

20
minutes



Le feu sucré

Pour les adeptes de la « glucose révolution », très actifs sur les réseaux, il importe de mesurer et de réduire drastiquement ses pics de glycémie. Mais gare à la psychose. P.4

AFFAIRE KENDJI GIRAC

La thèse d'une tentative de suicide, simulée ou non, se dégage. Le tout sur fond d'addictions P.6



L. Veranica / AFP

CORINNE MASIERO

« Ça va être dur de me virer maintenant », prévient la comédienne P.10



J. Saget / AFP

20 minutes AVEC VOUS **FANS DE LIVRES**

Rejoignez notre communauté de lecteurs. Inscrivez-vous dès à présent sur : contributeur@20minutes.fr

CONCERTS

SOUTENUS PAR **Crédit Mutuel**

PROFITEZ DES DERNIERS BILLETS ESSAIS ET RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT SUR [TICKET.24H-LEMANS.COM](https://ticket.24h-lemans.com)



MERCREDI 12 JUIN

Louise



Attaque



JEUDI 13 JUIN

BIGFLO & OLI

24h
LE MANS.
12 au 16 JUIN 2024





Nouvelle vie pour une caserne

— On aime ou on déteste, mais c'est un bâtiment iconique de Bordeaux. Après le départ de ses occupants, la caserne des pompiers de la Benauges, construite en 1954 et classée aux monuments historiques depuis 2014, va connaître une seconde vie. Eiffage et le cabinet Ferret Architecture vont y mener un projet de réhabilitation, mêlant logements, hôtel-restaurant et « lieu festif ». *Photo: Ferret Architecture*

Nouvelle arrestation dans l'enquête sur la mort de cinq migrants

Un ressortissant soudanais de 18 ans a été arrêté au Royaume-Uni dans le cadre de l'enquête sur la mort de cinq migrants, dont une petite fille, qui tentaient de traverser la Manche mardi, a annoncé jeudi la police. Deux autres hommes, un Soudanais et un Sud-Soudanais restent en garde à vue.



Le mistral va-t-il souffler la flamme olympique ?

Le mistral souffle sans discontinuer ou presque depuis dix jours sur Marseille. Le vent sera-t-il aussi de la partie le 8 mai, jour de l'arrivée, à bord du *Belem*, de la flamme olympique en France par le Vieux-Port de Marseille ? Si tel devait être le cas, le vieux trois-mâts de 58 m pour 750 t devrait malgré tout disposer de solides points d'amarrage pour en assurer la stabilité et permettre le bon débarquement de la flamme olympique. La métropole est actuellement en train de couler dans le port 24 corps-morts (des blocs de béton) de 5 tonnes chacun. L'opération mobilise une barge de 25 mètres et une équipe de scaphandriers qui opéreront pendant plusieurs jours. *Photo: D. Girard / MAMP*

Nantais, souriez, vous êtes (plus) filmés

— La maire PS de Nantes, Johanna Rolland, a annoncé jeudi que sa municipalité allait avoir recours à de nouvelles caméras de vidéoprotection. Dotée de 250 appareils, la préfecture de Loire-Atlantique va nettement renforcer son centre de supervision urbain avec l'installation de 80 nouvelles caméras d'ici à la fin 2024. Un choix dicté par « un diagnostic commun entre polices nationale et municipale », précise la municipalité. *Picto: Humam / The Noun Project*



Emmanuel Macron à Strasbourg ce vendredi

Le président de la République Emmanuel Macron doit se rendre ce vendredi à l'École européenne de Strasbourg dans le cadre de la signature du quinzième contrat triennal 2024-2026. Le 9 mai 2021, le chef de l'État était déjà venu à Strasbourg pour signer le contrat précédent, qui avait pour enjeu crucial de maintenir le Parlement européen dans la capitale alsacienne. Cette fois, le nouvel accord permettra de renforcer le rayonnement de la place strasbourgeoise en tant que capitale européenne, avec d'importants crédits pour financer divers projets, dont l'École européenne, entre l'État et les collectivités locales. À cette occasion, Emmanuel Macron fera aussi face à un panel de jeunes peu après 11 heures pour répondre à leurs questions sur l'Europe, avant de rencontrer Roberta Metsola, présidente du Parlement européen.

ICONOCLAST ET L'ÉLY FILMS PRÉSENTENT

“UNE TRAQUE AU SUSPENSE HALETANT”

20 MINUTES

GOLSHIFTEH FARAHANI

JÉRÉMY FERRARI

ROQYA

UN FILM DE SAÏD BELKTIBIA

AVEC AMINE ZARIOUHI
ET LES PARTICIPATIONS DE DENIS LAVANT ET ALEXIS MANENTI

AU CINÉMA LE 15 MAI

CINE+ TEASER 20 minutes france.tv

Jeune



Les Vieilles Charrues sous la menace

— L'édition 2024 des Vieilles Charrues pourrait être la dernière. C'est ce qu'avancent les organisateurs du plus grand festival de Bretagne, qui critiquent plusieurs décisions de la ville de Carhaix et de Poher Communauté. Les collectivités ne s'entendent plus du tout avec l'association organisatrice. En cause, des locaux qui semblaient promis aux Charrues mais qui ont été préemptés par la mairie pour un autre usage, une taxe de 400 000 € à payer cet été et la disparition de plusieurs terrains accueillant les campings. Le maire se défend, assurant que tout était connu des organisateurs. *Photo: C. Allain / 20 Minutes*

Xavier Bertrand veut « des peines de prison de courte durée »

Le président de la région Hauts-de-France, Xavier Bertrand, était l'invité de « Face aux territoires », jeudi matin sur TV5 Monde. Il y a exprimé son idée pour lutter contre la délinquance des jeunes : « remettre en place des peines de prison de courte durée » et plus de centres éducatifs fermés.

Un nouveau projet pour les chefs Tabata et Ludovic Mey

— Les chefs Tabata et Ludovic Mey viennent de racheter la brasserie Le Théodore, véritable institution du 6^e arrondissement de Lyon. Déjà gérants du Food Traboule, dans le Vieux Lyon, ils avaient vendu leur restaurant étoilé Les Apothicaires l'an dernier. Avec leur nouveau projet, ils prévoient deux restaurants, avec, d'un côté, une brasserie de 54 couverts et, de l'autre, un restaurant gastronomique de 22 couverts et une terrasse de 80 places, rapporte *Le Progrès*. *Photo: N. Villon*



Sale histoire pour les savons de Marseille

Les saucisses de Morteau viennent de Morteau, les bêtises de Cambrai, de Cambrai, mais les savons de Marseille, rarement de Marseille. Il s'en vend pourtant 20 000 tonnes par an en France, un montant en croissance de 30 % depuis le Covid-19. Selon France 2, 80 % des savons de Marseille vendus proviennent de l'étranger. Le terme de « savon de Marseille » ne dispose en effet pas d'une appellation contrôlée. Une indication pourtant réclamée de longue date par l'Union des professionnels du savon de Marseille, créée en 2011, notamment à cette fin, par les quatre dernières savonneries artisanales.



Les ombrières feront leur retour à Toulouse

Le plan de la mairie pour rafraîchir Toulouse lors des prochaines canicules est bouclé. Il prévoit de redéployer les sept ombrières expérimentées l'été dernier, notamment sur le Capitole et rue Alsace-Lorraine. Treize autres ombrières seront inaugurées, notamment rue de la Colombette, place Abbai ou place Saint-Cyprien. Autre nouveauté, durant la période des soldes d'été, la place Wilson sera fermée à la circulation automobile les mercredis, samedis et dimanches. *Photo: P. Nin / Ville de Toulouse*



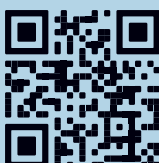
TOUS LES JOURS, SUIVEZ L'ACTUALITÉ DE VOTRE RÉGION ET PARTICIPEZ ! PARIS@20MINUTES.FR
 f [WWW.FACEBOOK.COM/20MINUTESPARIS](https://www.facebook.com/20minutesparis)
 t twitter.com/20minutesparis
 i www.instagram.com/20minutesparis

20 MINUTES 159, rue Anatole-France, 92300 Levallois-Perret. Tél. : 01 53 26 65 65
Contact commercial : Hugues Seillan. E-mail : hseillan@20minutes.fr



Besoin de faire une pause ?

Plus de 20 jeux sont disponibles sur **20minutes.fr** !



Scannez ce code pour accéder à notre espace jeux
www.20minutes.fr/services/jeux

LA MÉTÉO EN FRANCE



Au moins, il fait un peu plus chaud

Temps de plus en plus instable sur tout l'Hexagone, accompagné d'averses menaçantes. La douceur se remet en place. Beaucoup de pluie et de vent sont à prévoir à l'Ouest et au bord de la Méditerranée ce week-end.





kongga / Getty Images

Sucre Un pic de psychose ?

Les partisans de la « glucose révolution » prétendent que mesurer et limiter ses pointes de glycémie est bénéfique pour la santé. Prudence



Lise Abou-Mansour

Diminuer les fringales, la fatigue voire les inflammations... Mesurer et réduire ses pics de glycémie provoquerait des miracles, selon les adeptes de la « glucose révolution », d'après la méthode et le livre de Jessie Inchauspé *Faites votre glucose révolution*, paru en 2022. Dans *Sucre, l'ennemi public numéro 1*, Réginald Allouche souhaite que tous les Français, même ceux en bonne santé, se testent plus ou moins régulièrement en utilisant des capteurs de glycémie, afin d'éviter une « épidémie de diabète qui a déjà commencé ».

Les adeptes de cette « révolution », très présents sur Instagram, TikTok et

« Les capteurs sont des outils aux vertus éducatives fantastiques pour les personnes diabétiques. »

Jean-Pierre Riveline, diabétologue et endocrinologue

l'accompagner de fibres et de protéines. Toujours les ingérer dans le bon ordre : d'abord les fibres, puis les protéines, ensuite les graisses, les féculents et les sucres (bonjour le plaisir).

Enfin : prendre des petits-déjeuners et des snacks salés et privilégier un dessert en fin de repas plutôt qu'un goûter sucré. « Quand un produit à index glycémique (IG) élevé est ingéré, comme les pâtes et le riz blanc, l'organisme réagit en fabriquant de l'insuline via le pancréas », explique Corinne Chicheportiche Ayache, nutritionniste. L'insuline ayant pour fonction de réduire le taux de glycémie, « plus un produit a un IG élevé, plus la réaction insulinaire sera intense, entraînant ensuite une hypoglycémie brutale. » Pour ceux qui ont de la mémoire, cela faisait partie de nos cours de SVT au lycée. Et cela aurait une incidence sur la survenue des fameuses fringales. « Le pic de glycémie est ralenti quand les glucides sont mélangés avec des lipides », ajoute Jean-Pierre Riveline, diabétologue et endocrinologue à l'hôpital Lariboisière, à Paris.

« Testez-vous tous les cinq ans »

Les médecins sont unanimes pour dire que les personnes diabétiques doivent être vigilantes à ces courbes. « Testez-vous tous les cinq ans, quel que soit votre âge et votre état de santé », harangue Réginald Allouche. Le médecin préconise d'avoir recours à un régime alimentaire spécifique pendant quatorze jours. « Il y a des hommes de 35 ans qui vont très bien, mais qui sont trop sédentaires et qui, en mangeant une pizza par exemple, vont monter très haut en glycémie, assure-t-il. Cela veut dire que le pancréas produit de plus en plus d'insuline et se fatigue, jusqu'au jour où il n'en fera plus assez. » Selon lui, quand ces personnes verront leurs courbes, elles

ne se comporteront plus de la même façon, « et on peut donc éviter un diabète. » Sur le papier, pourquoi pas. Mais dans les faits, a-t-on des preuves ? Selon Jean-Pierre Riveline, les capteurs sont des outils « aux vertus éducatives fantastiques » pour les personnes diabétiques. Et seulement pour elles. « Aucune étude scientifique ne montre que cela évite le développement d'un diabète, note le diabétologue. Pour le prouver, il faudrait mettre un capteur à des sujets à risques et pas à d'autres et voir au bout de cinq ans si ceux en ayant eu un ont eu moins de diabète. » Laurent Chevallier, médecin nutritionniste, est plus cash : « ces appareils ne servent strictement à rien chez les personnes en bonne santé. On ne va pas créer des psychoses. » Pour les personnes ne présentant aucun signe avant-coureur de diabète, l'intérêt des capteurs paraît

donc faible. Certes, l'apport de sucre rapide augmente le risque de diabète, mais principalement chez les patients ayant un terrain prédisposé, insiste l'endocrinologue Jean-Pierre Riveline. Ainsi, une personne qui n'est pas malade, mais a des facteurs de risque comme des antécédents familiaux, une obésité ou une femme qui a déjà fait un diabète pendant sa grossesse, présentent, selon le médecin, un très haut risque de développer un diabète. « Le fait de limiter les sucres rapides diminue ce risque. » Pour ces patients, il existe des techniques pour mesurer leur taux de glycémie. Corinne Chicheportiche

Ayache conseille « un suivi médical régulier, avec des bilans biologiques intégrant la glycémie à jeun, l'HbA1c [qui donne une idée de l'équilibre glycémique sur les trois derniers mois] et les index reflétant l'insulino-résistance. »

Picto : Orange Cat / The Noun Project

« Des hypocondriaques en puissance »

Les médecins interrogés redoutent que l'utilisation régulière de ces capteurs de glycémie ne développent des troubles du comportement alimentaire. « J'ai des patients qui se pèsent trois à quatre fois par jour et qui, avec ces capteurs, pourraient devenir obsédés par leur taux de glycémie, estime Arnaud Cocaül, médecin généraliste. Cela risque aussi de fabriquer des hypocondriaques en puissance. » Selon lui, plutôt

que de rester les yeux rivés sur ses pics, l'intérêt est avant tout de comprendre pourquoi on mange de manière trop riche. « Cela peut être des kilos émotionnels, des régimes trop restrictifs, une dépression ou d'autres paramètres extérieurs qui n'ont parfois rien à voir avec l'assiette. » Pour lui, il faut écouter le vécu de son patient plutôt que de lui scotcher des contraintes difficilement applicables dans la vraie vie.

Juste



parfait

Série Spéciale

Just Livebox

19,99 €/mois
pendant 6 mois
puis 33,99 €/mois

**C'est la Fibre Orange
tout simplement.**



FOURNISSEUR OFFICIEL

N° 1 en nombre de clients Fibre.

Pour les nouveaux clients : remise de 9 €/mois⁽¹⁾ et remboursement de 5 €/mois avec changement d'opérateur⁽²⁾.

Offre soumise à conditions à partir du 11/04/24, en France métropolitaine, sous réserve d'éligibilité. Engagement 12 mois. Détails en boutique ou sur orange.fr

(1) Remises Just Livebox Fibre de 4 €/mois et la Fibre de 5 €/mois. (2) Remboursement différé sur facture Orange avec changement après le 11/04/2024. Détails et formulaires sur odr.orange.fr. ©Getty Images.

orange™
est là

Le flou autour de la blessure de Kendji Girac se dissipe

Pour le procureur de la République de Mont-de-Marsan, la seule hypothèse solide est celle d'une tentative de **suicide**, réelle ou simulée

Elsa Provenzano

Comment Kendji Girac s'est-il retrouvé avec une balle dans le thorax ? Après l'incident du 22 avril sur l'aire de grand passage des gens du voyage de Biscarrosse, dans les Landes, le procureur de la République de Mont-de-Marsan, Olivier Janson, a démenti, jeudi, toute piste criminelle. Les expertises balistiques montrent que l'intervention d'un tiers est impossible. Le procureur a tenu à faire taire les rumeurs dans cette affaire.

Dans sa dernière audition, mercredi, le chanteur n'a pas maintenu la thèse du coup parti tout seul en manipulant l'arme. Comme le corrobore sa compagne Soraya, il confirme qu'il avait beaucoup bu et qu'il les a réveillées, elle et leur fille, à son retour dans la caravane. Comme « sa femme n'était pas contente », il s'est installé dans sa voiture pour y écouter de la musique. « Il décrit que, soudainement, il se souvient qu'il a récemment acheté une

arme, détaille le procureur. Il a voulu faire peur à sa femme en simulant un suicide, mais a omis de vérifier le chargeur, qu'il croyait vide. C'est volontairement qu'il s'est tiré dessus. » Il avait acheté l'arme à un inconnu qui s'était présenté au camp il y a quelque temps, et non pas dans une brocante de La Teste-de-Buch (Gironde), comme il l'avait précédemment prétendu.

« Une addiction naissante à l'alcool »

Ce serait pour ne pas faire peur à sa famille qu'il aurait dit que le coup était parti tout seul. « Je voulais faire entendre le bruit de la détente à Soraya, et qu'elle me dise d'arrêter », a-t-il déclaré lors de son audition. Mais le procureur a quelques réserves avec cette version d'un suicide simulé. Il pointe ainsi le fait que le suicide est tabou dans la communauté des gens du voyage. « Un gitan ne se suicide pas », a-t-il entendu pendant la procédure. Sa compagne a affirmé aux enquêteurs que le chanteur lui avait déjà fait part de pensées suicidaires et qu'il était familier des armes de poing, avec lesquelles il a l'habitude de s'entraîner en Suisse, d'où est originaire sa femme. Olivier Janson a par ailleurs parlé d'« une addiction naissante à



Le chanteur a affirmé avoir voulu faire peur à sa compagne en simulant un suicide. Syspeo / Sipa

l'alcool », et la compagne du chanteur d'« une consommation de cocaïne une à deux fois par semaine ».

Il reste deux possibilités à ce stade de l'enquête : une tentative de suicide, vraie ou simulée. Or, aucune des deux ne correspond à une infraction pénale. La procédure va donc se terminer, sauf si un élément nouveau émerge, ce qui paraît très improbable. « La justice n'a pas vocation à enquêter sur les motivations d'un passage à l'acte, c'est de l'ordre de l'intimité, a explicité le procureur. Les actes et expertises en cours vont néanmoins se poursuivre. »

« Des mois » de convalescence

Le procureur a détaillé la blessure du chanteur : « Kendji Girac souffre d'une plaie par arme à feu. Elle se situe près du mamelon gauche et la sortie entre la neuvième et dixième côte. [...] La balle est passée près du cœur, il y a une perforation d'un poumon. La rate et le diaphragme ont été touchés. La blessure aurait pu être beaucoup plus grave ». L'incapacité totale de travail, à valeur légale, a été fixée à trente jours. « Il va sûrement mettre plusieurs mois à retrouver la pleine possession de ses moyens », a ajouté le magistrat.

Les Whittaker, famille la plus consanguine des États-Unis



Mikaël Libert

Ils s'appellent les Whittaker, habitent dans un bled paumé de Virginie occidentale, aux États-Unis, et leur arbre généalogique a de quoi faire pâlir n'importe quel généticien. Réputée « famille la plus consanguine des États-Unis », elle a été révélée au monde par le photographe et cinéaste américain Mark Laita, en 2020, dans un documentaire diffusé sur YouTube. Touchants, voire « purs », pour certains, bêtes de foire pour d'autres, les Whittaker ont une histoire hors du commun.

Le photographe n'a rien oublié de leur premier contact, en 2004 : « Il y avait ces gens qui marchaient, leurs yeux partant dans tous les sens, en nous aboyant dessus. Le seul qui nous regardait dans les yeux disait n'importe quoi, criait et s'enfuyait avec le pantalon qui lui tombait sur les chevilles pour taper dans une poubelle », s'étonne-t-il encore. Il a décidé de documenter en vidéo la vie de cette famille et de la publier sous forme de feuilleton sur YouTube. La première vidéo cumule plus de 40 millions de vues.

On y découvre Betty-Ann, Ray, Lorene et Timmy, marqués par une consanguinité flagrante. Lorene ne parle pas, ni son fils Timmy, né d'un viol. S'il semble comprendre l'anglais, Ray ne s'exprime qu'en aboyant. Seule Betty-Ann, matriarche de la famille, parle.

« Étranges mais profondément humains »

Les racines de cette consanguinité supposée, néanmoins étayée par les recherches de plusieurs généalogistes, remontent au XIX^e siècle, lorsque deux sœurs, Ada et Macie, ont épousé John

« Ces gens qui marchaient, leurs yeux partant dans tous les sens, en nous aboyant dessus... »

Mark Laita, auteur du documentaire

et James, deux fils de leur tante (épouse Whittaker). Ada et John ont eu 9 enfants, dont Gracie. Henri, le frère jumeau de John, et sa femme, ont eu 6 enfants, dont John-Emory. Tout est vraiment parti en live lorsque John-Emory et Gracie, cousins germains, ont eu 15 enfants, dont Lorene, Ray et Betty-Ann.

Beaucoup sont morts, certains sont partis, mais le gros du « gang » vit à Odd,

dans des cabanes pourries et une caravane délabrée. De son côté, s'il assume avoir exploité l'image des Whittaker, Mark Laita a tout de même été touché par ces personnages, « étranges mais profondément humains ». Il a d'ailleurs lancé, en 2022 et 2023, deux cagnottes en ligne pour les aider à réparer leur maison et en acheter une autre.

Il a ainsi récolté plus de 120 000 \$, dont il a été accusé par Tyler Oliveira, un youtubeur, d'avoir profité. Ce dernier était allé visiter les Whittaker et s'était étonné de voir leurs conditions de vie toujours aussi précaires malgré l'argent récolté pour eux. Le photographe s'est expliqué dans une vidéo, il y a un mois : « On s'approchait du but pour pouvoir acheter la maison, sauf que, régulièrement, Betty-Ann me réclamait de l'argent, pour acheter une voiture, de la nourriture et d'autres choses. C'était leur argent, alors je leur ai donné, 5 000 par-ci, 14 000 par-là. Aujourd'hui, il ne reste plus rien. » Une manne tarie qui a laissé Betty sur sa faim. La fille de Larry, l'un des 15 enfants de la fratrie, est allée jusqu'à affirmer que son père était mort pour extorquer de l'argent au photographe pour les funérailles.



Gaza bientôt moins isolée ?

Les États-Unis ont démarré la construction d'une jetée à Gaza, a annoncé le Pentagone, pour faciliter l'acheminement de l'aide humanitaire dans le territoire palestinien.

La France prévoit de tester, dès début 2025, « quatre ou cinq projets de stockage de CO₂ » dans d'anciens gisements pétroliers. Le but : accélérer la décarbonation de certaines industries.

Laurent Cantet est mort

Le cinéaste Laurent Cantet, qui avait reçu la Palme d'or en 2008 pour *Entre les murs*, est décédé jeudi à 63 ans. Photo : Shutterstock / Sipa



Les Vosges, nouvelle vallée de la peur

« **Le Mangeur d'âmes** » réveille le potentiel horrifique des décors forestiers et montagneux du Grand-Est



Caroline Vié

Est si les Vosges étaient la région la plus terrifiante de France ? C'est ce que donne à penser *Le Mangeur d'âmes* d'Alexandre Bustillo et Julien Maury, découvert au festival de Gérardmer. Des enfants y disparaissent, des adultes s'y entretuent, et Virginie Ledoyen et Paul Hamy

« On a l'impression que le monstre peut se cacher partout. »
Paul Hamy, comédien

mènent l'enquête. Le roman d'Alexis Laipsker prend une nouvelle ampleur au cœur de montagnes qui fleurent bon la résine des sapins verdoyants et le sang frais des victimes en piteux état. « L'ambiance que l'on trouve ici dans les Vosges était idéale, explique Julien Maury.

Comme on fréquente le festival de Gérardmer depuis des années, on n'était pas dépayés. On connaissait bien le coin et on a eu l'embarras du choix pour les décors. » « Le fait que la région soutienne le cinéma de genre a achevé de nous convaincre », confie le producteur Fabrice Lambot.

En effet, les Vosges ouvrent grand leurs portes aux films d'horreur avec le dispositif « Frissons en Grand Est », qui aide à financer de nombreux projets. Le duo constitué de Julien Maury et Alexandre Bustillo s'est engouffré dans la brèche. « Tout le monde y a gagné : la région favorise la création, explique le second. Les décors qu'on y a trouvés sont devenus des personnages à part entière de notre film. » Ils ont tourné six semaines entre Plombières-les-Bains, Saint-Amé, Senones et Gérardmer.

« Pas les derniers à y tourner »

Les arbres cachent les crimes et les criminels. Se perdre dans cette nature luxuriante fait flipper dès les premières images. Et c'est encore pire quand le fameux « mangeur d'âmes »,



« Le Mangeur d'âmes » joue sur ses décors oppressants. Star Invest Films France

démon cornu qui fait peur aux petits enfants, apparaît. « Cela contribuait à l'angoisse que ressent mon personnage d'être écrasé par une nature hostile. On a l'impression que le monstre peut se cacher partout », insiste le comédien Paul Hamy.

Les réalisateurs prennent un malin plaisir à montrer à quel point leur héros paraît tout petit dans ce décor massif. De magnifiques plans au drone mettent parfaitement les décors en valeur. L'éclairage très particulier

qui baigne les petits villages isolés favorise l'atmosphère angoissante de ce thriller. « On a pensé aux livres de Jean-Christophe Grangé ainsi qu'à l'adaptation des *Rivières pourpres*, réalisée par Mathieu Kassovitz », cite Julien Maury. « Je crois que la région a bien saisi son potentiel pour le cinéma de genre, poursuit le coréalisateur. On a été comblés tant par l'accueil que par le professionnalisme et la beauté des décors. On ne sera certainement pas les derniers à y tourner. »

RENAULT SCENIC E-TECH 100% ELECTRIQUE 220 CH



voiture de l'année 2024



jusqu'à 625 km d'autonomie⁽¹⁾
borne de recharge offerte⁽²⁾



assemblé en France dans notre manufacture de Douai

(1) sur cycle WLTP, autonomie réelle suivant conditions roulage (type de route, de conduite et conditions météorologiques) et jusqu'à 370 km d'autonomie sur autoroute/source interne Renault 2023. (2) borne de recharge à domicile (valeur : 800€ ht) offerte, offre à particuliers et valable dans réseau Renault participant du 1^{er} au 30/04/24 pour toute commande de Renault scenic e-tech 100% électrique et d'un forfait borne et installation auprès de mobilize power solutions. consommations mixtes min/max (kWh/100km) : 16,3/17,8. émissions CO2 (g/km) : 0. *selon norme WLTP. © c. noltekuhlmann

renault.fr

au quotidien, prenez les transports en commun #SeDéplacerMoinsPolluer

Winora iRide Pure, l'urbain lui va si bien

« 20 Minutes » a pu tester le nouveau **vélo à assistance électrique**, spécialement conçu pour la ville



Christophe Séfrin

Léger, agile, au design fluide et disponible en plusieurs coloris, le vélo à assistance électrique (VAE) iRide Pure débarque avec sa motorisation Bosch. Sur le papier, le nouveau modèle de Winora a des arguments à faire valoir pour séduire les vélos taffeurs et autres adeptes des mobilités douces. « On a voulu gommer les codes du vélo à assistance électrique : écran, visibilité du moteur et batterie », prévient la marque allemande, qui a voulu la jouer light pour sa nouvelle monture. De fait, l'iRide Pure ressemble presque à un biclou classique. L'écran ? Il est optionnel. À la place, le System Controller de Bosch affiche, avec ses LED, le niveau d'assistance (parmi quatre proposés). L'autonomie restante est logée sur le haut du cadre et se pilote depuis une unité de commandes Bluetooth sur le côté gauche du guidon. Il reste possible de greffer son smartphone sur le support fourni pour profiter d'un affichage complet, avec la richesse de l'application eBike Flow de Bosch. Ou d'acheter un écran en option.

En selle, et tout en souplesse !

La visibilité du moteur ? Elle est quasi inexistante. Conçu pour les VTT légers, les vélos gravel et vélos urbains, le Performance Line SX se remarque à peine. De 250 W (600 W en crête), son couple jusqu'à 55 newtons-mètres est supposé convenir à la plupart des usages, même un peu sportifs. La batterie ? La CompactTube 400 est logée dans le cadre et se dévoile sous un capot qu'il suffit



Le modèle de l'Allemand Winora se démarque du peloton des VAE de par son poids. Photo : Winora

d'ouvrir pour l'en extraire. Assez discrète, d'une puissance de 400 Wh, sa sangle est un plus pour la retirer de son logement et la transporter. Sans doute qu'à force de vouloir effacer les éléments les plus apparents du son iRide Pure, Winora a aussi cédé à la tentation d'effacer toute suspension. Ici, seule la fourche avant offre un peu de souplesse avec un

débattement de 25 mm. Suffisant pour absorber les reliefs de la chaussée d'une grande ville ? Oui, comme en attestent nos essais parisiens. Outre la ligne très fluide de l'iRide Pure, ce qui séduit d'emblée, c'est son poids.

Ses seuls 23 kg – contre souvent plus de 25 kg pour un VAE – n'en font certes pas le plus léger dans la place, mais ces quelques kilos en moins

se sentent instantanément. Non seulement à la conduite, avec un gain de souplesse, mais aussi lorsqu'il est nécessaire de soulever la monture pour lui faire passer un porche, monter sur un trottoir. Voire le placer à la verticale dans un ascenseur. Les quelques kilomètres que nous avons pu parcourir dans les rues de Paris attestent de sa belle agilité.

Un sentiment de conduite naturel

Son couple de 55 newtons-mètres est suffisant pour donner l'impulsion nécessaire à chaque redémarrage. Au-delà de 25 km/h, le moteur Performance Line SX lâche l'affaire (il s'agit, légalement, de la vitesse au-delà de laquelle l'assistance électrique s'interrompt), mais continuer à pédaler sans assistance ne se révèle pas handicapant pour l'utilisateur. La résistance qui ankylose classiquement le pédalage au-delà des 25 km/h a, ici, été réduite de 50 %. Avantages : on peut pédaler vite, mais aussi pédaler bien, même lorsque la batterie a rendu son dernier souffle.

Résultat, l'iRide Pure déplore un bon dynamisme, avec un sentiment de conduite très naturel et appréciable. Son autonomie reste évidemment aléatoire (selon le poids de son utilisateur, son parcours, les sollicitations de l'assistance...) Mais avec ce VAE, on peut largement dépasser les 50 à 60 km. Car c'est connu, à Paris, en vélo, on dépasse les autos. Photo : T. Ramadnan / The Noun Project

À partir de 2 999 €

L'iRide Pure est proposé en deux versions. Une avec un dérailleur classique Shimano Cues U 6000 de dix vitesses, au prix de 2 999 €. Une seconde avec une courroie, un moyeu Shimano Nexus cinq vitesses et une selle télescopique, à 3 699 €.

Chupa Chups et Fendi, Crocs et Pringles... La vague des collabs improbables



MARKETING Les opposés s'attirent. Dernièrement, Crocs, l'enseigne de chaussures s'est associée à la marque de chips Pringles, et le restaurant PB Poulet braisé à la marque de vêtements Pretty Little Thing. Et il y a bien des avantages pour une maison de luxe comme Fendi et une marque de sucettes comme Chupa Chups à collaborer. « Il y a une volonté de créer un buzz et d'explorer des domaines auxquels on ne s'attend pas, explique Carina Cheklit, stratège en communication social media et influence. La collaboration a été médiatisée sur les réseaux sociaux. Fendi a mis en avant ces produits uniques pour susciter l'engouement. » Un schéma qui se répète chez d'autres marques, même

en dehors du luxe. Chez Crocs, les collaborations sont monnaie courante. Mais lors de leur association avec Pringles, ils ont une fois de plus su tirer leur épingle du jeu en intégrant un récipient dans la chaussure pour accueillir des chips.

« Toucher de nouveaux publics »

« Créer des produits originaux qui peuvent aussi avoir une valeur significative sur le marché de l'occasion » est une stratégie, reconnaît Carina Cheklit. Quand une marque de vêtements ou de chaussures, qu'elle soit de luxe ou non, s'associe avec une marque d'alimentation qui parle à tous, c'est aussi un moyen d'atteindre un milieu qui ne s'intéresse pas forcément à la mode. « Il s'agit de surprendre les consommateurs, de toucher de nouveaux

publics », ajoute la stratège. Généralement, ces produits sont plus abordables et c'est aussi un moyen d'avoir un peu de luxe dans son alimentation. Ou inversement. Enfin, l'intérêt de mélanger des univers permet de « créer une expérience client singulière ». Un bon moyen pour les enseignes qui cherchent de plus en plus à surprendre leurs consommateurs et renforcer leur image de marque à travers des expériences mémorables, plus « premium ». Cette tendance reflète une « évolution majeure » dans le domaine du marketing des marques, où « la création d'une expérience client immersive et différenciante devient essentielle pour se démarquer et fidéliser », conclut Carina Cheklit.

Léa Zacsongo-Joseph et Dora Christian

TF1
21 h 10 Émission**DANSE AVEC LES STARS**

« La finale ».

Présenté par Camille Combal.

Le moment que tout le monde attendait est enfin arrivé, puisqu'il est désormais temps de voir s'affronter les candidats restants dans une grande finale.

23 h 40 Émission**DANSE AVEC LES STARS, LA SUITE**

Par Camille Combal.

FRANCE 2
21 h 10 Série**CAPITAINE MARLEAU**

« L'homme qui brûle ».

Saison 4 (Épisode 4).

Avec Corinne Masiero.

Une femme est retrouvée empoisonnée au cyanure dans son salon de coiffure. Marleau découvre des lettres d'amour adressées à la victime par un acteur.

22 h 55 Émission**TARATATA 100% LIVE**

Présenté par Nagui.

FRANCE 3
21 h 10 Docu**ANNÉES 80, LES BRUNES COMPTENT PLUS POUR DES PRUNES !**

De Lucie Cariès.

Les années 1980 voient apparaître une déferlante irrésistible de chanteuses qui s'affirment et interpellent les Français.

22 h 45 Docu**CÉLINE DION, LA BANDE ORIGINALE DE SA VIE****FRANCE 5**
21 h 10 Film**THE GAME**

Thriller,

de David Fincher (1997).

Avec Michael Douglas.

À l'occasion de son anniversaire, un financier riche et cynique accepte de participer à un étrange jeu de rôles qui, peu à peu, le déstabilise.

23 h 14 Docu**AI WEIWEI, L'ART DE LA DISSIDENCE**

De Caroline Benarrosh.

M6
21 h 10 Émission**CAUCHEMAR EN CUISINE**

« Wambrechies ».

Présenté par

Philippe Etchebest.

Philippe Etchebest se rend dans le restaurant d'Ophélie et Sébastien, un établissement qui ne semble pas à la hauteur de son statut.

22 h 55 Émission**CAUCHEMAR EN CUISINE**

Par Philippe Etchebest.

AMAZON
Film**PARIS - MANHATTAN**

Alice, trentenaire célibataire, a consacré sa vie à sa carrière de pharmacienne. Pour tromper sa solitude, elle s'est réfugiée dans une passion obsessionnelle pour les films de Woody Allen, qu'elle prescrit même à ses clients en guise de médicament. Son père est désespéré au point d'entreprendre de lui trouver un mari. Alice résiste. Tout change quand elle rencontre Victor.

ARTE
20 h 55 Téléfilm
DU SANG SUR LA FORÊT

Drame,

de Torsten C. Fischer (2022).

Un détective est chargé de retourner enquêter dans son pays natal.

CANAL+
21 h 10 Film
UNE ANNÉE DIFFICILE

Comédie dramatique,

d'Olivier Nakache

et Éric Toledano (2023).

Deux amis décident de s'immiscer au sein d'un groupuscule écologiste.

W9
21 h 10 Magazine
ENQUÊTE D'ACTION

« Drogue, squats, vols :

dans les quartiers chauds

de La Seyne-sur-Mer ».

Les 64 policiers municipaux de La Seyne-sur-Mer patrouillent dans la ville.

TMC
21 h 25 Docu
AMY WINEHOUSE, 10 ANS DÉJÀ : LE DESTIN TRAGIQUE DE LA DIVA DE LA SOUL

Retour sur la carrière d'Amy Winehouse, surnommée la « Diva de la soul ».

TFX
21 h 05 Docu
INCROYABLES MARIAGES GITANS

« Fêtes royales pour

princesses gitanes ».

De Clémentine Caillon, Victoria Rouxel. Présenté par Hélène Mannarino.

20 MIN TV
21 h 00 Série
LES MYSTÈRES DE L'AMOUR

Saison 3 (2 épisodes).

Avec Patrick Puydebat.

Les menaces se multiplient et l'étau se resserre autour de Christian.

Passez l'examen du code de la route chez nous, c'est tout près.

Partout en France, plus de 6,7 millions de personnes ont déjà passé leur code à La Poste.

La Poste. Ça crée des liens entre nous.

La Poste - SA au capital de 5 857 785 992 € - 356 000 000 RCS Paris - Siège social : 9, rue du Colonel Pierre Avia 75015 Paris



Corinne Masiero, le 16 avril à Paris.
G. Vié / 20 Minutes

Corinne Masiero Comédienne

« On ne perd jamais quand on choisit de lutter »

Propos recueillis par **Caroline Vié**

Corinne Masiero a son franc-parler, et n'hésite pas à passer à l'acte quand il le faut. Sa prise de parole aux Césars, en 2021, où elle était arrivée nue et couverte de sang sur scène, témoigne autant de son courage que de ses convictions. Dans *Petites Mains* de Nessim Chikhaoui, en salles mercredi, l'actrice incarne une femme de chambre usée par le travail et la vie, qui soutient une jeune recrue, alors que ses collègues s'organisent pour faire valoir leurs droits. « Corinne a une grande gueule, un grand cœur et un sacré charisme, confie le réalisateur. Elle est libre. » Cet entretien, où le tutoiement était de rigueur, confirme cette déclaration.

Te considères-tu comme une personne engagée ?

Tout le monde est engagé. Ne pas l'être est aussi une forme d'engagement. Chacun fait comme il veut et surtout comme il peut. J'ai été contente qu'on me propose *Petites Mains*. Ce film correspond aux valeurs que j'ai envie de

défendre. C'était un cadeau de pouvoir parler de lutte dans un film grand public et un cadeau aussi de me voir confier un personnage éloigné de ce qu'on me propose d'habitude.

Habituellement, comment les réalisateurs te perçoivent-ils ?

Comme une spécialiste de la rigolade. Je ne m'en plains pas, mais c'est sympa de pouvoir changer de registre. C'est fou comme le cinéma français manque d'imagination. Les gens sont craintifs, refusant la moindre prise de risque. Je viens de me lancer pour la première fois dans la réalisation d'un téléfilm baptisé, pour l'instant, *Un château en Espagne*. Il fallait voir la tête du directeur de casting quand je lui ai réclamé des « gueules » pour jouer dedans. Les interprètes qu'il m'a proposés étaient lisses comme du fromage blanc. Il a fallu que j'insiste pour obtenir gain de cause.

D'où vient cette frilosité ?

Comme partout, le pouvoir est détenu par une poignée de gars qui viennent du même milieu et qui ont les mêmes valeurs. Les gens qui ne correspondent pas à leur modèle n'existent pas. Il faut les secouer pour imposer

le droit d'être représenté. C'est aussi valable pour les femmes. Le plus déliant est que, si ça marche, ils disent : « Ah, c'était chouette ! On aurait dû y penser avant ».

Était-il facile de trouver sa place dans tout ça ?

La télévision a changé mon compte en banque tout autant que ma vie. Je me demande encore comment j'y suis parvenue. Je me sers de ma notoriété pour me faire entendre et défendre mes idées. Je crois que les gens me voient comme une emmerdeuse qu'ils aiment bien, même si elle leur tape parfois sur les nerfs. Il y a aussi des gens qui me détestent, et ça me va. Je ne voudrais pas être consensuelle.

Tu te vois comment ?

Je n'ai rien d'une star ni d'une icône. J'estime être quelqu'un d'ouvert et que les rencontres que je fais me permettent de m'améliorer humainement. J'espère être capable de me remettre régulièrement en question comme comédienne et comme citoyenne. J'admire les gens qui ont le sens de l'autodérision, car j'en suis incapable. Je suis trop orgueilleuse et nombriliste pour rire de moi.

Ta prestation aux Césars ne montre-t-elle pas que tu as un certain humour ?

Je ne voulais pas laisser passer une chance pareille de m'exprimer, mais je n'en menais pas large. Ce genre de happening est ce qu'on appelle une « action » chez les intermittents du spectacle. Quand tu fais ce genre de chose, tu y vas à plusieurs, comme quand les femmes de chambre manifestent dans *Petites mains*. On se soutient les uns les autres, ce qui aide beaucoup. Là, j'étais toute seule, car je ne voulais

mettre personne dans la merde. J'ai passé des heures à douter avant d'y aller. C'est dur d'ouvrir sa gueule. Le sujet de *Petites Mains* m'a touchée, car le film parle aussi

de ça, de la peur d'agir. Et du moment où l'on décide d'y aller.

Et ça a servi...

Oui, le bordel qu'on met n'est pas inutile. Il pointe du doigt des problèmes que les gens n'auraient pas remarqués autrement. Après, ils en font ce qu'ils veulent, mais ils ne peuvent plus dire qu'ils n'étaient pas au courant. C'est important de se battre. On ne perd jamais quand on choisit de lutter.

Tu trouves que ça bouge pour les femmes ?

On part de tellement loin dans tous les domaines qu'il y a encore du boulot. Là encore, il faut crier pour se faire entendre. Il faut déranger, comme je le fais avec mon groupe Les Vaginites, de la musique qui pique et qui gratte. Les femmes ouvrent leur gueule, et ça leur coûte souvent cher. Ça me rend dingue quand j'entends dire qu'elles cherchent la notoriété quand elles parlent. Cette idée à la con a la vie dure. Elle permet à certains mecs de continuer à dormir la nuit, mais le processus est enclenché : on va continuer à les secouer. Plus question de revenir en arrière dans le milieu du cinéma comme ailleurs. Je sais ce que c'est que d'être invisible comme les femmes de *Petites Mains*. Ce temps-là est bien fini, je veux qu'on me voit pour aider les autres à être vues.

Comment imagines-tu ton avenir ?

Je ne veux pas être la personne la plus riche du cimetière. Je continue de me battre tout le temps. Là, je me bagarre pour garder le contrôle sur mon téléfilm. Ils m'ont engagée en sachant qui j'étais et veulent me contrôler. Je ne vais pas me laisser faire même si je sais que tout peut s'arrêter demain. Je préfère que mon film ne soit pas diffusé plutôt que de me laisser former. Je suis entrée dans le monde de la télé comme un cheval de Troie, une petite souris qui s'est transformée en éléphant. Ça va être dur de me virer maintenant.

« Éliminer, c'est un moment horrible »

À partir de ce vendredi, **Éric et Ramzy** jugent les candidats de « Comedy Class », grand concours d'humour

Propos recueillis par
Fabien Randanne

« **C'**est un « The Voice » de la comédie », nous glisse Éric Judor au sujet de « Comedy Class ». Comme dans le télécrochet de TF1, le jury du show lancé ce vendredi sur Prime Video, prend place sur un fauteuil pour évaluer les candidats. Éric Judor et Ramzy Bédia en sont les animateurs et principaux jurés. Pistache sur le gâteau : le duo se laisse aller aux improvisations dans chaque épisode.

Juger l'humour, c'est facile ?

Ramzy : On n'a pas jugé. Juger l'humour, ça voudrait dire donner un avis tranché à la fin.

Éric : Quand même, on jugeait puisqu'on en éliminait. C'est un moment horrible. L'humour, c'est subjectif. Il y a des gens qu'on a éliminés et

qui, si ça se trouve, vont faire rire la moitié de la France. C'est notre sensibilité comique qui décidait.

Aviez-vous déjà repéré certains candidats ou candidates ?

É. : Oui, moi j'avais vu Eliott Doyle, Adel Fugazi...

R. : On les a vus à la première émission et on savait qu'ils iraient plus loin.

L'humour, c'est évident, il suffit de voir les gens éclater de rire.

É. : C'est vrai qu'il y avait notre jugement, mais on faisait ça en public, aussi, donc cette réaction ne pouvait pas se forcer.

Dans chaque épisode, on vous voit partir en impro. C'est allé très loin ?



Ramzy Bédia (à g.) et Éric Judor (à dr.). É. Jeanneret / Bureau 233 / ITV

É. : Oui et ça a été condensé. Je pense que, dans les rushs, il y a quatre fois plus de matériel. C'était un problème. On a regardé le premier montage et on s'est dit : « Mais, on est où ? » Ils oubliaient la crème chantilly qu'on avait ajoutée. Alors ils ont été très gentils et ils nous l'ont remise.

En quoi l'émission reflète-t-elle le stand-up français actuel ?

É. : Quand on voit où certains en sont en seulement un an ou deux de carrière, c'est fou. Ils ont tous une culture de la scène bien meilleure que la nôtre à l'époque.

R. : Nous, quand on est arrivés, on découvrait, on tâtonnait, on cherchait.

É. : Il n'y a aucun qui s'est véritablement planté.

Ça ne vous dérange pas de remonter sur scène pour marquer le coup ?

É. : Ça commence à nous démanger. Regardez son visage comme il a envie. [Ramzy affiche une mine impassible].

Ce n'est pas votre priorité, Ramzy ?

R. : [Son visage change d'expression] Je lâche tout pour remonter sur scène avec Éric demain !

De la télé réalité aux mormons, le parcours atypique d'Haneaia

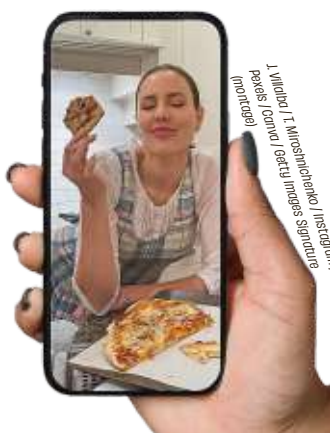
Lina Fourneau

Depuis ses participations aux « Anges » et aux « Marseillais vs le reste du monde », Haneaia a changé de vie. La trentenaire originaire de Suisse vit désormais dans l'Utah, aux États-Unis, avec un riche homme d'affaires mormon, Marlowe Dazley Junior. Haneaia a elle-même grandi dans l'Église des saints des derniers jours. Mais lors de ses études de communication à Genève, l'étudiante souhaite faire ses propres expériences. Elle devient alors mannequin, avant d'être repérée par les casteurs de la télé réalité qui lui promettent de « passer de super vacances ». « J'ai passé les pires vacances de toute ma vie », corrige-t-elle.

« Je fais tout moi-même »

Dès les premiers tournages, Haneaia se rend compte qu'elle ne partage pas les mêmes valeurs. « Je commençais à être pessimiste, je ne croyais plus en la fidélité et je me suis éloignée de qui j'étais », raconte-t-elle. Aujourd'hui, ce monde est derrière elle. Ce qui compte, c'est sa communauté de 149 000 abonnés. « J'ai beaucoup plus de joie avec ce que je fais aujourd'hui, où je fais tout moi-même », explique Haneaia.

Elle a même décidé de retrouver les liens au sein de son Église. Chez les mormons, personne n'a rien dit sur le passé de candidate de télé réalité, malgré les règles strictes de cette religion. Que répond l'influenceuse aux accusations de secte ? « Il y a beaucoup d'amalgames. Il y a les membres de l'Église des saints des derniers jours et ses fondamentalistes. Eux sont une secte criminelle avec un gourou [Warren Jeffs] qui a été accusé de pédophilie et qui a été emprisonné. » Sur ses réseaux sociaux, elle montre désormais son quotidien de femme mariée, qui « chérit son mari » avec des bons petits plats.



« Drag Race France » de retour

TÉLÉVISION « Drag Race France », la version tricolore de la compétition de drag-queens, revient prochainement sur France Télévisions pour une troisième saison. Parmi les candidates, Leona Winter, que les fidèles de « The Voice » ont pu voir et entendre dans la huitième saison, ou Perseo, qui officie aux îles Canaries. Mais aussi Afrodite Amour, Norma Bell, qui ont dit leur fierté de représenter l'outre-mer, Mysty Phoenix, Magnetica, Lula Strega, Le Filip – première queen croate –,

Ruby on the Nail et Edeha Noire. Nicky Doll garde les rênes de la présentation, entourée des deux juges permanents, Daphné Bürki et Kiddy Smile. Les défis cultes tels que le « Snatch Game », le « Make-over » ou le « Talon faible » seront bien au rendez-vous. Cette fois, en revanche, le premier épisode ne verra pas les queens s'affronter dans un concours de talent, mais dans un spectacle « cabaret ». Autre nouveauté : le Nicky Phone qui pourra sonner à n'importe quel moment pour défier les candidates.

La date de lancement n'a pas été officialisée, mais les épisodes seront mis en ligne les vendredis à 19 heures sur la plateforme France TV Slash et diffusés, le même jour, en deuxième partie de soirée sur France 2. **F. R.**

Horoscope

- Bélier** DU 21 MARS AU 20 AVRIL
Vous comprenez où votre partenaire veut vous entraîner aujourd'hui. Vos remises en question sont assez positives.
- Taureau** DU 21 AVRIL AU 21 MAI
Vous avez des facilités à convaincre. Tâchez de renforcer votre intimité. Vous allez pouvoir aller de l'avant.
- Gémeaux** DU 22 MAI AU 21 JUIN
Vous décidez d'occulter les problèmes, or ils ne s'évaporent pas pour autant. Ne vous lancez pas dans des aventures sans lendemain.
- Cancer** DU 22 JUIN AU 22 JUILLET
La routine installée dans vos amours n'est vraiment pas pour vous déplaire. Vous avez de l'énergie à revendre.
- Lion** DU 23 JUILLET AU 23 AOÛT
Il serait bon de changer d'attitude sinon vous allez faire fuir les autres. Votre marge de manœuvre est réduite.
- Vierge** DU 24 AOÛT AU 23 SEPT.
Vous tirez un trait sur le malentendu à l'occasion d'une crise amoureuse. Le problème actuel est transitoire.
- Balance** DU 24 SEPT. AU 23 OCT.
Vous plaisez sans efforts aujourd'hui. Des collègues essaient de récolter tous les honneurs à votre place.
- Scorpion** DU 24 OCT. AU 22 NOV.
En couple, l'atmosphère est tendue. Au travail, vous comblez vos désirs sans rien devoir craindre ou transiger.
- Sagittaire** DU 23 NOV. AU 21 DÉC.
Évitez les rapports de force conjugaux. Vous êtes très sollicité. C'est normal, vous avez montré vos compétences.
- Capricorne** DU 22 DÉC. AU 20 JANV.
Vous avez l'amour et l'humour moroses. Votre vie professionnelle s'intensifie. Vous voyez plus clair dans vos projets.
- Verseau** DU 21 JANV. AU 18 FÉVRIER
Vous êtes tenté par une escapade pour vous évader du quotidien. Vous vous faites discret aujourd'hui.
- Poissons** DU 19 FÉV. AU 20 MARS
En famille, c'est plutôt le train-train, mais un train-train agréable à vivre. Vous renoncez à une responsabilité.

RETROUVEZ L'HOROSCOPE COMPLET SUR NOTRE SITE ET NOS APPLICATIONS.

Mots fléchés

FORCE 1

BATEAUX	CORPS CÉLESTE	DEVEN-DRAS	AÉRONEF LÉGER	BOÎTE DE TRAVAIL	TRISTES ET PLEINS DE RANCEUR
ÉTOILÉS	ENTRE NORD ET EST	BORNÉ	CONSULTES UN OUVRAGE	ON LES PREND EN CURE	EXPRI-MENT LEUR GAÏETÉ
SON EMPLOI EST PONCTUEL					
ALARMAS				NOUER LES LIENS DU MARIAGE	
ELLE MÈNE SON MONDE À LA BAGUETTE	BERNÉS		ORIEN-TÉES AVEC PRÉCISION		
	DRÔLE D'INDIVIDU				
ROUTE NATIONALE				ET TOUT LE RESTE QUI EST FORT LONGUET	ROUSSIR EN CHAUF-FANT
ÉLIMÉ				ELLE DÉFEND LA CAUSE ANIMALE	PRÉPARA-TION À BASE DE FARINE
PROBLÈME INFORMATIQUE	CLIENT DES SERVICES PUBLICS				
		RÉGION DE NICE	PRODUIRE UN SON DE CLOCHE	FAIRE COULER DE LA BOUTEILLE AU VERRE	AVANT MIDI
		RENTÉE D'ARGENT	ÉTENDU		VENU AU JOUR
GAVÉ					
CROCHET DE PÊCHE				CRIER TEL UN CERF	
				DIVISION DU TEMPS PASSE	
EMBAR-RAS-SANTES					
FLAIRE LE BOUQUET					
		MAÎTRISE AU MIEUX LA SITUATION			
QUE L'ON N'A DONC PAS RÊVÉ			IL VA PLUS LOIN QUE LE MÉTRO		

Un nouveau... sur l'Île-de-France

20' TNT Canal 32, sur les box & sur le web (bien-sûr... !)

SOLUTION

20 minutes

Sudoku

EXPERT

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

En partant des chiffres déjà inscrits, remplissez la grille de manière que chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de 3 par 3 contienne une seule fois tous les chiffres de 1 à 9.

SOLUTION

4	2	8	6	8	9	5	1	1
8	6	1	8	9	1	2	9	4
9	9	1	1	2	4	8	6	8
8	4	9	5	6	2	1	8	1
1	8	9	9	8	1	6	4	2
2	1	6	1	4	9	8	9	9
1	8	4	2	1	6	8	9	9
9	9	2	8	1	8	4	1	6
6	1	8	4	9	9	1	2	8

Soloallos / Getty Images

«Sixième Science»
Cette étoile va illuminer le ciel dans les prochaines semaines

20 minutes À ÉCOUTER AUSSI



2,3 millions de lecteurs par jour (journal),
21 millions de lecteurs par mois
(tous supports, print et numérique).
Source : étude ACPM OneNext 2022 S2.
Adresse : Carré Champerret,
28-32, rue Jacques-Ibert, 92300 Levallois-Perret.
E-mail : info@20minutes.fr Tél. : 01 53 26 65 65

Édité par 20 Minutes France, SAS au capital
de 5776544 €, RCS Nanterre 438 049 843
Actionnaires : Société d'investissements et de
participations (Sipa), Rossel France Investissement
Directeur général, directeur de la publication :
Ronan Dubois
Directrice de la rédaction : Fanny Annot-Oualia

Conception graphique : Agence A noir www.anoir.fr
Impression : L'imprimerie, Midi Print, Rossel
Printing Company, Imprimeries CIMP. Imprimé sur
du papier produit en France, Allemagne, Belgique
et Espagne à partir d'au moins 95 % de fibres
recyclées, papiers porteurs des écolabels FSC ou
PEFC ou Écolabel européen, etc. 442 kg de CO₂ émis

par tonne de papier distribué.
© 20 Minutes France, 2023.
Dépôt légal : à parution.
N°s ISSN : 2269-1758, 2269-1790,
2269-1812, 2269-1820, 2269-3211,
2269-3238, 2269-3343.



Sooooooooooooo british, les assiettes parisiennes !

Longtemps méprisée, la **cuisine anglaise** est devenue hype à Paris



Claire Frayssinet

« **L**a cuisine anglaise, c'est simple : quand c'est froid, c'est de la bière, quand c'est chaud, c'est de la soupe. » Une citation de Coluche que bon nombre de Français pourraient aussi revendiquer, tant la gastronomie anglaise suscite mépris et railleries de notre côté de la Manche. Pourtant, une petite révolution est en cours au sein de la restauration parisienne si l'on en croit le nombre d'ouvertures, en l'espace de quelques mois, de tables se revendiquant so british.

À deux pas d'Opéra (9^e arr.), le chef britannique Calum Franklin vient d'inaugurer Public House. Instagrammable à souhait, le lieu séduit aussi dans l'assiette avec, notamment, des tourtes traditionnelles à base de bœuf, volaille, cheddar et pommes de terre à la carte. Une spécialité anglaise qui a tout pour plaire aux Français, amateurs de quiches et tartes salées, avec

cependant le tarif londonien qui rend l'expérience plus typique (entre 19,50 € et 29,50 € la *pie* individuelle). Le fameux *fish and chips*, devenu incontournable, tient également sa place dans l'établissement.

Quand les « pies » enchantent

Alexandre Chapier, chef originaire du Sud-Ouest vient, lui, d'ouvrir The Blossom Arms (17^e arr.), un pub spécialisé dans les fruits de mer : « Ce que j'aime avant tout dans les pubs, c'est le fait qu'on puisse s'y retrouver à toute heure en famille ou entre amis, confie le chef. Et puis, en dehors des pubs, on mange clairement mieux à Londres qu'à Paris. C'est une cuisine beaucoup plus mélangée, qui est moins restée figée dans la tradition. » Un avis partagé par Marine et Marine, deux amies qui viennent d'ouvrir leur Daily, non loin de The Blossom Arms. « Beaucoup ne comprenaient pas pourquoi on ouvrait une adresse avec des spécialités anglaises, se souviennent-elles. Pour eux, c'est une alimentation insipide. Mais nous, on l'a testée lors d'un



La « pie », tourte à la viande, au cheddar et aux pommes de terre est un classique anglais. B. Linero

séjour à Londres, donc on savait qu'on allait séduire les Parisiens, car c'est une cuisine cosmopolite. » À la carte, elles proposent des plats simples du quotidien comme les *pies*, des *sausage rolls* (feuilletés à la saucisse) ou des sandwiches à l'œuf et au cresson.

« On savait qu'on allait séduire les Parisiens, car c'est une cuisine cosmopolite. »

Comment les Français sont-ils donc tombés *in love* de la gastronomie anglaise ? Ils nourrissent une sorte d'obsession pour l'Angleterre, reconnaît Sarah Lachhab, co-auteurice d'*Angleterre, Tea, Picalilli, Pasty* (éd.

de La Martinière). La cuisine anglaise est moins dans les carcans, et de nombreux chefs français ont toujours un œil sur elle. » Est-ce qu'un plat pourrait connaître à Paris le même succès que les burgers ou les sushis ? « Le Battenberg cake, un gâteau composé de carrés de pâte colorés sera la prochaine star d'Instagram », prédit Sarah Lachhab. Reste à voir si la mode pour la cuisine anglaise sera aussi obsoète que le règne d'Edouard VII ou passera à la postérité comme celui d'Elizabeth II.



Échauffement culturel et ludique avant les JO

— Cinq des plus grands musées de Paris se sont associés pour proposer, jusqu'au 6 juin, un jeu de piste en hommage à Pierre de Coubertin. Le musée d'Orsay, le Louvre, le musée de l'Orangerie, le quai Branly ainsi que le jardin des Tuileries proposent un parcours d'énigmes autour de leurs œuvres, où le but est de décoder des phrases issues du manuscrit original du manifeste des Jeux olympiques. Seul ou en équipe, il faut observer, déchiffrer des énigmes et reporter les solutions dans un livret de jeux disponible dans les musées partenaires ou à télécharger sur Cinq-musees-en-jeux.com. Gratuit et accessible dès l'âge de 7 ans, ce jeu permet de remporter de nombreux lots culturels ou en lien avec les Jeux. Photo : J. Vial / 20 Minutes



TOUT FEU TOUT FLAMME

Le chef franco-canadien Thierry Cornuet, alias Big T, dévoile dans son livre les secrets d'un fumage à froid comme à chaud, les spécificités de la cuisson au brasero ou encore les alternatives végétariennes pour alimenter son barbecue à gaz. *L'Art du barbecue*, éd. Marabout. 29,95 €.

Une collab solidaire

Band of Sisters est un réseau de femmes entrepreneuses dont le but est de favoriser les échanges pro et de soutenir des causes. C'est aussi une marque collaborative qui lance une ligne fun et colorée avec La Redoute. Sweat, tee-shirt, sac... la collection se veut l'étendard de messages solidaires. Les bénéfices des ventes seront reversés à l'association Solfa qui vient en aide aux femmes victimes de violences. Entre 49 € et 69 € sur le site de La Redoute. Photo : La Redoute x Band of Sisters



JEU CONCOURS

Jusqu'au 1^{er} mai, scannez le QR code et répondez à notre quiz pour tenter de remporter l'un des dix exemplaires de *Tokyo Detective* par l'auteur Jake Adelstein.

97 %
des Français estiment que des encouragements améliorent leur bien-être et leur productivité au travail, selon une étude Preply, spécialiste de l'apprentissage des langues en ligne. Une bonne raison, s'il en fallait, de prôner la bienveillance entre collègues.



Bébé bien protégé

— Avant l'arrivée des beaux jours, espérés pour le mois de mai, ce kit destiné aux bébés est un indispensable. Il comprend une crème SPF 50 au toucher gras qui, même s'il colle sur la peau, permet d'assurer une couche minimale de produit et de vérifier les zones protégées. Elle est accompagnée d'un spray d'eau rafraîchissant et d'une pochette imperméable pour ranger le maillot de bain.

Coffret Mon premier été Biolane expert, 26,90 € en pharmacie et parapharmacie. Photo : Biolane

« Le ballon était une dépense inutile »

L'attaquante de l'OL Melchie Dumornay raconte ses débuts à Haïti, avant la demi-finale retour de Ligue des champions, dimanche à Paris



Propos recueillis à Lyon par
Jérémie Laugier

Freinée dans son ascension durant quatre mois par une blessure à la cheville, Melchie Dumornay se révèle dans l'attaque lyonnaise en Ligue des champions. Buteuse à l'aller face au PSG en demi-finale, l'attaquante de 20 ans pourrait bénéficier des absences d'Eugénie Le Sommer, Delphine Cascarino et Ada Hegerberg pour montrer l'étendue de son talent. Celui d'une jeune fille haïtienne ayant découvert le football dans son quartier de Mirebalais, pieds nus, dans la rue, uniquement avec des garçons, et souvent « sans vrai ballon ».

Quels souvenirs conservez-vous du football à Haïti ?

Ce sont des moments qui sont gravés en moi à tout jamais, parce que je les ai partagés avec mes amis d'enfance. Le football m'a choisie dès ma naissance, ça s'est fait naturellement, alors que personne ne m'a jamais poussée dans cette voie.

À quoi ressemblaient les matchs dans votre quartier à Mirebalais ?

On aurait pu avoir un vrai ballon, mais nos parties se seraient terminées plus vite sur nos petits terrains pleins de cailloux. On considérait donc ça comme une dépense inutile. Tout pouvait nous servir de ballon : un citron, des chaussettes qu'on remplissait d'éponges,

c'était inoubliable. Forcément, quand je vois le grand écart entre les conditions que j'ai connu et ce niveau professionnel aujourd'hui, je sais que je vis un rêve.

En quoi était-ce précieux de découvrir le football sans chaussures selon vous ?

Au début, je me sentais confortable de jouer pieds nus. Ça m'a permis d'avoir cette maîtrise du ballon et de savoir utiliser toutes les surfaces de mon pied. Mais une fois que j'ai quitté mon quartier, j'ai pris conscience de l'importance d'avoir des chaussures pour protéger mes pieds.

Étiez-vous la seule fille à ces matchs ?

Oui, j'avais 10 ans, et certains garçons en avaient 16. La vitesse de jeu et les contacts n'étaient pas les mêmes que si j'avais débuté contre des filles. Ça m'a permis d'aiguiser ma qualité technique et mon explosivité. Ça m'a poussé à jouer simple, à être intelligente pour

éviter les contacts, à élargir mon champ de vision et mes déplacements.

« Quand je vois le grand écart entre les conditions que j'ai connu et ce niveau professionnel aujourd'hui, je sais que je vis un rêve. »

Était-ce possible de rêver d'un destin de footballeuse professionnelle, en tant que jeune fille vivant dans un quartier à Haïti ?

À cette époque, je rêvais de pouvoir jouer un jour dans un beau stade, mais c'était impossible de se projeter dans le football professionnel. Je pense que dans le monde entier, la femme doit s'occuper de la maison, des tâches ménagères. C'était dur de faire admettre que

les filles avaient aussi le droit de pratiquer le football. Mais j'ai eu la chance que ma mère ne soit pas trop stricte. Elle ne m'interdisait pas le foot parce qu'elle voyait que j'étais épanouie. Mais il y avait des conditions : il fallait que tout soit nickel à la maison avant que je puisse aller jouer.

Après sept mois à l'OL, vous sentez-vous dans un rôle de joker offensif ?

Même si je n'ai pas encore eu la possibilité d'avoir autant de trophées que les filles qui étaient déjà au club, j'ai une mentalité de gagnante, et c'est ce que tout le monde partage dans ce club. Je m'intègre bien dans le groupe, le choix des titulaires appartient à la coach [Sonia Bompastor]. On a vu avec mes entrées face à Benfica en quart de finale que je voulais essayer de changer la donne.

À 15 ans, vous êtes invitée pour une semaine de stage à l'OL. À quel point cela a-t-il été difficile de retourner à Haïti ensuite ?

C'est tant mieux, peut-être que je ne serais pas là aujourd'hui si l'essai à Lyon avait abouti à l'époque. C'était difficile à encaisser d'attendre aussi longtemps ensuite à Haïti, mais je n'ai pas abandonné, j'ai travaillé dur, et je suis très fière de ça.

Vous vous révélez à Reims de 2021 à 2023 avant d'arriver à Lyon l'été dernier.

Après mon stage à Lyon, tout ce que je voulais, c'était porter le maillot de ce grand club. L'un de mes rêves est donc devenu réalité.



L'attaquante haïtienne à l'entraînement, en mai 2023.
F. Nascimbeni / AFP



Sandy Baltimore. D. Winter / Sipa

Les Parisiennes devront remonter



Antoine Huot de Saint Albin

— Leur place en finale de la Ligue des champions était (presque) réservée à la 80^e minute de jeu. Puis, le trou d'air. En six minutes, le PSG s'est effondré et a perdu la belle avance qu'il avait prise au Parc OL. De 0-2, on est passées à 3-2 pour les Fenottes. Alors, évidemment, il y avait de la déception du côté parisien. Mais, avec un seul but de retard et un match à disputer au Parc des Princes, Sandy Baltimore et ses coéquipières sont passées en mode commando pour le retour. « On a un coach mental avec le groupe, avance l'internationale française. On fait des séances durant lesquelles on

parle de notre ressenti sur le terrain, avec les émotions, l'intensité, l'ambiance autour. »

La préparation mentale a permis aux Parisiennes d'identifier les raisons du crash. « On était bien... Et il y a eu ce petit relâchement. Ça nous a "tuées", frustrées, on était vraiment énervées, poursuit Baltimore. Mais on n'était pas déçues de notre performance et de ce qu'on a pu montrer, car on gagnait quand même 2-0 chez elles. Sur le plan mental, les Lyonnaises se sont vraiment réveillées. Et puis, leurs changements les ont vraiment aidées. Mais bon, il n'y a qu'un seul but d'écart, c'est rien, donc pour ce match retour, on est prêtes et on va tout donner pour accéder à la finale. »

Et peut-être voir plus loin et remporter la première Ligue des champions de l'histoire du club.

Un Classique européen

Si l'affiche est fréquente, puisque les deux clubs se disputent quasiment tous les titres nationaux depuis dix ans, les enjeux sont différents cette fois, assure l'attaquante. « Lyon, on les connaît, c'est un vrai adversaire. On a l'habitude de jouer souvent contre elles, il y aura beaucoup d'intensité des deux côtés. Mais on sent que c'est vraiment un match de Coupe d'Europe. Et puis, il y a l'ambiance autour de ce match, il y aura beaucoup de monde au Parc. » Plus de 20 000 places ont déjà été vendues.

La liberté n'a pas de bruit.



Mounès Mobilité

Découvrez nos scooters, vélos et trottinettes électriques
dans notre nouvelle boutique et nos concessions.



3 RUE ROMIGUIÈRES, 31000 TOULOUSE

CAZÈRES - FOIX - LAVELANET - PAMIER - ROQUES - SAINT-GAUDENS - SAINT-GIRONS

mounesmobilite.com f @ in X





DESPERADOS

MIX OF FLAVORS*

FLAVORS*
**FRUITS ROUGES
& GUARANA**



SERVICEPLAN HEINEKEN ENTREPRISE RCS 414 842 062

 **BOUTEILLES
& CAPSULES
TRIEZ-LES !**


MAXIME_DERIA**

*TOUTE UNE VARIÉTÉ DE SAVEURS : DESPERADOS EST UNE GAMME DE BIÈRES AUX SAVEURS UNIQUES ET VARIÉES. DESPERADOS RED EST UNE BIÈRE AROMATISÉE À LA BOISSON SPIRITUEUSE (CACHAÇA), GUARANA ET FRUITS ROUGES.
**L'ARTISTE MAXIME DERIA A COLLABORÉ AVEC DESPERADOS POUR CRÉER SA NOUVELLE CAMPAGNE.

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