabou. Pourtant 56 % des femmes camerounaises se disent victimes de violence de la part de leur compagnon. Elles ne portent pas plainte pour un viol ou un harcèlement, car de victimes, elles risquent de se retrouver accusées. Ce que raconte « Cœur du Sahel » – le viol d'une domestique, ou le plaisir que prend une jeune fille en faisant l'amour – a provoqué un scandale sur les réseaux sociaux immédiatement après la publication du livre. Ces conséquences ne me gênent pas : j'écris pour bousculer et provoquer des changements.

ELLE. EXISTE-T-IL UN MOUVEMENT #METOO AU CAMEROUN ?

D.A.A. Même si les témoignages ne se rangent pas explicitement sous la bannière #MeToo, comme en Occident, de nombreuses femmes s'expriment sur les réseaux sociaux et disent : « Ce qui est écrit dans le roman, ce viol, je l'ai vécu. » Je reçois beaucoup de messages. Mes romans et ceux d'autres auteurs contribuent à libérer la parole et à mettre les familles face à leurs turpitudes. Je ne suis pas la seule écrivaine au Cameroun, mais pratiquement la seule dans l'Extrême-Nord. Et depuis l'an dernier, « Les Impatientes » figure au programme des classes de terminale.

ELLE. ÊTES-VOUS UN MODÈLE POUR LES JEUNES FEMMES ?

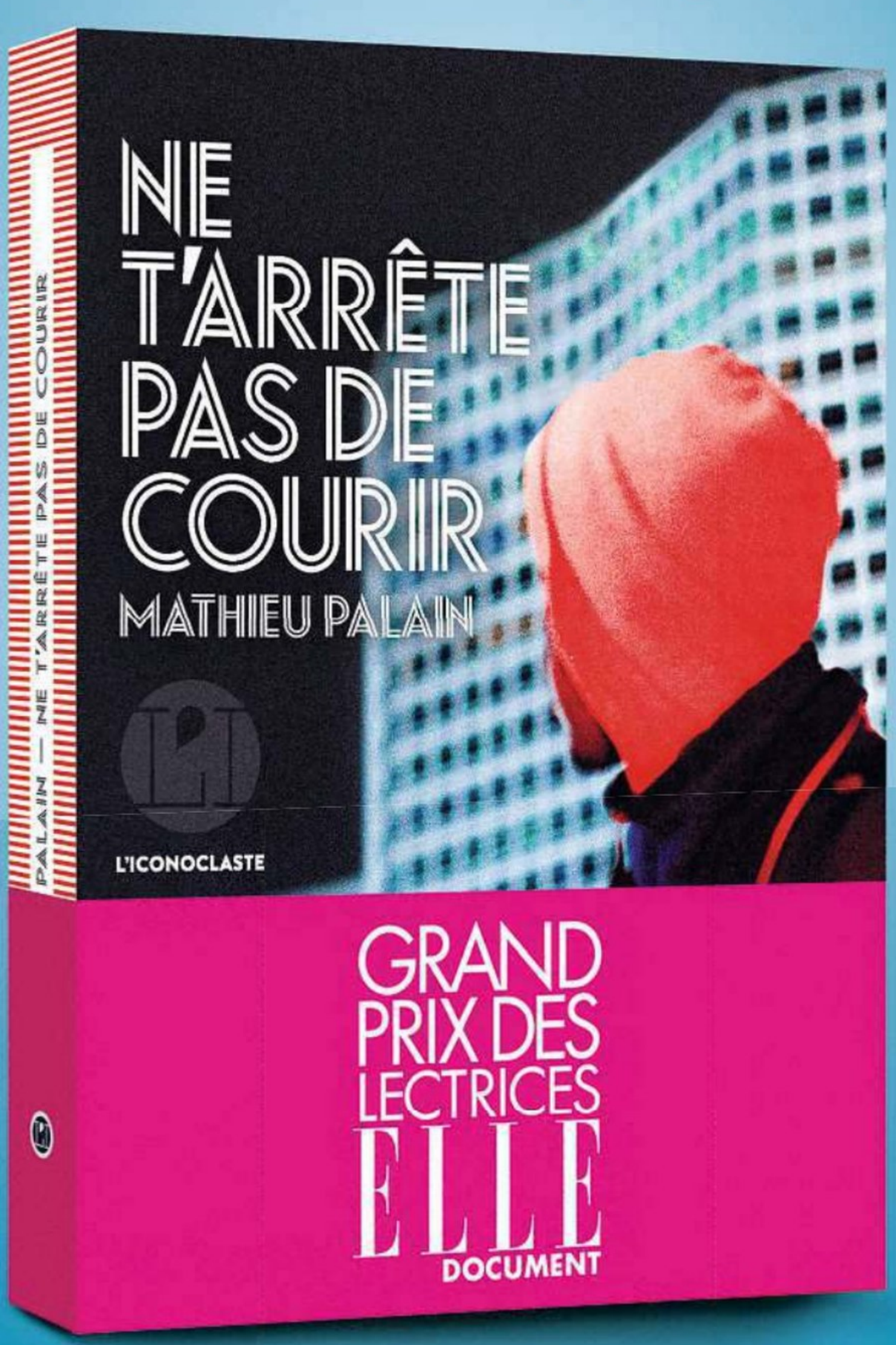
D.A.A. Peut-être ! Elles sont en tout cas mes premières lectrices. Je le sais grâce à mes filles aînées, étudiantes à l'université. Leurs amies, étudiantes elles aussi, ont accès aux réseaux sociaux, aspirent à vivre l'amour et à ne subir ni la polygamie ni les violences conjugales. Je suis sûre qu'elles feront moins d'enfants que les femmes des générations précédentes. ●

« CŒUR DU SAHEL », de Djaïli Amadou Amal (Éditions Emmanuelle Collas, 364 p.).



PATRICE NORMAND ; PRESSE.

MERCI
aux lectrices du ELLE
MERCI à Olivia de Lamberterie
et à son équipe



L'ICONOCLASTE

LA SEMAINE PROCHAINE AVEC ELLE



ÉLIXIR DES VAGUES
1 50€* en plus du magazine

algologie
ARMOR • FRANCE

Ce sérum hydrate, repulpe et aide à maintenir le niveau d'hydratation de la peau. Sa formule à la texture eau gélifiée ultra-fraîche est un concentré d'acide hyaluronique et d'actifs marins, et est composée à 97 % d'ingrédients d'origine naturelle.

* Offre proposée (1,50 € le produit + 2,60 € le magazine, soit 4,10 € le tout) dans les kiosques en France métropolitaine participant à l'opération du 30 juin au 12 juillet 2022 dans la limite des stocks disponibles (liste des kiosques sur elle.fr, rubrique beauté).



PENDENTIFS « JEUX DE LIENS HARMONY » EN OR ROSE SERTI DE TURQUOISE, DE LAPIS-LAZULI OU DE MALACHITE, ET PAVÉS DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, **CHAUMET.** SWEAT-SHIRT À ZIP ET CAPUCHE, **INTIMISSIMI,** 39,90 €. MAILLOT DEUX PIÈCES « LAUREL », **ANNA ROSEN,** 175 €.

PHOTO GILAD SASPORTA. ASSISTANTE STYLISME CLARA DEVILLET.

FÉTICHE

TROIS FOIS CROIX

DES MÉDAILLES COMME DES TALISMANS À GRAVER CÔTÉ CŒUR.

PAR **ÈVE MAENO**

L'ESSENTIEL MINI PILE

EN CUIR OU EN COTON, ET SOBREMENT SEXY, LA JUPE COURT TOUJOURS !

PAR ÈVE MAENO

ANTIK BATIK, 285 €.

« KRINGA », **IRO,** 695 €.

AGNÈS b., 695 €.

« FLORIDE », **SUNCOO,** 79 €.

« LAIGHA », **JODHPUR AUX GALERIES LAFAYETTE,** 145 €.

VANESSA BRUNO, 195 €.

OFFICINE GÉNÉRALE, 495 €.

« DIANE », **MAISON 123,** 195 €.

YVES SALOMON, 550 €.

PHOTOS XAVIER IMBERT. ASSISTANTE STYLISME CLARA DEVILLET. STYLISTE PIQUEUSE CLAIRE GILET.

CAMILLE

albane

PARIS

Prenez rendez-vous en salon

Photographie retouchée

« RUTASSIA », **SAN MARINA,** 59 €.

MONOPRIX, 29,99 €.

CAROLL, 99 €.

« SABIRO », **SESSŪN,** 145 €.

ON VEUT UN JOLI PANIER

COULEURS VIBRANTES ET MATIÈRES BRUTES ? MARCHÉ CONCLU !

PAR **ĒLISABETH AKESSOUL**

YSĒ, 95 €.

MAISON SARAH LAVOINE, 110 €.

BA&SH, 225 €.

VANESSA BRUNO, 350 €.

« FETICHE », **SEZANE,** 170 €.

PHOTOS ARNO CAUCHOIS.
ASSISTANTE STYLISME CLOTHILDE DEAUDON MÉNARD.

2 PAIRES DE PLUS POUR 1€ DE PLUS*

JUSQU'AU 31 AOÛT



AVOIR PLUSIEURS PAIRES DE LUNETTES, C'EST TELLEMENT UTILE !

Pour tous les jours, pour le soleil ou pour le plaisir de changer, vous avez toujours une paire de lunettes à votre vue et à portée de main avec TCHIN TCHIN cet été. Choisissez votre 1ère paire de lunettes de vue parmi toutes les marques et toutes nos nouveautés. Faites-vous plaisir avec une 2e et une 3e paire de lunettes de la collection Afflelou parmi plus de 200 nouveaux modèles pour hommes, femmes, enfants.

Tchin Tchin D'AFFLELOU OPTICIEN

Retrouvez toute la collection dans nos magasins et sur afflelou.com

*Pour l'achat d'un équipement optique (monture + 2 verres correcteurs), bénéficiez pour 1€ de plus de deux paires de lunettes. La 2ème paire sera équipée de verres organiques (CR39 blancs), hors options. La 3ème paire sera équipée de verres unifocaux, organiques (CR39 blancs), hors options ou de verres non correcteurs. Les montures de la 2ème et de la 3ème paires seront à choisir parmi plus de 200 modèles de la collection Afflelou optique (au prix unitaire maximum de 99€ TTC pour les collections adulte et junior et de 89€ TTC pour la collection enfant) ou de la collection Afflelou solaire (au prix unitaire maximum de 59€ TTC). Offre valable jusqu'au 31 août 2022. Voir conditions en magasin. Les lunettes correctrices sont des dispositifs médicaux qui sont des produits de santé réglementés portant, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Demandez conseil à votre opticien. Juin 2022. RCS Paris 304 577 794.

LE MOOD D'ALICE ELIA

CHEFFE DU SERVICE BEAUTÉ



MALIGNE

UNE BRUME QUI HYDRATE, FIXE LE MAKE-UP ET PROTÈGE DES UV (SPF 50). PRISME LIBRE, PREP & SET GLOW MIST, GIVENCHY, 70 ML, 46 €.



C'EST L'ESPRIT DU TEMPS : le bien-être fait petit à petit main basse sur tout – et en premier lieu sur la beauté. On s'étonne ainsi de moins en moins de voir des pierres précieuses placées sur le même plan qu'un parfum ou un rouge à lèvres, comme autant de façons minuscules de gagner en confiance en soi. C'est à ce titre que je suis invitée par le Stones Club à une séance de numérologie permettant d'éclairer mon « chemin de vie » et devant, in fine, me guider dans le choix de pierres adaptées. Qu'on soit, ou pas, ouverte à ce type de démarche ne change pas grand-chose. Le fait est que, pour peu qu'on accepte de jouer le jeu, la mécanique de la consultation conduit très vite à explorer certains aspects intimes de sa personnalité. Ce qu'on cherche, ce pour quoi on est faite… il n'est pas question de prévision, mais d'analyse. Et là, comment ne pas être intéressée ? Si certains ont le luxe de balayer sans l'ombre d'une hésitation l'opportunité, tant mieux : j'admire l'assurance. Je suis, quant à moi, preneuse de tout ce qui peut donner la sensation d'un chemin un tout petit peu mieux éclairé, d'un pas un tout petit peu plus assuré. Qui sait ? Pourquoi pas ? Je me méfie des certitudes. Au passage, comme c'est amusant. Et comme c'est gratifiant, ensuite, de recevoir son trio de pierres sur mesure. Donc, oui, il me semble que c'est une bonne chose, que le bien-être s'empare de tout ce qu'il touche. Ça va dans le bon sens, disons. Et, en attendant, mes pierres sont dans ma poche si vous voulez voir comme elles sont belles.

Atelier de numérologie en ligne Stones Club, 90 mn, 40 €.

alice_elia_elle

SENSORIEL

UN BAUME DÉMAQUILLANT BIO, FABRIQUÉ EN TOSCANE. DUAL DETOX MARINE CLAY, THE DIVINE CLEANSE, SEED TO SKIN AU BON MARCHÉ RIVE GAUCHE, 100 ML, 72,95 €.



NOMADE

POUR RESPIRER À TOUT MOMENT UNE BOUFFÉE DE BOIS RASSURANT. ROLL-ON EAU DE PARFUM, SANTAL INSOLENT, MOLINARD, 7,5 ML, 14,90 €.



FLATTEUR

NOURRISSANT AVEC JUSTE CE QU'IL FAUT DE COULEUR EN TRANSPARENCE. BAUME À LÈVRES RÉVÉLATEUR DE COULEUR PURE COLOR, N° 004, ESTÉE LAUDER, 37 €.

ESTIVALE

DES NACRES QUASI INVISIBLES, MAIS QUI DONNENT DU GLOW, DANS UNE FORMULE MIXANT HUILES D'AMANDE DOUCE ET D'ARGAN. HUILE SCINTILLANTE CORPS & CHEVEUX, VOILÀ SUR VOILABEAUTE.COM, 50 ML, 27,90 €.



TRIO DE PIERRES, STONES CLUB, 34,90 €.

PHOTOS MARC PHILBERT, PRESSE, ARNO CAUCHOIS. RÉALISATION LAURIANE SEIGNIER.

EAU THERMALE

Avène

LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

48H*

d'hydratation biomimétique

LA PEAU A DU GÉNIE

Et si un soin pouvait l'imiter ?
Découvrez le **nouvel hydratant** formulé comme la peau

TOLERANCE
HYDRA-10



Acide hyaluronique d'origine végétale

0% conservateur,
0% parfum,
100% d'origine naturelle

Fabriqué en France

Eau Thermale Avène,
la confiance d'une peau saine.

*Test instrumental en applications répétées, 30 sujets.

GREEN IMPACT INDEX par Pierre Fabre — IMPACT SOCIO-ENVIRONNEMENTAL — A B C D

© Tous droits réservés - Groupe PIERRE FABRE Méthode développée par le Groupe PIERRE FABRE. Toute reproduction interdite sans l'autorisation du Groupe PIERRE FABRE.



KIM KARDASHIAN



GIGI HADID



HELEN MIRREN

CHEVEUX.

PAR **ALICE ELIA**

1 BLONDE ADDICTION

Gigi Hadid a ouvert la voie… Kim Kardashian et Helen Mirren ne se sont pas fait prier. Mi-sirène, mi-bimbo, le platine extra-long a fait des émules, à coups d'extensions.



2 SUPERSONIQUE

Cette brosse dotée de picots vibrants équipés en Led bleues (purifiantes) ou rouges (régénérantes) assainit, stimule le cuir chevelu et accélère la croissance des cheveux fins ou en chute libre. En revanche, prévoir de l'utiliser au moins 5 minutes tous les jours. **Brosse à Cheveux Luminothérapie Led, Solaris Laboratories NY chez Bazar Bio, 70 €.**

3 TRAITEMENT DE CHOC

La promesse de ce soin cocréé par Chris Appleton, hair stylist des célébrités (de Dua Lipa à JLo), est sans ambiguïté : une chevelure qui aurait l'air d'être passée entre les mains d'un coiffeur très cher. Et cela en seulement 3 minutes de pose. Vous avez dit VIP ? **Masque, Money, Chris Appleton + Color Wow chez Sephora, 215 ml, 49,90 €.**





4 SOFT POWER

Parfaits pour des lavages fréquents ou pour laisser sa crinière respirer entre deux formules traitantes, ces shampooings doux câlinent les longueurs et le cuir chevelu, façon détox capillaire.

1. MINIMALISTE Sans sulfate, sans silicone, sans parfum et avec des protéines de blé. **Shampooing Doux Pure, David Mallett, 250 ml, 38 €.**

2. ONCTUEUX Avec de la kératine et du collagène végétaux, de l'aloe vera et de la spiruline. **Shampoing Vegan, Bain Doux, AnS Brasil, 250 ml, 28 €.**

3. AROMATIQUE Aux huiles essentielles de romarin et de verveine et à l'extrait de thé. **Soin Lavant Doux Pureté, Hair Rituel By Sisley, 200 ml, 68 €.**

PHOTOS NINO, GOTHAM/GETTYIMAGES ; SAMIR HUSSEIN/WIREIMAGE ; ARNO CAUCHOIS. STYLISME LAURIANE SEIGNIER.

TECHNOLOGIE BREVETÉE

[Metal Detox]

Agit contre la casse des cheveux & préserve la couleur.

-87% de casse*.
Couleur longue durée**.

Scannez le QR code pour en savoir plus.



L'ORÉAL PROFESSIONNEL PARIS

@lorealpro

*Test instrumental : masque Metal Detox. **Préservation de la couleur contre l'exposition aux UV. Test instrumental : shampooing + masque Metal Detox.

L'OREAL - SA au capital 107 082 474,40 € - Siège social : 14 rue Royale, 75381 PARIS Cedex 08 - R.C.S. Paris 632 012 100.

SPÉCIAL ÉTÉ

ASTRO LOVE 2022

QUEL QUE SOIT VOTRE SIGNE, LES VACANCES VOUS RÉSERVENT DE JOLIES SURPRISES. CÔTÉ CŒUR OU CÔTÉ CORPS, PETITS CONSEILS DES ASTRES POUR PASSER L'ÉTÉ EN BONNE COMPAGNIE.

PAR **JEAN-YVES ESPIÉ** ILLUSTRATIONS **JOANNA GNIADY**

LES PROFILS AMOUREUX

FIABLE COMME UN CAPRICORNE, VOLAGE COMME UN GĒMEAUX, GOURMAND COMME UN TAUREAU…
À CHAQUE SIGNE SON CHARME ET SES POINTS FAIBLES.

BĒLIER

Ce signe de Feu aime prendre l'initiative. Mars, la planète rouge, est son meilleur allié pour foncer droit devant ! Son point faible ? Si c'est un bon sprinteur, c'est un médiocre marathonien. La compétition l'enthousiasme, et il en est de même en amour : la passion guide ses pas. Il peut aimer plusieurs fois avec la même intensité.

TAUREAU

Ce signe de Terre a besoin de toucher ce qu'il aime pour en jouir pleinement. Si sa sensualité est proverbiale, il a souvent la réputation de faire passer le plaisir avant l'effort. Lorsqu'il aime, sa douceur saura réconforter l'objet de son attention. Vénus lui accorde un charme qui fera fondre chacun comme neige au soleil.

GĒMEAUX

Ce signe d'Air a soif de nouveauté et aime se sentir léger comme l'oiseau sur la branche, quitte à s'envoler dès que l'on fait mine de l'attraper. Cet éternel ado est un séducteur invétéré qui peut cependant vouloir se poser. Tout est une question de maturité. Son besoin de découverte le lance toujours en quête de surprises et d'inattendu.

CANCER

C'est un signe d'Eau gouverné par la Lune, d'où son hypersensibilité, mais aussi ses bouderies. Il a la réputation de marcher en crabe, car il pratique l'engagement amoureux au rythme d'un pas en avant et de deux pas en arrière. S'il met du temps à s'engager, une fois le cap franchi il sera très attaché à ses habitudes.

LION

Ce signe de Feu, situé au cœur de l'été, incarne la lumière, la chaleur et la générosité. Lorsqu'il estime un partenaire digne de lui tenir compagnie, ce dernier peut compter sur sa noble présence sans limite de durée. Le Lion n'en demeure pas moins un partenaire de choix aux épaules solides et qui sait se montrer loyal.

VIERGE

Ce signe de Terre aime la simplicité et le bon sens. Comme un écureuil, il aime stocker les noisettes pour être sûr de ne pas manquer. Une fois chose faite, il sera un partenaire sur lequel on peut compter. Soucieux de mériter l'amour qu'on lui porte, il prendra soin de couvrir l'être aimé d'attentions particulières.

BALANCE

C'est un signe d'Air qui a besoin d'échanges et de contacts, une fleur délicate, un compagnon exquis avec qui la vie paraît nettement plus belle. Mais à vouloir trop bien faire, à s'oublier trop souvent au détriment de l'autre, le bonheur de la Balance dépend beaucoup du profil de son partenaire.

SCORPION

Ce signe d'Eau adore les profondeurs. C'est un partenaire de choix qui attend de son compagnon le même engagement que le sien, et il peut se montrer très exigeant. Son magnétisme est si puissant qu'il est très difficile de résister à ses offensives de charme. Les relations exclusives et passionnées sont sa marque de fabrique.

SAGITTAIRE

La générosité du Sagittaire, signe de Feu, est telle qu'il préférera toujours donner que recevoir. Mais le centaure est parfois susceptible et orgueilleux. Et comme la monotonie n'est pas son truc, il a un vrai besoin d'aventure. Ce chouchou du zodiaque cache un cœur en or, avide de mordre la vie à pleines dents.

CAPRICORNE

Cet enfant de l'hiver est un modèle de sérieux et de fiabilité. Profondément intègre, son franc-parler peut être perçu comme aussi tranchant qu'un rasoir. Lorsqu'il se charge d'engagements et de contraintes, il peut traverser des phases de déprime. C'est généralement à ce moment-là qu'il s'autorise à être heureux.

VERSEAU

En évoquant le Verseau, ce qui vient immédiatement en tête est ce besoin de liberté. De façon inattendue pour son entourage, ce signe d'Air peut décider de tout changer de manière radicale pour partir respirer ailleurs, là où l'air est plus léger. Les biens matériels étant rarement sa préoccupation première, il est attiré par la nouveauté.

POISSONS

Ce signe d'Eau est un hypersensible, sa vocation est d'être utile au monde et son sens de la dévotion en fait une belle personne. La délicatesse, l'écoute et l'intuition sont chez lui très développées, et il dispose d'un don pour se rendre attachant. Sa seule faiblesse : une tendance à rêver, qui parfois prend le pas sur la concrétisation.

RETROUVEZ VOTRE PROFIL COMPLET SUR ELLE.FR



SI VOUS ĒTES BĒLIER

LE SIGNE POUR UNE NUIT Et même deux ! Gémeaux et Verseau. Par nature, les éléments complémentaires s'accordent plus facilement. Le Feu et l'Air font partie de ces combinaisons optimales. Avec ces deux signes d'Air, l'ambiance est à la légèreté et au renouvellement. Ce qui explique pourquoi l'attirance est aussi spontanée que sans engagement. Le Bélier est connu pour sa nature entreprenante, mais aussi pour ses envies de nouveauté. La peur de l'ennui, le Bélier la connaît par cœur. Avec les Gémeaux, la curiosité et l'envie de neuf font force de loi. Avec le Verseau, le besoin de conserver sa sacro-sainte liberté trouve son écho.

LE SIGNE POUR LA VIE Il est difficile de répondre, car envisager toute sa vie avec un Bélier n'est pas chose aisée. Ce dominant, appréciant peu la contrariété, trouvera chez la Balance une douce complémentarité. En effet, ce signe, situé à l'opposé du zodiaque, incarne tout ce qui l'apaise : le désir de bien faire et de laisser passer l'autre avant soi. De telles qualités méritent que l'on s'y attarde. L'ego généralement peu développé de la Balance est fort apprécié par le Bélier, qui peut ainsi occuper l'espace en toute simplicité et prendre les décisions pour aller de l'avant.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE La liste des signes incompatibles avec le Bélier est longue tant le caractère dominant à vue courte agace rapidement ceux qui aspirent à exister à ses côtés. Cependant, c'est le Capricorne qui remporte la palme de la combinaison la moins bien assortie. Pourquoi ? Ces deux bêtes à cornes adorent la confrontation autant qu'elles aiment avoir le dernier mot. L'espérance de vie d'une telle relation est généralement courte, mais il y a toujours des exceptions qui confirment la règle. Paradoxalement, ces deux signes forment une fine équipe lorsqu'ils ont un adversaire en commun.

LES DATES CLĒS DE VOTRE ĒTĒ Vénus, la planète de l'amour, vous veut du bien entre le 11 août et le 5 septembre. Un coup de cœur est à prévoir.



SI VOUS ĒTES TAUREAU

LE SIGNE POUR UNE NUIT Le Scorpion est à la fois le signe opposé et celui avec lequel la passion physique sera la plus intense. Leur alchimie s'apparente à la magie des cœurs qui s'enflamment dès qu'ils sont en contact. La fougue qui les anime est d'une telle densité que la raison cède le pas à l'appel des sens. Cela occasionne donc, le plus souvent, des liaisons orageuses peu viables sur la durée. L'intensité de leur rencontre, même éphémère, les marquera profondément et il sera souvent difficile de tourner la page aussi bien pour l'un que pour l'autre.

LE SIGNE POUR LA VIE Cancer ou Poissons sont les partenaires idéals lorsque l'on souhaite investir sur la durée. Ces deux signes d'Eau ont en commun une profonde sensibilité qui s'harmonise parfaitement avec la détermination et le calme apparent qui gouvernent le Taureau. Avec le premier, la possibilité de construire une famille aimante et bienveillante sera la clé de leur complémentarité. Avec le second, la gentillesse et l'affection serviront de ciment à une relation stable et sécurisante. D'ailleurs, sur le plan zodiacal, la combinaison de la Terre et de l'Eau est certainement l'une des plus fécondes.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Ā l'usage, le Verseau est certainement celui qui a le plus de difficulté à composer avec la possessivité du Taureau. Avec sa nature aérienne et sa fluidité relationnelle, il n'aura aucune peine à le séduire, mais l'appel de la liberté prendra le dessus dès qu'il se sentira enfermé. Sensible aux variations d'humeur, le Verseau aura alors pris la poudre d'escampette en moins de temps qu'il ne faut pour le dire en cas de tensions. L'idéal serait de miser sur des liens d'amitié, en prenant soin de ne pas y mêler des enjeux sentimentaux dont la pérennité est plus qu'improbable.

LES DATES CLĒS DE VOTRE ĒTĒ Le passage de la planète de l'amour favorisera les élans du cœur entre le 18 juillet et le 11 août, vous permettant d'exprimer pleinement votre sensualité.



SI VOUS ÊTES GÉMEAUX

LE SIGNE POUR UNE NUIT Le Taureau est un partenaire de choix pour vivre une relation riche en passion et en sensualité. Cependant, la perspective de se faire larguer rapidement n'est que très rarement du goût du signe le plus possessif du zodiaque. Notre signe d'Air évitera bien des soucis en prenant soin de clarifier les choses avant de filer à l'anglaise vers d'autres aventures, au risque de se voir poursuivre par des rancunes tenaces. Dans tous les cas, la curiosité naturelle du Gémeaux l'incite à explorer des secteurs inconnus de sa libido, qui lui laisseront des souvenirs impérissables.

LE SIGNE POUR LA VIE Le Sagittaire semble avoir tout pour lui plaire, car il aime le mouvement et les voyages. Ce signe de Feu a le goût des dépaysements, l'inattendu ne lui fait pas peur et il est toujours partant pour de nouvelles aventures. Son attirance pour les autres cultures et les horizons lointains promet un renouvellement des centres d'intérêt à même de les nourrir l'un et l'autre. Sa générosité, son optimisme et sa chaleur apportent de l'assurance et de la confiance au Gémeaux, qui aime être face à quelqu'un de bienveillant. Les proverbiales colères du Sagittaire sont à craindre, mais notre caméléon de Gémeaux ne manque pas de ressources pour arrondir les angles et amadouer son partenaire.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE L'intuition développée du Scorpion, comme chez tous les signes d'Eau, le poussera à se méfier d'un bonimenteur trop zélé. Mais s'il s'est fait baratiner malgré tout, le Scorpion semble détenir la palme de la rancune. Notre Gémeaux trouvera alors chez ce partenaire un adversaire avide de prolonger les taquineries. En revanche, sur le plan amical, leur compatibilité est forte. Il est toutefois conseillé de jouer cartes sur table pour ne laisser planer aucun flou dans la relation.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ La belle Vénus passe dans votre secteur jusqu'au 23 juillet, profitez-en pour donner de l'élan à une rencontre coup de cœur.



SI VOUS ÊTES CANCER

LE SIGNE POUR UNE NUIT Le Gémeaux est tout indiqué lorsque l'on cherche une aventure éphémère. Ce signe d'Air, avide de découvertes et de nouvelles expériences, a filé avant que l'on ait eu le temps de dire ouf. Aucun risque qu'il n'envahisse votre espace vital. Aucun risque non plus de vous ennuyer à son contact, car sa curiosité sans égale vous fera découvrir des facettes inconnues de votre libido. En clair, vous l'aurez compris, un coup de cœur pour un natif de ce signe sera un parfait amuse-bouche pour vous ouvrir l'appétit, dans la perspective d'une relation plus sérieuse.

LE SIGNE POUR LA VIE Le Taureau est tout indiqué si vous recherchez une relation stable, vous que la routine rassure plus qu'elle ne vous inquiète. La Lune gouvernant vos deux signes, vos mondes intimes et la richesse de vos émotions vous rassembleront instinctivement. Investissez dans un guide des restaurants gastronomiques, car vous incarnez les deux plus fins palais du zodiaque. Votre délicieux duo risque de prendre quelques kilos, mais vous savez bien que lorsqu'on aime, on ne compte pas. Enfin, votre combinaison Terre et Eau représente l'une des associations les plus fécondes qui soient.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Aucun doute sur le sujet, le Bélier ! C'est le mariage de la carpe et du lapin, on constate rarement une incompatibilité aussi palpable. Le Bélier fonce, rentre dans le lard, ne respecte que la force, ne voit pas plus loin que le bout de son nez, fait souvent preuve d'égocentrisme, soit tout l'inverse de notre adorable Cancer, qui se dévoue en permanence pour ceux qu'il aime. Toutefois, les miracles existent, ce qui explique pourquoi certains couples ainsi formés trouvent leur équilibre en se répartissant les postes, notamment lorsque le Bélier va à la chasse et que le Cancer prend plaisir à s'occuper de la maison.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ Vénus sera votre obligée du 18 juillet au 11 août, période durant laquelle la délicatesse de votre charme ne passera pas inaperçue.

ILLUSTRATIONS JOANNA GNIADY



SI VOUS ÊTES LION

LE SIGNE POUR UNE NUIT Avec le Bélier, vous vivrez une aventure aussi riche en intensité que peu pérenne. Ces deux passionnés s'attirent dès le premier regard et leurs fortes personnalités les invitent à se rapprocher. C'est donc sur les chapeaux de roues que leur belle aventure démarre, mais leur besoin de prendre les rênes se fait vite sentir. Dans ces conditions, chacun recherchera de son côté un partenaire plus arrangeant avec lequel les confrontations seront moins fréquentes. Cette combinaison haute en couleur a toutefois l'avantage de ne pas passer inaperçue.

LE SIGNE POUR LA VIE La Balance représente le partenaire idéal pour notre royal animal. Le Lion est très sensible aux multiples attentions et à la dévotion de ce partenaire fervent. Cette combinaison Feu et Air est l'une des plus belles qui soient pour envisager l'avenir sur le long terme et que chacun y trouve son compte. La force de caractère de l'un se conjugue parfaitement avec le besoin de stabilité de l'autre. Ce sont des couples que l'on remarque, tant l'harmonie, le bon goût et la synchronisation instinctive font plaisir à voir et donnent envie à ceux qui les entourent.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Le Scorpion. Si ces deux tempéraments dominants s'entendent généralement plutôt bien sous la couette, il n'en va pas de même lorsqu'il s'agit de savoir qui prend les commandes. Si notre Lion ne craint pas de monter dans les tours pour se faire entendre, le Scorpion, lui, apprécie peu les rapports de force. Son tempérament inquiet peut rapidement le placer sur la défensive et le quotidien, rapidement se transformer en guerre de tranchées. Chacun risquant de s'en tenir à des prises de position figées les empêchant de se sentir sur la même longueur d'onde. Mais il existe des exceptions. Quand l'osmose sensuelle prend le pas sur le reste, ils peuvent filer le parfait amour.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ La planète de l'amour occupe votre secteur entre le 11 août et le 5 septembre, ce sera l'occasion de briller de mille feux.



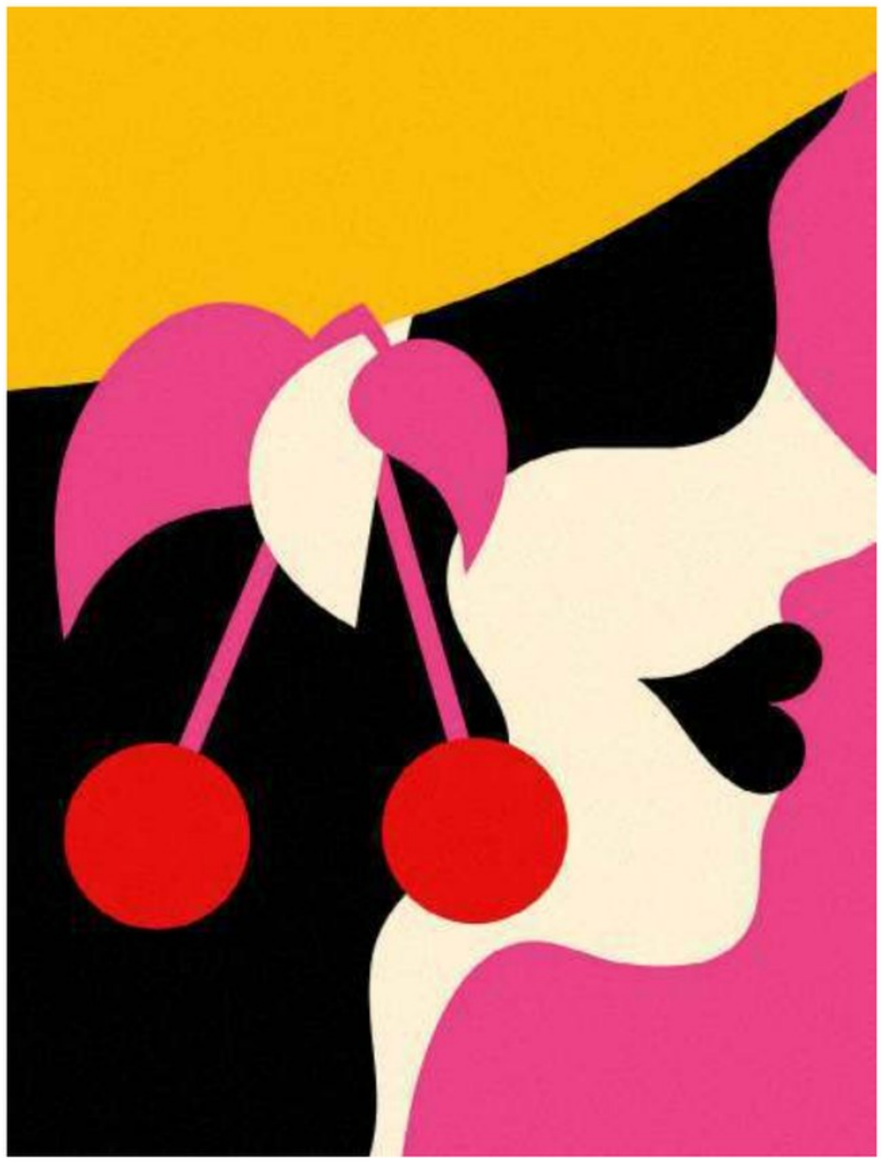
SI VOUS ÊTES VIERGE

LE SIGNE POUR UNE NUIT Le Gémeaux est parfait pour une passion d'un soir. Ces deux éternels adolescents, curieux de tout, adorent se découvrir et jouer ensemble. Ils ont le même besoin de communiquer et leurs discussions sont interminables. En réalité, ils prennent davantage de plaisir à lier des liens d'amitié basés sur leur harmonie intellectuelle que de se restreindre aux étreintes charnelles, ce qui n'est que très rarement leur sujet principal de préoccupation. Le mariage de la cigale et de la fourmi tenant rarement la distance, ils ont en revanche la capacité de vivre une très belle amitié.

LE SIGNE POUR LA VIE Le Capricorne, car ce sont deux signes de Terre, à la fois organisés et raisonnables, qui veulent se sentir sécurisés et aiment construire sur la durée. Le bon sens pratique et une gestion exemplaire leur assurent des lendemains qui chantent et une retraite heureuse. Certes, le Capricorne aime prendre les commandes, mais cela ne gêne pas notre Vierge, qui apprécie l'organisation au plus haut point et ne craint pas de déléguer les responsabilités lorsqu'il est en confiance. Si la rigueur du Capricorne rassure la Vierge, cette experte en communication saura lui expliquer qu'il faut parfois faire preuve de souplesse.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Le Taureau, dont la gourmandise et l'avidité financière effraient la Vierge au plus haut point. Face à un partenaire à vue courte qui ne pense qu'au plaisir, la Vierge ne trouvera son compte que si celui-ci a de solides épaules financières pour assumer ses besoins. La Vierge aime le bon sens, la simplicité et la rationalité. Or, les discussions avec le Taureau peuvent tourner court, surtout lorsque l'on aborde le sujet financier. Mais il y a aussi un bon côté : face à la Vierge, le Taureau peut néanmoins se révéler apaisant et calmer son stress.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ La planète de l'amour vous fera parvenir d'exquises volutes de charme entre le 18 juillet et le 11 août, une période à savourer.



SI VOUS ÊTES BALANCE

LE SIGNE POUR UNE NUIT Le Bélier est le partenaire idéal pour un élan de passion aussi fougueux qu'éphémère. Avec ce profil marqué par le Feu, notre Balance se laisse guider et lui fait écho avec sa bienveillance proverbiale. Cependant, face à un signe qui cherche à conclure son affaire en moins de temps qu'il ne faut pour le dire, la Balance n'a que rarement l'occasion de s'attacher. En revanche, si le Bélier prend conscience des qualités apaisantes de cette perle rare, si l'harmonie sensuelle persiste et que chacun y trouve son compte, leur union peut en venir à s'inscrire dans la durée.

LE SIGNE POUR LA VIE Le Sagittaire est certainement le partenaire qui fera le plus de bien à la Balance. Les deux partagent le sens de la justice, se parlent avec bienveillance et franchise, se synchronisent naturellement pour viser des objectifs de vie complémentaires. L'optimisme naturel du Sagittaire est un excellent stimulant pour voir la vie en rose. Sa générosité en fait un grand seigneur, lui permettant de gagner l'estime de la Balance. S'ils ont la chance de se rencontrer, leur besoin de stabilité aura toutes les chances de se concrétiser dans une relation épanouie et heureuse.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE La Balance dispose d'un talent rare, celui d'essayer de s'entendre avec le plus grand nombre. Son besoin de calme et d'harmonie peut toutefois se heurter au tranchant et à la sécheresse du Capricorne, dont la vision froide et pragmatique ne s'embarrasse pas de nuances pour dire ce qu'il pense. Si le Capricorne est un signe d'une fiabilité à toute épreuve, sa froideur apparente fait souffrir la Balance, dont le besoin d'amour est la raison de vivre. Cependant, si la Balance s'oriente vers un domaine artistique, le Capricorne sera le partenaire idéal pour tout organiser avec talent.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ La planète de l'amour vous fera les yeux doux jusqu'au 18 juillet, puis entre le 12 août et le 5 septembre si vous aviez loupé le premier créneau.



SI VOUS ÊTES SCORPION

LE SIGNE POUR UNE NUIT Ce qui est formidable avec les Gémeaux, c'est qu'ils sont partants pour toutes les aventures. Du moment qu'il y a de l'inattendu, vous obtiendrez toute leur attention. Le magnétisme du Scorpion fascine les Gémeaux, tant leur curiosité est vive face à ce signe captivant. En revanche, si l'objectif de se retrouver le temps d'une étreinte se concrétise sans difficulté, notre Gémeaux aura vite fait de plier bagage pour voguer, le cœur léger, vers des aventures moins envahissantes. La communication entre eux est excellente, c'est souvent ce qui les rapproche.

LE SIGNE POUR LA VIE Le Poissons dispose de l'exceptionnel talent d'apaiser notre Scorpion. Leur compréhension est intuitive, leurs ressentis sont instinctifs et leur attirance va au-delà des mots. L'humanisme, l'altruisme et la gentillesse des Poissons calment les inquiétudes, apaisent les tensions et mettent du baume sur le petit cœur du Scorpion. Ainsi rassuré, notre Scorpion apprendra à baisser la garde pour mieux se rapprocher, jusqu'à se fondre dans une relation quasi fusionnelle. Seule ombre au tableau, si le Poissons est trop dans les nuages, le Scorpion aura toutes les peines du monde à tourner la page, mais il conservera toujours un attachement profond pour ce partenaire de choix.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Parmi les signes qui ont la plus forte capacité à aller au combat, il y a le Scorpion et… le Bélier. La réunion de ces deux phénomènes est rarement de tout repos. Avec leurs réflexes offensifs, l'affrontement est inévitable. La vraie question est donc : quand le conflit éclatera-t-il ? Certes, leur attirance peut se révéler passionnelle et ils peuvent se stimuler l'un l'autre pour donner le meilleur d'eux-mêmes, mais les moments paisibles sont trop rares pour que la lassitude ne finisse par prendre le dessus. Ils peuvent en revanche devenir de très bons amis.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ Vénus vous fera parvenir ses plus belles influences entre le 18 juillet et le 11 août, le moment idéal pour déployer tout votre charme.

ILLUSTRATIONS JOANNA GNIADY



SI VOUS ÊTES SAGITTAIRE

LE SIGNE POUR UNE NUIT Le Verseau paraît le partenaire idéal pour une brève aventure. Son besoin de liberté est tel qu'il ne s'attardera jamais s'il sent la moindre perspective d'engagement. C'est à ses yeux synonyme de contraintes. Ces deux partenaires partagent un besoin de liberté et d'aventure qui les réunit facilement, chacun prendra soin de ne pas envahir l'autre par l'exclusivité de son amour. Une relation d'amitié amoureuse peut parfaitement fonctionner.

LE SIGNE POUR LA VIE Il a en commun avec la Balance un sens inné de ce qui est juste, ils aiment s'engager dans une relation saine et généreuse et ils se feront rapidement confiance. La Balance sera admirative de ce preux chevalier qui a du savoir-vivre et de bonnes manières. Et le Sagittaire sera séduit par le raffinement et le charme de la Balance. Lorsqu'il prend le temps de s'apprivoiser et de se parler en toute simplicité, ce couple peut être l'un des plus beaux qui soient. Leur amour commun de la vie en fait un attelage rayonnant et ils font l'admiration de ceux qui les croisent.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Avec le Gémeaux, le Sagittaire est à l'opposé du zodiaque. On pourrait espérer une complémentarité, mais ce n'est pas si simple. Le Gémeaux est un tel cavaleur que le Sagittaire perd rapidement confiance dans ce virevoltant spécimen doué pour le baratin. La proverbiale franchise du Sagittaire peut provoquer des discussions sans fin face aux jongleries intellectuelles des Gémeaux, qui adorent défendre un point de vue puis son contraire avec la même aisance. Cependant, surtout avec l'âge, et s'ils ont vécu suffisamment d'expériences pour avoir envie de se poser, l'entente entre eux est possible dans de nombreux domaines.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ Le passage de la planète de l'amour dans un signe qui vous veut du bien favorisera vos idylles entre le 11 août et le 5 septembre.



SI VOUS ÊTES CAPRICORNE

LE SIGNE POUR UNE NUIT Lorsque notre Capricorne, qui est un modèle de sérieux et de travail, décide de faire une pause pour se changer les idées, il pourra compter sur le Sagittaire pour lui faire voir la vie en rose. Ce tempérament flamboyant saura y faire pour réveiller le feu qui sommeille sous la glace du Capricorne. Cependant, leur rythme de fonctionnement se révélant assez vite différent, leur attirance réciproque n'est généralement que temporaire. Ces deux tempéraments partagent le même franc-parler. Cette communication sans filtre encourage à se consacrer davantage à des liens d'amitié.

LE SIGNE POUR LA VIE La Vierge est le signe qui réussit le mieux au Capricorne. Ces deux signes de Terre partagent le même besoin de construire sur la durée. La Vierge est un écureuil qui adore stocker les noisettes pour passer tranquillement l'hiver, le Capricorne un gestionnaire hors pair capable d'anticiper de quoi demain sera fait. La Vierge s'adapte, par nature, aux contraintes pratiques, et le bon sens commun les rapproche. S'ils manquent un peu de fantaisie, ils peuvent construire une relation dont la solidité et la fiabilité seront exemplaires, d'autant que le talent de la Vierge pour communiquer fera ici des merveilles.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Lorsque deux signes combatifs et dominants se rencontrent, cela fait généralement des étincelles. Le Capricorne aimant prendre les commandes et fixer une trajectoire sur le long terme, il doit trouver le bon partenaire. Le Bélier a des points communs avec lui, tous deux aiment commander et ne craignent pas la confrontation. Cependant, le Bélier a souvent la vue courte, ce qui agace le Capricorne. Il s'agit d'un couple dans lequel les confrontations sont fréquentes, et des rapports de force peuvent rapidement apparaître. Mais s'ils conjuguent leurs talents pour converger vers un but commun, les deux feront la paire.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ À partir du 5 septembre, la planète de l'amour se décidera enfin à vous accorder toute son attention.



SI VOUS ÊTES VERSEAU

LE SIGNE POUR UNE NUIT Le Bélier est un formidable partenaire pour un moment de passion volcanique aussi intense qu'éphémère. Les deux signes partagent une spontanéité et une curiosité qui les rapprochent, ils aiment tous deux la soudaineté et l'inattendu. Ils partent ainsi tout feu tout flamme dans un tourbillon d'élans qui ne dure généralement que ce que durent les roses. Le dépaysement étant au rendez-vous, ils gagneront à conserver des liens d'amitié amoureuse sans entraves, leur permettant de se retrouver ponctuellement en fonction de leurs besoins. Le respect de la liberté de chacun sera essentiel.

LE SIGNE POUR LA VIE Ce signe d'Air, philosophe en herbe, tient beaucoup à ses amitiés. En ce domaine, il sait être exquis, plaçant au premier plan la tolérance et l'ouverture d'esprit. Il cherche très souvent à s'engager dans quelque chose de fiable, mais il garde en lui le besoin d'une soupape de sécurité pour ne pas se sentir étouffé. C'est pourquoi le Verseau ne sera jamais aussi bien qu'avec un autre natif de ce signe, car il a un talent inné pour s'entendre avec ceux qui lui ressemblent. Il faudra donc définir clairement les envies de chacun pour que l'un et l'autre assument leurs engagements sans avoir l'impression d'avoir un fil à la patte.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Le Cancer, même s'il est généralement un amour sur le plan émotionnel, risque d'indisposer rapidement le Verseau par son côté exclusif, possessif et pantouflard. Le Verseau percevra rapidement chez lui un côté enfant capricieux et lunatique. Il aura également le don de l'exacerber chaque fois qu'il rechignera à rester sagement enfermé à la maison. Si le Cancer est un parent dévoué à sa progéniture, le Verseau a surtout besoin d'un tissu relationnel plus large avec de nombreux amis.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ Cette charmeuse Vénus vous aura à la bonne jusqu'au 18 juillet.



SI VOUS ÊTES POISSONS

LE SIGNE POUR UNE NUIT Lorsqu'elle s'est enfin décidée pour quelque chose, la Balance a besoin d'avoir face à elle un interlocuteur qui prend position sans tergiverser. La douceur et la délicatesse réunissent ces deux profils qui, généralement, se croisent de façon éphémère, car la difficulté consiste à synchroniser leur rythme. Lorsque l'un se décide, c'est rarement au même moment que l'autre, s'ensuit une série de valses hésitations où chacun cherche dans le regard de l'autre la motivation pour avancer ensemble. Cependant, ces deux amours ont de nombreux points communs et gagneraient à s'apprivoiser.

LE SIGNE POUR LA VIE Le Lion est son compagnon idéal. Le roi des animaux dispose du talent de savoir allumer des étoiles dans les yeux du Poissons à la simple évocation de ses projets ambitieux. Ils rêvent ensemble d'un avenir meilleur et se rassurent l'un l'autre sur leurs désirs réciproques d'y parvenir. Notre signe d'Eau déploie alors un dévouement sans limites pour alimenter la spirale vertueuse de leurs projets communs. Ainsi soutenu et conforté, le Lion devient capable de soulever des montagnes pour obtenir en retour l'admiration dont il est friand.

LE SIGNE PLANCHE POURRIE Si le Poissons est un romantique imaginatif et rêveur, c'est un sujet d'expérimentation en or pour le Gémeaux, roi des baratineurs. Bien que le Poissons aime, parfois, vivre dans l'imaginaire, il a généralement une bonne mémoire des fables qu'on lui sert. S'ensuit un jeu du chat et de la souris dans lequel le stress de l'un croise le flou de l'autre jusqu'à éroder la confiance. Il devient alors difficile de se trouver sur la même longueur d'onde. Une relation à éclipse permettra de se croiser lorsque les deux seront synchronisés. Mais miser sur l'amitié serait plus sûr.

LES DATES CLÉS DE VOTRE ÉTÉ La planète de l'amour vous accorde une attention soutenue entre le 18 juillet et le 11 août, lors de son passage dans un signe d'Eau. ●

ILLUSTRATIONS JOANNA GNIADY

ENQUÊTE

MADAME SAPIENS.

1

2

3

4

À MARSEILLE, UNE RÉPLIQUE DE L'EXTRAORDINAIRE GROTTE COSQUER VIENT D'ÊTRE INAUGURÉE. POUR ACCUEILLIR LE PUBLIC : UNE SCULPTURE DE FEMME PRÉHISTORIQUE QUI RÉVISE TOUS LES CLICHÉS. DÉCRYPTAGE D'UNE RÉVOLUTION DE CAVERNE.

PAR **MARIE-FRANCE ETCHEGOIN**

ELLE A FIÈRE ALLURE NOTRE ANCÊTRE DU PALÉOLITHIQUE. Grande et solidement bâtie, dorée comme un caramel, les cheveux piqués de fins coquillages, elle se tient debout, droite dans son manteau de fourrure. Elle a 30 000 ans mais nous ressemble tant qu'on serait à peine étonné de la voir marcher aujourd'hui dans la rue. En attendant, elle se dresse, tout en silicone, dans le bâtiment qui vient d'ouvrir ses portes à Marseille, non loin du Vieux-Port, et qui abrite la réplique de la grotte Cosquer, dite aussi le « Lascaux des mers ». Une féerie de stalagmites, nichée dans les calanques, à trente-sept mètres sous la mer, inaccessible au public et menacée par la montée des eaux. Une merveille d'art pariétal aussi (Cosquer est la seule grotte ornée immergée découverte à ce jour), avec son émouvant bestiaire de chevaux, bisons, antilopes, et – du jamais vu ailleurs – des phoques et des pingouins. Plus de soixante empreintes de mains ont aussi traversé la nuit des temps. Le réchauffement climatique les emportera comme tout le reste. Cette rareté archéologique que seule une poignée de plongeurs ont explorée sera bientôt engloutie. Il faudra donc se consoler avec le fac-similé et ses décors en polystyrène. Prendre un ascenseur, descendre dans un vaste sous-sol, mettre un casque audio en guise de scaphandrier, embarquer par groupes de six dans une petite voiture électrique, et admirer en silence les draperies minérales et le chatoiement des calcites. Pendant deux ans, ingénieurs, peintres, plasticiens ont reproduit au dixième de millimètre près les fantastiques concrétions de la cavité promise à la disparition mais aussi les dessins qui les recouvrent, les figures géométriques, les gravures, les traces de doigts. Qui a laissé ces marques ? La belle brune revêtue de fourrure dont la statue trône au deuxième étage du musée ? Le visiteur ne peut pas la rater.

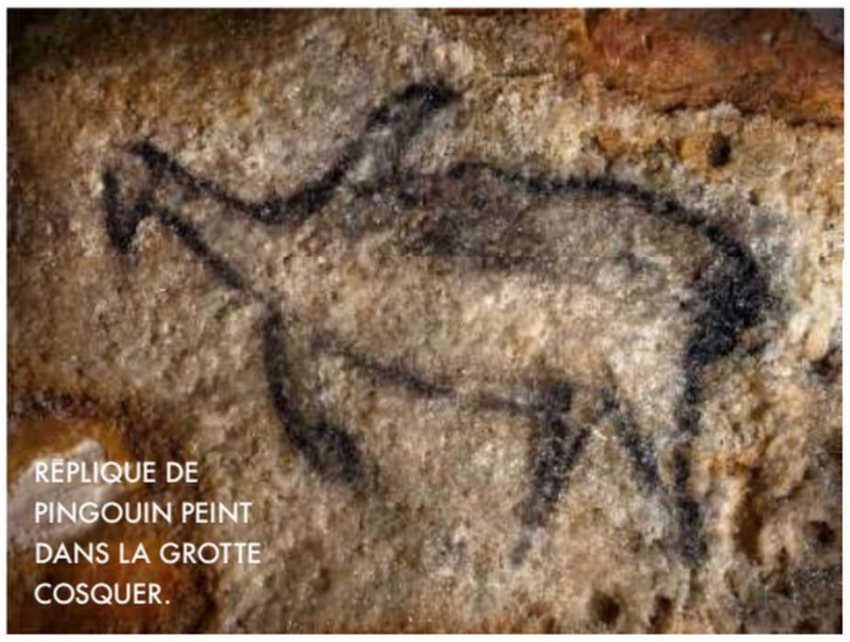
Pour la première fois, dans un site dédié aux populations du Paléolithique, c'est une femme qui est en majesté. Enceinte mais la tête haute, ne correspondant en rien aux stéréotypes véhiculés par une science préhistorique longtemps dominée par les hommes, loin aussi de la sempiternelle « femme des cavernes » avachie auprès du feu et attendant le retour de ses virils compagnons pour recevoir sa ration de viande. De nombreuses et récentes études suggèrent pourtant que Madame Sapiens pouvait manier des armes ou tuer du gros gibier, peindre aussi ou sculpter, contrairement à ce qu'ont décrété maints paléontologues, projetant sur ces anciennes civilisations leur propre conception des rapports entre les sexes. Ces dernières années, une génération de chercheuses et de chercheurs ● ● ●

1 ET 6. STATUE ET MAKING OF DE LA DAME DE COSQUER PAR ÉLISABETH DAYNÈS.
2. SCULPTURE-IDOLE, DITE « VÉNUS DE WILLENDORF », VERS 20 000 AV. J.-C.
3. TÊTE DE FEMME, DITE LA DAME À LA CAPUCHE, VERS 21 000 AV. J.-C.
4, 7 ET 8. RÉPLIQUES DE PANNEAUX PEINTS DANS LA GROTTE COSQUER.
5. CRÂNE DE LA DAME DU CAVILLON, DATÉ D'IL Y A 24 000 ANS.

SYLVAIN ENTRESSANGLE, RECONSTITUTION ÉLISABETH DAYNÈS/LOOKATSCIENCES ; PATRICK AVENTURIER ; KLÉBER ROSSILLON, RÉGION PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR/SOURCE 3DMC ; RMN-GRAND PALAIS (MUSÉE D'ARCHÉOLOGIE NATIONALE)/JEAN-GILLES BERIZZI ; ERICH LESSING/AKG ; JC DOMENECH. COLLAGE MAYCEC.

● ● ● a entrepris de déconstruire ces préjugés. Et l'œuvre exposée à Marseille semble vouloir couronner leur travail, au risque d'ulcérer les tenants de la vieille école.

Dans la galerie où s'alignent de magnifiques animaux empaillés destinés à donner une idée de la faune à l'âge de glace, Lady Cosquer est en effet l'unique représentante de l'espèce humaine. Aucun spécimen masculin à l'horizon. « C'est chouette, non ? » sourit Geneviève Pinçon, directrice du Centre national de préhistoire au ministère de la Culture et membre du comité scientifique qui a supervisé la reconstitution de la grotte. Début mai, alors que les travaux n'étaient pas encore achevés et que la statue venait d'arriver, on avait surpris le même amusement dans les prunelles de cette archéologue tandis que certains de ses collègues siégeant au même comité (composé en majorité d'hommes) ronchonnaient. « Il y a un magnifique dessin de phallus sur l'une des parois de Cosquer », disait l'un. Alors pourquoi cet effacement du mâle ? Tous ont pourtant fini par en accepter l'idée. D'autant que Kléber Rossillon (le fondateur du groupe éponyme – et privé – qui a conçu et exploite la réplique de Marseille) avait lui-même décidé de mettre le sexe dit faible à l'honneur. « Non pas pour être gentiment féministe [sic] ni politiquement correct, précise ce polytechnicien ayant d'abord fait carrière dans l'aéronautique, mais parce que nous avons voulu représenter les Homo sapiens comme ils se représentaient eux-mêmes. » Or, a bien été obligé de constater l'entrepreneur, dans l'art du Paléolithique, le masculin est tout sauf triomphant, alors que le féminin prospère, en particulier au travers de ces fameuses statuettes dont l'usage reste énigmatique mais que les premiers préhistoriens ont appelées des « vénus », à cause de leurs poitrines, fesses, vulves souvent exagérément proéminentes. Kléber Rossillon imaginait une statue tout aussi gironde et dénudée jusqu'à ce que le comité scientifique mette le holà, hommes et femmes confondus : « La grotte était habitée à l'époque glaciaire ! » Ses occupantes ne pouvaient pas se balader en petite tenue. Et encore moins avoir des formes opulentes. Pour supporter des températures polaires, une alimentation pauvre en graisse, les longues marches de leur mode de vie nomade, il leur fallait un corps d'athlète, comme celui de la « dame du Cavillon », dont le squelette retrouvé en 1872 à la frontière franco-italienne a finalement été choisi comme modèle pour Cosquer. Un retournement qui ne manque pas de sel car cette « dame » a longtemps été dénommée… l'« homme de Menton ». Os robustes, crâne paré de coquillages et de canines de cerfs, tombe remplie d'offrandes… cette dépouille ne pouvait être que celle d'un personnage important, d'un « chef de clan ». Cela a coulé de source pendant cent cinquante ans… jusqu'en 2016 où une analyse un peu plus poussée, en particulier de la largeur du bassin, a suffi pour démolir un siècle et demi d'idées préconçues : l'homme puissant était une femme. Cette méprise n'est pas la première du genre, ni la dernière. Aujourd'hui, grâce aux expertises ADN, il est possible de déterminer le sexe des ossements, de revisiter les thèses qui ont longtemps prévalu sur le partage du pouvoir ou la division du travail au Paléolithique ainsi que sur le « modèle patriarcal » censé avoir existé de toute éternité mais qui semble ne s'être véritablement imposé qu'au Néolithique (entre 5 800 et 2 500 ans avant notre ère) lorsque les chasseurs-cueilleurs se sont sédentarisés. Auparavant, pour survivre, les femmes devaient au moins se comporter comme des sportives accomplies.


RÉPLIQUE DE PINGOUIN PEINT DANS LA GROTTE COSQUER.

AUPARAVANT, POUR SURVIVRE, LES FEMMES DEVAIENT ÊTRE DES SPORTIVES ACCOMPLIES.

« Voyez cette ossature », dit la sculptrice Élisabeth Daynès, qui a fait renaître sous ses doigts la dame de Cosquer avec les mêmes mensurations que l'ex-homme de Menton. Cette paléo artiste, l'une des rares au monde capable de sublimer les vestiges osseux de la préhistoire, a moulé l'antique squelette dans de la résine, puis l'a habillé de muscles d'argile avant de le recouvrir d'un épiderme en silicone de couleur foncée, puisque, c'est aujourd'hui établi, les premiers Homo sapiens arrivés en Europe étaient noirs de peau. La plasticienne a aussi passé en 3D le crâne de Cavillon. « Cette femme était belle, dit-elle. Pourquoi aurait-il fallu lui faire une face d'ahurie ? » Comme tous ses congénères du Paléolithique, elle avait le même développement mental et physique que nous. « Et Élisabeth Daynès a su lui donner une vraie humanité », se félicite Claudine Cohen, philosophe et historienne de la paléontologie, qui a été l'une des premières, en France, à démolir les clichés qui emprisonnent, aujourd'hui encore, la femme préhistorique. Celle qui est montrée dans la réplique de Chauvet (inaugurée il n'y a pas si longtemps, en 2015) est accroupie auprès de ses enfants tandis que son homme, en position verticale, regarde des peintures rupestres. « Une iconographie qui vient tout droit du XIXe siècle », note la chercheuse de l'École des hautes études en sciences sociales, et dont « l'imaginaire collectif » ou les communautés savantes sont encore imprégnés. Ainsi, la dame de Cosquer aurait dû tenir entre ses mains un objet d'art, pourquoi pas une Vénus ? C'est ce que souhaitait Geneviève Pinçon. Cette demande n'a pas passé la barre du comité scientifique. La statue n'a eu le droit qu'à un morceau de pierre non façonné. En le brandissant devant elle et devant nous, elle en dit aussi long sur le passé que sur le présent. ●

KLÉBER ROSSILLON, RÉGION PROVENCE ALPES CÔTE D'AZUR/SOURCE 3DMC

OFFRE DÉCOUVERTE ÉTÉ

Abonnez-vous vite

et partez en vacances avec

ELLE





À PARTIR DE **24€**

À PARTIR DU 7 JUILLET, DÉCOUVREZ NOTRE SÉRIE DE L'ÉTÉ « LE CHAMANE CHALLENGE » !

Chaque semaine durant l'été, ELLE vous apprend à déconnecter pour aborder la rentrée avec sérénité : un nouveau concept décrypté, des exercices pratiques, des entretiens avec de grands experts, des « j'ai testé » par la rédaction, et des idées de livres pour aller plus loin ! Découvrez également toutes les séries de l'été, tous les dossiers et rubriques plébiscités par nos lectrices…
Pour en profiter tout l'été, abonnez-vous dès maintenant !

ynfluence.com

Bulletin **d'abonnement** À envoyer sous enveloppe non affranchie à ELLE : Libre réponse 80168 - 59789 LILLE cedex 9

PLUS SIMPLE, PLUS RAPIDE, PLUS SÛR
Paiement sécurisé par carte bancaire :
www.elledecouverte.jemabonne.fr

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

- ☐ **3 MOIS** - 13 NUMÉROS pour **24€** seulement au lieu de ~~33,80€~~** soit près de **30% de réduction**.
- ☐ **6 MOIS** - 26 NUMÉROS pour **39€** seulement au lieu de ~~67,60€~~** soit **42% de réduction**.
- ☐ **1 AN** - 52 NUMÉROS pour **69€** seulement au lieu de ~~135,20€~~** soit près de **50% de réduction**.

Je joins mon règlement par :

- ☐ Chèque bancaire ou postal à l'ordre de ELLE
- ☐ Je souhaite payer par carte bancaire CB je me connecte sur **www.elledecouverte.jemabonne.fr**

☐ Mme
☐ Mlle
☐ Mr

Nom* :

Prénom* :

N°/Voie* :

Cplt d'adresse* :

Code postal* : Ville* :

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

Email :

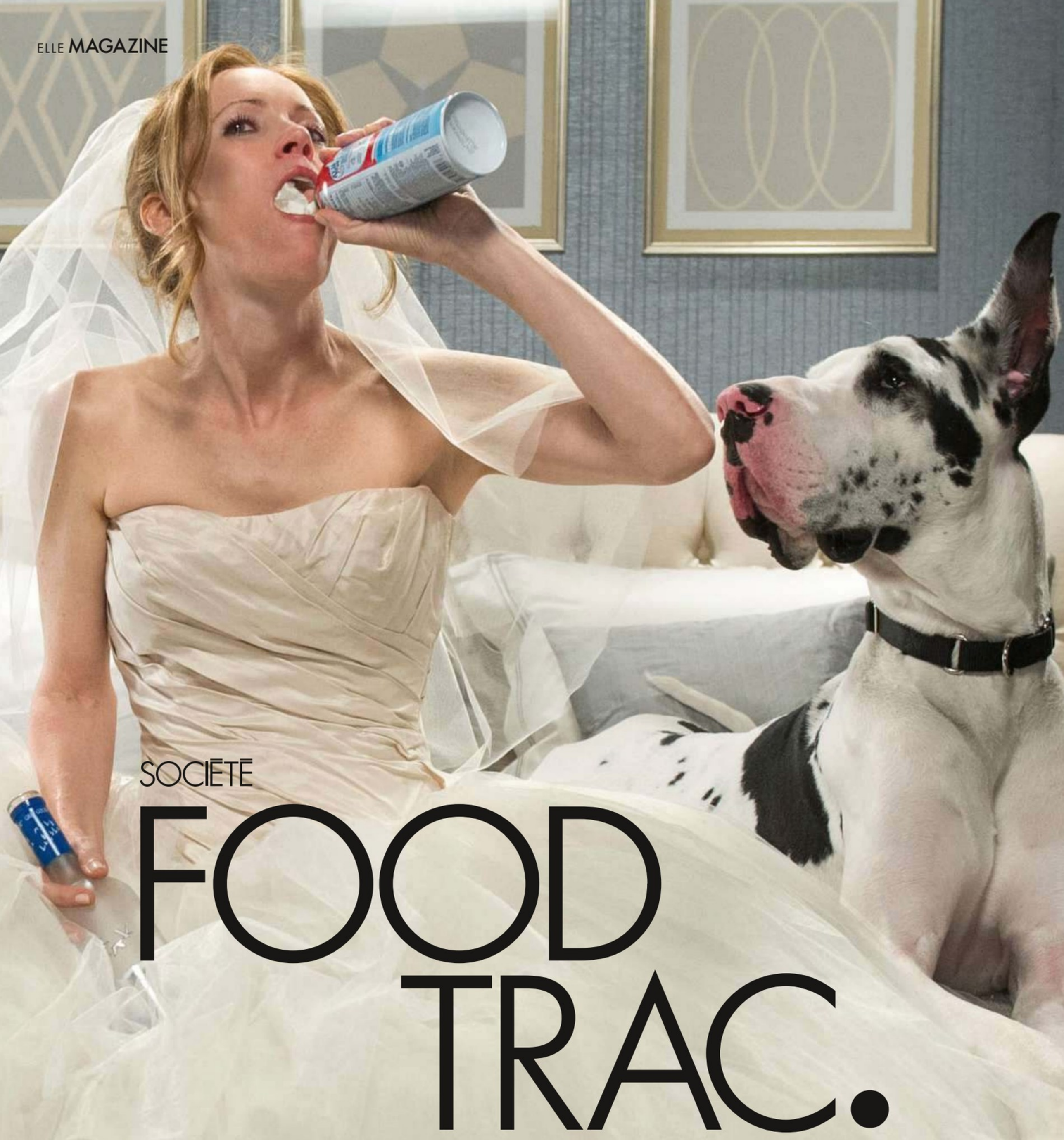
☐ J'accepte de recevoir les offres commerciales de ELLE
☐ J'accepte de recevoir les offres des partenaires de ELLE

N° Tél :

*Champs obligatoires

HFM LLLS5

**Prix de vente en kiosque. Elle est édité par CMI Publishing (RCS Nanterre B324 286 319 - TVA FR 88 324 286 319). Offre valable 2 mois, réservée aux nouveaux abonnés de France Métropolitaine. Après enregistrement du règlement, réception du 1er numéro sous 4 semaines maximum. Vous pouvez acquérir séparément chaque numéro de ELLE au prix de 2,60€. L'envoi de votre bulletin vaut acceptation des CGV, accessibles sur «www.jemabonne.fr». Abonnement résiliable à tout moment (remboursement des numéros non reçus). En cas de litige, vous pouvez saisir le médiateur de la consommation (SAS Médiation Solutions, 222 chemin de la Bergerie - 01800 - Saint-Jean-de-Niost ou contact@sasmediationsolution-conso.fr). Vous disposez d'un droit de rétractation de 14 jours après réception du 1er numéro (formulaire sur www.jemabonne.fr). Retour des numéros déjà reçus à vos frais. Ces données sont destinées à CMI Publishing (RCS Nanterre B324 286 319), responsable de traitement, et à ses prestataires techniques afin de gérer votre abonnement et, si vous y consentez à ses partenaires commerciaux, à des fins de prospection. Vous pouvez retirer votre consentement à tout moment. Pour exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, à la limitation et portabilité de vos données, et décider du sort de celles-ci après votre mort ou vous opposer à la prospection commerciale écrire à : CMI Publishing - 3-9 avenue André Malraux - 92300 Levallois-Perret ou par email dpoelle@cmimedia.fr. Consultez notre Charte données personnelles (www.jemabonne.fr).



SOCIÉTÉ

FOOD TRAC.

ANOREXIE, BOULIMIE… VOILÀ DES TERRAINS CONNUS. MAIS QU'EN EST-IL DE L'ANXIÉTÉ ALIMENTAIRE, CETTE ZONE GRISE QUI CONCERNE TANT DE FEMMES ? QUAND L'ALIMENTATION DEVIENT UNE PRÉOCCUPATION EXCESSIVE. ENQUÊTE ET TÉMOIGNAGES.

PAR **FLORENCE TRÉDEZ**

C'EST COMME UN MURMURE, UN BRUIT DE FOND tout doux qui parasite nos vies et nous impose un code de bonne conduite nutritionnelle. Un paris-brest ou un kebab-frites dans notre champ de vision et voilà que clignotent des warnings de culpabilité : je craque ou je ne craque pas ? Et si je craque, combien de séances de cardio ou d'assiettes de haricots verts vais-je m'imposer pour expier mon incartade ? Selon une étude Ipsos pour Qare, une application de prise de rendez-vous médicaux, 44 % des Françaises seraient sujettes, au cours de leur vie, à l'anxiété alimentaire, cette zone grise où se nourrir devient une source de préoccupation excessive. Une zone de turbulences qui aurait des impacts négatifs au long cours sur notre santé physique comme sur notre bien-être mental. « J'appelle ça la tyrannie nutritionnelle, explique Sophie Deram, nutritionniste, chercheuse en neurosciences, autrice d'"Oubliez les régimes, ils font grossir" et de "Je n'arrive pas à maigrir. Les 7 piliers pour reprogrammer votre cerveau" (les deux chez Marabout). Un excès de règles qui génère énormément d'angoisse. On essaie de manger tout parfait, et quand on fait un écart, on entre dans un schéma de culpabilité et, souvent, dans une sensation de "foutu pour foutu". J'ai ce genre de comportements tous les jours dans mon cabinet. Mais l'important est de comprendre que ce n'est pas l'aliment en lui-même qui fait grossir. C'est notre relation à l'aliment. » Pour la nutritionniste et blogueuse, installée au Brésil, une simplification des concepts de nutrition aurait mené à nous faire croire que ce sont avant tout les calories qui font prendre du poids. « Or c'est beaucoup plus complexe que ça, poursuit-elle. Le corps grossit quand il reçoit trop d'énergie. Mais si vous êtes bien connectée avec vous-même, le jour où vous mangerez des frites, vous aurez moins faim le repas d'après. C'est ce qui se passait autrefois : les gens mangeaient beaucoup et gras pour les fêtes, mais grossissaient moins qu'aujourd'hui parce qu'après, ils faisaient la sieste et attendaient de retrouver l'appétit. »

Mais comment retrouver cette sorte d'intelligence alimentaire naturelle propre à nos ancêtres, alors que tout concourt – société, magazines, réseaux sociaux – à nous faire stresser sur notre poids ? « Je ne sais pas si cette anxiété dit une obsession de la nourriture ou une insatisfaction chronique sur notre apparence, souligne Catherine Serfaty-Lacrosnière, nutritionniste, coautrice avec Ruben Sarfati de "La Cuisine anti-inflammatoire gourmande" (éd. Hugo New Life). On a un problème avec l'image du corps et cette envie de perdre toujours des kilos pour correspondre à des critères sociétaux. Il faut être mince, la graisse ne serait bonne ni pour l'esthétique ni pour la santé, surtout quand elle est abdominale. Et on a aussi un souci avec les changements du corps et le vieillissement. Malgré le mouvement body positive, il y a toujours un diktat de l'apparence qui représente, pour beaucoup de femmes et d'hommes, peut-être pas une souffrance, mais une difficulté à vivre. » Selon Alexandra Dalu, nutritionniste, autrice du livre « Les 100 idées reçues qui vous empêchent d'aller bien » (LeducS Éditions), l'anxiété alimentaire commencerait même très tôt. « On voit des enfants, dès 10 ans, qui, avec les réseaux sociaux, vont vouloir ressembler à un sportif ou à une mannequin, alors que la profession de ceux-ci correspond à un mode de vie qui est très loin du leur. Un syndrome qui peut venir de l'extérieur comme de la famille : il m'arrive de recevoir des parents qui ont supprimé viande et poisson de leurs repas et ne donnent à manger à leurs enfants que des légumes et des graines. »

Autre injonction, que l'on retrouve cette fois dans le monde médical : le poids serait un bon indicateur de santé. Et une personne en surpoids devrait impérativement maigrir sous peine de déclencher diverses maladies. « Or, on sait aujourd'hui que cette injonction de faire des régimes et l'effet yo-yo sont bien pires pour la santé qu'un léger surpoids ou même qu'un surpoids stable, affirme Sophie Deram. Les données mondiales sont claires là-dessus : 95 % des gens vont reprendre leur poids, voire plus, après un régime restrictif. Le corps humain est programmé pour récupérer du poids le plus vite possible. Et les 5 % de succès concernent les gens avec des troubles alimentaires. On estime d'ailleurs que l'anorexie ou la boulimie commencent avec des régimes. Dans la santé publique, on essaie désormais d'inciter les gens à maintenir leur poids en améliorant la qualité de leur alimentation ou en modifiant leur comportement, plutôt que de leur faire perdre des kilos. »

"L'EFFET YO-YO EST BIEN PIRE POUR LA SANTÉ QU'UN LÉGER SURPOIDS. "

SOPHIE DERAM, NUTRITIONNISTE

Autre inconvénient majeur de cette anxiété alimentaire qui nous maintient dans une attitude infantile, entre culpabilité (« je suis un goinfre, je viens d'engloutir un paquet de Granola ») et fierté mal placée (« je suis fort, je n'ai pas commandé de café gourmand ») ? Le risque de développer ce que Sophie Deram appelle « le manger émotionnel ». Autrement dit, en vous imposant des règles et en suivant des menus sans écouter vos besoins, vous verrez votre appétit augmenter, une certaine obsession à manger des aliments « interdits » prendre de l'ampleur et vous aurez tendance à résoudre vos problèmes avec l'alimentation. « Vous perdez ce qu'on appelle l'intéroception, explique-t-elle. C'est la capacité de la personne à sentir son corps, le chaud, le froid, la soif, la faim, et que l'on a tous à la naissance. »

Les solutions pour sortir de cette anxiété alimentaire qui grignote nos cerveaux et nos vies ? « D'abord s'autoriser à manger en privilégiant la qualité et le plaisir, en dégustant le gâteau au chocolat qu'on sera allé chercher dans la meilleure pâtisserie de la ville, affirme Sophie Deram. Écouter sa partie émotionnelle : est-ce que je mange parce que j'ai faim ou parce que je suis triste ? Arrêter de faire la guerre aux aliments. Et enfin, essayer d'oublier toutes les informations nutritionnelles. L'excès d'informations nutritionnelles nuit à la qualité du comportement alimentaire. » Alors oublions tout, fermons les yeux, croquons une bouchée et savourons ! ● ● ●

LESLIE MANN DANS « THE OTHER WOMAN », 2014, BARRY WETCHER/TM/20TH CENTURY FOX FILM CORP/AURIMAGES.





"Ā 18 ANS, JE COMMANDAIS DU SIBUTRAL SUR DES SITES LITUANIENS"

LENNA, 40 ANS, DIRECTRICE MARKETING

« Enfant, j'étais très maigre, à la limite de l'anorexie. Ā 15 ans, au divorce de mes parents, je suis devenue une adolescente potelée, incollable sur les régimes, qui se faisait vomir pour perdre des calories. Ā 18 ans, je paradais en crop top mais au prix de recherches insensées : je commandais des gélules de Sibutral, un médicament contre l'obésité, sur des sites lituaniens ! Aujourd'hui, je pèse 59 kilos pour 1,68 mètre, mais c'est le fruit d'un contrôle permanent : huit heures de cardio par semaine. Il y a des périodes où je me nourris comme je veux, en oubliant les injonctions, et d'autres où je retourne sur Internet. J'ai une image très négative de mon corps et je m'interroge sur ma conduite : est-elle pathologique ? »

L'avis du comportementaliste : « En dépit de sa singularité, cette histoire est extrêmement banale. Une fille ne se plaît pas, soit parce qu'elle a une mauvaise image primitive d'elle-même, soit parce que sa mère est dans le culte de la minceur, et elle finit par ne pas se supporter. Elle entretient sa boulimie en vomissant pour contrôler sa boulimie, ce qui est une mauvaise idée, ou elle se contraint et elle est en manque, et devient boulimique car elle crève de faim. Depuis, Lenna est en restriction sur le mode alimentation raisonnable et sport intensif. Pour s'en sortir, il faudrait qu'elle arrive à lâcher le contrôle. Pour cela, il faut être nourrie, avec une part de protéines et de sucres lents. Après un steak-salade, on a faim. Mais il y a aussi un problème sous-jacent d'image. Il y a deux aspects dans l'image : on peut avoir une dysmorphophobie et se voir plus grosse qu'on ne l'est. Ou avoir une silhouette gynoïde (en forme de violoncelle) qui dérange et renvoie à une image négative de son corps. J'ai tendance à proposer de s'exposer au miroir en petite tenue plusieurs fois par semaine, et suffisamment longtemps pour se regarder comme si on voyait une autre fille sur une plage. Avec le temps, on y arrive, même si c'est un peu douloureux et que cela demande l'aide d'un tiers ou d'un thérapeute. »

"Ā LA FIN, JE NE MANGEAIS PLUS QUE DES ENDIVES ET DU POISSON"

HĒLĒNE, 42 ANS, CONSEILLĒRE BANCAIRE

« On m'a diagnostiqué une alopécie, maladie rare et conséquence d'un dérèglement immunitaire dû à une inflammation des follicules. J'ai sur la tête une plaque lisse comme le crâne d'un chauve et il n'existe pas de traitement. L'annonce du diagnostic m'a fait un choc, et je suis allée sur Google. Je suis tombée sur des naturopathes qui imposent des interdits délirants sur la nourriture. Pendant trois ans, j'ai suivi à la lettre leurs préceptes. J'ai tout essayé : la banane arrosée de Pulco Citron au petit déjeuner, supprimer le gluten, les œufs, le sucre, les aubergines, les tomates, les poivrons, le chocolat. Ā la fin, je ne mangeais plus que des endives et du poisson. Un beau jour, j'en ai eu assez car ça n'avait servi à rien, et j'ai tout envoyé promener. Depuis un an, je remange normalement, mais face à certains aliments autrefois interdits, je ressens une intense culpabilité. »

L'avis du comportementaliste : « Rentrer dans un système obsessionnel et délirant, c'est évidemment une bêtise. C'est compréhensible dans le cas d'Hélène, car elle était malheureuse. Supprimer des aliments, c'est plutôt quelque chose qui va entretenir les problèmes au niveau capillaire, car pour avoir des cheveux en bonne santé, il faut manger des protéines animales, avoir un bon apport de fer et d'acides aminés soufrés. Concernant l'alopécie, qui peut être liée au stress, il faut mener une investigation pour écarter une cause organique et consulter un dermato spécialiste des cheveux. Quant à sa culpabilité, une fois qu'on a mis en place un interdit, il fait son chemin par lui-même, il serait donc nécessaire de consulter un thérapeute pour se faire aider. Depuis quarante ans, la nourriture a remplacé les interdits sexuels. Une femme parlera plus facilement de sexualité que du gâteau au chocolat qu'elle a mangé la veille. »

"J'ANGOISSE TROP Ā L'IDĒE QUE MA FILLE GROSSISSE ENCORE"

EMMA, 55 ANS, ARCHITECTE

« Même si je n'ai pas toujours été satisfaite de mon corps et que ma mère me faisait des remarques lorsque j'avais un peu grossi en me disant de "faire attention", je n'ai jamais fait de régimes de ma vie et j'ai toujours compté sur le sport pour pouvoir manger ce que je veux. J'ai une fille de 20 ans qui a tendance à grossir très vite lorsqu'elle se laisse un peu aller et je ne peux pas m'empêcher de lui faire des remarques sur son poids. Elle me reproche de ne plus rapporter de chocolat ni d'aliments sucrés à la maison, mais j'angoisse trop à l'idée qu'elle grossisse encore. Comment faire ? »

L'avis du comportementaliste : « Il faut qu'Emma se débarrasse de l'image de sa propre mère, qu'elle a intériorisée, et qui ressort parfois vis-à-vis de sa fille. On n'échappe pas aux stéréotypes et aux injonctions qu'on nous a mis dans la tête quand on était petit. Elle oblige sa fille à des restrictions qui vont favoriser les troubles alimentaires alors qu'elle souhaite exactement le contraire. Il faut qu'elle "tue" la mère à travers une thérapie brève, car c'est bien elle la mère pour sa fille, pas la grand-mère. »



ISTOCK

“QUAND JE COMMANDE UNE CRÊPE, J’AI L’IMPRESSION DE PRENDRE DU CRACK”

ROMANE, 32 ANS, AVOCATE

« Au réveil, dès que je me lève, la nourriture est déjà une préoccupation. Comme un acouphène, un bruit de fond dans ma vie. Je suis pourtant mince et je ne fais pas de régime. Je suis très gourmande et je peux manger beaucoup, reprendre trois fois du rôti, etc. Ce qui me sauve, c’est que je ne suis pas très sucré, je suis vite écœurée par les desserts. Ado, j’avais bien dix-huit kilos de plus, et ma mère me faisait des remarques sur mes cuisses, me traitait de goinfre. Elle-même est anorexique, avec des bizarreries alimentaires. Elle s’est ainsi nourrie exclusivement d’ananas pendant un an. Moi, quand je commande une crêpe banane-chocolat au resto avec une copine, j’ai l’impression de prendre du crack. Ex-fumeuse, je culpabilisais moins d’allumer une cigarette que de savourer un gâteau. »

L’avis du comportementaliste : « Beaucoup de femmes se sont restreintes assez tôt, car elles ne se sont pas rendu compte qu’elles s’identifiaient inconsciemment à leur mère anorexique. Pour elles, être anorexique ou dans le culte de la minceur comme leur mère, c’était ça, la normalité. Elles sont marquées à vie par des mères qui voulaient qu’elles soient le prolongement narcissique d’elles-mêmes. Et si elles ne sont pas minces, elles ont l’impression de la trahir. Si Romane veut accepter de manger normalement, il faut qu’elle sépare le poids de l’alimentation. Réparer, dédiaboliser la nourriture, s’offrir une crêpe banane-chocolat en la dégustant, en se disant qu’elle en avait envie et que ça lui fait du bien. C’est un processus très long à mettre en route et qui demande du temps. Il ne faut pas avoir peur de prendre un peu de poids car c’est comme ça qu’on guérit de cette angoisse du manque et de cette restriction cognitive. »



“J’AI SUBI UNE SLEEVE”

GLORIA, 50 ANS, EN ARRÊT DE TRAVAIL

« J’ai été opérée de la thyroïde et j’ai beaucoup grossi. J’ai pesé jusqu’à 124 kilos. J’ai subi une sleeve, une opération qui consiste à réduire le volume de l’estomac pour provoquer une sensation de satiété. Je suis ainsi passée de 124 à 80 kilos pour 1,80 mètre. C’était il y a un an, mais depuis je suis inquiète, car j’ai à nouveau des pulsions de sucre, et je me pèse tous les jours comme une folle. Il m’arrive de me relever la nuit pour manger des gâteaux et je commence à regrossir. Aux repas, pourtant, je fais attention, je m’en tiens à 800 calories par jour, comme l’a recommandé la nutritionniste. »

L’avis du comportementaliste : « J’observe qu’après une sleeve ou un bypass, beaucoup de gens regrossissent. Je pense qu’on va vite s’apercevoir que c’est une assez mauvaise intervention. Avec la sleeve, l’estomac ne sécrète plus certaines substances, notamment la ghréline, l’hormone de l’appétit. Au début, tout va bien, mais au bout d’un an, l’organisme n’accepte plus la restriction de cette hormone, il la fabrique ailleurs, et la sensation de faim revient. Et on regrossit. Pour ma part, je préfère les médicaments qui permettent d’avoir moins faim et de retrouver de l’inertie. Car il s’agit là de gens qui sont dans le passage à l’acte, dans l’immédiateté. À peine se disent-ils qu’ils ont envie d’un gâteau sec qu’ils ont fini le paquet. Aidé d’un médicament, vous avez envie d’un gâteau sec, mais vous prenez un bout de pain et un carré de chocolat en attendant l’heure du dîner. Mais pas à 800 calories : 800 calories, physiologiquement, c’est invivable ! Le minimum, c’est 1 500 calories, sinon on aura toujours des troubles alimentaires. »

“J’AI PRIS L’HABITUDE DE FAIRE DES RÉGIMES, JE CROIS QUE J’AI TOUT ESSAYÉ”

CATHERINE, 65 ANS, ORTHOPHONISTE

« À l’adolescence, ma mère a décidé que j’étais trop grosse, je pesais 62 kilos pour 1,65 mètre, et elle m’a emmenée chez un homéopathe. Il m’a affamée puis je me suis mise à grossir, pesant jusqu’à 72 kilos. J’ai pris l’habitude de faire des régimes, je crois que j’ai tout essayé. Ce n’est que récemment que j’ai retrouvé mon poids de forme, 62 kilos, et que je suis satisfaite de ma silhouette. En lisant des livres sur le sujet, j’ai rétabli la communication entre mon mental et mon corps. Toute ma vie, j’ai eu l’impression d’être sous une autorité parentale concernant mon poids – les médecins vous pèsent constamment, vous font des remarques sur les kilos à perdre – et ce n’est qu’aujourd’hui que je m’en sens un peu libérée. »

L’avis du comportementaliste : « Certaines personnes sont coupées d’une élaboration, d’une capacité de penser leurs émotions et de les nommer. Quand on ne sait pas si on est en colère, qu’on se sent vide ou qu’on a faim, ça ne peut pas fonctionner. Il y a un travail de reconnexion à faire, Catherine l’a fait toute seule et c’est très bien. Elle reconnaît qu’elle a subi toute sa vie une sorte d’autorité parentale et médicale. Il est vrai que les médecins sont stigmatisants, sont élevés dans l’idée qu’ils savent tout, qu’ils peuvent aider les gens à maigrir, ce qui n’est absolument pas le cas, et que le poids ou l’IMC sont des critères fiables de corpulence, ce qui est aussi erroné. » ●

Merci à Bernard Waysfeld, comportementaliste, auteur de « Le Poids et le Moi » (éd. Dunod, 2020).

L'AVIS DE RECHERCHE
DE TIPHAINE
VÉRON DIFFUSÉ À NIKKO.

FAIT DIVERS

RECHERCHE SŒUR DÉSESPÉRÉMENT

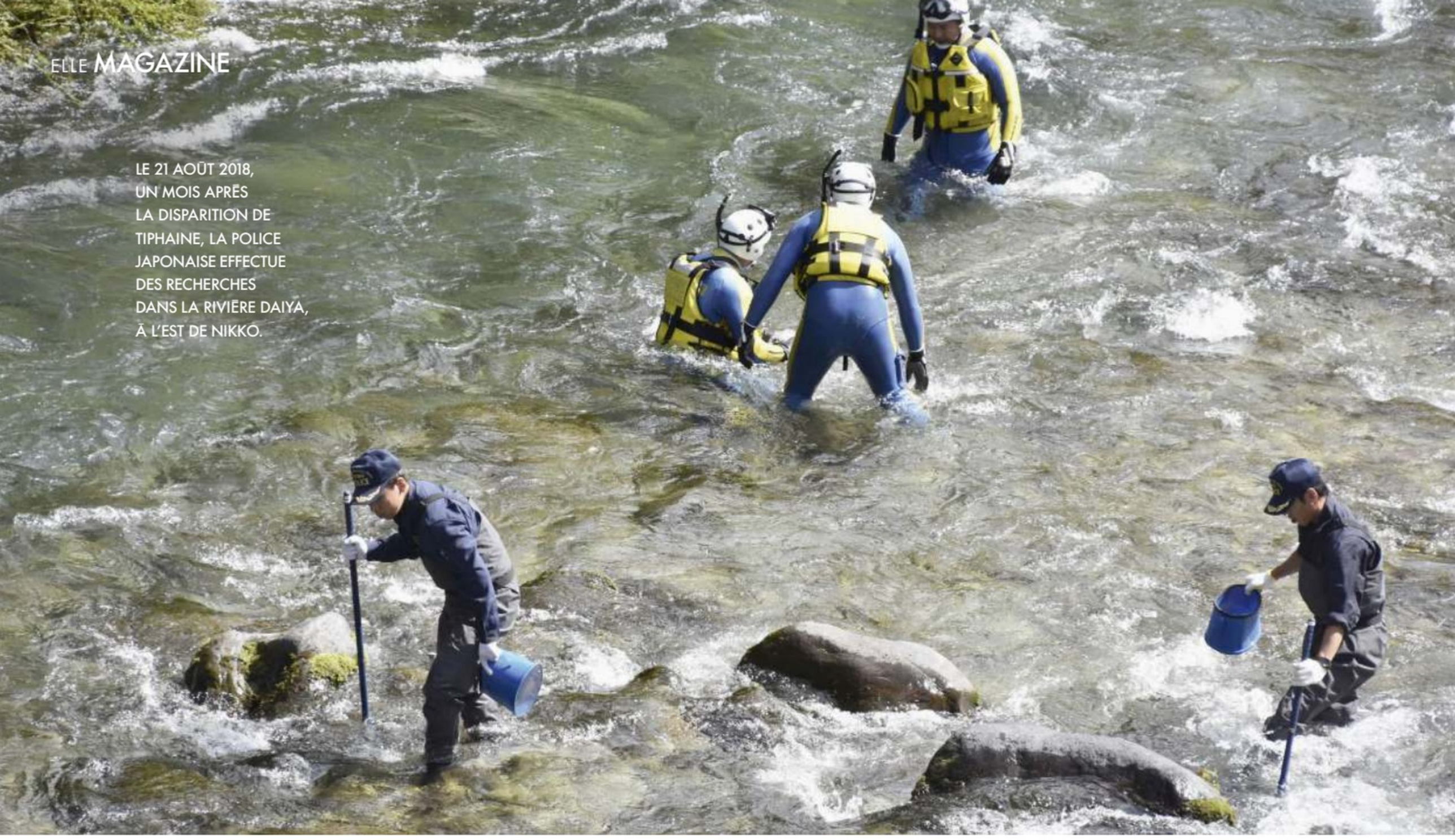
LE 29 JUILLET 2018, LA SŒUR DE DAMIEN VÉRON SE VOLATILISAIT AU JAPON. DEPUIS, IL TRAQUE LA VÉRITÉ ET SIGNE « TIPHAINE OÙ ES-TU ? », ENTRE CRI FRATERNEL ET ENQUÊTE HALLUCINANTE.

PAR DOROTHÉE WERNER



C'EST UN HOMME DONT L'EXISTENCE BUTTE SUR UNE ĒNIGME DEPUIS BIENTŌT QUATRE ANS. Un garçon de 41 ans obsédé par un mystère au point d'avoir mis sa vie personnelle à l'arrêt pour l'élucider. Chaque jour que Dieu fait, Damien Véron, paysagiste à Poitiers pas du genre à s'épancher, se lève et se couche hanté par la disparition de sa sœur au Japon. Avec cette question lancinante, sans réponse à ce jour, et qui lui vrille le cœur : « Tiphaine où es-tu ? » C'est le titre du récit abracadabrant qu'il livre aujourd'hui (éd. Robert Laffont) : plus de 500 pages écrites à la première personne (avec sa sœur Sibylle, journaliste), qui se dévorent comme un thriller malheureux, une plongée dans les bas-fonds de la culture japonaise, les manquements policiers ou juridiques, là-bas comme en France. Et, au fil des rebondissements, l'insoutenable suspense dans lequel il suffoque avec sa famille depuis quatre ans. Pourquoi continuer à s'acharner ? « Et si elle était séquestrée, si elle souffrait encore quelque part ? réplique depuis Poitiers ce garçon lucide et minutieux. Je suis prêt à tout entendre. Selon l'enquête, tout est possible. Impossible pour moi de vivre sans connaître la vérité. Dès que s'ouvrira véritablement le pays, fermé pour raisons sanitaires, j'irai là-bas pour la sixième fois, je veux fouiller du côté du lac Chuzenji, une zone jamais explorée. »

Comment bascule-t-on du jour au lendemain dans le monde glauque du fait divers, de l'enquête policière, des profileurs, experts en criminologie et magistrats, mais aussi au cœur des méandres culturels d'un pays aussi impénétrable que le Japon, jusqu'à devenir spécialiste ? Pour Damien et sa famille – sa sœur Sibylle, son frère Stanislas, sa mère Anne et son père Benoît –, un coup de fil aura suffi. Celui de l'ambassade de France à Tokyo, le 1er août 2018 : « Votre sœur a disparu. » Ā 36 ans, Tiphaine est alors auxiliaire de vie scolaire dans une maternelle de Poitiers, célibataire. Diplômée en histoire de l'art, c'est une fille enjouée et sensible, dingue de son chat Kokoschka, du chanteur Mika, du film « La Leçon de piano »... et du Japon. Elle souffre ● ● ●



LE 21 AOÛT 2018, UN MOIS APRÈS LA DISPARITION DE TIPHAINE, LA POLICE JAPONAISE EFFECTUE DES RECHERCHES DANS LA RIVIÈRE DAIYA, À L'EST DE NIKKO.

● ● ● d'épilepsie, mais, depuis trois ans, son traitement lui permet de vivre normalement. Deux jours plus tôt, elle embarquait à Roissy pour un road-trip en solo, la valise bourrée de petits pots de miel du Poitou destinés à d'éventuelles rencontres.

Première escale, Nikko. Une petite ville enclavée au milieu des montagnes à 150 kilomètres au nord de Tokyo. Des millions de touristes y viennent chaque année admirer les sanctuaires inscrits au Patrimoine mondial de l'Unesco. Sur le groupe WhatsApp familial, elle partage son excitation en arrivant à Tokyo, sa joie du lendemain, dans le train vers Nikko. Une photo montre des touristes en kimono, les montagnes vertes à l'horizon. Une caméra de vidéosurveillance de la gare la voit débarquer à 15 heures. Vers 16 heures, check-in au Turtle Inn, auberge à l'écart du centre. « La propriétaire est adorable, poste Tiphaine. [...] Je lui ai offert une toute petite peluche tortue ! » Le soir, connectée au Wifi de l'hôtel, elle prépare son programme (météo, visites, restaurants...), puis se couche avant minuit. Sa chambre est la seule au rez-de-chaussée, sept autres clients occupent celles de l'étage. Le dimanche 29 juillet vers 8 h 30, au petit déjeuner dans la salle à manger, elle bavarde avec un couple d'Allemands, puis de Français. L'hôtelier dira qu'il l'a vue quitter l'hôtel vers 10 heures. Depuis ? Rien. Des dizaines de reportages dans le monde, des milliers de personnes mobilisées, mais plus aucune trace de vie.

« Haut blanc en coton à manches courtes, short marron, tennis claires, sac à main en bandoulière en cuir plastifié et à motif fleuri, contenant un téléphone. » Tiphaine devient un avis de recherche. A-t-elle eu un accident ? Un malaise qui la laisserait coincée quelque part dans cette nature hostile ou dans un hôpital ? A-t-elle été agressée ? Est-elle blessée, en danger, séquestrée, morte ? La police française signale une « disparition inquiétante », celle de Nikko est mobilisée. Le 3 août, Damien, Stanislas et Sibylle débarquent à Nikko avec la certitude d'une course contre la montre. Les premiers instants qui suivent une disparition sont décisifs. Leur mère reste à Poitiers dans un premier temps, pour donner aux policiers l'accès aux affaires de Tiphaine.

Quatre ans plus tard, leur cauchemar se poursuit. Ce qu'il s'est passé ? Des dizaines de pistes ouvertes, des hypothèses à en perdre la tête. Une enquête bâclée, des suspects potentiels, un imbroglio juridique. En première ligne de ce grand huit émotionnel, Damien, l'aîné de la fratrie, tient le choc en serrant les dents. Les autres membres du clan Véron vacillent, se reprennent, et puis vacillent à nouveau. L'affaire est désormais entre les mains de deux experts de haut niveau. Ultra-sollicités, ils l'ont acceptée parce qu'ils y croient encore : l'ex-associé d'Éric Dupond-Moretti, l'avocat parisien très en vue Antoine Vey, qui juge la cause « difficile, mais juste ». Et puis l'ex-gendarme devenu détective privé Jean-François Abgrall, l'homme qui a traqué et fait arrêter le tueur en série Francis Heaulme en 1992, et élucidé la disparition d'un étudiant français à Barcelone.

« L'espoir est permis parce que trop de zones d'ombre perdurent, justifie Damien. Ne serait-ce que celles des dernières données GPS de son téléphone, que l'opérateur SoftBank refuse encore de nous donner. » Dès son premier voyage, ce frère pugnace a compris sur le terrain qu'il fallait privilégier la piste criminelle. Pourquoi la police locale s'accroche-t-elle depuis le premier jour au scénario pourtant improbable d'une chute dans la rivière ? Pourquoi a-t-elle alors refusé de lancer des fouilles sérieuses pour retrouver le corps ? Et si c'était le faux guide touristique ? Un panneau met en garde contre la présence d'un agresseur utilisant ce prétexte, et Damien a découvert sur sa page Facebook une photo de Nikko la veille de la disparition. Quid encore de l'aubergiste, dernière personne à avoir vu

KYODO NEWS STILLS/GETTY ; EPA/YOAN VALAT/MAXPPP ; MEHDI FEDOUACH/AFP.

Tiphaine ? Dès la première rencontre, Damien relève l'attitude revêche, suspecte au pays des courbettes et salutations, de cette figure locale impliquée au conseil municipal. Il a déclaré l'avoir vue partir vers 10 heures ? C'est faux. Stupéfait, Damien a fini par en apporter la preuve, en analysant les données Google de sa sœur : elle s'est connectée au Wifi de l'hôtel jusqu'à… 11 h 34 ! La police n'a jamais mené d'auditions contradictoires avec cet homme, jamais confronté chacun des hôtes de l'hôtel, pourquoi ? Et si Tiphaine, qui ce matin-là n'apparaît sur aucune des caméras de surveillance qui quadrillent la ville, n'avait jamais quitté le Turtle Inn ? L'un des hôtes a confié à Damien avoir entendu un coup de feu effrayant vers 17 heures ce même jour. Les enquêteurs nippons, qui n'ont jamais ouvert d'enquête criminelle, n'ont pas cherché à en savoir plus. Pour leur mettre la pression, Damien a vite mobilisé les médias, prenant un soin maniaque à ne jamais les offenser. Contraints et forcés, ils ont fini par le convier à l'analyse scientifique de la chambre numéro trois. Surprise glaçante : le luminol, produit utilisé pour faire apparaître des traces de sang effacées, révèle de larges éclaboussures bleues sur l'un des murs. Ce rapport ne figurera jamais dans le dossier des policiers.

« Ne vous inquiétez pas, le Japon est le pays le plus sûr du monde ! » avait souvent rigolé Tiphaine avant de partir. Damien et les siens en étaient persuadés. Ils font désormais face à une autre réalité japonaise, sa violence cachée sous l'imagerie kawaï de Hello Kitty ou de Totoro. Si les statistiques criminelles sont basses, c'est que la police ne fait pas son travail. Question de corruption, mais aussi d'honneur national. Ici, le « meiwaku », la honte d'avoir abîmé la réputation d'un proche, de la ville ou du pays, conditionne tout. L'omerta règne sur ces questions qui fâchent. L'opacité du système judiciaire, qui fonctionne sans juge d'instruction ni partie civile, permet de noyer le poisson. C'est aussi une affaire culturelle : les disparus font partie de l'imaginaire collectif. On les appelle les « évaporés » (« johatsu ») dont le nombre officiel, 100 000 par an, est sous-estimé. Le sujet est tabou, la disparition est un droit. Encore faut-il qu'elle soit volontaire. Cette appellation dissimule-t-elle toutes les disparitions inquiétantes irrésolues par la police ?

Arrivé confiant, Damien a vite déchanté face à l'inertie locale. Pour sauver sa sœur, le paysagiste s'est improvisé détective, malgré lui. Et il a découvert l'envers du décor : des crimes inexpliqués en pagaille, d'une violence inouïe, surtout concernant les femmes. Dix jours après la disparition de sa sœur, on trouve à Nikko le corps d'une femme enfermé dans une caisse en plastique. Puis un crâne dans la forêt. Et le tronc d'une femme démembrée. D'autres corps encore, si nombreux, trouvés dans une voiture ou en aval de la rivière. Tiphaine ? Chaque fois, c'est un choc au plexus. Damien filtre les infos. Toujours pas trace de sa sœur. La police évoque des suicides.

Dans son livre, Damien révèle sans pathos ce que les familles ne racontent jamais. Le jour où il faut se résoudre à débarrasser l'appartement de la disparue. Celui où l'on reçoit une notification WhatsApp « Tiphaine a quitté le groupe ». La question de l'argent : comment payer l'avion, les séjours, les expertises privées ? 70 000 euros ont déjà été dépensés. Il monte une campagne de crowdfunding, une association (Unis pour Tiphaine). Il faut maintenant trouver le double pour payer l'enquête d'Antoine Vey et de Jean-François Abgrall. Élie Semoun et Fanny Ardant, très célèbre au Japon, ont lancé un appel… Médiatisée, l'affaire attire aussi un bon paquet de tarés : des proches ou des moins proches, aimantés par le glauque, des youtubeurs, des profileurs improvisés. Des médiums et voyants ont afflué du monde entier. « Je la vois chuter dans un fossé aux parois en béton. » « Je sais que votre sœur est en vie en ce moment. » « Elle est retenue contre son gré, vers Kumagaya, encore vivante mais faible. » « Son corps sans sépulture repose près des chutes Shiraito. » « Elle est retenue dans une secte à Ozakuzan. » Comment garder la tête froide ? Pour Damien, ces pistes hasardeuses, parfois extrêmement troublantes quand elles livrent des détails non médiatisés, sont les plus dures à gérer émotionnellement. La famille a fait le tri, puis consulté. Un sourcier du Berry qui a déjà travaillé avec la police, et puis Geneviève Delpech, ex-femme du chanteur Michel Delpech, médium connue : « Tiphaine va très bien mais elle n'est plus sur terre […]. Elle vous demande de ne plus souffrir et de ne plus la chercher, elle dit que vous vous mettez en danger en y allant, il faut que vous repreniez vos vies, elle demande que vous acceptiez. » Réaction du frère au deuil impossible ? « Nous ne l'abandonnerons jamais. » ●

« TIPHAINE OÙ ES-TU ? », de Damien et Sibylle Véron (éd. Stock).

"ET SI ELLE ÉTAIT SÉQUESTRÉE ? SI ELLE SOUFFRAIT ENCORE QUELQUE PART ?"

DAMIEN VÉRON



SIBYLLE VÉRON AVEC EMMANUEL MACRON À L'ÉLYSÉE LE 17 OCTOBRE 2018.



ANNE, LA MÈRE DE TIPHAINE, ET DAMIEN VÉRON, À POITIERS, LE 13 JUILLET 2021, DANS L'APPARTEMENT DE LA JEUNE FEMME DISPARUE.

TOP, **PRADA.**
BOUCLES D'OREILLES EN OR ROSE SERTIES DE RUBELLITES TAILLE POIRE ET DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, COLLECTION SERPENTI SEDUTTORI, ET COLLIER EN OR BLANC SERTI DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, COLLECTION SERPENTI VIPER, **BULGARI.**

ANNE HATHAWAY AU ZĒNITH.

POUR SON **GRAND RETOUR** DANS LE NOUVEAU FILM DE **JAMES GRAY, LA STAR AMĒRICAINE** ET AMBASSADRICE DE LA MAISON BULGARI NOUS PARLE DE SON **ENGAGEMENT** FĒMINISTE, DE SA FAMILLE ET DES BONHEURS **DE SON MĒTIER.**

PROPOS RECUEILLIS PAR **FRANÇOISE DELBECQ** PHOTOGRAPHE **LIZ COLLINS** RĒALISATION **HORTENSE MANGA**

SOUS UNE PLUIE DE FLEURS et profitant d'une vue à couper le souffle sur Rome, Anne Hathaway et Zendaya, parées de diamants, de saphirs et d'émeraudes, célèbrent leur liberté en dansant dans les salles d'un somptueux palais. Cet extrait de la nouvelle campagne publicitaire Bulgari « Unexpected Wonders » signée Paolo Sorrentino, réalisateur oscarisé pour « La Grande Bellezza », s'appréhende comme une ode à l'ultra-chic dolce vita, en guise de bienvenue à Anne Hathaway, nouvelle ambassadrice de la marque de haute joaillerie Bulgari et l'une des voix les plus engagées du cinéma. Une actrice qui a été parmi les premières à rejoindre le mouvement contre le harcèlement sexuel Time's Up et à s'être battue contre le sexisme à Hollywood et contre l'inégalité salariale. Son étoile sur le Hollywood Walk of Fame atteste qu'elle nourrit, depuis une vingtaine d'années, notre imaginaire cinématographique, nous prenant par la main dans ses aventures les plus fantaisistes : « Princesse malgré elle », « Le Secret de Brokeback Mountain », « Le diable s'habille en Prada », « The Dark Knight Rises », « Interstellar », « Le Nouveau Stagiaire », « Ocean's 8 », « Les Misérables », film qui lui a permis de remporter l'oscar et le Golden Globe du meilleur second rôle féminin en 2013. À l'aube de la quarantaine, et mère de deux enfants, Anne Hathaway vient de faire ses premiers pas à Cannes pour présenter « Armageddon Time », film autobiographique sur l'adolescence du réalisateur James Gray. Rencontre avec une femme solaire et équilibrée, ancrée dans la vie, et dont le mantra pourrait bien être « Carpe diem ».

ELLE. À QUOI RÊVIEZ-VOUS, PETITE FILLE ?

ANNE HATHAWAY. Je voulais devenir actrice, sans doute parce que ma mère l'était. J'ai toujours vécu dans le milieu du cinéma. Le déclic s'est fait tout seul. J'avais aussi envie de partir à la découverte du monde, de devenir une citoyenne du monde. Participer à des aventures. M'ouvrir aux autres. L'art, notamment le septième art, me semblait le terrain le plus approprié.

ELLE. DANS « ARMAGEDDON TIME », VOUS INTERPRÉTEZ LA MÈRE DU RÉALISATEUR, JAMES GRAY. JOUER CE RÔLE SOUS SA DIRECTION VOUS A-T-IL RESPONSABILISÉE PLUS QUE D'HABITUDE ?

A.H. Je prends tous mes rôles à cœur. Peut-être que, pour celui-ci, le degré de sensibilité était plus élevé. Quand je parlais de mon rôle à James Gray, ce n'était pas à la légère, il s'agissait de la représentation de sa mère. Je me devais d'être juste et respectueuse. À travers elle, je souhaitais rendre hommage aux femmes des années 1980 qui me permettent aujourd'hui de bénéficier d'une grande liberté. Elles ont été sous pression, elles ont fait des sacrifices. Elles se sont heurtées à de réels problèmes d'inégalité entre hommes et femmes. C'est un combat dans lequel je me sens toujours investie.

ELLE. VOUS INCARNEZ UNE MÈRE JUIVE DANS LE FILM, COMMENT AVEZ-VOUS TRAVAILLÉ CE PERSONNAGE ?

A.H. Je suis catholique, mais j'ai grandi dans le New Jersey où vit une large communauté juive. Le judaïsme a toujours été présent dans ma vie. Mon mari est juif. Ma belle-mère, qui est décédée avant le tournage, a eu une grande influence sur moi. Je dois aussi énormément à toutes les mères juives des copains de mes enfants. Quand vous parliez de responsabilité, j'avais conscience d'interpréter une mère qui n'avait pas la même culture que moi. Certes, j'ai hésité avant d'accepter le rôle, par crainte sans doute de ne pas être la meilleure personne.

ELLE. ÊTRE MÈRE DE DEUX GARÇONS VOUS A-T-IL AIDÉE ?

A.H. Bien sûr. Au cinéma, comme dans la vie, il y a des moments dramatiques, d'autres remplis de joie. Avant de devenir mère, c'est quelque chose que je ne pouvais pas imaginer. Je ris beaucoup avec mes enfants, et ce vécu a forcément nourri mon personnage.

ELLE. DANS LE FILM, VOUS JOUEZ FACE À ANTHONY HOPKINS, UNE LÉGENDE VIVANTE…

A.H. Chaque fois qu'il ouvrait la bouche, je buvais ses paroles. C'est un homme qui a d'immenses qualités : il est brillant, généreux, enjoué. Toujours vif et dans le temps présent. Il est magique. Tout le monde venait le voir, il était le centre d'attraction de l'équipe. Comme un feu de camp. On se mettait autour de lui, et il nous racontait des histoires merveilleuses. Il a su trouver les mots pour me convaincre de bien profiter de la vie et d'éloigner les idées négatives qui constituent des obstacles à ce désir essentiel.

●●●

"PETITE, JE VOULAIS DEVENIR ACTRICE PARCE QUE MA MÈRE L'ÉTAIT."

LIZ COLLINS

CHEMISE, **MIU MIU.**
BOUCLES D'OREILLES EN OR BLANC SERTIES DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, D'ÉMERAUDES TAILLE POIRE, COLLECTION SERPENTI SEDUTTORI, ET BRACELET EN OR BLANC SERTI DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, COLLECTION SERPENTI VIPER, **BULGARI.**

LIZ COLLINS

ROBE, **DIOR.** BOUCLES
D'OREILLES EN OR BLANC
SERTIES DE DIAMANTS
TAILLE BRILLANT,
COLLECTION SERPENTI,
ET BRACELET
EN OR BLANC SERTI DE
DIAMANTS TAILLE BRILLANT,
COLLECTION SERPENTI
VIPER, **BULGARI.**

VESTE TRUCKER « TRIOMPHE » ET JEAN « KITTY », **CELINE PAR HEDI SLIMANE.** BOUCLES D'OREILLES HAUTE JOAILLERIE EN PLATINE SERTIES DE 2 ÉMERAUDES TAILLE OVALE, DE 6 SPINELLES TAILLE POIRE, DE 10 ÉMERAUDES TAILLE RONDE ET DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, COLLECTION COLOUR TREASURES, ET COLLIER HAUTE JOAILLERIE EN OR ROSE SERTI DE 24 TOURMALINES, 4 ZIRCONS BLEUS, 4 AIGUES-MARINES, 32 AMÉTHYSTES ET DE DIAMANTS TAILLE BRILLANT, COLLECTION COLOUR TREASURES, **BULGARI.**
ASSISTANTE STYLISME OPHÉLIE LASALLE.
COIFFURE ORLANDO PITA.
MAQUILLAGE GUCCI WESTMAN.
MANUCURE SYLVIE VACCA.

ELLE. AVEZ-VOUS RESSENTI LA MÊME ADMIRATION FACE À MERYL STREEP DANS « LE DIABLE S'HABILLE EN PRADA » OU FACE À ROBERT DE NIRO DANS « LE NOUVEAU STAGIAIRE » ?

A.H. Côtoyer de telles icônes est une bénédiction et une leçon de vie. Mes rencontres avec Meryl Streep, Robert De Niro et Anthony Hopkins coïncident avec des moments très différents de ma vie. Trois étapes de ma vie de femme. Avec Meryl Streep, j'avais une vingtaine d'années. Avec Robert De Niro, la trentaine, et avec Anthony Hopkins, presque 40 ! À l'époque du « Diable s'habille en Prada », j'étais très intimidée par Meryl Streep et par ce qu'elle représentait. Je n'osais rien dire, je me faisais toute petite. À ce moment-là, je rêvais d'avoir des enfants, je rêvais d'exister en tant qu'actrice. En y repensant, j'aurais dû profiter davantage de cette opportunité. Si seulement j'avais eu plus confiance en moi ! Avec Bob [Robert De Niro, ndlr], je suis sortie un peu de ma coquille. On s'est tellement bien entendus.

ELLE. VOUS AVEZ ÉTÉ L'UNE DES PREMIÈRES À REJOINDRE LE MOUVEMENT TIME'S UP. CONSTATEZ-VOUS DES CHANGEMENTS À HOLLYWOOD ?

A.H. Oui, surtout dans l'élaboration de projets. On prête davantage attention à l'inclusion. Qui va écrire le scénario ? Qui va réaliser ? Qui va produire ? C'est loin d'être parfait, mais les lignes bougent un peu. Il faut être vigilant, s'armer de courage et ne pas baisser les bras. On sait qu'il y aura des marches arrière, puis des accélérations qui iront dans le bon sens. On ne doit pas abandonner le combat pour l'égalité des salaires entre les hommes et les femmes, ni celui du harcèlement. On n'en a pas le droit.

ELLE. QUAND VOUS SOUTENEZ LE MOUVEMENT LGBTQ+, FAITES-VOUS PREUVE DE BRAVOURE ?

A.H. Non. Je montre simplement que je suis un être humain. C'est tout. Qui suis-je pour porter un jugement sur qui a le droit d'aimer qui ? Ça n'a pas de sens. Que l'on songe à de telles inepties me dérange profondément. Contrôler la vie des gens, contrôler leur orientation sexuelle, non, très peu pour moi.

"JE VIS DANS LE PRÉSENT. JE ME SATISFAIS DE CE QUE J'AI DÉJÀ ACCOMPLI."

ELLE. VOUS ÊTES À L'AUBE DE LA QUARANTAINE ET VOUS ÊTES PLUS RADIEUSE QUE JAMAIS…

A.H. J'ai franchement du mal à comprendre cette idée quasi obsessionnelle que l'on a sur l'âge. Je vais avoir 40 ans cette année, et alors ? J'ignore ce que cela veut dire, ce que cela implique. Je suis moi. Je me sens bien, sans doute suis-je à un moment de ma vie où je n'ai jamais éprouvé une telle sensation de plénitude. Cela n'a pas toujours été le cas. Je fais attention à mon alimentation, je privilégie les légumes, mais je ne suis pas végétarienne pour autant. Je ne fais pas d'excès. Je prends soin de moi, mais sans plus.

ELLE. LE CONFINEMENT VOUS A-T-IL CHANGÉE ?

A.H. Oui. Avant le confinement, je me projetais dans l'avenir et je pensais à tout ce que j'avais encore à faire. Tout cela, c'est terminé. Je me satisfais de ce que j'ai déjà accompli. Je pense présent, je vis présent. Si j'ai de quoi manger, si je sais que mes enfants sont au chaud dans leur lit, que j'ai un toit sur la tête et que mes proches sont en bonne santé, que désirer de plus ? Moi, ça me va parfaitement. Je me pose moins de questions qu'avant le Covid.

ELLE. VOTRE COUPLE AVEC ADAM SHULMAN EST-IL PLUS SOLIDE QUE JAMAIS ?

A.H. Avant notre mariage, quelqu'un m'a dit : « Le mariage est un laboratoire. » On fait des tests, si ça marche, tant mieux, sinon… Il est vrai qu'on parie sur soi. En plein confinement, le nombre de fois où j'ai regardé mon mari tout en pensant : « Je suis tellement heureuse que ce soit toi ! » J'ai fait le meilleur des choix.

ELLE. AVEZ-VOUS PENSÉ AU JOUR OÙ L'UN DE VOS FILS – OU LES DEUX – VOUS DIRA QU'IL VEUT DEVENIR ACTEUR ?

A.H. Je viens de dire que je ne pense plus à l'avenir ! Sérieusement, ma mère est une actrice, je le suis aussi. Si c'est leur souhait profond, je ne les empêcherai pas. Au contraire.

ELLE. VOUS VENEZ D'ÊTRE CHOISIE COMME AMBASSADRICE DE LA MAISON DE HAUTE JOAILLERIE BULGARI POUR REPRÉSENTER LA NOUVELLE COLLECTION BULGARI EDEN THE GARDEN OF WONDERS. COMMENT APPRÉHENDEZ-VOUS CETTE EXPÉRIENCE ?

A.H. J'aime l'idée d'associer le bijou à la célébration de la vie. Un bijou est le fruit d'un immense travail de création que je respecte et dont je suis admirative. Bulgari s'inscrit dans une longue tradition d'excellence, je vis cette mission d'ambassadrice comme un honneur. Tourner la campagne publicitaire devant la caméra de Paolo Sorrentino, qui sait raconter des histoires, était très excitant. La vie est une fête. J'en suis persuadée chaque jour un peu plus. ●

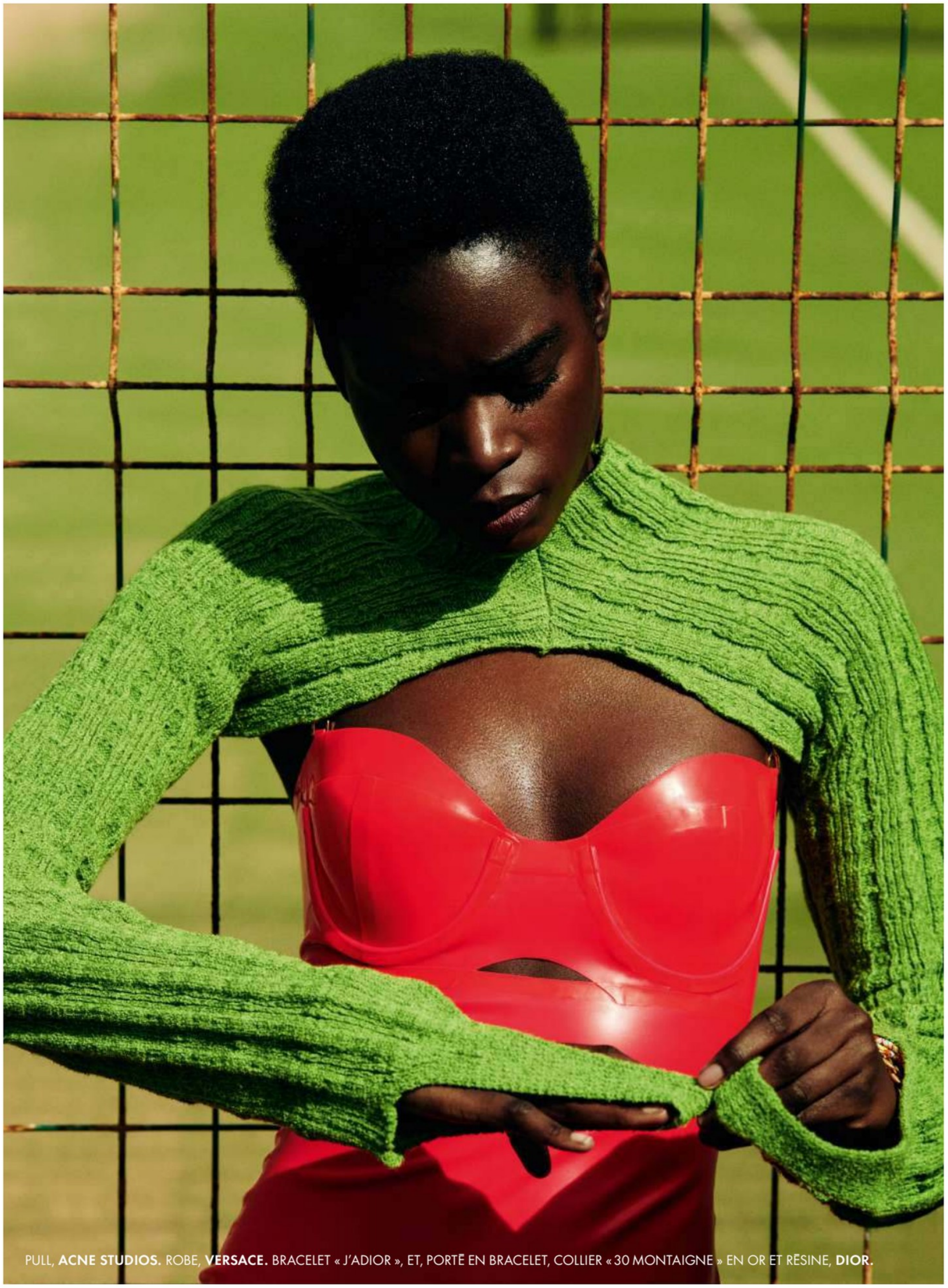
« ARMAGEDDON TIME », de James Gray, avec Anne Hathaway, Jeremy Strong, Anthony Hopkins, Banks Repeta (1h 55). Prochainement en salle.

TOP ET SHORT, **PRADA.** MAXI-ÉCHARPE-CASQUETTE, **COURRÈGES.** BRACELETS « J'ADIOR » ET, PORTÉ EN BRACELET, COLLIER « 30 MONTAIGNE » EN OR ET RÉSINE (MAIN GAUCHE), **DIOR.** BRACELET EN ÉMAIL (MAIN DROITE) ET EN OR ROSE ET SOIE, **HERMÈS.**

plein la vue !

POP FLUO PROFONDES... LES COULEURS DE L'ÉTÉ JOUENT LA CARTE DE LA PUISSANCE ÉBLOUISSANTE.

PHOTOGRAPHE **LAURIE BARTLEY** RÉALISATION **HORTENSE MANGA** MANNEQUIN **TOMIWA**



PULL, **ACNE STUDIOS.** ROBE, **VERSACE.** BRACELET « J'ADIOR », ET, PORTÉ EN BRACELET, COLLIER « 30 MONTAIGNE » EN OR ET RÉSINE, **DIOR.**

ROBE, **CELINE PAR HEDI SLIMANE.** BOUCLES D'OREILLES « DIOR TRIBALES » (OREILLE DROITE) ET
« CD NAVY » (OREILLE GAUCHE), BRACELET « J'ADIOR » ET, PORTÉ EN BRACELET, COLLIER « 30 MONTAIGNE » EN OR ET RÉSINE.
LE TOUT, **DIOR.** BRACELET EN OR ROSE ET SOIE, **HERMÈS.**



LAURIE BARTLEY

BLOUSE, JUPE, BOUCLES D'OREILLES « DIOR TRIBALES » (OREILLE DROITE) ET « CD NAVY » (OREILLE GAUCHE), BRACELETS « J'ADIOR », PORTÉ EN BRACELET, COLLIER « 30 MONTAIGNE » EN OR ET RÉSINE (MAIN GAUCHE), ET SANDALES « DIORACT ». LE TOUT, **DIOR.** COUPE-VENT, **K-WAY.** LUNETTES DE SOLEIL, **BURBERRY.** BRACELETS EN ÉMAIL (MAIN DROITE) ET EN OR ROSE ET SOIE (MAIN GAUCHE), **HERMÈS.** CHAUSSETTES « BROOKLYN », **FALKE.**

CHEMISE, JUPE ET LUNETTES
DE SOLEIL, **LOUIS VUITTON.**
TOP, **ETRO.** BRACELET
«J'ADIOR », **DIOR.** BRACELET
EN ÉMAIL, **HERMÈS.**



ROBE ET SANDALES, **ALBERTA FERRETTI.** TOP, **STELLA McCARTNEY.** MAILLOT UNE PIÈCE, **ERES.** LUNETTES DE SOLEIL, **PHILOSOPHY DI LORENZO SERAFINI.** BRACELETS « J'ADIOR » ET, PORTÉ EN BRACELET, COLLIER « 30 MONTAIGNE » EN OR ET RÉSINE (MAIN GAUCHE), **DIOR.** BRACELET EN ÉMAIL (MAIN DROITE) ET BRACELET EN OR ROSE ET SOIE (MAIN GAUCHE), **HERMÈS.** CHAUSSETTES « BROOKLYN », **FALKE.**

LAURIE BARTLEY



ROBE « FRISO », **ISABEL MARANT.** CHAPEAU, **K-WAY R&D.** BRACELET EN ÉMAIL, **HERMÈS.** BRACELET « J'ADIOR », **DIOR.** SANDALES « LOU », **CHLOÉ.** SUR LE SOL, ROBE, **TOD'S.**

LAURIE BARTLEY

COUPE-VENT, **TOD'S.** DÉBARDEUR ET CULOTTE, **MAX MARA.** BOUCLES D'OREILLES « CD NAVY », **DIOR.** LUNETTES DE SOLEIL, **LACOSTE.** CHAUSSETTES « BROOKLYN », **FALKE.** SANDALES, **ALBERTA FERRETTI.**

TOP, **PRADA.** BAGUES « DIOR SORBET » EN RĒSINE ROSE ET EN RĒSINE BLEUE, **DIOR.**

TOMIWA EST REPRĒSENTĒE PAR L'AGENCE ĒLITE MODEL MANAGEMENT.
ASSISTANTES STYLISME NINA RODY ET EMY VENTURINI.
MAQUILLAGE TIINA ROIVAINEN.
COIFFURE GARETH BROMELL.
TOUS NOS REMERCIEMENTS Ā LANZAROTE RETREATS, CANARY ISLANDS. LANZAROTERETREATS.COM


CROP TOP ET SHORT, **CHANEL.** VISIÈRE, **ÉTABLISSEMENTS PARDI.** BOUCLES D'OREILLES « CD NAVY », BRACELETS « J'ADIOR » ET, PORTÉ EN BRACELET, COLLIER « 30 MONTAIGNE » EN OR ET RÉSINE (MAIN GAUCHE). LE TOUT, **DIOR.** BRACELET EN OR ROSE ET SOIE (MAIN GAUCHE) ET BRACELET EN ÉMAIL (MAIN DROITE), **HERMÈS.** SANDALES, **ALBERTA FERRETTI.**

BIEN-ÊTRE

RENDEZ-VOU

BESOIN D'UN BREAK ? ET SI ON PROFITAIT DE L'EXPERTISE DES PROS DU SOIN…

BRUNO POINSARD/FOLIO-ID/TRUNK ARCHIVE/PHOTOSENSO

JS AU SPA.

VOICI 10 ADRESSES TESTÉES POUR VOUS.

PAR ALICE ELIA, ÉLISABETH MARTORELL, MARIE MUÑOZ ET VALENTINE PÉTRY

UNE ESCAPADE SUÉDOISE SUR LE LAC D'HOSSEGOR

Lorsque Monica Kylèn et Mats Johansson, les fondateurs de la marque de soins L:A Bruket, ont découvert cet hôtel niché sur le lac d'Hossegor, ils ont eu l'impression surprenante de retrouver une partie de la côte ouest de la Suède, qui inspire tous leurs produits. L'océan, le sable, les pins et le caractère écoconçu de ce « surf lodge » : tout leur a plu. C'est donc naturellement qu'ils ont choisi cet écrin pour accueillir leur premier spa. Pour poursuivre ce voyage, le soin Lagom est plus une expérience qu'un simple massage. Si vous aimez que l'on vous raconte une histoire, laissez-vous guider par la thérapeute : elle invite à imaginer un bord de mer et à se laisser bercer par les sensations, tantôt le froid d'un bain de pieds aux algues, ou le chaud d'un modelage du dos et du ventre, jusqu'au réconfort d'un soin du visage apaisant. Le protocole utilise les principes de la médecine chinoise pour apporter un regain d'énergie. Un vrai dépaysement.

Les Hortensias du Lac.
Soin Signature Lagom (90 mn), 155 €.
Tél. : 05 58 43 99 00.
lesdomainesdefontenille.com

UN PROGRAMME MINCEUR À LA CROIX-VALMER

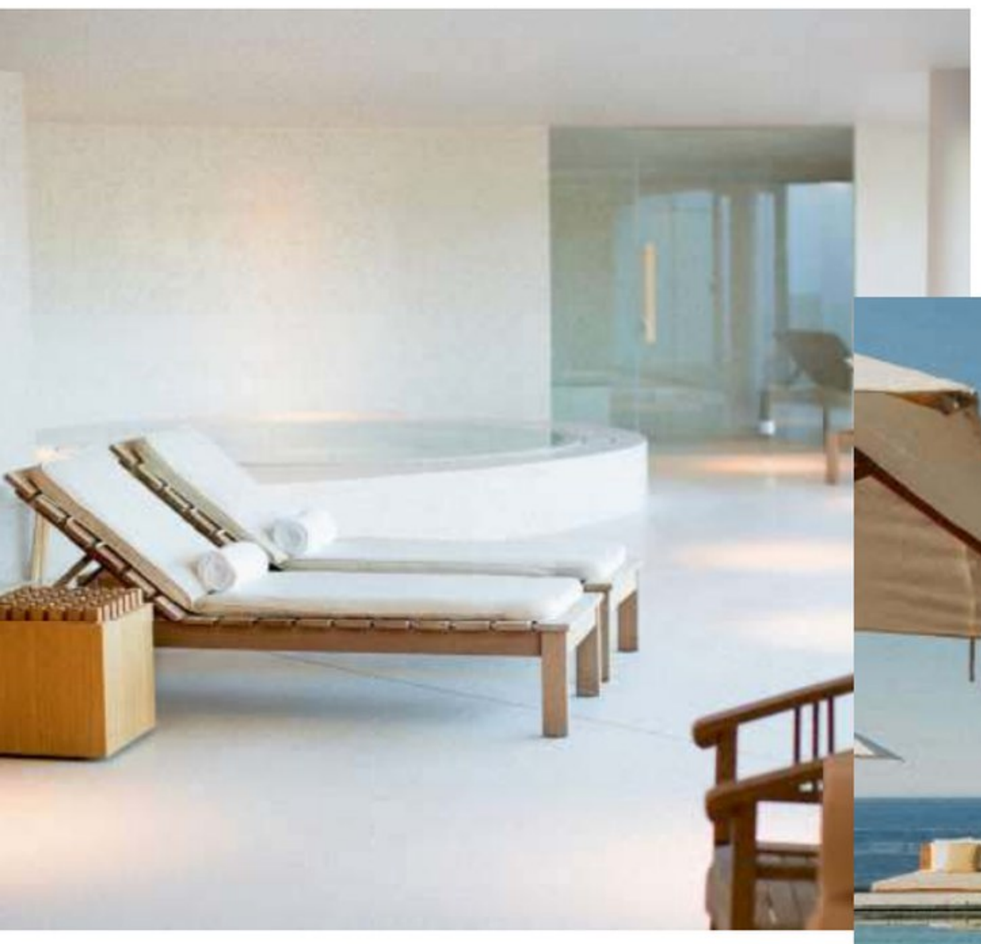
Cet hôtel à La Croix-Valmer, situé en surplomb de la mer et conçu par Philippe Starck, abrite un espace bien-être sur 2 000 mètres carrés où se déploie l'ensemble des solutions mises au point pour favoriser la perte de poids. Après un bilan « Accuniq » permettant de réaliser un scan détaillé de la composition corporelle (protéines, graisse viscérale…), on peut opter pour l'un des programmes du Dr Jacques Fricker en fonction des objectifs et du temps dont on dispose (entre 4 jours et 3 semaines). Que l'on choisisse « perte de poids intensive », « perte de poids et sport » ou « poids optimal et sérénité », on est accompagné pour une série de soins bien-être (cryothérapie, Chi Nei Tsang…) et de sessions sportives (yoga, longe-côte…), avec un plan d'alimentation sur mesure qui n'oublie pas la gourmandise. Sans compter les très nombreuses possibilités offertes par le spa (Led, radiofréquence, soins Biologique Recherche…). Une remise à neuf entre des mains expertes et un cadre archi-préservé, avec un service 5 étoiles, qui a évidemment un coût.

Shape Club de Lily of the Valley.
4 jours de programme (hors hébergement), à partir de 2 500 €.
Tél. : 04 22 73 22 00.
lilyofthevalley.com

UNE CURE AYURVÉDIQUE À DOUARNENEZ

Dans cette Bretagne un peu sauvage, on s'initie à la médecine ayurvédique, pour mieux connaître ses points faibles et repartir bien plus en forme. Après avoir répondu à une trentaine de questions, votre dosha (profil de « constitution ») n'a plus de secrets et les soins adaptés peuvent être choisis. Gommage udvartana (douce farine de pois chiche), modelages abhyanga ou des pieds aux bols kansu se mêlent aux classiques bains hydromassants, sans oublier de bons conseils posturaux pour mieux gainer ses abdos. L'accueil est ultra-chaleureux, la table est légère (pas de menu ayurvédique mais ce qu'il faut de poissons et de légumes). La déco assez simple de la thalasso et de la piscine d'eau de mer s'explique par un passé de centre de rééducation kinésithérapeutique, mais, qu'on se rassure, elle se refait progressivement un petit relooking. Le vrai plus : l'accès direct à la plage avec vue sur une baie d'une beauté à couper le souffle.

Hôtel Thalasso & Spa Valdys.
Cure Bien-être du Monde (18 soins, 6 jours/6 nuits), dès 1 254 €.
Tél. : 02 29 20 27 25. thalasso.com



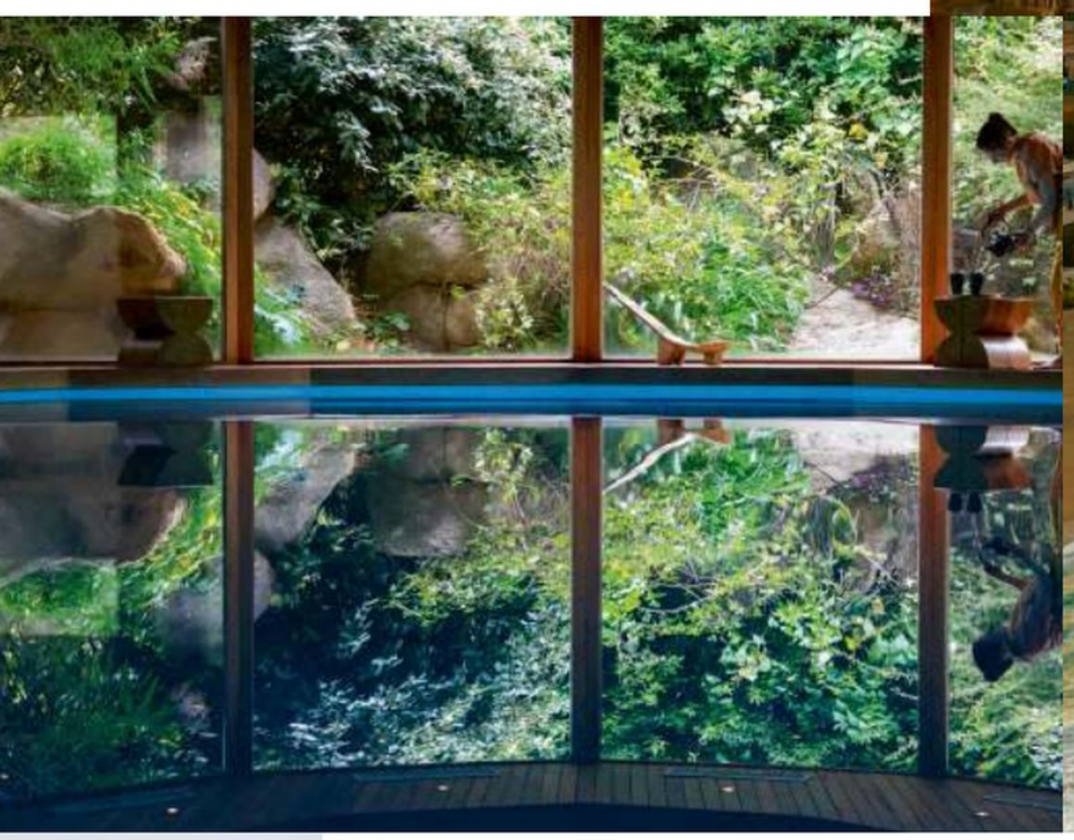


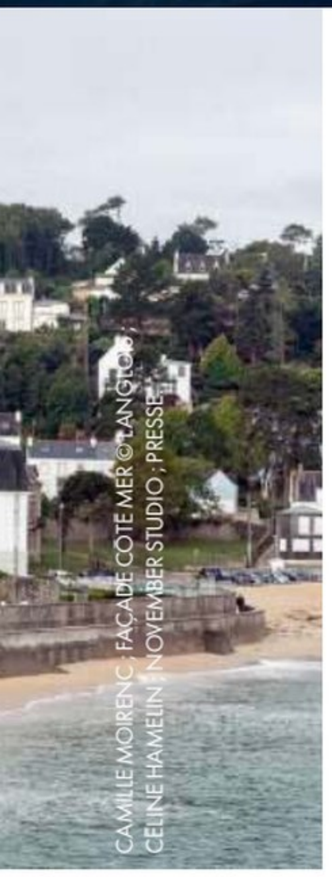


UN APAISEMENT TERRE-MER EN CORSE

Tout de pierre, bois et murs blancs hautement reposants et dans un style typiquement méditerranéen, le spa de ce divin hôtel à Lecci, près de Porto-Vecchio, vient de faire peau neuve. L'occasion de redécouvrir des soins naturels de la marque Nucca à base de plantes du maquis. Tout y est d'un goût exquis, et l'expérience d'un bon hammam avant un massage est salvatrice.

Spa Nucca du Grand Hôtel de Cala Rossa. Escapade « lâcher-prise » (soin de 1 h, apéritif végétal, déjeuner et accès aux installations du spa), 195 €. Tél. : 04 95 71 61 51. hotel-calarossa.com





CAMILLE MOIRENC ; FAÇADE CÔTE MER © LANGLOIS ; CÉLINE HAMELIN ; NOVEMBER STUDIO ; PRESSE

UNE APP QUI VOUS GÂTE

Vous cherchez des cours de cuisine énergétique, un thérapeute ayurvédique ou un séjour golf et yoga ? Rendez-vous sur l'application Opale, le Doctolib des thérapeutes alternatifs, spécialisés en acupuncture, sophrologie, magnétisme ou même astrologie. L'onglet « séjour et retraite » permet d'opter pour 3 jours ou plus de bien-être avec méditation, yoga & surf ou immersion forestière. Simple et ludique, la recherche se fait par thèmes, adresses ou praticiens, avec une option visio. En tout, 4 000 thérapeutes et plus de 30 thérapies alternatives. Avec la possibilité de partager ses impressions entre utilisateurs.

Opale sur Apple Store ou Google Play.

UNE DÉTENTE PROFONDE À DUBAI

Avec seulement deux heures de décalage horaire, Dubai promet sans trop d'efforts une dose massive d'exotisme, de soleil et de farniente. Et dans ce resort 5 étoiles tout récent, posé dans la baie de Jumeirah, la détente est un sujet sérieux. Dans un décor épuré de béton ciré, murs blancs et flots de lumière, on brunche jusqu'à pas d'heure, on se baigne, on teste l'un des délicieux poke bowls devant la mer, on prend un cours de yoga ou de Pilates sur paddle dans la piscine, ou on s'offre une session au spa, dont la carte propose les soins cultes de Clarins. À savoir : toutes les praticiennes possèdent une main exceptionnelle et ne se font pas prier pour y mettre de la poigne, ce qui rend la fréquentation du spa tout particulièrement indiquée pour celles et ceux qui recherchent une détente profonde, de la récupération musculaire ou un soin minceur tonique. Évidemment, en comparaison, l'attrait des escapades dans l'un des malls spectaculaires de la ville pâlit un peu.

Spa Clarins du Nikki Beach Hotel. Soin Clarins (25 mn), à partir de 250 AED (environ 63 €). dubai.nikkibeach.com

UN BON COUP DE FRAIS À LA BAULE

À nouveau lieu, nouvelle carte axée sur le bien-vieillir. Outre des soins de médecine esthétique proposés en partenariat avec la Clinique des Champs-Élysées (OxyGeneo, EMSculpt, Coolsculpting…), on retrouve les marques Biologique Recherche et Algologie au spa. Et aussi quelques surprises comme l'initiation, drôle et tonique, à la pole dance en piscine.
À noter : la très bonne prise en charge médicale et les examens de pointe (comme le stylet spectrophotométrique), qui n'ont rien à envier aux cliniques anti-âge étrangères et permettent de faire un bilan précis de nos besoins micronutritionnels, de notre niveau de stress oxydatif, de confort articulaire, intestinal, etc.
Thalasso & Spa Barrière La Baule. Mon Odyssée Beauté : dès 1300 € (dont 4 nuits au Royal en demi-pension). Mon Odyssée Métamorphose : dès 9 925 € (dont 10 nuits au Royal en demi-pension). Tél. : 02 40 11 99 99. hotelsbarriere.com



UN PETIT VOYAGE… À PARIS

Les fidèles du cultissime spa Les Bains du Marais ne seront pas déçus. Leur QG a pris désormais place au cœur de Paris, dans la jolie rue Saint-Fiacre, pour un nouvel espace de plus de 500 mètres carrés, tout de Tadelakt vêtu (une chaux à l'aspect de béton ciré d'origine marocaine) et de lumières tamisées. Dès l'arrivée aux portes du hammam, tout est là pour nous rappeler la chaleur orientale avec un gommage au savon noir réalisé au gant de Kessa qui élimine les peaux mortes, draine et ouvre les pores, suivi d'un savonnage au foulard turc, tonique et modelant, un masque au rhassoul purifiant et de l'huile d'argan en guise d'hydratant. Après ce rituel, on se laisse séduire par un des nombreux massages à la carte. Outre les grands classiques comme le soin relaxant, tonique ou aux pierres chaudes, on y découvre également des massages des quatre coins du monde, comme le Fuku japonais focalisé sur le ventre, l'ayurvédique, ou encore le « deep tissue », préventif et décontractant, qui libère les tensions. Un bar à ongles signé O.P.I complète l'offre. En sortant, on fait une halte au restaurant du lieu, le Life, une table d'inspiration méditerranéenne qui propose chaque jour les produits du marché… Le soir, on dîne au son du dj, et le week-end, on s'offre un brunch copieux (39 €) avant ou après le spa.

Les Bains du Marais. Entrée du hammam, 40 € ; massage (50 mn), à partir de 95 €.
Tél. : 01 48 87 20 20. bainsdumarais.fr



FABRICE RAMBERT ; STUDIO-ALTEREGO.COM ; STÉPHANE ABOUDARAM/WE ARE CONTENT(S) ; BRUNO PRESCHESMISKY ; PRESSE.

UNE PARENTHÈSE MINÉRALE À MARSEILLE

Niché dans une anse emblématique, tout près du Cercle des nageurs, ce spa en pierre blonde et bois naturel est tourné vers la mer et baigné de lumière naturelle.
Au menu du soin Signature Susanne Kaufmann : bain de pieds désacidifiant, diagnostic de peau, peeling enzymatique appliqué sur le visage, le cou et le décolleté et enfin drainage lymphatique. À la sortie de la cabine, on se prélasse au bord du bassin une dernière fois en admirant la lumière du soleil et le ballet des vagues qui claquent sur les rochers. Un moment qui peut se poursuivre sur le rooftop avec un cocktail et le coucher de soleil derrière les îles du Frioul, juste en face… La carte des soins propose également un bar à gommage pour sublimer son bronzage, avec des produits du monde entier (japonais, balinais, scandinaves, touaregs), ainsi qu'une sélection de traitements Susanne Kaufmann inspirés de la médecine traditionnelle chinoise.

Le spa des Bords de Mer. Soin Signature Alkaline Detox (50 mn), 130 € ; gommage (35 mn), 65 €. Tél. : 04 13 94 34 00. lesdomainesdefontenille.com/fr/lesbordsdemer.html

●●●

UNE MINI-RETRAITE… À LA MAISON

Créée par Émilie Veyretout, ancienne journaliste beauté au « Figaro », cette plateforme chic et bien pensée propose des « retraites » digitales. Il suffit de mettre son casque et de se laisser guider. Quatre heures à faire d'une traite ou en plusieurs fois, avec des experts du bien-être et des techniques éprouvées. Danse, respiration, hypnose… Autant de façons de se reconnecter à soi-même, de faire naître des interrogations salvatrices. Tout est simple, et les sessions sont conçues pour trouver peu à peu le recul recherché. Ce peut être le début d'une libération ou la fin d'un poids. Mais, dans tous les cas, rien que l'idée de pouvoir s'octroyer un moment pour soi, sans avoir à mettre en place une logistique compliquée, fait du bien.

4 programmes, 120 € l'un, accessibles en ligne pendant 30 jours. pleace.fr

UN TRIP ÉCOLOGIQUE AU MEXIQUE

Les férus de bien-être et d'évasion n'auront pas de mal à trouver ce spa, niché sur l'une des plus belles baies de la côte pacifique du Mexique, celle de Zipolite, village encore préservé, destiné aux amoureux d'écologde et de new age. Situé à l'entrée de l'ensemble hôtelier El Alquimista, le Shanti Spa propose des soins réalisés avec des ingrédients locaux frais : fèves de cacao, de café ou de noix de coco moulues pour le corps, mélange d'ananas frais et de miel cru biologique, chocolat bio anti-âge et antioxydant ou curcuma anti-inflammatoire pour le visage. On peut enchaîner avec un massage à l'huile de coco, incluant des techniques d'acupression et de réflexologie. Et, à la tombée de la nuit, on descend sur la plage tout éclairée de bougies… Spectaculaire.

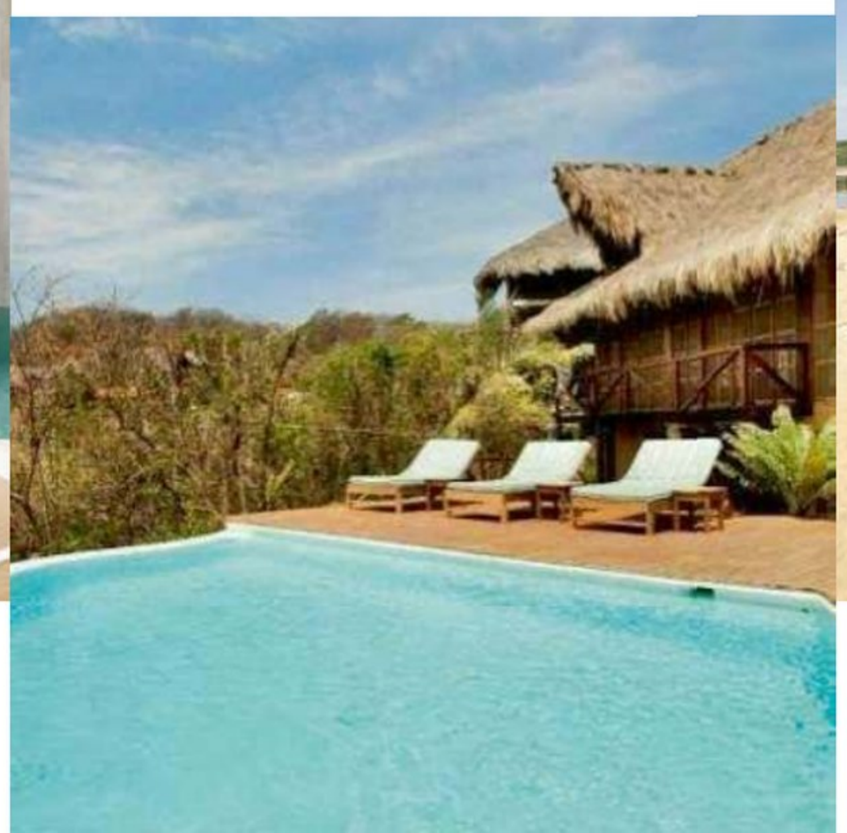
Shanti Spa Hotel El Alquimista. Gommage corps (1 h), massage corps (1 h), gommage et masque visage (1 h) : de 45 à 55 €. shantispazipolite.com

UN BREAK GLAM BASQUE À SAINT-JEAN-DE-LUZ

Ici, on ne fait pas que plonger dans la mer, directement accessible de la piscine de la thalasso, mais également dans le style Art déco dans son interprétation la plus réussie.
La rénovation de la thalasso toute de noir et blanc et de l'hôtel est vraiment réussie et participe au bien-être. Un luxe chaleureux et pas bling qui nous plaît beaucoup. Bonus : la situation en centre-ville et face à l'océan.
De quoi profiter pleinement des diverses cures nouvellement lancées (« immersion yoga », « épigénétique »…). ●

Hôtel Hélianthal Thalazur. 24 soins, 6 jours-6 nuits en demi-pension : dès 1326 € par personne. Tél. : 05 59 51 51 51. thalazur.fr







ART DE VIE

TOURISME OUVREZ LES VANS.

LE VAN N'A RIEN PERDU DE SON AURA PEACE AND LOVE. IL EST PARFAIT POUR DES VACANCES RESPECTUEUSES ET CONTEMPLATIVES. VOUS LAISSEREZ-VOUS TENTER ?

PAR **CONSTANCE DOVERGNE** RÉALISATION **CHARLOTTE HUGUET**
ASSISTANTE DÉCO **LOLA GUENEAU** PHOTOGRAPHE **CLAIRE ISRAEL**



1 ET 16. VERRES « KAMI », SHOPU SUR SHOPU.FR, 48 € L'UN. **2 ET 11.** CUILLÈRES, LA BOUTIQUE GÉNÉRALE, 12 € L'UNE. **3.** « LA PETITE ASSIETTE EN TERRE MÊLÉE D'URANUS », SUZIE LAPIERRE D'ARGY x LA ROMAINE ÉDITIONS, 90 €. **4 ET 19.** PLANCHES, BELDY, 65 € L'UNE. **5.** BOUGIE, FLEUX, 20,90 €. **6.** PORTE-GOURDE, YVONNE WASKA, 60 €. **7.** PICHET, MERCI PARIS, 93 €. **8.** CAFETIÈRE « LADY ANNE », KNINDUSTRIE CHEZ MERCI PARIS, 72 €. **9.** BOÎTE À OUTILS, LA TRÉSORERIE, 27,50 €. **10.** PINCE, SØSTRENE GRENE, 2,80 €. **12.** ALLUMETTES « SASHA THE CAT », MERCI, 9,90 €. **13.** CABAS, LA TRÉSORERIE, 39 €. **14.** NAPPE, LANDLINE PARIS, 144 €. **15.** TABLE PLIANTE, ZARA HOME, 179 €. **17.** BOUGIE, LA BOUTIQUE GÉNÉRALE, 28 €. **18.** BOUGEOIR, DUMP CÉRAMISTE, LA BOUTIQUE GÉNÉRALE, 30 €. **20.** COUSSIN « COYOACAN », A.P.C., 220 €. **21.** COUSSIN PATCHWORK LIN « BIGOULIN », MARIE COLIN-MADAN, 70 €. **22.** QUILT « BOTTROP », A.P.C., 300 €. **23.** TISSU « FRAGMENT », ESPRIT PAR ELITIS, 194 € LE MÈTRE.

« **VOYAGER DE MANIÈRE PLUS DOUCE,** apprendre à vivre plus simplement avec moins de choses mais plus d'espace mental », c'est le credo d'Iris Texeire, qui, avec sa sœur Fiona et son frère Hugo, a investi dans un van aménagé. Comme eux, 64 % des Français se disent prêts à se convertir aux vacances sur la route, à la redécouverte d'un territoire extraordinairement riche et varié. Un chiffre qui a explosé suite à la pandémie et ses incertitudes. Iris, Fiona et Hugo ont choisi un van de petite taille, pas plus encombrant qu'une voiture, qui se gare partout en toute discrétion. Ils l'ont confié à Yasmine El Kotni et René Brink, le duo derrière Recycle Inn, une entreprise artisanale mue par un amour commun pour le voyage, le travail du bois et l'ingéniosité. Ils aménagent de petits espaces bien pensés, à l'image des voyageurs qui font appel à leurs services. Pour la fratrie, ce slow-tourisme d'un nouveau genre est une révélation. Apprendre à apprécier les choses simples. Prendre le temps de contempler une nature extraordinaire, aux antipodes de la civilisation. Admirer les étoiles, allongés dans un lit. Vivre au rythme du soleil et se laisser porter par un lieu ou des rencontres en bord de route. « Un mode de voyage plus connecté aux gens et à la nature environnante. » ● ● ●

RIEN NE SE PERD, TOUT SE TRANSFORME

Ā l'intérieur du van, un espace ultra-optimisé : en journée, le canapé d'angle se convertit en deux banquettes tandis qu'une table se déplie afin de pouvoir déjeuner à l'intérieur. Le soir venu, les modules se déplacent facilement pour former un lit. Chacun d'entre eux fait office de rangement avec tiroirs, dont l'un se ferme à clé pour les affaires précieuses.

1. TISSU VITRAIL « POJAGI », MARIE COLIN-MADAN, SUR MESURE, Ā PARTIR DE 70 €. **2.** COUSSINS « GOOD LUCK » ET « SERPENTS », LAURENCE KIBERLAIN x LA PRESTIC OUISTON, 200 € L'UN. **3.** COUSSIN « LINEN », FLEUX, 39,90 €. **4.** BOUGIE « LA BOUGIE DE LA MARIĒE », CAMILLE ROMAGNANI POUR LA ROMAINE ĒDITIONS, 58 €. **5.** PLAT « LE GRAND PLAT AUX PETITS CARREAUX VERTS », SAMANTHA KERDINE POUR LA ROMAINE ĒDITIONS, 49 €. **6.** SAC, ZARA HOME, 22,99 €.



LA ROUTE DE LA NOSTALGIE

Iris, Fiona et Hugo rêvaient d'un van qui évoque leur enfance passée dans la forêt, en Bretagne. Ā leur demande, Recycle Inn a donc intégré dans la cuisine de belles branches récupérées dans cette même forêt. Quand la porte est ouverte sur la nature alentour, l'ambiance « cabane dans les arbres » est garantie !

7. COUPES (ET PICHET) « SET SASHI », SHOPU SUR SHOPU.FR, 180 € LES 4 PIĒCES. **8.** BOL ET ASSIETTE, KAPKA CHEZ THE CONRAN SHOP, Ā PARTIR DE 14,50 €. **9.** TASSE, LILY PEARMAIN CHEZ LA BOUTIQUE GĒNĒRALE, 46 €. **10.** COUVERTS « KODAI VINTAGE », COMAS & PARTNERS CHEZ MERCI PARIS, Ā PARTIR DE 4 €. **11.** « LA PETITE ASSIETTE AUX PETITS CARREAUX VERTS », SAMANTHA KERDINE POUR LA ROMAINE ĒDITIONS, 49 €. **12.** TORCHON, FOG LINEN CHEZ LA BOUTIQUE GĒNĒRALE, 20 €.



ÉCOLO FOOD

« Nous avons hâte de cuisiner de manière spontanée, et en plein air, des aliments fraîchement cueillis, de sortir de notre zone de confort en pensant nos recettes en fonction de l'équipement du van : mini-frigo, eau limitée, petite gazinière, stockage au minimum… La cuisine sauvage nous permet de montrer qu'il est possible d'avoir une alimentation riche, créative, audacieuse, pleine de goûts et d'émotions sans produits venus de l'autre bout de la planète », confie Iris. ● ● ●

SUR LA PELOUSE. 1. BOUILLOIRE CAFÉ FILTRE JAPONAISE, LA TRÉSORERIE, 51,50 €. **2.** TABOURET « IRO », BELDY, 179 €. **3.** VASE « ERATO », BELDY, 140 €. **4.** VASE « TERRACOTTA », BELDY, 120 €. **5.** VASE « CLEO », BELDY, 95 €. 6. PANIER, LA BOUTIQUE GÉNÉRALE, 65 €. **7.** TAPIS, ZARA HOME, 359 €. **8.** BARBECUE, SUR MANOMANO.FR, 89,95 €. **9.** ÉDREDON « BRIQUE DE SIENNE », MERCI PARIS, 225 €. **10.** PARASOL « PREMIUM VINTAGE », FLEUX, 299 €. **11.** QUILT « ANNI », A.P.C., 600 €. **12.** COUSSIN XL « PIERRE ET RAYURES BLEU DE NÎMES », MERCI PARIS, 105 €.

L'ART DE LA RÉCUP

Privilégiant les matériaux locaux ou recyclés, le duo de Recycle Inn détourne des objets de récup, comme ces crochets issus de vieux classeurs, qui donnent un esprit régressif au décor intérieur et rappellent une cabane d'enfant.





1. NAPPE « BIG BIG BIGOULIN », MARIE COLIN-MADAN, SUR MESURE, À PARTIR DE 160 €. 2. ASSIETTES ET TIMBALES, KAPKA CHEZ THE CONRAN SHOP, À PARTIR DE 14,50 €. 3. COQUETIER, SOPHIA DE MOSER LEITAO POUR LA ROMAINE ÉDITIONS, 30 € L'UN. 4. « LA CARAFE DE LA ROMAINE », CANOA LAB POUR LA ROMAINE ÉDITIONS, 280 €. 5. BOL, SØSTRENE GRENE, 2,90 €. 6. OLIVES, SØSTRENE GRENE, 3,98 €. 7. PINCE, SØSTRENE GRENE, 2,80 €. 8. DESSOUS DE PLAT, LA BOUTIQUE GÉNÉRALE, 40 € L'UN. 9. CANETTES DE VIN ORANGE, CANETTA SUR CANETTA.NET, 26 € LES 4.

ET SI ON PRÉFÈRE LOUER ?

PREMIER ROAD-TRIP EN VAN ? On se laisse guider par un service clé en main tel que Roadsurfer et sa flotte de véhicules aménagés rutilants. L'avantage : une hotline joignable six jours par semaine, des conditions de réservation ultra-flexibles et une appli géniale qui répertorie les plus beaux spots où dormir partout en Europe. Petit budget ? Les habitués du voyage en van recommandent Wikicampers, site de location entre particuliers, qui dispose d'une assurance. Pour obtenir les tarifs les plus abordables possible, ne louez pas directement dans les grandes villes, mais préférez des petites agglomérations que vous rejoindrez en train. Enfin, n'hésitez pas à choisir de petits modèles passe-partout, beaucoup plus adaptés au camping sauvage et qui, contrairement aux camping-cars grand luxe, n'exigent aucune autorisation pour accéder aux parkings avec hauteur réglementaire ou squatter les emplacements spéciaux.

TROUVER SON ITINÉRAIRE

J'AI ENVIE... ... D'UN PAYSAGE À LA VAN GOGH

OÙ ? La Provence, des champs de lavande aux montagnes du Mercantour, en passant par les gorges du Verdon et le lac de Sainte-Croix.
ITINÉRAIRE 300 kilomètres sur 6-7 jours.
QUAND ? Début juillet, la période bleue, lorsque la floraison des lavandiers est à son paroxysme.

... DE GRANDS ESPACES

OÙ ? Le massif du Jura, des Pertes de la Valserine au lac Genin. Sa nature sauvage et ses faux airs de Canada, loin des circuits touristiques, entre lacs turquoise et puissantes rivières.
ITINÉRAIRE 45 kilomètres sur 2 jours.
QUAND ? Fin octobre, pour profiter des couleurs de l'automne et des cascades gorgées d'eau.

... DE SENSATIONS FORTES

OÙ ? La côte atlantique côté sud, des cabanes ostréicoles de la pointe du Cap-Ferret aux adorables villages de la côte basque, en passant par la célèbre dune du Pilat, les forêts landaises au parfum enivrant et les plages infinies où se fracassent des rouleaux que le monde nous envie.
ITINÉRAIRE 400 kilomètres sur 5-6 jours.
QUAND ? En septembre, quand la foule a déserté les plages et que l'eau atteint ses plus hautes températures. ●

NOS REMERCIEMENTS À BRUNO SAILLER.

CLAIRE ISRAEL

Avec nous, vous découvrirez

comment voyager plus responsable

Reste à convaincre vos amis
de vous suivre.

Chercher nous fait avancer

Google

DDB

FOOD

UN ARTICHAUT, DEUX POSSIBILITÉS.

CULTIVÉ EN FRANCE, DÉLICIEUX ET BOURRÉ DE QUALITÉS NUTRITIVES… C'EST LE LÉGUME À METTRE DANS SON ASSIETTE DURANT TOUT L'ÉTÉ. DES GRANDS CHEFS NOUS LIVRENT LEURS ASTUCES POUR LE CUISINER.

PAR **DELPHINE GAUTHERIN**



LONGTEMPS BOUDÉ, CE LÉGUME-FLEUR QUI SE CULTIVE JUSQU'EN SEPTEMBRE revient en majesté sur les grandes tables étoilées et dans les caves à manger les plus branchées. À la maison, on le conserve en plaçant sa tige dans un verre d'eau, à changer chaque jour comme pour un bouquet. Violet (le poivrade du Sud) ou vert (le camus de Bretagne), cru ou cuit à l'eau, l'artichaut est un allié santé grâce à ses feuilles, riches en cynarine, un antioxydant efficace pour réduire le taux de cholestérol dans l'organisme et aux propriétés purifiantes pour le foie. Autre atout : il est pauvre en calories. Le bon geste ? Penser à récupérer l'eau de cuisson pour les soupes !

FAÇON CONSERVE

Incontournable de la cuisine du Sud, l'artichaut poivrade a la cote chez la plus Niçoise des Parisiennes, Julia Sedefdjian (Baieta). « Avec son goût complexe, ses textures, cuites ou crues, et ses différentes variétés, c'est un légume avec lequel on peut s'amuser. » Si elle affectionne le poivrade, subtil en goût, elle apprécie également l'artichaut camus, « qui est un légume dense, avec beaucoup de matière. Je le travaille davantage en mousseline ». Marinés à l'huile d'olive, conservés dans des bocaux, ces légumes-là apportent du soleil toute l'année dans des pâtes ou en salades.

restaurant-baieta-paris.fr

FAÇON ANTI-GASPI

Chez les Lyonnais Tabata et Ludovic Mey (Les Apothicaires), l'artichaut fait recette. « Très bon pour la santé, riche en vitamine C et en fer, il revient sous toutes ses formes en pleine saison, se réjouit Tabata. Cuit en entier, accompagné de pistaches, menthe marocaine et citron, il se consomme aussi en purée ou en chips pour agrémenter une volaille rôtie aux fleurs et aux herbes. C'est un produit délicat qui se déguste de la tête au pied, apporte une certaine douceur en bouche et dont les différentes variétés permettent d'être créatifs. »

lesapothicairesrestaurant.com

LES RECETTES : LE HOUMOUS DE TABATA MEY

Ne jetez plus les feuilles d'artichaut. Faites-les bouillir 1 heure. Récupérez la pulpe et mixez avec des pois chiches, un trait d'huile d'olive, du jus de citron et quelques herbes fraîches.

LA CRÈME POIVRADE DE JULIA SEDEFDJIAN

Tournez 8 artichauts. Taillez-les en 4. Faites suer dans une poêle avec des échalotes, du thym, de l'ail et de l'huile d'olive. Ajoutez du vin blanc, déglacez. Mouillez la préparation au bouillon de légumes à mi-hauteur. Laissez cuire 1 heure. Mixez et assaisonnez. Servez comme une tapenade ou en amuse-bouche dans des tartelettes. ●

LAMY/PHOTOCUISINE

NE VOUS ÉNERVEZ PAS

Parce que Martin, c'est un producteur d'ici et il est en train de livrer vos yaourts de brebis préférés à votre Drive. Alors oui, ça fait 5 km que vous n'arrivez pas à le doubler mais c'est parce que dans les Drive Intermarché, vous pouvez évidemment retrouver tous les produits de votre magasin dont tous les produits des Producteurs d'Ici.

leDRIVE Intermarché

1er Drive de France

Produits « Producteurs d'Ici » livrés par des producteurs qui se situent au maximum 70 km à vol d'oiseau de votre Drive Intermarché, plus d'informations sur la démarche sur intermarche.com. Intermarché est l'enseigne n°1 en nombre de Drive avec 1 766 Drives ouverts au 23/05/2022 répartis en France métropolitaine NIELSEN IQ -Trade dimension.

Annonceur : ITM Alimentaire International - RCS PARIS 341 192 227 - SAS au capital de 149 184 € - Siège social : 24, rue Auguste Chabrières 75737 Paris Cedex 15 - Sous réserve d'erreurs typographiques - 2022.

C'EST MON HISTOIRE

MA VIRÉE AU VERT A VIRÉ AU CAUCHEMAR

GALVANISÉE PAR SON APPRENTISSAGE DU MÉTIER DE BERGÈRE, CÉCILE DÉCHANTE COMPLÈTEMENT LORSQUE L'HOMME QUI LA FORME RÉVÈLE, IN FINE, UN VISAGE IMPRÉVISIBLE ET VIOLENT.

PROPOS RECUEILLIS PAR
CORINNE RENOU-NATIVEL

À MON ARRIVÉE À L'ESTIVE cet après-midi de juin, je découvre un paysage complètement fou : un immense cirque sur les hauteurs du massif de l'Ubaye, dans les Alpes, avec mille quatre cents brebis. Au-dessous, au bord du lac de Serre-Ponçon, la magnifique abbaye romane de Boscodon, dont les moines emmenaient paître leurs bêtes sur la montagne. C'est là où se déroulera ma première expérience d'aide-bergère. J'ai 30 ans et j'ai fait quelques détours pour arriver à ce métier : licence de géographie, rénovation de monuments historiques, écoconstruction. Attirée par un travail en prise avec le réel, j'ai quitté ma Franche-Comté natale pour faire des woofings dans des fermes de l'Aveyron, du Mercantour ou de la région de Gap… J'y ai appris à m'occuper de vaches et voulais poursuivre ma formation avec des chèvres, des brebis…Je déniche donc, via un blog, un job d'aide-bergère auprès de Pierre, qui accepte de me former à la garde d'un troupeau.

SYMPA, ENTHOUSIASTE ET… TRÈS PORTÉ SUR L'ALCOOL

Si le secteur du bâtiment m'a habituée à l'idée d'être la seule femme à l'intérieur d'un groupe de travail, j'ai néanmoins un peu d'appréhension à passer trois mois en altitude, isolée avec un

homme. Au printemps, je rencontre donc Pierre dans sa ferme : la soixantaine, plutôt sympa, il parle de la montagne et de son métier avec un vrai souci de transmettre. Il boit beaucoup d'alcool, cela m'inquiète, mais il me répond que l'estive est justement un moment de sevrage. Alors banco ! En juin, je gare ma voiture au dernier parking, puis rejoins l'aventure via une route impressionnante à arpenter seulement en 4x4. Je retrouve Pierre et fais la connaissance des autres éleveurs du groupement pastoral qui ont amené leurs brebis. Nous fêtons la saison qui commence par une grande bouffe chaleureuse et festive, mais la première nuit six brebis sont tuées ou blessées par un loup. Pierre est venu avec ses trois chiennes de conduite qui dirigent le troupeau et ses deux patous qui doivent le protéger. Pour moi, c'est une grande claque : je découvre à la fois un travail, un territoire et la prédation. Pierre m'explique comment soigner les brebis, identifier celles qui boitent, s'assurer qu'elles mangent bien... Notre binôme fonctionne parfaitement et je m'accommode de nos conditions de vie ultra-spartiates : nous dormons dans la même pièce, une petite cabane avec une cuisine, un robinet d'eau froide et un poêle à bois. Un panneau solaire nous permet d'avoir un peu de lumière le soir et de recharger nos téléphones portables, mais il n'y a pas de réseau. Nous nous lavons dans les abreuvoirs des brebis ou dans un petit lac de montagne à une demi-heure de marche. La proximité avec Pierre n'est pas anodine, mais il est pudique et chacun se tient à distance de l'autre lors de sa toilette.

Rapidement, je me rends compte que Pierre continue à boire autant que chez lui. Ivre, il parle tout seul, divague, raconte quinze fois les mêmes choses. Je comprends qu'il a eu des histoires avec les aides-bergères qui m'ont précédée, des femmes de mon âge, ou plus jeunes, qu'il a recrutées. Avec moi, il n'est pas dans la séduction, peut-être parce que je l'ai averti que j'étais lesbienne. Ses copains, un louvetier et des randonneurs, gravitent autour de nous, mais la plupart du temps nous sommes en tête à tête, et cela devient pesant quand il a bu, ce qui est quotidien. Un après-midi, après le départ de ses potes venus déjeuner, Pierre me lance : « Ce soir, on couche ensemble. » Je le rembarre alors gentiment : « Même pas en rêve ! » Il n'insiste pas. Mais, dès lors, il rouspète tout le temps. Je mets ça sur le compte de la fatigue, nous venons de passer trois semaines en montagne et un gros changement s'annonce : nous devons emmener le troupeau dans de nouveaux quartiers de pâturage, plus forestiers. Dans ce genre d'endroit, garder mille quatre cents brebis est techniquement plus compliqué. Pierre devient plus froid, plus désagréable avec moi. Pour lui, rien ne va. Pourtant, la transhumance, épaulée par les éleveurs, se passe bien. On la fête tous ensemble près de notre nouvelle cabane, plus grande, mieux aménagée, moins rudimentaire.

UNE SITUATION QUI DÉRAPE

Lorsque tout le monde redescend dans la vallée, Pierre est fin bourré. Il tient des propos sexistes, racistes et homophobes. Tout le monde en prend pour son grade. Contrairement à l'autre cabane, il n'y a qu'un lit deux places dans la chambre. Hors de question que l'on dorme ensemble, je lui laisse le Clic-Clac du salon ! C'est là qu'a lieu le drame : une de ses chiennes vient boire dans la gamelle d'eau de mon chien... et il vrille ! Selon lui, sa chienne pourrait tomber malade ou faire un retournement d'estomac. Énervé contre le monde entier, il focalise sa colère sur moi et mon chien. Je vais me coucher dans la chambre, qui ne ferme pas à clé. Il continue à vociférer, puis rapidement me menace et m'insulte copieusement : je suis une petite conne qui se la raconte, il veut faire la peau à mon chien... Recroquevillée dans mon sac de couchage, je l'entends perdre les pédales de plus en plus et je me demande à quel moment il va pousser la porte. J'ai peur d'une confrontation physique. Au milieu des injures, il glisse des petites phrases du genre « Elle est quand même bien mignonne » qui sous-entendent qu'il me trouve sexy, ce dont je me passerais bien. Je crains clairement que la situation ne dérape plus encore. J'ai seulement mon Opinel et mon parapluie de berger pour me défendre. Le téléphone portable ne fonctionne pas sur ces hauteurs, je suis à quarante-cinq minutes à pied de ma voiture, à une heure et demie de la première habitation. Sortir par la fenêtre m'obligerait à passer devant lui pour redescendre jusqu'à la civilisation. Ivre mort, il pleure, il hurle devant le chalet, tout en continuant à boire. Il finit par s'effondrer pour de bon après plusieurs heures de vociférations.

Le lendemain matin, je me sens hyper mal à l'aise. Je demande à Pierre, qui a une énorme gueule de bois, s'il se souvient de ce qui s'est passé la veille au soir. Non, mais il me reparle de la gamelle d'eau que je n'aurais pas dû laisser traîner. Nous passons la matinée à garder le troupeau silencieusement. J'aime ce boulot et la montagne, mais je me sens trop vulnérable, j'ai désormais peur de Pierre. Le midi, de retour à la cabane, je trouve alors un prétexte pour descendre dans la vallée. Je prends mon porte-monnaie, mes clés de voiture, mon téléphone et mon chien. Je passe l'après-midi à chercher le président du groupe pastoral, l'employeur de Pierre et le mien, mais je ne le trouve pas. Comme je ne me vois pas remonter seule, je demande à une bergère que je croise de m'accompagner. Je prie pour que Pierre ne soit pas à la cabane, mais il est là. Je lui dis que je ne peux pas rester. Aucune réaction. Je prends mes affaires et je m'en vais, trop bouleversée par la soirée et la nuit pour lui dire ma colère.

POLITIQUE ET FÉMINISTE

De retour en Franche-Comté, j'appelle le président du groupe pastoral, qui déplore le comportement de son berger, mais estime qu'il ne peut pas y faire grand-chose. Il me paie une semaine de plus que le temps passé à travailler. Dédommagement ou manière d'acheter mon silence ? Il a un pouvoir d'action, il aurait pu lui interdire de retravailler avec des femmes, mais il ne se mouille pas. Je passe deux semaines à me terrer avec ma compagne dans la maison d'un copain, puis la vie reprend son cours. Mais cette mauvaise expérience dans l'alpage continue de me hanter : avais-je vraiment le droit d'abandonner mon poste ? Quelle est ma part de responsabilité dans cette histoire ? Durant un stage d'autodéfense qui réunit des bergères, je découvre que je ne suis pas la seule à avoir vécu une situation compliquée : sur les quinze femmes présentes, toutes ont subi un harcèlement moral ou sexuel. Il y a quelques mois, je me suis installée comme éleveuse de brebis laitières en Saône-et-Loire, dans une ferme qui compte cinq femmes et un homme. Un hasard ? Pas vraiment. Notre collectif se veut politique et féministe, et le seul garçon du groupe l'a d'ailleurs parfaitement compris. ●

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



CE QUI RÉJOUIT...

VIRGINIE COUPÉRIE-EIFFEL ●

CETTE AMOUREUSE DES CHEVAUX ET INITIATRICE DU TRÈS COURU LONGINES PARIS EIFFEL JUMPING NOUS DÉVOILE SES COUPS DE CŒUR.

PROPOS RECUEILLIS PAR **ÉDOUARD DUTOUR**

LA DORDOGNE

« Je suis née et j'ai grandi au bord de la Dordogne, au château Bacon, la propriété familiale, où je réunis souvent ma tribu. Je viens de ce coin de France, de ce territoire, je suis le produit de cette terre argileuse, généreuse, qui nourrit les chevaux que j'élève. Cet endroit, c'est le socle de mon existence. »

SA JUMENT CHEPPETTA

« Un animal merveilleux, qui m'a fait vivre tant d'émotions. Une championne au grand cœur que j'ai découverte quand elle avait 8 ans et qui a été deuxième lors du Paris Eiffel Jumping, en 2019, avant de faire un burn-out, physique et moral. Oui, cela existe aussi pour les animaux ! Je l'ai accueillie au sein de mes écuries et je l'ai ramenée à la vie en prenant soin d'elle, tout simplement. J'ai senti qu'elle ne voulait pas devenir poulinière, mais désirait gagner encore des compétitions. Cheppetta est revenue au plus haut niveau en remportant cette année le Grand Prix Hermès sous la selle de Kevin Staut. Elle sautera à nouveau au Longines Paris Eiffel Jumping ce week-end, au Champ-de-Mars. Et, qui sait, le remportera-t-elle ? »

LA BONNE VIE

« L'essentiel pour moi est de passer du bon temps avec ma famille et mes amis, de rire avec eux, de profiter de la vie. Mes deux mots préférés : l'humour et l'amour. J'ai toujours été une joyeuse épicurienne, une bonne vivante, et je goûte les plaisirs de la vie, de Paris à Bordeaux, en passant par le Cap-Ferret, où j'ai mes habitudes. Là-bas, je vis comme une sauvage, pieds nus... Je me ressource dans l'océan, tout en refaisant le monde dans les petits bistrots avec les copains. La vie est belle ! » ●

Le Longines Paris Eiffel Jumping aura lieu du 24 au 26 juin, au Champ-de-Mars (Paris-7e). pariseiffeljumping.com/fr

TRAVAILLER EN ÉQUIPE

« Paradoxalement, on se révèle à soi-même en collaborant avec les autres, en partageant les idées, les emmerdes, les enthousiasmes de ses équipes. J'ai toujours fonctionné en groupe, et c'est la clé de la réussite, ainsi qu'une grande source de bonheur. Seuls, isolés et enfermés sur nous-mêmes, nous sommes peu de chose ! »



SA CHEFFE

« HÉLÈNE DARROZE, L'UNE DES PLUS DOUÉES PARMI LES CHEFS ÉTOILÉS, SERA AUX COMMANDES DU PAVILLON EIFFEL PENDANT TOUTE LA DURÉE DE NOTRE ÉVÉNEMENT. FIERTÉ. »



SON LIVRE

« TOUT SAGAN POUR LA LÉGÈRETÉ, LA MUSICALITÉ DE SON ÉCRITURE. ET LA POÉSIE DE RIMBAUD, EN PARTICULIER UN TEXTE QUI S'APPELLE "SENSATION", VÉRITABLE HYMNE À LA NATURE. »



SON ARTISTE

« EVA JOSPIN, QUI DÉFEND DES VALEURS ÉCORESPONSABLES. J'ADORE SES FORÊTS EN CARTON ET SON CÉNOTAPHE À L'ABBAYE DE MONTMAJOUR. »



SA CHANSON

« "UN AMOUR INDESTRUCTIBLE", ÉCRITE PAR MA FILLE, VANILLE, POUR SON FRÈRE, BARNABÉ. »

CHRISTOPHE BRICOT/DPPI VIA AFP ; PRESSE ; FOC KAN/WIREIMAGE.

LE NOUVEAU HORS-SÉRIE

ELLE



CHEZ VOTRE MARCHAND DE JOURNAUX

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



ABONNEZ-VOUS!

À COMPLÉTER ET À RENVOYER SOUS ENVELOPPE À AFFRANCHIR À :
ELLE SERVICE ABONNEMENTS - CS 90006 - 59718 LILLE CEDEX 9

OUI, je m'abonne à **ELLE** pour :

- **France**
  - ☐ 1 an (52 nos) : **69 €** au lieu de 135,20 €*
  - ☐ 6 mois (26 nos) : **39 €** au lieu de 67,60 €*
- **Autres pays** (hors Suisse, Belgique, USA, Canada voir ci dessous)**

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

MODE DE RÈGLEMENT CHOISI :

Chèque bancaire ou postal à l'ordre de ELLE

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

☐ Mme ☐ Mlle ☐ Mr Nom : Prénom :

N°/Voie :

Cplt adresse :

Code postal : Ville :

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

Email :

N° Tél.

LLLN6

RELATION ABONNÉS

Gérez vos abonnements, abonnez-vous ou posez vos questions
Par E-mail : elle@jemabonne.fr
Par Internet : www.jemabonne.fr
Par téléphone : France 01 75 33 70 35. Etranger (0033) 1 75 33 70 35.
Par courrier : ELLE Abonnements, CS 90006 - 59718 Lille Cedex 09

ABONNÉES : activez dès maintenant votre compte sur activation.elle.fr pour profiter en intégralité des contenus exclusifs ELLE.fr

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

- **BELGIQUE :** 52 nos : 109 €; 26 nos : 56 €. Bulletin d'abonnement et règlement à envoyer à : **ELLE-Partner Press,** 451, route de Lennik, 1070 Bruxelles. **Tél. :** (02) 556 41 40. **e-mail :** partnerpress@ partnerpress.be Par virement bancaire compte n o : BE93 2100 9808 7967.
- **SUISSE :** 52 nos : 183 CHF ; 26 nos : 91 CHF. Bulletin d'abonnement et règlement à envoyer à : **Dynapresse,** 38, avenue Vibert, CH, 1227 Carouge. **Tél. :** 022 308 08 08. **Fax :** 022 308 08 59. **Internet :** www.dynapresse.ch e-mail : abonnements@ dynapresse.ch
- **CANADA :** par avion 52 nos : $Can 339 26 nos : $Can 169 TPS et TVQ non incluses. Bulletin d'abonnement et règlement à envoyer à : **Express MAG/ELLE,** 3339, rue Griffith, SaintLaurent, Québec H4T 1W5. **Tél. :** (514) 355-3333. **Fax :** (514) 355-3332.
- **U.S.A. :** par avion, 52 nos : $ 315 ; 26 nos : $ 169. Bulletin d'abonnement et règlement à envoyer à : **Express Mag PO BOX,** 2769, Plattsburgh NY 12901-9805. **Tél. :** 1(800) 363-1310 ou (514) 355-3333. **Fax :** (514) 355-3332.

* Prix de vente en kiosque. ELLE est édité par CMI Publishing (RCS Nanterre B324 286 319-TVA FR 88 324 286 319). Offre valable 2 mois, réservée aux nouveaux abonnés de France métropolitaine. Après enregistrement du règlement, réception du 1er numéro sous 4 semaines maximum. L'envoi de votre bulletin vaut acceptation des CGV, accessibles sur www.jemabonne.fr. Abonnement résiliable à tout moment (remboursement des numéros non reçus). En cas de litige, vous pouvez saisir le médiateur de la consommation (SAS Médiation Solutions, 222 chemin de la Bergerie – 01800 – Saint Jean de Niost ou contact@sasmediationsolution-conso.fr). Vous disposez d'un droit de rétractation de 14 jours après réception du 1er numéro (formulaire sur www.jemabonne.fr). Retour des numéros déjà reçus à vos frais. Ces données sont destinées à CMI Publishing (RCS Nanterre B324 286 319), responsable de traitement, et à ses prestataires techniques afin de gérer votre abonnement et, si vous y consentez, à ses partenaires commerciaux à des fins de prospection. Vous pouvez retirer votre consentement à tout moment. Pour exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, à la limitation et portabilité de vos données, et décider du sort de celles-ci après votre mort ou vous opposer à la prospection commerciale écrire à: CMI Publishing – 3-9 avenue André Malraux 92300 LEVALLOIS-PERRET ou par email dpoelle@cmimedia.fr. Consultez notre Charte données personnelles (www.jemabonne.fr).

ELLE

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

DIRECTRICE DE ELLE VÉRONIQUE PHILIPPONNAT
DIRECTRICE DE LA RÉDACTION ERIN DOHERTY
DIRECTEUR DE LA CRÉATION TOM MEREDITH

RÉDACTION EN CHEF
ANNE-LAURE SUGIER (MAGAZINE), ÉDOUARD DUTOUR (BIMÉDIA), BRUNE DE MARGERIE (MODE), ÉLISABETH MARTORELL (BEAUTÉ), JULIE DESSAGNE (DIGITAL).

SECRÉTAIRE GÉNÉRAL DE LA RÉDACTION JEAN-CHARLES GANDIA

RÉDACTION EN CHEF ADJOINTE MARGUERITE BAUX (MAGAZINE), CONSTANCE DOVERGNE (LIFESTYLE).

CHEF DE SERVICE ACTUALITÉ (ELLE INFO) MATHILDE CARTON

ÉDITORIALISTES
ALIX GIROD DE L'AIN, OLIVIA DE LAMBERTERIE, MARION RUGGIERI, DOROTHÉE WERNER.

ASSISTANTES DE LA RÉDACTION SÉGOLÈNE DELLOYE (14 29), FLORENCE DE MONT (14 59) (DIRECTION), NATHALIE GROUARD (14 30) (BEAUTÉ).

DIRECTION ARTISTIQUE CAROLINE IGNAZI (DIRECTRICE ARTISTIQUE), FABIENNE CORON (DIRECTRICE ARTISTIQUE ADJOINTE).

CASTING ET IMAGE ÉMILIE LE GOFF

MAGAZINE
MARIE-FRANCE ETCHEGOIN (CHEF DE SERVICE ENQUÊTE ET LONG FORMAT), ALICE AUGUSTIN, OLIVIA DE LAMBERTERIE, AVA DJAMSHIDI, FRANÇOISE DELBECQ, CATHERINE ROBIN, MARION RUGGIERI, DOROTHÉE WERNER (GRANDS REPORTERS), PATRICK WILLIAMS, NATHALIE DUPUIS, ILARIA CASATI.
DÉPARTEMENT CÉLÉBRITÉS VÉRONIQUE VATINOS. **GUIDE CULTUREL** MARGUERITE BAUX (CHEF DE SERVICE) (14 63).
AVEC LA COLLABORATION DE THOMAS JEAN, FLORENCE TRÉDEZ, ANNA NOBILI. **LIVRES** OLIVIA DE LAMBERTERIE (CHEF DE SERVICE).
AVEC LA COLLABORATION DE SANDRINE MARIETTE ET CLÉMENTINE GOLDSZAL (GRAND PRIX DES LECTRICES).

MODE
ANNE-MARIE BROUILLET (18 41), HORTENSE MANGA (18 39). AVEC LA COLLABORATION DE CHLOÉ DUGAST.
ACCESSOIRES AVEC LA COLLABORATION D'ÉLISABETH AKESSOUL (18 49) (+ MARKET EDITOR). **STYLE** AVEC LA COLLABORATION D'ÈVE MAENO.
ENFANTS AVEC LA COLLABORATION DE CHARLOTTE HUGUET (18 53).

BEAUTÉ
ALICE ELIA (CHEF DE SERVICE). AVEC LA COLLABORATION DE LAURIANE SEIGNIER.

ART DE VIE
JULIA DION (CHEF DE SERVICE). SANDRINE FURET, DELPHINE GAUTHERIN.
AVEC LA COLLABORATION DE SOLINE DELOS, GIULIA FOÏS, HÉLÈNE CLAUDEL, JULIE PUJOLS BENOÎT.
DÉCO AVEC LA COLLABORATION DE CHARLOTTE HUGUET. **CUISINE** AVEC LA COLLABORATION DE CARRIE SOLOMON.

RÉDACTEURS GRAPHISTES
PIERRE BORNET, VALÉRIE FRAIGNEAU, CORALIE GALLIBOUR, JULIE LASSALLE, MARIE MARAMZINE, CÉCILE MAYOT, CAROLE SCHINDOWSKI.
ELLE À PARIS ÉMILIE HUSSENOT.

ÉDITING
MANOU FARINE (CHEF DE SERVICE). AVEC LA COLLABORATION DE CAROLINE SIX, STÉPHANIE COCHET ET FRANÇOIS GRELET.

SECRÉTARIAT DE RÉDACTION
KARINE LACOIN (SGR ADJOINTE), NICOLAS NEYMAN (1re SR). ANNE ALBY, SYLVIE ARNOUX, BERNADETTE DUPRAT, ANNE FAUVEL, SANDRINE MARIETTE, CATHERINE PAGÈS, , JULIE TOURON, MARGOTTE UHALDE, MURIEL SAFAR-JAOUI (RÉVISION). AVEC LA COLLABORATION DE DOMINIQUE BRIÈRE, VALIA BREITEMBRUCH, CATHERINE GARNIER.

RÉDACTION EN CHEF TECHNIQUE PHILIPPE GAUTRAND (14 46), LOUIS HINI (ADJOINT).

PRODUCTION
ODILE BERNARD (14 35) (MODE-BEAUTÉ), MALIKA MALA (14 41) (LIFESTYLE, STYLES MODE ET BEAUTÉ), TIFFANY MALONE (14 43) (VOYAGES, CASTING, COIFFURE, MAQUILLAGE).

PHOTO
MARIE-ODILE PERULLI (CHEF DE SERVICE) (14 48). **RÉDACTRICES** LÉA CAUQUIL (14 50), BÉATRICE LABBÉ (14 49).

PHOTOTHÈQUE
BÉATRICE D'OLEON (17 25) (CHEF DE SERVICE). ÉRIC VIEIRA DE SOUZA, CLAIRE FAURE, GWÉNAËLLE MOREAU.

DIVERSIFICATION ÉVÉNEMENTS/ÉDITIONS RÉGIONALES
FLORENCE BESSON (RÉDACTRICE EN CHEF), CLAIRE BAUCHART, ANNA FONTERS, ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE (RESPONSABLE DES ÉDITIONS RÉGIONALES).

HOROSCOPE JEAN-YVES ESPIÉ

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

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

ELLE est édité par CMI PUBLISHING
Siège social : 3-9, avenue André-Malraux, immeuble Sextant,
92300 Levallois-Perret. Associé : International Media Invest A.S.
Dépôt légal : juin 2022. © 2020 CMI PUBLISHING
Commis. Parit. 0226 C 79216. ISSN 0013-6298.

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

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

DIFFUSION DANIEL GILLON (DIRECTEUR DE LA VENTE AU NUMÉRO) (1859), CÉCILE PRUCHON (CHEF DE PRODUIT) (2045).
MARKETING DIRECT KARINE CHEVALLET (19 86) (RESPONSABLE MARKETING CLIENT), NATHANAËLLE MOISAN, MAXIME BROCHET, ASSISTÉS D'ARLETTE KEBREAU.
COMMUNICATION-RELATIONS PRESSE STÉPHANIE VIDEAU-APHATIE (19 23) (DIRECTRICE), FANNY BELLET (19 21) ET LUDIVINE CHAUSSEGROS (19 71) (DIRECTRICES ADJOINTES), MURIEL DURIF (19 22) (PROMOTION ET PLUS PRODUITS), DELPHINE LAPEYRÈRE (19 16).
FABRICATION ÈVE MALHEURTY, PIERRE AITA.

ELLE.FR
RÉDACTION EN CHEF ADJOINTE ÉLODIE PETIT
DIRECTEUR DIGITAL CMI JEAN-PHILIPPE SIOURD

TRADEMARK ELLE® EST UTILISÉE SOUS LICENCE DU PROPRIÉTAIRE DE LA MARQUE, HACHETTE FILIPACCHI PRESSE, UNE FILIALE DE LAGARDÈRE SCA

ELLE INTERNATIONAL, UNE ENTITÉ DE **LAGARDÈRE NEWS**
CEO CONSTANCE BENQUÉ
CEO LICENCES INTERNATIONALES ELLE FRANÇOIS CORUZZI
SVP/DIRECTRICE INTERNATIONALE ELLE VALÉRIA BESSOLO LLOPIZ
RÉDACTRICE MODE CHARLOTTE DEFFE. **RÉDACTRICE BEAUTÉ & CÉLÉBRITÉS** VIRGINIE DOLATA.
DIRECTRICE SYNDICATION SÉVERINE LAPORTE
COORDINATION ANA AFONSO
RESPONSABLE DROITS D'AUTEUR KENZA ALLAL
RESPONSABLE GESTION BASE DE DONNÉES PASCAL IACONO
DIRECTRICE DIGITAL & GRAPHISME MARINE LE BRIS
DIRECTRICE MARKETING MORGANE ROHÉE
WWW.ELLEAROUNDTHEWORLD.COM
REGIE PUBLICITAIRE INTERNATIONALE : LAGARDERE GLOBAL ADVERTISING
SVP/DIRECTEUR COMMERCIAL INTERNATIONAL INTERNATIONAL JULIAN DANIEL / JDANIEL@LAGARDERENEWS.COM

PUBLICITÉ
CMI MEDIA 3-9, AVENUE ANDRÉ-MALRAUX, IMMEUBLE SEXTANT, 92300 LEVALLOIS-PERRET. TÉL. : 01 87 15 13 00.
POUR LEUR ÉCRIRE : INITIALE DU PRÉNOM + NOM@CMIMEDIA.FR
www.cmimedia.fr
VALÉRIE SALOMON (PRÉSIDENTE). CAMILLE BURNIER ZINK (DIRECTRICE)
PATRICK ROBIN (DIRECTEUR DÉLÉGUÉ) & CHARLOTTE CAMUS (DIRECTRICE COMMERCIALE), ASSISTÉS DE LAURENCE TREILLE.
ALICE GICQUEL (DIRECTRICE DE PUBLICITÉ DIVERSIFICATION), AURORE GODON, MARIE-GABRIELLE BARANGER, MÉLANIE VAN CLEEMPUT (DIRECTRICES DE PUBLICITÉ), VALÉRIE DEDUN-QUEDVILLE (DIRECTRICE DE PUBLICITÉ TRADING ELLE), PHILIPPINE FELICIANO, BÉRÉNICE DE VEYRINAS, CHARLOTTE GAVARD, ISABELLE GOMES (DIRECTRICES DE CLIENTÈLE), MANON PAVAGEAU (CHEF DE PUBLICITÉ), APOLLINE DUBUQUOY (CHEF DE PUBLICITÉ DIVERSIFICATION), ASSISTÉES DE CENDRIE LAMBERT, VIRGINIE SILO.
CMI MEDIA RÉGIONS
(PUBLICITÉ RÉGIONALE) TÉL. : 01 77 66 30 00. AMÉLIE POURADIER DUTEIL (DIRECTRICE GÉNÉRALE ADJOINTE).

PUBLICITÉ DIGITALE & OPÉRATIONS SPÉCIALES BRAND CONTENT
ALEXANDRE BOUGOUIN (DIRECTEUR DÉLÉGUÉ), PIERRE MOUSTROU (DIRECTEUR COMMERCIAL), ESTELLE ABEJEAN (DIRECTRICE DU STUDIO DE CRÉATION ET PRODUCTION), LUCIE GRAS (DIRECTRICE DE PUBLICITÉ), MARIE-ARMELLE KERGALL (DIRECTRICE DE CONCEPTION), CARLA SACLIER, SARAH MASSIGNAN (DIRECTRICES DE CLIENTÈLE), ROSALIE GUYONVARCH, NANCY NKONGUE (CHEFS DE PUBLICITÉ)
PUBLICITE CULTURE VIRGINIE GUIOT

NUMÉRO ABONNÉS TÉL. : 01 75 33 70 35. **RÉDACTION** 3-9, AVENUE ANDRÉ-MALRAUX, IMMEUBLE SEXTANT, 92300 LEVALLOIS-PERRET. TÉL. : 01 87 15 44 44.
ANCIENS NUMÉROS VPC ELLE, CS 90006, 59718 LILLE CEDEX 9. TÉL. : 01 75 33 70 35, EN JOIGNANT UN RÈGLEMENT À LA COMMANDE.
POUR LA FRANCE : 2,50 € LE NUMÉRO + 1,50 € DE FRAIS D'ENVOI.

TARIFS ABONNEMENTS
FRANCE : (1 AN, 52 NUMÉROS) 89 € ; (6 MOIS, 26 NUMÉROS) 49 € - ÉTRANGER : NOUS CONSULTER AU (00 33) 01 75 33 70 35.

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

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

PEFC 10-31-3484 Certifié PEFC

ACPM LE TIERS DE CONFIANCE LA VALEUR DES MÉDIAS

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

HOROSCOPE SOLAIRE

DU 23 AU 29 JUIN 2022

PAR **JEAN-YVES ESPIÉ**

BÉLIER

« Si un homme ignore vers quel port il navigue, aucun vent ne peut lui être favorable », disait le stoïcien Sénèque. La planète de la chance, Jupiter, qui arrive dans votre secteur, a besoin d'un cap pour exprimer ses talents et générer une énergie nouvelle. Concentrez-vous sur un objectif précis et prenez les devants pour avancer efficacement pendant que le climat s'y prête.

TAUREAU

Uranus, la planète du changement, est actuellement dans votre secteur. C'est une période pendant laquelle la nouveauté va vous offrir plusieurs options en fonction de vos priorités du moment. Soit vous décidez de faire table rase de ce qui appartient au passé et vous foncez droit devant vous ; soit vous considérez les choses de manière à créer de l'harmonie. Mais il vous faudra choisir.

GÉMEAUX

Vénus passe actuellement chez vous, la belle vous accorde un supplément de charme pour exprimer la richesse de votre tempérament. Sa délicieuse présence, colorée par la force du mental, vous invite à vous poser un certain nombre de questions. L'idée consisterait à définir ce que vous recherchez et ce qui vous convient vraiment. Pour le moment, l'objectif consiste à vivre l'instant présent.

CANCER

Une belle protection de l'astre solaire vous apporte le supplément d'assurance dont vous aviez besoin pour prendre les bonnes décisions. Lesquelles, me direz-vous ? Celles qui vous permettent de retrouver l'indépendance à laquelle vous aspiriez depuis longtemps pour tourner la page et souffler. Évidemment, vous procéderez par étapes, même si c'est surtout le premier pas qui coûte.

LION

Avec de belles planètes en soutien dans les domaines social et professionnel, les influences sont annonciatrices d'une chaleur communicative et d'une mise en lumière dans tous les domaines. En parallèle vient s'ajouter une once de douceur et de charme, portée par la belle Vénus dont le rayonnement vous parvient d'un signe ami. L'ensemble annonce une dynamique de succès.

VIERGE

Les planètes vous stimulent pour y voir clair sur les plans amoureux et familial. Vos relations ne peuvent trouver une harmonie nouvelle qu'à condition de croire en vous, en vos sentiments, sans chercher tout le temps à vouloir changer votre partenaire. Développez votre vision d'ensemble pour affiner votre approche globale. L'idée étant de vous concentrer sur ce qui est essentiel.

BALANCE

Avec Mercure et Vénus de votre côté, c'est le moment de vous mettre en avant, pour prendre des décisions importantes et surtout pour agir. En amour, votre cœur battra plus vite, vous aurez sans doute envie de briser des liens qui ont trop duré. Misez sur les influences stimulantes en présence et profitez-en pour faire le point sur votre situation et surtout pour exprimer vos désirs.

SCORPION

L'influence de l'astre solaire en provenance d'un signe d'eau vous apporte lucidité, chaleur et confiance. Il sera question d'un renouveau dans vos objectifs et d'une clarification dans votre esprit. Débutez un projet, mettez en route une idée sans attendre d'aide extérieure. Décidez d'un cap puis prenez de l'élan et de la vitesse. La période est heureuse pour vous délester et faire peau neuve.

SAGITTAIRE

Entre l'opposition de Mercure et le soutien de Jupiter, le contexte planétaire nécessite votre attention. Le premier vous invite à rester diplomate, il faut parfois attendre le meilleur moment pour agir : lorsque l'oreille est disponible pour obtenir l'adhésion. Le second est un puissant facteur de chance qui vous invite à aller de l'avant en vous investissant dans un projet que vous aviez à cœur depuis longtemps.

CAPRICORNE

L'opposition du Soleil vous rend impatiente, et votre capacité d'écoute se réduit. Pourquoi ne prenez-vous pas un recul de circonstance et ne gérez-vous pas avec humour, bienveillance et jovialité ce qui n'est pas si grave ? En parallèle, vous disposerez d'une telle énergie pour aller de l'avant qu'il serait dommage de vous attarder sur une communication à éclipse. Restez factuelle, simple et pratique.

VERSEAU

Vous allez retrouver le sourire, car de belles planètes rapides facilitent vos échanges et vous apportent de la souplesse et du charme. Le moment est venu de concrétiser vos projets, et de prendre de l'élan en vous investissant pleinement dans ce qui vous tient à cœur. À vous de trouver le juste équilibre entre votre engagement et les contraintes qui peuvent y être associées, c'est un exercice subtil dont vous avez l'habitude.

POISSONS

Les planètes de l'inspiration et de la créativité font tourner votre machine à idées, nourrissent votre moteur intérieur et vous poussent à retrousser vos manches. En parallèle, l'astre solaire vous apporte une énergie neuve qui joue sur votre motivation et votre envie d'évoluer. Communiquez pour vous sentir plus proche, mais c'est à vous de trouver votre rythme, de vous stabiliser à la bonne vitesse.

SUIVEZ L'ASTRO DE JYE SUR YOUTUBE

HOROSCOPE LUNAIRE

DU 23 AU 29 JUIN 2022

PAR **JEAN-YVES ESPIÉ**

BÉLIER

Votre besoin d'agir sera bien là, inspiré par la présence de Mars, la planète de l'action, dans votre secteur lunaire. Elle vous encouragera donc à donner le tempo et à mobiliser un entourage qui, si vous parvenez à y mettre les formes, sera ravi de se laisser porter. Foncez donc, et ne vous souciez pas du regard des autres : votre tempérament de leader saura les rassurer.

TAUREAU

Votre disposition naturelle à apporter le calme et la paix sera appréciée. Accordez-vous la pause dont vous avez besoin pour vous détendre.
En revanche, si vous canalisez vos émotions et parvenez à exprimer simplement ce que vous avez sur le cœur, on cherchera à vous faire plaisir. Acceptez de recevoir autant que vous donnez, ce sera le gage d'une relation qui trouvera son équilibre.

GÉMEAUX

La double présence de Mercure et de Vénus dans votre secteur annonce une période de stabilité. Vous vous sentirez sur la même longueur d'onde que ceux que vous aimez et vous partagerez des moments de complicités. Votre sens du contact et votre faculté d'adaptation aux situations inattendues seront favorisés, et votre charme sera au sommet. Avec ces influences, les relations s'intensifieront...

CANCER

Si vous ne dites pas qui vous aimez, ce que vous désirez ou ce que vous ressentez, on ne le devinera pas et il ne se passera rien. Vous pourrez compter sur la présence de l'astre solaire pour y voir plus clair. Il vous aidera à gérer vos sentiments et vous permettra de formuler vos envies. Rétablissez avant tout une relation de confiance avec les autres et mettez en lumière ce qui vous rapproche.
Clarifiez ce qui mérite de l'être.

LION

La présence de Saturne dans votre secteur opposé vous a fait traverser une période délicate, mais une pause s'annonce. De puissantes planètes vous apportent leur soutien et vous donnent un nouveau souffle pour vous débarrasser des poids qui vous entravaient. Pour que tout se passe comme vous le souhaitez sur le plan affectif ou familial, instaurez une relation paisible avec vous-même et avec les autres.

VIERGE

Les planètes vous invitent à prendre du recul pour réduire votre charge mentale et ainsi recharger vos batteries. Veillez à vous faire plaisir et concentrez votre attention sur un désir qui sera suffisamment fort pour que vous y trouviez une solide motivation. Ne vous sentez pas obligée de répondre aux sollicitations environnantes, mettez de côté ce qui vous pèse. La priorité consiste surtout à vous changer les idées.

BALANCE

Les beaux aspects formés par Mercure, planète des échanges, et par Vénus, planète de l'amour, favorisent votre sens du contact ainsi que votre besoin d'aimer et de vous sentir aimée. La première nourrit votre finesse d'esprit et la seconde vous rend douce et pleine de charme. Si vous prenez en compte les désirs de l'autre autant que les vôtres, la délicatesse de votre approche vous rendra irrésistible.

SCORPION

L'arrivée de l'astre solaire dans un signe d'eau comme le vôtre influe sur la réceptivité et l'intuition. Vous allez reprendre confiance et cela vous aidera pour vous détendre. Votre imagination sera fertile, vous laisserez vagabonder votre esprit pour retrouver le calme et l'harmonie intérieure dont vous avez besoin. Vous vous sentirez libre, sans contraintes et cette indépendance vous fera un bien fou.

SAGITTAIRE

La période heureuse que vous traversez incite votre grand cœur à se montrer encore plus généreux qu'à l'accoutumée. Toutefois, le regard lucide que vous portez sur vos interlocuteurs vous permettra de faire le tri et vous ne perdrez donc pas de temps sur le plan affectif. Exprimez vos énergies positives pour encourager la spirale vertueuse des élans du cœur.

CAPRICORNE

C'est un contexte planétaire qui réveille votre sensibilité. Offrez de l'ouverture et de la disponibilité à ceux qui chercheront à se rapprocher de vous. Vous éprouverez le besoin de vous sentir utile, surtout s'il s'agit de leur apporter du réconfort. Votre nature lucide sera de bon conseil pour ceux qui se laissent aveugler par leurs émotions. Vous saurez y voir clair là où d'autres se perdent.

VERSEAU

Plusieurs planètes en signes complices vous offrent l'occasion de prendre confiance en vous. Mercure en Vénus favorise votre sens du contact et élargit votre relationnel. Soyez à votre écoute pour aller plus facilement au contact des autres. Laissez parler votre naturel, il fait la part belle aux valeurs les plus humaines et les plus respectueuses, et c'est ainsi que l'on vous aime.

POISSONS

Lorsque l'astre solaire vous place sous le feu des projecteurs, c'est pour faire émerger vos plus belles dispositions. Même si votre empathie est très développée, il est temps de penser à vous. Faites-vous plaisir en concentrant votre attention sur ce qui vous intéresse et donnez la priorité à vos besoins affectifs. Les planètes donnent un coup de pouce à votre vie amoureuse, alors avancez !

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



LE VRAI/FAUX DE L'ÉCOLOGIE

TRI PARTY !

CHAQUE MOIS « ELLE » RÉPOND À VOS QUESTIONS SUR L'ENVIRONNEMENT. CETTE SEMAINE, STÉPHANIE FOUCARD, DIRECTRICE MOBILISATION ET ENGAGEMENT CHEZ CITEO, NOUS AIDE À Y VOIR PLUS CLAIR CÔTÉ TRI ET RECYCLAGE DES EMBALLAGES ET PAPIERS.

PROPOS RECUEILLIS PAR **LISA KASSAB**

TRIER NE SERT À RIEN

FAUX. Trier ses emballages permet de leur donner une nouvelle vie, souvent plusieurs et parfois à l'infini ! Une fois traités, canettes ou cartons à pizza serviront à fabriquer de nouveaux produits ou emballages. Vous évitez ainsi l'utilisation de ressources naturelles comme le pétrole, la bauxite, la silice… qui nécessitent des quantités importantes d'énergie et d'eau pour être extraites et transformées en matières premières. En 2021, grâce au tri, nous avons recyclé 3,8 millions de tonnes d'emballages, ce qui a permis d'éviter l'émission de 2,2 millions de tonnes de CO_2 sur l'année, soit l'équivalent de plus d'un million de voitures en moins sur les routes ! Trier, c'est notre responsabilité de consommateur et de citoyen : il ne faut pas abandonner les déchets dans la nature.

LES EMBALLAGES EN PLASTIQUE NE SONT PAS RECYCLÉS.

FAUX. Leur recyclage progresse. Depuis 2012, de nouvelles règles de tri se déploient en France. Aujourd'hui, deux Français sur trois peuvent déposer dans le bac de tri, avec les emballages en métal et le papier carton, ceux en plastique, y compris les pots de yaourt, les barquettes de jambon ou les films en plastique. Avec cette simplification du tri, davantage d'emballages sont collectés, notamment ceux en plastique…

LES FRANÇAIS SONT NULS EN TRI

NI VRAI NI FAUX. Neuf Français sur dix affirment que trier est un acte citoyen ! Mais si 89 % d'entre eux disent trier leurs emballages, seuls 51 % le font systématiquement. Les motivations sont là, mais les contraintes sont encore fortes, notamment en ville où l'espace manque dans les appartements ou les immeubles.

IL NE FAUT PAS RINCER SES EMBALLAGES

VRAI. L'eau est une ressource précieuse, préservons-la. Briques de lait ou de soupe, boîtes de conserve ou pots de confiture… tous ces emballages ne doivent pas être rincés, il suffit de bien les vider ! Pour développer le recyclage, on peut adopter les « tri-flexes » : ne pas imbriquer les emballages les uns dans les autres, mais les déposer en vrac dans les bacs afin de ne pas gêner leur tri par matériau dans les centres, et ne pas retirer agrafes, spirales ou intercalaires des cahiers dans le bac de tri. Tous les « tri-flexes » sont sur l'appli Guide du tri de Citeo *.

IL Y A DE PLUS EN PLUS D'EMBALLAGES

FAUX. Le poids total des emballages ménagers est passé de 6,1 millions de tonnes en 1993 à 5,3 millions de tonnes en 2020, soit une réduction de 13 %. La bouteille en plastique a perdu 50 % de son poids en vingt-cinq ans, la barquette de jambon 25 % en six ans. Les entreprises engagent des démarches d'écoconception pour réduire l'impact environnemental des emballages tout en préservant leurs fonctions : protéger, conserver, faciliter l'usage du produit, informer le consommateur. Elles réduisent les emballages à la source, améliorent leur recyclabilité, développent des emballages réemployables pour répondre aux attentes ses consommateurs. Sur le site de citeo.com chacun peut signaler des emballages jugés excessifs. ●

* **Citeo est une entreprise privée spécialisée dans le recyclage des emballages ménagers et des papiers graphiques.**

MOP

JOURNAL D'UNE STAGIAIRE

MAQUETTISTE FRAÎCHEMENT DÉBARQUÉE À « ELLE », ANJUNA BOUTAN NOUS LIVRE EN MOTS ET EN IMAGES SES FOLLES JOURNÉES DANS L'ŒIL DU CYCLONE.



PICKLES DE FRAISES, YAOURT GREC



TOASTS AU LABNEH, ZAATAR, CONCOMBRE



AGUA FRESCA AU MELON



ŒUFS POCHÉS, YAOURT Ā LA TURQUE



Le super breakfast de Carrie Solomon

TOASTS AU LABNEH, ZAATAR, CONCOMBRE

« Le labneh se déguste aussi sucré, accompagné de confiture et de fruits frais de saison. »

Préparation : 20 mn
Repos : 8 à 16 h
Pour 4 à 8 toasts et environ 500 g de labneh

LE LABNEH
1 kg de yaourt grec
1 cuil. à café de sel

4 à 8 tranches de pain
1/4 de concombre en dés ou légumes de saison
4 œufs au plat à l'huile d'olive
Zaatar
Herbes fraîches (menthe, origan, thym)
Huile d'olive
Fleur de sel

1. PRÉPAREZ LE LABNEH. Ôtez le liquide excédentaire du yaourt, puis incorporez le sel. Recouvrez une passoire de deux couches d'étamine. Placez le yaourt salé dans la passoire et refermez l'étamine autour de lui, en faisant un nœud fermé par une ficelle ou un élastique.
2. PLACEZ la passoire sur une assiette creuse et mettez-la au réfrigérateur pendant 8 h ou toute la nuit. Le labneh peut être utilisé immédiatement ou moulé en petites boules (d'environ 40 g chacune). Conservez-le dans un récipient hermétique. Si vous avez confectionné des boules, recouvrez-les d'un peu d'huile d'olive pour qu'elles ne collent pas entre elles.
3. PRÉPAREZ LES TOASTS. Faites griller les tranches de pain. Étalez le labneh sur les toasts, arrosez d'huile d'olive, déposez des dés de concombre ou d'autres légumes et 1 œuf au plat dessus, saupoudrez de zaatar, d'herbes fraîches et d'un peu de fleur de sel. Dégustez.

Le super breakfast de Carrie Solomon

PICKLES DE FRAISES, YAOURT GREC

« Vous pouvez également utiliser des fruits à noyaux ou d'autres baies, même légèrement trop mûres. »

Préparation : 10 mn
Cuisson : 2 mn
Repos : 1 h
Pour 4 personnes

LES PICKLES
500 g de fraises
7,5 cl de vinaigre de riz
40 g de sucre
1/2 gousse de vanille

500 g de yaourt grec
2 cuil. à soupe de dukkah sucré (chez Terre Exotique)

1. ÉQUEUTEZ et coupez les fraises en deux. Placez-les dans un récipient hermétique.
2. PORTEZ À ÉBULLITION le vinaigre, 7,5 cl d'eau, le sucre, les graines et la gousse de vanille grattée. Laissez cuire pendant 2 mn puis laissez refroidir.
3. VERSEZ la préparation au vinaigre sur les fraises et laissez mariner pendant 1 h en remuant les fraises au bout de 30 mn.
4. VIDEZ un peu de la saumure et servez les pickles de fraises sur du yaourt avec un soupçon de dukkah sucrée sur le dessus.



CHEFFE COSMOPOLITE ET JOURNALISTE CULINAIRE, **CARRIE SOLOMON** ORGANISE DES ÉVÉNEMENTS ÉPHÉMÈRES ET CRÉE DES CARTES POUR LES RESTAURANTS PARISIENS, NOTAMMENT LE MONTECITO. DÉCOUVREZ « BREAKFAST ALL DAY ! 80 RECETTES POUR SE LEVER DU BON PIED ! », SON NOUVEL OUVRAGE (ÉD. DE LA MARTINIÈRE), AVEC DES RECETTES SUPER CRÉATIVES ET INCONTOURNABLES POUR LE PETIT DÉJEUNER.

Le super breakfast de Carrie Solomon

ŒUFS POCHÉS, YAOURT À LA TURQUE

« Pour un petit déjeuner du week-end légèrement relevé et bluffant. »

Préparation : 20 mn
Cuisson : 8 mn
Pour 4 personnes

4 œufs bio
400 g de yaourt grec
20 g de beurre
1/2 cuil. à café d'ail émincé
1 cuil. à café de paprika fumé
1 cuil. à café de piment d'Espelette
2 cuil. à soupe d'huile d'olive
1 cuil. à café + 1 pincée de sel
10 cl de vinaigre blanc
Quelques brins d'aneth
Quelques feuilles de menthe
4 tranches de pain grillé

1. FAITES FONDRE le beurre dans une petite casserole, ajoutez l'ail émincé et faites revenir doucement pendant 5 mn.
2. AJOUTEZ le paprika fumé et le piment d'Espelette. Le beurre va devenir mousseux. Éteignez le feu et incorporez l'huile d'olive et la pincée de sel. Versez la préparation dans un bol et laissez refroidir pendant la cuisson des œufs.
3. PRÉPAREZ un bol peu profond avec de l'eau froide et réservez.
4. PORTEZ À ÉBULLITION 1 l d'eau avec le vinaigre dans une grande casserole. Lorsque l'eau commence à bouillir, cassez les œufs dans l'eau l'un après l'autre.
5. LAISSEZ CUIRE les œufs pendant 3 mn. Sortez-les avec une écumoire et placez-les dans l'eau froide pour stopper la cuisson. Ils doivent être très mous au toucher. Passez de l'eau chaude sur les œufs pour les rincer et réchauffez-les doucement.
6. SALEZ le yaourt avec le reste de sel et répartissez-le dans quatre assiettes creuses. Déposez un œuf sur chacune d'elles et arrosez de beurre parfumé aux épices.
7. SAUPOUDREZ d'aneth et de menthe hachés et servez immédiatement avec des tranches de pain grillé ou des croûtons parsemés sur le yaourt.

Le super breakfast de Carrie Solomon

AGUA FRESCA AU MELON

« Pour une agua fresca encore plus rafraîchissante, placez les melons et l'eau au réfrigérateur 2 h avant de réaliser la recette. »

Préparation : 10 mn
Pour environ 1 l

2 melons charentais (environ 1,5 kg)
2 cuil. à soupe de sirop d'agave (ou de sucre)
Quelques feuilles de basilic ou basilic thaï
Quelques glaçons

1. COUPEZ grossièrement la chair des melons en morceaux et mixez-les au blender.
2. PASSEZ la purée obtenue au chinois pour récupérer le jus.
3. AJOUTEZ 40 cl d'eau et le sirop d'agave en mélangeant bien. Remuez avant de servir très frais et ajoutez quelques feuilles de basilic et des glaçons.

ELLE 3992
Réalisation et photos Carrie Solomon.
Recettes adaptées par Sandrine Furet.

GARANCIA

PARIS

LE CONTOUR DES YEUX **QUI FAIT TOUT** DÈS 3 JOURS !



ANTI

- **Cernes**
- **Poches**
- **Rides**
- **Fatigue**
- **Relâchement**

100 %[1]

- Contour des yeux hydraté
- Jusqu'à 4h de gain de sommeil sur le contour de l'œil
- Regard illuminé

CLEAN 100/100 YUKA[2] · 95% INGRÉDIENTS D'ORIGINE NATURELLE · DES ACTIFS BREVETÉS · FABRIQUÉ EN FRANCE

GARANCIA S'ENGAGE À ÊTRE PLUS RESPONSABLE[3] :
Étui en carton recyclable et issu de forêts gérées durablement, labellisées FSC.

En Pharmacie, Parapharmacie, SEPHORA et MARIONNAUD - www.garancia-beauty.com

[1]% de satisfaction, test clinique d'auto-évalaution, 22 sujets, 2 app./jour, 3 jours. [2]Note Yuka mars 2022.
[3]Plus d'infos sur garancia-beauty.com/blogs/notre-univers/garancia-notre-engagement

cartier.fr

CLASH
DE
Cartier

