



**PARIS-TURF**

**FLASHEZ-NOUS !**  
Et faites le papier sur [paris-turf.com](http://paris-turf.com)



**MERCI POUR L'INFO.fr**



Faites valoir vos droits ! Pour contester une décision de l'Anah, suivez nos conseils sur [Mercipourlinfo.fr/recours-anah](http://Mercipourlinfo.fr/recours-anah)

**UN PODCAST**  
Van Gogh thérapie




**UN SITE ÉVÉNEMENT**  
sur le mythe Van Gogh




**LE QR CODE DU JOUR**

Scannez le QR Code ci-contre et découvrez notre vidéo et notre article consacré à Elfy, la nouvelle appli qui promet de contrer l'effet yo-yo des régimes.





Vous voulez écouter les morceaux évoqués dans ce dossier ? Retrouvez la playlist de *La Croix l'Hebdo* sur Spotify et Deezer.

**Vous organisez une animation de Noël ?**

Publiez **gratuitement** votre événement sur [letelegramme.fr](http://letelegramme.fr)

Scannez le QR code et suivez




Savoir utiliser une affleureuse C'EST PAR ICI !



[www.systemed.fr/915080](http://www.systemed.fr/915080)

**SUR LAVOIXDUNORD.FR**  
Retrouvez notre vidéo en flashant ce QR-Code



Alex Honnold évoque ses plus grands défis à ce jour, devant la caméra de *The Red Bulletin*.



**Exclusif!**  
Écoutez gratuitement les meilleurs polars de *Pleine Vie* en scannant ce QR code à l'aide de votre smartphone.



La vidéo sur [Challenges.fr](http://Challenges.fr)



# PANORAMA DES QR CODES EN PRINT

Les QR codes pour l'éditorial, la relation lecteurs, les publi-reportages, l'abonnement, la billetterie spectacles et la publicité

Janvier 2024

# 1

**QR code presse -  
Editorial**

**Presse pratique (bricolage,  
cuisine, juridique-conso, santé,  
sénior)**

# SYSTÈME D SYSTÉMATISE LES QR CODES EN ÉDITO

Tout au long du magazine avec une indexation numérotée

Isoler ses murs par l'extérieur optimise la performance thermique, tout en préservant l'intégralité du volume habitable. La solution mise en œuvre ici offre l'intérêt supplémentaire de conserver à la maison son caractère maçonné, avec l'aspect cossu d'un revêtement de façade minéral.

Texte Michel Berkowicz Photos Parexlanko et Weber France

Remerciements à Parexlanko et Weber France



Shutterstock / Lucian Harnal/Hever



Si vous venez d'aménager votre nouvelle terrasse, utilisez donc les chutes pour fabriquer votre bac à compost. Ce tuto est disponible sur la chaîne YouTube de l'enseigne Brico Dépôt.

En appartement, il est possible de s'équiper d'un composteur de cuisine « bokashi ». Une technique originaire du Japon, qui fonctionne à l'aide d'un activateur biologique en poudre (Mé, mélasse et micro-organismes) pour assurer la décomposition par lactofermentation.

Savoir utiliser les méthodes traditionnelles  
**C'EST PAR ICI !**  
[www.systemed.fr/936082](http://www.systemed.fr/936082)

Une autre isolation en polystyrène réussie  
**C'EST PAR ICI !**  
[www.systemed.fr/936026](http://www.systemed.fr/936026)

**LES +**

- Légèreté
- Poignée de transport
- Charbons très accessibles

**LES -**

- Maintien de l'angle du mors fixe
- Orifices de fixation sur plan de travail

Nos conseils pour faire le meilleur compost  
**C'EST PAR ICI !**  
[www.systemed.fr/936063](http://www.systemed.fr/936063)

Retrouver un banc d'essai  
**C'EST PAR ICI !**  
[www.systemed.fr/936081](http://www.systemed.fr/936081)

## CONSEIL DE PRO

La colle spéciale béton cellulaire (ici prête à l'emploi en bidon doseur) est très performante, bien entendu. Mais, compte tenu de sa fluidité, elle a tendance à couler sur les parties verticales. On choisit donc de la réserver à l'encollage des franches horizontales. Pour le reste, on préfère employer une colle à carreaux de plâtre. Plus épaisse, elle permet de charger davantage si nécessaire et de remplir efficacement les petites alvéoles (dues aux micro-bulles d'air) du matériau, qui contribuent à ses qualités isolantes.



Un meuble de cuisine en béton cellulaire  
**C'EST PAR ICI !**  
[www.systemed.fr/936048](http://www.systemed.fr/936048)

La réponse à 5 questions fréquemment posées  
**C'EST PAR ICI !**  
[www.systemed.fr/936015](http://www.systemed.fr/936015)

**FOURNITURES ET OUTILS**

- Complexes d'isolant thermique BA13 + 60 mm de PSE, mortier adhésif spécifiques, enduit de jointoiment sans bande à joint, mousse expansive.
- Mètre, crayon, truelle, couteau à enduire, cutter, auge à gâcher, seau, niveau à bulle, tréteaux, règle en bois ou tasseau, papier de verre grain fin (180).

Une isolation en panneaux de ouate de cellulose  
**C'EST PAR ICI !**  
[www.systemed.fr/936021](http://www.systemed.fr/936021)

# SYSTÈME D: RENVOI VERS UN DIY

<https://www.systemed.fr/mobilier/fabriquer-meuble-beton-cellulaire,5218.html>

Dans ma maison /



6 Si vous utilisez des caissons à emballement, sciez les languettes inutilisées : celles qui se trouveront sur le côté du meuble, par exemple. Rabotez-les pour obtenir une surface lisse.



7 Procédez à un montage à blanc des jambages pour vérifier que les tracés sont bien de niveau et d'aplomb. Faites les corrections qui s'imposent et ôtez-les.

## CONSEIL DE PRO

La coiffe spéciale béton cellulaire (et prête à l'emploi en béton denseur) est très performante, bien entendu. Mais, compte tenu de sa fluidité, elle a tendance à couler sur les parties verticales. On choisit donc de la réserver à l'encollage des tranches horizontales. Pour le reste, on préfère employer une coiffe à caissons de plâtre. Plus épaisse, elle permet de charger davantage si nécessaire et de remplir efficacement les petites alvéoles (grâce aux micro-bulles d'air) du matériau, qui contribuent à ses qualités isolantes.



8 Délimitez l'emprise au sol de chaque jambage avec un large ruban de masquage. Cela facilitera la mise en place, tout en évitant un nettoyage ultérieur trop important.



9 Préparez la coiffe et déposez-la en couche épaisse sur le sol, le mur et les faces de contact de chaque jambage. Ce double encollage permet à la fois de renforcer l'adhérence et de compenser d'éventuels défauts de planéité du support.



10 Le cas échéant, remplacez entièrement la rainure d'assemblage en même temps que la tranche du caisson.



Un meuble de cuisine  
en béton cellulaire  
**C'EST PAR ICI !**

[www.systemed.fr/936048](http://www.systemed.fr/936048)



Systeme D



Découvrez nos magazines

Aménagements intérieurs > Mobilier  
> DIY : comment fabriquer un meuble de cuisine en béton cellulaire

## DIY : comment fabriquer un meuble de cuisine en béton cellulaire

Le 2 août 2018

Le béton cellulaire se prête à toutes sortes d'aménagements personnalisés. Associé à du bois de palette et des planches d'OSB, il permet ici de réaliser à moindre coût une surface de rangement très pratique dans une cuisine ou un cellier.



Cookies

systemed.fr



# SYSTÈME D: LIEN ARTICLE POUR PERSONNALISER SON ESCALIER

<https://www.systemed.fr/decoration/personnaliser-escalier-maçonnerie,786.html>

Dossier / Maçonnerie comme un pro



## 3/ Reprise des contremarches

### CONSEIL DE PRO

Avant de cambrer ou daler (pièce naturelle ou reconstituée...), le support doit être stable et bien propre pour assurer la pérennité du nouveau revêtement. Prenez la précaution de nettoyer intégralement les marches et contremarches à l'aide d'un nettoyeur haute pression. Laissez sécher, puis passez l'aspirateur afin d'éliminer les poussières résiduelles. Correz les éventuelles fissures ou lâchages avec un produit approprié (ciment prompt...). Attendez le complet séchage des rebouchages pour relater l'assise des marches.

**10**

Appliquez la résine d'accrochage sur toutes les contremarches. Après séchage, déposez une fine couche de mortier à la truelle et passez la spatule contée d'un geste léger.



**11** La spatule contée permet d'égaliser l'épaisseur du mortier. Lissez ensuite à la bache de manière à obtenir une surface bien plane.



**12** Travaillez contremarche par contremarche sur toute leur longueur, afin d'uniformiser l'épaisseur du mortier et le temps de prise. Raclez le surplus, soigneusement, sur le dessus des marches et les liras.



Décorer un escalier  
maçonné  
**C'EST PAR ICI !**



[www.systemed.fr/915026](http://www.systemed.fr/915026)

Systeme D



Connexion

Le Magazine

Menu Réparation et entretien Aménagements intérieurs Aménagements extérieurs Outillage - Quincaillerie Travaux

## Personnaliser un escalier en maçonnerie

du 21/02/2014 - Modifié le 27/02/2014

En un premier temps, Daniel Maire s'est construit un escalier en béton. Puis il l'a carrelé, après l'avoir équipé de nez de marches et de plinthes fabriqués sur mesure en chêne massif. Restait à le recouvrir d'une rampe assortie, faite maison bien sûr !



# SYSTÈME D: RENVOI VERS UN Q&A SUR LEUR SITE

<https://www.systemed.fr/isolation-exterieure/5-questions-sur-isolation-murs-par-exterieur,8001.html>



1 L'isolation sous bardage ventilé modifie radicalement l'aspect extérieur d'une maison en maçonnerie traditionnelle. En revanche, le travail peut s'effectuer pour essentiel avec des outils de bricolage courants, contrairement à la méthode sous enduit (peinture de plus fréquente).

## AIDES, QUOI DE NEUF EN 2024 ?

- L'État annonce un renforcement notable des aides aux grosses rénovations. Jusqu'à 70 000 € de travaux pourraient être pris en compte pour les plus importantes, avec une prise en charge de 90 % au bénéfice des ménages aux revenus très modestes vivant dans une passoire énergétique.
- Des soutiens sont également prévus pour améliorer le confort d'été dans les « bouillottes » thermiques (qui, souvent, sont aussi des passoires). Ils incluent une augmentation de 1 000 à 2 000 € dans le cadre d'une installation de pompe à chaleur air/eau ou géothermique en remplacement d'une chaudière utilisant une énergie fossile.
- Entre autres dispositifs, MaPrimeRénov' devrait aider à financer les équipements permettant de rafraîchir l'air, telles les PAC air/air ou les protections solaires.

À base d'argile expansée, de béton cellulaire, de brique ou encore de pierre ponce, les blocs employés se distinguent par leurs nombreuses et fines alvéoles verticales, qui emprisonnent l'air. De plus, ils se montent à joint mince, ce qui favorise une réduction significative des ponts thermiques. Seulement, de fortes épaisseurs doivent être mises en œuvre pour obtenir des performances de haut niveau. Exemple : 35 cm avec des blocs de pierre ponce pour atteindre  $R = 2,81 \text{ m}^2 \cdot \text{K/W}$ , 37 cm avec des briques multi-alvéolaires pour  $R = 3,14$  et 42,5 cm pour  $R = 3,81$ . L'idée d'incorporer aux blocs un isolant (laine de roche, polystyrène haute densité...) leur confère une efficacité accrue pour une épaisseur revue à la baisse (lire reportage p. 16). Grâce à leur forte inertie, les éléments garantissent ainsi un confort optimal en toute saison et une excellente étanchéité à l'air. Autre avantage non négligeable, l'isolant étant enfermé dans les blocs de construction et ces derniers enduits recto-verso, la pérennité du bâti s'en trouve de fait considérablement renforcée. ■

\* Prix moyens constatés.



4 Les blocs de pierre ponce sont garantis 100 % durables et recyclables. Fabriqués sans cuisson, ils nécessitent moins d'énergie que les matériaux subissant un traitement thermique. N'est-ce pas ce qui le transporte (par voie maritime) jusqu'au site de transformation française implique en termes de bilan carbone.



5 Facile à monter, le parpaing en bois massif tire profit des propriétés isolantes de sa matière première. Un complément d'ITE est néanmoins requis pour une construction conforme à la RE 2020.

La réponse à 5 questions fréquemment posées  
**C'EST PAR ICI !**  
[www.systemed.fr/936015](https://www.systemed.fr/936015)

La réponse à 5 questions fréquemment posées  
**C'EST PAR ICI !**

[www.systemed.fr/936015](https://www.systemed.fr/936015)



## 5 questions sur l'isolation des murs par l'extérieur

Le 4 août 2018

L'isolation des murs est, après celle de la toiture, la meilleure façon de faire des économies de chauffage. Chaque fois que c'est possible, il est préférable de le faire par l'extérieur de la maison. Voici 5 bonnes questions sur le sujet.



Isoler les murs par l'extérieur avec des feuilles de polystyrène

Systeme D Vidéo recommandée : Tutoriel : peindre ...

Cookies

systemed.fr

# SYSTÈME D: RENVOI VERS LE PLAN D'UN PRODUIT EN PDF

<https://www.systemed.fr/data/pdf/plan-sd936.pdf>

Dans ma maison /



7 Prolongez l'arrondi à la main ou au couteau à enduire. C'est votre coup d'œil qui fait différence. Raclez immédiatement le surplus (laissez sécher).

## L'INFO+

Vous pouvez choisir de peindre, éventuellement de venir ensuite du traiter le béton cellulaire avec d'autres finitions, selon l'apparence souhaitée (enduit minéral, par exemple). Attention à toujours vérifier la compatibilité des produits. Compte tenu de la texture caractéristique du béton cellulaire et de sa friabilité, ces derniers doivent posséder des propriétés d'adhérence spécifiques et offrir, en séchant, une parfaite dureté de surface.

## 4/ Ponçage et finitions



18 Là encore, il est plus commode de poncer les arêtes des niches avant la mise en place du dessus qu'après. Vos mouvements seront plus fluides. Mais ayez la main légère!



20 Éponassez soigneusement une dernière fois pour éliminer tous les résidus de ponçage.



21 En finition, la structure reçoit une peinture de façade hydrofuge hautement résistante aux agressions de toute nature. Nous l'avons complétée avec un vernis mat habituellement destiné à protéger les murs contre les craffats.

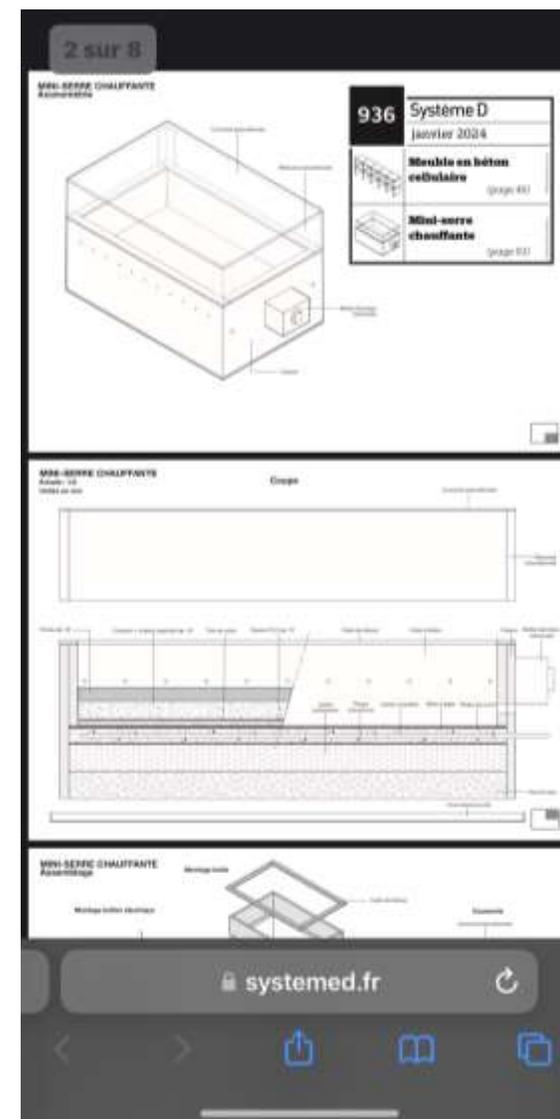
Retrouvez le plan de cette réalisation en scannant le QR code

[www.systemed.fr/936plan](http://www.systemed.fr/936plan)



Retrouvez le plan de cette réalisation en scannant le QR code

[www.systemed.fr/936plan](http://www.systemed.fr/936plan)



# SYSTÈME D: RENVOI VERS LE PLAN D'UN PRODUIT EN PDF

<https://www.systemed.fr/qrc/621d01b54f260>

Dans mon jardin / À faire soi-même

## 4/ Articulation du dossier

Retrouvez le plan de cette réalisation en scannant le QR code

[www.systemed.fr/915plan](http://www.systemed.fr/915plan)



**15** Mettez le meuble sur ses pieds. En fonction des réglages d'inclinaison, relevez le bras articulé et le dossier de façon à marquer les emplacements des encoches sur le barreau médian.



**16** Les encoches doivent être un tout petit peu plus larges que l'épaisseur du bras articulé. Réalisez les entailles sur 5 mm de profondeur environ à l'aide d'une meuleuse d'angle ou d'un outil multifonction équipé d'une lame adaptée.



**17** Pour faciliter le réglage d'inclinaison, nouez un corde réglable au bout du bras articulé et à l'autre extrémité à un crochet vissé sous le barreau encoché.



**18** Le réglage d'inclinaison doit être aisé. Testez le fonctionnement et, si cas échéant, procédez aux ajustements nécessaires.

### CONSEIL DE PRO

Il est plus rationnel de peindre les éléments avant de procéder aux différents assemblages du produit. Forcez légèrement les bois sous toutes leurs faces et dépoussiérez bien. Appliquez chaque couche de peinture en deux couches au moins, entrecoupées du temps de séchage indiqué par le fabricant. Prenez soin d'entreposer les bois sous abri et attendez que la peinture ait complètement séché pour les manipuler. Vous pourrez toujours, si besoin, effectuer des petites retouches après coup.



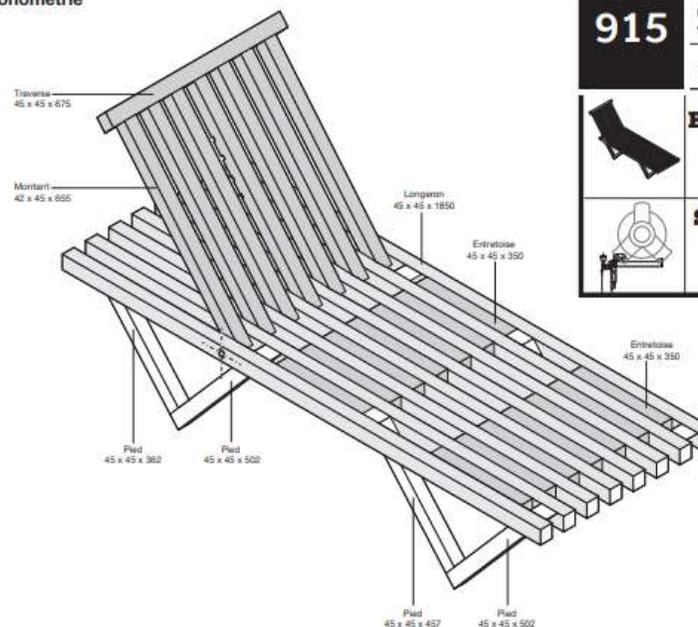
**19** Pour prolonger la durée de vie du meuble, il est préférable de replier le dossier après utilisation, lorsqu'on le déplace ou le range.

Retrouvez le plan de cette réalisation en scannant le QR code



[www.systemed.fr/915plan](http://www.systemed.fr/915plan)

## BAIN DE SOLEIL Axonométrie



**915** Système D

avril 2022



**Bain de soleil**

(page 68)



**Support enrouleur**

(page 95)



# SYSTÈME D: RENVOI VERS UNE VIDÉO EXPLICATIVE

[https://m.youtube.com/watch?v=0LG\\_iH9NvYY&utm\\_medium=qrcode&utm](https://m.youtube.com/watch?v=0LG_iH9NvYY&utm_medium=qrcode&utm)



## Une installation d'eau en tube multicouche

Ce matériau moderne permet de réaliser une installation de plomberie avec plus de facilité que du tube cuivre. Pour alimenter un lavabo en eau froide et chaude par exemple, la tuyauterie peut circuler en apparent de manière esthétique à l'aide de colliers spéciaux.

Texte Christian Pessey Photos Système D



l'utilisation du multicouche  
**C'EST PAR ICI !**

[www.systemed.fr/935040](http://www.systemed.fr/935040)



# MAISON & TRAVAUX : PLAYLIST D'UNE SÉRIE

<https://www.dailymotion.com/video/x87xw02?playlist=x7caoy>



À partir du 06/04/2022  
**Maison saine**

Vivre dans un habitat sain et propre est devenu LA grande priorité. À la clé : confort et sérénité des occupants mais également respect de l'environnement et de la planète. En effet, pour s'apaiser sereinement dans une maison saine, la structure, les composants, produits et matériaux, doivent être surveillés de près. Vous souhaitez améliorer le bien-être au sein de votre logement ? Retrouvez ce mois-ci sur [maison-travaux.fr](http://maison-travaux.fr) un partenariat avec le magazine Top Santé, toutes les astuces pour une maison plus saine. Découvrez notamment les produits ménagers de la gamme Starwax Soluvert, aussi efficaces que respectueux de l'environnement, mais également toutes les solutions d'isolation responsables d'hiver qui permettent de réaliser des économies d'énergie tout en améliorant le confort intérieur.



Du 8 au 10/4/2022  
**Pur vintage**

En attendant leur grand rendez-vous annuel de l'automne, les 42 Puces du Design proposent une édition 100 % vintage : une belle occasion de découvrir une sélection pointue et éclectique de mobilier des années 1950 à 2000. Venez y découvrir des objets iconiques exposés dans les musées internationaux, mais aussi des pièces encore peu connues.

Le Village suisse, 76 av. Suffren/  
52 av. de la Motte Picquet, Paris  
15<sup>e</sup>, [pucesdudesign.com](http://pucesdudesign.com)



Depuis 17/12/2021  
**Familiale**

Vous aimez les séries ? Découvrez *Rénovation en famille*, une web-série diffusée sur [maison-travaux.fr](http://maison-travaux.fr) qui suit les travaux de rénovation menés par Damien, Adeline et leurs quatre enfants dans leur maison de Douai, dans le nord de la France. Création d'une niche murale, pose d'un isolant au plafond... Chaque mois, un nouvel épisode de 4 minutes décrypte des idées déco et bricolage faciles à reproduire chez soi, même avec des enfants ! Retrouvez les premiers épisodes en scannant le QR code ci-dessous.

[maison-travaux.fr](http://maison-travaux.fr)



Du 26 au 29/5/2022  
**Responsable**

Promouvoir un art de vivre responsable au cœur de la ville d'Arles, tel est l'objectif de Via Domus. De la place de la République à l'archevêché en passant par l'église des Trinitaires, la chapelle Sainte-Anne, les arènes, l'église des Frères-Prêcheurs et l'espace Van Gogh, une centaine d'exposants donnent à voir décoration extérieure et intérieure, jardins, matériaux... Des ateliers du geste et de nombreuses conférences sont également au programme, ainsi qu'une inventaire, au cœur de l'église des Trinitaires, la première rétrospective du collectif S.S Designers, axée sur la récupération et de la réhabilitation d'objets du quotidien.

[viadomusarles.com](http://viadomusarles.com)



Depuis 17/12/2021

## Familiale

Vous aimez les séries ? Découvrez *Rénovation en famille*, une web-série diffusée sur [maison-travaux.fr](http://maison-travaux.fr) qui suit les travaux de rénovation menés par Damien, Adeline et leurs quatre enfants dans leur maison de Douai, dans le nord de la France. Création d'une niche murale, pose d'un isolant au plafond... Chaque mois, un nouvel épisode de 4 minutes décrypte des idées déco et bricolage faciles à reproduire chez soi, même avec des enfants ! Retrouvez les premiers épisodes en scannant le QR code ci-dessus.

[maison-travaux.fr](http://maison-travaux.fr)



DAILYMOTION



Web-série Rénovation en famille : Peinture à l'airless de portes anciennes

M&T Maison & Travaux



Rénovation en famille (4/5)



Web-série Rénovation en famille : comment peindre...

M&T Maison & Travaux



Web-série Rénovation en famille : comment peindre...

M&T Maison & Travaux

AA

dailymotion.com



# MARMITON: RENVOI VERS 10 RECETTES À PARTIR D'UN INGRÉDIENT

<https://www.marmiton.org/cuisine-facile/recettes-d-automne-10-recettes-reconfortantes-avec-un-potimarron-s4049955.html>



Découvrez 10 recettes réconfortantes avec du potimarron.

**On retient**

- SA CONSERVATION:** entières, jusqu'à 6 mois dans un lieu frais et sec, entières, l'asthme ou réfrigérateur.
- SA PLEINE SAISON:** de septembre à décembre.
- SON PRIX:** 2,70 € le kilo.
- SON POIDS:** entre 1 et 4 kg.

**DANS LA FAMILLE POTIRON, JE VOUDRAIS...**

- LE GIRAUMON**  
Impossible de le manquer sur les étals, d'une part pour sa dénomination originale de « potiron turban » et d'autre part pour son apparence : striée de gris ou de vert et couronnée d'une sorte de calotte à trois lobes.
- LE ROUSE VIF D'ÉTAMPES**  
Il est très volumineux, aplati, côté et, surtout, c'est la variété la plus présente en France de juillet à novembre. Son écorce mince et brillante et sa chair épaisse en font un excellent légume à consommer en confitures.
- LA COURGE MUSQUÉE DE PROVENCE**  
Cette variété ancienne est présente sur tous les étals du sud du pays et sa chair offre une saveur douce, sucrée et légèrement musquée. Elle se prête parfaitement aux soupes et aux veloutés.

marmiton 23



Découvrez 10 recettes réconfortantes avec du potimarron.



marmiton

ORGANISEZ VOTRE SÉJOUR 50% de réduction sur les séjours de 7 à 14 jours

PUBLICITÉ

Accueil / Cuisine du quotidien / Cuisine facile

## Recettes d'automne : 10 recettes réconfortantes avec un potimarron !

par **Hélène Filip**  
Le 03/10/2022 à 17:45

20 recettes pour cuisiner les fruits de saison

En savoir plus

PEAUX SÈCHES ?

Publicité - Fin dans 14s



AA marmiton.org

< > 📄 📖 📄

# ACTUALITÉ MARMITON EN DIGITAL : SNAPCHAT, AMAZON, COCKTAIL

<https://www.1001cocktails.com>

**NEWS GOURMANDES**

**Aficionado**  
Généreuse, riche, savoureuse, la gastronomie espagnole se révèle grâce au livre du chef José Pizarro. Chaque plat s'accompagne de ses commentaires nostalgiques et passionnés sur la cuisine de sa terre natale, ainsi que de ses conseils avisés pour choisir les meilleurs produits. Palourdes à la sauce tomate épicée, côtelettes d'agneau grillées, cerises au sirop d'aguardiente avec une crème glacée à la pistache... 70 recettes pour un merveilleux voyage culinaire. **« Mi casa es su casa », de José Pizarro, éd. Hachette Cuisine, 30 €.**

**Après-midi cuisine**  
Mordue de cuisine en dépit de son jeune âge, Camila partage cette passion avec les autres enfants dans son tout premier livre, dans lequel elle leur livre ses conseils et astuces. Pour chaque recette, de jolis dessins signalent les ustensiles à avoir ainsi que, si nécessaire, le besoin de faire intervenir un adulte. Parmi ses plats préférés, lasagnes aux épinards, kebab et poulet qui croustille : tout un programme ! **« La Cuisine de Camila », éd. First, 17,95 €.**

**No stress**  
Quand on aime cuisiner, on aime recevoir. Mais préparer une grande tablée prend du temps et demande un brin d'organisation. La solution, élaborer ses plats à l'avance pour passer le moins de temps possible en cuisine le jour J. Avec des conseils sur la conservation et le matériel, découvrez des menus pour chaque occasion : apéritif dînatoire, spécial brunch, barbecue et pique-nique. **« Je reçois mes invités sans stresser! », éd. Larousse Cuisine, 16,95 €.**

**3 livres à dévorer**

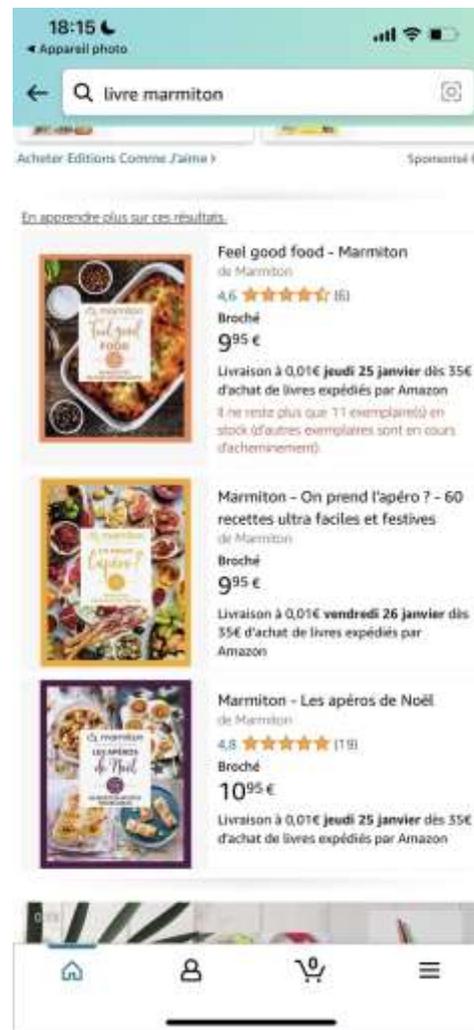
**Je reçois mes invités sans stresser!**

**Du nouveau chez Marmiton**

**MARMITON DÉBARQUE SUR SNAPCHAT!**  
Des basiques de la cuisine aux recettes les plus folles, retrouvez toutes nos créations culinaires sur notre chaîne.

**BONNES FEUILLES**  
Marmiton étaye son offre de livres de recettes avec deux nouveautés sans cuisson : « 60 recettes à manger toutes crues » et « On prend l'apéro ? » - 60 recettes ultra faciles et festives ». Des ouvrages gourmands pour faire plaisir et se faire plaisir en toute simplicité. Retrouvez tous les livres Marmiton en scannant ce QR Code.

**UN COCKTAIL, ÇA VOUS DIT ?**  
Connaissez-vous 1001 cocktails ? Découvrez notre site dédié aux cocktails, sorties, bonnes adresses, astuces et conseils. Nous publions chaque jour de nouveaux contenus que vous découvrirez en scannant ce QR Code.



# MARMITON: SUGGESTIONS DE RECETTES AVEC DES ASPERGES

<https://www.marmiton.org/recettes/album1366653/15-recettes-pour-cuisiner-les-asperges-0.html#p1>

ON ACHÈTE MALIN

## L'asperge

pointe le bout de son nez

**IDÉE express**  
Passez une botte d'asperge verte à la mandoline, dégustez avec un filet d'huile d'olive et du parmesan.

*On retient*

**SA CONSERVATION:**  
5 jours au réfrigérateur lorsqu'elles sont crues.

**SON PRIX:** autour de 7 € le kilo, mais cela est variable en fonction du climat et de l'offre.

**SON CALIBRE:**  
de 12 mm jusqu'à plus de 32 mm.

**SA PLEINE SAISON:**  
de février si le climat est doux, jusqu'au début de l'été.

Retrouvez sur notre site 15 recettes pour cuisiner les asperges



18 marmiton

Retrouvez sur  
notre site 15  
recettes pour  
cuisiner les  
asperges



## 15 recettes pour cuisiner les asperges

par **Lucile Vivat** Le 25/03/2020 à 14:59, modifié le 06/04/2021 à 14:50



Asperges feuilletées au bacon

© Marmiton



L13

# MARMITON: SUGGESTIONS DE RECETTES AVEC DES RESTES DE RIZ

<https://www.marmiton.org/anti-gaspi/que-faire-avec-des-restes-de-riz-s4006672.html>

**ON S'ORGANISE EN CUISINE**



**ANTI-GASPI**  
Laissez sécher les casses de vanille, mixez-les pour agrémenter un gâteau.

**Riz au lait de coco vanille**

5 MIN	15 MIN	POUR 6
Préparation	Cuisson	personnes

200 ml de lait de coco  
200 ml de lait  
50 g de sucre  
350 g de riz cuit  
70 g de sucre blond  
1 gousse de vanille  
Caramel liquide

- 1 Prelevez l'intérieur de la gousse de vanille à l'aide de la pointe d'un couteau. Mélangez le aux 2 laits dans une casserole et faites chauffer à feu doux.
- 2 Ajoutez le riz, le beurre et le sucre. Mélangez délicatement pour ne pas trop secouer les grains de riz. Laissez mijoter environ 15 minutes.
- 3 Remplissez 6 ramequins, laissez les refroidir et mettez-les au frais. Versez du caramel liquide sur les riz au lait juste avant de servir.

Recyclez du riz peut même se révéler gastronomique. Rendez-vous sur notre site pour le découvrir en recettes.



42  marmiton

Recyclez du riz peut même se révéler gastronomique. Rendez-vous sur notre site pour le découvrir en recettes.



## Que faire avec des restes de riz ?

par **Lucile Vivat**  
le 04/11/2019 à 18:19



# MARMITON: LIEN VERS LES RECETTES DE PÂTES À TARTE

<https://www.marmiton.org/patisserie/les-secrets-des-pates-a-tarte-s3059092.html>



**33**  
**tartes**  
**faciles, rapides**  
**& généreuses !**

On profite du retour des légumes primeur sur les étals pour concocter de belles tartes salées. Avec une pâte maison, c'est l'assurance d'un repas délicieux et vite prêt.

Les secrets d'une bonne pâte à tarte sont à découvrir sur le site de Marmiton



54  marmiton

## Les secrets des pâtes à tarte



© Istock/ annata78

Pas si simple de faire une bonne pâte à tarte, pas trop dur à travailler, adapter à sa recette... Découvrez toutes nos astuces pour que les pâtes à tartes n'aient plus de secrets pour vous.

[Voir plus](#)

## RECETTES



[Pâte sablée](#)



[Pâte brisée vite faite](#)



[Pâte brisée express](#)

# MARMITON: RENVOI VERS DES RECETTES/ASTUCES SUR LE FROMAGE

<https://www.marmiton.org/focus-ingredient/cent-pour-cent-fromage-tp121946.html>

ON NOURRIT SA TRIBU



Astuces, conseils et recettes, le fromage n'aura bientôt plus aucun secret pour vous!



**ASTUCE**  
Vous n'avez pas de pain de mie ? Vous pouvez utiliser du pain de campagne tranché, ou même un mélange de tranches pour un petit goût sucré.

### Croque-monsieur au gouda au comté 3 fromages

20 MIN Préparation | 25 MIN Cuisson

POUR 4 personnes

- 250 g de semibonbon, supérieur en fines tranches
- 40 cl de lait
- 300 g de comté vieux
- 8 fines tranches de gouda jeune
- 20 g de beurre
- 8 tranches de pain de mie
- 20 g de farine
- 1 pincée de noix de muscade râpée
- Moutarde en grains
- Sel et poivre

1. Préparez les ingrédients. Beurrez la cocotte du jambon si besoin. Râpez le comté.
2. Préparez une sauce béchamel. Faites chauffer le beurre dans une casserole. Versez la farine en fouettant. Déterminez le roux obtenu en versant petit à petit du lait, toujours en fouettant. À la fin, salez et poivrez, ajoutez la noix de muscade et les deux tiers du comté râpé. Si besoin, laissez réduire la sauce sur le feu pour qu'elle soit bien épaissie.
3. Confectionnez les croque-monsieur. Préchauffez le four à 180 °C. Tartinez toutes les tranches de pain de mie d'une fine couche de moutarde et de beurre. Disposez les sandwichs sur la plaque du four chemisée de papier cuisson. Nappez de sauce béchamel, saupoudrez du reste de comté et enfournez pour 10 à 15 minutes, jusqu'à ce que les croque-monsieur soient bien grillés.
4. Dressez. À la sortie du four, coupe les sandwichs en deux, en diagonale et servez.



Astuces, conseils et recettes, le fromage n'aura bientôt plus aucun secret pour vous!



marmiton

5G Bouygues

PUBLICITÉ

Accueil / Cuisine du quotidien / Focus ingrédient

## 100% FROMAGES

Raclette, fondue et fromages de montagnes

Laurent Mariotte : la recette de raclette croustillante va devenir notre plat préféré de l'hiver

Black Friday 2023 : jusqu'à -50% sur les appareils à raclette et à fondue !

marmiton.org

# MARMITON: LIENS VERS DES RECETTES ET L'ACTUALITÉ

<https://www.marmiton.org/focus-ingredient/fromage-tp121946.html> & <https://www.marmiton.org/Accessoires-cuisine-enfant/recettes-cuisine-enfant-tp129905.html> & <https://www.marmiton.org/shopping/ustensiles-de-cuisine-marmiton-decouvrez-toute-la-gamme-s4020499.html>

ON S'INFORME NEWS

Grâce à ses recettes filmées, il a quadruplé son nombre d'abonnés en trois mois. Hugo est un autodidacte qui savoure sa cuisine depuis sa cuisine. Par Mélissa Cruz

## Whoogy's, un vidéaste aux fourneaux

**Pourquoi avoir choisi le format vidéo ?**  
La plupart du temps, les recettes sont illustrées en images. Je trouve qu'il manquait souvent des astuces, des tours de main, des techniques de cuisson... qui nous aident à tout comprendre de A à Z. C'est difficile de les rajouter à une image, mais pas à une vidéo, même en format court.

**Comment as-tu appris à cuisiner ?**  
Je suis un curieux obsessionnel. Je peux passer 2 heures à regarder des tutoriels pour apprendre à faire une recette correctement. On a toujours aimé manger dans notre famille, mais au-delà de ça, on aime aussi beaucoup cuisiner. Une soirée pizza out, mais une soirée pizza maison, c'est encore mieux !

**FICHE D'IDENTITÉ :**

- Whoogy's alias Hugo
- 30 ans
- 100 % sur les réseaux
- Parisien de naissance, Bruxellois d'adoption
- Instagram depuis novembre 2020
- 191 000 abonnés

news marmiton

**FANS DE FROMAGE**  
Si la rubrique fromage de Marmiton est si étoffée, c'est bien parce que les Français l'aiment d'amour. Pour découvrir toutes nos recettes à base de fromage, cliquez sur ce QR code.

**LES ENFANTS EN CUISINE**  
Durant les vacances, cuisinez à quatre mains avec vos enfants grâce à la rubrique "Crobon". Recettes adaptées pour leur âge vidéos avec Simon le lapin et activités pour les occuper en cuisine, vous n'avez qu'à flasher ce code pour y accéder.

**LE BON ÉQUIPEMENT**  
Marmiton lance sa gamme pâtisserie en collaboration avec Jodas. Retrouvez des moules à tarte, des plats à cake, des moules à muffins, des rouleaux à pâtisserie sur le site jodas.fr

**FANS DE FROMAGE**  
Si la rubrique fromage de Marmiton est si étoffée, c'est bien parce que les Français l'aiment d'amour. Pour découvrir toutes nos recettes à base de fromage, cliquez sur ce QR code.

**LES ENFANTS EN CUISINE**  
Durant les vacances, cuisinez à quatre mains avec vos enfants grâce à la rubrique "Crobon". Recettes adaptées pour leur âge vidéos avec Simon le lapin et activités pour les occuper en cuisine, vous n'avez qu'à flasher ce code pour y accéder.

**LE BON ÉQUIPEMENT**  
Marmiton lance sa gamme pâtisserie en collaboration avec Jodas. Retrouvez des moules à tarte, des plats à cake, des moules à muffins, des rouleaux à pâtisserie sur le site jodas.fr

**100% FROMAGES**

300% FROMAGES

Raclette, fondue et fromages de montagne

**CROBON - LES ENFANTS EN CUISINE !**

Cuisine à 4 mains

**Découvrez notre gamme d'ustensiles Marmiton !**

# MERCI POUR L'INFO : LES DERNIÈRES ACTUS EN LIGNE

<https://www.mercipourinfo.fr/actualites>



MERCI POUR  
**L'INFO.fr**



Toute l'actualité en temps réel sur  
[Mercipourinfo.fr/actualites](https://www.mercipourinfo.fr/actualites)



# MERCI POUR L'INFO : ACCOMPAGNEMENT ADMINISTRATIF

<https://www.mercipourinfo.fr/immobilier-logement/eco-reno/mes-demarches-administratives/ma-prime-renov/ma-prime-renov-comment-contester-si-lanah-refuse-de-vous-verser-une-aide-964060>

<https://www.mercipourinfo.fr/aides-et-allocations/simulateur-avez-vous-droit-a-ces-800-aides-876006>

**Des aides en +** Selon notre simulateur, Delphine a droit à la prime d'activité, aux Chèques-vacances et à l'aide aux vacances familiales de la CAF. Le couple est également éligible à différentes aides pour son projet immobilier.

**MERCI POUR L'INFO.fr** Et vous ? Faites le test pour connaître vos droits sur [Mercipourinfo.fr/simulateur-aides](https://www.mercipourinfo.fr/simulateur-aides)



**MERCI POUR L'INFO.fr**



Faite valoir vos droits ! Pour contester une décision de l'Anah, suivez nos conseils sur [Mercipourinfo.fr/recours-anah](https://www.mercipourinfo.fr/recours-anah)



Publié le 16 déc. 2020

40 % des aides sociales ne sont pas demandées. Aides au logement (APL, ALS, ALF), RSA, Prime d'activité, allocation de rentrée scolaire (ARS), prime de Noël, complémentaire santé solidaire (CSS)... Notre simulateur vous permet de connaître toutes les allocations auxquelles vous avez droit et, en un clic, de les demander, que ce soit à la CAF, Pôle emploi ou à la CPAM.

À lire plus tard Partager

CONNECTEZ-VOUS POUR ACCÉDER À LA SUITE DE CET ARTICLE

Déjà abonné ? Activez votre compte ou connectez-vous en un clic.

Accueil > ... > Ma Prime Rénov

## Ma Prime Rénov : comment contester si l'Anah refuse de vous verser une aide



Publié le 24 janv. 2023 par Sarah Corbeil

L'Agence nationale de l'habitat (Anah) vous a refusé ou retiré l'aide de l'État pour votre projet de rénovation énergétique ? Plusieurs voies de recours gratuites sont possibles avant une éventuelle procédure judiciaire.

À lire plus tard Partager

Sommaire

# MERCI POUR L'INFO : COACHING POUVOIR D'ACHAT

<https://www.mercipourlinfo.fr/coaching/boostez-votre-pouvoir-dachat>

**Vous avez des questions, nos experts ont les réponses !**

Thibaut, Laura, ou l'un de nos 40 juristes basés à La Rochelle vous répondent. Vous ne payerez rien de plus, c'est **inclus dans votre abonnement** Merci pour l'Info !

« De quel montant de Prime Rénov puis-je bénéficier pour une pompe à chaleur ? »

« Ai-je droit à un livret d'épargne populaire ? »

« J'aide ma mère handicapée, à quelle aide ai-je droit ? »

Parce que chaque cas est particulier, et que rien ne remplace l'humain, nos experts **Merci pour l'Info** répondent efficacement à toutes vos questions du quotidien. **Par téléphone au 02 54 72 73 74** (appel gratuit, du lundi au vendredi, de 9h à 20h)

OU



Flashez le QR Code pour être rappelé par l'un de nos experts sur le créneau qui vous convient.

Réservé aux abonnés

**BESOIN D'UN EXPERT DANS VOTRE POCHE ?**

**10 semaines pour booster votre pouvoir d'achat**

**Un programme de newsletter gratuit qui booste votre pouvoir d'achat :**

Chaque jour pendant 10 semaines, recevez des astuces, conseils et solutions concrètes pour faire des économies.

**Je démarre mon coaching**



Flashez le QR code pour vous inscrire au coaching gratuit pouvoir d'achat de [Mercipourlinfo.fr](https://www.mercipourlinfo.fr)

Faire des économies, c'est plus simple avec des conseils d'experts.

Merci, **MERCI POUR L'INFO**

MERCI POUR L'INFO

JE M'ABONNE



NOTRE PROGRAMME DE COACHING GRATUIT POUR FAIRE DES ÉCONOMIES

Réservé aux abonnés

**10 semaines pour booster votre pouvoir d'achat !**

**Notre programme de coaching gratuit pour faire des économies**

**Je démarre mon coaching**

**Semaine 1 : Je mange mieux et pour moins cher**

**Semaine 2 : Je fais baisser mes factures d'énergie**

**Semaine 3 : Je paye moins d'impôts en optimisant ma fiscalité**

**Semaine 4 : Auto, train, avion... Je me sans me ruiner**

**Semaine 5 : En ligne ou en magasin, j consume malin**



**MERCI POUR L'INFO**  
**MERCI POUR L'INFO EST UNE PUBLICATION DU GROUPE** L'INFO MÉDIAS  
 Président : Gérard Lignere  
 Directeur général,  
 directeur de la publication : Nicole Denier

**RÉDACTION**  
 Directrice de la Rédaction : Anne Perreault  
 Rédacteur en chef : Mathieu Strain  
 Directrice artistique : Marie-Laure Nèze  
 Rédactrices en chef adjointes : Laurence Drouot, Anne-Sophie Nicolas-Roch  
 Secrétaire générale de rédaction : Sabine Simon  
 Responsable : Elisabeth Billa  
 Chef d'édition numérique : Nicolas Tridon

Contacter le service clients abonnés

**NUMÉRIQUE**  
 de 9h à 19h30, du lundi au vendredi (appel non surtaxé)

Par e-mail : [service.clients@linfo-medias.com](mailto:service.clients@linfo-medias.com) Par courrier : [linfo-medias](mailto:linfo-medias) - BP 40211 - 41463 Vendôme Cedex

Abonnez-vous sur : [www.mercipourlinfo.fr](http://www.mercipourlinfo.fr)

**DÉVELOPPEMENT** : Jean-Michel Mallat  
**COMMERCIAL RÉSEAU** : Jean-Luc Samari  
**RÉDACTEURS** : Virginique Coussac  
 Directrices Pôle Design / Anne Janot  
[anne.janot@linfo-medias.com](mailto:anne.janot@linfo-medias.com)  
 Directrice Pôle Finance / Marie-Françoise  
[marie-francoise.f@linfo-medias.com](mailto:marie-francoise.f@linfo-medias.com)  
 Directrice Pôle Famille / Marie-Françoise  
[marie-francoise.f@linfo-medias.com](mailto:marie-francoise.f@linfo-medias.com)  
 Directrice Pôle Santé / Marie-Françoise  
[marie-francoise.f@linfo-medias.com](mailto:marie-francoise.f@linfo-medias.com)  
 Directrice Pôle Vieillesse / Marie-Françoise  
[marie-francoise.f@linfo-medias.com](mailto:marie-francoise.f@linfo-medias.com)  
 Directrice Pôle Vieillesse / Marie-Françoise  
[marie-francoise.f@linfo-medias.com](mailto:marie-francoise.f@linfo-medias.com)

**ALCOOLISME / COMMUNICATION** : Cyril Kuku  
**VENTE AU NUMÉRIQUE** : Xavier Caron  
**NUMÉRIQUE MARKETING** : Jeffrey Poirier  
 Développement technique : Mustapha Ouar  
 Audiences et statistiques : Aïna Langille

**MARKETING CLIENTS** : Carole Ponsat  
 Relation client : Delphine Larchevall  
**RESSOURCES HUMAINES** : Christelle Yung  
**FINANCES** : Nadine Chichard  
 Comptabilité : Xavier Alléaume  
**ADMINISTRATION / ACHATS** :  
 Jean-Luc Bourgeois  
 Fabrication : Emmanuel Bouchard  
 Reprographie : Raphaëlle Bouchard  
 Informations et services généraux :  
 Nicolas Pignatelli et Damien Trévis  
 Impression : BLD 3rd  
 papier recyclé 100% Europe, FSC® Total  
 Origine du papier : France. Taux de fibres  
 recyclées 10%. Certification : 100% PEFC  
 Imprimé sur papier FSC® et 100% recyclé  
 Commission européenne : 0234 R 0444  
 ISSN : 2228-5844  
 Dépôt légal : décembre 2023  
 Les renseignements, articles ou notes ne sont pas  
 repris. Toute reproduction est interdite.

**EDITEUR L'INFO MÉDIAS SAS**  
 Siège social : 21 rue Lefebvre, 75008 Paris  
 SIREN 49 43 23 45 05 - SCS 7962220489  
 Actionnaires : Crédit Agricole SA

Une partie de cette édition est financée par le Fonds de la presse écrite de la région Centre-Val de Loire.  
 Toute réimpression est autorisée sans frais.  
 Toute réimpression est autorisée sans frais.



# MERCI POUR L'INFO : APPLI ET CHIFFRES CLÉS

<https://www.mercipourinfo.fr/argent/epargne-salaire-credit-allocations-tous-les-chiffres-utiles-mis-a-jour-en-temps-reel-1022649>

## NOUVEAU

Des réponses d'experts dans votre poche pour toutes vos questions du quotidien !

Téléchargez l'application de *Merci pour l'info* pour retrouver toute l'actualité droits, démarches, argent



**DISPONIBLE SUR**

iOS et Android



*Merci pour l'info*, le média qui répond à toutes vos questions du quotidien

### LA RETRAITE

#### PENSION DE LA SÉCURITÉ SOCIALE

- Salaire minimum permettant de valider un trimestre d'assurance-retraite de base: **1000,6 €** en 2023 (100 fois le Smic horaire en vigueur au 1<sup>er</sup> janvier 2023).
- Décote Car 2023-49 du 31 décembre 2022
- Minimum de pension: **709,13 €/mois**
- Décote Car 2023-19 du 8 septembre 2023

#### PENSION DE RÉVERSION

- **84 %** du montant de la pension du défunt
- Plafond de ressources:
  - pour une personne seule: **23 441,6 €/an** (2050 fois le Smic horaire en vigueur au 1<sup>er</sup> janvier 2022)
  - pour un couple: **37 506,88 €/an**
- Décote Car 2023-49 du 31 décembre 2022
- Minimum de pension: **306,44 €/mois**
- Décote Car 2023-19 du 8 septembre 2023

#### RETRAITE COMPLÉMENTAIRE DU RÉGIME GÉNÉRAL

- Valeur du point Agric-Arco: **1,4159 €** (coefficient de conversion du point Agric: en point Agric-Arco: 0,347791548)
- Salaire de référence Agric-Arco: **16,6321 €**
- Réversion: **60 %** de la pension du défunt.
- Décote Agric-Arco 2023-10 du 1<sup>er</sup> novembre 2023.

### LA SANTÉ

#### SÉCURITÉ SOCIALE

- Plafond annuel: **46 368 €**
- Plafond mensuel: **3 864 €**
- Plafond journalier: **213 €**

Ce niveau réglementaire sert au calcul des cotisations obligatoires de Sécurité sociale et des prestations en espèces. Ce montant est également utilisé en matière d'épargne retraite.

Bulletin officiel de la Sécurité sociale, 12 octobre 2023



Épargne, retraite, crédits, allocations... retrouvez tous les chiffres mis à jour en temps réel sur notre site sur [Mercipourinfo.fr/](https://www.mercipourinfo.fr/) chiffres-utiles.



Épargne, retraite, crédits, allocations... retrouvez tous les chiffres mis à jour en temps réel sur notre site sur [Mercipourinfo.fr/ chiffres-utiles](https://www.mercipourinfo.fr/chiffres-utiles)



JE M'ABONNE

Accueil > Argent

## Épargne, salaire, crédit, allocations... Tous les chiffres utiles mis à jour en temps réel



Publié par [Merci pour l'Info](#) | Mis à jour le 3 janv. 2024

C'est quoi, le montant du Smic en 2024 ? Quel est le plafond de la Sécurité sociale en vigueur ? Quid du montant du revenu de solidarité active (RSA) ? Et du taux de rémunération du livret A ? La rédaction de *Merci pour l'info* a listé pour vous tous les chiffres clés essentiels dont vous pouvez avoir besoin au quotidien.

À lire plus tard 

Sommaire 

[mercipourinfo.fr](https://www.mercipourinfo.fr)

# DOSSIER FAMILIAL : INFOS DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Le magazine a été remplacé par Merci pour l'info

COMBIEN  
ÇA COÛTE ?

## Faire refaire ses papiers

La première demande de carte d'identité et de permis de conduire est gratuite. Certains renouvellements et les passeports sont payants. Par Marianne Leclère - Illustration : Wood



### ➤ CARTE D'IDENTITÉ : GRATUITE AVEC L'ANCIENNE, SINON 25 €

Depuis août 2021, la carte d'identité a adopté le format carte bancaire et intègre une puce électronique. Elle est valable dix ans. La première demande et le renouvellement, sur présentation de l'ancienne carte, sont gratuits. En cas de perte ou de vol, le timbre fiscal coûte 25 euros. Une carte d'identité de moins de quinze ans en août 2021, donc délivrée entre 2006 et 2013, reste toujours valide quinze ans au total. À partir de 2031, l'ancien modèle ne sera plus accepté pour voyager en Europe.

### ➤ PASSEPORT : 86 € POUR UNE PERSONNE MAJEURE

Dès la première demande, le coût du timbre fiscal s'élève à 86 euros (17 euros jusqu'à 15 ans, 42 euros entre 15 et 17 ans), sauf en cas de changement de nom, d'adresse, d'erreur de l'administration, ou si toutes les pages du passeport sont remplies (gratuit). La durée de validité est de dix ans.

**PENSEZ-Y // Vous avez déménagé ?**  
C'est le moment de refaire votre passeport : c'est gratuit.

### ➤ PERMIS DE CONDUIRE : PREMIÈRE DEMANDE GRATUITE, SINON 25 €

Depuis 2013, le permis de conduire a un format de carte bancaire, avec une puce électronique. Il est gratuit lors de la première demande ou de l'obtention d'une nouvelle catégorie de conduite. Il est désormais valable quinze ans. Le renouvellement pour détérioration de l'ancien permis est toujours gratuit. Toutefois, une loi de 2016 a instauré un droit de timbre pour ce cas précis, mais l'arrêté énonçant son entrée en vigueur n'est toujours pas paru. En cas de perte ou de vol, le coût du renouvellement est de 25 euros.

**PENSEZ-Y // L'ancien permis papier rose à trois volets ne sera plus valide après 2033.**

### OÙ S'ADRESSER ?

- ➔ Les cartes d'identité et les passeports peuvent être demandés dans n'importe quelle mairie (équipées en biométrie pour les passeports), en présence du demandeur pour la prise d'empreintes.
- ➔ La demande de permis de conduire s'effectue uniquement sur le site de l'Agence nationale des titres sécurisés (Ants.gouv.fr).
- ➔ Toutes les démarches pour obtenir ou renouveler ces papiers sont gratuites et seul le timbre fiscal est dû.

dossier familial .com



Tous les documents nécessaires et services de demande en ligne sur : [Dossierfamilial.com/faire-refaire-carte-didentite-et-passeport](https://dossierfamilial.com/faire-refaire-carte-didentite-et-passeport)

## ➤ DOSSIER/RÉNOVEZ ÉCOLO

## Quelles aides pour quels travaux ?

Il existe de nombreuses aides dédiées au financement des travaux de rénovation énergétique des logements. Passage en revue.

### NOS EXPERTS



Florence CLÉMENT  
Responsable de la communication grand public de l'Ademe (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie)



Thibaud DIEHL  
Responsable de France Rénov à l'Agence locale de l'énergie et du climat de Nancy

### Ma Prime Rénov

Ce dispositif s'adresse aux propriétaires occupants et aux bailleurs. Le montant de la prime est calculé en fonction de la situation géographique et financière du ménage ainsi que de la nature des travaux. « Versée sans condition de ressources, l'aide dépend du revenu fiscal de référence et du nombre d'occupants dans le foyer », explique Florence Clément, responsable de la communication grand public de l'Ademe. Elle permet de financer :  
• jusqu'à 70 % des dépenses de rénovation pour les ménages très modestes,  
• jusqu'à 50 % pour les foyers modestes,  
• de 25 à 30 % pour les familles aux revenus intermédiaires,  
• de 15 à 20 % pour les ménages aisés, précise Thibaud Diehl, responsable de l'espace conseil France Rénov à Nancy.

dossier familial .com



Pour connaître tous les montants de Ma Prime Rénov, rendez-vous sur [dossierfamilial.com/montants-ma-prime-renov](https://dossierfamilial.com/montants-ma-prime-renov)

### Ma Prime Rénov Copropriété

Cette aide s'élève à 25 % du montant des travaux, plafonnée à 15 000 euros par logement, hors bonus (500 € par logement pour sortie de passoire énergétique F ou G, 500 € pour le bonus bâtiment basse consommation-BBC en cas d'atteinte de l'étiquette A ou B) et hors financement complémentaire (750 à 1500 € pour les propriétaires aux ressources modestes à très modestes). Une copropriété peut également bénéficier d'une prime de 3 000 euros par logement si son budget prévisionnel annuel affiche un taux d'impayés de charges supérieur ou égal à 8 % ou si elle est située dans un quartier NPNRU (nouveau programme national de renouvellement urbain).

### Ma Prime Rénov Sérénité

Cette aide est versée par l'Agence nationale de l'habitat (Anah) aux ménages ayant des ressources modestes (52 925 € en Île-de-France, 40 201 € dans les autres régions pour une famille de 4 personnes, par exemple) et très modestes (43 472 € en Île-de-France, 31 359 € dans les autres régions pour une famille de 4 personnes). Le financement dépend des revenus du ménage et du montant des travaux.  
➔ Conditions exigées : les logements ont au moins quinze ans et il faut les occuper encore trois ans. « Les travaux doivent être assez conséquents afin de réaliser un gain énergétique d'au minimum 35 %, note Thibaud Diehl. Par exemple, remplacer toutes les surfaces vitrées si elles sont en simple vitrage, ou faire des travaux d'isolation extérieure et en toiture... Sinon, les ménages devront demander à bénéficier de Ma Prime Rénov couplée à des CEE. »

dossier familial .com



Tous les documents nécessaires et services de demande en ligne sur : [Dossierfamilial.com/faire-refaire-carte-didentite-et-passeport](https://Dossierfamilial.com/faire-refaire-carte-didentite-et-passeport)

dossier familial .com



Pour connaître tous les montants de Ma Prime Rénov, rendez-vous sur [Dossierfamilial.com/montants-ma-prime-renov](https://Dossierfamilial.com/montants-ma-prime-renov)

# RETROUVER LES REPLAYS DE CONSOMAG

[https://www.inc-conso.fr/recherche?displayModeParam=lists&keyword=&im\\_vid\\_4%5B%5D=312](https://www.inc-conso.fr/recherche?displayModeParam=lists&keyword=&im_vid_4%5B%5D=312)



# REVUE FIDUCIAIRE : PODCAST POUR APPROFONDIR L'ARTICLE

<https://rfplay.fr/main/pub/podcast/123742>



# SANTÉ MAGAZINE : VERS LE PODCAST HYPERCONDRIAQUE

<https://www.santemagazine.fr/podcast/hypercondriaque>

**DROIT À L'OUBLI**

## Après un cancer ou une hépatite C, il sera plus facile d'emprunter

En février dernier, députés et sénateurs se sont entendus pour réduire le délai du "droit à l'oubli" après une grave maladie.

- Celui-ci passe de 10 à 5 ans après la fin des traitements pour un cancer ou une hépatite C (d'autres maladies pourraient être concernées à l'avenir). Cette mesure permet aux ex-patients d'emprunter, par exemple pour un achat immobilier, sans payer une surprime d'assurance.
- Le questionnaire et les examens médicaux sont supprimés pour les prêts inférieurs à 200 000 €, arrivant à échéance avant les 60 ans de l'emprunteur. La mesure entre en vigueur le 1<sup>er</sup> juin 2022.



À ÉCOUTER ET À PARTAGER SANS MODÉRATION!

## HYPERCONDRIAQUE

est un podcast de *Santé magazine*, sur Deezer, Spotify, Apple Podcast et Google podcast.

À retrouver chaque quatrième mardi du mois.



SCAN ME

santé magazine JE M'ABONNE

## Parler du cancer est-il encore tabou ?

Partager + Suivre



Hypercondriaque  
Parler du cancer est-il encore tabou ?

22 février 2022 • 33 min • Écouter plus tard

Conditions d'utilisation

Écoutez sur Apple podcast | Écoutez sur Google podcast

Écoutez sur Spotify | ... Autre

santemagazine.fr

ENVIRONNEMENT

## De nouveaux radars contre la pollution sonore

Après le silence du confinement, la lutte contre le bruit se fait plus que jamais nécessaire.

Brutparif estime que le bruit fait perdre aux Français près de 11 mois d'espérance de vie en bonne santé. Le ministère de la Transition écologique lance l'expérimentation de radars sonores. À destination du trafic routier, ils sont expérimentés depuis février à Paris, Nice, Toulouse, Bron, Rueil-Malmaison, Ville-neuve-La-Roi et dans la val-

lée de Chevreuse. Composés de capteurs acoustiques et de caméras, ce radar identifie le véhicule et procédera à la verbalisation automatique si la mesure sonore dépasse 90 décibels. Cela correspond au bruit d'un tracteur ou d'une tondeuse à gazon (moteur à essence). L'amende est fixée à 135 € ou à 90 € en cas de paiement dans les quinze jours.



Écoutez le nouvel épisode

## Parler du cancer est-il encore tabou ?

Aline Perraudin, directrice de la rédaction de *Santé magazine*, reçoit la **Dr Ophélie Soulié**, psychiatre spécialiste en psycho-oncologie à l'Institut Curie, à Paris.

À ÉCOUTER ET À PARTAGER SANS MODÉRATION!

## HYPERCONDRIAQUE

est un podcast de *Santé magazine*, sur Deezer, Spotify, Apple Podcast et Google podcast.

À retrouver chaque quatrième mardi du mois.



SCAN ME

# ESSENTIEL SANTÉ: ACCÈS AUX ARTICLES EN LIGNE

Essentiel Santé Magazine, le trimestriel d'Harmonie Mutuelle à destination des adhérents

<https://www.essentiel-sante-magazine.fr/magazine-feuillete/essentiel-decembre-2023>

## Sur le web

Pour retrouver les articles du magazine, ainsi que des contenus inédits mis en ligne au fil de l'actualité santé, société et protection sociale, rendez-vous sur [www.essentiel-sante-magazine.fr](http://www.essentiel-sante-magazine.fr)

**SANTÉ**



**TROUVER UNE PHARMACIE DE GARDE**  
[www.essentiel-sante-magazine.fr/sante/acces-aux-soins/trouver-pharmacie-de-garde](http://www.essentiel-sante-magazine.fr/sante/acces-aux-soins/trouver-pharmacie-de-garde)

**SOCIÉTÉ**



**10 CONSEILS POUR LUTTER CONTRE LA POLLUTION NUMÉRIQUE**  
[www.essentiel-sante-magazine.fr/societe/environnement/10-conseils-pour-lutter-contre-la-pollution-numerique](http://www.essentiel-sante-magazine.fr/societe/environnement/10-conseils-pour-lutter-contre-la-pollution-numerique)

**PROTECTION SOCIALE**



**SECTEUR 1- SECTEUR 2: COMMENT CHOISIR SON MÉDECIN ?**  
[www.essentiel-sante-magazine.fr/protection-sociale/parcours-de-soins-et-systeme-de-sante/secteur-1-secteur-2-comment-choisir-son-medecin](http://www.essentiel-sante-magazine.fr/protection-sociale/parcours-de-soins-et-systeme-de-sante/secteur-1-secteur-2-comment-choisir-son-medecin)

**SANTÉ**



**COMMENT SE DÉBARRASSER DES PUNAISES DE LIT ?**  
[www.essentiel-sante-magazine.fr/sante/prevention/punaises-de-lit](http://www.essentiel-sante-magazine.fr/sante/prevention/punaises-de-lit)

**SOCIÉTÉ**



**QUELLES SONT LES ALTERNATIVES AUX EHPAD ?**  
[www.essentiel-sante-magazine.fr/societe/vie-quotidienne/queles-sont-les-alternatives-aux-ehpad](http://www.essentiel-sante-magazine.fr/societe/vie-quotidienne/queles-sont-les-alternatives-aux-ehpad)

**PROTECTION SOCIALE**



**ACCIDENTS DU TRAVAIL : QUELLES SONT LES DEMARCHES ?**  
[www.essentiel-sante-magazine.fr/protection-sociale/accidents-de-la-vie-et-maladies/accidents-du-travail-queles-sont-les-demarches](http://www.essentiel-sante-magazine.fr/protection-sociale/accidents-de-la-vie-et-maladies/accidents-du-travail-queles-sont-les-demarches)

### MENU

## Prévention

### Comment se débarrasser des punaises de lit ?

*mis en ligne le : 08/02/2018 - mis à jour le : 11/09/2023 09:00*

Ces petits insectes peuvent se nicher partout dans la maison. D'où viennent les punaises de lit et comment les éviter ? Réponse avec le docteur Arezki Izri, du service de parasitologie-mycologie de l'hôpital Avicenne de Bobigny.



[essentiel-sante-magazine.fr](http://www.essentiel-sante-magazine.fr)

# COMPLÉMENTS DANS LE MAGAZINE DE LA MUTUELLE UNÉO

<https://www.groupe-uneo.fr/s-informer-et-prevenir/pourquoi-declarer-un-medecin-traitant> QR MARCHE PLUS



**ce qu'il faut en savoir**

Un militaire engage sa vie, sa santé et la sécurité de sa famille pour son pays. Il faut lui apporter une protection sociale à la hauteur de cet engagement vital. Unéo a été créée spécifiquement pour lui.

**À vie singulière, mutuelle singulière**

12. Singularité militaire, singularité Unéo!
13. Trois questions au contrôleur général des armées Olivier Schmitt
14. Rester toujours opérationnel
15. Protéger votre famille en cas de coup dur
16. Faciliter votre vie quotidienne
17. Avoir illimité votre pouvoir d'achat
18. Chaque euro de votre contribution est utile
19. Un modèle fondé sur la solidarité

**Unéo**

## + d'informations à lire en ligne

**Vos droits, vos démarches, votre protection Unéo décryptés sur le site groupe-uneo.fr et sur la page Facebook Unéo.**

**Pourquoi déclarer un médecin traitant ?**  
 Pour un suivi médical optimal et pour être mieux remboursé. Même en tant que militaire en activité, vous avez intérêt à déclarer un médecin traitant que vous pourrez consulter en dehors du médecin militaire et de vos visites au Service de santé des armées (SSA).

**Partagez votre Mutuelle**  
 Vous êtes convaincu de l'efficacité de votre Mutuelle, faites-en profiter vos proches ! Avec Unéo Média, c'est très simple. Il suffit rien à faire pour vous rejoindre, juste le demander ! Unéo s'occupe, sans frais, de la réalisation de leur ancienne complémentaire santé.

**Protéger son enfant étudiant quand il part à l'étranger**  
 Votre enfant étudiant doit bientôt faire un stage de quelques mois à l'étranger ? Pensez Pass Optimums ! Pour 10 € par mois, il sera protégé en cas de maladie ou d'accident soudain et imprévisible entraînant une hospitalisation ou un rapatriement. L'adhésion prend effet à la date indiquée lors de la souscription.

**Dix mots pour mieux comprendre la protection santé**  
 Base de remboursement, tiers payant santé, ticket modérateur ou bien encore « professionnels de secteur 1 et 2 » : retrouvez les définitions claires des 10 mots les plus employés pour vos garanties santé.

**Pourquoi souscrire une garantie prévoyance ?**  
 Il est important de vous protéger, vous et vos proches, en cas d'incapacité de travail, lors d'une longue maladie, d'invalidité et de décès. Comment intervenir la garantie ? Explications.

## Pourquoi déclarer un médecin traitant ?

Interlocuteur privilégié pour votre santé, le médecin traitant permet d'être mieux suivi mais aussi mieux remboursé. Généraliste ou spécialiste, vous pouvez désigner celui de votre choix, l'essentiel étant de privilégier le professionnel de santé qui vous connaît le mieux.

### Pour un suivi médical optimal

Choisir un médecin traitant vous permet d'être suivi sur le long terme par un professionnel de santé qui vous connaît bien. Ses différentes missions sont :

- de vous soigner régulièrement, dans la mesure où il est le premier interlocuteur pour votre santé ;
- de vous orienter vers un spécialiste en cas de besoin, dans le cadre du parcours de soins coordonnés ;
- de connaître et de gérer votre dossier médical pour vous proposer des soins adaptés ;
- d'assurer une prévention personnalisée en fonction de vos antécédents de santé ;
- d'établir un protocole de soins à suivre si vous êtes atteint d'une affection de longue durée (ALD).

# PLEINE VIE: ACCÉDER À L'INTÉGRALITÉ DE 3 ARTICLES

<https://www.pleinevie.fr/sante/nutrition/miel-quels-sont-ceux-qui-ont-un-index-glycemique-bas-pour-un-maximum-de-bienfaits-pour-la-sante-99628.html>

ÇA A FAIT LE BUZZ SUR [PLEINEVIE.FR](https://www.pleinevie.fr)

## Quels miels ont la cote en fonction de leur indice glycémique ?

**Meilleur pour la santé que le sucre blanc, le miel peut néanmoins avoir un indice glycémique élevé.** Lesquels pouvons-nous privilégier ? Ceux qui cristallisent vite sont riches en glucose. Et, pour maîtriser leur indice, il faut préférer les miels sans mélange, chez le producteur, et issus de l'agriculture biologique.



Retrouvez la suite en scannant ce QR Code avec votre smartphone.

## Lavez malin et moins cher

**Une machine à laver consomme près de 100 kWh/an, une dépense importante alors que les coûts de l'énergie flambent.** Mais glisser 3 ou 4 balles de lavage (en plastique ou en caoutchouc) avec votre linge permettrait de réduire la quantité d'eau utilisée et, en réglant le niveau d'essorage au maximum, de sortir le linge presque sec.



Retrouvez la suite en scannant ce QR Code avec votre smartphone.

## Stop au démarchage téléphonique !

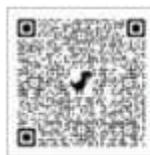
**Autorisé depuis le 1<sup>er</sup> mars 2023 uniquement du lundi au vendredi, de 10 heures à 13 heures et de 14 heures à 20 heures, le démarchage téléphonique peut être envahissant.** D'autres protections ont également été mises en place. Vous pouvez faire plus que raccrocher ou refuser l'appel, notamment exiger de l'opérateur d'être ôté de leur base de données, porter plainte et vous inscrire sur Bloctel, un service gratuit créé par le gouvernement pour limiter ces nuisances.

Retrouvez l'intégralité de l'article en scannant ce QR Code avec votre smartphone.



## Quels miels ont la cote en fonction de leur indice glycémique ?

**Meilleur pour la santé que le sucre blanc, le miel peut néanmoins avoir un indice glycémique élevé.** Lesquels pouvons-nous privilégier ? Ceux qui cristallisent vite sont riches en glucose. Et, pour maîtriser leur indice, il faut préférer les miels sans mélange, chez le producteur, et issus de l'agriculture biologique.



Retrouvez la suite en scannant ce QR Code avec votre smartphone.

## Lavez malin et moins cher

**Une machine à laver consomme près de 100 kWh/an, une dépense importante alors que les coûts de l'énergie flambent.** Mais glisser 3 ou 4 balles de lavage (en plastique ou en caoutchouc) avec votre linge permettrait de réduire la quantité d'eau utilisée et, en réglant le niveau d'essorage au maximum, de sortir le linge presque sec.



Retrouvez la suite en scannant ce QR Code avec votre smartphone.

## Besoin des autres

### EN QUÊTE DE FÈVES

Ne jetez surtout pas les fèves de vos galettes : elles me font rêver et me permettent de m'évader. Je vous remercie de tout cœur de me les envoyer.

**Corinne Bellenger,**  
Appartement 40, 6 rue du Lin,  
76170 Lillebonne

### ÉTIQUETTES DE FROMAGES

Amis lecteurs de Pleine Vie, j'ai besoin de vous. Je suis toujours à la recherche d'étiquettes

de fromages en tout genre pour ma collection : Vache qui rit, brie, emmental, saint-nectaire, tomme de chèvre...

**Christiane Guy,** 5 impasse du Pió, 12640 La Cresse

### COLLECTION DE TIMBRES

Pour mes collections, je recherche des timbres français récents, des pin's de toutes sortes. Possibilité de participer aux frais d'envoi. Merci par avance.

**Annick Dubois,**  
90 rue de Preize, 10000 Troyes

## vos astuces

Chaque mois, partagez vos trucs de grand-mère et vos plans antigasp.



ANNE-SOÛZ TOURETTE

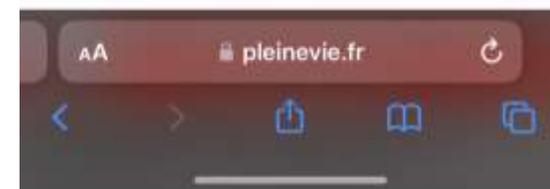
**Pour nettoyer la cuvette des toilettes, en entretien tous les 8 à 15 jours : faites bouillir du vinaigre.** Si l'opération n'est pas suffisante, jetez-y du gros sel de temps en temps, et utilisez du cola pour les rebords.  
**Monique D.,** par courrier



Accueil Santé Nutrition

## Miel : quels sont ceux qui ont un index glycémique bas, pour un maximum de bienfaits pour la santé ?

Publié le 21 novembre 2023 à 14:46 | Mis à jour le 21 novembre 2023 à 14:46 | Par La rédaction |



# PLEINE VIE : LIEN VERS LE SITE LES PRODUITS DU MOIS

<http://www.les-produits-du-mois.com/>

MA SANTÉ | vos questions

Par Brigitte Blond



## Allô, docteur Blond ?

**Posez-moi vos questions !**

Un conseil, une précision ? Écrivez-moi ! Votre courrier étant abondant, il est impossible de répondre à tous, d'autant que chaque cas est particulier et complexe, ce qui m'oblige parfois à prendre l'avis d'un spécialiste. Consulter votre médecin de famille est une première étape irremplaçable.

PAR MAIL : [courrier.pleinevie@reworldmedia.com](mailto:courrier.pleinevie@reworldmedia.com)

PAR COURRIER : Pleine Vie, rubrique "Allô docteur", 40 avenue Aristide-Brizard, 92220 Bagneux.

### Mon âge et ma santé m'interdisent-ils de conduire ?

RAYMOND L., CHARENTON-LE-PONT (VAL DE MARNE)

Les assureurs affirment qu'il y a bien plus d'accidents, graves de surcroît, avec les jeunes conducteurs... Probablement parce que les plus âgés, quand ils se sentent moins à l'aise (pour des raisons de vue ou d'agilité, surtout), conduisent peu et plus doucement. Un automobiliste est, en France, quel que soit son âge, pleinement responsable de sa conduite. C'est donc à lui seul, une fois le permis accordé, qu'il revient de s'assurer qu'il reste apte à tenir un volant, des décennies plus tard, en consultant un ophtalmologue en cas de déficit visuel, par exemple. Il n'existe pas de contrôle médical ou de suivi obligatoire du permis "poids léger", sauf dans certains cas particuliers (une épilepsie notamment, pour laquelle la compatibilité avec la conduite d'une motocyclette ou d'une automobile est appréciée d'année en année). L'existence d'un diabète, s'il est contrôlé, ne justifie plus une validation tous les cinq ans du permis. Le médecin de famille, lié par le secret professionnel, informe et conseille. En cas de doute, il peut

vous proposer de consulter un médecin agréé pour le contrôle médical de l'aptitude à la conduite (à la préfecture) afin de faire un point détaillé et spécialisé. Il peut aussi vous inviter, en faisant appel à votre sens des responsabilités, à ne plus conduire si vous n'êtes plus en état de le faire en toute sécurité. L'aptitude à la conduite nécessitant une acuité (avec ou sans correction), mesurée en affichant les deux yeux, de 5/10<sup>e</sup> au minimum et un champ visuel préservé. La consommation de médicaments ou des pathologies altérant la vigilance sont une autre raison de limiter les déplacements en voiture. Par ailleurs, la cognition, c'est-à-dire la capacité de prendre des décisions, d'exécuter des tâches, et la mémoire doivent être préservées. Si ce n'est pas le cas, et que l'usager est déjà le démi, le médecin traitant ne pouvant intervenir sur la conduite, la famille peut demander au préfet de prescrire un examen par un médecin agréé. Celui-ci juge alors si le bien-fondé d'un éventuel retrait du permis ou autorise la conduite dans un périmètre restreint.

### Ma fille enceinte me demande de me vacciner contre la coqueluche. Est-ce nécessaire ?

STEFANE, VINCENNES (LOIRE)

Les nourrissons sont obligatoirement vaccinés contre la coqueluche à partir de l'âge de 2 mois pour la première dose. Ils ne sont protégés par le vaccin qu'à la seconde, prévue à 4 mois. Dans l'intervalle, ils sont susceptibles d'attraper la bactérie coquelucheuse par l'intermédiaire des enfants plus âgés de la fratrie qui ne seraient pas à jour de leur vaccination, par leurs parents ou par leurs grands-parents. L'immunité conférée par cette vaccination n'est pas définitive et l'on peut contracter la coqueluche

plusieurs fois dans sa vie. Or, si elle est sans particulière gravité à l'âge adulte, juste très fatigante en raison des accès de toux sur plusieurs semaines, les quintes peuvent être asphyxiantes pour un nourrisson. Pour limiter la transmission de cette bactérie respiratoire très contagieuse, et protéger vos petits-enfants nouveau-nés, mieux vaut vous faire vacciner. Si votre dernier rappel date de plus de dix ans, il suffit d'une dose de rappel par le vaccin contre la diphtérie, le tétanos, la polio et la coqueluche.

### Mes paumes me démangent terriblement, que dois-je faire ?

ROBERT, NANTES (RENNE)

Ce prurit intense survient chaque printemps, ce qui oriente vers une allergie. Pour en avoir le cœur net et identifier l'allergène qu'il convient d'éviter, consultez un dermatologue, voire un allergologue si ce n'est pas trop compliqué d'obtenir un rendez-vous. Sollicitez votre médecin de famille ; il a peut-être un

spécialiste référent auquel il a plus directement accès. En attendant, utilisez des émoulinants "experts" (pour à la fois graisser la peau et faire écran) et tentez un antiallergique à base de bourgeons de cassia, 5 gouttes 3 fois par jour (Allargem d'HerbalGem), que l'on peut prendre sans précaution particulière.

COMMUNIQUÉ DE MAI  
les produits du mois

**FADIAMONE, VOTRE DUO NATUREL POUR UNE MÉNOPAUSE SÉRÈNE**

Complément Alimentaire : Formule 4 en 1 ✓ La vitamine D3 dosée à 800UI pour aider au maintien du capital osseux et de l'immunité. ✓ L'extrait de Pollen limite les bouffées de chaleur. ✓ Le Magnésium aide à réduire la fatigue et stress. ✓ Les Omega 3 de haute pureté contribuent à une fonction cardiaque normale. Sans effet hormonal. En complément les incontournables, crèmes Fadamone (Jour & Nuit). Laboratoire Nivameds. En pharmacie. Fabriqué en France - [www.fadiamone.com](http://www.fadiamone.com)

**BIEN DORMIR AVEC D-STRESS<sup>®</sup> SOMMEIL**

D-Stress<sup>®</sup> Sommeil est l'association de la formule D-Stress<sup>®</sup>, riche en magnésium, et de l'Eschscholzia californica. Il est reconnu pour ses propriétés sédatives qui vous aideront à retrouver naturellement un sommeil réparateur. D-Stress<sup>®</sup> Sommeil contribue ainsi à une amélioration de l'endormissement et à une réduction des réveils nocturnes. Sans effets secondaires, ni accoutumance. Laboratoire Synegra.

En pharmacie, env. 14 € boîte de 40 comprimés. Commandez en ligne sur [www.synegrashop.com](http://www.synegrashop.com) ou par tél. au 04 77 42 30 30.

**RETROUVEZ LE SOURIRE AVEC SYNTHOLORAL**

NOUVEAU ! SYNTHOLORAL Bain de Bouche, votre nouvel allié dans l'hygiène bucco-dentaire, conçu pour les genres sensibles. Formulé à base d'huile de pépins de pamplemousse, de camomille et de chlorhexidine, aide à maintenir les gencives saines et apaisées. Avec son action rafraîchissante, procure une sensation de fraîcheur durable dans la bouche. SYNTHOLORAL est prêt à l'emploi grâce à son gobelet doseur inclus. Assurez-vous une bonne hygiène buccale au quotidien, même dans les zones difficiles d'accès au brossage ! Cosmétique, disponible en pharmacie et parapharmacie. Information complémentaire, se référer à l'étiquetage. ACI 321584000256. [www.eglobes.fr](http://www.eglobes.fr)

**GÉREZ LE STRESS ET BOOSTEZ VOTRE ÉNERGIE !**

Retrouvez énergie et sérénité grâce à D-Stress<sup>®</sup> Booster ! Formule unique et brevetée agissant durablement sur le stress au quotidien. Un sachet de D-Stress<sup>®</sup> Booster contient 200 mg de magnésium et des vitamines B qui contribuent au métabolisme énergétique et à la diminution du stress. D-Stress<sup>®</sup> Booster votre allié contre le stress ! Agit en 30 min, sans accoutumance. Prendre 1 sachet par jour, le matin.

Laboratoire Synegra. En pharmacie, env. 17 €, boîte 20 sachets, ACI 3134679 ou sur [www.synegrashop.com](http://www.synegrashop.com) ou par tél. au 04 77 42 30 30.

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE [www.navigraph.com](http://www.navigraph.com) Pour profiter dans votre voiture, 01 44 40 85 41



LES PRODUITS DU MOIS

**Andistim**

Sifflements  
Bourdonnements  
Sommeil difficile  
Fatigue  
Stress

LA JEUNESSE DE VOTRE PEAU DANS LE RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT !

COMMUNIQUÉ DE MAI  
www.lesproduitsdumois.com



# PLEINE VIE: ACCÈS À LA BIBLIOTHÈQUE DE PODCASTS DU MAGAZINE

<https://podcasts.pleinevie.fr>



avant d'appuyer sur la gâchette, mais, pour Pascal, il n'eut aucune hésitation. Les deux amants s'effondrèrent l'un contre l'autre, mollement et sans un cri. Fabien, tout en baissant son arme, approcha et se pencha sur eux. Il remarqua, amer, qu'ils se tenaient la main. Jamais Adeline n'avait accepté ce genre d'attouchements quand elle regardait ses films. Elle devait beaucoup aimer Pascal. L'opération s'étant déroulée sans accroc, il avait le temps de gagner une station de métro, mais préféra marcher. Cette sourde colère qui l'avait envahi ces derniers mois était retombée dès le deuxième coup de feu, et il avait à présent besoin de se calmer.

\* \* \*

Fabien ne réussit pas à fermer l'œil de la nuit, ressassant en boucle les dernières douze heures. Il était 5 heures du matin quand des coups de sonnette vigoureux le tirèrent de son lit. Ils étaient cinq hommes, en uniforme. Tandis que les autres, arme au poing, bloquaient la porte de leur corps, le premier qui s'était présenté l'attrapa par la manche et le fit se retourner sans ménagement. Il sentit le métal froid des menottes lui enserrer les poignets.

– Fabien Rangier, vous êtes en état d'arrestation. Fabien était abasourdi.

Bien sûr, il savait qu'il serait le premier suspecté du meurtre de son ex-femme et qu'il serait convoqué rapidement à la PJ pour fournir son emploi du temps le jour du crime. Il pensait ne pas avoir à s'en faire, possédant un alibi en béton en la personne de Marthe. Mais là, il s'agissait d'une arrestation en règle, dès l'aube.

On allait l'embarquer, il ne comprenait pas. Il y avait eu un grain de sable, mais lequel ? Il n'avait rencontré personne rue Verceingétorix, ni en entrant ni en sortant de chez Adeline. Aucun promeneur de chien, aucun SDF, pas même un noctambule. En rentrant chez lui, idem. Un soir de semaine en début d'hiver, on ne s'attardait pas au-dehors et il n'avait croisé aucune âme. Son immeuble à son

arrivée était silencieux, il avait remonté l'escalier en chaussettes, exactement comme à l'aller, et s'était faufilé chez lui sans un bruit. C'est au commissariat qu'il apprit ce qui l'avait trahi. Sa charmante petite voisine, Marthe, avait fait un malaise vers minuit et demi. Aussitôt, le bip qu'elle portait autour du cou avait alerté les pompiers. Ces derniers s'étaient rendus immédiatement chez Fabien, sachant que celui-ci avait les clés de son appartement. Ils avaient sonné en vain avant de se décider à fracturer la porte de la vieille dame pour entrer chez elle. Comme il est d'usage, ils en avaient aussitôt averti la police.

Cette dernière, intervenue quelque temps plus tôt rue Verceingétorix où un début de feu avait été déclaré, venait de découvrir un cadavre inanimé. Le lien entre les deux incidents fut immédiatement interpellés, car, en vérifiant l'identité des victimes, sur la carte d'identité d'Adeline, on découvrit encore son nom de femme mariée. Fabien se souvint en effet que lorsque la balle mortelle l'avait atteint, il avait pris le métro plutôt que de rentrer à pied ! Il aurait été de son devoir de pour réceptionner les pompiers et leur donner la clé de sa voisine, dont il avait mésestimé la nuisance. \*

*fin*

À lire dans notre prochain numéro,  
*La Toute Dernière Nuit.*



**Exclusif!**

Écoutez gratuitement les meilleurs polars de *Pleine Vie* en scannant ce QR code à l'aide de votre smartphone.



**Exclusif!**

Écoutez gratuitement les meilleurs polars de *Pleine Vie* en scannant ce QR code à l'aide de votre smartphone.

– GOODBYE FATIGUE : LA SÉANCE D'AUTO-HYPNOSE

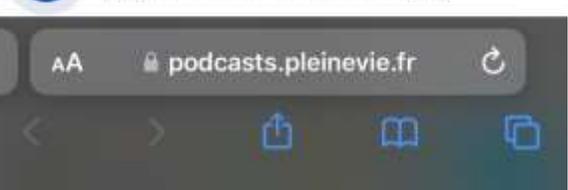
**Fatigue physique et mentale : essayez cette séance d'autohypnose !**

Pour se libérer de la fatigue physique et mentale, suivez cette séance d'autohypnose guidée par Léonard Anthony, Le Praticien en hypnose, qui a fait de la fatigue sa spécialité, l'a spécialement imaginée pour les lecteurs de *Pleine Vie*. À écouter ( et...

Catégories : Santé et forme physique, Santé mentale



Fatigue physique et mentale : es...  
00:00 00:00



# PLEINE VIE: ACCÉDER AUX PODCASTS DE POLAR

<https://www.pleinevie.fr/podcasts/polars-pleine-vie> CE QR NE MARCHE PLUS



## Exclusif!

Écoutez gratuitement les meilleurs polars de *Pleine Vie* en scannant ce QR code à l'aide de votre smartphone.





# 1

QR code presse -  
Editorial

Presse pratique (bricolage,  
cuisine, juridique, city-guide)

**Presse culturelle**

# PARIS VOUS AIME: RENVOI VERS UNE VIDÉO DE L'EXPOSITION

<https://m.youtube.com/watch?v=nOf1VBXYI3o&feature=youtu.be>



## 1 Du grand art LA MODE DU VIVANT

Coline Trucan

Les professionnels de l'industrie de la mode la considèrent comme la créatrice la plus avant-gardiste de sa génération. Née en 1984 aux Pays-Bas, Iris van Herpen bouleverse le monde feutré de la haute couture en présentant en 2010 sa première robe imprimée en 3D. « C'était tellement nouveau que son nom résistait dans l'histoire de la mode rien que pour ça », explique Clotilde Pitiot et Louise Curtis, respectivement commissaire et commissaire associée de l'exposition *Sculpting the Senses* qui lui est consacrée au musée des Arts décoratifs. Depuis, la créatrice n'a jamais cessé d'innover et de surprendre, dessinant des robes sculpturales en forme d'osapapalotte, habillant ses mannequins de vêtements ébérés, manipulant la matière, cherchant l'inspiration dans les laboratoires du Cern (Centre européen pour la recherche nucléaire) ou dans les photos de la Nasa pour donner vie à des collections expérimentales aux courbes organiques.

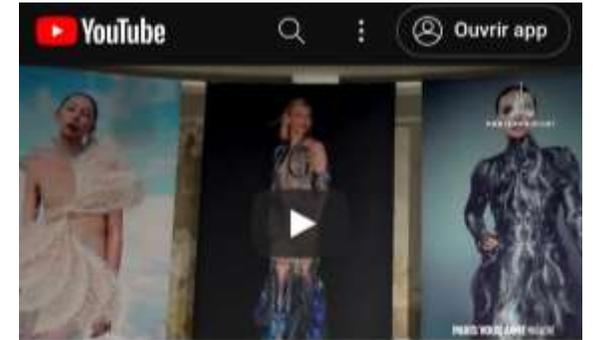
« Cette rétrospective n'est pas une exposition de mode au sens classique mais un dialogue entre, d'un côté, les créations d'Iris van Herpen et, de l'autre, les arts et les sciences qui nourrissent son travail », précise Clotilde Pitiot. Ce parcours labyrinthique de 1500 m<sup>2</sup> aborde neuf thématiques qui passionnent la styliste.

Musée des Arts décoratifs  
IRIS VAN HERPEN. *Sculpting the Senses*

Jusqu'au 28 avril 2024 / Until April 28, 2024, 101, rue de Brest, Paris 7<sup>e</sup>  
01 44 50 57 00 | Palais Royal - Musée du Louvre  
à réserver sur [Museum.fr](https://www.musee-ladecouverte.fr) et sur [parisaeroport.fr](https://www.parisaeroport.fr)

## LIVING FASHION

Born in the Netherlands in 1984, Iris van Herpen is regarded as the most cutting-edge designer of her generation. In 2010, she revolutionised the world of haute couture with her first 3D-printed dress. According to Clotilde Pitiot and Louise Curtis, curators of the exhibition, "Sculpting the Senses" at the Musée des Arts Décoratifs, the dress was such a sensation that it alone will ensure Herpen's legacy will be remembered in fashion history for that reason alone. But van Herpen didn't stop there: the designer has continued to innovate, surprise, and delight with her sculptural creations, adorning models in ethereal garments, manipulating materials and drawing inspiration from the labs of the European Organisation for Nuclear Research and NASA to produce



Du grand art | IRIS VAN HERPEN SCULPTING THE SENSES | MUSEE DES ARTS DECORATIFS | VOIR LA VIDÉO

### Musée des Arts décoratifs : Iris Van Herpen, Paris | - PVAM

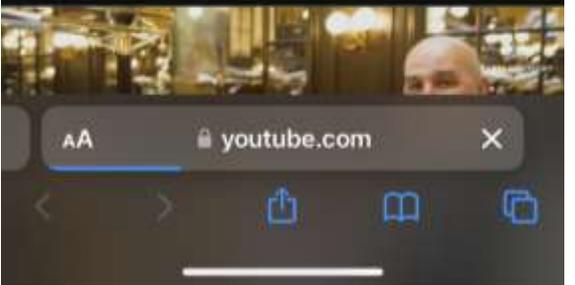
82 vues · il y a 2 jours · #Parisvousaimemagazine · ...afficher plus

Paris Aéroport 7,74k

S'abonner

1 1 Partager + Enregistrer

Commentaires  
Ajoutez un commentaire...



# PARIS VOUS AIME: RENVOI VERS UNE VIDÉO DE L'HÔTEL

[https://m.youtube.com/watch?v=ZhLe\\_F2V8c0&feature=youtu.be](https://m.youtube.com/watch?v=ZhLe_F2V8c0&feature=youtu.be)



6 *So chic*  
**NOUVEAU**  
**RAFFINEMENT**  
**NEW REFINEMENT**

*Saline Foucaz, Berta Kalowick-Bazanta, Thomas La Gournerie, Lucie Mathieu*

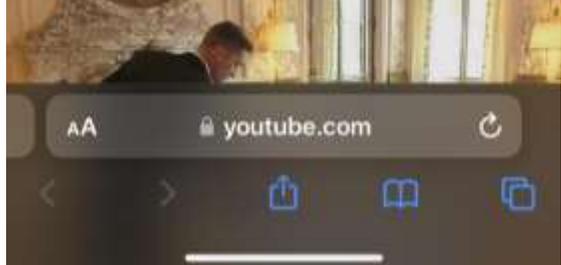
**L'OBJET**  
**L'excellence à l'état pur**  
 Après Londres et New York, c'est à Paris que la maison de luxe américaine, connue pour ses produits design et son art de vivre, pose ses valises. Autour de meubles aux courbes arrondies, la boutique accueille deux espaces distincts : une pièce remplie d'objets artisanaux, et une salle dédiée à sa ligne de beauté et à ses nouvelles eaux de parfum (150 € les 50 ml). Chez L'Objet, renommé pour sa sélection pointue, on finit toujours par dénicher de belles idées cadeaux. Coup de cœur pour la boî en or et porcelaine fine en forme de coquillage ondulé (1400 €).  
**Pure refinement**  
 The American luxury brand has recently opened a branch in Paris on 30 Rue Jacob, following the boutiques in London and New York. The boutique houses two spaces with great ideas for gifts: one for handcrafted objects and the other dedicated to their beauty line and new eaux de parfum (50 ml/1.7 fl oz €150). We adore the golden bowl in fine porcelain shaped like a wavy seashell (€1,400).  
 30, rue Jacob, Paris 6<sup>e</sup> (01 86 58 60 01)  
 ● Saint-Germain des Près



**LAURENT**  
**Renaissance chic**  
 Jouisant d'un emplacement privilégié en bas des Champs-Élysées, cette belle maison « à l'italienne » fait plus que pour offrir une expérience gastronomique de choix. Dans la vaste salle en demi-cercle, alternent colonnades, tables isolées et vues sur le jardin, où dans les salons à la décoration exubérante, le décor est impressionnant. La carte, confiée au chef triplement étoilé Mathieu Pacaud, égrène de belles surprises, entre terrines du moment, salade de homard bleu (un classique de Laurent), bœuf de rôtieseries (T-bone flambé au whisky, gigot d'agneau à la marjolaine, etc.) et chariot de desserts. L'adresse parfaite pour un dîner romantique. À la carte, à partir de 100 €.  
**Renaissance chic**  
 Located at the foot of the Champs-Élysées, this beautiful Italian-style restaurant has been given a makeover to offer a unique dining experience. The spacious semi-circular dining area has columns, cozy tables, and views of the garden. You can also dine in one of the exuberantly decorated lounges. The menu from three-star chef Mathieu Pacaud offers a range of options including terrines, blue lobster salad, and a ribsteak from with choices like T-bone steak flambé in whisky and leg of lamb with marrowfat, followed by a dessert trolley, ideal for a romantic evening. À la carte from €100.  
 41 Avenue Gabriel, Paris 8<sup>e</sup> (01 42 25 00 39)  
 ● Franklin D. Roosevelt



**Hôtel Le Grand Mazarin : fantaisie élégante, Paris IV - PVAM**  
 38 vues · il y a 2 jours · #ParisVousAimeMagazine · ...afficher plus  
 Paris Aéroport · 7,74 k **S'abonner**  
 0 **Partager** **Enregistrer**  
 Commentaires  
 Ajoutez un commentaire...



**LE GRAND MAZARIN**  
**Fantaisie élégante**  
 Au cœur du Marais, ce nouveau 5-étoiles donne l'impression de pénétrer dans l'univers poétique et scénaristique d'un film de Wes Anderson. Ici, de l'uniforme violet porté par le personnel aux tons bigarrés des 61 chambres et suites, où se côtoient lampes fantaisistes et plafonds de lit en tapisseries anciennes fabriqués par de grandes maisons d'artisans français. Pour rendre le lieu encore plus singulier, près de 500 œuvres d'art ont été installées çà et là. Au rez-de-chaussée, le restaurant Boubouli sert une excellente cuisine méditerranéenne. Le sous-sol, enfin, abrite une piscine parsemée de splendides mosaïques. Chambre double à partir de 650 €.

**Elegantly fanciful**  
 This new five-star hotel in the heart of the Marais offers an elegant and charming style reminiscent of a Wes Anderson film. The staff are dressed in purple uniforms while the 61 rooms and suites boast colourful designs, whimsical lamps, and antique tapestry bedspreads made by leading French artisans. Additionally, 500 art pieces are scattered around the hotel, making it one-of-a-kind. On the ground floor, restaurant Boubouli serves excellent Mediterranean cuisine. Plus, a basement swimming pool adorned with splendid mosaics. Double from €650.  
 11, rue de la Vierge, Paris 4<sup>e</sup> (01 83 64 00 05) ● Hôtel de Ville



Les adresses sont à retrouver sur Mappat à 50 et sur parisenpartout

# PARIS VOUS AIME: LIEN VERS UN PLAN GOOGLE MAPS

<https://eqrcode.co/a/gEU73C>

UN REGARD

## LA MAISON DE LA RADIO

ARCHITECTURE, ART ET TECHNIQUE EN HARMONIE

La Maison de la Radio est née de la volonté, dans les années 50, de réunir les trente-neuf bureaux de l'Office de Radiodiffusion-Télévision Française (ORTF) éparpillés dans Paris et sa banlieue. *Monet Fair*

inaugurés le 14 décembre 1963 par le général de Gaulle, les bâtiments ont successivement le siège de la Radiodiffusion-Télévision Française (RTF) jusqu'en juin 1964, puis de l'Office de Radiodiffusion-Télévision Française (ORTF) jusqu'au 31 décembre 1974. Lors de l'éclatement de l'ORTF, le 1<sup>er</sup> janvier 1975, le site est attribué à Radio France et prend le nom de Maison de Radio France devenant en 2021 « Maison de la radio et de la musique ».

Le lieu choisi est à proximité de la tour Eiffel dotée de son antique existence, dans le 10<sup>e</sup> arrondissement. Sur le terrain du quai de Passy (devenu depuis l'avenue du Président Kennedy), se trouvait le château de Boulastrès, puis une usine à gaz et enfin un parc des sports. Quand le terrain est racheté par l'État en 1952 pour construire le bâtiment, les riverains s'y opposent: ils ne veulent pas voir disparaître leur stade.

La conception est confiée à un grand prix de Rome, Henry Bernard. La Maison de la Radio occupe deux des quatre hectares de terrain sur lequel elle est bâtie, pour un volume global de 500 000 m<sup>3</sup>. Le terrain marécageux – proximité de la Seine oblige – a nécessité de concevoir des fondations constituées par 756 piliers de béton ancrés à 17 m au-dessous du niveau de la Seine. Ce sont ainsi 20 000 tonnes de ciment, 7 000 tonnes d'acier, 11 000 m<sup>3</sup> de vitres, 9 000 panneaux d'aluminium d'une forme et d'une composition spécialement étudiée pour le revêtement de la façade, 150 000 m<sup>3</sup> de plâcher, une quasi-autonomie énergétique grâce à un forage de 600 m de profondeur alimentant un système de chauffage géothermique... sans oublier, guerre finie, oblige à l'époque, quatre abris antiaériens qui revrent aujourd'hui de lieu de stockage!

La Maison de la Radio est constituée d'une grande et d'une petite coquille circulaire de 500 m de circonférence et 36 m de haut ainsi que d'une tour centrale de 68 m de hauteur.

Si aujourd'hui la tour centrale héberge essentiellement des bureaux administratifs, à l'époque de l'ouverture, comme dans un donjon de château fort, c'est là que se trouvaient les documents les plus précieux, notamment les disques et les archives. Une petite curiosité: à l'ouverture en 1963, le bureau situé au sommet de la tour centrale, au 22<sup>e</sup> étage, était dédié au ministère de l'Information qui exerçait sa tutelle, voire parfois sa censure sur les chaînes de l'ORTF. Depuis, ce bureau est devenu une grande salle de réunion. Pourquoi cette forme circulaire? D'ordre esthétique architecturale, pour que les studios demeurassent dans une acoustique idéale, ils ne devaient pas être rectangulaires, mais avoir une forme de trapèze. Mis côte à côte, ces trapèzes créent une forme arrondie.

La Maison de la Radio abrite environ 1 000 bureaux et une soixantaine de studios, différenciés de différentes tailles. Les bâtiments abritent à la fois sept radios et quatre formations musicales avec plusieurs salles de concert. « Cette maison est une maison très fermée, ennemie des sons, ennemie des bruits, sa forme est strictement une enveloppe épousant sa vie intérieure », déclarait en 1963 Henry Bernard, l'architecte. Le bâtiment peut accueillir plus de 4 000 personnes, réparties dans cent quarante corps de métiers différents, du producteur au cuisinier! Le personnel était choisi au début: à son ouverture, la Maison de la Radio était en effet dotée de nombreux équipements de la vie quotidienne. Les salariés pouvaient poster leur courrier, aller à la banque, faire leurs courses, acheter le journal et même aller à l'agence de voyages sans quitter le bâtiment. Depuis, seul un bureau de banque a subsisté dans l'ancienne de la maison ronde. L'art n'est pas non plus absent. En effet, des oeuvres réalisées les grandes commandes qui en font la tour: tapisseries, sculptures, fresques ont été commandées à des artistes français pour l'ouverture du lieu, comme par exemple une grande fresque rouge et or



Le « maison ronde », © Radio France.

de peintre Georges Mathieu, juste en face du studio 105. Mais, en 2005, le préfet de police de Paris ordonne l'évacuation de la tour centrale qui ne répond plus aux normes anti-incendie. En 2005, il est décidé de la restaurer. Des studios ont été reconstruits, l'acoustique repensée. Avec une architecture rénovée, des nombreux espaces accessibles – plus de 4 000 m<sup>2</sup> pour les espaces dédiés au public – et une capacité d'accueil de plus de 3 000 places dans l'ensemble de ses studios et salles de concert, la Maison de la Radio s'est offerte une renaissance. Résultat: la Direction régionale des Affaires culturelles d'Île-de-France a finalement inscrit le 26 mars 2018 la Maison de la Radio au titre des Monuments historiques, une inscription qui reconnaît la singularité de la conception de cette infrastructure, ayant permis qu'elle s'adapte aux évolutions technologiques de l'audiovisuel et de l'écologie.

Flasher le code pour découvrir les lieux



Flasher le code pour découvrir les lieux



Bibliothèque Sainte-Geneviève

### Bibliothèque Sainte-Geneviève - Université Paris 3 Sorbonne Nouvelle

4,2 ★★★★★ 397 avis  
Bibliothèque universitaire

Itinéraires Enregistrer À proximité Envoyer vers votre téléphone Partager

Élégante bibliothèque du XIXe siècle avec arches et colonnes ornées de ferronnerie apparente. Visites guidées gratuites.



# PARIS VOUS AIME: RENVOI VERS LE COMPTE TWITTER DU MAGAZINE

<https://twitter.com/ParisAeroport>

Vous souhaitez être informé des dernières actualités de Paris Aéroport? Abonnez-vous à notre compte Twitter @ParisAeroport

Would you like to be updated with Paris Aéroport's latest news? Subscribe to our Twitter feed @ParisAeroport



The screenshot shows the Twitter profile of Paris Aéroport (@ParisAeroport). At the top, there are buttons for 'Se connecter' and 'S'inscrire'. Below is a header image of an airport terminal with the Paris Aéroport logo and a 'Suivre' button. The profile name is 'Paris Aéroport' with a verified badge, and the handle is '@ParisAeroport'. The bio reads: 'Toute l'info sur les aéroports de Paris-Orly & Paris-Charles de Gaulle. Your real time information feed about Orly & CDG airports. #ParisVousAime'. The location is 'Paris, Ile-de-France' and the website is 'parisaeroport.fr'. It notes 'A rejoint Twitter en janvier 2010'. There are 1 632 abonnements and 74,2 k abonnés. Below the bio are tabs for 'Posts', 'Réponses', 'Médias', and 'J'aime'. A tweet is visible, dated 28 avr. 2022, replying to @DFWAirport, @BTS\_twt, and 2 autres personnes. The tweet text is partially visible: 'Day or night, the sky's alight, so we...'. The bottom of the screen shows a mobile browser interface with 'twitter.com' in the address bar and navigation icons.

# PARIS VOUS AIME: INVITE À ÉCOUTER LA PLAYLIST DU MAGAZINE

<https://smartlink.music-work.com/parisaeroportmusique>

*L'aéroport en musique*



**MUSIC WORK  
PLAYLIST  
PARIS AÉROPORT**

Maxi Werk accompagne Paris Aéroport et ses passagers les offres à l'aéroport de Paris-Charles de Gaulle.

Maxi Werk fête Paris Aéroport avec 3 passagers fêlés of the week French from 2016.

**HENRIE - LOU  
DOILLON  
OCCIDENT**

**Goodbye, H-Burns  
(feat Lou Doillon)**  
Renaud Brunstein, alias H-Burns, et Lou Doillon rendent hommage à Leonard Cohen dans ce titre nostalgique.  
Renaud Brunstein, aka H-Burns, and Lou Doillon pay homage to Leonard Cohen in this nostalgic French song, a nod to Cohen's hit "There's No Way to Say Goodbye".



**Dear, Sofiane Pamart**  
Le guitariste, dont le look extravagant contraste avec ses compositions instrumentales, signe plusieurs morceaux comme une lettre à son public dans son dernier album Letter.  
The guitarist, whose extravagant charm contrasts with his instrumental compositions, released his latest album Letter in the form of a postcard to his audience.



**Jim Carrey, Charlotte Cardin**  
La chanteuse canadienne Charlotte Cardin jure que son amour à son idole Jim Carrey avec une demande en mariage délicate et absurde à Assisipou à Assisipou.  
Canadian singer Charlotte Cardin declares her love for her idol Jim Carrey with an offbeat, ultra-pop marriage proposal that you should listen to on repeat!

**NOVEMBER ULTRA**  
L'artiste française à la voix de velours vient d'ajouter une pièce à son premier album, *Bedroom Walls* : le salon. Une réédition construite comme une maison sonore, une balade musicale différente pour chaque pièce, à découvrir en tournée dans toute la France, et le 17 novembre à l'Olympia.

**À quel voyage votre musique invite-t-elle ?**  
Ma musique, c'est l'idée de la « bedroom pop ». Une balade dans mon intimité où l'on entend mon chat, une moto qui passe... Avec des genres musicaux et des langues multiples qui invitent au voyage. J'ai un lien très fort avec la nostalgie, elle tapisse les murs de mon album. Alors voyager sans force à être dans le présent.

**Quel est votre meilleur souvenir dans un aéroport ?**  
Un jour, à notre arrivée à l'aéroport d'Alcanta, où nous passions, enfants, toutes nos vacances, pour faire une blague à ma grand-mère, j'ai acheté un journal qui offrait des lunettes agrandissant les yeux de mon frère. Je n'oublierai jamais sa tête rigolote. J'aime l'odeur particulière de cet aéroport. Quand j'arrive, je suis chez moi.

**Votre morceau préféré dans la playlist de Paris Aéroport ?**  
La Lane et le soleil, de Bonnie Banane. Cette chanson me rend trop heureuse ! Je trouve l'artiste brillante, singulière. o

The velvety-voiced French artist has just added another track to her debut album, *Bedroom Walls*: le salon. She will tour throughout France, and on 17 November at the Olympia, Paris.

**To what destinations does your music take us?**  
My music embodies the idea of "bedroom pop". A walk in my intimate space, where you'll hear my cat, a motorbike passing by... With different musical genres and languages taking you on a journey. I have a deep bond with nostalgia, which lines the walls of my album. Travelling forces us to be in the present.

**Your best memory at an airport?**  
We spent all our childhood holidays in Alcanta. Once we tricked our grandmother: I bought a magazine that offered a pair of glasses to enlarge my brother's eyes. I'll never forget the look on her face. When I land at this airport, I feel at home.

**What's your favorite song on the Paris Aéroport playlist?**  
Brittish Bonnie Banane's *The Moon and the Sun*. It makes me so happy! o

Paris vous aime musique



PLAYLIST

**Paris Aéroport** ❤️  
**Musique**

Choisir votre plateforme :

- Spotify
- YouTube
- Apple Music
- deezer

smartlink.music-work.com

# ARTE: ACCÉDER AUX ARCHIVES DE TOUS LES MAGAZINES EN PDF

<https://arte-magazine.arte.tv/archive>



DOCUMENTAIRE  
**Espèces en voie d'adaptation**  
P. 4



DOCUMENTAIRE  
**Triades, la mafia chinoise à la conquête du monde**  
P. 10



DOCUMENTAIRE  
**Kim Kardashian Theory**  
P. 13



ART & SPECTACLE  
**Charlotte Salomon**  
La jeune fille et la vie  
P. 6

**LES GRANDS RENDEZ-VOUS 4**

**DOCUMENTAIRE 14**

**CINÉMA 20**

**SÉRIE & FICTION 26**

**ART & SPECTACLE 28**

**PODCAST 33**

Pour télécharger le magazine en version PDF



## Édito

Dans ce monde déboussolé, j'ai de la stabilité. Vous nous regardez toujours d'un air de fermeté, nous engage. En 12 semaines consécutives et malgré une crise de notre audience à l'antenne et une audience numérique toujours de 2 milliards de vidéos vues. Ces bons résultats nous confortent dans nos ambitions éditoriales. Alors que l'année 2024 s'annonce incertaine, avec la démultiplication des conflits, la crise climatique et la montée des extrémismes, ARTE continue de faire le pari de l'intelligence et du débat, de la curiosité et de l'éclatisme. Quitte à surprendre ce mois-ci avec un documentaire sur Kim Kardashian, fascinant personnage analysé ici sous le prisme de la sociologie d'Émile Durkheim...

**Trois bonne année à toutes et à tous !**



Pour télécharger le magazine en version PDF



### OÙ TROUVER NOS PROGRAMMES

À l'antenne  
Sur arte.tv, l'appi ARTE et/ou sur arteconcert.com  
Sur les réseaux sociaux  
Sur arteradio.com et les plates-formes de podcast



LES ARCHIVES EN PDF  
Retrouvez les magazines des deux dernières années à télécharger

**arte**  
L'été culture, divertissement et genre

Kim Kardashian Theory

**arte**  
L'été culture, divertissement et genre

Gardiens de la forêt

**arte**  
L'été culture, divertissement et genre

Polar Park

**arte**  
L'été culture, divertissement et genre

Sous contrôle

arte-magazine.arte.tv

# BEAUX ARTS: ACCÈS À UN PODCAST & UN SITE POUR APPROFONDIR

<https://www.beauxarts.com/grand-format/van-gogh-therapie-le-podcast-immersif-de-beaux-arts-maintenant-en-ligne/> & <https://www.beauxarts.com/vincentvangogh/>

À l'occasion de l'exposition du musée d'Orsay, jusqu'au 4 février 2024

## Van Gogh comme vous ne l'avez jamais vu sur BeauxArts.com

**UN PODCAST**  
Van Gogh thérapie

**UN SITE ÉVÈNEMENT**  
sur le mythe Van Gogh

N°475  
GUIDE

12%

S'ABONNER SE CONNECTER

MENU BeauxArts

ceramic brussels 20 24 contemporary art fair 25 28 jan. 28

PODCAST

## « Van Gogh thérapie », le podcast immersif de Beaux Arts maintenant en ligne

Par **Florelle Guillaume** • le 2 octobre 2023 à 16h10

À l'occasion de l'exposition événement du musée d'Orsay, « Van Gogh à Auvers-sur-Oise. Les derniers mois », Beaux Arts lance son premier podcast. Récit immersif en quatre épisodes raconté par l'écrivain Stéphane Lambert. « Van Gogh thérapie » retrace l'itinéraire du peintre jusqu'à sa fin.

beauxarts.com

BeauxArts

## Van Gogh : anatomie d'un mythe

beauxarts.com

# CHALLENGES: RENVOI VERS UNE VIDÉO INTERVIEW FACE CAMÉRA

[https://www.challenges.fr/club-entrepreneurs/lucibel-veut-devenir-le-leader-de-la-cosmetique-par-la-lumiere-dans-le-luxe\\_879442](https://www.challenges.fr/club-entrepreneurs/lucibel-veut-devenir-le-leader-de-la-cosmetique-par-la-lumiere-dans-le-luxe_879442)

Entreprise le Club Entrepreneurs Challenges - Montefiore



## « Lucibel met la lumière au service des soins anti-âge et d'Internet »

Frédéric Granotier, diplômé de l'École supérieure de commerce et de management, a créé en 2009 cette société spécialisée dans l'éclairage, par Led notamment. Il investit le secteur de la beauté.

Challenges. Pourquoi avoir créé Lucibel ?

Frédéric Granotier. Après avoir fondé Poweo en 2002 avec Charles Beigbeder, j'ai eu l'intuition que la technologie Led (diodes électroluminescentes) allait révolutionner l'éclairage. Il y avait une opportunité à saisir sur ce marché.

Par quelle activité avez-vous débüté ?

Nous avons commencé par concevoir des éclairages Led en installant en 2010 notre première usine à Shenzhen, en Chine. Nos clients étaient des distributeurs comme Sonepar et des installateurs comme

La vidéo sur Challenges.fr



Pages récoltées par Laure Croiset

Quels sont les avantages liés à la technologie Led ?

Diviser par dix sa consommation d'électricité par rapport à une technique traditionnelle. Aujourd'hui, 95% des éclairages commercialisés dans le monde sont des Led, dont la durée de vie peut aller jusqu'à 100 000 heures.

Où fabriquez-vous vos éclairages ?

Concernant les puces électroniques, comme il n'existe aucun fabricant en Europe, nous nous fournissons actuellement en Corée du Sud. Mais tous nos luminaires sont conçus et développés en France.

En 2022, vous avez pivoté vers la cosmétique de luxe...

Depuis dix ans, nous intervenons dans la cosmétique et travaillons sur l'impact de la lumière sur la peau et le corps. Nous avons mis au point la solution Cronos, qui contribue à synchroniser les rythmes biologiques et favorise l'endormissement. Notre masque Led de beauté anti-âge est par ailleurs commercialisé par la maison Dior sous le nom Dior Skin Light, à 4 000 euros, et par notre filiale cosmétique, Lucibel Le Paris.

Vous avez également développé la technologie LIA (Light Fidelity), de quoi s'agit-il ?

Elle permet d'accéder à Internet par la lumière, tout en assurant une grande sécurité dans l'échange des données. Aujourd'hui, nous avons 100 clients. Et si cette activité ne génère qu'1 million d'euros de chiffre d'affaires, elle va croître avec un marché qui s'ouvrira d'ici à 2025.

La R&D est-elle au cœur de votre modèle... ?

20% de nos ressources sont consacrées à la R&D. D'après l'Institut national de la propriété industrielle, nous sommes le deuxième déposant de brevets en Normandie dans la catégorie PME. Au premier semestre 2023, notre chiffre d'affaires atteignait 5 millions d'euros, avec une croissance de 25% et une rentabilité de 180 000 euros.

Quelle est votre vision de croissance ?

Devenir le leader de la cosmétique par la lumière dans l'industrie du luxe.

UN PARTENARIAT  
Montefiore  
INVESTMENT



# RED BULLETIN: DÉCOUVERTE D'UN ARTISTE SUR SPOTIFY

Renvoi directement sur la plateforme de streaming

YAMÊ

## Tempo

L'artiste franco-camerounais à la voix de soprano dévoile les rythmiques de son ambition musicale.

Originaire du Val-d'Oise, Yamê, artiste autodidacte qui ne jure que par le clavier, est certainement l'une des voix les plus intéressantes du moment dans le monde du hip-hop français. Contu pour l'interprétation de son titre Bécane sur la plateforme Colors, où il a dévoilé au public l'étendue de sa tessiture, Yamê fait partie de celles et ceux qui n'ont guère besoin d'auto-tune. Chez lui, l'aggu est naturel, et ne laisse pas indifférent, comme son EP Elaw, sorti en octobre dernier : l'art d'incarner ce qui n'est pas manifesté, autrement dit, imperceptible. Ce titre de musique live qui parcourt les jams parisiennes nous présente un ensemble de morceaux dont il aimerait atteindre l'aisance et la technicité instrumentale.

Écoutez les titres de Yamê sur Spotify en scannant le QR code.



**Papa Wemba**  
**Yele (1995)**  
« J'ai découvert Papa Wemba, quand j'étais enfant. Sur ce morceau, il contrôle sa voix d'une manière que j'ai toujours admirée. Je trouve que mon placement des notes ressemble beaucoup au sien. Il a un confort dans les aigus que je ressens aussi. Sa proposition musicale m'a beaucoup poussé à chercher comme je le fais aujourd'hui. »



**Snarky Puppy**  
**Liqun (2014)**  
« Snarky Puppy est un collectif de jazz et funk d'une vingtaine de personnes. Avec le titre Liqun, ils prouvent qu'on peut avoir une grosse équipe et faire du jazz moderne, car leur interprétation et leur mix les ancrent dans notre époque. Ce son m'a vraiment donné envie de lancer mon projet et d'arriver un jour sur scène avec un groupe similaire. »



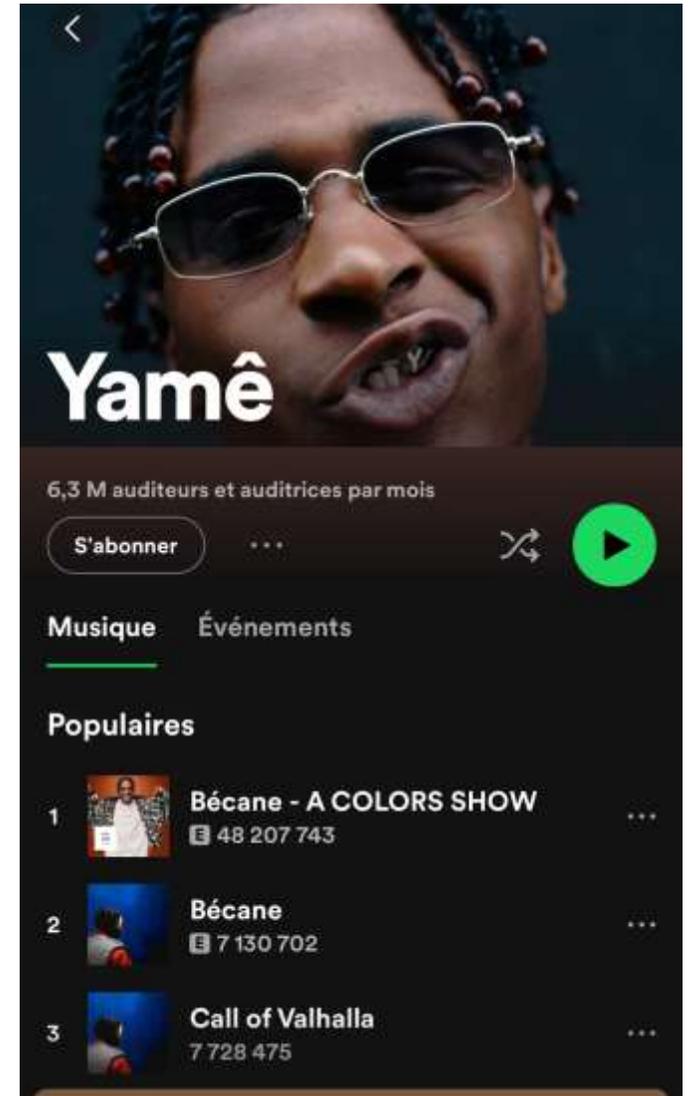
**Josman**  
**Faisse Bien ! (2018)**  
« Je trouve le parcours et la carrière de Josman exemplaires. Ce son-là a quelque chose de très mélodieux et de lourd à la fois. C'est un titre de trap très musical, avec des paroles trash, mais acceptables dans l'espace public grâce à sa dissonance. Et en même temps, il est simple, je le joue parfois. Je valise fort. Peut-être que je ferai des sons comme ça un jour. »



**Anderson .Paak**  
**Cese Down (2018)**  
« Pour moi, avant, ce n'était pas possible de chanter aussi bien, avec autant de flow, en faisant de la batterie. En regardant son live dans NPR Music Tiny Desk Concerts, je me suis dit que je voulais aussi avoir cette classe et atteindre ce niveau sur scène. Et pour cela, il faut être tellement bon avec son instrument que ça a l'air inné d'en jouer. »



Écoutez les titres de Yamê sur Spotify en scannant le QR code.



# RED BULLETIN: RETROUVER LES PRODS DE DJ ONE UP SUR SPOTIFY

<https://win.gs/3DtKNAw>

**DJ ONE UP**  
**Pump the beat**

Le beatmaker revient sur quatre sons emblématiques de la culture breaking.

DJ One Up est un beatmaker originaire de Nantes, passionné par le funk et le hip-hop. Sa réputation, il la doit à la qualité de ses productions musicales aux particularités entraînantes. L'originalité d'une sélection est essentielle, choisir des sons, c'est ce qui vous fera sortir du lot ! Après avoir parcouru le globe pour ambiancer la communauté française et internationale des B-Boys et des B-Girls, et scratché pour de nombreux battles dont Red Bull 3Style, il revient pour The Red Bulletin sur les quatre morceaux qui l'ont marqué le plus dans le monde du breaking. One Up sera le DJ du Red Bull BC One World Final qui se tiendra à Paris, le 21 octobre prochain au stade Roland-Garros.

Retrouvez les prods de DJ One Up en scannant le code ci-contre.



**Guru, Mc Solar**  
**Le bleu, le mal**  
« Une connexion France-USA qui date de 1993 et que j'ai découverte dans le premier volume du projet Jazzmatazz que menait Guru. Il y réunit des grandes pointures du jazz comme Donat Byrd et Roy Ayers. C'est un petit bijou de groove, d'écriture et de flow rythmique raconté incroyablement j'allons jouer en cyphers. C'est non négociable ! »

**IAM**  
**Red, Black and Green (Devil's Vague Club Mix)**  
« J'ai joué ce remix pour la première fois en 2011, vingt ans après sa sortie. Je ne l'avais jamais entendu dans un battle, j'étais mon envie de le passer. À l'époque, il existait seulement sur la face B d'un maxi 123 tours. Depuis, j'ai reçu autant de retours positifs que négatifs sur les réseaux sociaux, j'ai marqué les esprits. »

**The Bados Band**  
**Up From the South**  
« Un classique. Les morceaux de ce groupe américain animent les battles depuis leur création en 2005. Un mélange de soul, de deep funk et d'afro-jazz. DJ Ben aka Billy Brown a joué ce morceau pour la première fois au battle mythique d'Heaven en 2007. C'est quelqu'un d'important qui a su une influence majeure sur mon parcours. »

**Bobo Ruth**  
**The Mexican**  
« Un hymne pour B-Boys et B-Girls. J'aime ce morceau pour son énergie, mais surtout parce qu'on peut voir les danseurs et les danseuses bouger sur la partie rythmique, les paroles, la basse et de multiples détails sonores. Ce titre peut être interprété de mille façons. Pour la partie historique, DJ Kool Herc jouait énormément en block party dans les seventies. »

THE RED BULLETIN

Retrouvez les prods de DJ One Up en scannant le code ci-contre.



Spotify

OUVRIE L'APPLICATION

**DJ One Up**

3709 auditeurs mensuels

S'abonner

Populaires

- Coldbreaks 130 407
- The Unique Break 67 360
- Joy 73 045
- Whooooo 68 555
- Rugged N Raw

# RED BULLETIN: INTERVIEW ILLUSTRÉE DE PHOTOS ET VIDÉOS

<https://www.redbull.com/ch-fr/theredbulletin/grimpeur-alex-honnold-interview>



Alex Honnold évoque ses plus grands défis à ce jour, devant la caméra de *The Red Bulletin*.



**Alex Honnold**

### Nouvelle mission : peut-on combiner vie de famille et free solo?

Après le succès de sa traversée de l'Everest sans oxygène, Alex Honnold s'est lancé dans une nouvelle mission : celle de combiner sa vie de famille et son sport préféré, le free solo. Mais est-ce possible ?

**À propos**  
Alex Honnold est un grimpeur américain connu pour ses ascensions sans corde. Il est considéré comme l'un des meilleurs grimpeurs au monde. Il a accompli de nombreuses ascensions remarquables, dont la traversée de l'Everest sans oxygène en 2010.

**À propos**  
Alex Honnold est un grimpeur américain connu pour ses ascensions sans corde. Il est considéré comme l'un des meilleurs grimpeurs au monde. Il a accompli de nombreuses ascensions remarquables, dont la traversée de l'Everest sans oxygène en 2010.

**À propos**  
Alex Honnold est un grimpeur américain connu pour ses ascensions sans corde. Il est considéré comme l'un des meilleurs grimpeurs au monde. Il a accompli de nombreuses ascensions remarquables, dont la traversée de l'Everest sans oxygène en 2010.



L'Américain Alex Honnold, 36 ans, escalade des falaises de mille mètres de haut sans aucune sécurité. Comment fait-il ? Et à quoi pense-t-il ? Visite à domicile chez un homme hors du commun.

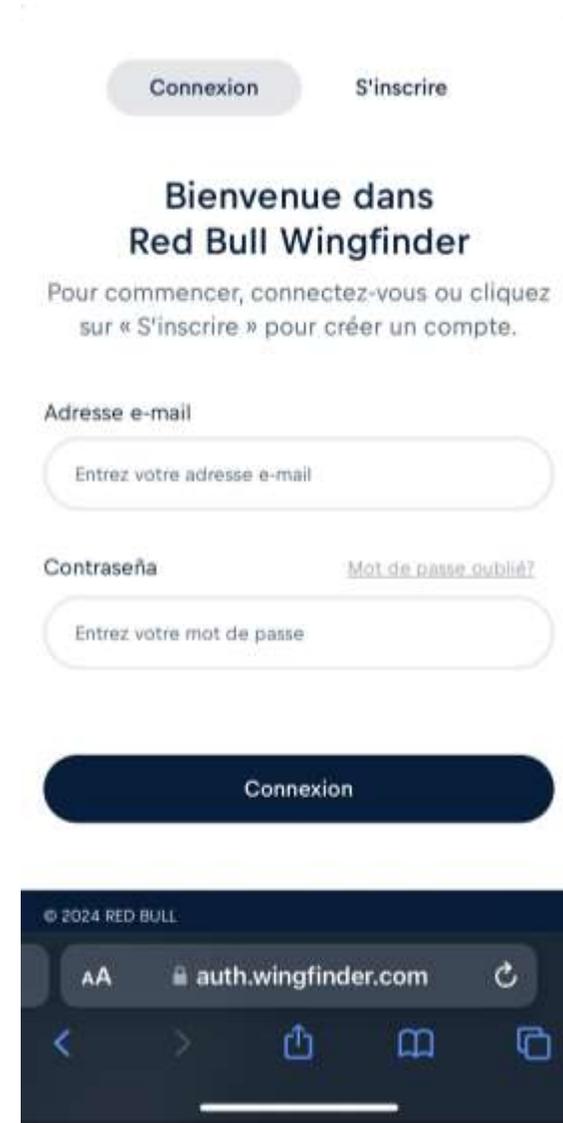
Écrit par Heather Balogh-Rochfort  
Temps de lecture estimé : 11 minutes · Publié le 06.02.2022 · 8:00 UTC+1

Sauvegarder ☆

redbull.com

# RED BULLETIN : ACCÈS À UN SITE DE COACHING

<https://www.redbull.com/int-en/wingfinder>



# RED BULLETIN : COMPLÉMENT VIDÉO D'UN ARTICLE

<https://www.youtube.com/watch?v=UY78LBhgYvw>

## « La richesse de la faune et de la flore sous la surface de l'eau m'a toujours fasciné. »

35 000 habitants se réfèrent sur l'eau, procurent l'un des seuls moments de calme nocturne. Mais un vie, l'obscurité sociale reprend ses droits.

Yann Scussel s'est consacré sa mission. Les semaines s'égrènent au camp-jonque. Vers trois heures du matin, soit deux d'épuisement en un seul moment à avoir des hallucinations. « J'ai soudain eu l'impression d'avoir plongé dans le fleuve et qu'il était à mes trousses. C'était complètement dingue. Même si je savais

que c'était impossible, j'ai mis un moment à réaliser que j'étais en train d'halluciner. » À quel Yann s'accroche-t-il pendant ses longues heures ? « J'ai beaucoup réfléchi au message que je voulais transmettre par mon action : éviter l'assaut sur les déchets en plastique et la pollution chimique des lacs et des océans. »

### Yann a plongé avec les requins pour faire campagne pour leur protection

Yann Scussel de Yann Scussel depuis toujours. « Tu peux déjà, il paraît en mer aux autres avec son grand père, qui vit au Portugal, pour aller pêcher. » La richesse de la faune et de la flore sous la surface de l'eau m'a toujours fasciné. » Ade, il participe à des compétitions de natation, joue au water-polo, regarde des documentaires sous-marins, à 17 ans, décide d'arrêter de regarder les autres partir en expédition : c'est à son tour d'y aller. Pour son projet de survie, il souhaite se rendre aux îles Fidji et travailler pour une ONG qui se consacre à la protection des requins, et profiter de l'occasion pour plonger

avec la faune. Sans argent, il se met à la recherche de sponsors en fin, après de nombreux échecs, par en mer un. C'est à cette époque que Yann comprend que pour atteindre ses objectifs, il faut persévérer.

Quand le soleil se lève enfin sur les eaux glaciales du Rhône, un peu d'énergie vient réchauffer le corps glacé de Yann. Il lui reste plusieurs dizaines de kilomètres à parcourir, mais il a survécu aux rapides et à la nuit noire « la plus éprouvante de ma vie », déclare-t-il.

### Une autre aventure engagée est déjà prévue

Les kilomètres se succèdent, il aperçoit enfin le lac Léman. L'eau du Rhône, claire et propre à sa source, entre avec elle de plus en plus de boue et de déchets. Lorsque Yann arrive enfin le lac au bout de 25 heures d'écluse (l'eau lui paraît si chaude qu'il a l'impression d'être dans une baignoire) et qu'il atteint la rive, il est sûr à la fois heureux et bouleversé : les déchets en plastique sont partout. Un camion chargé de déchets, mais une conclusion tristement adéquate de ce voyage symbolique.

Le documentaire de Yann a été vu plusieurs millions de fois sur YouTube. Les impacts de son action sont remarquables, et lui ont permis de rassembler l'énergie nécessaire pour relancer son projet sur le Kilimandjaro, qu'il portait en marge de ses études et relations internationales, à Genève. Un projet qui s'est concrétisé quelques mois après : en plus de la plus haute montagne d'Afrique, il veut escalader le mont Blanc et le Cervin, sans aucune aide extérieure, et sans laisser le moindre déchet derrière lui. L'idée est de provoquer une prise de conscience des conséquences sociales et écologiques des déplacements en montagne, et de montrer qu'il existe une autre voie.

Faire un projet engagé, donc. « Je pense que le temps des aventuriers qui gravissent un sommet juste pour y planter leur drapeau est révolu, conclut Yann. Quand je pars en expédition, je veux offrir quelque chose à l'endroit que je visite. Semblable l'opinion publique sur les problèmes qui s'y posent, par exemple, l'eau ne va pas sans l'autre, à mon avis. »



Visionnez la vidéo de Yann Scussel, La grande descente, Allégorie d'un déchet plastique, en scannant le code ci-contre.



Visionnez la vidéo de Yann Scussel, La grande descente, Allégorie d'un déchet plastique, en scannant le code ci-contre.

**COPILOTE**  
Claude Alou  
Gulland (à gauche),  
canoë de la vallée de  
Rhône comme sa  
pêche. Il a accompagné  
le Gravelle  
dans son canoë.



**BILAN**  
La descente de Yann  
Scussel au lac de  
Genève a permis  
de sensibiliser  
des milliers de  
personnes à la  
pollution plastique  
dans le lac Léman.



Inclut une communication commerciale

La Grande Descente

LA GRANDE DESCENTE - ALLÉGORIE D'UN DÉCHET PLASTIQUE

4,6 k vues il y a 3 a #switzerland #adventure #hype ...plus

Yann Scussel 88 S'abonner

102 Partager Remixer

Commentaires 6

Ajoutez un commentaire...

CHASING THE TIGER

4:10

CHASING THE TIGER  
Yann Scussel 4,6 k vues il y a 4 ans

# RED BULLETIN: ACCÈS AU SITE D'UN FILM DE RED BULL STUDIO

<https://www.laliste-everythingornothing.com>

## La tournée des sommets

Le freeskier suisse veut donner plus de visibilité à l'univers de son sport. Pour cela, il défie les plus beaux 6000 m de la planète, une première immortalisée par un film.

Texte NICLAS SEVDACK Photo MATTIAS FREDRIKSSON

Depuis que Jérémie Heitz, 32 ans, a cessé de participer aux compétitions de freeski professionnel, il suit sa propre voie. Le protagoniste de *La Liste* établit sa liste très personnelle. Avec son ami Sam Anthamatten, il s'était mis en tête de conquérir les 6000 mètres les plus beaux au monde, skis sur le dos, avant de rider leurs pentes presque verticales. De l'Artesonjaru, au Pérou (6025 m), au Laila Peak, au Pakistan (6096m), ce furent huit sommets au total. Aujourd'hui, *La Liste - Everything or Nothing* est présenté en avant-première : un documentaire spectaculaire sur la volonté, le savoir-faire et la réussite du travail d'équipe.

**THE RED BULLETIN :** Il y a cinq ans, vous avez décidé d'abandonner les compétitions pro en freeride pour vous consacrer à vos films. Pourquoi ?

**JÉRÉMIE HEITZ :** C'était mon objectif depuis le début : me faire un nom dans le milieu afin de réaliser mes propres projets avec mon ami Sam Anthamatten et mes sponsors. *La Liste* me motive d'autant plus que je sélectionne moi-même les sommets les plus beaux, les plus raides et les plus difficiles du globe, afin de les gravir et de faire connaître notre style de freeski au monde entier.

**Comment ce choix s'est-il fait ?**  
Ce n'est pas comme si nous étions les seuls à connaître ces montagnes. Nous avons tout simplement sélectionné les plus beaux sommets à l'aide de Google Earth, de livres et de films. Nous ne sommes pas les découvreurs de ces montagnes ni les premiers à y avoir skié. Mais nous sommes les premiers à les avoir incluses dans une tournée mondiale.

**Quelle place occupe votre amitié avec Sam dans ce projet ?**  
Notre pratique du freeski est une affaire d'équipe. Nous évoluons sur la montagne tous ensemble. Sam est mon alter ego idéal. Nous nous attaquons à des défis extrêmement difficiles, et ce n'est qu'ensemble que nous pouvons les relever.

**Vous vous êtes imposé des expéditions de plusieurs jours, en escaladant les sommets équipés de piolets et de crampons. Pourquoi ne pas avoir eu recours à un hélicoptère ?**  
Skier sur les montagnes extrêmement exigeantes qui figurent dans *La Liste* exige une parfaite connaissance du terrain au préalable. Vue d'un hélicoptère, la neige peut paraître bonne alors qu'en réalité, elle n'a que quelques centimètres d'épaisseur et recouvre des pierres ou de la glace. L'ascension à pied permet de repérer l'itinéraire de la descente. Ainsi, au contact de la montagne, nous pouvons identifier les moindres aspérités ou les zones dangereuses. Ce type de terrain ne tolère pas l'erreur, car celle-ci pourrait s'avérer fatale.

Faites-vous allusion à l'accident survenu lors d'une étape de *La Liste* au Pérou, sur le sommet Artesonjaru, au cours de laquelle l'un de vos amis s'est gravement blessé ? Vous avez interrompu l'expédition pour l'emmener à l'hôpital juste à temps.  
J'ai failli tout arrêter sur le moment. Durant les mois qui ont suivi, je pensais ne plus jamais rechausser de skis. J'adore ce que je fais, mais pas au point d'y laisser la vie. Nous avons beaucoup échangé avec notre ami blessé. C'est seulement à sa demande que nous avons finalement décidé de poursuivre le projet.

**Les blessures sont-elles le prix à payer pour repousser les limites ?**  
Dans notre cas, c'est différent. Sam et moi avons en commun d'être animés par une curiosité sans bornes, qui s'appuie sur des années d'expérience et un sens aigu du risque. Les limites que nous franchissons ne sont pas les nôtres, mais celles que d'autres jugent infranchissables.

**Jusqu'où ira cette curiosité qui anime vos performances ? Y aura-t-il d'autres sommets après *La Liste* ?**  
Ma vie entière ne suffirait pas pour skier sur tous les sommets du Pakistan. Ils sont si nombreux que la plupart n'ont pas de nom. Et je ne parle même pas de la chaîne de l'Himalaya et des pics de plus de 8000 mètres à travers le monde. Du moins pas pour le moment.

**QR code** Pour connaître les diffusions en salles du film et les plateformes l'accueillant, scannez le QR code ci-contre ou rendez-vous sur le site officiel : [laliste-everythingornothing.com](https://www.laliste-everythingornothing.com)



Pour connaître les diffusions en salles du film et les plateformes l'accueillant, scannez le QR code ci-contre ou rendez-vous sur le site officiel : [laliste-everythingornothing.com](https://www.laliste-everythingornothing.com)



# LA CROIX: RENVOI SUR LA PLAYLIST DU JOURNAL

Renvoi directement sur la plateforme de streaming

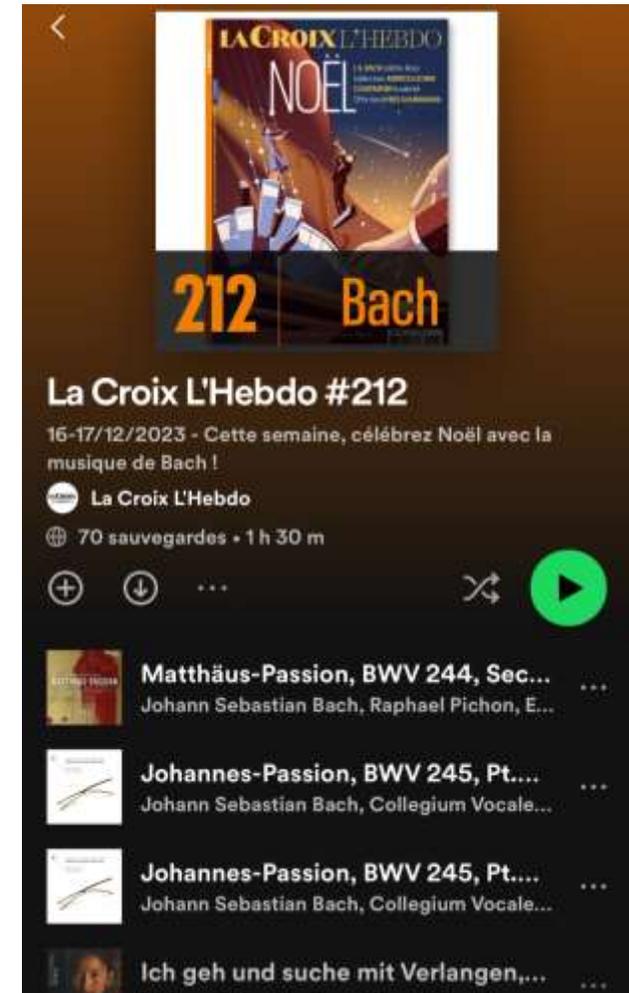
## *Bach* Un génie au service de Jésus

De sa naissance, le 21 mars 1685 à Eisenach, à son décès, le 28 juillet 1750 à Leipzig, le compositeur allemand fut imprégné de la foi luthérienne. Son œuvre en témoigne à travers grandes formes et partitions plus intimistes.

Texte : Emmanuelle Giuliani  
Illustration : Alois Marignane



Vous voulez écouter les morceaux évoqués dans ce dossier ? Retrouvez la playlist de La Croix L'Hebdo sur Spotify et Deezer.



# GALA: REJOINDRE LE COMPTE INSTAGRAM DU MAGAZINE

Renvoi directement sur Instagram

## SOMMAIRE EDITO

N° 1596 / 11 JANVIER 2024



### TROIS FEMMES D'HONNEUR

Margrethe II de Danemark, Audrey Tautou, Caroline Vigneaux... Qu'y a-t-il de commun entre ces femmes ? Être une reine, une comédienne et une humoriste ? Toutes trois sont arrivées à un moment clé de leur existence où elles ne veulent plus faire de compromis. Ne plus avoir de regrets. Ne plus s'oublier. Alors, elles ont appris à dire non. Vous savez, ces trois petites lettres qui, une fois prononcées, nous libèrent des injonctions que nous dicte la société, du contradictoire aussi. La reine Margrethe II a décidé d'abandonner après cinquante-deux ans de règne pour se consacrer à ses passions, l'écriture, le théâtre, la couture... Elle qui a longtemps prétendu rester à la tête de la monarchie danoise jusqu'à son dernier souffle a surpris ses sujets en changeant d'avis. Tautou ainsi le dos à sa destinée royale, on la devine soulagée. Serénité. L'actrice Audrey Tautou, elle, en devenant maman, s'est désignée volontairement de la lumière brillante des tapis rouges. L'essentiel est ailleurs, elle l'a compris, rassurée. Quant à Caroline Vigneaux, qui a goûté sa robe d'associée pour devenir humoriste, elle produit saisi n'aurait son propre spectacle pour se sentir libre de faire ce qu'elle veut, de dire ce qu'elle souhaite. Sans contraintes. Et finalement, à observer ces trois destinées, on se demande si être totalement soi-même, parfaitement aligné avec ses sentiments, ses idées et ses valeurs, n'est-ce pas de nos jours, une merveille forme de courage ?



Katia Albert  
Illustration de Katia Albert

### ACTUALITÉS

- 12 **ANOUCHKA DELON ET SES FRÈRES**  
À l'origine de leur haine
- ARI BOULOGNE PAFGEN :**  
L'airant sac-à-pain
- 20 **ON EN PARLE**  
Culture, people, gotha, mode, chuchotements...  
Au cœur des conversations cette semaine
- 26 **THOMAS COVILLE**  
"Me laisser partir, c'est le summum de l'amour"
- 30 **FREDERIK ET MARY DE DANEMARK**  
Le couple royal au cœur des rumeurs
- 34 **LÉA FRANÇOIS**  
"Mes filles, plus belle la vie... Je veux tout concilier"
- 38 **AUDREY TAUTOU**  
Star malgré elle ?
- 42 **CAROLINE VIGNEAUX**  
Ses vérités
- 44 **JACOB ELORDI**  
Le nouveau sex-symbol de Hollywood
- 48 **CHÂTEAU DE RAMBOUILLET**  
Le trésor caché de la République

### MODE

- 54 **MARIÉE EFFRONTÉE**  
Des looks entre tradition et modernité pour des noces rock
- 62 **MODE STORY**  
Quand les créatrices se tendent la main  
Pasquale Bruni, made in Italy

### BEAUTÉ

- 66 **LES MAINS DE LA MARIÉE**  
Pour être parfaite le jour J...

### ART DE VIVRE

- 74 **VOYAGE**  
Lune de miel | cuisine | parenthèse
- 78 **FOOD STORY**  
Maxime, la renaissance du mythe  
L'alcool, c'est pas cool

### RENDEZ-VOUS

- 6 **DANS LE MIROIR DE...**  
Yves par Niko Alajates
- 84 **CAHIER JEUX**
- 89 **LES NUITS DE GALA**
- 90 **HOROSCOPE**



0 100 100 100  
0 100 100 100  
0 100 100 100

# 1

## QR code presse - Editorial

Presse pratique (bricolage,  
cuisine, juridique, city-guide)

**Presse culturelle (cityguide)**

**Presse quotidienne**

# LA VOIX DU NORD: ACCÉDER À LA VERSION DIGITALE DU MAGAZINE

<https://www.lavoixdunord.fr/region/lille-et-ses-environs>

LA VOIX DU NORD DIMANCHE 14 JANVIER 2024

Lille 17



## Bonjour

### C'EST QUOI LE PIRE ?

Le pire est une notion relative. Par exemple, en ce moment, c'est aussi le pire ? Faire des tours de grande roue quand le thermomètre, comme c'est arrivé plusieurs fois cette semaine, est largement descendu en dessous de 0°C (même les moins sensibles au froid ne s'y sont pas essayés) ? Manger une banane avec la peau (c'est vraiment pas bon et ça a aussi considérablement son empreinte carbone) ? Prendre le départ du marathon des vœux de

Lille et se rater au cours des célébrations dans les dix quartiers de la ville (il vaut mieux être bien entraîné) ? Se faire tatouer une tête de tigre sur la poitrine un soir où la bruyante était un peu plus folle que les autres (et une pièce ambulante est été) ? Noyer la moitié de son plan épargne logement sur une entrée du PSG en Ligue des Champions et l'autre sur celle de la suite à Lille en 2026 (après les bookmakers les Parisiens ont eu une petite avance sur les gens de droite) ? **ENL.**



Découvrez toute l'actualité de Lille et des alentours sur notre site ou sur notre application.

Contactez la rédaction : [lille@lavoixdunord.fr](mailto:lille@lavoixdunord.fr)

## Depuis Lille, le tour de France des animaux de la ferme Marcel-Dhénin

Le 31 décembre, la ferme Marcel-Dhénin a fermé ses portes jusqu'à fin février. L'association Animavia et son cheptel sont partis. De nouvelles activistes et d'autres animaux sont attendus. Que sont devenus les autres pensionnaires, installés là depuis parfois des décennies ?

PAR LAURENNE BÉLÉZ  
lavoixdunord.com

**LILLE.** Dans les parages de la ferme Marcel-Dhénin, entre Dives et Arras, les animaux se sentent peut-être un peu seuls. Un très gros cochon, un veau et une brebis, observés en silence pendant quelques jours, se trouvent dans la région de l'épave de la ferme Marcel-Dhénin, explique Patrick Tiquart, le président de l'association. Ils ont été envoyés dans un parc de soins. « Un magnifique moment



Les animaux ont quitté, au vent très vite, les fermes, Lille, mais leur ont été réservés parcs de soins où leur comportement, leurs besoins etc.

« Les animaux n'ont presque jamais voyagé. On avait un peu peur. »

dans les fermes « biotopiques », se rappelle Caroline Dhénin, un temps associative à la ferme. L'association doit à ses vœux d'être en contact. « Ils ont des besoins de soins pour leur santé », assure Patrick Tiquart. Le président « les met de leur côté ». Depuis le 31 décembre, Animavia est le plus responsable de la ferme Marcel-Dhénin. Cette dernière a fermé pour quelques semaines. La société française sera ensuite chargée de sa gestion et des animations. Depuis plus de quarante ans, le site de la ferme Marcel-Dhénin était associé à la famille de son fondateur, elle-même très liée à Arras, Caroline Dhénin, présidente de l'association. Vivants, les depuis des décennies. « L'été 2023, 28 ans, ont arrêté à l'âge de six mois, explique Caroline Dhénin, petite-fille de Marcel. Sur deux ou trois générations, les enfants se retrouvent à la ferme jusqu'à leur décès. Ils ne devaient pas être

seuls », précise Patrick Tiquart. L'un est vraiment âgé. Un descendant avec le plus jeune. Un nouveau venu arrive. « On sentait des émotions ». Et il était, malgré le respect de l'association. Ce ne peut être fini. Concernant l'ensemble du cheptel, Animavia s'occupe de tout. Les animaux sont envoyés dans un parc de soins par Patrick Tiquart. On avait un peu peur. « Ils ont à connaître les vétérinaires de la ferme. « Il n'y a pas eu de soucis de déplacement », se rappelle Lille, les deux autres espèces. »



« Juste et les sont en Normandie dans de magnifiques fermes et maintenant, grâce à eux, se retrouvent Caroline Dhénin, avec sa vie »

« VIVANTS PRÉLÈVES » Pour ce qui est des cochons, « juste et les sont en Normandie, dans de magnifiques et merveilleuses fermes », assure Caroline Dhénin. Un troisième homme a trouvé refuge dans l'une des structures nouvelles grâce par Animavia. Dhénin, tout le monde a une nouvelle adresse. Y compris, évidemment, pigons et lapins. ■



Découvrez toute l'actualité de Lille et des alentours sur notre site ou sur notre application.

Contactez la rédaction : [lille@lavoixdunord.fr](mailto:lille@lavoixdunord.fr)

Bienvenue sur votre site d'actualité régionale

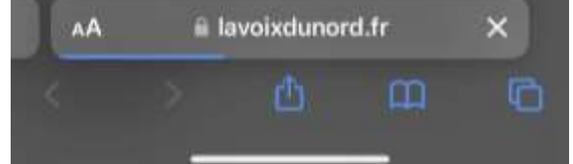
Accueil > Actualités > Grandes villes de France > Lille

Chez vous à Lille

Lille Lambersart Saint-André-lez-Lille L



## Lille : avant le théâtre et le cinéma, Cyril Lecomte était





# LA VOIX DU NORD: RENVOI VERS L'ENSEMBLE DES ARTICLES VOYAGE

<https://www.lavoixdunord.fr/le-mag/beaux-voyages>

Supplément au journal de 10 minutes le 24 janvier 2024. Ne peut être vendu séparément. Directeur et sa publication: David Proulx - Impression: 21 Les Publications de la Voix du Nord - 59720 Roubaix Cedex 09

**LA VOIX DU NORD** **évasion**  
Des bons plans, des expériences et des idées à partager autour du voyage

Zone Métropole  
Retrouvez toutes nos idées de balade et de voyage en flashant ce QR Code.



**Nord éclair** **Nord Littoral**

## CHICAGO

Coups de cœur à gogo  
PAGES 4 ET 5



À Peuplingues, « La Belle-Vue », le site qui porte bien son nom  
PAGE 2

Les cinq événements qui vous feront bouger, en 2024, dans le Nord et le Pas-de-Calais  
PAGE 3

Les annonces tourisme  
PAGES 6 et 7  
L'agenda des sorties  
PAGE 8

**Salon du Tourisme**  
24-28 JAN. 2024  
LE GRAND PAVILLON TOURISME LILLE  
Un océan de possibilités

**2 ENTRÉES GRATUITES\***  
\* À présenter au badge de l'élève du tourisme lors de la visite. APVDD

Vous pouvez également vous présenter à l'accueil du salon munis de ce coupon pour obtenir votre entrée.

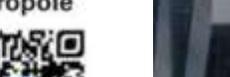
\* Des réservations sont nécessaires pour bénéficier de ce forfait. Pour plus d'informations, contactez le service client du salon du tourisme au 03 20 39 00 00. \* Pour plus d'informations, contactez le service client du salon du tourisme au 03 20 39 00 00. \* Pour plus d'informations, contactez le service client du salon du tourisme au 03 20 39 00 00.

salon-du-tourisme.com  
Téléphone 03 20 39 00 00



Zone Métropole

Retrouvez toutes nos idées de balade et de voyage en flashant ce QR Code.



**Nord éclair** **Nord Littoral**

LA VOIX DU NORD

Se connecter

LE MAG

## Destination Chicago : la bouffée d'air grandiose et moderne

BEAUX VOYAGES VOYAGE



Publicité

Stages d'anglais en immersion

AA lavoixdunord.fr



LE MAG

BEAUX VOYAGES



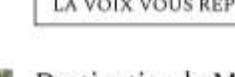
## Destination l'Indonésie : Bali, l'île pour les dieux, la nature et les hommes

BEAUX VOYAGES



Les trains de nuit Paris-Berlin sont de retour, mais pourquoi coûtent-ils trois fois plus chers que l'avion ?

LA VOIX VOUS RÉPOND



## Destination la Martinique : une forêt d'exception sur les pentes du volcan

BEAUX VOYAGES

lavoixdunord.fr

# LA VOIX DU NORD: ACCÈS À UNE VIDÉO LIÉE À L'ARTICLE

<https://www.lavoixdunord.fr/videos/a-la-une/yannick-jadot-face-aux-lecteurs-comment-vous-financez-votre-programme-et-que-proposez-vous-sur-les-questions-de-fraude-fiscale-et-sociale?param01=q3u3ppr&param02=01499695&param03=1>

**CE QU'ILS ONT PENSÉ DE LA RENCONTRE**

**DAMIAN, 31 ANS, FONCTIONNAIRE**  
**VALÉRIENNES**  
 « On a beaucoup parlé d'éthologie, forcément. Un peu trop à mon goût. Ça avait aussi eu du côté de l'éthologie, comme la culture, le sport, dont on parle peu dans le campagne. En tout cas, Yannick Jadot était ouvert et a répondu à nos questions... »

**BRASSE, 22 ANS, TÉLÉCONSEILLER**  
**LALLAING**  
 « Ça faisait Yannick Jadot très accessible. Ça avait répondu à nos questions, ça avait été un peu plus concret, direct. Il a su nous rassurer surtout du côté, mais je lui trouve crédible comme candidat... »

**THOMAS, 21 ANS, ÉTUDIANT**  
**MARCOËTTE-BARBEUIL**  
 « Ça faisait Yannick Jadot tel que je le vois par ailleurs dans les médias. Un peu trop écolo, il reste dans les grands principes, mais pas assez concret. C'est bien qu'il face la rencontre elle-même sur le terrain, mais après, il manque trop. Je suis un peu resté sur ma faim... »

**PHÉLIPPE, 60 ANS, RETRAITÉ**  
**SACRETTI-ANDRÉ**  
 « Le fait qu'il ne soit pas en interview avec des journalistes lui a permis de développer ses idées. Avec nous, il n'est pas venu dans un meeting, le faire écouter, dans ses conditions. Mais évidemment à son regard sont variées... »

**GAUTHIER, 30 ANS, CONSEILLER AÉRIEN**  
**LELLIE**  
 « Globalement, je lui trouve trop long dans ses réponses. Il est clair, ses réponses sont pertinentes, mais il veut aller à l'essentiel. Il a des pages de texte et ça gêne à la présidentielle. Il ne faut pas qu'il essaie de nous impressionner... »

**GÉNÈRIE, 70 ANS, RETRAITÉE**  
**DOMINGUEZ**  
 « Yannick Jadot a été un candidat à l'écouter, et ça répondait à nos questions en premier le temps qu'il faut. Je lui trouve intéressant. Il était là pour une élection présidentielle. Son positionnement sur le fondage n'a rien de... »

**PRÉSILIA, 47 ANS, CHARGÉE DE COMMUNICATION**  
**SACRETTI-ANDRÉ**  
 « Je le trouvais déjà et partage ses idées. Il avait déjà une vision au départ. Il a su démontrer que l'écolo n'est pas un projet de société, global, qui touche à tous les domaines, et ça faisait confiance, ce qui est important dans nos choix... »

**DES 16 PAGES ALLÉES**  
**LECTURES À PROPOSER LA PRÉSIDENTIELLE**  
 Dans le cadre de la campagne de l'élection présidentielle et de la sortie des débats de la loi RSE, les pages parlementaires et pages parlementaires, la loi de l'école à l'école et la loi de l'école à l'école... »



**ON VOUS EN DIT PLUS**

**PRENDRE SOIN DE NOS AÎNÉS**  
 LES RECETTES DU BIEN VIEILLIR

ANIMÉ PAR JEAN-MICHEL LOBBRY  
**Ce mercredi à 23H**  
 TNT 30 - BOX - WEO.FR

**SUR LAVOIXDUNORD.FR**  
 Retrouvez notre vidéo en flashant ce QR-Code



**LA VOIX DU NORD** S'abonner

Introduction À ne pas manquer

Pas encore inscrit(e) ? S'inscrire

Accueil

0:42 / 10:48

**Yannick Jadot face aux lecteurs : comment vous financez votre programme? Et que proposez-vous sur les questions de fraude fiscale et sociale ?**

lavoixdunord.fr

# L'UNION: LIEN VERS LA BIBLIOTHÈQUE DES INTERVIEWS

<https://abonne.lunion.fr/videos/invite-du-jour>



Des abonnés ont été appelés par la société pour aller travailler à l'usine Ferrero d'Orléans, malgré dans des cas de contamination à la salmonelle.

## ARDENNES

### Les salariés de Ferrero qui travaillent en Belgique embarrassés

**C**haque jour, un bus blanc et bleu fait halte à Carignan, près de Sedan, sur le parking du collège Jeanne-Mabius. Tous les matins, près d'une vingtaine de salariés y sont stationnés. Le bus semble venir chercher les salariés yvertois de l'usine Ferrero d'Orléans pour les transporter sur leur lieu de travail. Le mercredi 6 avril à midi, ils n'étaient que quelques-uns à attendre l'arrivée de cette navette qui circule en toute discrétion dans plusieurs villages de la région pour aller cher-



**BRIVE**  
**Un artiste brivonnais passe un week-end en lauge algérienne**  
 C'est en repartant un week-end de neige à l'aéroport de Châteauneuf, près de Brive-la-Gaillarde, que l'artiste découvre le week-end qui avait été prévu sur la neige algérienne qui surpasse ses autres depuis 2017. Dans la « haute montagne », ses impressions sont devenues à mesure que les deux jours ont passé, mais les difficultés de la construction et du placement d'un ancrage pendant un week-end ont été constatées, et le dimanche, il n'a pas pu aller plus loin.

## L'invitée du jour sur L'union.tv

**Marie Drucker**



Le festival de la musique à Brive-la-Gaillarde a été organisé par l'association « Marie Drucker ». Marie Drucker est une chanteuse et compositrice française. Elle a écrit et interprété plusieurs chansons, dont « L'été de la mer » et « L'été de la mer ». Elle a également écrit et interprété plusieurs albums, dont « L'été de la mer » et « L'été de la mer ».



soir. Interview à retrouver à partir de 18 heures dans le Rendez-vous de l'Info ou en replay avec ce QR code.

## ARDENNES

### Le cuisinier vedette Gratien Leroy de retour sur M6

Il était fait d'un chef de cuisine, après le succès avec le restaurant qui lui a permis de devenir le cuisinier vedette de la région. Gratien Leroy, le cuisinier vedette de la région, est de retour sur le devant de la scène télévisuelle en France sur Top Chef. Il y a déjà plusieurs mois qu'il est à Paris, dans les studios de M6, afin de tourner un duel dans l'émission « Le chef des chefs », d'habitude en deuxième partie de soirée, à la suite de l'émission la plus populaire de la chaîne. Dans ce concept présenté par François Berléand, les candidats qui ont marqué Top Chef s'affrontent en tête-à-tête autour de thèmes définis par le plus célèbre critique culinaire français. Dans l'épisode diffusé le mercredi 6 mai, Gratien Leroy sera en concurrence avec Jean-François Piège, le maître-chef de la cuisine française, en 2017. Les thèmes de la soirée : l'usage et la cuisine de la viande. « C'est une émission où les gens qui en ont fait leur métier vont me proposer », annonce Gratien Leroy.



## BELGIQUE

### Les écologistes opposés à de nouveaux réacteurs nucléaires

Dans un courrier récemment adressé à Emmanuel Macron, plusieurs élus belges, parmi lesquels le président d'Action Ecologiste de la Région wallonne, ont appelé à l'arrêt de la construction de nouveaux réacteurs nucléaires. Les écologistes de la province de Namur et des élus de l'Union Ecologiste - Les Verts de la région Wallonie-Est ont également appelé à l'arrêt de la construction de nouveaux réacteurs nucléaires. Ils ont également appelé à l'arrêt de la construction de nouveaux réacteurs nucléaires. Ils ont également appelé à l'arrêt de la construction de nouveaux réacteurs nucléaires.

## CHÂLONS-EN-CHAMPAGNE

### Kungs et Bakermat en concert ce soir place de la République

Ce jeudi 7 avril, la ville de Châlons-en-Champagne et Parc Radio accueillent leur partenariat pour offrir une soirée musicale inédite. Au programme, le célèbre DJ français Kungs, connu du grand public grâce à son single « Savage Love (Laxed - Silenced DJ) », et le groupe Bakermat. Les deux artistes ont une longue histoire musicale. Ils ont collaboré sur plusieurs projets, dont le single « Savage Love (Laxed - Silenced DJ) ». Ils ont également collaboré sur plusieurs projets, dont le single « Savage Love (Laxed - Silenced DJ) ».

Le festival de la musique à Brive-la-Gaillarde a été organisé par l'association « Marie Drucker ». Marie Drucker est une chanteuse et compositrice française. Elle a écrit et interprété plusieurs chansons, dont « L'été de la mer » et « L'été de la mer ». Elle a également écrit et interprété plusieurs albums, dont « L'été de la mer » et « L'été de la mer ».

S'abonner

**L'union**

À la une Ma commune France-Monde Nos

Pas encore inscrit(e) ? [Je m'inscris](#)

**Agriculture, énergie, santé, François Baroin fait le point**

03-09-2022 14:13:35

**Une résidence au nom de Julien Lepers à Troyes**

03-06-2022 17:28:33

**Il a parcouru un million de km avec sa Peugeot 307**

02-06-2022 15:39:22

Ma commune Fil info Nos vidéos Le journal

lunion.fr

# L'UNION: LIEN VERS LA BIBLIOTHÈQUE DES VIDÉOS «MOI PRÉSIDENT»

<https://abonne.lunion.fr/videos/moi-president>



## Le pouvoir d'achat écrase tout

**«MOI PRÉSIDENT»** Depuis fin janvier, nos journalistes vont à votre rencontre pour savoir quelle décision le président de la République élu le 24 avril devrait prendre en premier. De toute évidence, votre priorité absolue reste liée au pouvoir d'achat.

**ANNAÏZ COHEN**

Si vous êtes élu président de la République le 24 avril, quelle sera votre première décision ? C'est la question que nous avons posée, en plusieurs semaines, à une centaine de personnes choisies dans la rue. Une question simple, ouverte, qui a le mérite de mettre en lumière les préoccupations profondes des habitants de la Marche, des Hautes-Alpes et de l'Isère de manière plus directe que lorsqu'ils se trouvent en réunion, en conseil municipal ou lors d'une réunion de quartier.

**«Moi Président, j'augmenterais les salaires pour qu'ils ne soient pas inférieurs à 2 000 euros»**  
Thomas, enseignant à Brest

Patrick, un habitant de Charleville-Mézières, pense aux jeunes et à leurs parents : « Moi Président, j'augmenterai les salaires des jeunes pour qu'ils ne soient pas inférieurs à 2 000 euros, ce qui leur permettrait de mieux commencer dans la vie et qui rassurerait quand ils trouvent un emploi. Cela permettrait de mieux intégrer les services. Les jeunes ont besoin d'être guidés, de trouver leur chemin, de se sentir soutenus, pour leur donner envie de travailler. »

**LES BESOINS**

Plus simplement, les questions de la vie quotidienne occupent le cœur de nos préoccupations. Elles sont liées à nos besoins les plus immédiats : le logement, la santé, la sécurité, l'éducation, la formation, le transport, les services publics, etc. C'est pourquoi nous avons choisi de poser des questions qui touchent à ces domaines.

**ET LE NOUVEAU ?**

Malgré le pouvoir d'achat et le chômage, les Français ont des attentes élevées. Ils veulent un président qui soit à leur écoute, qui leur propose des solutions concrètes et qui leur donne l'impression de les écouter. Ils veulent un président qui soit à leur écoute, qui leur propose des solutions concrètes et qui leur donne l'impression de les écouter.

Scannez ce QR code pour retrouver en vidéo tous les participants à l'opération « Moi Président »

Pas encore inscrit(e) ? [Je m'inscris](#)

Accueil > Vidéos > Moi, président

## Moi, président

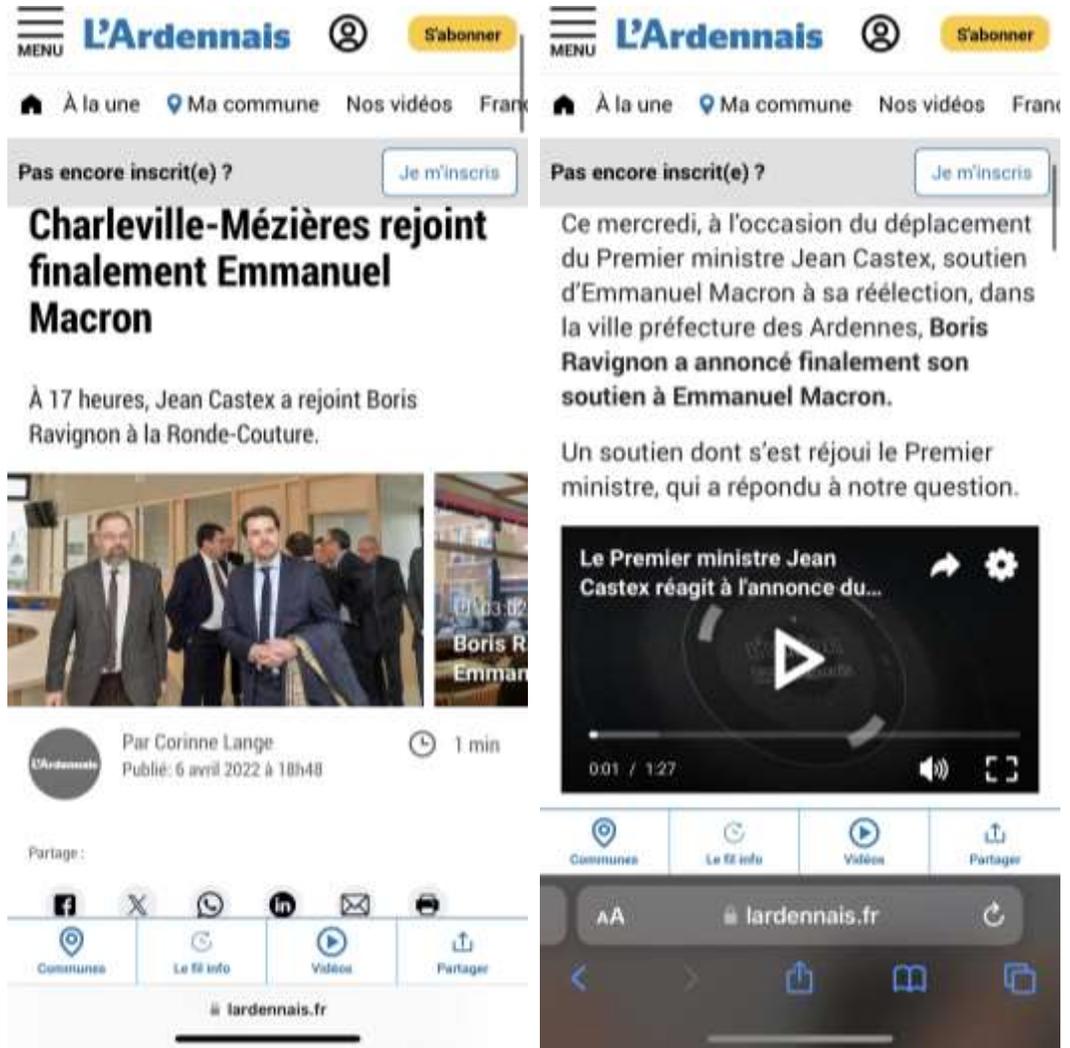
**Moi Président 8**  
01-04-2022 18:08:15

**Moi Président 7**  
25-03-2022 19:24:35



# L'ARDENNAIS: ACCÈS À UNE INTERVIEW EN VIDÉO LIÉE À L'ARTICLE

<https://www.lardennais.fr/id358829/article/2022-04-06/presidentielle-soutien-de-valerie-pecresse-boris-ravignon-le-maire-de>





# LE TÉLÉGRAMME: RENVOI VERS LA BIBLIOTHÈQUE DES ENQUÊTES

<https://www.letelegramme.fr/enquetes-de-la-redaction/>



## Dernières heures de vie pour la poste de Saint-Martin

Annunciée depuis octobre, la fermeture du bureau de poste de Saint-Martin, à Brest, est imminente. Ses images défilent une dernière fois sur nos écrans. « Fort regrettable ».



« Dernière heure de vie pour le bureau de poste de Saint-Martin, à Brest, est imminente. Ses images défilent une dernière fois sur nos écrans. « Fort regrettable ».

**Paul Baker**  
« Dans le mois d'octobre, la direction de France Distribution le bureau de poste de Saint-Martin avait déjà annoncé sa fermeture. Un an et demi après, le bureau n'est toujours pas fermé. Les images défilent une dernière fois sur nos écrans. « Fort regrettable ».

« C'est une sorte de petit commerce de quartier. On finit même par connaître les gens derrière le comptoir ».

« C'est une sorte de petit commerce de quartier. On finit même par connaître les gens derrière le comptoir ».

### Cent manifestants demandant la fin des massacres à Gaza

« Cent manifestants ont participé à une manifestation à Paris pour demander la fin des massacres à Gaza et un cessez-le-feu immédiat. Les manifestants ont brandi des drapeaux israéliens et palestiniens et ont scandé des slogans. La manifestation a été organisée par le collectif 'Gaza 2025'.



### Dons de sang à la faculté de lettres Victor-Segalen vendredi 19 janvier

« Des dons de sang ont été effectués à la faculté de lettres Victor-Segalen de Brest vendredi 19 janvier. Les étudiants ont pu donner leur sang gratuitement. L'événement a été organisé par le service de santé de la faculté.



Retrouvez tous les dossiers de la rédaction

### LOGEMENT, SANTÉ, EMPLOI, POUVOIR D'ACHAT, VIE QUOTIDIENNE

Info Bretagne Actualités, sport et culture

**Le Télégramme**

Contactez nos experts  
L'efficacité solaire à toute épreuve, même en cas de nuages !

EDF ENR

Ouvrir

Accueil - Enquêtes de la rédaction

## Enquêtes de la rédaction

**Saint-Efflam**  
La maison de la discorde

**Ces gymnases qui se défont**

Maison en bois de Murs moisissus

itelegramme.fr

# LE TÉLÉGRAMME: ACCÈS CARTOGRAPHIE DE LA COURSE DE VOILE

<https://www.letelegramme.fr/sports/voile/ultim-challenge/la-cartographie-en-direct-de-larkea-ultim-challenge-brest-6498964.phpb>



Après un départ idéal, l'heure des premiers choix. Les skippers ont fait leurs premiers choix de route et de tactique. Les conditions de mer et de vent sont idéales pour le début de la course. Les skippers ont fait leurs premiers choix de route et de tactique. Les conditions de mer et de vent sont idéales pour le début de la course.



**Suivez la cartographie en direct en flashant ce code**

**Le Télégramme**

BRAYER LES ÉLÉMENTS POUR ALLER TOUJOURS PLUS LOIN

ARKEA  
Fin d'été partenaire de  
ARKEA ULTIM CHALLENGE BREST

Accueil Sports Voile

Arkéa Ultim Challenge - Brest

Direct **Cartographie** Skippers

**La cartographie en direct de l'Arkéa Ultim Challenge - Brest**

Le 04 janvier 2024 à 15h47, modifié le 06 janvier 2024 à 23h09

Six skippers (Charles Caudrelier, Thomas)

S'abonner

letelegramme.fr

**Le Télégramme**

Afficher la cartographie en plein écran

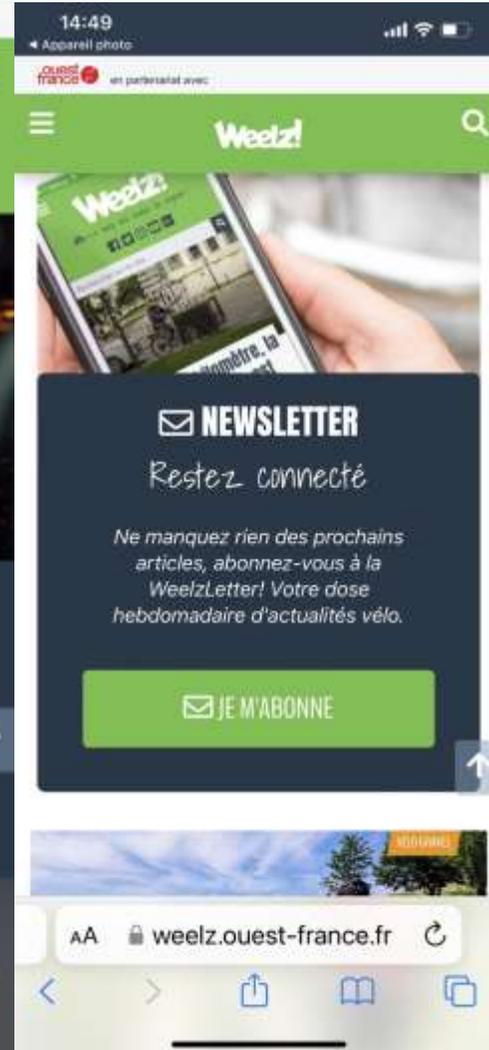
S'abonner

letelegramme.fr



# OUEST FRANCE: VERS UN SITE PARTENAIRE POUR L'ACTUALITÉ VÉLO

<https://qr.io/r/3eOlZa>



## Panoramas de quelques solutions disponibles sur le marché pour rouler en Super Utile Vélo

**LE BERGAMONT E-VOIX RIGID ED**  
Un VTT qui a fait sa mue... Comme un 4x4 qui devient SUV finalement. Très vite, au guidon de ce vélo, vous avez l'impression d'être à bord d'une luxueuse allemande. La position est parfaite, la motorisation coupleuse et silencieuse. L'ensemble des équipements proposés sur ce vélo, justifie son tarif : 3 399 € TTC (hors primes).

**ORIGINE GRAXX**  
Enfin, parce que la mobilité à vélo, n'est pas forcément électrique. Si on se dit qu'un SUV est un véhicule qui peut filer, doucement, à travers chemins, pourquoi ne pas vous tourner vers un vélo comme l'Origine Graxx. Il est également de conception française, un vélo dit de "Drive" équipé d'un guidon courbé, ndlr, il sera aussi à l'aise sur la route pour aller

loin, que dans les chemins, pour s'amuser, changer ou non ! Pour les plus sportifs d'entre vous, il pourrait s'avérer un bon compagnon pour se rendre au travail. À partir de 2 899 € TTC (pas de subvention sur ce vélo. Par contre, il se glisse comme une fleur dans le coffre de votre SUV. Malin !).

\*Pratiquement, parce que oui, faire un Life/Noce avec ce vélo, c'est facile mais c'est long.

**LE TERN GSD S10**  
Un longtail, parfait pour emmener un, deux et pourquoi pas 3 enfants à l'école, puis filer au boulot directement. Si vous n'avez pas autant d'enfants, vous pourrez aisément et confortablement transporter vos dossiers du jour ou encore votre trousse à outils, si votre métier est ébéniste. Tarif public conseillé : 4 699 € (hors primes). À savoir : le fabricant taiwanais, propose son petit frère, tout juste lancé en mars. Un peu plus compact. Le Quick Haul affiche à 2 999 €.



**DOUZE 04**  
Envie d'aller vers un bipoteur ? Le Douze 04 est un vélo de conception française. Ne vous fiez pas aux apparences, la prise en main d'un tel vélo est bluffante de facilité. Évidemment, il vous faudra un petit moment avant de l'avoir "dans l'ail". Sa direction, par câble, vous donnera un rayon de braquage à faire rêver l'automobiliste qui sommeille en vous. Tarif public conseillé : 4 799 € HT. Cher ? Bien moins onéreux qu'un SUV thermique à quatre roues, et pratiquement\* autant de services rendus.



# LA PROVENCE: ACCÈS À LA BIBLIOTHÈQUE DE PODCASTS

<https://www.laprovence.com/podcasts>

**Vaucluse**

**LE THOR**  
Les gendarmes alertent sur une nouvelle arnaque via internet

**Un guetteur verbalisé 25 fois en trois mois à Dr Ayme**

**CAVALON** Pour 100€ par jour, un jeune homme de 23 ans surveillait un point de deal depuis septembre. Il a été condamné à de la prison ferme.

**CAILLON LE MARAIS**  
Accident grave au centre de Mollès, les deux conducteurs d'automobiles, l'un blessé

**Zoom sur... La loi Immigration**

**LES PROMETS**  
Le maire de Dray leur reproche les gendarmes locaux l'absence de coopération

**LA DISCIPLINE**  
"pour les petits de gauche"

**AVIGNON**  
Les policiers au nombre pour l'histoire de l'été

**AVIGNON**  
Le procureur au nombre pour l'histoire de l'été

**UNE PLONGÉE INÉDITE DANS LE TRAFIC DE DROGUE MARSEILLAIS**

Sur 5 saisons, le **podcast** Cartel Nord dévoile les coulisses, les conséquences et l'emprise du trafic de drogue à Marseille.

**CHAQUE MERCREDI**

Un podcast à retrouver sur [laprovence.com](https://www.laprovence.com) et sur les plateformes.

**CARTEL NORD**

**UNE PLONGÉE INÉDITE DANS LE TRAFIC DE DROGUE MARSEILLAIS**

Sur 5 saisons, le **podcast** Cartel Nord dévoile les coulisses, les conséquences et l'emprise du trafic de drogue à Marseille.

**CHAQUE MERCREDI**

Un podcast à retrouver sur [laprovence.com](https://www.laprovence.com) et sur les plateformes.

**LaProvence** S'abonner

À LA UNE EN DIRECT RÉGION FAITS DIVERS

**Podcasts**

PODCAST. "Une logique de narcoterrorisme" : découvrez l'épisode bonus de la première saison de "Cartel Nord"

**CARTEL NORD**

LaProvence

"Cartel Nord", un podcast La Provence. S1EBonus : À MARSEILLE, UN PROCUREUR FACE À LA GUERRE DES STUP'. Dans cet épisode bonus, le procureur de la République de Marseille, Nicolas Bessone, décrypte à froid les nouveaux ressorts et les nouvelles méthodes du conflit de la Paternelle.

FAITS DIVERS - JUSTICE MARSEILLE

laprovence.com

**LaProvence** S'abonner

FAITS DIVERS - JUSTICE MARSEILLE

**Télécharger**

PODCAST. DZ Mafia contre Yoda, un conflit pour le contrôle du trafic de stup... le 6e épisode de "Cartel Nord"

MARSEILLE

PODCAST. 5e épisode de "Cartel Nord" : portrait de Matteo, le tueur Snapchat

MARSEILLE

**En continu**

9:52 Le sénateur marseillais Stéphane Ravier (Reconquête) jugé en avril pour avoir fait embaucher son fils à la mairie

9:48 "C'était une méchante expérience" : le

laprovence.com

# LA PROVENCE: ACCÈS À LA BIBLIOTHÈQUE DE PODCASTS

<https://www.laprovence.com/podcasts>

## Marseille 4

# Fin du pass vaccinal : entre

Si le pass vaccinal n'est plus obligatoire dans les restos et lieux culturels, les professionnels restent sur le qui-vive

**P**lus de deux semaines de débats, de réunions et de sondages ont permis de définir un cadre réglementaire pour le pass vaccinal. Mais les professionnels restent sur le qui-vive. Ils attendent de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels. Ils attendent aussi de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels. Ils attendent aussi de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels.



**"Le chiffre est en baisse de 30% en moyenne."**

Après une semaine de débats, le pass vaccinal n'est plus obligatoire dans les restos et lieux culturels. Les professionnels restent sur le qui-vive. Ils attendent de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels. Ils attendent aussi de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels.

### DU CÔTÉ DES BOÎTES DE NUIT

"On a constamment une épée de Damoclès au-dessus de la tête"



Une soirée au club de nuit de Marseille. On a constamment une épée de Damoclès au-dessus de la tête.

On a constamment une épée de Damoclès au-dessus de la tête. Les professionnels restent sur le qui-vive. Ils attendent de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels. Ils attendent aussi de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels.

Les professionnels restent sur le qui-vive. Ils attendent de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels. Ils attendent aussi de voir si le pass sera réellement obligatoire dans les restos et lieux culturels.

**POLITIQUE, SPORT, ÉCONOMIE, FAITS DIVERS, JUSTICE, CULTURE...**

Les journalistes de **La Provence** décryptent l'actualité de la semaine

Bande passante, un podcast de La Provence

A retrouver sur [laprovence.com](https://www.laprovence.com) ainsi que sur les plateformes habituelles

**BANDE PASSANTE**

**POLITIQUE, SPORT, ÉCONOMIE, FAITS DIVERS, JUSTICE, CULTURE...**

Les journalistes de **La Provence** décryptent l'actualité de la semaine

A retrouver sur [laprovence.com](https://www.laprovence.com) ainsi que sur les plateformes habituelles

**LaProvence** S'abonner

À LA UNE EN DIRECT RÉGION FAITS DIVERS

### Podcasts

PODCAST. "Une logique de narcoterrorisme" : découvrez l'épisode bonus de la première saison de "Cartel Nord"



"Cartel Nord", un podcast La Provence. S1E Bonus : À MARSEILLE, UN PROCUREUR FACE À LA GUERRE DES STUP'. Dans cet épisode bonus, le procureur de la République de Marseille, Nicolas Bessone, décrypte à froid les nouveaux ressorts et les nouvelles méthodes du conflit de la Paternelle.

FAITS DIVERS - JUSTICE MARSEILLE

laprovence.com

**LaProvence** S'abonner

FAITS DIVERS - JUSTICE MARSEILLE

Télécharger

PODCAST. DZ Mafia contre Yoda, un conflit pour le contrôle du trafic de stup... le 6e épisode de "Cartel Nord" MARSEILLE



PODCAST. 5e épisode de "Cartel Nord" : portrait de Matteo, le tueur Snapchat MARSEILLE



### En continu

- 9:52 Le sénateur marseillais Stéphane Ravier (Reconquête) jugé en avril pour avoir fait embaucher son fils à la mairie
- 9:48 "C'était une méchante expérience" : le

# LA PROVENCE: PUBLICATION/CONSULTATION D'ANNONCES LÉGALES

<http://www.laprovence-legales.com>

**Annances légales**

VENTES AUX ENCHERES    APPEL D'OFFRES

## LA PROVENCE PUBLIE VOS ANNONCES LÉGALES et JUDICIAIRES



Sur le journal

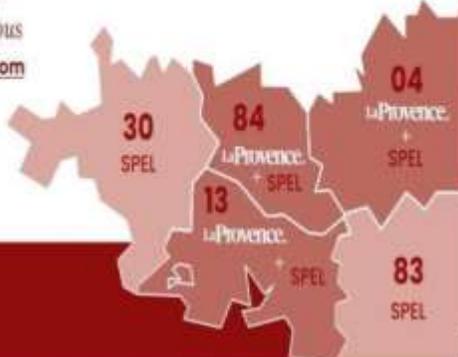


Sur le web

**UNE SOLUTION RAPIDE ET EFFICACE**

- ✓ Saisie en ligne
- ✓ Attestation de parution immédiate
- ✓ Diffusion certifiée et sécurisée
- ✓ Facturation immédiate

Flashez pour accéder au service ou rendez-vous sur [laprovence-legales.com](http://laprovence-legales.com)

**La Provence**  
Sur demande et devis dans le reste de la France avec nos partenaires habilités.

**La Provence** LEGALES

Le site d'annonces légales de

**PUBLIEZ**  
VOTRE ANNONCE LÉGALE

Ne laissez pas passer le jour sans publier de fait simple ou complexe. Avec le service habilité de votre département.

**CONSULTEZ**  
LES ANNONCES LÉGALES

Consultez les annonces légales en ligne.

Le cycle de vie d'une société est régi par des publications réglementaires : constitution, modifications de statuts [...]. Publiez vos annonces légales et judiciaires dans un titre de presse habilité comme La Provence, dans le journal de votre département ou sur le service de presse en ligne (SPEL) :

- Accédez à la plateforme 7J/7 & 24h/24
- Rédigez vos annonces légales selon des modèles conçus par des professionnels vous assurant la conformité
- Découvrez notre service simple et rapide de saisie en ligne avec un paiement par CB garantissant toute sécurité. Téléchargez votre facture disponible immédiatement.
- Assurez-vous de la parution (1h après sur le SPEL et le jour ouvré suivant sur le journal) avec une attestation de parution immédiate.
- Retrouvez facilement votre annonce quand vous en avez besoin

**LaProvence-Légaux** est le portail des annonces légales en Provence : Bouches-du-Rhône, Vaucluse et Alpes-de-Haute-Provence. Avis de constitution, transfert de sièges sociaux, modification de gérance, formales entreprises, dissolution, liquidation, location-gérance, cession de fonds de commerce... Retrouvez toutes les annonces légales de vie des sociétés.

**LaProvence-Légaux** est le portail des annonces légales en Provence : outil de saisie & de publication pour les BDR, le Vaucluse & les Alpes... (en ligne ou dans le journal) ainsi que le Var et le Gard (en ligne).

Déposez facilement et en toute sécurité vos annonces légales dans votre journal habilité (La Provence) sur les zones Bouches-du-Rhône, Vaucluse et Alpes-de-Haute-Provence. Vos démarches sont rapides et simplifiées : déposez & consultez les annonces légales de votre département.

[www.laprovence-legales.com](http://www.laprovence-legales.com) est un site du **Groupement des Publications de Presse de Provence** (GPP) groupe La Provence

**ANNONCES LEGALES**

Le cycle de vie d'une société est régi par des publications réglementaires : constitution, modifications de statuts [...]. Publiez vos annonces légales et judiciaires dans un titre de presse habilité comme La Provence, dans le journal de votre département ou sur le service de presse en ligne (SPEL) :

- Accédez à la plateforme 7J/7 & 24h/24
- Rédigez vos annonces légales selon des modèles conçus par des professionnels vous assurant la conformité
- Découvrez notre service simple et rapide de saisie en ligne avec un paiement par CB garantissant toute sécurité. Téléchargez votre facture disponible immédiatement.
- Assurez-vous de la parution (1h après sur le SPEL et le jour ouvré suivant sur le journal) avec une attestation de parution immédiate.
- Retrouvez facilement votre annonce quand vous en avez besoin

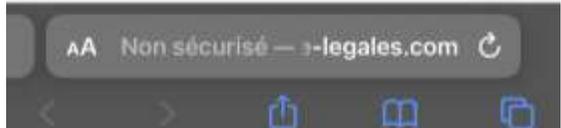
**LaProvence-Légaux** est le portail des annonces légales en Provence : Bouches-du-Rhône, Vaucluse et Alpes-de-Haute-Provence. Avis de constitution, transfert de sièges sociaux, modification de gérance, formales entreprises, dissolution, liquidation, location-gérance, cession de fonds de commerce... Retrouvez toutes les annonces légales de vie des sociétés.

**LaProvence-Légaux** est le portail des annonces légales en Provence : outil de saisie & de publication pour les BDR, le Vaucluse & les Alpes... (en ligne ou dans le journal) ainsi que le Var et le Gard (en ligne).

Déposez facilement et en toute sécurité vos annonces légales dans votre journal habilité (La Provence) sur les zones Bouches-du-Rhône, Vaucluse et Alpes-de-Haute-Provence. Vos démarches sont rapides et simplifiées : déposez & consultez les annonces légales de votre département.

[www.laprovence-legales.com](http://www.laprovence-legales.com) est un site du **Groupement des Publications de Presse de Provence** (GPP) groupe La Provence

AA Non sécurisé — [www.laprovence-legales.com](http://www.laprovence-legales.com)





# 2

**Interaction avec le  
magazine / relation  
lecteurs**

**Produits dérivés (box)**

**Événements**

**Jeux concours, vote,  
questionnaires**

**Publicité**

**Avis de décès**

# VERSION FEMINA : ACCÈS À DES COURS DE PILATES

<https://www.femina.fr/dossier/coaching-pilates-version-femina-avec-ludipilates?xtor=cs5-46>

VERSION femina

À la maison, mon programme Pilates avec la coach Ludivine Meytre

30 vidéos pour tous les niveaux à retrouver dès maintenant sur [www.femina.fr](http://www.femina.fr)

Scannez et découvrez les cours !

Scannez et découvrez les cours !

Scannez et découvrez les cours !

Shopping | Jeux-concours | Newsletters

VERSION femina

er aux Jeux !

VERSION FEMINA | SANTÉ-FORME

Votre coaching Pilates en vidéo avec LudiPilates

PILATES DANS SON LIT

VERSION femina

ÉFI PILATES UR 30 JOURS

PILATES CINQ EXERCICES POUR SORTIR DE SON LIT AVEC LE PLEIN D'ÉNERGIE

femina

5 exercices de Pilates pour sortir de son lit avec le plein d'énergie

# MARIE CLAIRE: ACCÈS AU SITE D'ACHAT DE LA BOX DU MAGAZINE

<https://www.sotrendoo.com/toutes-les-box.html>

11 produits full size  
- ÉDITION LIMITÉE -  
en exclusivité sur  
**SOTRENDOO.COM**

**BOX marie claire**  
**ÉCHAPPÉE BELLE**  
*Lifestyle*

**47€90\***  
valeur 353,40 €  
88% de réduction

Produits livrés dans un joli pack en coton doublé (valeur 70 €)

WAKURA

BOOST

EMILY'S PILLOW

PAUL MARIUS

LABOTE

CARRIÈRES FRÈRES

Toutes nos box sur **SOTRENDOO.COM**, l'e-shop **marie claire** ou au 01 84 88 43 42 du lundi au vendredi de 9h à 18h. Livraison rapide.

1 **ELD & JOHN** - Lunettes de soleil Marilyn : Un modèle rétro glamour, qui convient à toutes les morphologies. 79 € 2 **LOTHANTIQUE** - Crèmes mains Amande Douce : Une crème riche en beurre de karité bio 130 ml. 7,50 € 3 **SIMONE & GEORGES** - Coussin de plage gonflable : Une tige d'osier en tikoy (100% coton péigné), fournie avec son coussin gonflable dans une petite pochette (montés en aluminium). 26 x 40 cm. 15 € 4 **WAKURA** - Bague Marie : Bague réglable en plaqé or 3 micron résistante à l'eau, parfaite pour tous les jours. 30 € 5 **ALEXANDRE DE PARIS** - Pince Verdons : Une pince à cheveux pensée comme un véritable bijou, recouvert d'un placage à for for (dalle et couleur en aluminium). À partir de 10 € 6 **LA COQUE FRANÇAISE** - Cordon de téléphone, coloris beige métallisé : Portez votre téléphone en bandoulière ou autour de votre cou avec style longueur réglable entre 70 et 190 cm - coque et iPhone non compris. 14,90 € 7 **PAULA'S CHOICE** - C15 Super Booster : 7% de vitamine C pour faire pétiller votre visage. 20 ml. 56 € 8 **EMILY'S PILLOW** - Masque de sommeil 100% soie : idéal pour une nuit en douceur et un teint éclatant au réveil (bande réglable). 39 € 9 **PAUL MARIUS** - Porte-Monnaie LE GUSTAVE cuirvé : Petit porte-monnaie en cuir véritable d'une petite couleur (3 compartiments - 10 x 7 x 3 cm). 15 € 10 **LABOTE** - Peeling doux aux acides de fleurs d'Indes : Une formule douce et concentrée pour affiner le grain de peau et booster le renouvellement cellulaire. 4 semaines. 19 € 11 **CARRIÈRES FRÈRES** - Douce Parfumée La Rose Aime l'Arbre : « Rose des fleurs », la rose de Damas joue de sa beauté et de son parfum avec subtilité et l'ambre apporte une senteur sacrée et opulente. 180 g. 52 €

SCAN ME



SOTRENDOO.COM  
by marie claire

BEAUTÉ & BIEN-ÊTRE | CUISINE | LOISIRS CRÉATIFS | MAISON & JARDIN | FAMILLE | TOUTES LES BOX

Accueil / Toutes les Box

**TOUTES LES BOX**

Box beauté, box lifestyle, box gourmandes et box créatives : des box sans abo donc aucun engagement, en édition limitée, produits full size sélectionnés par les rédactions de nos magazines, pas d'échantillons.

14 articles

Trier par: Position

produits par page : 22

- Box Beauté & Lifestyle - Paroanae. Avantages. 31,90 € 186-044
- Box Lifestyle - Échappée Belle Marie Claire. 47,90 € 353-404
- Box Gourmande - Saveurs du monde Cuisine en Vins de France. 34,90 € 329-054
- CosmopolitanBox - Flower Vides Cosmopolitan. 31,90 € 468-054

# COSMOPOLITAIN: ACCÈS AU SITE D'ACHAT DE LA BOX DU MAGAZINE

<http://www.cosmopolitanbox.fr>

LES BONS PLANS COSMO À NE PAS RATER !

**BOX BEAUTY START** <sup>CD</sup> 29,90€\*  
valeur : 253,03€

*Notre sélection*  
**box**  
**COSMOPOLITAN**  
NOUVEAU !

Produits FULL SIZE livrés dans un joli pochon en coton réutilisable (valeur 7€)

**BOX FLOWER VIBES** <sup>CD</sup> 31,90€\*  
valeur : 183,85€

EN ÉDITION LIMITÉE sur **cosmopolitanbox.fr**  
ou par téléphone au 01 84 88 43 42  
du lundi au vendredi de 9h à 18h

SUIVEZ-NOUS SUR 

PLUS DE BOX SUR **COSMOPOLITANBOX.fr**

  
SCAN ME

Offre valable dans la limite des stocks disponibles  
Ces produits ne sont pas des échantillons

PLUS DE BOX SUR  
**COSMOPOLITANBOX.fr**

  
SCAN ME

**COSMOPOLITANBOX** Retour à **COSMOPOLITAN.fr**

MES BOX | MES MARQUES | MON COMPTE | Gardez le contact   

10 produits full size pour célébrer le printemps





# PARENTS : INVITATION À UN ÉVÉNEMENT

<https://www.parents.fr/p/repitparental/index.html>

CONFÉRENCES, ATELIERS, MASSAGES...

Le 27 JANVIER  
à Paris  
de 9h à 18h30

# La pause PARENTS

a été conçue pour toi!

En bonus  
**Le Stand Up!**  
galère  
ma mère  
Pour rire un peu  
et même beaucoup!

Toutes les informations sur [parents.fr](https://www.parents.fr)



**Le répit parental**  
animé par de grands experts de la parentalité:  
Anna Roy, Aurélie Callet, Benjamin Muller,  
Nora Hamzawi, Audrey Ndjave...

ENTRÉE 10€  
Tous les fonds de la billetterie seront reversés à l'association **Le Club Poussette**

Inscris-toi pour boire un café chaud (pour de vrai) avec nous!

nos partenaires  
**Mustela Gallia**

La pause PARENTS

Billetterie



# Parents La pause

Parce qu'il y a mille façons d'être parent  
Il y a aussi mille façons d'être K.O.  
Complètement K.O.

7 18 46 24  
Jours Heures Minutes Secondes

Notre grand événement "PARENTS, La Pause" sera consacré le 27 janvier au Répit parental. Quezako

parents.fr

La pause PARENTS

Billetterie

27 Janvier 2024

Les Salons Hoche, PARIS  
9 av Hoche, 75008 Paris

2 Courcelles

JE M'OFFRE UNE PAUSE

Tous les fonds de la billetterie seront reversés à l'association [Le Club Poussette](https://www.leclubpoussette.com)

À QUOI S'ATTENDRE ?



parents.fr

# COSMOPOLITAN: INSCRIPTION POUR UN ÉVÈNEMENT D'ANNIVERSAIRE

<https://www.cosmopolitan.fr/anniversaire/>



COSMO FÊTE SES **50 ANS** AVEC VOUS !

# COSMOPOLITAN SLEEP OVER

Vivez une nuit inoubliable en compagnie de votre meilleure amie et de la rédaction du magazine.

**Rendez-vous le 17 novembre 2023 à l'hôtel MOB HOUSE**



Réservez votre place sur [cosmopolitan.fr/anniversaire/](https://www.cosmopolitan.fr/anniversaire/) ou scannez ce QR code.

**GARNIER** **PAUL MARIUS** **REVLON** **MOB-HOUSE** **Dépil Tech**  
**SKECHERS** **LA PROVENCAL** **STEVE MADDEN** **ESSIX** **ANASTASIA** **Senobis**



☰ **COSMOPOLITAN** 🔍



Cosmo a fêté ses **50 ans** avec vous !

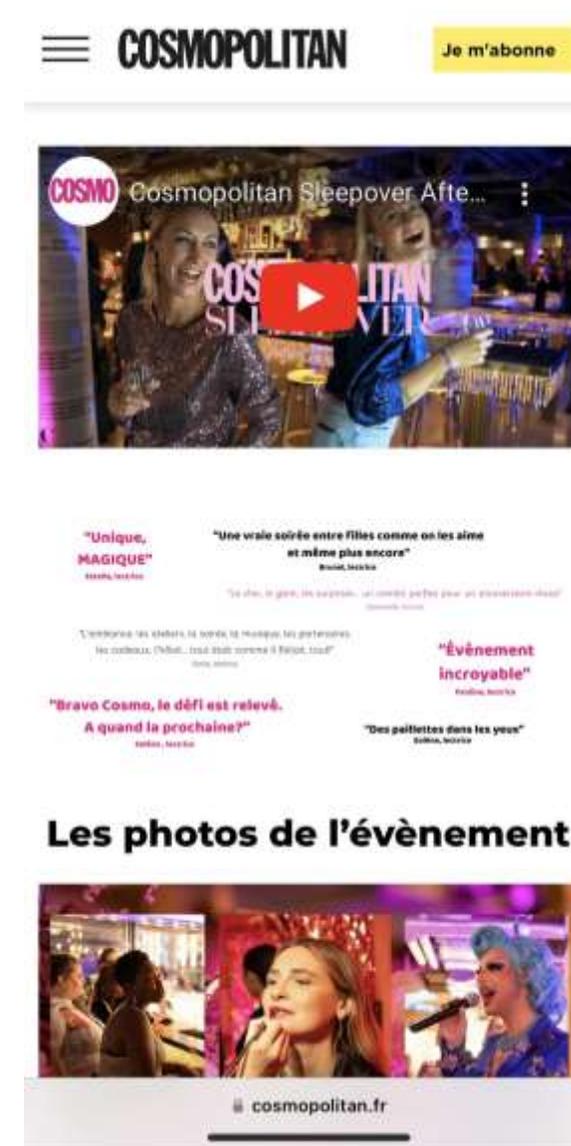
### La Sleepover Cosmo, l'expérience 100% Cosmo

Un événement à l'image de nos 50 années passées : **Partage, Joie, Complicité**

Vendredi 17 novembre & samedi 18 novembre, nous avons célébré nos 50 ans avec une soirée exceptionnelle au MOB House. Au cœur de la Sleepover Party, nous avons accueilli 150 lectrices, une dizaine d'influenceuses et la rédaction Cosmo pour une expérience glamour, festive et inédite.

L'hôtel MOB House, lieu d'exception à Saint-Ouen, a été entièrement privatisé pour cette soirée d'anniversaire unique. Les invitées ont eu l'opportunité de passer une nuit magique, vivant

AA cosmopolitan.fr



☰ **COSMOPOLITAN** **Je m'abonne**



Cosmopolitan Sleepover Afte...

**"Unique, MAGIQUE"**  
Sofia, lectrice

**"Une vraie soirée entre filles comme on les aime et même plus encore"**  
Roxane, lectrice

**"Évènement incroyable"**  
Madeline, lectrice

**"Bravo Cosmo, le défi est relevé. A quand la prochaine?"**  
Sofia, lectrice

**"Des petites dans les yeux"**  
Sofia, lectrice

### Les photos de l'évènement



cosmopolitan.fr

# 20 MINUTES: ACCÈS À LA BILLETTERIE DE PARIS BLOCKCHAIN WEEK

<https://pbwsummit.com/tickets>



**20 minutes**  
GRAND PARIS

Mercredi 6 avril 2022 20minutes.fr N° 3724

**Environnement**  
Demandez le programme  
« Transition écologique »  
des 12 prétendants  
à l'Élysée P.6

**PARIS**  
Mal traduit, un tatouage  
en langue étrangère  
devient vite un enfer P.3

**FABIEN ROUSSEL**  
« Je veux incarner  
le droit au bon et  
au plaisir pour tous » P.4

**CINÉMA**  
Un duo Cohen-Macaigne  
des plus scotchants dans  
« En même temps » P.10

**LES JEUNES  
ONT LA CARTE EN MAIN**

À quatre jours du premier tour de la présidentielle, 67 % des 18-30 ans se disent désormais intéressés par l'élection, indique notre baromètre OpinionWay - « 20 Minutes » - « Quest-France » - Journaux de Loire. P.4

Rejoignez les acteurs majeurs de l'écosystème blockchain international pour deux jours de conférences et de rencontres à Paris.

**P B W S** 13 & 14 Avril  
Palais Brongniart  
Paris



Rejoignez les acteurs majeurs de l'écosystème blockchain international pour deux jours de conférences et de rencontres à Paris.



PARIS BLOCKCHAIN WEEK

5TH EDITION

**PARIS  
BLOCKCHAIN  
WEEK**

9-11 APRIL 2024

ADD TO CALENDAR

TICKETS SPONSOR

parisblockchainweek.com



PARIS BLOCKCHAIN WEEK

**PRO Ticket**

€2390+VAT

€2,000 Late Rate

3 days of blockchain + networking

BUY TICKET

**VIP Ticket**

€3890+VAT

€4,400 Late Rate

3 days of blockchain + networking +  
VIP Lounge + VIP Dinner + private  
viewing of the master wing of the

parisblockchainweek.com

# PARIS VOUS AIME: ACCÉDER À LA VERSION DIGITALE DU MAGAZINE

<https://qrco.de/bdDkuX>



# MARMITON: LIEN VERS LE RÈGLEMENT DU JEU CONCOURS (TERMINÉ)

[https://assets.afcdn.com/staticpage/upload/site13/jeumag64\\_20220204\\_1575/Jeu-concours-mag64.pdf](https://assets.afcdn.com/staticpage/upload/site13/jeumag64_20220204_1575/Jeu-concours-mag64.pdf)

**JEU CONCOURS**

**À LA RECHERCHE DES LAPINS DE PÂQUES**

L'équipe Marmiton a caché dans ce numéro des lapins de Pâques. Partez à leur recherche et dites-nous combien vous en avez trouvé en nous envoyant un mail à [jeu-concours@marmiton.org](mailto:jeu-concours@marmiton.org)

Trente livres de cuisine Marmiton sont à gagner. Les gagnants seront tirés au sort parmi les bonnes réponses. **Date du jeu : du 24 février au 24 mars**



<https://bit.ly/3uq8eHr>

**marmiton**  
C'est vous, c'est nous, c'est **24 millions** de personnes réunies par l'amour de la cuisine maison - une communauté qui ne cesse de s'agrandir. C'est + de **75 000** recettes testées et approuvées. C'est l'ambition d'une cuisine accessible à tous, c'est la promesse d'une conscience plus forte pour agir, chacun à son échelle, aujourd'hui et demain, en faveur d'une alimentation durable.

Source : Médiamétrie/Net Ratings Audience Internet Global France, avril 2020. Base : 15 ans et plus. © Médiamétrie/Net Ratings. Tous droits réservés.

# édito

## 3, 2, 1... partez !

**P**aniers à la main, nous n'attendons qu'une chose pour courir au marché : le retour des beaux jours. Les carottes nouvelles, asperges et autres petits légumes colorés nous font de l'œil, déjà. Et puis, bien sûr, il y a les fraises, la rhubarbe et les petits artichauts violets, qui ne vont plus tarder, et l'on en salive d'avance.

À la rédaction, cela nous a donné un tas d'idées. Il y a ceux qui sovent pertinemment qu'ils auront englouti la barquette de gaufrettes avant d'être rentrés à la maison, ceux qui s'imaginent déjà en train de déguster leur première botte d'asperges (avec une sauce mousseline maison, ça va de soi !). Tous les ans, reviennent ces envies de soleil et de produits frais et colorés. Cela nous a inspirés. Donc, ce n'est pas 5, ni 10 ou 20 recettes de tartes de printemps que nous vous avons concoctées, mais 50 ! Des salées, des sucrées, des feuilletées, des sablées... il y en a pour tous les goûts et toutes les envies.

**On est comme ça chez Marmiton. On sait que c'est souvent dans la cuisine que se commence et se termine la journée. Alors pour les jours un peu speed, pour ceux où l'on a, au contraire, le temps de se la couler douce, pour les fois où les copains débarquent à l'improviste, si la famille est réunie pour Pâques... vous trouverez forcément une recette en adéquation avec le programme du jour. Cherchez l'inspiration et la gourmandise parmi nos idées de tartes. Mais aussi dans nos pages spécial rôti, nos recettes de casse-croûte dignes des meilleures boulangeries, nos petits biscuits pour goûter gourmand.**

Toute l'équipe Marmiton a laissé parler sa passion pour la cuisine en réalisant ce numéro. Son âme d'enfant aussi (quoi, vous n'avez pas encore trouvé nos petits lapins de Pâques ?). Et nous espérons qu'il vous plaira autant qu'à nous.

**Bonne lecture.**

*L'équipe Marmiton*

## À LA RECHERCHE DES LAPINS DE PÂQUES

L'équipe Marmiton a caché dans ce numéro des lapins de Pâques. Partez à leur recherche et dites-nous combien vous en avez trouvé en nous envoyant un mail à [jeu-concours@marmiton.org](mailto:jeu-concours@marmiton.org)

Trente livres de cuisine Marmiton sont à gagner. Les gagnants seront tirés au sort parmi les bonnes réponses. **Date du jeu : du 24 février au 24 mars**



<https://bit.ly/3uq8eHr>

1 sur 9

### RÈGLEMENT DE JEU CONCOURS

Le présent règlement de Jeu-Concours est composé des :

- Conditions particulières ;
- Conditions générales ;

#### CONDITIONS PARTICULIÈRES

##### A. OBJET

La société MARMITON (ci-après le « Société Organisatrice », Société par Actions Simplifiée immatriculée au RCS de Paris sous le numéro 433 434 136, et dont le siège social est au 8 rue Saint-François, 75002 Paris, organisée en jeu gratuit sans obligation d'achat préalable Jeu-concours, tel-qu'il est le « Jeu »)

##### B. DÉROULEMENT DU JEU

<b>Opération</b>	Point de l'opération - Jeu-concours Date de l'opération - du 24 février au 24 mars Fin de l'opération - Jeu-concours Le Jeu est déroulé dans le magazine Marmiton et est accessible dans le magazine Marmiton 64 de mars-avril 2022.
<b>Modalités de gainant</b>	Élection du gagnant : 50 gagnants, par tirage au sort La Société Organisatrice désignera les gagnants grâce à un tirage au sort parmi les bonnes réponses.
<b>Duration</b>	Le Jeu est composé des opérations suivantes : 30 livres Marmiton
<b>Déroulé de Jeu</b>	Le Jeu se déroule comme suit : la rédaction de Marmiton a caché 28 lapins dans le magazine 64 de mars-avril 2022. Le joueur participant doit les retrouver et les compter. Il doit ensuite transmettre les bonnes réponses à cette adresse mail : <a href="mailto:jeu-concours@marmiton.org">jeu-concours@marmiton.org</a> Un tirage au sort sera effectué parmi les bonnes réponses. Le Jeu se déroulera du 24 février au 24 mars. La clôture des participations au Jeu sera bien le 24 mars à 23h59 alors qu'une franchise de connexion faisant 64, Tokyo

participations enregistrées par la Société Organisatrice après un tirage au sort par prise en compte.

[assets.afcdn.com](https://assets.afcdn.com)



# RED BULLETIN: ACCÉDER À L'ALBUM ET À L'ARTICLE

<https://store.cooph.com/en-eu/collections/red-bull-illumme/products/red-bull-illumme-2023-photobook-limited-edition> & <https://www.redbullillumme.com/int-en>



Red Bull Illume

**DENIS KLERO**  
Demi-finaliste, top 250, RAW  
La part culminant de la carrière de Klero est un projet de BASE jump qu'il a financé par l'Everest avec feu Valery Rozov, en 2011. Mais pour cette photo, il est resté terre à terre. « J'avais vu un cliché d'un photographe portraitiste avec une mise en scène similaire... J'ai adoré l'esthétique, et j'ai prolongé le concept avec la skatisme. Liya Sukhorikova, dans une pose dynamique, à Kleron. ID: @klero.kl

Scannez le code pour télécharger l'album photo Red Bull Illume 2023.  
Rendez-vous le 30 nov. pour découvrir les lauréat-e-s de l'édition 2023. [redbullillumme.com](https://www.redbullillumme.com)



Scannez le code pour télécharger l'album photo Red Bull Illume 2023.



Rendez-vous le 30 nov. pour découvrir les lauréat-e-s de l'édition 2023. [redbullillumme.com](https://www.redbullillumme.com)

41



**RED BULL ILLUME 2023 PHOTOBOOK - LIMITED EDITION**

€59.90

incl. VAT, excl. shipping costs

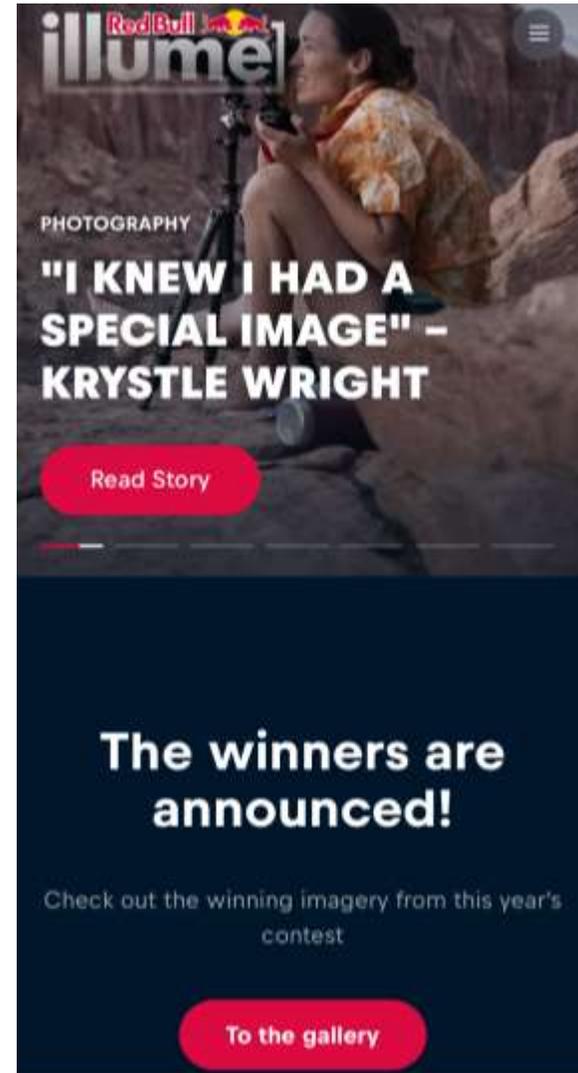
☆☆☆☆☆ No reviews

- 1 +

✓ IN STOCK, READY TO SHIP

AA

store.cooph.com



PHOTOGRAPHY

**"I KNEW I HAD A SPECIAL IMAGE" – KRISTLE WRIGHT**

Read Story

**The winners are announced!**

Check out the winning imagery from this year's contest

To the gallery

redbullillumme.com

# LA VOIX DU NORD : POUR VOTER POUR LE PLUS BEAU MARCHÉ

[https://voixdunord.qualifioapp.com/quiz/1031637\\_23/Votre-plus-beau-marche-2022.html](https://voixdunord.qualifioapp.com/quiz/1031637_23/Votre-plus-beau-marche-2022.html)



## VOTEZ POUR VOTRE PLUS BEAU MARCHÉ DU NORD PAS-DE-CALAIS

- Marché d'Armentières
- Marché d'Arras
- Marché d'Auchel
- Marché de Bergues
- Marché de Comines
- Marché d'Estaires
- Marché d'Hénin-Beaumont
- Marché de Saint-Omer
- Marché de Valenciennes

POUR VOTER  
SCANNEZ  
LE QR CODE



Pour voter, rendez-vous jusqu'au 8 avril à 13h sur :

<http://vdm.lv/votreplusbeaumarche2022>



POUR VOTER  
SCANNEZ  
LE QR CODE



LA VOIX DU NORD

JUSQU'AU 8 AVRIL À 13H

### VOTEZ POUR VOTRE PLUS BEAU MARCHÉ DU NORD PAS-DE-CALAIS

TFI EN PARTENARIAT AVEC LA VOIX DU NORD

RENDEZ-VOUS SUR <http://vdm.lv/votreplusbeaumarche2022> #VotrePlusBeauMarché

**L'élection du plus beau marché de France revient en 2022 !**

9 marchés du Nord-Pas-de-Calais ont été sélectionnés, à vous de voter pour celui qui représentera notre territoire à l'élection nationale.

Vous avez jusqu'au 8 avril 13h pour voter.

**VOTER !**

# RÉPONDRE À UNE ENQUÊTE DE SATISFACTION SUR DR GOOD

<https://www.mrcc.fr/goodQR>

**[ Votre avis nous intéresse! ]**

**VOUS VENEZ DE LIRE LE DERNIER NUMÉRO DE DR GOOD!**

Donnez-nous votre avis afin de nous aider à améliorer votre magazine et à mieux répondre à vos attentes.

**Répondez au questionnaire en quelques clics**

**POUR RÉPONDRE À CE QUESTIONNAIRE, CONNECTEZ-VOUS AVANT LE 10 MARS 2024 SUR [WWW.MRCC.FR/GOOD](http://WWW.MRCC.FR/GOOD)**

EN REMERCIEMENT, VOUS POURREZ PARTICIPER AU TIRAGE AU SORT PERMETTANT DE GAGNER DES CHÈQUES-CADEAUX\*.

Les réponses sont confidentielles et seront traitées de façon anonyme. \*1 Chèque-cadeau de 50 € et 12 Chèques-cadeaux de 15 €

**RÉPONDRE À CE QUESTIONNAIRE, CONNECTEZ-VOUS AVANT LE 10 MARS 2024 SUR [WWW.MRCC.FR/GOOD](http://WWW.MRCC.FR/GOOD)**



**Dr. Good!** Michel Cymes

0%

Parmi les magazines suivants, quels sont ceux que vous lisez même occasionnellement ?

Plusieurs réponses possibles.

- Avantages
- Dr. Good!
- Dr. Good! C'est bon!
- FLOW
- Femme Actuelle
- Les clés de mon énergie
- Maxi
- Modes & Travaux
- Pep's
- Prima
- S le magazine de Sophie Davant
- Santé Magazine
- Top Santé
- Version Femina
- Ça m'intéresse
- Aucun

**Suivant**

© PRISMA MEDIA - Powered by [AmYouNet.com](http://AmYouNet.com)

# FEMME ACTUELLE : PARTICIPER AU PRIX DE LA BEAUTÉ 2024

En répondant à une enquête <https://www.mrcc.fr/pdlb>

**PRIX Beauté des Femmes 10 ANS Femme Actuelle 2024**

**LE JURY C'EST VOUS !**  
Femme Actuelle lance la 10<sup>e</sup> édition du Prix de la Beauté des Femmes.

Près de **1000 Box Beauté** à tester

Chaque box vous permet de tester gratuitement en taille réelle les dernières innovations beauté (soins visage, soins cheveux, soins corps...) sélectionnées par la rédaction.

**(NOUVEAUTÉ.** Une box de produits iconiques, des produits qui ont marqué l'histoire de la beauté, à découvrir ou à redécouvrir !)

INSCRIVEZ-VOUS du 8 au 21 janvier 2024  
Rendez vous sur [femmeactuelle.fr](https://www.femmeactuelle.fr)  
ou en flashant ce QR code

areyounet.com/runet/ctie

**PRIX Beauté des Femmes 10 ANS Femme Actuelle** *Le jury c'est vous !*

Bonjour,

Pour devenir membre du jury du **Prix de la Beauté des Femmes** et tenter de recevoir l'une des box, répondez au questionnaire suivant !

Cela ne vous prendra que quelques minutes.

**A vous !**

Vos données à caractère personnel seront traitées par Prisma Media aux fins de la gestion de votre participation au Prix de la Beauté des Femmes et seront conservées pendant la durée nécessaire à cette fin. Elles seront accessibles aux personnes en charge de l'opération. Conformément à la réglementation en vigueur, vous pouvez exercer vos droits d'accès, de rectification, d'opposition, de suppression, de limitation du traitement, et à la portabilité des données à caractère personnel, en adressant votre à [dpo@primamedia.com](mailto:dpo@primamedia.com)

page suivante

# LA PROVENCE: ACCÉDER À LA BIBLIOTHÈQUE DES JEUX CONCOURS

<https://www.laprovence.com/jeux-concours>

The screenshot shows the top section of the La Provence website. At the top left is a weather forecast for Marseille with a map of France. Below it is a travel advertisement for 'viagirmo' with the text 'Grâce au viager !' and 'Agence de Marseille'. To the right is a 'Climatisation réversible' advertisement for 'FRANCE CHAUFFAGE CLIMATISATION' with contact information. Below these is a 'People' section featuring a portrait of George Clooney and a short article about him. At the bottom is a 'Viager' advertisement with contact details for 'Groupe BM Finance'.

The advertisement is for the 'Festival Mondiale de la Magie' held on January 27 and 28, 2024, at the CEPAC Silo Marseille. It features the text 'LES PLUS GRANDS MAGICIENS DU MONDE ENFIN RÉUNIS SUR LA MÊME SCÈNE !' and '10 Places à GAGNER !'. A QR code is provided for more information. The bottom of the ad includes the text 'JOUEZ & GAGNEZ sur www.LaProvence.com' and 'Privilège Abonnés 50% des places disponibles sont réservées aux abonnés de La Provence'.

The screenshot shows the navigation bar of the La Provence website with the logo and a 'S'abonner' button. Below the navigation bar are three contest banners. The first banner is for 'CALOGERO 27/01/24 MARSEILLE LE DÔME' with the text 'Jouez et gagnez vos places pour le concert de CALOGERO - Le Dôme - Marseille'. The second banner is for 'Gil et Ben ré(un)is - L'Artéa Carnoux en Provence' with the text 'Jouez et gagnez vos places pour Gil et Ben ré(un)is - L'Artéa Carnoux en Provence'. The third banner is for the 'Festival Mondiale de la Magie' with the text 'Jouez et Gagnez - spectacle - Festival Mondiale de La Magie'.

# PARTICIPER À UN CHALLENGE BREAK DANCE SUR TIKTOK

Renvoi directement sur TikTok



**RELÈVE LE CHALLENGE  
BREAKING DE L'ANNÉE.**

**Red Bull  
BC  
ONE  
WORLD  
FINAL**

**APPRENDS**

**PARTAGE**

**GAGNE une expérience VIP**  
à la finale mondiale de Red Bull BC One  
au Stade Roland-Garros

**RED BULL DONNE DES AILES.**

© 2021 Red Bull. All rights reserved.

The advertisement features a breakdancer in a Red Bull shirt performing a handstand on a red floor in a stadium. A smartphone in the bottom left corner displays a QR code and a small image of the dancer. A Red Bull can is visible in the bottom right corner.

# LA CROIX: ACCÉDER AU LIEN DE SOUTIEN POUR LE MAGAZINE

<https://www.la-croix.com/don>



Chères Madams, cher Monsieur, chères lectrices, chers lecteurs,

Le 5 septembre dernier, La Croix recevait le grand prix des médias CS News 2023 dans la catégorie « enquête » pour son dossier au long cours sur les abus sexuels dans l'Église. Forts par un devoir de vérité, par une attention particulière aux victimes, le quotidien entendait être pleinement en phase avec sa mission d'information et celle de création de liens, de dialogue et de réparation. Difficile mais salutaire, ce travail est aujourd'hui reconnu et nous nous en réjouissons.

Nous sommes fiers de notre engagement en faveur d'un journalisme équilibré et de qualité, en faveur du pluralisme de la presse en France. Nous sommes fiers qu'il soit reconnu par les autres médias eux-mêmes.

La raison d'être du groupe Bayard est de créer des liens fertiles. La Croix embrasse pleinement ce projet par sa manière de proposer à tous ses lecteurs un lieu où l'on respecte leur liberté, la diversité de leurs sensibilités, de leurs points de vue et de leurs engagements.

Média de conviction plus que d'opinion, nous cherchons constamment à étendre notre portée et à toucher un public plus large avec nos reportages, nos analyses et nos repères. Sans cet élargissement, le modèle économique du journal serait en difficulté. Nos projets de développement numérique et nos implications éditoriales pour aller à la rencontre de nouveaux lecteurs nécessitent de lourds investissements, que nos ressources ne couvrent pas totalement.

C'est en parallèle, comme beaucoup d'autres journaux, que voyons nos coûts de production devenir de plus en plus lourds, notamment pour la paper et la distribution. Cela met une pression supplémentaire sur notre équilibre financier, mais nous sommes déterminés à continuer de proposer une presse de qualité, destinée et accessible au plus grand nombre.

Nous faisons de nouveau appel à votre générosité. Aidez La Croix à pérenniser et renforcer sa place dans le paysage d'information français grâce à un don sécurisé et défiscalisé. La Croix a choisi Credofunding comme partenaire pour recueillir votre participation. Le fonds de soutien Credofunding est un organisme de microlaïc destiné à collecter des dons pour aider des organismes à but non lucratif, ainsi que des organismes de presse. Il vous permet d'obtenir une réduction d'impôt de 66 % de votre don (dans la limite de 20 % de

le vous remercie chaleureusement par avance de vos gestes et vous prie de croire, chère lectrice, cher lecteur, à l'assurance



## 3 moyens de soutenir La Croix :

- > maintenir ou renouveler son abonnement
- > proposer à ses proches de découvrir La Croix
- > faire un don en ligne en se rendant sur

[la-croix.com/don](https://www.la-croix.com/don)

Avec le don en ligne, aucuns frais de gestion ne seront soustraits de votre don, contrairement au don par chèque.



## 3 moyens de soutenir La Croix :

- > maintenir ou renouveler son abonnement
- > proposer à ses proches de découvrir La Croix
- > faire un don en ligne en se rendant sur

[la-croix.com/don](https://www.la-croix.com/don)

Avec le don en ligne, aucuns frais de gestion ne seront soustraits de votre don, contrairement au don par chèque.



## FONDS DE SOLIDARITÉ ET DE SOUTIENS

Pour renforcer une vision de l'actualité dans une perspective chrétienne, ouverte, nuancée et humaine, faites un don !



Je fais un don

Chers amis,

Nous voulons proposer à nos lecteurs une presse éthique et de qualité qui est un point de repère face à la déferlante de l'information en continu. Revisiter en permanence nos connaissances sur la politique, la situation internationale, le fait religieux, la culture, l'Église et la vie spirituelle.

Pour cela, il nous faut continuer d'investir fortement et proposer à de nouveaux lecteurs de découvrir La Croix, que ce soit par :

@ la-croix.com

# SUD OUEST: INSCRIPTION BTOB À UN SÉMINAIRE

**Près de chez vous**

*Continuity SUD OUEST*

**L'immobilier affaires et services**

**ACHÈTE MOTO ET VÉHICULE**  
 Recherchez la moto de votre vie...  
 05 35 31 35 51

**ANTIQUE ACHÈTE**  
 Achetez vos meubles préférés...  
 05 35 31 35 51

**COLLECTEUR**  
 Achetez vos vins préférés...  
 05 35 31 35 51

**ESTIMATION ET RACHAT DE CAVE**  
 Expertise et rachat de caves...  
 05 35 31 35 51

**PHILATELISTES RECHERCHE...**  
 Recherche de timbres...  
 05 35 31 35 51

**Sud Ouest immobilier**  
 Les meilleures offres de location  
**chaque mardi dans votre journal**  
 et sur [www.sudouest-immo.com](http://www.sudouest-immo.com)

En partenariat avec **bien'ici**

**SUD OUEST**

**SUD OUEST** Votre **séminaire** au cœur des médias du groupe **Sud Ouest**

**AVEC DES ACTIVITÉS À LA CARTE**

- ▶ PRISE DE PAROLE FACE CAMÉRA
- ▶ ATELIER « COMMUNIQUER AVEC LES MÉDIAS »
- ▶ VISITE DE LA RÉDACTION
- ▶ VISITE DE L'IMPRIMERIE

Plus d'infos 



**seminaires@sudouest.fr • 05 35 31 35 51 • 23, quai des Queyries, 33100 Bordeaux**

**ACHÈTE CARILLONS ET BIJOUX OR**  
 Recherchez vos bijoux préférés...  
 05 35 31 35 51

**ARTISAN ELABEUR**  
 Recherchez vos produits préférés...  
 05 35 31 35 51

**COLLECTEUR DE VINS**  
 Recherchez vos vins préférés...  
 05 35 31 35 51

**LA BIÈRE OCCAZ 27**  
 Recherchez vos bières préférées...  
 05 35 31 35 51

**MAISON RECYCLÉ ANTIQUAIRE**  
 Recherchez vos meubles préférés...  
 05 35 31 35 51

**LANGOIRAN - Dimanche 7 janvier 2024 - 14 h 30**

**GRAND LOTO DE L'ÉPIPHANIE**  
 PLUS DE 3 000 € DE BA

**Plus de 2000 €**

**350 € DE BA**  
**100 € AD BINGO**

**BINGO PROGRESSIF - 600 €** - Au carton : 150 €  
 Forfait : 50 €, 100 €, 150 €

**SUD OUEST** Votre séminaire au cœur des médias du groupe **Sud Ouest**

**AVEC DES ACTIVITÉS À LA CARTE**

**seminaires@sudouest.fr • 05 35 31 35 51 • 23, quai des Queyries, 33100 Bordeaux**

# ACTU: VERS LE TÉLÉCHARGEMENT DE L'APPLICATION

<https://actu.fr/nos-applis-mobiles>

Poigny-la-Forêt | 38  
**L'abbaye des Moulineaux bientôt sauvée**

Abdis | 61  
**La magie a son festival international du 8 au 10 avril**

**toutes les nouvelles**  
L'HEBDOMADAIRE DES YVELINES  
Mardi 4 avril 2022 - N° 2676

Présidentielle 2022 | 7  
**Ce qu'attendent les soignants**

Yvelines | 8  
**Brocante, vide-greniers : où chiner avant l'été**

Rambouillet | 35  
**Un bar tendance pour dynamiser le centre-ville**

Rambouillet | 37  
**Georges-Rosset s'adapte aux pathologies des aînés**

Rambouillet | 35  
**Sécurité routière : la pétition déposée en mairie**

Les Essarts-le-Roi | 40  
**L'opposition réclame plus de clarté sur les dossiers**

Saint-Arnoult-en-Yvelines | 40  
**Le réparateur de trottinettes s'installe en ville**

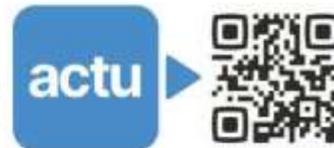
Présidentielle - Portraits exclusifs  
**Qui sont vraiment les 12 candidats ?**



Téléchargez votre nouvelle application



Téléchargez votre nouvelle application



actu Actu  
L'actu des régions en continu **OBTENIR**

actu.fr Nos régions



Suivez l'actualité en direct près de chez vous

Choisissez vos médias et villes favorites

Sur l'AppStore Sur Google Play

Suivez les communes proches de chez vous

Actu.fr Mon actu Le top Partager

AA actu.fr

# LIBÉRATION : QUESTION À ENVOYER POUR LA RUBRIQUE CHECKNEWS

<https://www.liberation.fr/checknews-questions/>



# SUD OUEST: PUBLICITÉ

<https://www.sudouest-publicite.com/solutions-agences-immo/>

26 ANNONCES Mardi 12 décembre 2023 8h 00

**Immobilier**

Retrouver toutes nos annonces sur [www.sudouest-publicite.com/solutions-agences-immo/](https://www.sudouest-publicite.com/solutions-agences-immo/)

**IMMOBILIER** **RÉNOVATION EFFICACITÉ**

## Rénovation, l'heure de la transition



**CHOIX.** Pour rénover son logement, on doit prendre en compte l'efficacité énergétique. Et utiliser si on le peut des matériaux locaux un temps délaissés

Jean-Baptiste de La Motte

Rénover un logement, au lieu de le construire, est une option plus responsable pour limiter les émissions de CO2. Une option qui implique également de choisir des matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone. Pour cela, il faut privilégier les matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone. Pour cela, il faut privilégier les matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone.

Enfin, il faut privilégier les matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone. Pour cela, il faut privilégier les matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone.

Enfin, il faut privilégier les matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone. Pour cela, il faut privilégier les matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone.

Enfin, il faut privilégier les matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone. Pour cela, il faut privilégier les matériaux locaux, un geste qui permet de soutenir l'économie locale, tout en réduisant l'empreinte carbone.

**GAGNEZ DES RENTRÉES DE MANDATS GRÂCE À NOS SOLUTIONS DE PROXIMITÉ**

Source : One Next 2022 SI - LNM Sud Ouest

**SUD OUEST PUBLICITÉ**

## 2 lecteurs Sud Ouest sur 3 sont propriétaires de leur résidence principale

Gagnez des rentrées de mandats grâce à nos solutions de proximité

Je souhaite obtenir des solutions de visibilité →

**2 LECTEURS SUR 3 DE SUD OUEST, SONT PROPRIÉTAIRES**

SUD OUEST PUBLICITÉ

**GAGNER DES MANDATS, UN ENJEU MAJEUR DES PROFESSIONNELS DE L'IMMOBILIER**

Sud Ouest Publicité l'a bien compris. C'est pourquoi nous

# LA PROVENCE: DON EN HOMMAGE À UN DÉFUNT

<https://www.laprovence.com/Carnet-Avis-de-deces>

**Arles : Patrick de Carolis trace son sillon chez Horizons**  
 Soutien de la première heure d'Edouard Philippe, le maire d'Arles a été désigné coteréalisateur départemental du parti présidé par l'ex-Premier ministre.

**Avis de décès**  
 M. Félix SERRAT  
 Mlle Genevieve BEY

**Services obsèques VAUCLUSE**  
 REY FUNERAIRES  
 RESEAU France Obsèques  
 BASTIDON FUNÉRAIRE  
 POMPES FUNÉBRES ADESSIAS  
 ROC - SOLENE

Plantez un arbre **Hommage** pour préserver le souvenir

Pour plus d'infos flashez ce code

LaProvence

LaProvence S'abonner

En direct Région Faits divers

**CARNET/AVIS DE DÉCÈS**

EN PARTENARIAT AVEC dans noscœurs.fr

RECHERCHER ALERTES RECHERCHE

Nom du défunt :  
 Prénom du défunt :  
 Journal: La Provence  
 Département: Départements du groupe La Provence  
 Communes:

LaProvence S'abonner

Le 16/01/2024

**Antoine AMBROSI**  
 Marseille (13) - ...  
 Dernier avis publié le 17/01/2024

Rendre hommage  
 Envoyer des fleurs  
 Planter un arbre

1 avis

**Raymond ARANDA**  
 Bouches-du-Rhône ...  
 Dernier avis publié le 17/01/2024

Rendre hommage  
 Envoyer des fleurs

laprovence.com

# LA VOIX DU NORD: RENVOI VERS LES AVIS DE DÉCÈS

<https://www.libramemoria.com/>

**Henri DELEBARRE**  
 Expert comptable  
 et commissaire aux comptes honoraire  
 Président honoraire de la Compagnie Régionale des  
 commissaires aux comptes  
 Asses Ter adjoint à la mairie de Fécamp

Lors du décès d'un membre de notre famille, nous avons apprécié la facilité et la rapidité pour diffuser un avis dans la presse et sur le site libramemoria.com. Notre objectif étant d'annoncer à nos proches sa disparition, les services proposés par Libra Memoria nous ont pleinement satisfaits.

**Madame Monique PETIT**  
 épouse de Bernard VAN MEENIN

Suite à cette diffusion, nous avons particulièrement apprécié le fait de recueillir de nombreux hommages sur sa page commémorative : des étoiles ou messages de souvenir, adressés par de nombreuses personnes qui l'ont connu de près ou de loin.

Libra Memoria nous a accompagné durant cette épreuve en nous informant par mail des différentes étapes : création de l'espace dédié au défunt, publication d'hommage de la part des proches...

A chaque date anniversaire, nous recevons également une proposition de publication pour commémorer sa disparition.

Bien plus qu'un simple site de parution, ce service est un véritable espace de recueillement.

[www.libramemoria.com](https://www.libramemoria.com)



**Madame Jacques COUPAIN**  
 née Thérèse THIERS

Témoignage de la famille d'un proche

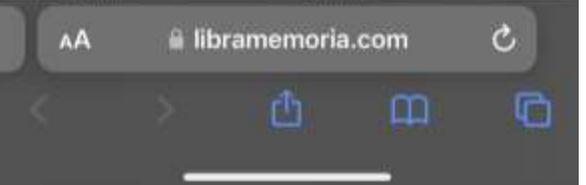
[www.libramemoria.com](https://www.libramemoria.com)

🔍 Trouver un avis de décès

Les derniers avis de décès par département

Le site Libra Memoria diffuse les annonces mortuaires parues dans votre journal et transmises par les pompes funèbres. C'est aussi un espace de recueillement pour les proches et amis du défunt. Chacun peut témoigner son émotion en laissant un message de condoléances à la famille du disparu ou marquer sa sympathie.

- |                              |                           |
|------------------------------|---------------------------|
| 01 • Ain                     | 54 • Meurthe-et-Moselle   |
| 02 • Aisne                   | 55 • Meuse                |
| 03 • Allier                  | 56 • Morbihan             |
| 04 • Alpes-de-Haute-Provence | 57 • Moselle              |
| 05 • Hautes-Alpes            | 58 • Nièvre               |
| 06 • Alpes-Maritimes         | 59 • Nord                 |
| 07 • Ardèche                 | 60 • Oise                 |
| 08 • Ardennes                | 61 • Orne                 |
| 09 • Ariège                  | 62 • Pas-de-Calais        |
| 10 • Aube                    | 63 • Puy-de-Dôme          |
| 11 • Aude                    | 64 • Pyrénées-Atlantiques |
| 12 • Aveyron                 | 65 • Hautes-Pyrénées      |
| 13 • Bouches-du-Rhône        | 66 • Pyrénées-Orientales  |
| 14 • Calvados                | 67 • Bas-Rhin             |
| 15 • Cantal                  | 68 • Haut-Rhin            |
| 16 • Charente                | 69 • Rhône                |
| 17 • Charente-Maritime       | 70 • Haute-Saône          |
| 18 • Cher                    | 71 • Saône-et-Loire       |
| 19 • Corrèze                 | 72 • Sarthe               |
| 21 • Côte d'Or               | 73 • Savoie               |
| 22 • Côtes-d'Armor           | 74 • Haute-Savoie         |
| 23 • Creuse                  | 75 • Paris                |









**QR code presse –  
Offre d'abonnement**

# 60 MILLIONS DE CONSOMMATEURS: SE CONNECTER À LA TRIBU

<https://connexion.60millions-mag.com>

Prenez votre consommation en main en bénéficiant de **36 % de réduction !**

**Abonnez-vous pour 1 AN et recevez :**

- 11 numéros mensuels
- L'agenda 2024 de 60 Millions de consommateurs
- Un accès privilégié au site [60millions-mag.com](https://www.60millions-mag.com) et à l'application

**30€**

**Profitez de notre offre et réalisez 36 % d'économie**

**INCLUS DANS VOTRE ABONNEMENT**

**Rejoignez la communauté des consommateurs avertis**

La Tribu 60, c'est une lettre d'informations mensuelle, des contenus exclusifs et un lieu d'échanges pour partager vos expériences entre consommateurs et avec les experts 60.

Pour vous connecter à la Tribu 60, scannez le QR code ou rendez-vous sur [www.60m.fr/compte](https://www.60m.fr/compte)

## Mon compte

Vous avez déjà un compte

Adresse e-mail

Mot de passe

**SE CONNECTER**

Se souvenir de moi

[Mot de passe oublié ?](#)

**SE CONNECTER AVEC UN EMAIL**

# ANIMAN: LIEN VERS LES OFFRES D'ABONNEMENT

[https://animan.com/abonnez-vous/abonnement-suisse/?page\\_id=167](https://animan.com/abonnez-vous/abonnement-suisse/?page_id=167)

## ABONNEZ-VOUS



Profitez dès à présent de nos diverses offres d'abonnement:

- **2 ans, 12 numéros, CHF 164.-**  
(vous économisez CHF 28.- par rapport à l'achat au numéro)
- **1 an, 6 numéros, CHF 88.-**  
(vous économisez CHF 8.- par rapport à l'achat au numéro)
- Offre découverte: **4 mois, 2 numéros, CHF 20.-**  
(vous économisez CHF 12.- par rapport à l'achat au numéro)

Pour en savoir plus:



**animan**  
LES BEAUTÉS DU MONDE

Vous pouvez aussi vous abonner par téléphone au 0840 840 843 (appel gratuit).

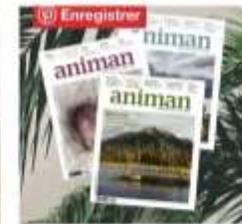
Pour en savoir plus:



ABO : 2 ANS

€99.00

AJOUTER AU PANIER



ABO : 1 AN

€54.00

AJOUTER AU PANIER



OFFRE D'ESSAI

€19.00

AJOUTER AU PANIER

# WE DEMAIN : RENVOI VERS UN ABONNEMENT PRESSE ADO

<https://wedemain.aboshop.fr/common/categories/161>



# LE COURRIER: ACCÈS À UN FORMULAIRE D'ABONNEMENT

[https://moncompte.actu.fr/kiosque/coordonnees/le-courrier-independant-le-courrier-independant\\_30addc1-924a-49d4-a152-a8cc9d42dc80\\_1CI%206MWP\\_WBPROMODUO](https://moncompte.actu.fr/kiosque/coordonnees/le-courrier-independant-le-courrier-independant_30addc1-924a-49d4-a152-a8cc9d42dc80_1CI%206MWP_WBPROMODUO)

**PROLONGATION EXCEPTIONNELLE**

**Le Courier**

Votre journal chez vous et sur tous vos écrans **DÈS 6H00**

Choisissez la durée de votre formule DUO

pour 1 an à **-30%** soit 53.90€ une économie de 23.10€

pour 6 mois à **-20%** soit 30.80€ une économie de 7.70€

Abonnez-vous à la formule DUO (le journal papier + la version numérique)

Abonnez-vous en ligne avec le code **WBPROMODUO** sur : [www.lecourrierindependant.fr/abonnement](http://www.lecourrierindependant.fr/abonnement)



**Le Courier**

1 Formulaire | 2 Coordonnées | 3 Paiement

**Mes coordonnées** Déjà abonné

Email\*

Confirmation Email\*

Mot de passe\*

Veuillez choisir un mot de passe sécurisé. Il doit contenir des chiffres, lettres minuscules et majuscules. 10 caractères minimum

Monsieur

Nom\*

**Formule DUO 6 mois**

30,80 € pour 6 mois  
Une remise de 20% est appliquée

La lecture du journal en version papier coïncide à la version numérique. Vous apprécierez tourner les pages au chaud à la maison et l'emporter partout dans vos déplacements sur vos écrans.

- Livraison du journal papier offert
- Mémoires gratuites en accès en

**Ou remplissez ce bulletin d'abonnement :**

Je m'abonne à la formule **DUO 1 an** pour un montant de **53.90€**, (journal papier + version numérique)

Je m'abonne à la formule **DUO 6 mois** pour un montant de **30.80€**, (journal papier + version numérique)

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_ Tél. : \_\_\_\_\_

**Le Courier**

Le Courier indépendant - PapiersWeb - 1 rue de l'É - BP 70 945 - 56500 Lorient cedex



# MARIE CLAIRE: RÉDUCTIONS SUR LES OFFRES D'ABONNEMENTS

<https://www.magazines.fr/recherche/code-express.html>

ABONNEZ-VOUS à **marie claire**

ET POUR **1€ DE PLUS** RECEVEZ **COSMOPOLITAN**

**EN CADEAU LES 2 BRACELETS Nilaiï PARIS**

En journée sportive en soirée, les 2 perles en métal doré Nilaiï ornent votre poignets et accompagnent toutes vos tentatives. *Gracieuse fleur*

ABONNEZ-VOUS ET RECEVEZ LE SÉRUM HYDRADERM académie

**à partir de 23€**

Consenti en ses ingrédients précieux, ce sérum, aussi fluide que nuage, est une véritable prouesse technologique. Il permet en un seul geste d'hydrater les peaux gâchées d'acide hyaluronique et de gel végétal en acides hyaluroniques. La peau est fraîche, lumineuse et instantanément hydratée. *Chère et tendre... 200 ml*

BULLETIN D'ABONNEMENT

Mes coordonnées

Nom: \_\_\_\_\_

Prénom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Code Postal: \_\_\_\_\_

Ville: \_\_\_\_\_

Retrouvez ces offres en flashant ce QR CODE

OU PAR INTERNET site officiel d'abonnement [magazines.fr](http://magazines.fr) avec le code express **36DUO**

PAR TÉLÉPHONE 01 84 888 222 prix d'un appel local

PAR COURRIER Complétez et retournez votre bulletin sous enveloppe non affranchie avec votre règlement par chèque libellé à l'ordre de Marie Claire à: MARIE CLAIRE - Service Relation Client Libre réponse 56389- 93309 Aubervilliers Cedex

BULLETIN D'ABONNEMENT

Mes coordonnées

Nom: \_\_\_\_\_

Prénom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Code Postal: \_\_\_\_\_

Ville: \_\_\_\_\_

Retrouvez ces offres en flashant ce QR CODE

OU PAR INTERNET site officiel d'abonnement [magazines.fr](http://magazines.fr) avec le code express **36ASB**

PAR TÉLÉPHONE 01 84 888 222 prix d'un appel local

PAR COURRIER Complétez et retournez votre bulletin sous enveloppe non affranchie avec votre règlement par chèque libellé à l'ordre de Marie Claire à: MARIE CLAIRE - Service Relation Client Libre réponse 56389- 93309 Aubervilliers Cedex

magazines.fr

Code express

Livraison France

Papier (grand format)

Versión numérique incluse

**-23%**

Abonnement 1 an  
12 numéros

24,00€  
~~31,20€~~

J'ajoute à mon panier

J'offre cet abonnement

Retrouvez ces offres en flashant ce QR CODE

OU PAR INTERNET site officiel d'abonnement [magazines.fr](http://magazines.fr) avec le code express **36DUO**

PAR TÉLÉPHONE 01 84 888 222 prix d'un appel local

PAR COURRIER Complétez et retournez votre bulletin sous enveloppe non affranchie avec votre règlement par chèque libellé à l'ordre de Marie Claire à: MARIE CLAIRE - Service Relation Client Libre réponse 56389- 93309 Aubervilliers Cedex

Retrouvez ces offres en flashant ce QR CODE

OU PAR INTERNET site officiel d'abonnement [magazines.fr](http://magazines.fr) avec le code express **36ASB**

PAR TÉLÉPHONE 01 84 888 222 prix d'un appel local

PAR COURRIER Complétez et retournez votre bulletin sous enveloppe non affranchie avec votre règlement par chèque libellé à l'ordre de Marie Claire à: MARIE CLAIRE - Service Relation Client Libre réponse 56389- 93309 Aubervilliers Cedex

# STRATÉGIES : RETROUVER LES MAGAZINES EN BOUTIQUE/KIOSQUE

<https://qrco.de/bc9RmW> & <https://qrco.de/bcLqIB>

## SERVICES

### DU MAL À TROUVER STRATÉGIES ?



Pour commander un ancien numéro ou un guide

Rendez-vous sur la boutique



ou cherchez le kiosque le plus proche



**Appel d'offre**

**DEPOT ET MISE EN ŒUVRE D'UN PROGRAMME D'INFORMATION ET DE COMMUNICATION EN FAVEUR DES CIBLES EUROPEENNES EN AFRIQUE DE L'OUEST - 2025 - 2027**

**ACHETEUR :** Intermedia, 23-25 avenue de France, 75001 Paris

**DESCRIPTION :** Cet appel d'offre a pour objet le dépôt et la mise en œuvre de programmes de communication et d'information à l'échelle européenne.

Le lots de la campagne est réparti en la campagne média, campagne événementielle et campagne digitale.

Le lot de la campagne média est réparti en la campagne média TV, campagne média radio et campagne média presse écrite.

Le lot de la campagne événementielle est réparti en la campagne événementielle TV, campagne événementielle radio et campagne événementielle presse écrite.

Le lot de la campagne digitale est réparti en la campagne digitale TV, campagne digitale radio et campagne digitale presse écrite.

**MODE DE CONSULTATION :** Appel d'offre ouvert

**DATE LIMITE DE REPONSE A LA CONSULTATION :** 6/03/2024

**CONTACT :** [info@intermedia.com](mailto:info@intermedia.com)

**ACCÈS A LA CONSULTATION :** <https://qrco.de/bc9RmW>

---

**Appel à concurrence**

**APPEL A CONCURRENCE**

**Associateur :** CNE (Commission Nationale de l'Énergie) - Paris 12e

**Organismes partenaires de l'association pour ces programmes courts :**

CNEC (Centre National de Recherche Economique Laffont) - Paris 12e

ANACAP (Association Nationale des Associations de Paris) - Paris 12e

**Objet du marché :** Installation de programmes courts TV visant à valoriser l'énergie et l'économie en France.

**Date limite de réception des candidatures :** vendredi 9 février 2024 à 10h.

**Pour plus de renseignements :** <https://www.cne-energie.com/>

Inter : [Paris.CNEC@intermedia.com](mailto:Paris.CNEC@intermedia.com)

CNE (Commission Nationale de l'Énergie) - 145 rue de Doyon - 75005 PARIS cedex 12



## PRESTATAIRES, VOUS SOUHAITEZ AUGMENTER VOTRE VISIBILITÉ ?

Découvrez nos offres packagées pour être présent dans la rubrique « Prestataires »

Contact : Carine Guez / [cguez@intermedia.com](mailto:cguez@intermedia.com)

Rendez-vous sur la boutique



ou cherchez le kiosque le plus proche



Menu **STRATÉGIES**  

Accédez à toutes les ressources indispensables pour répondre à vos enjeux business

**FORMULE DIGITALE PREMIUM**

---



245€ / AN



Menu **STRATÉGIES**  

Accueil / Stratégies en kiosques

## Stratégies en kiosques ■

1000 - BOURG EN BRESSE

MARCHAND - 04 74 22 54 41

360 AVE CAPITAINE DHONNE






À la une Agences Créations Evénements



# STRATÉGIES : S'ABONNER À LA FORMULE INTÉGRALE

<https://qrco.de/bcokCn>

**STRATÉGIES**  
TOUTES LES STRATÉGIES POUR REUSSIR

**ABONNEZ-VOUS FORMULE INTÉGRALE**  
**296€/POUR 1 AN**

L'hebdo livré chez vous  
+ en version numérique  
+ ses suppléments

Le site en intégralité

La News Stratégies chaque matin

Les masterclass d'experts

Plus simple, plus rapide, abonnez-vous en ligne sur [boutique.strategies.fr](https://boutique.strategies.fr)

**BULLETIN D'ABONNEMENT** À compléter et à renvoyer à : Stratégies Service Abonnements - 45 Avenue du Général Leclerc - 69643 CHARTILLY CEDEX 1 - Tél. : 01 70 37 31 58 - E-mail : [abonnement@strategies.fr](mailto:abonnement@strategies.fr)

Je m'abonne à la formule intégrale de Stratégies (1 an) au prix de 296 €

**MES COORDONNÉES :** Raison sociale : ..... Fonction : .....  
Nom : ..... Prénom : .....  
Adresse : .....  
Code postal : ..... Ville : .....  
Téléphone mobile (indispensable pour recevoir les alertes infos) : .....  
E-mail (indispensable pour recevoir La News) : .....

**SECTEUR D'ACTIVITÉ :**  Annonceur  Agence  Agence conseil média  Prestataire  Média  Conseil  
 Institution publique  Institut d'étude  Association  Étudiant  Autre

**REGLÈMENT :**  
 Chèque bancaire joint à l'ordre de Stratégies.  
 À réception de facture, je reçois une facture acquittée après enregistrement de mon règlement.

Date et signature : \_\_\_\_\_

Tarif TTC TVA : 21 % sur l'abonnement. Tarif réservé à la France Métropolitaine, pour l'étranger et les DOM-TOM : 54 € de frais de port en supplément. Conformément à la réglementation en vigueur en France, nous disposons d'un droit d'accès et de modification des données vous concernant. Si vous ne souhaitez pas nous indiquer vos coordonnées, elles seront supprimées de notre base de données. SIRET : 3903/024 524 - RCS Nanterre 833 649 071 - SIRET 833 649 071 00029 - TVA intracommunautaire FR 82 833 649 571

Menu **STRATÉGIES**

Accédez aux plus grands experts et leaders d'opinion de l'écosystème

**FORMULE INTÉGRALE**

STRATÉGIES

Une sélection d'articles en audio

Les masterclass d'experts pour progresser dans votre job

Le ebook annuel sur la transition écologique

Les alertes infos par mail

ABONNEMENT 1 AN	296 €/AN
<b>JE M'ABONNE</b>	
ABONNEMENT 2 ANS	536 €
<b>JE M'ABONNE</b>	
ABONNEMENT SANS ENGAGEMENT	24,70 €
<b>JE M'ABONNE</b> ↑	

# SYSTÈME D: VENTE EN EN LIGNE DU MAGAZINE AU NUMÉRO

<https://www.laboutiquejardinmaison.fr/31066-bricothemes-n55-janvier-2024-mieux-chauffer-et-isoler-.html>

## Spécial Chauffage !



Ou scannez ce QR Code



En vente dans votre rayon presse  
et sur [www.laboutiquejardinmaison.fr](http://www.laboutiquejardinmaison.fr)

Ou scannez ce QR Code



Bricothèmes N°55 - Janvier 2024 - Mieux  
Chauffer Et Isoler

Référence: BT55

Produit vendu par :

**Système D**  
www.systemed.fr

7,90 €

Quantité 1

AJOUTER AU PANIER

Cookies  
Bricothèmes : Mieux chauffer et isoler

laboutiquejardinmaison.fr



# LA TRIBUNE : OFFRE D'ABONNEMENT

<https://abonnement.la Tribune.fr/offre/9799-97efa465c9c5586f4849d5a89466a07c/mon-compte/creation>



**À DIMANCHE PROCHAIN**

**Offre spéciale,  
1 an d'abonnement  
+ des écouteurs bluetooth\***

**99€/AN**  
la 1ère année au lieu de 149€

Abonnez-vous

abonnement.la Tribune.fr

**LA TRIBUNE**  
PARTAGEONS L'ÉCONOMIE

\*offre et conditions sur la Tribune.fr



**LA TRIBUNE**  
PARTAGEONS L'ÉCONOMIE

1 2 3 4

**INTEGRAL OFFRE SPÉCIALE**  
99 € la 1ère année au lieu de 149€

Plus de détails ▾

\*champs obligatoires

**1 Vos Informations**

Déjà abonné ?  
[Je m'identifie ici](#)

Civilité : \*  
 Madame  Monsieur

Nom : \*  
Nom

Prénom : \*  
Prénom

Email : \*  
Email

# LE JOURNAL DU DIMANCHE : OFFRE D'ABONNEMENT NUMÉRIQUE

<https://abo.lejdd.fr/offre-lecteurs-papier/>



**Le Journal du Dimanche**

VOTRE ABONNEMENT NUMÉRIQUE À **1€** LE PREMIER MOIS puis 6,90€ / mois sans engagement



Abonnez-vous via ce QR code ou sur : [abo.lejdd.fr/offre-lecteurs-papier](https://abo.lejdd.fr/offre-lecteurs-papier)

Le Journal du Dimanche, c'est toute la semaine sur [lejdd.fr](https://lejdd.fr) ou sur l'application mobile

- Retrouvez l'intégralité des articles et des contenus premium tous les jours sur le site et l'application
- Accédez au JDD et ses suppléments JDD Magazine et Version Femina en version numérique, le samedi dès 23h45
- Recevez nos newsletters quotidiennes et hebdomadaires



**Le Journal du Dimanche**

Une offre rien que pour vous !

Profitez de notre offre exclusive et accédez à tous les avantages de l'abonnement numérique du JDD

**1€ le premier mois**  
puis 6,90€ / mois

J'en profite



Les avantages de votre abonnement 100% numérique :

- ✓ Accès illimité à tous nos articles sur le site et l'application
- ✓ Le journal et son supplément Version Femina en version numérique dès 23h45 le samedi sur le site et l'application
- ✓ Notre newsletter quotidienne Le Journal de Demain, du lundi au samedi à 18h30
- ✓ Nos newsletters thématiques hebdomadaires (Le Supplément Politique, Bon Dimanche et Bon Dimanche à Paris) selon vos préférences
- ✓ Une expérience publicitaire allégée

# LA PROVENCE: OFFRE ONLINE LIVRE SOUVENIR ANNÉE NAISSANCE

<https://boutique.laprovence.com/les-anneesmemoires-xsl-286.html>

**France - Monde**

## Tollé à la COP28 contre le premier compromis

Suscitant la réprobation de nombreux pays, le projet d'accord laisse toute latitude pour choisir la manière de réduire la pollution des énergies fossiles.

**L'**environnementaliste de droite, le ministre de l'Énergie, a annoncé mardi que le projet d'accord de la COP28, qui se termine aujourd'hui à Dubaï, est "le premier compromis" de l'histoire de la conférence internationale sur le climat. Cette déclaration a suscité la réprobation de nombreux pays, notamment les États-Unis, le Royaume-Uni, l'Allemagne, la France et l'Italie. Le projet d'accord, qui a été adopté à l'unanimité, prévoit de réduire la pollution des énergies fossiles d'environ 30% d'ici 2035. Cependant, le projet laisse toute latitude pour choisir la manière de réduire la pollution, ce qui a été perçu comme un manque de fermeté.

**EDUCATION**  
Un tableau avec des femmes nues crée un incident dans un collège

Un tableau exposé dans un collège de la région de la Côte d'Azur a suscité un incident. Le tableau, intitulé "Les Femmes de la Renaissance", représente plusieurs femmes nues. Les élèves ont réagi de manière agressive, et le tableau a été détruit. Les autorités ont décidé de retirer le tableau et de réparer les dégâts.

**En bref**  
Le Parlement a adopté mardi le projet de loi relatif à la réforme de la justice. Le projet de loi prévoit notamment la création d'un nouveau tribunal de grande instance et la suppression de plusieurs autres tribunaux.

**En bref**  
Le Parlement a adopté mardi le projet de loi relatif à la réforme de la justice. Le projet de loi prévoit notamment la création d'un nouveau tribunal de grande instance et la suppression de plusieurs autres tribunaux.

**En bref**  
Le Parlement a adopté mardi le projet de loi relatif à la réforme de la justice. Le projet de loi prévoit notamment la création d'un nouveau tribunal de grande instance et la suppression de plusieurs autres tribunaux.

Retrouvez les moments forts d'une année de votre vie...  
**Offrez ou Offrez-vous le livre souvenir**  
**Les Années-Mémoire**

- Un livre = Une année
- 176 pages par livre
- 57 volumes de 1919 à 1975
- Qualité prestige
- Format 23,5x30,5cm
- 300 photos

**32€** le volume seulement

Commandez dès maintenant votre livre souvenir directement sur la boutique La Provence

Une collection proposée par **LaProvence.** en partenariat avec les éditions **Notre temps**

**LaProvence.**

← RETOUR

## Les années-mémoires

Retrouvez les moments forts d'une année de votre vie... un livre une année offrez ou offrez vous le livre de souvenir

55 volumes - 176 pages par livre  
Une collection proposée par La Provence et Notre Temps  
Commandez avant le 15 décembre 2023 pour être livré avant Noël

Nombre de produits : 57

FILTRE

Trier articles par

Le Livre "Les Années-Mémoire 1970" 32,00 €

Le Livre "Les Années-Mémoire 1975" 32,00 €

Le Livre "Les Années-Mémoire 1971" 32,00 €

Le Livre "Les Années-Mémoire 1973" 32,00 €

AA boutique.laprovence.com

# JEM'ABONNE.FR : RÉDUCTIONS SUR LES OFFRES D'ABONNEMENT

<https://qrco.de/beAT5j>

**SOLDDES**  
Offrez-vous un abonnement à petit prix

Art Décoration | Ici Paris | Télé 7 Jours | ELLE | MABLE

Jusqu'à **-60%**

RETROUVEZ TOUS NOS MAGAZINES SUR [jemabonne.fr](http://jemabonne.fr)



\*Pas support au prix boutique. Offre valable du 15/01/2024 au 04/02/2024 inclus.

jemabonne.fr

**SOLDDES**  
JUSQU'À -60%  
SUR VOS abonnements magazines

**60% DE RÉDUCTION**

  
**ELLE - 1 an**  
52 n°

**59€,00** au lieu de 149€,00

AIDE

**30% DE RÉDUCTION**

  
**Télé 7 Jours - 1 an**  
52 n°

**58€,00** au lieu de 83,20€

JE M'ABONNE

L'OFFRE EN DÉTAIL

**40% DE RÉDUCTION**

AIDE



# KIOSQUEMAG: OFFRES D'ABONNEMENT AVEC RÉDUCTIONS

<https://www.kiosquemag.com/titres/reponses-photo/offres>

**RÉPONSES** n°348 - avril 2022  
**PHOTO**

**CONCOURS UN LEICA SL2-S À GAGNER! 10000€ DE PRIX**

**SPÉCIAL ANNIVERSAIRE 30 ans**

**DEMAIN LA PHOTOGRAPHIE**  
TECHNIQUE, PRATIQUE, REGARD VOILÀ CE QUI VOUS ATTEND

**OBJECTIF**  
Le zoom transstandard parfait existe-t-il?

**NIKON Z9**  
Le nouvel étalon de la photo

VENTE ET ABONNEMENT  
Kiosque Mag Disponible sur kiosquemag.com

Actuellement en vente en ligne ou chez votre marchand de journaux

VENTE ET ABONNEMENT  
Kiosque Mag Disponible sur kiosquemag.com

Kiosque Mag.com

Rechercher

Accueil > Réponses Photo

### Abonnez-vous à Réponses Photo

Réponses Photo, la passion de la photographie

Réponses Photo accompagne tous les photographes, qu'ils soient amateurs ou professionnels, pour bâtir leurs projets photographiques.

**Plus d'info** [inspiration](#)

- Livraison gratuite
- Satisfait ou remboursé
- Moins cher

kiosquemag.com

### Nos offres d'abonnement à Réponses Photo

annuelle mensuelle

[Achat au numéro >](#)

Papier + Numérique **41<sup>€00</sup>** -50%  
~~82,50€~~

1 an - 10 n°

Renouvellement simplifié

[Voir le détail](#)

S'abonner

100% Numérique **29<sup>€00</sup>** -50%  
~~75,00€~~

1 an - 10 n°

Renouvellement simplifié

[Voir le détail](#)

S'abonner

kiosquemag.com

# KIOSQUEMAG : OFFRES D'ABONNEMENT

<https://www.kiosquemag.com/titres/diapason/offres?onglet=numerique>

Disponible dès sa sortie

Confort de lecture optimal

Accessible 24h/24 et 7 jours/7

Plus rapide, flashez-moi !



Votre magazine en version numérique



**D/APASON**

De Lully à Gounod, de Charpentier à Strauss...

**Molière et ses musiciens**

**Kiosque Mag** Disponible sur [kiosquemag.com](https://www.kiosquemag.com)

[www.kiosquemag.com](https://www.kiosquemag.com)

Plus rapide, flashez-moi !



Mag.com

Rechercher

Accueil > Diapason

### Abonnez-vous à Diapason

Un regard expert sur l'actualité musicale.

Le magazine Diapason est la référence des amateurs de musique classique. Au cœur de la musique classique **Plus d'infos** histoire.



- Livraison gratuite
- Satisfait ou remboursé
- Moins cher qu'en kiosque

#### Nos offres d'abonnement à Diapason

Offre	Prix	Renouvellement
Papier + Numérique + Hors-Série + CD Les Indispensables + CD d'Or	79 <sup>€00</sup> 121,14€	1 an - 11 n° Renouvellement simplifié
Papier + Numérique	70 <sup>€00</sup> 110,47€	1 an - 11 n° Renouvellement simplifié
100% Numérique	41 <sup>€00</sup> 100,00€	1 an - 11 n°

[S'abonner](#)

[S'abonner](#)

[S'abonner](#)

[S'abonner](#)

[kiosquemag.com](https://www.kiosquemag.com)

# KIOSQUEMAG: OFFRES D'ABONNEMENT AVEC RÉDUCTIONS

<https://www.kiosquemag.com/titres/pleine-vie/offres>

## Abonnez-vous à *Pleine Vie*

**FORMULE CLASSIQUE**  
1 AN - 12 NUMÉROS  
**34€90** SEULEMENT  
AU LIEU DE 57,12€  
38% DE RÉDUCTION

Chaque mois, *Pleine Vie* est pensé et réalisé par notre rédaction pour nos lecteurs !

**FORMULE ENRICHIE**  
12 N° + 6 HORS-SÉRIES  
**59€** SEULEMENT  
AU LIEU DE 92,59€  
36% DE RÉDUCTION

*Pleine Vie* édite sa propre collection de guides pratiques conçus et réalisés par nos experts.

**FORMULE PREMIUM**  
12 N° + ALLO PLEINE VIE  
**49€90** SEULEMENT  
AU LIEU DE 89,12€  
44% DE RÉDUCTION

Des solutions à tous vos problèmes grâce à ce service téléphonique qui répond à toutes vos questions juridiques !

### VOS AVANTAGES ABONNÉS

- Un contenu riche et indispensable pour votre quotidien.
- Un tarif privilégié.
- Votre magazine livré chaque mois dans votre boîte aux lettres ou à l'adresse de votre choix.
- La version numérique offerte en renseignant votre adresse email dans le bulletin d'abonnement.
- Un service client à votre écoute du lundi au samedi de 8h à 20h au 01.46.48.48.97 (appel non surtaxé)



FLASHEZ-MOI pour retrouver, ici, toutes nos offres !



FLASHEZ-MOI pour retrouver, ici, toutes nos offres !

Kiosque Mag.com

Rechercher

Accueil > *Pleine Vie*

### Abonnez-vous à *Pleine Vie*

*Pleine Vie*, votre magazine senior, pour tous les seniors !

*Pleine Vie* Magazine s'adresse aux jeunes seniors qui envisagent leur retraite comme une opportunité de donner un nouveau **Plus d'infos** *via* Le

- 📄 Livraison gratuite
- 🔄 Satisfait ou remboursé
- 💰 Moins cher qu'en kiosque

Achat au numéro >

Papier + Numérique **29€90** -47%  
57,12€

1 an - 12 n°

Renouvellement simplifié

[Voir le détail](#)

S'abonner

100% Numérique **19€90** -61%  
54,60€

1 an - 12 n°

Renouvellement simplifié

[Voir le détail](#)

S'abonner

# MAGAZINES.FR : OFFRES D'ABONNEMENT AVEC RÉDUCTIONS

<https://www.magazines.fr/nos-magazines/feminin/magazine-marie-claire.html#>



## MODE

- 100 Matière noire
- 122 Maillots foets
- 132 **TENDANCES** Le meilleur de la saison
- 138 **REPÉRAGES** Les 4 envies de janvier
- 138 **HORLOGERIE** La petite reine de Rolex
- 140 **CURRICULUM** La démarche engagée de Tamaris
- 141 **NEWS JOAILLERIE** Grandeurs nature

## BEAUTÉ

- 144 **SPECIAL AGE** INTERVIEW Ca « S'aimer, don extraordinaire »
- 150 **MODE D'EMPLOI** fraîcheur
- 154 **PHÉNOMÈNE** C et soigner la
- 158 **ENQUÊTE** Peut remonter le 1
- 182 Notre cahier parfum, form



SUIVEZ-NOUS  
SUR INSTAGRAM  
@MARIECLAIREFR

SUIVEZ-NOUS  
SUR X (EX-TWITTER)  
@MARIECLAIRE\_FR

Retrouvez nos offres d'abonnement pages 74, 102, 172 et 183. Retrouvez notre nouvelle offre d'abonnement.



RETROUVEZ-NOUS SUR INSTAGRAM @MARIECLAIREFR

RETROUVEZ-NOUS SUR X (EX-TWITTER) @MARIECLAIRE\_FR

Retrouvez nos offres d'abonnement pages 74, 102, 172 et 183. Retrouvez notre nouvelle offre d'abonnement.

magazines.fr Code express

## Marie Claire

Grand format Petit format

Offre 1 an + cadeau

**Marie Claire**

- Abonnement 1 an
- 12 numéros
- Version numérique incluse

inclus dans l'offre

**Portefeuille balise Bryan Mac Douglas**

Feuilleter Acheter n°

magazines.fr

**QR code presse -  
Publicité sorties  
culturelles**

**En partenariat avec le média  
Par l'organisateur directement**

# RENVOI VERS L'OFFRE DU FESTIVAL DU CINÉMA

<https://festivals.telera.ma.fr>

Le Parisien  
Mercredi 10 janvier 2024 • N° 10168

15

## « Assurer un bon partage de l'information entre magistrats »

**VIOLENCES INTRAFAMILIALES** | Depuis le 1<sup>er</sup> janvier, les 164 tribunaux judiciaires et 36 cours d'appel du pays doivent être dotés d'un pôle spécialisé. **Laetitia Dherவில்**, du ministère de la Justice, nous en dit plus.



Laetitia Dherவில்

Programme de médiation par Genevieve Boulay

**HAUTE FONCTIONNAIRE.** Égérie française française de la justice, Laetitia Dherவில் dirige la gestion et l'impact de cette dernière dans les juridictions judiciaires.

**Quelle est l'urgence de la justice de ces pôles ?**

**LAETITIA DHERVIL** : La justice a vu les violences intrafamiliales (VIF) augmenter de 30% en 2023. C'est pourquoi le ministère de la Justice a décidé de créer ces pôles spécialisés. Ils ont pour but de garantir un meilleur accès à la justice pour les victimes et de faciliter le dialogue entre les magistrats. C'est une priorité absolue.

**Comment allez-vous assurer ce partage d'information ?**

**LAETITIA DHERVIL** : Nous allons mettre en place des outils numériques et des formations pour les magistrats. L'objectif est de créer une véritable communauté de pratiques et de mutualiser les connaissances. C'est essentiel pour garantir la qualité de la justice et protéger les victimes.

**Quel est le rôle de la justice dans ces situations ?**

**LAETITIA DHERVIL** : La justice a un rôle crucial à jouer. Elle doit garantir l'accès à la justice pour les victimes et assurer la sécurité des personnes. C'est pourquoi nous allons renforcer les capacités des magistrats et améliorer les procédures. L'objectif est de créer une véritable communauté de pratiques et de mutualiser les connaissances. C'est essentiel pour garantir la qualité de la justice et protéger les victimes.

**Il s'agit notamment de décloisonner les procédures civiles et pénales.**

**LES MEILLEURS FILMS DE 2023 DES AVANT-PRÉMIÈRES ET LE COUP DE CŒUR DES -26 ANS**

**PLUS D'INFOS**




Télérama  
Avec l'AFCAE et BNP Paribas

## FESTIVAL CINÉMA

DU 17 AU 23 JANV 2024 • 450 SALLES PARTOUT EN FRANCE

**TOUS LES FILMS**

**TOUTES LES SÉANCES**

Du 17 au 23 janvier, 4€ chaque séance avec le Pass pour voir ou revoir dans les salles Art et Essai participant les 4€ la place de cinéma avec le Pass

**TÉLÉCHARGER MON PASS**

festivals.telera.ma.fr

# SUPPLÉMENT D'INFORMATIONS SUR LE PROGRAMME LES SAVANTS FOUS

<https://www.lessavantsfous.fr/science-et-vie>



CHIMIE  
SCIENCE & VIE  
SCIENTIFIQUES  
ROBOTIQUE PHYSIQUE

**DES ATELIERS SCIENTIFIQUES**

**A DOMICILE**

Les titres jeunesse de Science & Vie réalisés par les Savants Fous. Ces ateliers ont été spécialement conçus pour les 3-6 ans.

INFORMATIONS ET RÉSERVATION AU  
**01 85 09 78 00**  
(en précisant Science & Vie) ou sur  
**LESSAVANTSFOUS.FR/SCIENCE-ET-VIE**



**POUR LES 3-6 ANS**



INFORMATIONS ET RÉSERVATION AU  
**01 85 09 78 00**  
(en précisant Science & Vie) ou sur  
**LESSAVANTSFOUS.FR/SCIENCE-ET-VIE**



© 2023 Les Savants Fous. Tous droits réservés.

NOUVEAU  
SCIENCE & VIE  
Avec vous

SCIENCE & VIE  
DÉCOUVERTES

NOUVEAU  
JUNIOR

SCIENCE & VIE



Infos & Réservation Franchise

Boutique

**PARTENARIAT LES SAVANTS FOUS - SCIENCE & VIE**

Science & Vie et Les Savants Fous vous ont concocté un **programme exclusif** d'activités à domicile !

Selon l'âge des savants en herbe, nous proposons tout un choix de défis et expériences : 3 activités au choix pour les **3-6 ans**, les **6-12 ans** et autant pour les **11-15 ans**.

Une animation anniversaire enfant réussie passe par des **animateurs expérimentés** et des activités amusantes. C'est pourquoi Les Savants Fous innove en matière d'organisation d'anniversaire en vous proposant des thèmes pleins d'**originalité**. Nos formules d'animation anniversaire sont **inédites** pour marquer le coup et fêter ce jour comme il se doit. Découvrez toutes nos animations de goûter d'anniversaire et faites de

AA lessavantsfous.fr

## LE PLUS DUR, C'EST DE CHOISIR !

Une chose est sûre, c'est qu'on va bien rigoler, mais en faisant « en vrai » des expériences sérieuses, des constructions originales, des manipulations explosives (enfin, pas toutes !).

Alors, plutôt chimie, physique, robotique/programmation ? Plus de détails ci-dessous...

Pour les 3-6 ans

Pour les 6-12 ans

Pour les 11-15 ans

@ lessavantsfous.fr

# PLEYEL AVEC LE PARISIEN : INSCRIPTION À UNE COMÉDIE MUSICALE

<https://www.sallepleyel.com/evenement/les-souliers-rouges/>



## PARIS

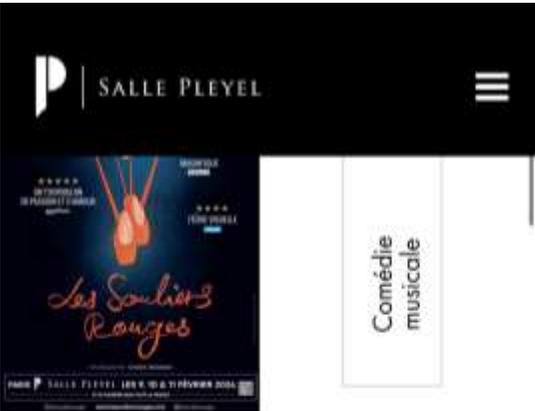
# SALLE PLEYEL

### LES 9, 10 & 11 FÉVRIER 2024



— ET EN TOURNÉE —

SAM 13/01/24 : ANNECY - THÉÂTRE BONLIEU  
 SAM 20/01/24 : TOURS - PALAIS DES CONGRÈS  
 DIM 21/01/24 : POITIERS - PDC DU FUTUROSCOPE  
 SAM 27/01/24 : BÉZIERS - ZINGA-ZANGA  
 DIM 28/01/24 : BORDEAUX - THÉÂTRE FEMINA  
 SAM 17/02/24 : ROUBAIX - LE COLISÉE  
 SAM 09/03/24 : TOULOUSE - CASINO THÉÂTRE BARRIÈRE  
 MER 27/03/24 : NANTES - CITÉ DES CONGRÈS  
 DIM 14/04/24 : LYON - BOURSE DU TRAVAIL  
 MAR 16/04/24 : ARCACHON - THÉÂTRE OLYMPIA  
 MER 17/04/24 : BAYONNE - SALLE LAUGA  
 SAM 20/04/24 : CANNES - PALAIS DES FESTIVALS  
 DIM 21/04/24 : MARSEILLE - LE CEPAC SILO



## LES SOULIERS ROUGES

Salle Pleyel

9 ven. févr. ——— 11 dim. févr.

vendredi 09 février 2024 à 20:00  
 À partir de 45 €

samedi 10 février 2024 à 20:00

RESERVER

sallepleyel.com

PARIS

# SALLE PLEYEL

### LES 9, 10 & 11 FÉVRIER 2024



— ET EN TOURNÉE —

SAM 13/01/24 : ANNECY - THÉÂTRE BONLIEU  
 SAM 20/01/24 : TOURS - PALAIS DES CONGRÈS  
 DIM 21/01/24 : POITIERS - PDC DU FUTUROSCOPE  
 SAM 27/01/24 : BÉZIERS - ZINGA-ZANGA  
 DIM 28/01/24 : BORDEAUX - THÉÂTRE FEMINA  
 SAM 17/02/24 : ROUBAIX - LE COLISÉE  
 SAM 09/03/24 : TOULOUSE - CASINO THÉÂTRE BARRIÈRE  
 MER 27/03/24 : NANTES - CITÉ DES CONGRÈS  
 DIM 14/04/24 : LYON - BOURSE DU TRAVAIL  
 MAR 16/04/24 : ARCACHON - THÉÂTRE OLYMPIA  
 MER 17/04/24 : BAYONNE - SALLE LAUGA  
 SAM 20/04/24 : CANNES - PALAIS DES FESTIVALS  
 DIM 21/04/24 : MARSEILLE - LE CEPAC SILO

www.lesouliersrouges.com

lesouliersrouges.com

france+tv

# SPECTACLE AVEC LE PARISIEN: INSCRIPTION SPECTACLE DE DANSE

<https://murmuration-lespectacle.com>

LE 13<sup>e</sup> ART PRESENTE  
**TRIOMPHE !**

"Chorégraphies magiques et hypnotiques"  
FRANCE INTER

"Le chorégraphe que tout le monde s'arrache"  
LE PARISIEN

**MURMURATION**  
SADECK BERRABAH

MISE EN SCÈNE : SADECK BERRABAH  
MUSIQUE : TRex

Le théâtre de la place d'Italie **13<sup>e</sup> ART**

**PROLONGATIONS / 25 EXCEPTIONNELLES**  
DÉCEMBRE AU 9 FÉVRIER 2024

**INFOS & RÉSERVATIONS**  
LE13EMEART.COM  
01 48 28 53 53  
30 PLACE D'ITALIE  
75013 PARIS

**Le Parisien**

MURMURATION

À PARTIR DU 11 AVRIL

**MURMURATION**  
SADECK BERRABAH

40 danseurs  
EN PREMIÈRE MONDIALE

MISE EN SCÈNE : SADECK BERRABAH  
MUSIQUE : TRex

Le théâtre de la place d'Italie **13<sup>e</sup> ART**

murmuration-lespectacle.com

**5 dates supplémentaires !**

**1<sup>er</sup> février** at 6:30 p.m.  
**2 février** at 6:30 p.m.  
**3 février** at 6 p.m.  
**4 février** at 5 and 7 p.m.

**Tournée des Zénith en Avril 2024**

**5 avril 2024** Strasbourg  
**7 avril 2024** Lille

murmuration-lespectacle.com

# JARDIN DES PLANTES : RÉSERVER UNE PROMENADE NOCTURNE

<https://eqrco.de/a/6UT4Vk>



## Les vœux des élus à Anne Hidalgo

**Mario-Anne Delauné**

**LES ÉLUS** de l'opposition ont souhaité ce mercredi 17 janvier 2024, à l'occasion de la traditionnelle cérémonie des vœux, que la maire de Paris, Anne Hidalgo, soit la première à leur adresser ses vœux. Ils ont également souhaité qu'elle soit la dernière à leur adresser ses vœux.

« **Les élus ne doivent pas oublier tout le reste.** » David Alziar, élu PS, a dit lors de la cérémonie. « Les élus ne doivent pas oublier tout le reste. Ils ne doivent pas oublier les citoyens, les associations, les entreprises, les commerces, les artisans, les artisans, les artisans... »

« **Les élus ne doivent pas oublier tout le reste.** » David Alziar, élu PS, a dit lors de la cérémonie. « Les élus ne doivent pas oublier tout le reste. Ils ne doivent pas oublier les citoyens, les associations, les entreprises, les commerces, les artisans, les artisans, les artisans... »



**JUNGLE EN VOIE D'ILLUMINATION**

Promenade nocturne  
du 22 novembre 2023 au 21 janvier 2024

**JARDIN DES PLANTES**

Paris 5

**Qu'elle soit plus dans l'écoute et le travail avec les différents partenaires**

Paris 5

**Réservation conseillée**

LE BILLETTERIE JUNGLE EN VOIE D'ILLUMINATION

0 ARTICLES

COMPTE FR

## Jungle en voie d'illumination

Du 22 novembre 2023 au 21 janvier 2024 au Jardin des Plantes - PARIS 5. - Ouverture de 18h à 22h tous les jours, sauf les lundis et mardis - Ouverture

JANVIER 2024

L	M	M	J	V	S	D
52	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Créneaux disponibles pour le mercredi 17 janvier 2024 :

- 18:00
- 18:30
- 19:00
- 19:30
- 20:00
- 20:30





# MASTERS MONTECARLO : INSCRIPTION MATCH DE TENNIS

<https://montecarlotennismasters.com>



SOUS LE HAUT PATRONAGE DE S.A.S. LE PRINCE SOUVERAIN DE MONACO  
UNDER THE HIGH PATRONAGE OF H.S.H. THE SOVEREIGN PRINCE OF MONACO

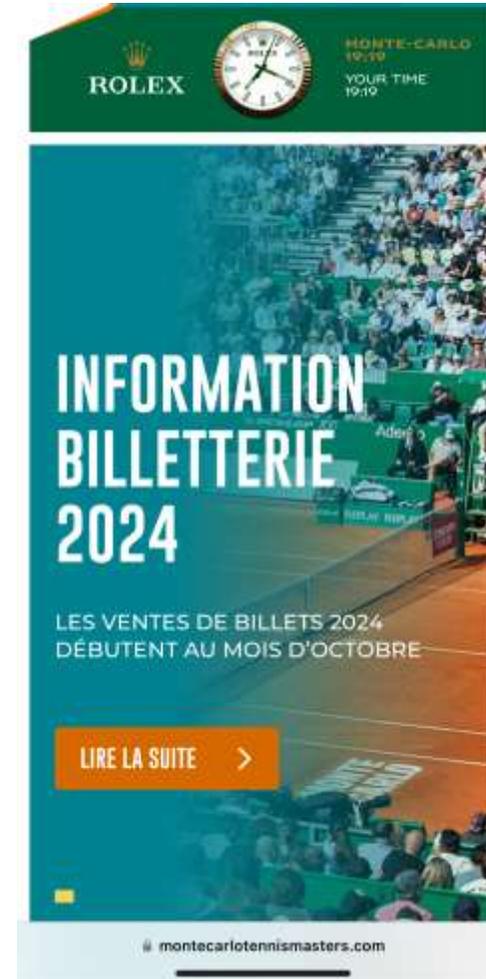
**ROLEX**  
**MONTE-CARLO**  
MASTERS

ATP  
MASTERS 1000

**6-14**  
AVRIL  
2024

LES PLUS GRANDS  
JOUEURS  
DU MONDE  
DANS UN CADRE  
D'EXCEPTION

THE FINEST MALE  
TENNIS PLAYERS  
IN ONE OF THE  
WORLD'S MOST  
EXCITING VENUES



ROLEX

MONTE-CARLO  
19-19  
YOUR TIME  
19-19

**INFORMATION  
BILLETTERIE  
2024**

LES VENTES DE BILLETS 2024  
DÉBUTENT AU MOIS D'OCTOBRE

LIRE LA SUITE >

montecarlotennismasters.com



Réservations\* : [www.rolexmontecarlomasters.mc](http://www.rolexmontecarlomasters.mc)  
Information : Tél. (+377) 97 98 7000

MONTE-CARLO  
SOCIÉTÉ DES BAINS DE MER



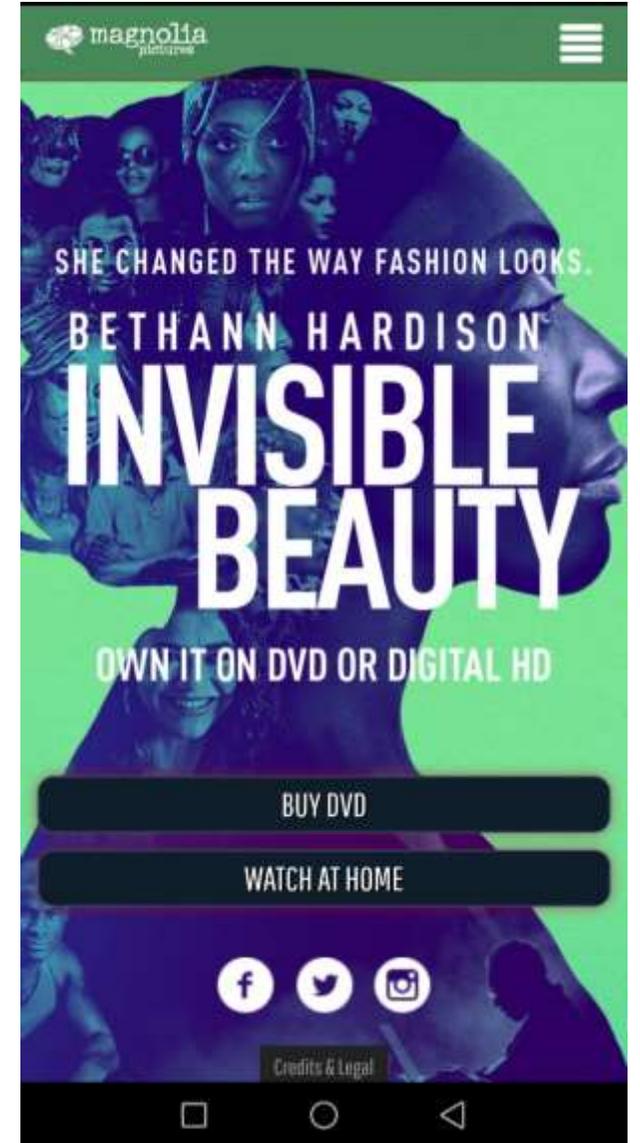
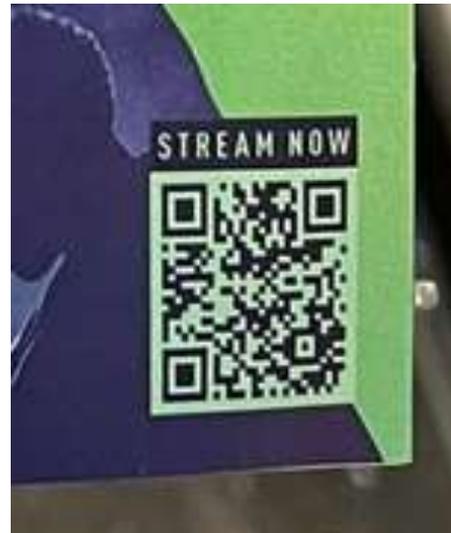
Réservations\* : [www.rolexmontecarlomasters.mc](http://www.rolexmontecarlomasters.mc)  
Information : Tél. (+377) 97 98 7000

\*Seul site officiel garanti / Official website

MONTE-CARLO  
SOCIÉTÉ DES BAINS DE MER

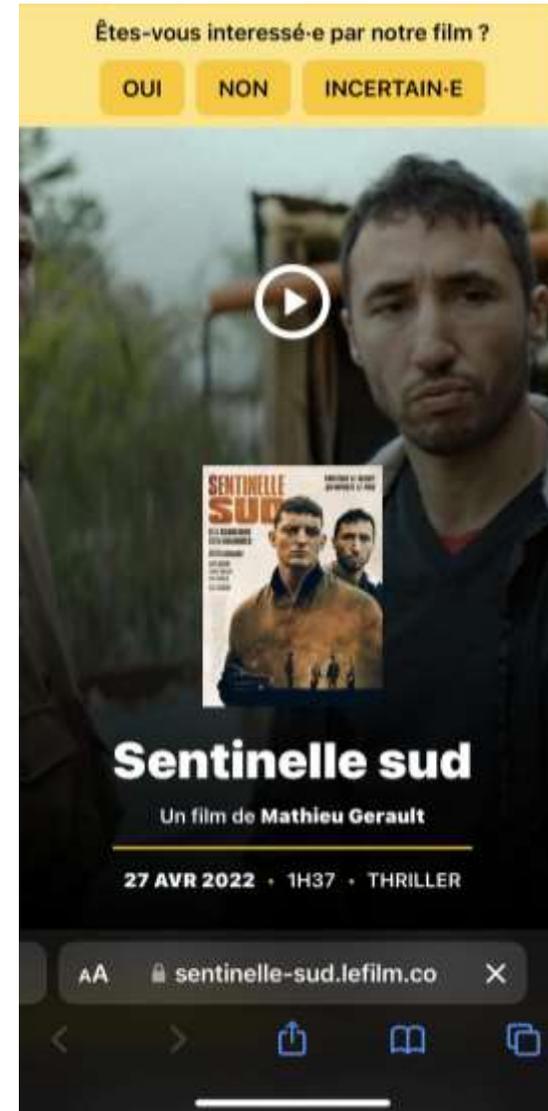
# POUR STREAMER LE FILM INVISIBLE BEAUTY

<http://magpictures.com/invisiblebeauty>



# INFORMATIONS SUR LE FILM SENTINELLE SUD AU SEIN DE LA PUB

<https://sentinelle-sud.lefilm.co>



# PLANÈTE ROBOTS: LIEN D'INSCRIPTION AU LE MONDIAL DE L'IA

[https://www.worldaicannes.com/en/register?payment\\_promo\\_code=WAICF24-SEB](https://www.worldaicannes.com/en/register?payment_promo_code=WAICF24-SEB)



WAICF  
WORLD ARTIFICIAL INTELLIGENCE CANNES FESTIVAL

8-10 FÉVRIER 2024  
Cannes, France et en ligne

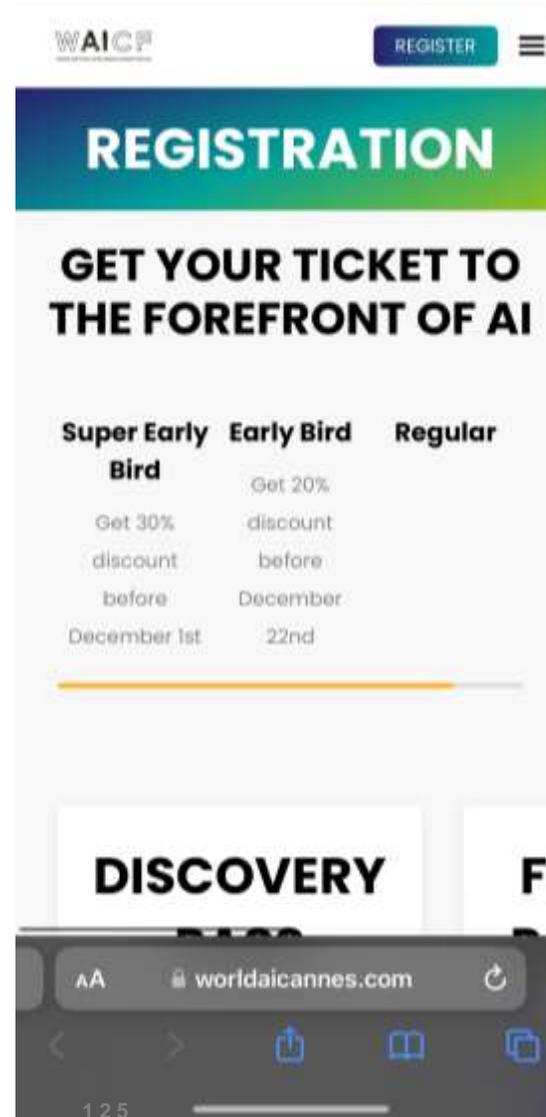
Conférences - Expositions - Démonstrations et plus

**LE NOUVEAU RENDEZ-VOUS  
MONDIAL DE L'IA EST À CANNES**

300 · 250 · 220  
speakers · sessions · sponsors & partenaires

[www.worldaicannes.com](http://www.worldaicannes.com)

INSCRIPTION



WAICF REGISTER

## REGISTRATION

GET YOUR TICKET TO THE FOREFRONT OF AI

Super Early Bird	Early Bird	Regular
Get 30% discount before December 1st	Get 20% discount before December 22nd	

DISCOVERY

1 2 5



WAICF REGISTER

## DISCOVERY PASS

**FREE**

FOR AI PRODUCTS AND INNOVATIONS EXPLORERS

BOOK MY PASS

See package details

## FULL PASS

**€710 / Day**

€990 / 2 Days (excl. VAT)

FOR AI KNOWLEDGE EXPERTS AND PRODUCTS EXPLORERS

BOOK MY PASS

See package details

[www.worldaicannes.com](http://www.worldaicannes.com)

# VERS LE SITE RUBRIQUE ÉVÈNEMENTS DU BON MARCHÉ

<https://www.lebonmarche.com/fr/au-bonheur-des-dames.html>

170 ANS DE BONHEUR

**Au Bonheur des DAMES!**  
PAR CREMBLE PRODUCTION

**OH!**

**BON MARCHÉ**

THÉÂTRE IMMERSIF INÉDIT!  
À PARTIR DU 2 SEPTEMBRE

RÉSERVEZ

LEBONMARCHÉ.COM  
24, RUE DE SÈVRES, PARIS 7<sup>E</sup>

LE BON MARCHÉ RIVE GAUCHE

RÉSERVEZ

LEBONMARCHÉ.COM  
24, RUE DE SÈVRES, PARIS 7<sup>E</sup>

LE BON MARCHÉ RIVE GAUCHE

L'AGENDA

## LA PROGRAMMATION DES ON ET DES OFF DU BON MARCHÉ

Janvier      Février

L	M	M	J	V	S	D
25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

Magasin   Services   Le Shop   La Gazette

lebonmarche.com

LE BON MARCHÉ RIVE GAUCHE

L'AGENDA

## AUX BEAUX CARRÉS : CONVERSATION

Le 08 février 2024

Rencontre   Le Bon Marché Rive Gauche

Assistez au dialogue *in situ*, entre Daniel Buren et Laurent Goumarre, où l'art et l'inspiration se rencontrent à l'occasion de son exposition Carte blanche pour Le Bon Marché Rive Gauche

Autour d'un verre, vous en apprendrez davantage sur le parcours artistique de Daniel Buren. Vous découvrirez également les secrets de création des œuvres exposées en magasin, qui reprennent les carrés de nos célèbres verrières en trois dimensions et habillent notre mythique escalator de l'« outil visuel » cher à l'artiste, les bandes verticales alternativement blanches et noires d'une largeur de 8,7 cm

Magasin   Services   Le Shop   La Gazette

lebonmarche.com

# QR code presse – Publi-rédactionnels

# LE PUBLI-RÉDACTIONNEL : LE QR CODE POUR APPROFONDIR

## Un tremplin naturel pour approfondir l'information produit

**lactel**  
**Matin Léger**

**Retrouvez le plaisir du lait!**

Pour bien démarrer la journée, le lait sans lactose n°1 s'invite à la table du petit-déjeuner. Source de plaisir, il est facile à digérer, avec tous les bienfaits nutritionnels du lait.

**Se sentir bien dès le matin**  
Le lait sans lactose n°1 est un lait doux, en grande part dé-lactosé (réduit en deux tiers), qui vous procure un plaisir immédiat. Sa douceur est due à la présence de lactose n°1, un sucre naturel qui est facile à digérer. Il est enrichi en vitamines A, B2, B12, D et en calcium.

**Un lait 100% français**  
C'est un lait français, produit en France, qui respecte les normes européennes de qualité. Il est enrichi en vitamines A, B2, B12, D et en calcium.

**9/10**  
C'est le nombre de personnes qui déclarent mieux digérer le lait sans lactose n°1.

**Matin Léger**  
que leur lait habituel.

**1 Lait 100% Français**

**Delicieusement gourmands...**  
... et tout aussi faciles à digérer!

**Réveillez vos petits-déjeuners avec Matin Léger N°1 Cacao ou Matin Léger N°1 Vanille.**

**1 Lait 100% Français**

**Plus en savoir plus**

**QR CODE**

**PUBLI-REPORTAGE**  
**Qboard® qladd**

**Facile à poser!**

**Il suffit d'ajuster la hauteur des pieds avec une simple clé plate pour installer correctement les panneaux Qboard® qladd au sol.**

**Qboard® qladd: le tablier idéal pour habiller sa baignoire**

Compacts, légers et prêts à poser, les panneaux Qboard® qladd sont conçus pour habiller les baignoires et accueillir différents revêtements.

**Une pose en 4 étapes**

1. Dévisser les pieds des panneaux Qboard® qladd sur les baignoires.
2. Poser les panneaux sur les baignoires.
3. Appuyer la tige d'ajustement sur le bord de la baignoire.
4. Visser les pieds des panneaux Qboard® qladd sur le bord de la baignoire.

**Des panneaux pour embellir sa baignoire**

En quelques opérations, les panneaux de construction sont parfaitement adaptés et adaptés au bord de la baignoire.

**Revenir en arrière pour lire les consignes de pose en œuvre.**

**QR CODE**

**OMNIconseur Vitalité**

**conseil au quotidien, Nutrition/Santé & Gastronomie**

**la "Rolle" de la cuisson!**

**Fabriqué en France - Garantie 15 ans - Économie d'énergie jusqu'à 250€/an**

**Plus de 1000 recettes de recettes à télécharger**

**QR CODE**

**PUBLI-RECETTE**

**EN 1 BELLE CUISISON ET SANS INTERVENTION EN COULEUR DE CUISISON**

**Une recette saine, savoureuse et un délice aux pommes**

**Recette pour 6 personnes**

**INGRÉDIENTS :**

- 100 g de farine de blé
- 100 g de sucre
- 100 g de beurre
- 100 g de lait
- 100 g de pommes
- 100 g de sucre
- 100 g de lait
- 100 g de beurre
- 100 g de pommes

**Préparation de la recette :**

Préchauffer le four à 180°C. Mélanger la farine, le sucre, le beurre, les pommes, le lait et le sucre. Verser la pâte dans le moule à cake et cuire pendant 45 minutes.

**Préparation de la cuisson :**

Préchauffer le four à 180°C. Verser la pâte dans le moule à cake et cuire pendant 45 minutes.

**La fin de la cuisson :**

Mettre la cuisson dans un plat et servir.

**OMNIconseur Vitalité**

**QR CODE**

# MARIE CLAIRE FRANCE : SÉRIE PUBLI-RÉDAC AVEC QR CODES

## Pour faire découvrir produits et boutiques

**LES DUCHESSES**  
La chausure haut de gamme personnalisée instantanée.

Profitez, découvrez et goûtez-vous. Découvrez comment se faire un monde unique à l'aide de nos chaussures haut de gamme personnalisées instantanées.

Après des recherches approfondies nous avons fait tout ce que nous pouvions pour vous offrir une chausure haut de gamme personnalisée instantanée. C'est pourquoi nous sommes si fiers de vous présenter nos chaussures haut de gamme personnalisées instantanées. Elles sont uniques, elles sont belles, elles sont confortables et elles sont faites pour vous.

Chaque modèle de chausure est unique et personnalisé en fonction de vos mesures et de vos goûts. Elles sont faites à la main et sont disponibles en plusieurs couleurs et matières. Elles sont faites pour vous et pour votre style.

Chaque modèle de chausure est unique et personnalisé en fonction de vos mesures et de vos goûts. Elles sont faites à la main et sont disponibles en plusieurs couleurs et matières. Elles sont faites pour vous et pour votre style.

Écrivez-nous votre adresse et nous vous enverrons votre paire de chaussures personnalisées.




**MAGIC HANDS**  
ÉCOLE DE MASSAGE D'EXCELLENCE

Créé par Jordan Ly Pinto, MAGIC HANDS est une référence en matière de massages. Une école reconnue dans son genre qui regroupe des formateurs à l'international et un accompagnement personnalisé. À sa tête, Jordan qui chaque jour met son expertise et son expérience pour former les meilleurs coachs, experts, massés et autres, accompagnés ainsi sa mission de faire rayonner le massage.

Cette passion l'a entraîné depuis tout petit et lui a été transmis par son père qui lui a transmis les valeurs de son père et son savoir-faire. Il grandit dans ce milieu familial et apprend avec sa mère à se faire un nom et à se faire respecter.

Avec Magic Hands, Jordan et son équipe forment à la fois des coachs professionnels et des thérapeutes. Ils aident, ils guident, ils accompagnent, ils soutiennent, ils aident à se faire un nom et à se faire respecter. Ils aident à se faire un nom et à se faire respecter.

Plus de 7000 personnes ont été formées et accompagnées par Magic Hands. Plus de 7000 personnes ont été formées et accompagnées par Magic Hands.




**PUNCHY**  
La boutique qui pétille !

Tout comme un cocktail, Punchy de Charlotte-Bellier qui aime travailler dans un environnement qui change et qui aime travailler dans un environnement qui change.

Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace. Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace.

Le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**, le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**.

Le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**.




**CALI RISE CRÉATIONS**

Designs créatifs et uniques. C'est là que se trouvent les créations de Cali Rise Créations. C'est là que se trouvent les créations de Cali Rise Créations.

Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace. Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace.

Le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**.




**CLEMASKI**  
L'élégance des Montagnes au travers de la lunetterie.

Charlotte, c'est l'élégance et la sophistication. C'est l'élégance et la sophistication. C'est l'élégance et la sophistication.

Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace. Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace.

Le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**.




**ERIK SCHAIK**  
Le créateur expose - 365 colliers + 1 =

La mode est un art qui transcende les époques et les cultures. Elle est un art qui transcende les époques et les cultures.

Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace. Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace.

Le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**.




**INVIÉS LES DISCIPLINES DE TROUVE NOUVEAU**

Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace. Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace.

Le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**.



**API ENVIRONNEMENT**  
Un produit pur et naturel aux multiples bienfaits.

Charlotte, c'est l'élégance et la sophistication. C'est l'élégance et la sophistication. C'est l'élégance et la sophistication.

Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace. Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace.

Le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**.




**BULLES DE BONHEUR**  
L'art de Créer des Mariages de rêve

Charlotte, c'est l'élégance et la sophistication. C'est l'élégance et la sophistication. C'est l'élégance et la sophistication.

Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace. Le **Drain & Soul** qui aide à faire un massage plus agréable et plus efficace.

Le **Massage Châleux**, le **Drain Tenseur**, le **Massage Sportif**.




# RENOVI VERS UNE RECETTE PROPOSÉE PAR LE PAYSAN BRETON

<https://www.paysanbreton.com/en-cuisine/nos-bonnes-inspirations/nos-recettes-au-lait-ribot>

Publi-rédactionnel

## LE LAIT RIBOT, UN LAIT PAS COMME LES AUTRES...

Vous pensiez que c'était du lait classique, mais non ! Laissez-vous surprendre par ce faux-ami qui vous veut du bien.

À retrouver au rayon lait frais de votre magasin !



### Une recette différente grâce aux ferments lactiques

Le lait ribot est un lait fermenté composé de seulement deux ingrédients d'origine naturelle :

- ↳ Du lait de vache
- ↳ Des ferments lactiques

Le savez-vous ? Des ferments lactiques sont aussi utilisés pour faire des yaourts. Ces petits organismes transforment le lactose, présent dans le lait, en acide lactique. Et ça, ça change beaucoup de choses...

### Un produit onctueux et gourmand

Les ferments donnent au lait ribot une **texture onctueuse**. Et son **goût légèrement acidulé**, proche de celui d'un yaourt nature, vient créer la surprise pour les papilles !

### ... qui va avec tout !

Nature, en smoothie avec des fruits mixés ou simplement avec une goutte de sirop, c'est une **boisson rafaissante pleine de peps**, qui réglera petits et grands.

C'est aussi le parfait allié pour **twister vos préparations** : il apporte moelleux aux pâtisseries, légèreté aux sauces et est idéal avec des céréales.

« Ribotez vos recettes ! »

### En + Il est bon pour la santé digestive

C'est une source naturelle de calcium qui aide les enzymes digestives à accomplir leur mission.\*

Flashez pour plein de recettes



### Un savoir-faire de plus de 50 ans

Marque coopérative créée par des producteurs de lait il y a plus de 50 ans, Paysan Breton fabrique son lait ribot dans le département des Côtes d'Armor, avec du lait de Bretagne et Pays de la Loire.

Flashez pour plein de recettes



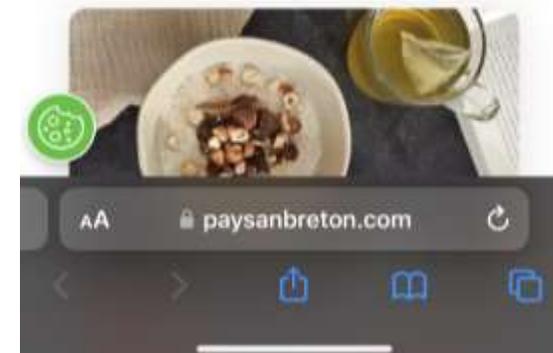
capital de 1 000 000 euros.



Accueil • En cuisine • Nos bonnes inspirations  
• Nos recettes au lait ribot

## Nos bonnes inspirations Nos recettes au lait ribot

Le lait ribot est un vrai allié en cuisine pour apporter moelleux, onctuosité ou légèreté à toutes vos recettes.



# RENVOI VERS UNE RECETTE PROPOSÉE PAR PRINCESSE AMANDINE

<https://www.princesseamandine.fr/recette/cest-lete-avec-princesse-amandine/>



**ÉQUILBRÉE & DELICIEUSE**  
Cette princesse s'assure d'être toujours au top !

Retrouvez la recette

**Princesse Amandine**

**NOUVEAU**

CONCOURS RECETTES  
Jouez avec Princesse Amandine en partageant vos plus belles recettes avec les pommes de terre Princesse Amandine en taguant @princesseamandine.  
Ces recettes gagnent à gagner, c'est le moment pour les meilleures recettes !

**C'est trop bon !**  
Vandé au rayon pommes de terre



Princesse Amandine

Home » Entrée » C'est l'été avec Princesse Amandine

**C'EST L'ÉTÉ AVEC PRINCESSE AMANDINE**

C'est l'été avec Princesse Amandine

Une recette de @lardonspetits-pois

**Les ingrédients**

- 200 g de pommes de terre Princesse Amandine,
- 250 g de mâche,
- 1 paquet de feta,
- 1c à c d'huile d'olive,
- 1 c à c de sauce soja,
- 1 c à s de vinaigre de cidre,
- 1 c à s d'huile de noix,
- Persil frais haché,
- sel et poivre,

princesseamandine.fr

# RENOVI VERS UNE RECETTE AUX FRAISES PROPOSÉE PAR SAVÉOL

<https://www.saveol.com/fr/nos-recettes-et-diy/page-liste-des-recettes/jubile-de-fraises-gariguettes-saveol-et-arlette-croustillante-par-michel-roth.html>

**AVEC LA FREIZH  
SAVEOL, SAVOUREZ  
LA BRETAGNE !**

CHEZ SAVÉOL, NOS MARAÎCHERS CULTIVENT LA FAMEUSE FRAISE DE PLOUGASTEL GRÂCE À UNE TECHNIQUE CULTURALE APPELÉE "JARDIN SUSPENDU". SELON UNE TRADITION TRANSMISE DE GÉNÉRATIONS EN GÉNÉRATIONS, LES FRAISES GARIGUETTES SONT SOIGNEUSEMENT CUEILLIES À LA MAIN ET À PLEINE MATURITÉ, PUIS LITÉES DANS UNE BARQUETTE OU UN COLIS. LA SAISON DE LA GARIGUETTE BAT SON PLEIN AU PRINTEMPS. PROFITEZ-EN POUR DÉCOUVRIR OU REDÉCOUVRIR SA TEXTURE FONDANTE, SON GOÛT SUBLIL ET SON PARFUM INIMITABLE !

CATHERINE MARAÎCHÈRE

CULTIVÉES EN BRETAGNE



**Saveol**  
Le meilleur nous unit

FRAISES GARIGUETTES, CUEILLIES À MATUREITÉ



[← RETOUR À LA LISTE](#)

**JUBILÉ DE FRAISES  
GARIGUETTES SAVÉOL ET  
ARLETTE CROUSTILLANTE  
PAR MICHEL ROTH**

🍴🍴🍴

- Temps de préparation : 40 min
- Temps de cuisson : 25 min
- Difficulté : 🍴🍴🍴
- Nombre de personnes : 4 pers.



saveol.com

# LIEN VERS LES OFFRES WEIGHT WATCHERS

<https://www.weightwatchers.com/fr/prix>

**W PersoPoints**  
NOUVEAU PROGRAMME

Valérie Damidot. Vraie membre. -14 kg  
Barbara. Vraie membre. -16 kg  
Mireille et Jean-David. Vraie membres. -15,5 kg et -20 kg  
Chris Margaux. Vraie membre. -12 kg

**Dites oui à la vie que vous aimez. Perdez le poids que vous voulez.**  
Le nouveau Programme de perte de poids et de bien-être WW PersoPoints™ est 100% personnalisé, aussi unique que vous ! Après 2 ans de recherche, découvrez 3 grandes innovations dans un seul nouveau Programme.

**NOUVEAU**  
**OUI à mes aliments à ZeroPoint™ personnalisés !**  
→ Nouveau : c'est vous qui choisissez les aliments à ZeroPoint™ que vous aimez. Pas besoin de les compter, vous les mangez à satiété et perdez du poids sans fringale ! Vous ajoutez de la variété et mangez selon vos goûts : c'est pour cela que ce nouveau Programme WW PersoPoints™ est aussi facile à vivre !

**NOUVEAU**  
**OUI à mes actions saines récompensées !**  
→ Pour la première fois, vous pouvez gagner et les ajouter à votre compte grâce aux actions saines que vous mettez en place. C'est si simple que vous n'avez même pas besoin de compter ! Le nouveau WW PersoPoints™ vous motive à adopter de nouvelles habitudes qui favorisent la perte de poids et votre bien-être durable.

**NOUVEAU**  
**OUI à la science simplifiée avec les nouveaux PersoPoints™**  
→ Basé sur les dernières avancées scientifiques, le **nouvel algorithme de Points favorise** les fibres, dissocie les sucres naturels des sucres ajoutés et les graisses insaturées des saturées, pour vous guider vers les choix les plus sains, en un seul chiffre par aliment et boisson. Pas besoin de calculer ! (Appli-  
cations WW et WW Points)

Toutes nos offres sur **WW.com** ou au **0 969 320 333**\*



Toutes nos offres sur **WW.com** ou au **0 969 320 333**\*



WeightWatchers

En Janvier, c'est le bon moment !  
Jusqu'à samedi seulement !  
**-50% sur 12 mois\* !**  
Offre valable sur l'abonnement 12 mois en comparaison avec l'abonnement 1 mes.  
\*Conditions de l'offre

Choisissez une durée

MEILLEURE OFFRE : -50% !

**12 mois Standard à -50%**  
12,50 €/mois (au lieu de 25€)  
Économie : 180€ sur 12 mois\* ⓘ

Tarif mensuel pendant 12 mois	12,50 €
Frais d'inscription	30,00 €
Inscription offerte	-30,00 €
<b>Vous payez aujourd'hui</b>	<b>12,50 €</b>

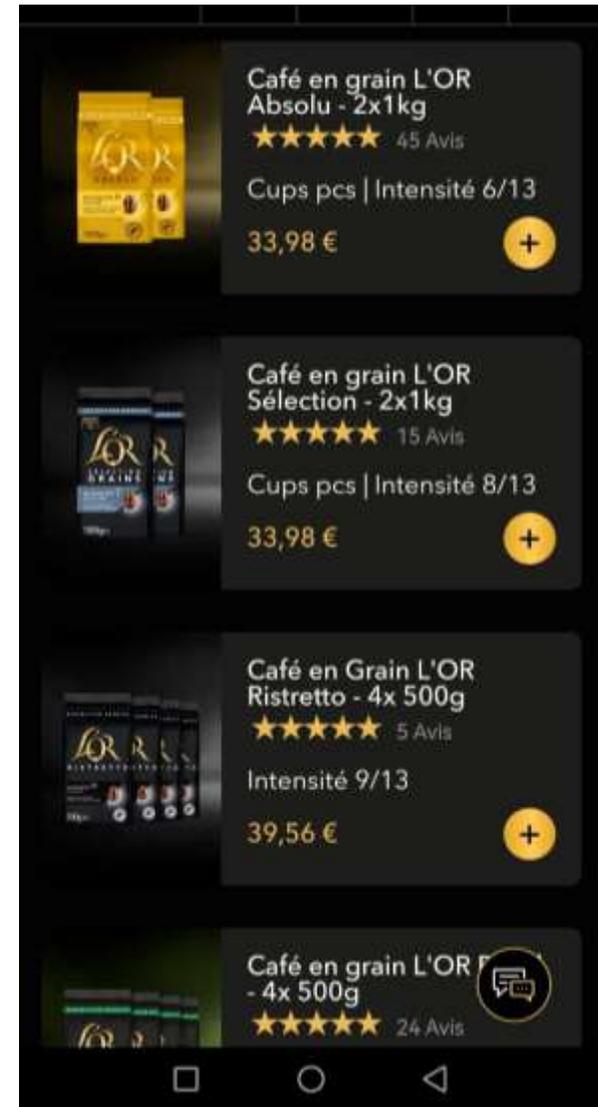
**Standard** [Voir l'autre formule](#)

Je choisis cette formule

weightwatchers.com

# L'OR: RENVOI VERS LE E-COMMERCE AVEC 15% DE RÉDUCTION

<https://qrco.de/beKknL>



# DEVIS POUR UN MONTE ESCALIER TKE

<https://homesolutions.tkelevator.com/fr-fr/prix/devis/>

**TK HOME SOLUTIONS**  
Le monte-escalier S200 : confiance et indépendance au quotidien

Robuste, sûr, confortable et facile à utiliser, le monte-escalier S200 vous donne un maximum de confiance et d'indépendance dans votre vie au quotidien. Entièrement fabriqué sur-mesure pour un fonctionnement en douceur dans vos escaliers et également pour s'intégrer avec style dans votre intérieur. Avec le S200, vous pouvez continuer à vivre chez vous sans aucun souci : Votre maison aujourd'hui restera votre maison de demain.



**1<sup>er</sup> PRIX Pléine Vie 2022**

**red dot winner 2021**



Obtenez votre devis gratuit et sans engagement

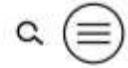
[homesolutions.tkelevator.com/fr-fr/](https://homesolutions.tkelevator.com/fr-fr/)

TKE Home Solutions



Obtenez votre devis gratuit et sans engagement

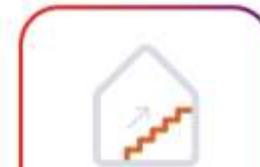
TKE



DEVIS PERSONNALISÉ POUR VOTRE MONTE - ESCALIER

Obtenez votre devis de votre monte-escalier

1. Où souhaitez-vous installer votre monte-escalier ?



À l'intérieur



Contactez-nous



# tke-homesolutions.fr

# LIEN VERS DES TÉMOIGNAGES VIDÉO DE L'OMNICUISEUR VITALITÉ

<https://www.omnicuiseur.com>

**coup de cœur**

**Héléne Segara**  
notre Ambassadrice

"Je suis gourmande mais je fais attention à ma santé. L'Omnicuiseur Vitalité m'a vraiment totalement séduite. Je n'ai pas trouvé d'équivalent, je ne pourrai plus m'en passer"

**PRIX 2022 Gourmand**

**L'Omnicuiseur Vitalité®**

La cuisson Basse Température Facile, Rapide, Gourmande et Saine au quotidien !

Retrouvez le témoignage de notre pétillante Ambassadrice

**Prix Nutridor 2016**  
Reconnu par les professionnels de santé

**Prix Top Santé 2022**  
"Coup de cœur du public"

Fabrication Française - Garantie 15 ans - Écoresponsable  
www.omnicuiseur.com - 830 36 01 87 (appel gratuit)

+ de 1800 recettes *Healthy*  
De l'entrée au dessert

Retrouvez le témoignage de notre pétillante Ambassadrice

OMNICUISEUR Vitalité

15:22  
← Appareil photo

-10% sur TOUT le site avec le code MARMITON jusqu'au 14/02/2024

OMNICUISEUR Vitalité

0,00€

Cover de vinif marmiton du jury 2024

-10% sur TOUT le site avec le code promo MARMITON

J'en profite

Découvrez nos produits

Plus de 25 ans, l'Omnicuiseur Vitalité, produit

AA omnicuiseur.com

16:30  
← Appareil photo

OMNICUISEUR Vitalité

0,00€

Les 6 bonnes raisons de l'adopter au quotidien

1

Pour manger gourmand et healthy, privilégiez la cuisson basse température

2

AA omnicuiseur.com

# RECEVOIR LA PLAQUETTE COMMERCIALE D'OMNICUISEUR

<https://qrco.de/beWly0>



16:26  
Appareil photo

-10% sur TOUT le site avec le code MARMITON jusqu'au 14/02/2024

OMNICUISEUR Vitalité 0,00€

## Plaquette commerciale

### 6 bonnes raisons de l'adopter au quotidien !

1. Pour manger gourmand et healthy, **faites baisser la température !**
2. Préservez votre silhouette tout en vous régaland au quotidien, **c'est enfin possible !**
3. Véritable "couteau suisse" des appareils de cuisson, **il remplace tout dans votre cuisine !**
4. Cuisiner devient un véritable jeu d'enfant ! Vous préparez... **il s'occupe de tout à la perfection !**
5. **Écoresponsable et créé pour durer**
6. C'est aussi une **communauté enthousiaste pour vous accompagner**

Envie d'en savoir plus ?  
Téléchargez gratuitement notre plaquette

omnicuiseur.com

16:27  
Appareil photo

OMNICUISEUR Vitalité 0,00€

## plaquette

= \* = indique les champs nécessaires

E-mail \*

RGPD \*

Je reconnais et j'accepte expressément, en remplissant ce formulaire, que des données à caractère personnel me concernant seront collectées et feront l'objet d'un traitement par l'Omnicuiseur Vitalité selon la politique de confidentialité.

Recevoir la plaquette commerciale

omnicuiseur.com

OMNICUISEUR Vitalité 0,00€

et feront l'objet d'un traitement par l'Omnicuiseur Vitalité selon la politique de confidentialité.

Recevoir la plaquette commerciale

## ASSISTANCE TÉLÉPHONIQUE

Appel gratuit : 0800 96 00 89

02 51 89 18 40

info@omnicuiseur.com

Un four basse température  
four infra rouge  
La cuisson basse température

# SUPPLÉMENT D'INFORMATION SUR LE PRODUIT EN FORMAT STORY

<https://www.vichy.fr/article/liftactiv-b3-serum/amp-a86695.aspx>

**VICHY**  
LABORATOIRES

**INNOVATION**  
**LIFTACTIV**  
B3 SERUM ANTI-TACHES



«Avec l'âge et les agressions quotidiennes comme l'exposition au soleil, les taches pigmentaires s'intensifient. Le produit à base active augmente l'apparition de taches de 25%!»  
**FREDÉRIQUE LABATUT**  
DIRECTRICE DES LABORATOIRES  
SOIN VISAGE VICHY



**13% DE COMPLEXE ANTI-TACHES POUR UNE DOUBLE ACTION SUR LA PIGMENTATION**

**NIACINAMIDE [B3]**  
Avec plus de 2 000 publications à travers le monde, la Niacinamide est un actif connu des dermatologues. Grâce à son action anti-hyperpigmentation, l'apparition des taches est visiblement réduite.

**ACIDE GLYCOLIQUE & ACTIFS PEELING**  
L'Acide Glycolique est un actif de référence en dermatologie pour ses propriétés exfoliantes. Reconnu pour sa grande efficacité, il agit à la surface de la peau pour réduire les taches visibles. Le teint est plus uniforme et lumineux.

**EVALUÉ DERMATOLOGIQUEMENT RÉDUIT LES TACHES**

AVANT	-29% EN MOYENNE	-71% <sup>(1)</sup> POUR 1 FEMME SUR 3

HYPOALLERGÉNIQUE - SANS ALCOOL & SANS PARFUM. TESTÉ SUR TOUTS PHÉNOTYPES.

EN SAVOIR PLUS SUR VICHY.FR

LA SANTÉ PASSE AUSSI PAR LA PEAU.

PRENEZ LE SOIN DE TRIER, CE FLACON EN VERRE SE RECYCLE. trionsenbeauté.fr

EN SAVOIR PLUS SUR  
VICHY.FR



LABORATOIRES VICHY

AVEC LES AGRESSIONS QUOTIDIENNES LES TACHES AUGMENTENT

+25%<sup>(1)</sup>

LABORATOIRES VICHY

LIFTACTIV

LABORATOIRES VICHY

LIFTACTIV

-29% JUSQU'À -71%<sup>(1)(2)</sup>

TACHES<sup>(1)</sup>

LABORATOIRES VICHY

LIFTACTIV

(1) Etude clinique, résultat moyen de 7 millimètres de la réduction des taches calculé sur 32% du total de 44 spots après 2 mois - 100 moyen sur 44 millimètres - 20% (2) Réduction de l'effet éclaircissant sur les 100 moyens de mesure d'un spot clinique après 2 mois.

# LIEN VERS UN JEU POUR DEVENIR TESTEUSE POUR BIODERMA

[https://bioderma.emsecure.net/optiext/optiextension.dll?ID=QtSC062rUDkJkTrKR9iccsU3BTw4iCq3tfRgIH6NpwO7K5otF5Cq3t6471nFnzopNThTb2RI\\_eAeQv&SRC](https://bioderma.emsecure.net/optiext/optiextension.dll?ID=QtSC062rUDkJkTrKR9iccsU3BTw4iCq3tfRgIH6NpwO7K5otF5Cq3t6471nFnzopNThTb2RI_eAeQv&SRC)



PUBLIREPORTAGE  
MARE CLAIRE X BIODERMA

Inscrivez-vous pour  
tenter de tester  
Créaline H2O yeux



#DANSMAPEAU **Et si vous preniez  
soin de vos yeux sensibles  
dès le démaquillage ?**

Expert de la santé durable de la peau, le Laboratoire BIODERMA est réputé pour sa maîtrise des peaux sensibles. Pour la zone fragile du contour de l'œil, la marque a créé Créaline H2O yeux, un nouveau démaquillant micellaire à la triple action soin, adapté aux yeux sensibles.

#### UN DES PIONNIERS DE L'EAU MICELLAIRE

Il y a 25 ans, Bioderma inventait la technologie micellaire avec Créaline H2O, la toute première eau micellaire. Respectueuse de la peau, cette formule biomimétique s'inspire de la biologie de la peau, pour la démaquiller et la nettoyer dans le respect de l'équilibre cutané grâce à ses micelles. Conçue pour tous les épidermes, même sensibles, elle est devenue un incontournable dans la salle de bains des femmes.

#### UNE FORMULE MICELLAIRE DÉDIÉE AUX YEUX !

Le contour de l'œil est une zone où la peau est beaucoup plus fine que sur le reste du visage. Fragilisée par la pollution, les frottements et les démaquillages successifs, elle mérite une attention particulière. C'est pourquoi Bioderma a décidé d'innover avec Créaline H2O yeux, un démaquillant biphasé micellaire fabriqué en France, qui élimine le maquillage, même waterproof, en un geste. Avec sa triple action soin, il apaise, hydrate et renforce paupières et cils. Son secret ? Des ingrédients biomimétiques issus du savoir-faire Bioderma : la provitamine B5 renforce les cils et la fonction barrière de la peau ; le fructose et le glucose apaisent cette zone très fragile.



#### POURQUOI ON L'ADOpte ?

Créaline H2O yeux élimine efficacement le maquillage des cils et des paupières sans laisser de film gras grâce à son ratio optimal phase aqueuse (70 %) / phase huileuse (30 %). La phase huileuse dilue les pigments tandis que la phase aqueuse, dotée de la technologie micellaire, l'élimine. Sans rincer, sa formule nettoie en douceur et renforce la peau au fil des démaquillages, pour préserver sa santé, durablement.

Inscrivez-vous pour  
tenter de tester  
Créaline H2O yeux



BIODERMA  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

TESTEZ  
Créaline  
H2O yeux

EFFICACITÉ WATERPROOF

NOUVEAUTÉ



DÈS LE MAQUILLAGE, PRENEZ SOIN DE VOS YEUX SENSIBLES

Testez le premier démaquillant biphasé micellaire du Laboratoire Dermatologique BIODERMA dédié aux yeux sensibles. **Créaline H2O yeux**, apaise, hydrate les paupières et renforce les cils.

Du 1er avril au 1er mai 2022 inclus, inscrivez-vous et devenez peut-être l'une de nos 300 testeuses de la nouveauté **Créaline H2O yeux**.

Les gagnantes tirées au sort seront contactées par mail, une fois les inscriptions clôturées.  
**Bonne chance !**

DÈS LE MAQUILLAGE, PRENEZ  
SOIN DE VOS YEUX SENSIBLES

Testez le premier démaquillant biphasé micellaire du Laboratoire Dermatologique BIODERMA dédié aux yeux sensibles. **Créaline H2O yeux**, apaise, hydrate les paupières et renforce les cils.

Du 1er avril au 1er mai 2022 inclus, inscrivez-vous et devenez peut-être l'une de nos 300 testeuses de la nouveauté **Créaline H2O yeux**.

Les gagnantes tirées au sort seront contactées par mail, une fois les inscriptions clôturées.  
**Bonne chance !**

[1] Jeu gratuit sans obligation d'achat, ouvert aux personnes résidant en France métropolitaine (Corse incluse), organisé du 1er avril au 1er mai 2022 inclus. Lire

bioderma.emsecure.net

# LIEN VERS LA PAGE SEPHORA DU PRODUIT PRÉSENTÉ

<https://www.sephora.fr/p/kenzoki-youth-flow---creme-velours-nouvelle-peau-P10024295.html>

BIBA x SEPHORA  
UNION MADE

POSITIVE SKIN FLOW

## Le soin au service de votre peau

On ne veut pas juste une crème qui aide à combattre les signes de l'âge... On cherche plus que cela : un soin qui fait du bien au corps et à l'esprit. Et ça, KENZOKI l'a bien compris !

### L'expertise KENZOKI au service de notre peau

KENZOKI a choisi d'intégrer dans toutes ses formules un ingrédient puissant, symbole d'harmonie en Asie depuis des millénaires : la Fleur de Lotus Sacré. KENZOKI en étale les secrets de beauté depuis 20 ans pour en distiller ses bienfaits et en extraire le meilleur pour la peau. Ces extraits à la fleur de Lotus Sacré - l'Extrait Aqueux qui a des propriétés anti-radicales et l'Extrait Huileux qui aide à booster la vitesse de renouvellement épidermique - ont été associés à des ingrédients d'origine naturelle spécifiques pour créer trois nouvelles gammes (YOUTH FLOW, HYDRATION FLOW et NOURISHING FLOW) de soins composés à au moins 90 % d'ingrédients d'origine naturelle<sup>(1)</sup>.

### POSITIVE SKIN FLOW, quand le bien-être passe par la peau

Selon la philosophie du Qi, une notion issue des cultures chinoise et japonaise, il existe un flux d'énergie qui circule en chacun de nous, ainsi que dans la nature. C'est ce que préconise le soin KENZOKI, disponible uniquement chez SEPHORA<sup>(2)</sup> : une circulation d'énergie harmonieuse entre le corps et l'esprit. Son objectif ? Rétablir les mécanismes naturels de l'épiderme - les « flux » de jeunesse, d'hydratation et de nutrition - pour une peau sublimée grâce aux propriétés d'une fleur aux pouvoirs légendaires symbole de résilience, la Fleur de Lotus Sacré. Mais aussi par une gestuelle basée sur des points d'acupuncture et des lectures ultra sensorielles qui favorisent un sentiment de bien-être en stimulant le Qi et optimisent l'application du soin.

### YOUTH FLOW, la Crème Velours Nouvelle Peau

Quand la peau perd de sa vitalité, de sa fermeté, de son éclat naturel, il est temps de booster le renouvellement cellulaire et de renforcer la peau. La Crème Velours Nouvelle Peau est un soin anti-âge essentiel pour réactiver le flux de jeunesse (la dynamique de renouvellement de l'épiderme) : le duo d'Extraits Aqueux et Huileux à la Fleur de Lotus Sacré, accompagné de l'Extrait de Grande Mauve, aide à protéger la peau du stress oxydatif tout en contribuant à accélérer sa régénération. Et les résultats sont là : jour après jour, les rides et ridules sont visiblement lissés (+50 %) et moins apparentes (-51 %), la peau est plus ferme (+56 %), le teint plus éclatant (+77 %) et unifié. Et quand on découvre sa texture douce et voluptueuse, contre une carosée sur la peau, son parfum relaxant et sa formulation à 97 % d'ingrédients d'origine naturelle<sup>(3)</sup>, on sait que l'on atteint un véritable moment de bien-être<sup>(4)</sup>.



+ D'INFOS

YOUTH FLOW, c'est une routine beauté en trois étapes : 1- On prépare et nettoie la peau avec la Lotion Tonique Jeunesse Préservée. 2- On traite avec le Sérum Flux de Jeunesse. 3- On raffermi avec la Crème Velours Nouvelle Peau. Scannez le QR code avec votre smartphone pour avoir plus d'infos.



(1) Basé sur la norme ISO 16128. Les % restants contribuent à l'intégrité et à la sensorialité de la formule. (2) Exclusivité dans le réseau de parfumeries nationales. (3) Auto-évaluation par scorage sur 31 volontaires avec deux applications par jour pendant 8 semaines consécutives. (4) Bon pour vous : des formules composées à 90 % minimum d'ingrédients d'origine naturelle.

+ D'INFOS

YOUTH FLOW, c'est une routine beauté en trois étapes : 1- On prépare et nettoie la peau avec la Lotion Tonique Jeunesse Préservée. 2- On traite avec le Sérum Flux de Jeunesse. 3- On raffermi avec la Crème Velours Nouvelle Peau. Scannez le QR code avec votre smartphone pour avoir plus d'infos.



2EME DEMARQUE\* : -10% supp. sur les produits soldés (hors coffrets). Code : **SOLDES24**

SEPHORA



Sephora / Soins Visage / Type de soin / Crème de jour

GOOD FOR

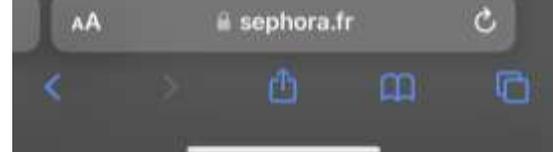


Des suggestions ?

KENZOKI

Kenzoki Youth Flow - Crème Velours Nouvelle Peau

★★★★★ 93 avis



KENZOKI

SEPHORA



www.sephora.fr

# LIEN VERS LA PAGE GARANCIA DU PRODUIT PRÉSENTÉ

<https://garancia-beauty.com/pages/eclair-de-lune-l-absolu>

PUBLI-COMMUNIQUÉ

**INFOS INNOVATION**

## Non aux taches brunes 100% DES TACHES ATTÉNUÉES DÈS 2 MOIS !

C'EST UN CHIFFRE RECORD CONFIRMÉ PAR LES FEMMES ELLES-MÊMES À TRAVERS DES TESTS D'AUTO-ÉVALUATION. VÉRITABLE INNOVATION COSMÉTIQUE BREVETÉE, CE SÉRUM DOUBLE PHASE ANTI-TACHES ÉCLAIR DE LUNE GARANCIA EST DÉSORMAIS L'ARME ABSOLUE CONTRE LES TACHES BRUNES. AVEC EN PLUS L'ASSURANCE D'UN TEINT PLUS LUMINEUX, PLUS ÉCLATANT !



**Des résultats express : un teint unifié dès 5 jours<sup>(1)</sup>.**  
Et surtout une efficacité spectaculaire en moins de 2 mois (56 jours<sup>(2)</sup> exactement !) avec **100%** de taches brunes atténuées, un teint **100%** plus uniforme et plus lumineux et **99%** de rides et ridules lissés. Ce qui en fait un anti-taches puissant et un anti-âge très performant.

**AVANT** **APRÈS<sup>(3)</sup>**

Visualisation de la tache en niveaux de gris, 60x 50 pixels.

**Efficace sur toutes les taches<sup>(4)</sup>, quelle que soit leur origine :** taches de vieillissement, taches dues au soleil, à la lumière bleue, imperfections, cicatrices, masque de grossesse... Le vrai plus de ce sérum à la fois correctif et préventif : agir sur les taches que l'on voit mais aussi sur celles que l'on ne voit pas, qui sont déjà en formation sous la peau et apparaîtront un jour. Détectables sous lampe UV, elles sont elles aussi diminuées significativement dès 56 jours<sup>(5)</sup>.

**Une texture divine mi-huile sèche, mi-essence.** Elle associe 4 molécules high tech qui aident à inhiber la pigmentation + 4 extraits botaniques vertueux riches en puissants anti-oxydants. Ils fusionnent sur la peau à l'application et agissent en synergie pour une action complète à tous les stades de la mélanogenèse.

**ON AIME**  
96% d'ingrédients d'origine naturelle.  
Noté excellent sur les appli scan produits<sup>(6)</sup>.

Flacon en verre recyclable et étui en carton issu des forêts gérées durablement.  
Fabriqué en France.




Flashez pour en savoir plus et découvrir d'autres témoignages.

### L'avis de...



**« Mes mains ne trahissent plus mon âge ».**  
On les appelle taches de vieillesse. À mon âge, cela ne me ravit pas ! J'ai tout essayé sans beaucoup de résultats... Ça fait 3 mois que j'utilise matin et soir le sérum Éclair de Lune l'Absolu avant d'appliquer mon renfort la Crème main et visage Éclair de Lune le Concentré. Je dois dire que mes taches ont bien éclairci et tendent même à disparaître.



Flashez pour en savoir plus et découvrir d'autres témoignages.



### [Éclair de Lune L'Absolu] : Le sérum double phase Anti-taches Correcteur & Préventif

Source : voir que les taches hyperpigmentaires ont été réduites au profit d'un teint plus uniforme. En 56j, quasiment tout leur origine : vieillissement, soleil, bleue... et les taches dues au soleil ont été réduites au profit d'un teint plus lumineux et plus uniforme. 100% des taches brunes ont été atténuées dès 56j. Pour plus d'infos à ce sujet, rendez-vous sur la page [Éclair de Lune L'Absolu] le sérum double phase Anti-Taches sur [www.garancia-beauty.com](https://www.garancia-beauty.com)

15:23  
Appareil photo

Livraison à domicile OFFERTE dès €60 d'achat\*\*

**GARANCIA**  
PARIS

## LARMES de FANTÔME

LE CONTOUR DES YEUX  
QUI FAIT TOUT DÈS 3 JOURS !

JE LE VEUX !



**ANTI**

- ✓ Cernes
- ✓ Poches
- ✓ Rides
- ✓ Fatigue
- ✓ Relâchement

Cosmétiques naturels à l'efficacité rapide et prouvée

[garancia-beauty.com](https://www.garancia-beauty.com)

(1) Sur 100 personnes en plus de 10 ans (moyenne) - (2) Sur 100 personnes en plus de 10 ans (moyenne) - (3) Sur 100 personnes en plus de 10 ans (moyenne) - (4) Sur 100 personnes en plus de 10 ans (moyenne) - (5) Sur 100 personnes en plus de 10 ans (moyenne) - (6) Sur 100 personnes en plus de 10 ans (moyenne)

# LIEN VERS UNE PAGE MATMUT SUR LES GILETS AIRBAG

<https://www.matmut.fr/assurance/moto/conseils/gilet-airbag-moto>

à l'essai publi-reportage Matmut

## Motos, scooters

# CE PRINTEMPS, JE METS LES GAZ... SUR MA SÉCURITÉ !

Le soleil revient, les températures grimpent, l'envie de rouler au grand air se fait grandissante. Comment glisser sereinement vers la belle saison ? Nos conseils pour un démarrage réussi !



**Nicolas Lumbert**  
Directeur Général

« Il est important de bien choisir son assurance moto. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Le printemps est une saison particulière. Plus de soleil, plus de chaleur, plus de plaisir. Mais aussi plus de risques. C'est pourquoi il est important de bien choisir son assurance moto. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

« Choisir son assurance moto, c'est un choix important. Il faut prendre en compte plusieurs critères : le montant de la prime, le niveau de garantie, le service client, etc. Matmut propose des garanties adaptées à vos besoins et à votre budget. Nos experts vous conseillent pour vous aider à faire le meilleur choix possible. Contactez-nous au 02 99 99 99 99 ou sur notre site internet www.matmut.fr »

matmut

## Le gilet airbag moto pour rouler en toute sécurité

Publié en aout 2019 - Mis à jour en mars 2022

La moitié des accidents mortels à moto sont dus à des blessures au thorax, à la colonne vertébrale et à l'abdomen. Le gilet airbag moto, en véritable bouclier, peut sauver votre vie lors d'un accident. Comment fonctionne un coussin gonflable sur un deux-roues ? Quel gilet airbag choisir ? Quelles parties du corps sont protégées par le gilet airbag moto ? La Matmut vous dit tout.

### Un simple gilet airbag peut vous sauver la vie !

matmut.fr

matmut

Cage thoracique  
Coeur et poumons

Vertèbres cervicales  
Colonne vertébrale  
Vertèbres dorsales  
et lombaires

Comment fixer la sangle du gilet airbag ?

- Mains sur le guidon
- Réglage de la sangle au plus court

⚠ la sangle doit être attachée à l'arrière de la moto

matmut.fr

• Votre moto est déjà ou bientôt assurée à la Matmut ?  
Des gilets airbag filaires sont à gagner dans toute la France pour toute nouvelle souscription ou modification de votre contrat 2R Rider Moto entre le 1<sup>er</sup> mars et le 30 avril 2022 !

Flashez le QR Code pour tout savoir sur cette opération.

# INVITE AU TÉLÉCHARGEMENT D'AVAST ONE

[https://avast-one.onelink.me/HKEh/c6c43859?af\\_gr=true](https://avast-one.onelink.me/HKEh/c6c43859?af_gr=true)



## Mieux se protéger face à la cyber-délinquance

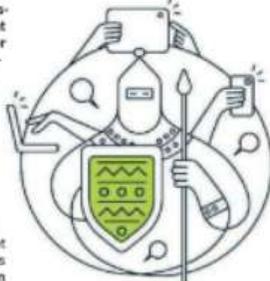
Ceux qu'on appelle les cyber-délinquants ou plus communément les pirates visent tout aussi bien les administrations, les entreprises... que les particuliers. Les attaques sont en forte recrudescence et les cybercriminels rivalisent d'ingéniosité pour convaincre les internautes de livrer leurs données personnelles et introduire virus et malwares dans les équipements. Le point avec les experts d'Avast.

### Du phishing au spoofing

Les français sont méfiants et de mieux en mieux formés. Ils détectent ainsi plus facilement les emails de phishing, ces messages comportant des appels à l'aide parfois déchirants mais souvent écrits avec de nombreuses fautes d'orthographe. Toutefois les virus et malwares s'avèrent beaucoup plus compliqués à repérer car ils s'infiltrent discrètement dans les appareils, restent parfois inactifs avant de se propager et de déclencher l'attaque. Si certains virus sont juste gênants, la plupart d'entre eux sont destructeurs et visent à infecter et prendre le contrôle des appareils. Ce qui peut s'avérer extrêmement facile quand l'ordinateur n'est pas équipé d'un système à jour et performant. Les experts d'Avast rappellent que les virus se propagent de plusieurs manières : emails, téléchargements, messageries, logiciels obsolètes et messages publicitaires malveillants (malvertising). Une bonne protection antivirus doit donc être globale et complète.

Les techniques des cyber-criminels évoluent en même temps que nos habitudes de travail et de consommation. Ces derniers mois, le télétravail s'est généralisé avec des systèmes de sécurité parfois défaillants. L'usage des smartphones s'est également accru et ces appareils sont devenus une cible privilégiée des pirates. Quand on sait que chaque français utilise en moyenne 5

heures par jour son smartphone, il est urgent que les "mobinautes" prennent la bonne habitude de protéger leurs smartphones. Avast One propose une fonctionnalité Scam Protection qui alerte sur l'existence de liens frauduleux non seulement dans les emails mais aussi dans les SMS et applications.



### Une cyberdélinquance en hausse en 2022

Le plus vigilant des internautes est-il pour autant si démuni face à des pirates aux techniques ultra-sophistiquées ? Le spoofing (usurpation d'identité d'une marque ou d'un site de confiance) par exemple connaît une forte croissance. L'escroc se fait par exemple passer pour un conseiller bancaire en fournissant des informations personnelles du "client"

(numéro de téléphone, adresse). En confiance, le client s'empresse alors de communiquer le numéro de carte bancaire demandé. La protection des données personnelles est donc vitale.

Généralisation des achats en ligne, crise géopolitique, arrivée du méta-vers, développement des crypto monnaies... les menaces vont aller s'accroissant et qu'elles prendront des formes très variées et difficilement détectables pour les non-initiés.

Par exemple, pour « miner » les crypto monnaies comme le bitcoin, c'est à dire résoudre de complexes équations pour des tiers, les "mineurs" utilisent des équipements informatiques à l'insu des propriétaires. A la clé une surchauffe des équipements, l'arrivée de dysfonctionnements et même une augmentation des factures d'électricité ! Tout aussi raffinés, les logiciels d'extorsion que sont les ransomware ou rançongiciels. L'ordinateur est bloqué contre rançon à verser aux délinquants. Contrairement à ce qu'on pourrait penser, PME et particuliers constituent la majorité des victimes de ransomware.

Pour bloquer toutes ces activités malveillantes, conserver la confidentialité lors des achats en ligne et faire durer les équipements, il est absolument impératif d'ajouter une couche supplémentaire de protection.

Publi-communicé



Un antivirus puissant comme Avast One sert de véritable barrière de sécurité. Téléchargez Avast One gratuitement sur votre PC sur [avast.com/sciences](https://avast.com/sciences)



## Avast One

Un antivirus gratuit primé et une solution de protection avancée

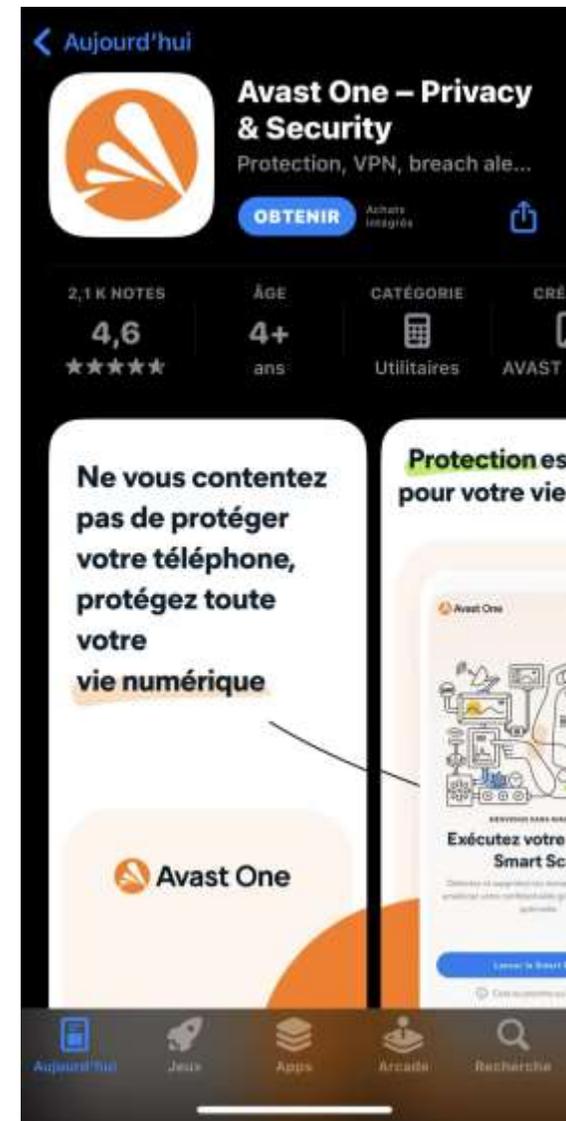
+ Des outils de nettoyage pour améliorer les performances

+ Un VPN pour plus de confidentialité

LE TOUT 100 % GRATUIT !

Et n'oubliez pas de protéger votre smartphone.

Téléchargez gratuitement Avast One sur mobile



# RENVOI SUR UNE PLATEFORME D'AIDE POUR L'ENTREPRENEURIAT

<https://www.adie.org>

FOOD'ELLES AVEC ADIE

## Nitha La cuisine à la sauce courage!

**Nitharshini, ou Nitha, est originaire du Sri Lanka, un pays qu'elle a dû fuir avec sa fille et son mari. Après neuf ans passés en Malaisie, et le statut de réfugiée politique obtenu, elle s'installe en France. Son mari ne peut pas la suivre à ce moment-là. Son parcours de demandeuse d'asile l'a menée à vivre aujourd'hui de sa passion pour la cuisine.**

**RÉFUGIÉE POLITIQUE, ARRIVÉE EN FRANCE IL Y A HUIT ANS, VOUS AVEZ DÉCIDÉ DE CONSTRUIRE**



deux rendez-vous, mon conseiller Thiermo m'a accordé un microcrédit. Avec 80 000 euros, j'ai pu faire tous les travaux et les achats d'équipements pour créer une cuisine professionnelle, à quelques pas de mon appartement où je m'occupe de ma mère, qui est aujourd'hui très malade. Philippe, bénévole de l'association, m'accompagne quant à lui dans toutes les démarches administratives et pour les questions de comptabilité. Toutes ces étapes m'ont permis de lancer mon activité, Nitha traiteur.

### QUELLE EST AUJOURD'HUI VOTRE ACTIVITÉ ET COMMENT VOS ORIGINES INFLUENT-ELLES VOTRE CUISINE ?

Aujourd'hui, je travaille dans mon laboratoire, je participe à des événements et je réponds à des commandes. Je propose des recettes sri lankaises et malaisiennes. J'ai adapté les recettes traditionnelles, dosé les épices pour que cela plaise au plus grand nombre. Je mêle ce que je préfère de ces deux cuisines : les fritures légères et la feuille de moutarde de Malaisie, les biryanis, les feuilles de curry ou de pandan du Sri Lanka.

### QUELS SONT VOS PROJETS ?

Je voudrais développer mes commandes pour rester indépendante, travailler pour des particuliers, des entreprises, des associations et faire découvrir ma cuisine et mes pâtisseries le plus largement possible.

PHOTOS: LA MÊME DÉCOUVRE

adie

Du 5 au 9 février, participez à des ateliers gratuits partout en France pour créer votre entreprise !

INSCRIVEZ-VOUS !

Entreprendre, c'est possible !

Flashez ce QR Code pour découvrir toutes les actions de l'Adie.

€

adie.org

Je simule mon financement

Montant à emprunter

EUR

SIMULER MON PROJET

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.

€

adie.org



Flashez ce QR Code pour découvrir toutes les actions de l'Adie.



Flashez ce QR Code pour découvrir toutes les actions de l'Adie.

# POUR ÉCHANGER AVEC UN CONSEILLER VELUX

<https://www.velux.fr/commencer-ici/obtenir-conseil-conception>



## Comment faire entrer plus de lumière chez vous ?

Vous rêvez d'un intérieur lumineux et accueillant, mais vous ne savez pas comment faire entrer plus de lumière naturelle chez vous ? Ne vous inquiétez pas, vous n'êtes pas seul !

La lumière naturelle est un élément paradoxal dans l'habitat : c'est l'un des critères les plus importants lorsque nous cherchons un logement, mais une fois propriétaire, nous avons tendance à la négliger pour nous concentrer sur d'autres améliorations. Pourquoi cela ? Par facilité et souci d'économie, nous cherchons en priorité à rénover l'existant et oublions souvent d'explorer des solutions plus innovantes.

### Levez la tête et ouvrez votre toit !

Il existe une solution simple et efficace pour faire entrer de la lumière naturelle dans votre logement : l'installation de fenêtres de toit ! La lumière zénithale est plus puissante que l'éclairage provenant des fenêtres en façade et insensible aux problèmes d'orientation.

L'installation de fenêtres de toit VELUX est plus rapide et moins salissante que des travaux de maçonnerie classiques. Il suffit de soulever quelques tuiles de votre couverture et la lumière jaillit déjà !

En installant des fenêtres de toit VELUX, vous profiterez de tous les avantages de la lumière naturelle en créant un intérieur lumineux et accueillant.

C'est le moment de renouer avec vos rêves originaux de maison lumineuse.

Explorez les solutions VELUX et transformez vos espaces. Vous serez agréablement surpris du résultat.



**Le conseil du pro**  
Michel Legrand  
Expert VELUX

Les maisons illuminées naturellement sont les plus recherchées. La lumière naturelle augmente automatiquement la valeur de votre investissement immobilier.

Le saviez-vous ?

La lumière est le troisième critère de choix lors d'un achat immobilier



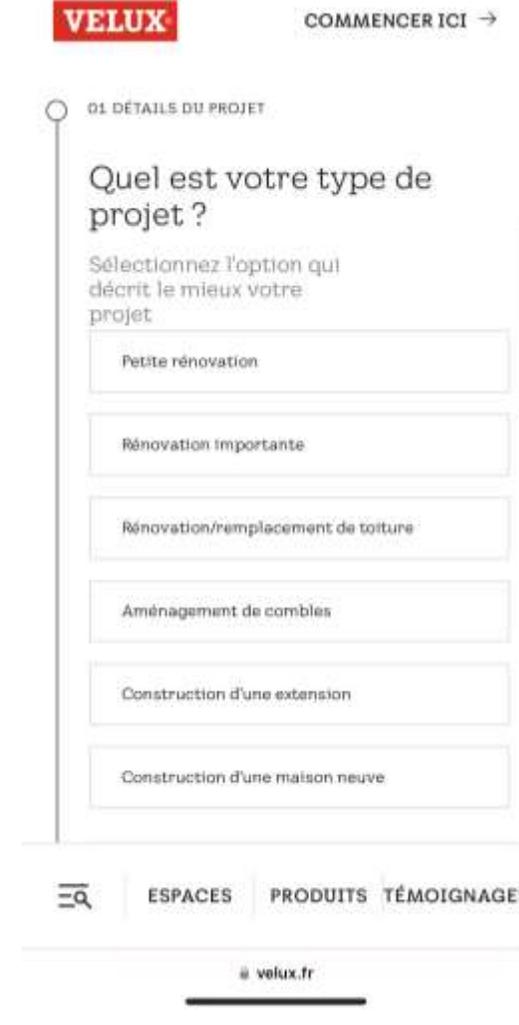
65 %  
La prix\*

64 %  
L'emplacement\*

40 %  
La luminosité\*



Discutez de votre projet avec l'un de nos conseillers.



# MARIE CLAIRE: PUBLI REPORTAGE, DÉCOUVERTE DE 4 MARQUES

<https://www.punchydecoration.com>

**PUNCHY**  
La boutique qui pétille !

Vous comme sa créatrice, Sylvie de Gascogne-Balfant qui vous accueille chaleureusement avec sourire et bonne humeur. C'est perché sous un soleil et pour ce qui agace par Stéphane Millet et se présente comme un coin coloré vivant en son cœur, de la sellerie au petit mobilier de la plus belle manière des âges. Des peintures pas au-delà façon galerie, chaque élément est à la bonne place et attire le regard. De la pièce de designer au jeune artisan, Sylvie utilise sa sélection soignée selon ses coups de cœur et fait le effort de ne proposer que des pièces utiles et durables. Des pépites qui répondent à toutes les dimensions et s'adaptent à tous les goûts et à tous les budgets. Elle puise ses inspirations partout, crée ainsi que atmosphère unique où les couleurs et les matières se répondent laissant la magie du lieu opérer.

Cette passionnée de décoration propose également ses conseils pour la personnalisation des pièces de votre choix. Cette adresse aux mille inspirations et idées est celle que tout bon amoureux de décoration doit absolument se doter de connaître passionnément.

Cette boutique où l'on se sent bien, où il est facile d'aller passer la partie sans savoir véritablement ce que l'on cherche et se laisser guider par la qualité qui émane dans l'air pour se retrouver en un instant avec le sourire au visage aux lieux !

38, rue de Saffroyville,  
92200 Noisy sur Seine  
www.punchydecoration.com  
Instagram : punchydecoration

**CALI RISE CRÉATIONS**

Designer crochet et tricot, Claire Lise est une passionnée, ses créations uniques et originales en laine et fil de qualité font preuve d'artisanat et d'inspiration. Ses modèles offrent la diversité et la douceur, inspirées par leurs formes et leurs couleurs. Avec C.R. crée-t-elle une forme élégante, sensible et joyeuse !  
Boutique en ligne sur [www.calirisecreations.fr](http://www.calirisecreations.fr)

**Boules de miel**  
Enrobées de chocolat !

api-environnement.fr

**API ENVIRONNEMENT**  
Un produit pur et naturel aux multiples bienfaits

Située à Lyon, l'entreprise Api Environnement, forte de ses 700 ruches, vous propose de nouveaux produits à base de miel enrichi de leurs ruches. Découvrez en exclusivité le Miel de Lyon (produit des ruchers du Grand Lyon) et toute une variété de savons, miel de lavande, de safran, ou encore de rose. En partenariat avec le chocolatier d'exception Valrhona, découvrez l'alliance unique du chocolat et du miel, des offres à offrir pour le plus grand plaisir des gourmets.

23 Avenue Raymond de Seyssieux, 69500 Estival  
Tél : 06 21 90 30 02 — [www.api-environnement.fr](http://www.api-environnement.fr)

**CLEMASKI**  
L'Élégance des Montagnes au travers de la Joaillerie

Clemaski, c'est l'histoire d'une passionnée professionnelle au cœur de la passion pour le design et la joaillerie. Cette marque incarne l'harmonie entre la simplicité et la création artistique.

Plus qu'une marque, c'est un mode de vie, un moyen de vivre à l'avant-garde et de s'inspirer en tout ce que la nature offre, par une envie pour les femmes. Clemaski encourage l'épanouissement personnel, privilégie la simplicité et une sensibilité moderne. Ses créations reflètent l'inspiration qu'elle puise dans le paysage. Magister en art de la sculpture et de la gravure, ses créations de montres de Mont Blanc, ses bijoux et bijoux de la nature dans des pièces uniques. Un créateur local associe un savoir-faire ancestral, un savoir-faire artisanal, et passant par les artisans, les créations sont 100% réalisées en France. Un savoir-faire d'exception qui laisse une empreinte unique.

Plus qu'une marque, Clemaski est une philosophie, une manière de vivre. Elle encourage les femmes à vivre leurs passions, à prendre soin d'elles et à passer leur temps avec elles, quel que soit leur âge. L'élégance des montagnes au service de l'épanouissement de la femme, une marque où chaque pièce est une œuvre d'art, une expression de soi, une histoire. Découvrez les collections Clemaski et laissez-vous séduire par l'authenticité et l'excellence de l'artisanat.

**CLEMASKI**  
CHAMONIX

**BULLES DE BONHEUR**  
L'Art de Créer des Mariages de Rêve

Le mariage, c'est l'un des événements de la vie, marquant le début d'une nouvelle aventure. C'est un moment où deux personnes s'unissent, créant un lien indestructible. C'est pourquoi il est important de créer un mariage unique, personnalisé, qui reflète l'essence de la célébration des deux amoureux.

Les Bulles de Bonheur, c'est une marque qui propose des services de mariage personnalisés, adaptés à chaque couple. Elle offre l'accompagnement de chaque étape, de la planification à la réalisation, en passant par la décoration, le catering, le transport, etc. Elle propose également des produits de mariage uniques, comme des invitations personnalisées, des cartes de remerciement, etc.

« Au cœur de Bulles de Bonheur, bat la conviction que chaque mariage est une histoire d'amour gravée dans le temps. »

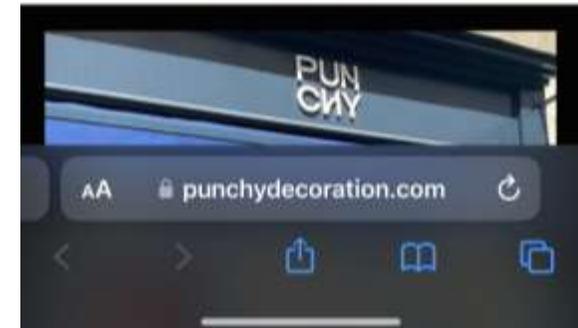
**BULLES DE BONHEUR**



OBJETS - DÉCO - DESIGN



J'ai le plaisir de vous accueillir dans ma boutique d'objets de décoration et de design. Je vous y attends pour vous faire découvrir mon univers...



# PLANÈTE ROBOTS: ACCÉDER AU LIVRE BLANC ET S'INSCRIRE

<https://contact524565.typeform.com/to/r4cuQWZF> &

<https://www.bluefrogrobotics.com/announcement/colloque-ethique-robotique-ia>

## Actualité

### L'éthique de la robotique et de l'IA

BLUE FROG ROBOTICS organise le 1<sup>er</sup> décembre 2023 à Paris la deuxième édition de son Colloque sur l'Éthique de la Robotique et de l'IA (C.E.R.IA). Un rendez-vous annuel désormais incontournable dans l'écosystème de la robotique et de l'IA, qui réunira des intervenants de renom pour une journée d'échanges et de mise en pratique.



#### À quoi faut-il s'attendre pour cette 2<sup>e</sup> édition ?

- des rencontres et échanges avec des intervenants de renom : fabricants de robots, philosophes, chercheurs, psychologues, experts, sociologues, utilisateurs, juristes et politiques ;
- un espace immersif avec des démonstrations de robots et des ateliers ;
- des conférences, des tables rondes, des débats et des témoignages.

#### Vous avez déjà l'eau à la bouche ?

- Matinée : *Quand la technologie devient sociale* : enjeux, défis, et opportunités pour l'humanité
- Après-midi : *L'IA générative* : entre illusion et innovation

#### Débats animés par Frédéric Boisdron

*L'éthique de la robotique sociale*  
de Rodolphe Hasselvaender  
et Louise de Clermont-Tonnerre



Télécharger  
le livre blanc :



#### Avec la participation, entre autres, de :



Alan Benmouhara

Raja Chahbi

Laurence Devillers



Luc Julia

Rodolphe Hasselvaender

Jérôme Monseau



Serge Tisseron

S'inscrire  
au CERIA :

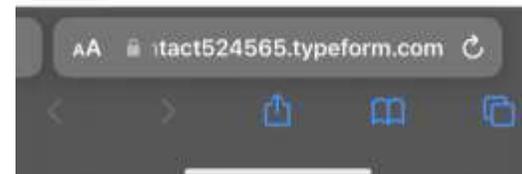


Téléchargez le **Livre Blanc** de **Blue Frog Robotics** !



Nous utilisons des cookies.  
[Politique relative aux cookies](#)

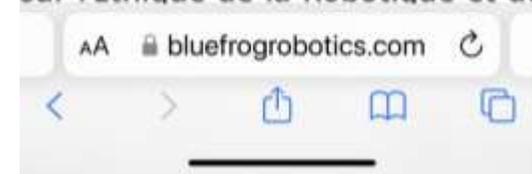
Tout accepter ...



SAVE THE DATE : Colloque de l'Éthique de la Robotique et de l'Intelligence Artificielle (C.E.R.IA) - 01/12/23

INSCRIVEZ-VOUS

Blue Frog Robotics a le plaisir d'annoncer le lancement de la deuxième édition de son colloque sur l'Éthique de la Robotique et de



# SUD OUEST: JEU CONCOURS PROPOSÉ PAR L'OFFICE DE TOURISME

<https://www.en-pays-basque.fr/jeux-concours/>

40 MÉTÉO

**AUJOURD'HUI à la mi-journée**

**LE SAINT DU JOUR**  
**Jeanne Françoise de Chantal.**  
 Née à Orléans en 1572, morte à Meulan le 12 décembre 1641, grand vicaire de la future Madeleine de Lagny, elle fonda avec saint François de Sales, après de vives épreuves, l'Ordre de la Visitation.

**Drainage 12 secondes.** 122 mètres de hauteur, l'ouvrage de l'axe de la Vallée de l'Arros, à la limite de la commune de Lescar, a été inauguré le 12 décembre 1939. L'ouvrage de l'axe de la Vallée de l'Arros, à la limite de la commune de Lescar, a été inauguré le 12 décembre 1939. L'ouvrage de l'axe de la Vallée de l'Arros, à la limite de la commune de Lescar, a été inauguré le 12 décembre 1939.

**INSOLITE**  
**De la bourse de vache à la conquête de l'espace**  
 La bourse de vache, à la conquête de l'espace, a été inaugurée le 12 décembre 1939. La bourse de vache, à la conquête de l'espace, a été inaugurée le 12 décembre 1939.

**MÉTÉO FRANCE**

Lever 08h30 Coucher 17h21  
 Lever 08h12 Coucher 16h34

Du 1<sup>er</sup> au 24 décembre 2023

**Jouez au Calendrier de l'Avent**  
 de l'Office de Tourisme Pays basque

Tous les jours tentez de gagner **un cadeau** offert par nos partenaires.

Week-end, journée détente, poterie, le meilleur du Pays Basque.

[www.en-pays-basque.fr/](http://www.en-pays-basque.fr/)

Week-end, journée détente, poterie, le meilleur du Pays Basque.

**LES MARIÉES**  
 Coefficient: 77 - 60

VILLE	PLÈNE	BASSE
Bordeaux	00:00	00:00
Bayonne	01:00	01:00
St-Jean-de-Luz	02:00	02:00
St-Jean-de-Pied-de-Port	03:00	03:00
St-Jean-de-Lays	04:00	04:00
St-Jean-de-Léon	05:00	05:00
St-Jean-de-Lieu	06:00	06:00
St-Jean-de-Léon	07:00	07:00
St-Jean-de-Lieu	08:00	08:00
St-Jean-de-Léon	09:00	09:00
St-Jean-de-Lieu	10:00	10:00
St-Jean-de-Léon	11:00	11:00
St-Jean-de-Lieu	12:00	12:00
St-Jean-de-Léon	13:00	13:00
St-Jean-de-Lieu	14:00	14:00
St-Jean-de-Léon	15:00	15:00
St-Jean-de-Lieu	16:00	16:00
St-Jean-de-Léon	17:00	17:00
St-Jean-de-Lieu	18:00	18:00
St-Jean-de-Léon	19:00	19:00
St-Jean-de-Lieu	20:00	20:00
St-Jean-de-Léon	21:00	21:00
St-Jean-de-Lieu	22:00	22:00
St-Jean-de-Léon	23:00	23:00
St-Jean-de-Lieu	00:00	00:00

**QU'EST-CE QUE LE TEMPS FAISAIT-IL ?**  
 Température maximale (max) et minimale (min) en degrés Celsius (°C)

en-pays-basque.fr



Jeux concours pour les habitants du Pays Basque

01 | 24  
 12 | 12  
 2023

**Calendrier de l'Avent**  
 de l'Office de Tourisme Pays Basque

**Eguberriko egutegia - Euskal Elkargoko Turismo Bulegoa**

Le calendrier de l'Avent est à présent terminé.

en-pays-basque.fr

Le calendrier de l'Avent est à présent terminé.

Eguberriko Egutegia orain bururatu da.

Nous vous souhaitons de joyeuses fêtes de fin d'année !

Urte hondarreko besta zorionsuak desiratzen dizkizugu!

Soyez informé(e) des idées de sorties, d'activités, de balades au Pays Basque

Inscrivez-vous à la Newsletter

Ipar Euskal herrian irteerak, jarduerak, ibilaldiak egiteko ideien berri ematen dizugu

Izena emazu gure berripapera ukaiteko

en-pays-basque.fr

# QR code presse – Catalogue

# TÉLÉCHARGEMENT DE L'APPLI CARREFOUR FRANCE

Redirection vers la plateforme de téléchargement

Du mardi 16 au lundi 29 janvier 2024

Innocent®

**UN CHAMPION  
UNE MARQUE**

**2+1  
OFFERT**



**SUR TOUT  
INNOCENT**  
SELON DISPONIBILITES EN MAGASIN

EN EXCLUSIVITE SUR L'APPLI  
**DES PLACES  
POUR PARIS 2024**  
à gagner pour tout achat  
d'un produit de la gamme innocent

LA GRAND JEU DE  
**L'APPLI**

**TÉLÉCHARGEZ-LA**



ORIGINE ALLEMAGNE ORIGINE FRANCE

**FACILITEZ-VOUS LA VIE  
TÉLÉCHARGEZ L'APPLI**

TOUS LES  
CATALOGUES ET DES  
**PROMOS  
EXCLUSIVES  
DANS  
LA POCHE**



DU JEUDI 18  
AU DIMANCHE 21 JANVIER 2024

**TÉLÉCHARGEZ  
L'APPLI**

**20%<sup>en</sup>**  
D'ÉCONOMIES  
POUR 10€ D'ACHAT  
SUR TOUT LE RAYON  
FRUITS ET LÉGUMES



VALABLE POUR UN SEUL PASSAGE EN CAISSE. OFFRE NON CUMULABLE  
AVEC D'AUTRES PROMOTIONS EN COURS.

**EXCLU APPLI  
VALABLE EN MAGASIN**

**Carrefour France**  
Carrefour

**OBTENIR**

130 K NOTES  
**4,6**  
★★★★

ÂGE  
**17+**  
ans

CLASSEMENT  
**N°8**  
Shopping

CRÉA  
Carre

**LE MEILLEUR DE CARREFOUR  
RÉUNI DANS UNE SEULE APP**

Drive  
Retour gratis  
en magasin  
Choisir

Aujourd'hui Jours Apps Arcade Recherche

# VISUALISER LE PRODUIT CHEZ SOI EN RÉALITÉ AUGMENTÉE

<https://augmentedshop.io/carrefour/jardin/>

**TRAITEMENT ANTI CORROSION**

Scannez-moi

**84€<sup>90</sup>**  
dont 0,55 € d'éco-participation La banquette

**5€ DE REMISE IMMÉDIATE**

**44€<sup>90</sup>**

**39€<sup>90</sup>**  
dont 0,40 € d'éco-participation Le fauteuil

**EMPILABLE**

**HYBA**

Scannez-moi

**Carrefour**

**Voir chez moi en réalité augmentée**

**COMMENT FAIRE ?**

- 1 - Je clique sur le bouton ci-dessous
- 2 - Je vise le sol
- 3 - Je place l'objet chez moi

Blanc

Naturel

augmentedshop.io

**Banquette Acapulco**  
Nature  
augmentedshop.io

**Fiche produit**

# AUCHAN: JEU CONCOURS

<https://jeu.operation.vignette.auchan.fr/?utm>

**Comptoir de Famille**

Appuyez ici pour rechercher des promos.

Du 28 janvier 2024

À partir de **2€** le bocal

dès 30 vignettes collectionnées.

Offre réservée aux porteurs de la carte Auchan (2)

**GRAND JEU**  
DE NOMBREUX LOTS DE LA GAMME À GAGNER !

Prêt à jouer ?

Tentez votre chance tous les jours ! (3)

Scannez le QR code

**Du maxi choix pour des mini prix !**

(2) (2) 30€ d'achat = 1 vignette. Voir modalités, nombre de vignettes à collectionner et modalités d'utilisation des cartes sur auchan.fr. Produits vendus en quantités brutes.

(3) Jeu gratuit sans obligation d'achat valable du 07/11/23 au 23/01/24. Voir conditions et modalités sur le règlement complet du jeu disponible à l'accueil du magasin ou sur le site [jeu.operation.vignette.auchan.fr](https://jeu.operation.vignette.auchan.fr)

Comptoir de Famille est une marque déposée appartenant à Yfodes S.A.S.

**GRAND JEU**  
DE NOMBREUX LOTS DE LA GAMME À GAGNER !

Prêt à jouer ?

Scannez le QR code

Tentez votre chance tous les jours ! (3)

**Comptoir de Famille** Auchan

**TENTEZ DE GAGNER**  
des vignettes et des bocaux Comptoir de Famille.

Jeu exclusivement disponible en France et en Belgique

Veillez sélectionner votre pays

Entrez votre numéro de téléphone portable, pour accéder à vos lots si vous gagnez.

Votre numéro de téléphone portable

J'ai lu et j'accepte le règlement complet et la politique de confidentialité.

Je confirme avoir plus de 18 ans

**JOUER**

AA [jeu.operation.vignette.auchan.fr](https://jeu.operation.vignette.auchan.fr)

# AUCHAN: CATALOGUE INAPP DES OFFRES PROMOTIONNELLES

<https://www.auchan.fr/catalogue/hyper/254254-7L9AhEyC?version=V1&page=1>

**100€** de remise immédiate **SAMSUNG**

Photo de nuit époustouflantes avec la nightphotography

**Galaxy S23**

**799€** SMARTPHONE SAMSUNG S23 128Go 5G  
Triple caméra photo 50Mp  
Processeur Snapdragon 8 Gen2  
RAM 12Go 5.143 Wh/kg  
RAM corps: 3.304 Wh/kg  
RAM-mémoire: 2.42 Wh/kg  
Garantie 2 ans / Ref. 179A10

**699€** avec 0,02€ d'eco-participation

**70€** de remise immédiate **made in France**

**SET À POIGNÉE AMOVIBLE DAILY CHIEF**  
10 PIÈCES  
Breveté anti-adhérence.  
Composition:  
- 1 poêle Ø 22-24-26 cm  
- 2 casseroles Ø 16-20 cm + 2 couvercles hermétiques  
- 2 ustensiles  
- 1 poignée amovible  
Ref. W07033

**159,99**  
**89,99**

**70%** de remise immédiate **Inextenso**

Le soutien-gorge à partir de **9,99**  
**3€**

LIGNE ESSENTIEL BONTELLE INEXTENSO  
Exemple de composition:  
87% polyamide  
13% élasthanne  
Différentes formes de soutien-gorge et de bas selon les magasins.

**50%** de remise immédiate **ATHENA**

Le pack de 3 **25,99**  
**12,99**

BOXERS HOMME TRIO BASIC ATHENA  
95% coton 5% élasthanne  
Tailles 2 à 6  
Couleurs vert/rouge/bleu/rouge/bleu/rouge/bleu

**SOLDES**

20 pages de soldes en + en scannant ce QR code!

Adaptez le Site Pub [www.stoppub.fr](http://www.stoppub.fr)  
Voir liste des magasins concernés par ce catalogue en avant dernière page.

**Auchan**

**Auchan France**  
Ouvrir dans l'app Auchan **OUVRI**

Choisir vos courses > Me connecter

Rayons Recherche Mes produits **0,00 €**

Retour > **SOLDES** : Découvrez les offres à saisir !  
du 10/01/2024 au 06/02/2024

Rechercher Catalogue Produits

**Auchan**  
Du mardi 01 janvier au mardi 6 février 2024

**SOLDES**

**70%** de remise immédiate **Inextenso**

**150€** de remise immédiate

**30%** DE REMISE IMMEDIATE **LES TABLETTES AU SAISONNIER**

**749**  
**599**

Free plus rebours

Navigation

AA auchan.fr X



# CALL-TO-ACTION POUR S'INSCRIRE AU CHALLENGE VEGANUARY

<https://vegan-pratique.fr/veganuary/>

Appuyez ici pour rechercher des promos.

France

**34% DE REMISE IMMÉDIATE SUR LA GAMME**

TARTARE VEGETAL AIL ET FINES HERBES  
26,8% MG  
340g  
Soit le lg. 9000  
Excl. d'autres ventes (1)

1€39

Au rayon fromage libre service.

France

**60% DE REMISE IMMÉDIATE SUR LE 2<sup>ème</sup> AU CHOIX SUR LA GAMME**

LAIT DE COCO BIO POUR CUISINE BJOING  
Lot de 2 x 200 ml + 2 x 200 ml  
valeur  
Soit le l. 8000  
Excl. d'autres ventes (1)

Au rayon céréales.

France

**30% de remise immédiate**

GLACE EN POT VEGAN CHOCOLATE FUDGE BROWNIE  
BEN & JERRY'S  
252g  
Soit le lg. 9024  
Excl. d'autres ventes (1)

3€49

**Le mois VEGANUARY**

Auchan vous invite à découvrir et à adopter l'alimentation végétale. Durant le mois Veganuary, inscrivez-vous au défi pour profiter d'un livret de recettes, de menus, de conseils nutritionnels !\*

\*Plus d'informations sur notre site [www.auchan-egit.fr](http://www.auchan-egit.fr)

Un défi 100% gratuit à retrouver sur [veganuary2024.fr](http://veganuary2024.fr)

1 Pour les autres parfums, variétés ou formats, voir produits, promotions, prix et prix au litre ou au lg en magasin.

**VEGANUARY**

Le challenge vegan à ne pas rater !

Adresse email

Je m'inscris

On te donne les moyens d'atteindre ton objectif

AA | [vegan-pratique.fr](https://vegan-pratique.fr)

# CONFORAMA: ACCÈS AU CATALOGUE

<https://www.conforama.fr/2022-conforama-eGuide-printemps-ete>



Nouveau guide Collections 2022,  
de nouvelles inspirations pour  
un intérieur qui vous va mieux.

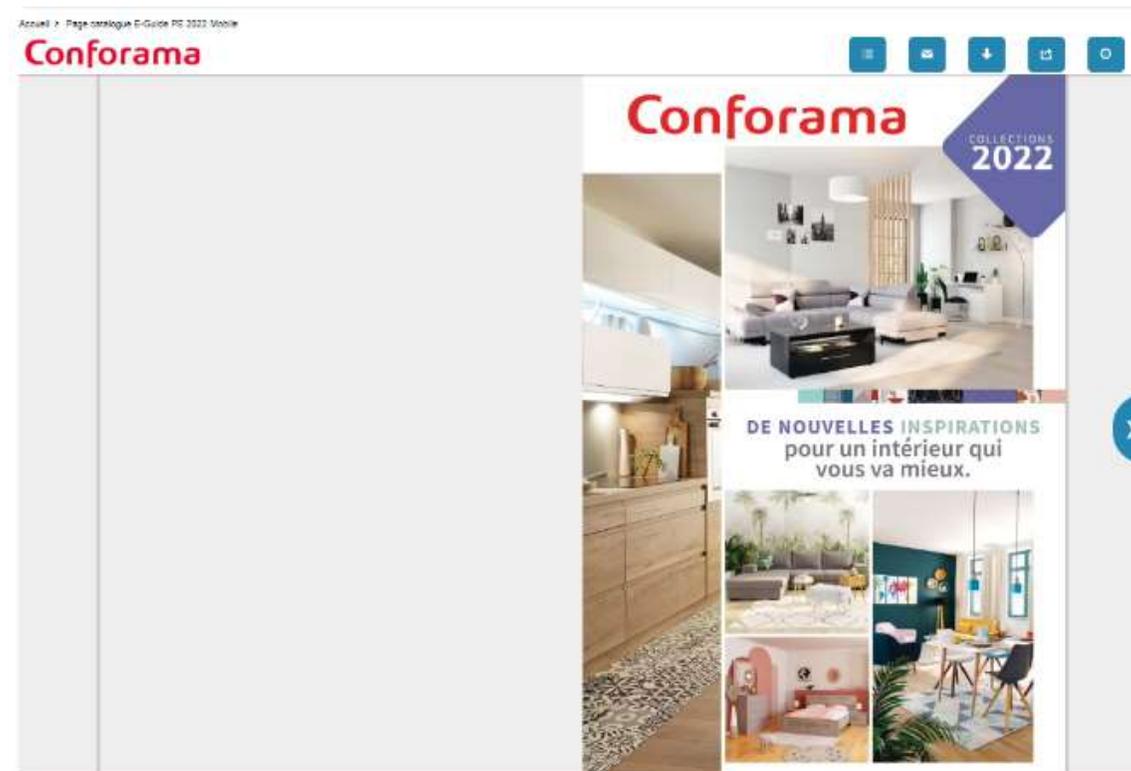


14 VASEZEN En laiton - H 25 x Ø 10 cm - 15 COUSSIN ASHITA BORD  
CH En lin et coton 100% coton et garnissage 100% polyester - 16 SET DE 3  
BOUYS DE CANAPE LYNA Formes et lignes de lignes de lignes de lignes de lignes  
H 45 x L 30 x P 30 cm H 45 x L 30 x P 30 cm - 17 COUSSIN WAT 40x40 CH  
En lin et coton 100% coton et garnissage 100% polyester - 18 LAMPESLEZES  
STALE Flot en métal noir - H 60 cm - L 20 x L 20 cm - 19  
20 CANAPEVIE PLACES HOWTY Structure en panneaux de particules,  
pâte et contreplaqué. Suspension ressort à spirale. Matelassé 100%  
polyester. 200x100x80 cm. L 200 x P 80.



Pour découvrir toutes  
nos tendances 2022  
scannez ce QR code  
Ou rendez-vous sur [conforama.fr](https://www.conforama.fr)

Conforama



Accueil > Page catalogue E-Guide PE 2022 Mobile

Conforama

Conforama

COLLECTIONS  
2022

DE NOUVELLES INSPIRATIONS  
pour un intérieur qui  
vous va mieux.



Pour découvrir toutes  
nos tendances 2022  
scannez ce QR code  
Ou rendez-vous sur [conforama.fr](https://www.conforama.fr)

# Livres utilisant des QR codes

# LES LIVRES PROFESSIONNELS RENVOIENT À DES QR CODES

<https://medias.dunod.com/document/9782100825172/Rapport-Etude-CNC.pdf>

Susciter la contribution des consommateurs

## Méthode

### L'absurdité des sondages parodiée par Têtes à Claques

Le sketch vidéo des Têtes à Claques consacré aux sondages téléphoniques est une illustration des travers de certains sondages quantitatifs :aylorisation des appels, questions à la chaîne, relation souvent forcée et dissymétrique, tentative artificielle de chiffrage de la réalité, etc. Le sketch se moque du dialogue ridicule qui se noue lors des sondages téléphoniques. La situation montre un interviewé, qui se fait forcer la main alors qu'il est en train de préparer à dîner.

Le questionnaire amuse par ses questions absurdes (« Pensez-vous manger le mois prochain 0 à 10 carottes, 11 à 20 carottes ? », etc.) qui miment les questions posées à mille lieux de la réalité des consommateurs. L'enquêtrice résume par un « ne sais pas » la perplexité de l'interviewé. La télé-enquêtrice doit souvent réinterpréter la réponse floue d'un répondant s'essayant à dire quelque chose. Son job n'est pas d'entretenir une conversation mais de remplir les cases d'un questionnaire. Le sondage téléphonique apparaît comme un dévoiement du téléphone, média convivial et spontané. Avec la question « Lors des 10 dernières années, diriez-vous que le goût des carottes s'est beaucoup amélioré, etc. ? », elle adopte un ton professionnel pour dicter les items entre lesquels il faut choisir. L'échange montre que l'interview téléphonique est devenue au fil des années un mode de dialogue très codifié, avec diverses conventions auxquelles nous nous sommes « habitués » malgré l'inhumanité du traitement.

Tout au long de l'interrogation, l'enquêtrice avance dans son questionnaire coûte que coûte. Lorsque l'interviewé commence à s'énerver, l'enquêtrice se cure les ongles et garde son calme mais ne s'investit



Le sondage, sketch des Têtes à claques  
[dunod.link/quali02](https://dunod.link/quali02)

Utiliser les outils de recueil qualitatif online

## Analyse de cas

### Photos et verbatims en masse

Dans une étude pour la chaîne de télévision Gulli sur le rapport enfants/écrans en 2008, nous avons demandé à une trentaine de parents de photographier des enfants face à des écrans et de répondre à quelques questions ouvertes. Nous avons suggéré des situations à prendre en photo (devant le téléviseur, face à un ordinateur, une console, une tablette, etc.) et de commenter ces photos. Cette enquête a généré plus de 80 photos commentées. Elle a mis au jour les différents types de postures des enfants face aux écrans (dormeur, guetteur, cocon), révéla le pouvoir d'immersion des écrans et le faible degré d'adaptation des écrans aux enfants.



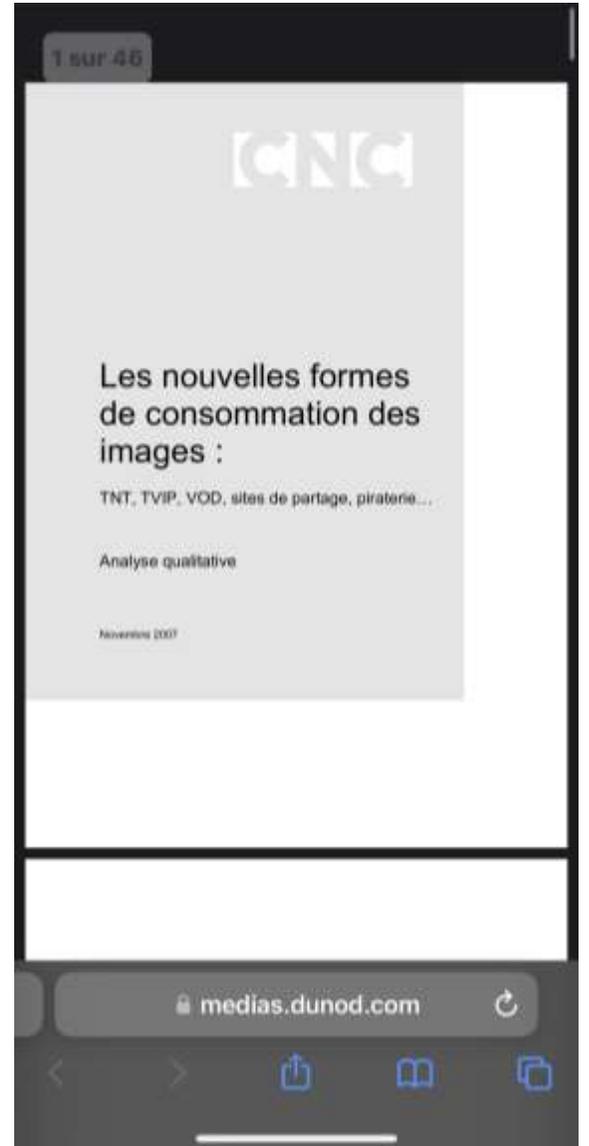
Gulli : les enfants et les écrans  
[dunod.link/quali04](https://dunod.link/quali04)

En 2007, le CNC a commandé à QualiQuanti une étude sur les nouvelles formes de consommation des images. Cette étude reposait sur deux groupes quali et l'interrogation de 307 internautes avec un questionnaire de 44 questions fermées et 25 questions ouvertes. L'enquête semi-ouverte portait sur un échantillon ciblé de personnes pratiquant la piraterie, très intéressant pour inventorier les techniques de piraterie et explorer la palette des motivations. Cette étude publiée sur le site du CNC ne comporte aucun chiffre.

Plutôt que de multiplier les réunions de groupes, il est souvent plus efficace d'associer du qualitatif en profondeur avec du qualitatif à grande échelle. Cela permet de hiérarchiser les résultats sans pour autant diffuser de données chiffrées.

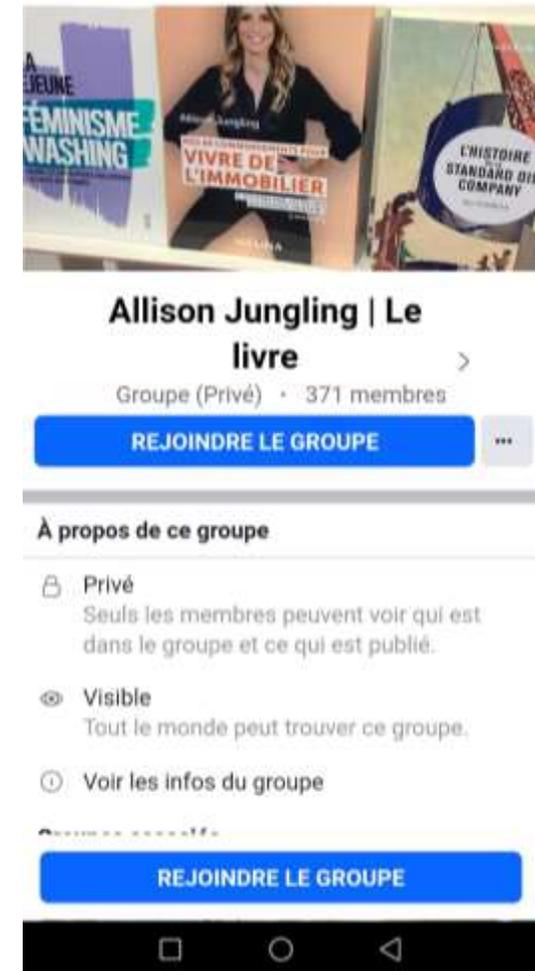
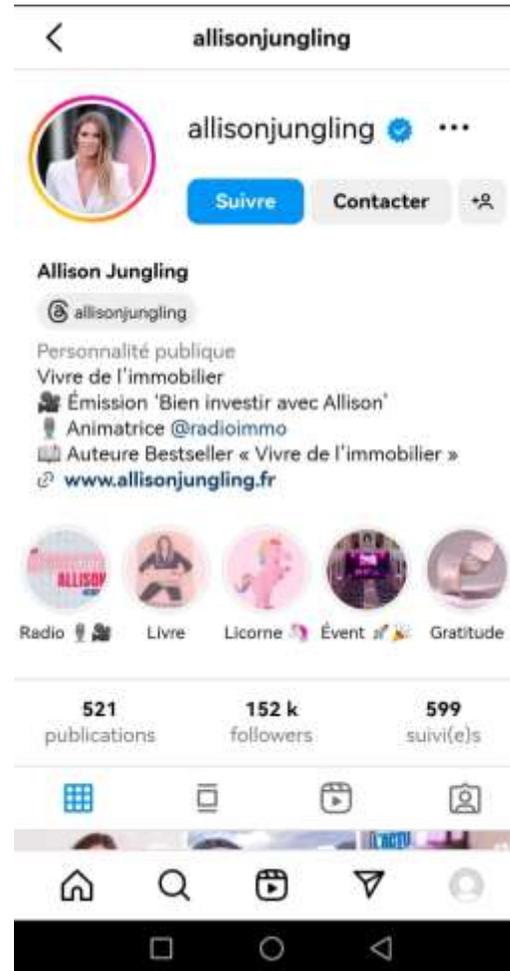
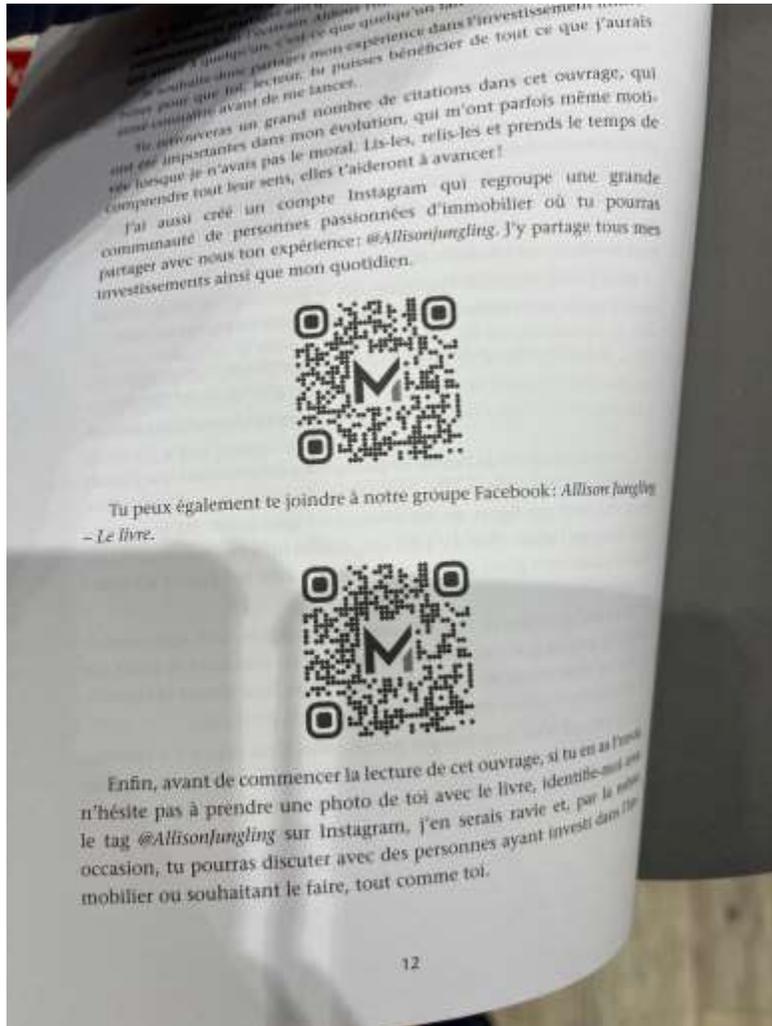


Les nouvelles formes de consommation des images  
[dunod.link/quali05](https://dunod.link/quali05)



# RENVOI VERS L'INSTA ET UN GROUPE FACEBOOK AUTOUR DU LIVRE

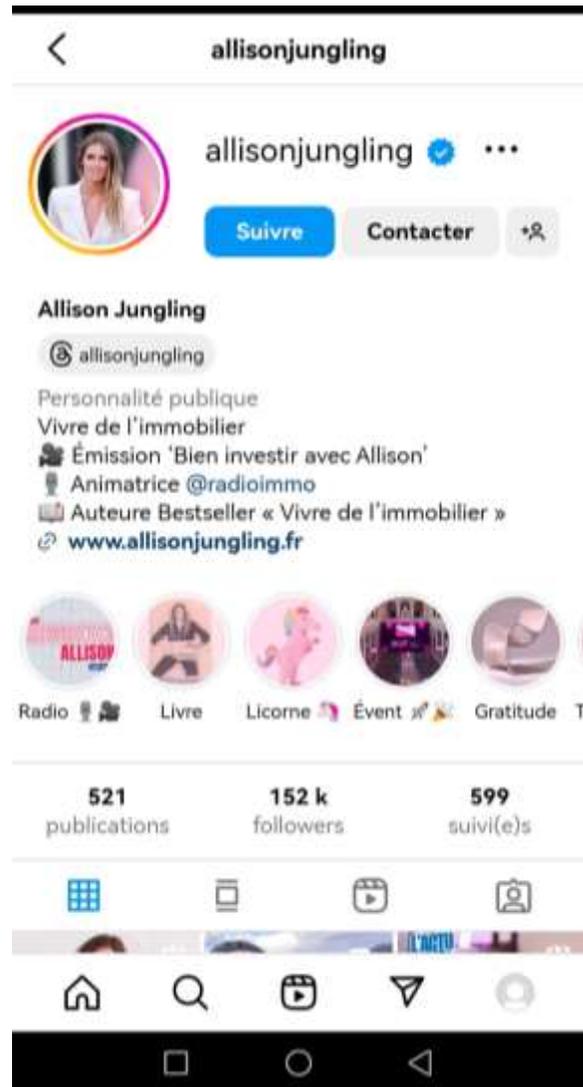
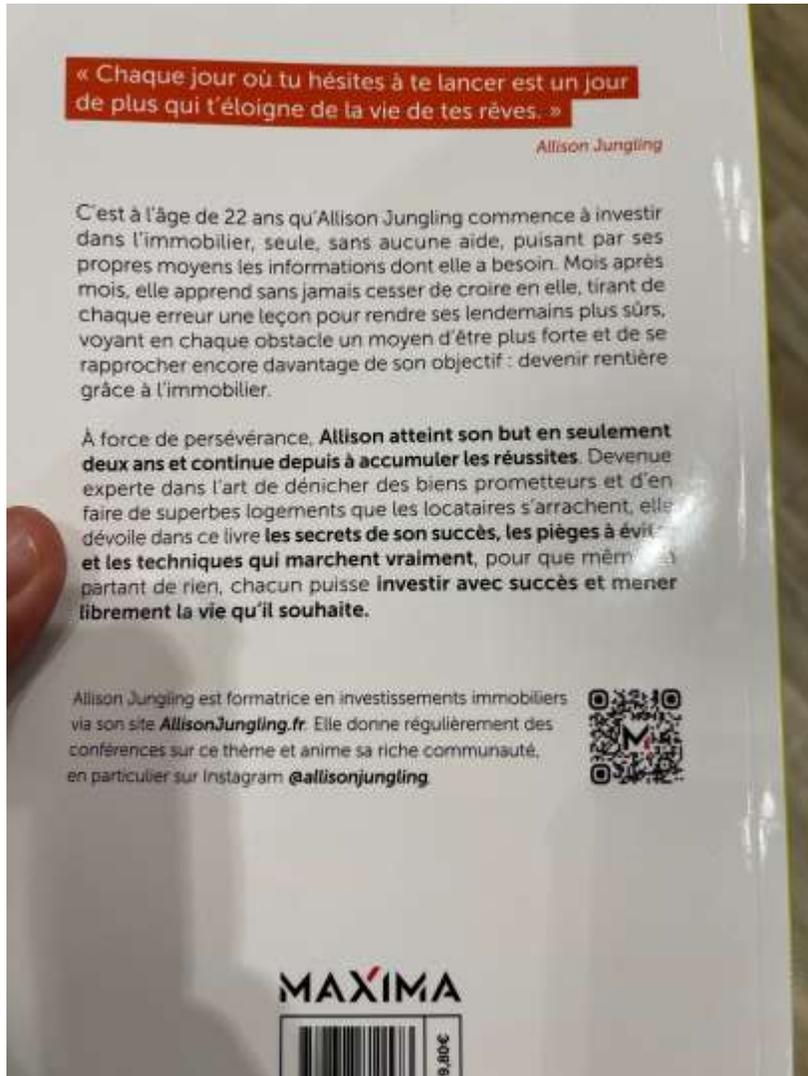
<http://dunod.link/2zgopdz> & <http://dunod.link/5at1wrh>





# RENVOI VERS LE COMPTE INSTA DE L'AUTEURE

<http://dunod.link/2zgopdz>



# Publicité presse incluant un QR code

1. **Appel au don**
2. Fiche explicative
3. École
4. Site de la marque/produit
5. Téléchargement
6. Fidélité/Évènement

# POUR EFFECTUER UN DON POUR LES RESTOS DU CŒUR

[https://dons.restosducoeur.org/particulier/~mon-don?\\_cv=1](https://dons.restosducoeur.org/particulier/~mon-don?_cv=1)



# POUR EFFECTUER UN DON POUR L'ŒUVRE D'ORIENT

<https://secure.oeuvre-orient.fr/>



## CHRÉTIENS D'ORIENT

Leur avenir dépend de votre soutien

**170** ans d'action  
**23** pays  
**1150** projets aidés par an

**130** volontaires sont envoyés en mission par an.

**UNE ESPÉRANCE À PARTAGER**



**L'Œuvre d'Orient**  
depuis 1856

**JE FAIS UN DON**  
[secure.oeuvre-orient.fr](https://secure.oeuvre-orient.fr/)



La force d'espérer

### MON DON

Je donne une fois

90 € 150 € 220 € 450 €

Montant à saisir €

Je donne tous les mois

15 € / mois 25 € / mois 35 € / mois

Montant à saisir € / mois

secure.oeuvre-orient.fr

# POUR EFFECTUER UN DON POUR OXFAM

<https://justenosvies.oxfamfrance.org/>

**C'est pour moi** 72

**68 Bien-être**  
C'est décidé, je m'endors plus naturellement

**72 Beauté**  
Les astuces des pros pour un brushing qui dure

**74 Mode**  
J'ose la robe longue

**76 Guide d'achat**  
Bien choisir un sapin de Noël

Nos conseils pour rivaliser avec les pros et avoir une chevelure au top.



**Mes voyages**

**78 Passion France**  
Plus belle la vie à Marseille

**82 Évasion**  
Californie du sud, comme au cinéma!

Un mélange de décontraction et de sophistication qui berce nos rêves d'Amérique.



**Mes loisirs**

**90 Rencontre**  
Brigitte Fossey

**94 Culture**  
Les animaux extraordinaires du Louvre-Lens

**98 Cinéma**

**100 Livres**  
8 auteurs, 8 livres d'enfance, 1 000 émotions

**104 Le potir du mois**  
Confidences déguisées

**108 Jeux**

**110 Petites annonces**

**120 Horoscope**

**121 Carnet d'adresses**

**122 Le mois prochain**  
Solutions des jeux

La comédienne vit chaque jour comme une fête et tout l'enchantement de l'art, les rencontres, la lecture et, bien sûr, la scène qui l'aimante.



**C'EST JUSTE**  
1 personne sur 10 qui ne mange pas à sa faim

**NON, CE N'EST PAS JUSTE !**  
Des solutions existent, nous les connaissons.

**NOUS NOUS BATTONS**  
avec les populations durablement touchées par la pauvreté et l'urgence climatique.

**NOUS INTERPELLONS**  
les décideurs politiques et économiques pour qu'ils s'attaquent aux causes des inégalités.

**GRÂCE À VOTRE DON,**  
nous avons les moyens de renforcer notre combat et faire entendre nos voix

> Agissez à nos côtés :  
[justenosvies.oxfamfrance.org](https://justenosvies.oxfamfrance.org/)



**GRÂCE À VOTRE DON,**  
nous avons les moyens de renforcer notre combat et faire entendre nos voix

> Agissez à nos côtés :  
[justenosvies.oxfamfrance.org](https://justenosvies.oxfamfrance.org/)



**C'EST JUSTE**  
L'été le plus chaud jamais enregistré

**C'EST JUSTE NOS VIES !**  
Avec Oxfam, faisons entendre nos voix.

**JE FAIS UN DON**

[justenosvies.oxfamfrance.org](https://justenosvies.oxfamfrance.org/)



# POUR FAIRE UN DON À ORPHEOPOLIS

<https://www.orphneapolis.fr/transmettez-aux-orphelins-de-policiers>

LEGS • ASSURANCE-VIE



LE PAPA DE LOUISE N'EST PLUS LÀ  
POUR LUI TRANSMETTRE SES VALEURS,  
EN FAISANT UN LEGS  
AUX ORPHELINS DE POLICIERS,  
VOUS POUVEZ LES  
TRANSMETTRE POUR LUI.

► POUR PLUS D'INFORMATION,  
RETOURNEZ CE COUPON À :

Visconsine Anglade - Orphéopolis  
44, rue Roger Salengro  
94126 Fontenay-sous-Bois Cedex



Visconsine Anglade,  
Chargée des relations grands bénéficiaires,  
est à votre écoute au 01 49 74 22 20  
ou [v.anglade@orphneapolis.fr](mailto:v.anglade@orphneapolis.fr)

Je souhaite recevoir votre brochure  
« Les Héritiers de votre générosité ».

Nom : \_\_\_\_\_  
Prénom : \_\_\_\_\_  
Adresse : \_\_\_\_\_  
Code postal : \_\_\_\_\_  
Ville : \_\_\_\_\_

Je souhaite être contacté(e)  
par téléphone au : \_\_\_\_\_  
ou par courriel : \_\_\_\_\_

**Orphéopolis**  
Orphelinat Mutualiste de la Police Nationale - assurance  
Reconnu d'utilité publique depuis 1921 et placé  
sous le haut patronage du Président de la République.  
Organisation habilitée à recevoir des dons et des legs.

Vous pouvez également  
effectuer vos dons en ligne sur  
notre site internet  
www.orphneapolis.fr



[www.orphneapolis.fr](http://www.orphneapolis.fr)

► POUR PLUS D'INFORMATION,  
RETOURNEZ CE COUPON À :  
Visconsine Anglade - Orphéopolis  
44, rue Roger Salengro  
94126 Fontenay-sous-Bois Cedex



accueille et accompagne ces  
orphelins

Grâce à la transmission de patrimoine,  
vous vous associez au devenir de ces enfants  
frappés par le deuil et contribuez à ce qu'ils  
deviennent des adultes autonomes. 95 % de  
nos ressources provenant de la générosité du  
public, votre soutien nous est indispensable.  
Institution reconnue d'utilité publique,  
Orphéopolis n'est pas soumise aux droits  
de succession.

DEMANDER NOTRE DOCUMENTATION

ESPACE NOTAIRE

Legs Donation

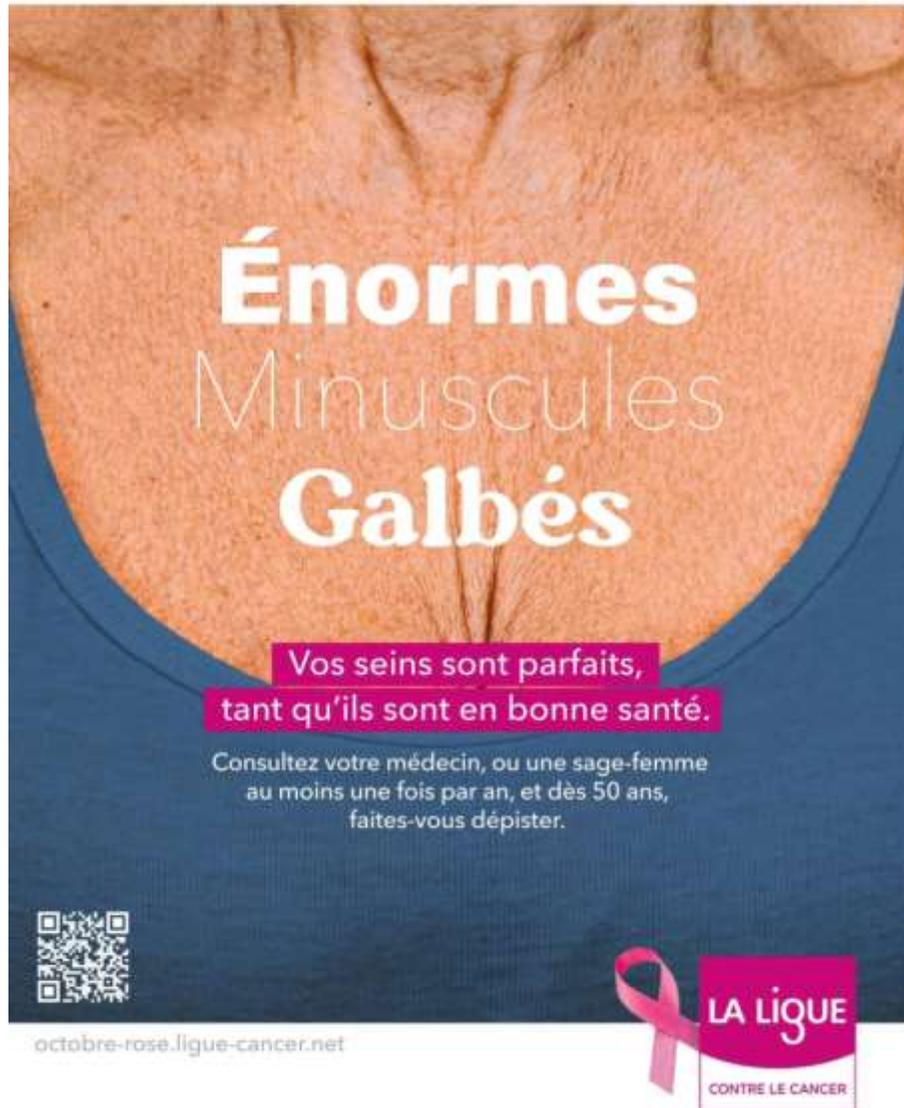
AA

orphneapolis.fr



# POUR FAIRE UN DON À LA LIGUE CONTRE LE CANCER

<https://www.ligue-cancer.net/octobre-rose>



**Énormes  
Minuscules  
Galbés**

**Vos seins sont parfaits,  
tant qu'ils sont en bonne santé.**

Consultez votre médecin, ou une sage-femme  
au moins une fois par an, et dès 50 ans,  
faites-vous dépister.



octobre-rose.ligue-cancer.net



LA LIGUE  
Rechercher Menu

Accueil / Octobre Rose

**Vos seins sont parfaits,  
tant qu'ils sont en bonne santé.**

Consultez votre médecin, ou une sage-femme  
au moins une fois par an, et dès 50 ans,  
faites-vous dépister.

## Octobre Rose

**Énormes, minuscules, galbés,  
vos seins sont parfaits, tant qu'ils  
sont en bonne santé.**

**Consultez votre médecin, ou une  
sage-femme  
au moins une fois par an, et dès 50**

 Faire un don

Cette nouvelle campagne défie les normes

AA ligue-cancer.net

# LA ROCHE-POSAY : SESSION 15 MINUTES SOUTIEN FACE AU CANCER

<https://www.cancer-support.com/fr>

PUBLI-COMMUNIQUÉ



**LE POUVOIR RÉPARATEUR DU TOUCHER**



**LA ROCHE-POSAY**  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

**DES EFFETS INDÉSIRABLES CUTANÉS PENDANT LES TRAITEMENTS ANTI-CANCER**

En quelques années, les progrès des traitements ont transformé les perspectives des personnes touchées par un cancer. Néanmoins, la majorité des personnes touchées par le cancer souffrent d'effets indésirables cutanés liés aux traitements, qu'il s'agisse de la radiothérapie, de la chimiothérapie ou encore de l'immunothérapie. Ces effets provoquent de l'inconfort physique, mais peuvent aussi avoir un impact psychologique et émotionnel pouvant mener à l'isolement. Certains sont même si extrêmes qu'ils peuvent amener ces personnes à ralentir ou même à arrêter complètement leur traitement.

Cependant, on peut aider à prévenir et améliorer ces effets indésirables cutanés avant, pendant et après le traitement avec des soins d'accompagnement dermocosmétiques, tels que l'hygiène, l'hydratation, la photoprotection ou encore le maquillage.

**ET SI LE TOUCHER POUVAIT FAIRE LA DIFFÉRENCE ?**

Le toucher a le pouvoir d'apaiser, de réconforter. Il dit ce que nous voulons dire mais que nous ne pouvons souvent pas dire, surtout quand vous, ou un être cher luttiez contre le cancer. De nombreux malades du cancer sont privés de caresses lors d'un traitement car la peau peut devenir irritée, sèche et douloureuse lorsqu'on la touche. Les aidants ont déjà un rôle fondamental auprès des personnes touchées par le cancer. Ils peuvent également aider leurs proches en leur appliquant les produits dermocosmétiques La Roche-Posay afin d'apporter une touche réconfortante et aider à améliorer le confort de la peau.

**DES SOINS DERMOCOSMÉTIQUES ADAPTÉS AUX PEAUX FRAGILISÉES**

Depuis plus de 15 ans, des oncologues, dermatologues et radiologues se sont réunis à l'initiative du laboratoire La Roche-Posay pour accompagner les personnes touchées par le cancer en aidant à améliorer certains effets secondaires cutanés liés aux traitements. Ensemble, ils ont pu définir des solutions d'accompagnement dermocosmétiques adaptées pour aider au quotidien à améliorer le confort de la peau des personnes sous traitement anti-cancer.

La Roche-Posay propose différents produits dermocosmétiques testés dermatologiquement qui aident à prévenir et à protéger les peaux fragilisées par les traitements anti-cancer et améliorer leur qualité de vie. Nous avons mené 11 études avec plus de 13 000 personnes et partagé les résultats dans 36 publications et 44 posters.

1 NETTOYER  
LIPIKAR SYNDÉT AP+  


2 HYDRATER  
LIPIKAR BAUME AP+ve  


3 APAISER  
CICAPLAST BAUME 33+  


**DES SOINS DERMOCOSMÉTIQUES POUR AIDER À AMÉLIORER LE CONFORT DE LA PEAU DES PERSONNES TOUCHÉES PAR LE CANCER**

**NOTRE MISSION CUTANÉE ET LE CONFORT**

Tout au long de l'accompagnement, nos dermatologues, pédiatres et infirmières en charge dermo-...  
Pour accompagner des aidants de soutien, nous avons créé une plateforme d'info...



**15 MINUTES POUR FAIRE LA DIFFÉRENCE AVEC LES SOINS DE SUPPORTS**  
Soins de la peau – Santé mentale – Douleur et fatigue – Nutrition

Engagez-vous auprès des personnes touchées par le cancer sur [cancer-support.com](https://www.cancer-support.com)  
Pour chaque session complétée, La Roche-Posay reversera 1€ à l'ONG UICC pour soutenir la lutte contre le cancer.

Plus d'informations et de conseils sur [laroche-posay.fr](https://www.laroche-posay.fr)

Pour toute question, au cas de doute, n'hésitez pas à consulter un professionnel de santé.



CANCER SUPPORT FRANCE  [www.laroche-posay.fr](https://www.laroche-posay.fr) | MASCC | CUAOC | 8,043 PERSONNES ont été sensibilisées aux soins de support | French

**VOTRE GUIDE DU SOUTIEN FACE AU CANCER**

Découvrez le pouvoir des soins de support, pour améliorer la qualité de vie des personnes atteintes du cancer.

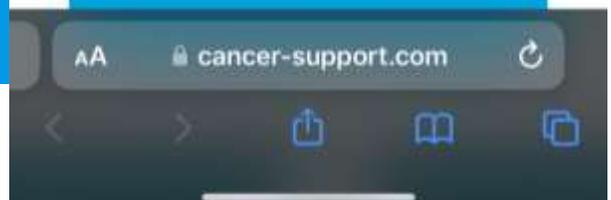
**CHOISISSEZ VOTRE SESSION DE 15 MINUTES :**

JE SUIS UN PATIENT

JE SUIS UN AIDANT

Pour chaque session effectuée, 1 € est versé à UICC ou à une association locale.

Du 02/10/23 au 31/12/23, dans une limite de 100 000



# Publicité presse incluant un QR code

1. Appel au don
2. **Fiche explicative**
3. École
4. Site de la marque/produit
5. Téléchargement
6. Fidélité/Évènement

# RENVOI VERS UNE VIDÉO PUBLICITAIRE DE FAULHABER

<https://siriusxm.us/3QQa8vQ?r=qr>

**FAULHABER**

DRIVE SELECTION

ROBOT BOOST

PERFORMANCE

INSTALLATION SPACE

ENERGY EFFICIENCY

MAINTENANCE EFFORT

Applications FAULHABER

## Révolution dans la logistique

Grâce à l'efficacité énergétique des systèmes d'entraînement FAULHABER, vos robots de préparation de commandes alimentés par batterie fonctionnent plus longtemps comme il se doit.

Pour en savoir plus : [www.faulhaber.com/logistics-robot/fr](http://www.faulhaber.com/logistics-robot/fr)

WE CREATE MOTION

FAULHABER

DRIVE SYSTEMS FOR LOGISTICS ROBOTICS

R Revolut - La banq...  
Sponsorisé · 4,8 ★ Télécharger

### Drive Systems for Logistics Robotics

286 vues il y a 7 m. #logistics #robotics #FAULHA...plus

FAULHABER Drive Sys... 843 S'abonner

1 Partager Remixer Télé

Commentaires

m Ajoutez un commentaire...



# LIEN VERS UNE VIDÉO TUTO DISPONIBLE EN PLUSIEURS LANGUES

<https://www.hozelock.com/easy-mix-2-in-1-composter-video/>



# DÉCOUVRIR LA PUBLICITÉ POUR LE PARFUM IZIA LA NUIT DE SISLEY

<https://youtu.be/kPBsi2ko4Rs>



SISLEY PARIS / IZIA LA NUIT - THE NEW FRAGRANCE

8,5 k vues · il y a 1 a



Sisley Paris 8,83 k abonnés S'ABONNER

Les commentaires sont désactivés. En savoir plus

# INFORMATIONS SUR LE RECYCLAGE DES CAPSULES DE CAFÉ L'OR

[https://www.lorespesso.com/fr\\_fr/recyclage](https://www.lorespesso.com/fr_fr/recyclage)



Un plaisir infini  
DANS UNE CAPSULE EN ALUMINIUM 100% RECYCLABLE



En plus de préserver efficacement les arômes du café, l'aluminium est 100% recyclable. C'est pourquoi L'OR s'engage à accélérer le recyclage des capsules usagées en développant leur collecte.



SCANNEZ-MOI

Découvrez si votre commune est éligible au recyclage des capsules aluminium en bacs de tri sélectif ou retrouvez les points de collecte proches de chez vous en scannant ce QR code ou en vous rendant sur [www.lorespesso.com](http://www.lorespesso.com)



SANS DOUTE LE MEILLEUR CAFÉ DU MONDE



ALLIANCE POUR LE RECYCLAGE DES CAPSULES EN ALUMINIUM



SCANNEZ-MOI

174



MENU

## COMMENT RECYCLER MES CAPSULES DE CAFÉ L'OR COMPATIBLES NESPRESSO®\* ?

Vous pouvez recycler vos capsules de café L'OR Espresso de 2 manières :

- 1. En les jetant dans votre votre bac de tri sélectif si votre commune recycle les petits emballages en aluminium.**  
- En vrac -
- 2. En les rapportant dans l'un des 4500 points de collecte de capsules en aluminium (points relais, déchèteries, grandes surfaces) disponibles en France.**  
- En vrac ou en sachet -

Renseignez votre localisation pour afficher les zones couvertes par le Projet Métal ou le point de collecte le plus proche de chez vous :

Vous ne voyez pas la carte ? Cliquez-ici !



[lorespesso.com](http://lorespesso.com)



MENU

Filtrer par points de collecte



Points relais, déchèteries et grandes surfaces :  
renseignez votre localisation pour trouver le point de collecte le plus proche.

Points de tri :  
renseignez votre localisation pour afficher les zones de tri sélectif.



[lorespesso.com](http://lorespesso.com)



# FICHE EXPLICATIVE SUR UNE BATTERIE BOSH

<https://www.bosch-diy.com/fr/fr/landing/power-for-all/power-for-all>



**BOSCH** Des technologies pour la vie

**POWER FOR ALL 18V**  
LA batterie pour votre maison.

Une seule et même batterie pour alimenter près de 100 outils différents de bricolage, de jardinage ou de nettoyage.

**Tous les avantages du POWER FOR ALL 18V en un coup d'œil :**

- 3 ans de garantie
- Cune des batteries les plus légères du marché pour une parfaite maniabilité de vos outils.
- Fait gagner de la place. Fait économiser de l'argent.
- Flexibilité garantie par l'ajout continu de nouveaux outils.
- Très grande variété d'applications tant en intérieur qu'à l'extérieur.

**Constituez vous-même votre set :**

Choisissez un outil de la gamme POWER FOR ALL. Téléchargez votre batterie 18V et votre chargeur rapide. Batteries activées, pas d'attente de l'après-vente de chaque nouvel achat d'outils sans batterie.

**C'EST PRÊT !**

Plus d'informations sur [bosch-diy.com](https://www.bosch-diy.com)



Plus d'informations sur [bosch-diy.com](https://www.bosch-diy.com)



LA batterie pour votre maison. Bricolage. Jardinage. Tâches ménagères.

**Exactement ce dont vous avez besoin – les batteries du système POWER FOR ALL**

Pour certaines applications, vous apprécierez un outil léger alors que pour d'autres vous avez surtout besoin d'un maximum de puissance et d'autonomie. **Vous**

[bosch-diy.com](https://www.bosch-diy.com)



systeme **POWER FOR ALL** sont 100% compatibles !

[En savoir plus](#)

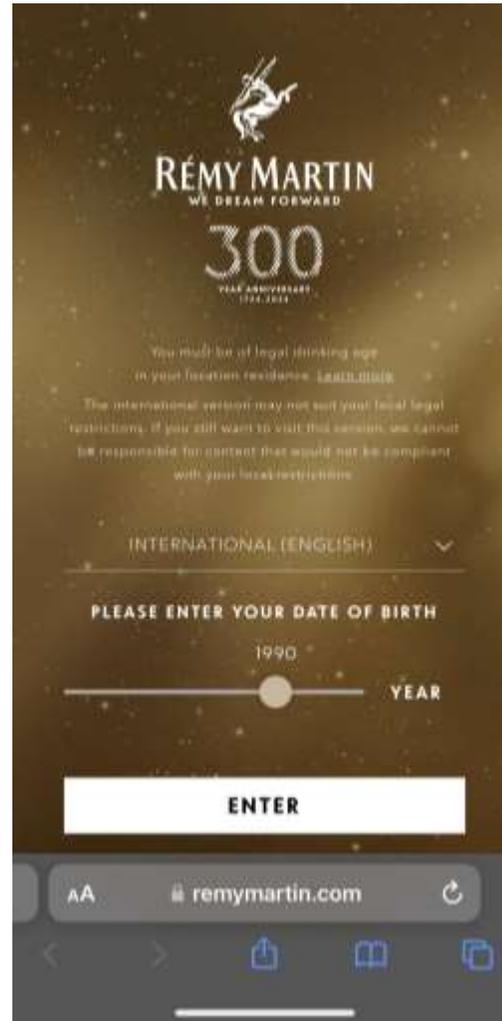
[Télécharger le guide](#)

La dernière génération - Le pack batterie 18V PowerPlus

[bosch-diy.com](https://www.bosch-diy.com)

# RENOI À LA COLLECTION ANNIVERSAIRE DE RÉMY MARTIN

<https://www.remymartin.com/remy-martin-300th-anniversary/>



# VINS NATURAE G. BERTRAND : ASTUCES POUR LES APÉROS VEGAN

<https://crm11.gerard-bertrand.com/fr/livre-recettes-et-accords-mets-vins-agir-pour-la-planete>

• LES APÉROS VEGAN •

# Naturae

Bio  
Vegan  
Sans sulfites

Tips et astuces pour vos APÉROS VEGAN

2023  
SYRAH ROSE  
MOUVES  
GÉRARD BERTRAND  
D.O.M.G. FRANCE

GÉRARD BERTRAND

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



## Le carnet de recettes et accord mets et vins

Des recettes pour cha  
découvrir et na  
Français >

crm11.gerard-bertrand.com

17:56  
Appareil photo  
E-mail

Nous aimerions vous contacter ponctuellement au sujet de nos produits et services, ainsi que d'autres contenus susceptibles de vous intéresser. Si vous consentez à ce que nous vous contactions à cette fin, veuillez nous indiquer votre moyen de communication préféré en cochant la case correspondante ci-après :

J'accepte de recevoir d'autres communications de GERARD BERTRAND.

Vous pouvez vous désabonner à tout moment.

En cliquant sur le bouton ci-dessous, vous nous autorisez à stocker et traiter les données personnelles.

protection par reCAPTCHA  
Confidentialité · Conditions

Français >

AA 11.gerard-bertrand.com

# LIEN VERS LE SITE AVEC VIDÉO, ARTICLES, FAQ

<https://www.santarome.fr/pages/qr-code-mincifer-bio>

LABORATOIRE **Santarôme** BIO

INNOVATION BIO

## ENVIE DE MINCIR BIO ?

1 INGRÉDIENT BIO À EFFICACITÉ PROUVÉE™

TESTE SCIENTIFIQUEMENT **GOZEN BIO®**

**Mincifor BIO**  
PERTE DE POIDS  
BRÛLEUR DE GRAISSES & ÉLIMINATION

3 PLANTES BIO BRÛLE GRAISSES  
TITRÉS EN CAFÉINE  
Guarana BIO - Noix de Côte BIO  
Thé vert BIO

2 PLANTES BIO ÉLIMINATION  
Féve BIO - Cardelle BIO

AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

100% VEGAN

FABRIQUE EN FRANCE

BOURGEONS BIO ET FRAIS

FORTS DOSAGES EN PLANTES

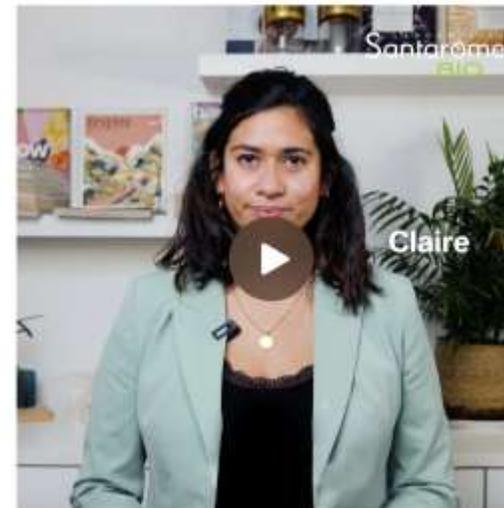
DISPONIBLE EN PHARMACIES, PARAPHARMACIES ET MAGASINS BIO

[www.santarome.fr](http://www.santarome.fr)

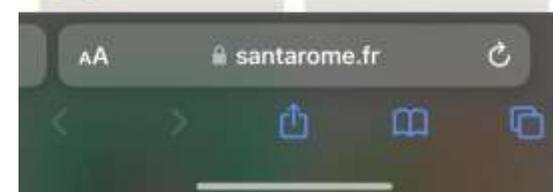
Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière - [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



MERCI POUR VOTRE CONFIANCE !  
ON VOUS DIT TOUT SUR NOTRE PRODUIT



VOUS VULEZ EN SAVOIR PLUS ?



VOUS VULEZ EN SAVOIR PLUS ?

<p>Tout savoir sur la formule !</p>	<p>Comment prendre Mincifor</p>
<p>Téléchargez votre livre de recette minceur !</p>	<p>Rejoignez le club Santarôme+Moi</p>

RECEVEZ DES OFFRES EXCLUSIVES ET CONSEILS PERSONNALISÉS

[santarome.fr](http://santarome.fr)

# PRENDRE RENDEZ-VOUS CHEZ SOTHYS

<https://www.sothys.fr/fr>



# GALERIES LAFAYETTE: RÉSERVER UNE PRESTATION DE SOINS

<https://wellness.galerieslafayette.com/#>

UNE  
JOURNÉE  
AU SEIN  
DU GRAND MAGASIN

Galerias  
Lafayette

Profitez d'une journée unique aux Galeries Lafayette Paris Haussmann avec au programme des heures d'évasion garanties au cœur du temple de la mode.

Make the most of a special day at Galeries Lafayette Paris Haussmann hours of delight guaranteed to be on the programme at this fashion temple.



Commencez votre journée à la Wellness Galerie et choisissez la prestation qui convient à vos besoins du moment : un massage relaxant, un soin du visage pour combattre les effets du froid, une manucure/pédicure ou un cours de sport pour une séance de remise en forme avant les beaux jours.

Start your day at the Wellness Galerie and choose the treatment that caters to your current needs: a relaxing massage, a facial to relieve winter skin discomfort, a manicure/pedicure or a fitness class to get in shape for summer.

Pour vous relaxer après l'effort, rendez-vous chez Seasonly pour découvrir les soins visages personnalisés, les bienfaits du sauna infrarouge chez Belleyme ou encore une manucure-pédicure chez Gloss'Up.

To relax after a hard day's work, head to Seasonly for personalized facial treatments, enjoy the benefits of an infrared sauna at Belleyme, or pamper yourself with a manicure and pedicure at Gloss'Up.



Scannez le QR Code pour réserver une prestation  
Scan the QR Code to book a service

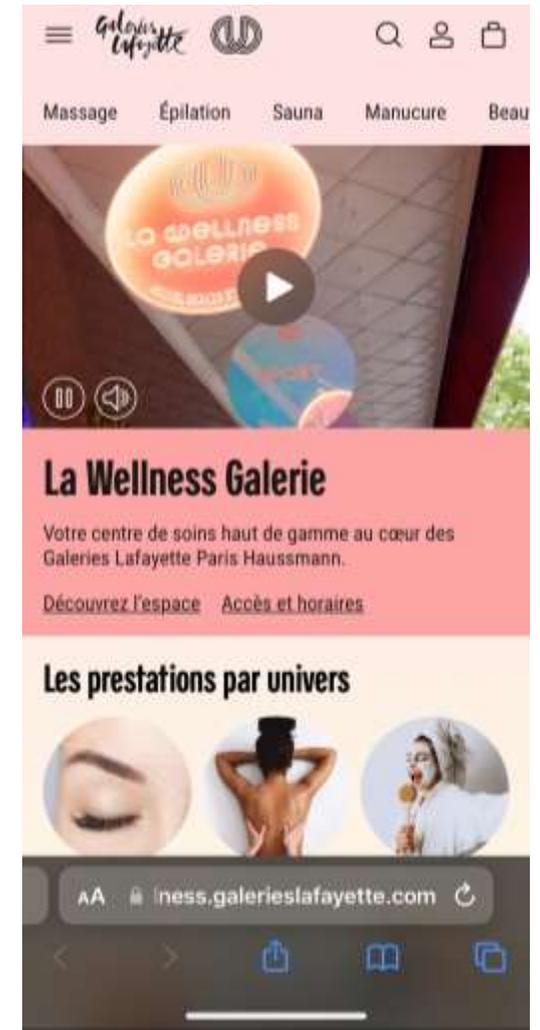


Pour vous relaxer après l'effort, rendez-vous chez Seasonly pour découvrir les soins visages personnalisés, les bienfaits du sauna infrarouge chez Belleyme ou encore une manucure-pédicure chez Gloss'Up.

To relax after a hard day's work, head to Seasonly for personalized facial treatments, enjoy the benefits of an infrared sauna at Belleyme, or pamper yourself with a manicure and pedicure at Gloss'Up.



Scannez le QR Code pour réserver une prestation  
Scan the QR Code to book a service



# RÉSERVATION D'UNE CONSULTATION BEAUTÉ EN VIDÉO

<https://www.esteelauder.fr/book-appointment>



ESTÉE LAUDER  
esteelauder.fr

Double Wear Fond de teint

Plus qu'un maquillage parfait, des soins qui font  
votre couleur de peau naturelle.  
Ils séchent, mais cachent. Confortable, tout en laissant la peau respirer.  
Ils ont été testés intensivement. Longue tenue 24h.



Reservez votre  
consultation vidéo gratuite  
avec nos experts



Reservez votre  
consultation vidéo gratuite  
avec nos experts

ESTÉE LAUDER

NOUVEAU BESTSELLERS SOIN MAQUILLAGE PARFUM CADEAUX RE-NUTRIR AERIN EXCLUSIVITES DISCOVER SERVICES OFFRES

SE CONNECTER



Votre consultation  
beauté

LES CONSEILS DE NOS EXPERTS POUR UNE PEAU ET UN  
MAQUILLAGE PARFAITS.

Reservez gratuitement une consultation vidéo avec un de nos experts  
beauté.

RÉSERVER UNE CONSULTATION VIDÉO

# DÉCOUVRIR L'ENGAGEMENT RSE DE TOYOTA

<https://www.toyota.fr/decouvrez-toyota/environnement/challenge-2050>

Découvrez notre vision

PRENEZ PLACE POUR LE FUTUR

Vous imaginez un monde où l'avenir est le zéro émission et où que le commerce, Toyota conçoit des solutions et des véhicules innovants.

Un monde où chacun est la liberté de se déplacer simplement, sans restriction et en toute sécurité. Pour un meilleur monde et un meilleur futur.

Toyota France et Toyota Global

toyota.fr

PRENEZ PLACE  
POUR LE FUTUR

Vous imaginez un monde où l'avenir est le zéro émission et où que le commerce, Toyota conçoit des solutions et des véhicules innovants.

Un monde où chacun est la liberté de se déplacer simplement, sans restriction et en toute sécurité. Pour un meilleur monde et un meilleur futur.



Une référence de véhicule de mobilité personnelle est présentée. Les données de consommation (litres/100 km) sont indiquées en fonction du mode de conduite. Les données de consommation (litres/100 km) sont indiquées en fonction du mode de conduite. Les données de consommation (litres/100 km) sont indiquées en fonction du mode de conduite.

Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo. Pensez à covoiturer.  
Au quotidien, prenez les transports en commun. #SeDéplacerMoinsPolluer

TOYOTA ENVIRONMENTAL CHALLENGE 2050

Toyota Environmental Challenge 2050:  
6 défis ambitieux

En s'attaquant à des problèmes planétaires aussi cruciaux que le changement climatique, la pénurie d'eau, l'appauvrissement des ressources et de la biodiversité, la stratégie « Toyota Environmental Challenge 2050 » vise à réduire autant que possible l'impact écologique de la production et de la circulation automobiles. Elle se présente

toyota.fr

Notre démarche

La mobilité pour tous Passage à l'électrique

La mobilité pour tous

Nous allons plus loin ensemble. Nous souhaitons donc répondre par l'innovation aux besoins de mobilité en constante évolution, pour une société plus accessible et inclusive. C'est pour cela que depuis 2015, Toyota est partenaire mondial de la mobilité des Jeux Olympiques et Paralympiques. Et avec notre marque KINTO, nous avons aussi l'ambition de devenir le premier loueur mondial à atteindre un parc 100 % hybride, électrique ou hydrogène (contre 74% aujourd'hui), pour une mobilité transparente et intelligente.

toyota.fr

2022

UN Avenir plus propre

Nous sommes convaincus de la complémentarité de nos 4 technologies hybrides auto-rechargeables et rechargeables électriques à batterie et à hydrogène, et au-delà des voitures avec

2050

POURQUOI S'ARRÊTER

Nous défendons la vision

toyota.fr

# L'ORÉAL : RENVOI VERS LES ENGAGEMENTS RSE DE LA MARQUE

<https://oa.oaqr.io/01/qebrecpkvzrkqy>



# L'ORÉAL: RENVOI VERS SES ENGAGEMENTS RSE

<https://www.loreal.com/en/group/about-loreal/our-purpose/diversity-inclusion/>



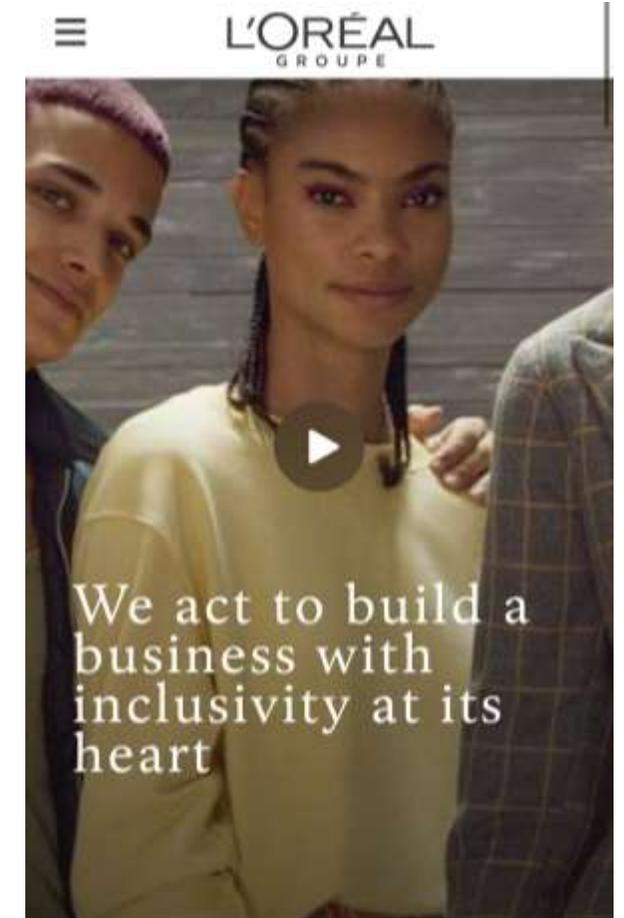
**Nous souhaitons être une entreprise intergénérationnelle.**

Le programme L'Oréal For All Generations™ met en avant l'échange entre toutes les générations et vise à rendre possible l'épanouissement professionnel à tout âge et à toutes les étapes de la carrière.

™ L'Oréal pour Toutes les Générations

L'ORÉAL  
GROUPE

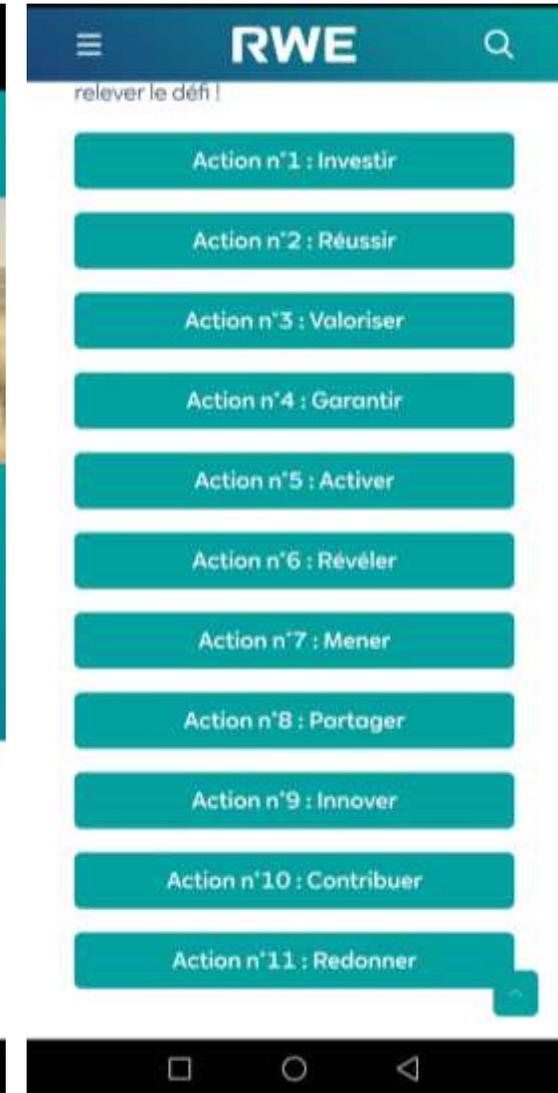
CRÉER LA BEAUTÉ QUI  
FAIT AVANCER LE MONDE



**100% of our brands  
are committed to  
Diversity, Equity &**

# RWE : RENVOI VERS LES ACTIONS RSE DE L'ENTREPRISE

<https://fr.rwe.com/nos-actions/>



# RENOVI VERS LE TAG DES OFFRES D'EMPLOI D'ARCELORMITTAL

[https://emfg.fa.em4.oraclecloud.com/hcmUI/CandidateExperience/fr/sites/CX\\_4001/requisitions?location=Saint-Chely-d%27Apcher%2C+Occitanie%2C+France&locationId=30000024205228&locationLevel=city&mode=location&radius=25&radiusUnit=KM](https://emfg.fa.em4.oraclecloud.com/hcmUI/CandidateExperience/fr/sites/CX_4001/requisitions?location=Saint-Chely-d%27Apcher%2C+Occitanie%2C+France&locationId=30000024205228&locationLevel=city&mode=location&radius=25&radiusUnit=KM)

The image shows a newspaper page with the heading "ANNONCES" in large red letters. Below the heading, there are several sections of text and small advertisements. On the left, there is a large advertisement for "Occitanie-emploi.fr" with the text "163 MILLIONS DE VISITES ET LA GARANTIE D'UNE AUDIENCE QUI NE CESSE DE PROGRESSER!". To the right, there are smaller ads for "TECHNICIEN DE MAINTENANCE ELECTRIQUE H/F" and "INGENIEURS SUPPORT PROCESS ELECTRIQUE ET MECANIQUE H/F". At the bottom, there are sections for "AVIS PUBLICS" and "AVIS D'OUVERTURE D'ENQUETE PUBLIQUE".

The image is a job advertisement for ArcelorMittal. At the top, the ArcelorMittal logo is visible. The text reads: "ArcelorMittal recrute pour son site en Lozère (48) à Saint-Chely d'Apcher". Below this, there are two job titles: "TECHNICIEN DE MAINTENANCE ELECTRIQUE H/F (en CDI)" and "INGENIEURS SUPPORT PROCESS ELECTRIQUE ET MECANIQUE H/F (en CDI)". A QR code is located at the bottom left of the ad, and a small photo of industrial equipment is at the bottom right. The URL "https://france.arcelormittal.com/nous-rejoindre/postuler" is provided.

The image shows a mobile application interface for ArcelorMittal. At the top, the ArcelorMittal logo is on the left, and a user profile icon and a menu icon are on the right. Below the logo, there is a search bar with the text "RECHERCHER DES EMPLOIS" and "Intitulé de l'emploi, aptitude, mot-clé". Below the search bar, there are two filter options: "A PROXIMITE DU LIEU" and "Saint-Chely-d'Apcher, Occit +25 km". A search icon is visible below the filters. Below the filters, it says "7 EMPLOIS VACANTS | FILTRES". Below this, there are two job listings. The first listing is for "(CDI) Ingénieur.e Support Process/Projet" in Saint-Chely-d'Apcher, Occitanie, France, with a distance of 1.9 km and a publication date of 12/05/2023. The second listing is for "(CDI) Electricien.ne de zone - technicien.ne de maintenance" in Saint-Chely-d'Apcher, Occitanie, France, with a distance of 1.9 km. At the bottom, there is a browser address bar showing "emfg.fa.em4.oraclecloud.com" and a mobile navigation bar with icons for back, forward, home, and search.

# CONSULTER DES OFFRES D'EMPLOI ET POSTULER POUR UN POSTE

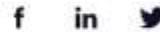
<https://www.harmonie-mutuelle.fr/marque/a-propos/collectif-cherche-college>



Merci à Guillaume, Mickael, Kéris, Malwenn et Juliette d'avoir rendu cette campagne possible.



## Collectif cherche collègue !



🕒 5 min de lecture

Mis à jour le 13 novembre 2023

Bienvenue au sein de notre collectif. Chez Harmonie Mutuelle, vous avez les moyens d'agir au quotidien dans une mission qui a du sens, au service de la santé de tous.

Intégrer Harmonie Mutuelle, c'est rejoindre une entreprise à mission de plus de 5000 femmes et hommes.

C'est aussi s'engager dans un projet unique et solidaire pour défendre une santé accessible à tous, aux côtés des 45 000 collaborateurs du Groupe VYV, 1<sup>er</sup> groupe mutualiste de santé et acteur majeur de l'Économie Sociale et Solidaire (ESS).



## » Nos offres d'emploi

Rejoignez un collectif qui agit pour la santé des personnes et de la société.

» Postulez !

## » Faites partie d'un collectif engagé !

Travaillez au sein d'un collectif en mouvement, à l'état d'esprit singulier : une culture à la fois inclusive et dynamique, partagée et animée par tous nos collaborateurs.

# LIEN VERS LE COMPTE INSTA DU RESTAURANT BOUILLON CHARTIER

Renvoi directement sur Instagram



# Publicité presse incluant un QR code

1. Appel au don
2. Fiche explicative
3. **École**
4. Site de la marque/produit
5. Téléchargement
6. Fidélité/Évènement

# LIEN VERS LE TÉMOIGNAGE D'UN ÉTUDIANT À POLYTECHNIQUE

<https://programmes.polytechnique.edu/benjamin-promotion-2019>



© Draw Press/Executive Master

INSTITUT POLYTECHNIQUE DE PARIS

"DÉVELOPPER MES COMPÉTENCES EN NOUVELLES TECHNOLOGIES"

Benjamin  
Promotion 2019  
Deputy Head of  
Engineering Department

**EXECUTIVE MASTER**  
Technologie • Management • Innovation

**VOUS ÊTES CADRE DIRIGEANT ?**  
Rejoignez l'Executive Master de l'École polytechnique et vivez une expérience unique au cœur de l'innovation, tout en continuant d'occuper vos fonctions.

[polytechnique.edu/executive-master](https://polytechnique.edu/executive-master)



Découvrez le témoignage complet



Découvrez le  
témoignage  
complet



JE SUIS ▾

INSTITUT POLYTECHNIQUE DE PARIS

MENU ≡

PARTAGE 

EXECUTIVE MASTER

**Benjamin - Promotion 2019**

Nous contacter | Télécharger une brochure

rammes.polytechnique.edu



JE SUIS ▾

INSTITUT POLYTECHNIQUE DE PARIS

MENU ≡

DÉCOUVREZ LE  
TÉMOIGNAGE DE  
BENJAMIN

Benjamin, Alumni of the ...

DONNEZ UN NOUVEL  
ÉLAN À VOTRE  
CARRIÈRE

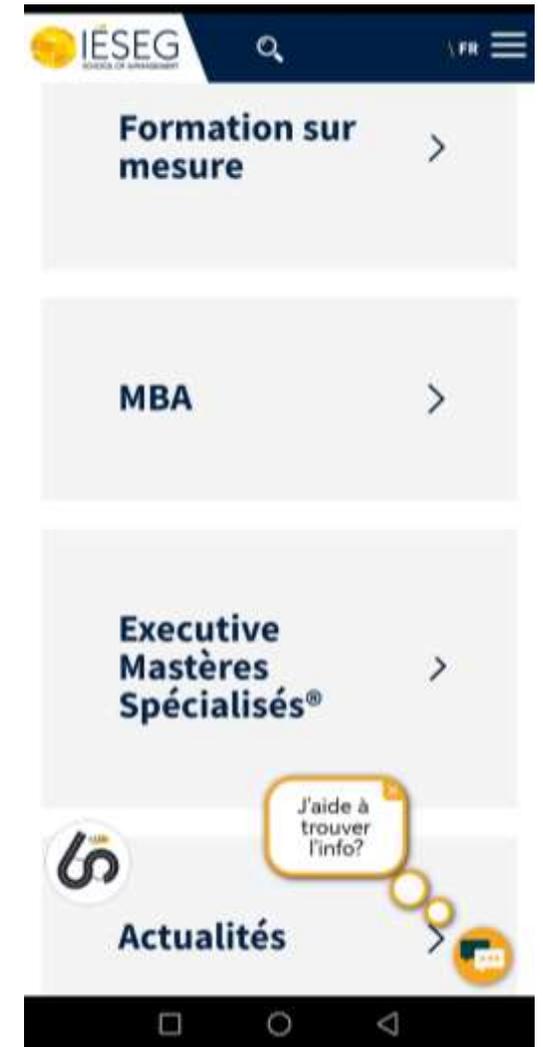
L'Executive Master de l'École polytechnique a été conçu pour permettre

Nous contacter | Télécharger une brochure

[programmes.polytechnique.edu](https://programmes.polytechnique.edu)

# DÉCOUVRIR LES FORMATIONS DE L'IESEG

<https://www.iesege.fr/formation-continue/>



# DÉCOUVRIR LES FORMATIONS D'EXCELIA

<https://www.excelia-group.fr/a-propos-d'excelia/nos-ecoles/excelia-business-school>

ments Puissance et International supérieurs et du classement RSE. HEC a obtenu 1876 points, contre 375 pour l'École Grande École.

## CRITÈRES DU PALMARÈS PUISSANCE

**Accréditations** : note fondée sur les labels EQUIS 5 ans (10 points), EFMD 3 ans (7), AACSB (5) et Equis (3). Amba n'est pas inclus, car il concerne les MBA.

**Préparationnaires en valeur absolue** : nombre d'élèves issus de prépa en première année du programme grande école (PGE) à la rentrée 2023.

**Proportion de préparatoires** : nombre d'élèves issus de prépa sur le total de ceux acceptés en première année du PGE à la rentrée 2023.

**Sélectivité** : part d'admissibles aux concours BCE et Écrite sur le total de candidats.

**Barre d'admissibilité** : note minimale nécessaire à l'écrit pour être admissible aux oraux.

**Budget école** : budget en millions d'euros.

**Encadrement étudiant** : nombre d'étudiants dans le PGE sur le total des professeurs permanents du PGE selon la définition de la Commission d'évaluation des formations et diplômes de gestion (CEFDG, travaillant au minimum quatre jours par semaine en CDI, et dont l'école est l'employeur exclusif).

**Who's Who** : nombre d'anciens élèves figurant dans cet annuaire de personnalités qui font briller la France dans leurs univers d'expertise et de compétences. Fort de 20 000 membres, il se positionne comme le « réseau des réseaux ». Parmi eux, les alumni d'HEC arrivent en tête avec 1342 mentions.

## CRITÈRES DU PALMARÈS INTERNATIONAL

**Professeurs étrangers** : pourcentage d'étrangers dans le corps professoral permanent du PGE.

**Emploi** : proportion de diplômés de la promotion sortante ayant signé leur premier contrat à l'étranger.

**Étudiants étrangers** : proportion d'étudiants étrangers dans le PGE.

**Rang Financial Times** : rang des établissements français, au palmarès 2023 des masters in management du quotidien économique britannique. Si n'y figure pas, elle obtient 0.

## CRITÈRES DU PALMARÈS RSE

**Boursiers** : proportion de boursiers sur critères sociaux (d'État) inscrits dans le PGE à la rentrée 2023.

**Alternance** : part d'élèves en alternance (contrat de professionnalisation ou apprentissage), à la rentrée 2023, dans le PGE, toutes promotions confondues.

**Professeuses femmes** : pourcentage de femmes dans le corps professoral permanent de l'école.

**Indice Pénicaud** : index qui mesure l'égalité femmes-hommes des organisations. La moyenne nationale était à 88/100 en 2023, nous avons attribué 10 points au-delà d'une note de 90, puis 5 entre 87 et 90, et enfin 0 en dessous.

**Label DD & RS** : 10 points si l'école possède ce label qui valorise les démarches environnementales des établissements de l'enseignement supérieur, 0 dans le cas contraire.



**INTÉGREZ UNE ÉCOLE TRIPLEMENT ACCRÉDITÉE**

LA ROCHELLE - TOURS - ORLÉANS - PARIS

**FORMATIONS D'EXCELLENCE DE BAC À BAC +5**

**UNE BUSINESS SCHOOL MONDIALEMENT RECONNUE**

Osez regarder le futur avec audace !

33<sup>e</sup> dans le classement du Financial Times

2<sup>e</sup> école française dans le classement mondial en matière de RSE

En partenariat avec **who who France**

Accréditations : EQUIS, AACSB, AMBA

QR code < PLUS D'INFOS

QR code < PLUS D'INFOS

xl excelia BUSINESS SCHOOL

MENU

> A propos d'Excélia > Nos Ecoles > Excélia Business School

## Excélia Business School

Excélia Business School est la **Grande École de Management** d'Excélia. Elle dispense des formations de Bac à Bac+5 et est classée parmi les **meilleures business schools au niveau mondial** par le Financial Times. L'école propose des formations Bachelor Business, BBA International (AACSB et EQUIS), Master Grande École (triple couronne : AACSB, EQUIS et AMBA) et programmes Masters of Science (MSc) qui préparent aux métiers de la finance, du marketing, de la communication, des ressources humaines et du management et dans des fonctions clés de l'entreprise, en France et à l'international.

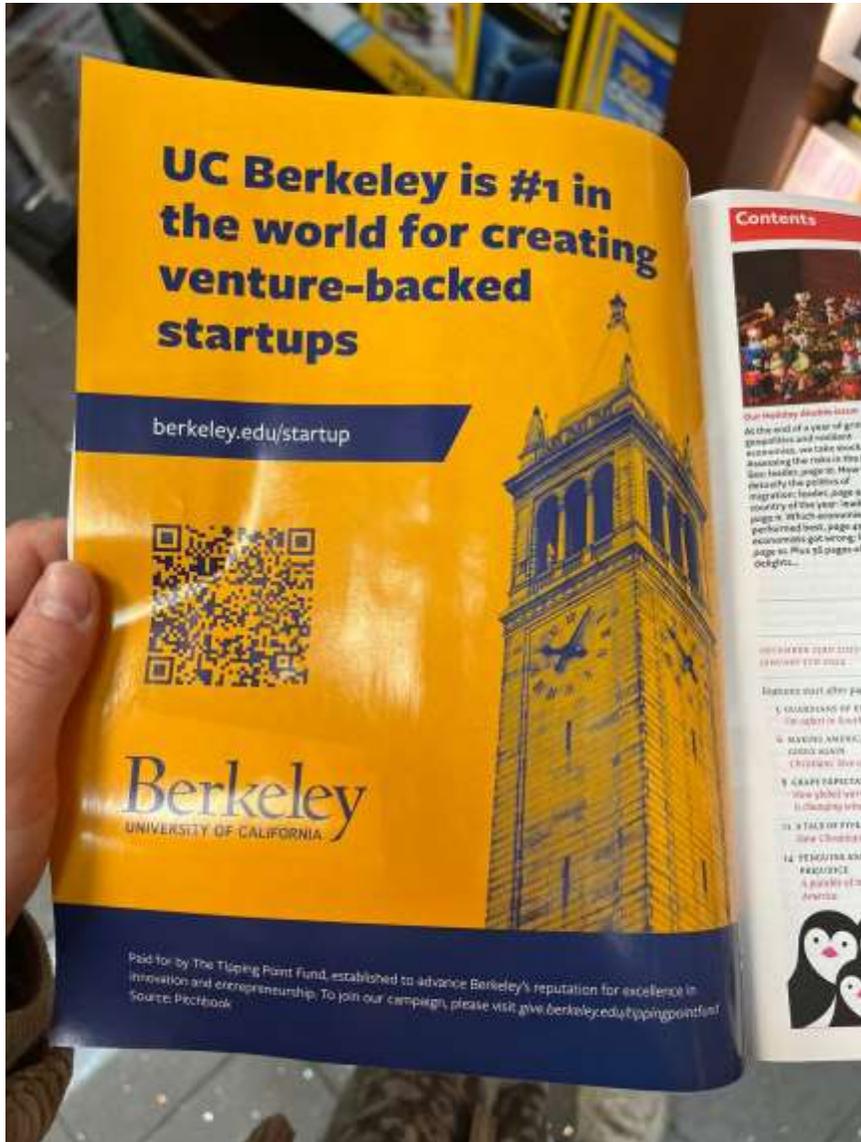
ACCREDITATIONS DE LA FORMATION

BROCHURES ADMISSION CONTACT

AA excelia-group.fr

# RENOI VERS UN ARTICLE SUR L'ENTREPRENARIAT À BERKELEY

<https://www.berkeley.edu/entrepreneurship/>



# Publicité presse incluant un QR code

1. Appel au don
2. Fiche explicative
3. École
4. **Site de la marque/produit**
5. Téléchargement
6. Fidélité/Évènement

# LIEN VERS LE SITE HELLO BANK POUR DEVENIR CLIENT

<https://www.hellobank.fr/>



Le secret d'une  
**relation**  
qui dure, c'est  
**l'écoute.**  
Et c'est un  
**N°1**  
qui vous le dit.

Hello bank! est n°1 de la relation client digitale depuis 4 ans\*. Pas étonnant que 800 000 clients nous fassent confiance.

**Hello bank!**  
par BNP PARIBAS

En ligne,  
en mieux.

Rejoignez-nous  
sur [hellobank.fr](https://www.hellobank.fr/)



\*Chiffres N°1 de la relation client digitale de 2018 à 2022 par le Hello et en 2023 par Hello et banque parmis les banques digitales.  
Hello bank! est agréé par l'ACPR (Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution), fait partie du réseau de la BNP Paribas. N° de registre SIRET : 522 201 1789 - N° de registre RCS : 522 201 1789 - N° de registre SIREN : 522 201 1789



Hello bank! MENU

**Alerte fraude aux faux conseillers Hello Team !**

Des fraudeurs usurpent le numéro d'appel légitime de la Hello Team et émettent des appels prétextant une fraude, pour vous soutirer des informations personnelles. Si vous êtes appelé concernant une fraude, raccrochez et rappelez la Hello Team au 01 43 63 15 15.

Découvrez Hello bank!

Hello bank! vous accompagne dans tous vos projets

DEVENIR CLIENT

DEVENIR CLIENT JE SUIS CLIENT



# LIEN SITE DE MAISON DE VENTES AUX ENCHÈRES D'AGUTTES

<https://expertise.agutttes.com/estimation-art-contemporain/>

POST-WAR & ART CONTEMPORAIN

## AGUTTTES

Vente en préparation  
11 avril 2024



Novel Corbica 190 cm 1967, Océano-chaumont, 1988, 210 x 200 cm  
Série 126 H&K n.22 novembre 2021

**Expertises gratuites et confidentielles**  
en France et dans toutes les grandes villes d'Europe  
**Ophélie Guillerot**  
+33 (0)1 47 45 93 02 • guillerot@agutttes.com

**Découvrez le département**  
1<sup>re</sup> maison de ventes aux enchères indépendante en France\*  
Neuilly-sur-Seine • Paris • Lyon • Aix-en-Provence  
Bruxelles • Genève | agutttes.com | 

Nous recherchons les signatures Abou  
Alexander Calder, Christo et Jeanne Clu  
Tony Cragg, Ghies Oetari, Peter Drog,  
San Francisco, Hans Hartung, Fwa Kien  
Sol Le Witt, Georges Mathieu, Henri Michaux, Yan Pei-Ming,  
Kazuo Shiraga, Niki de Saint-Phalle, Gerhard Richter,  
Pierre Soulages, Chu Teh-Chun, Willem Tuig, Bernard Venet,  
Bram van Velde, Gaeul van Velde, Claude Viallet,  
Fabienne Verdier, Zao Wot-Ki, Huang Yong Ping...



**Expertises gratuites et confidentielles**  
en France et dans toutes les grandes villes d'Europe

**Ophélie Guillerot**  
+33 (0)1 47 45 93 02 • guillerot@agutttes.com

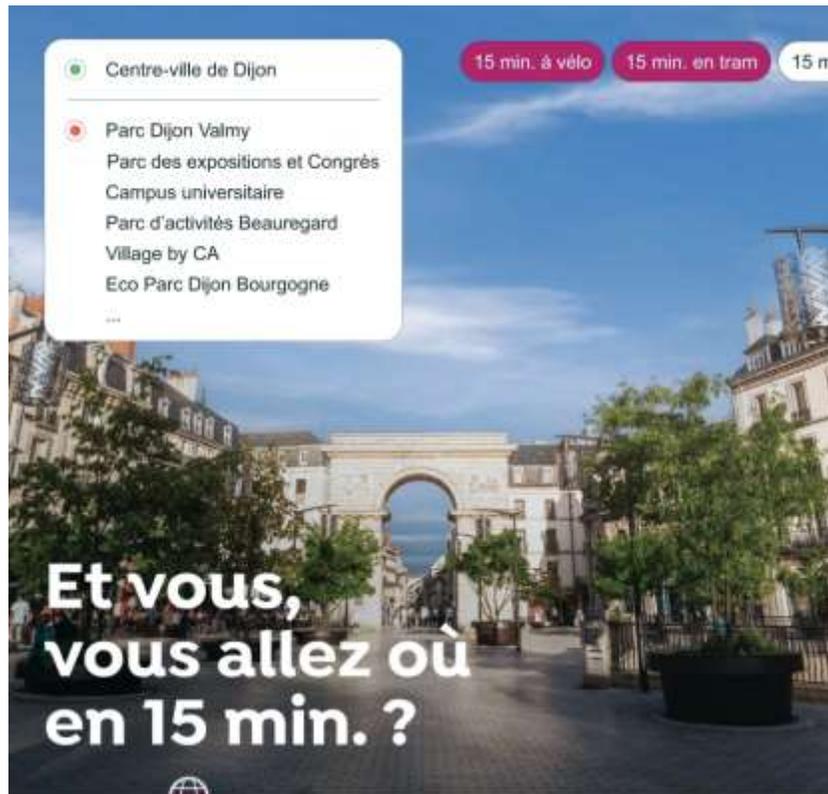
**Découvrez le département**  
1<sup>re</sup> maison de ventes aux enchères indépendante en France\*  
Neuilly-sur-Seine • Paris • Lyon • Aix-en-Provence  
Bruxelles • Genève | agutttes.com | 

\*Sur l'ensemble des ventes, dans la catégorie Art et objets de collection.



# LIEN VERS LE SITE DE DIJON BOURGOGNE INVEST

<https://www.dijonbourgogneinvest.fr/>



Entreprendre et s'épanouir à Dijon, c'est facile.



[dijonbourgogneinvest.fr](https://www.dijonbourgogneinvest.fr)

Dijon Bourgogne Invest - 100 rue de la République - 21000 Dijon - France



[dijonbourgogneinvest.fr](https://www.dijonbourgogneinvest.fr)



# LIEN VERS LE PODCAST ET LE SITE VIVARA

<https://www.podcastics.com/podcast/vivara-le-podcast/>

<https://www.vivara.fr/>

**Vivara.fr**  
la biodiversité pour votre jardin

**AU JARDIN AVEC VIVARA** **PLANTEZ MALIN AVEC VIVARA**

Plus l'été avance, plus les fleurs deviennent une occupation quotidienne qui nous permet de passer du temps en extérieur pour planter, arroser, surveiller. Cette année encore nous avons essayé de vous proposer quant à la quantité et la qualité de fleurs / plantes / arbres fruitiers que nous vous proposons. De plus, depuis le 1er avril nous avons lancé nos packs de fleurs, déjà proposés pour garantir une plaine florissante de fleurs. Vous pouvez choisir qui planté selon vos envies mais aussi selon les insectes que vous souhaitez attirer. Découvrez un aperçu public de

**NOUS ARRIVENT PROCHAINEMENT**  
MÉRIER "BLACK SATIN" FRAMBOISES, ARBRES FRUITIERS, etc.

**MAIS AUSSI BIEN D'AUTRES...**

**NOUS GARANTEL À PLANTER**

**NOUS PLANTES DE SAISON**

**Ce pack contient**  
- Verbes de l'été  
- Quatre de l'été  
- Lavande rose trépanée  
- Verveine de l'été  
- Viviane de l'été  
- Mélis à quatre  
- Semences infusées de lavande & figuier

**Ce pack contient**  
- Rosier "Bourbonnais"  
- Rosier "Bourbonnais"

Medhi nous donne des conseils et astuces pour améliorer la vie dans notre jardin, les oiseaux, écureuils, hérissons et toutes les autres petites bêtes qui nous entourent. Comment bien les nourrir, les chouchouter mais aussi les observer. Ne ratez rien !

Souscrivez à notre infolettre pour recevoir nos conseils tout au long de l'année.

Scannez-moi



**Vivara, le Podcast**  
L'essentiel pour la biodiversité dans votre jardin ou sur votre balcon.

Expert en biodiversité depuis 35 ans

Rechercher un produit

Observation des **des oiseaux de jardin**

vivara.fr

Créateur de podcast ?  
**Gérez, hébergez, partagez et monétisez le.**

Podcastics a été créé par des podcasteurs pour tout gérer très facilement

**1 MOIS D'ESSAI GRATUIT**

Sans carte bancaire !

**GÉREZ EN UN CLIN D'ŒIL**

Podcastics

Terres d'Aventure, le voyage à pied

podcastics.com

# LIEN VERS LE SITE DE PRIME VIDÉO

[https://www.primevideo.com/offers/ref=atv\\_hm\\_hom\\_5\\_c\\_bD0OCV\\_w7QHkx\\_6\\_15?benefitId=kitchenfr](https://www.primevideo.com/offers/ref=atv_hm_hom_5_c_bD0OCV_w7QHkx_6_15?benefitId=kitchenfr)

PORTRAITS DE CHEFS / VOYAGES CULINAIRES / RECETTES SUCRÉES

## KITCHENMANIA

La nouvelle chaîne  
des passionnés de cuisine



1,99€ / mois  
Essai gratuit de 14 jours  
Sans engagement

prime video CHANNELS



prime + KITCHENMANIA

Essai gratuit de 30 jours  
6,99 €/mois après l'essai

Essai gratuit de 14 jours  
1,99 €/mois après l'essai

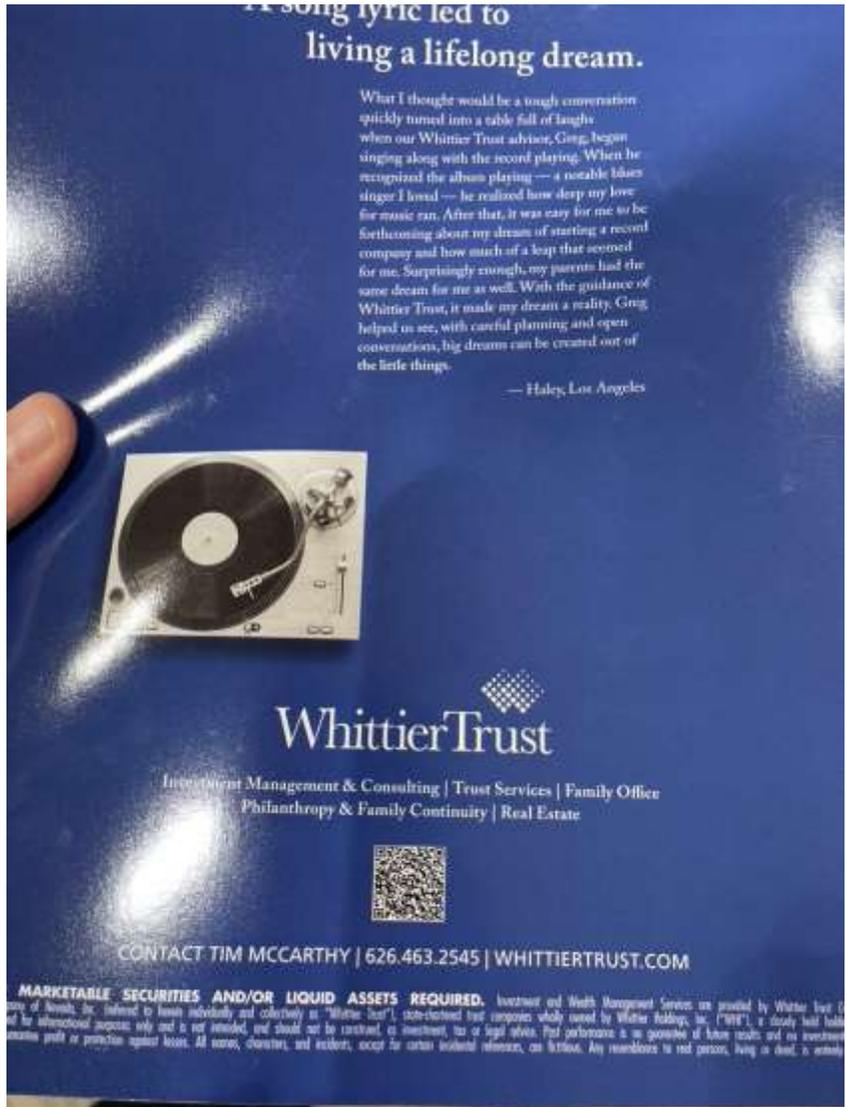
Seuls les membres Amazon Prime peuvent s'abonner à  
**Kitchen Mania** sur Prime Video.

**Débutez vos essais gratuits, payez plus tard**

primevideo.com

# RENOI VERS LE SITE WHITTIERTRUST: FAMILY OFFICE TRÈS INTIME

<https://www.whittiertrust.com/publication/the-little-things-trust-services/>



A song lyric led to living a lifelong dream.

What I thought would be a tough conversation quickly turned into a table full of laughs when our Whittier Trust advisor, Greg, began singing along with the record playing. When he recognized the album playing — a notable blues singer I loved — he realized how deep my love for music ran. After that, it was easy for me to be forthcoming about my dream of starting a record company and how much of a leap that seemed for me. Surprisingly enough, my parents had the same dream for me as well. With the guidance of Whittier Trust, it made my dream a reality. Greg helped us see, with careful planning and open conversations, big dreams can be created out of the little things.

— Haley, Los Angeles

**WhittierTrust**  
Investment Management & Consulting | Trust Services | Family Office  
Philanthropy & Family Continuity | Real Estate

CONTACT TIM MCCARTHY | 626.463.2545 | WHITTIERTRUST.COM

MARKETABLE SECURITIES AND/OR LIQUID ASSETS REQUIRED. Investment and Wealth Management Services are provided by Whittier Trust Company of Nevada, Inc. (referred to herein individually and collectively as "Whittier Trust"), state-chartered trust companies wholly owned by Whittier Holdings, Inc. ("WHI"), a closely held holding company. This information is for informational purposes only and is not intended, and should not be construed, as investment, tax or legal advice. Past performance is no guarantee of future results and our investments assume profit or protection against losses. All names, characters, and incidents, except for certain incidental references, are fictitious. Any resemblance to real persons, living or dead, is entirely coincidental.



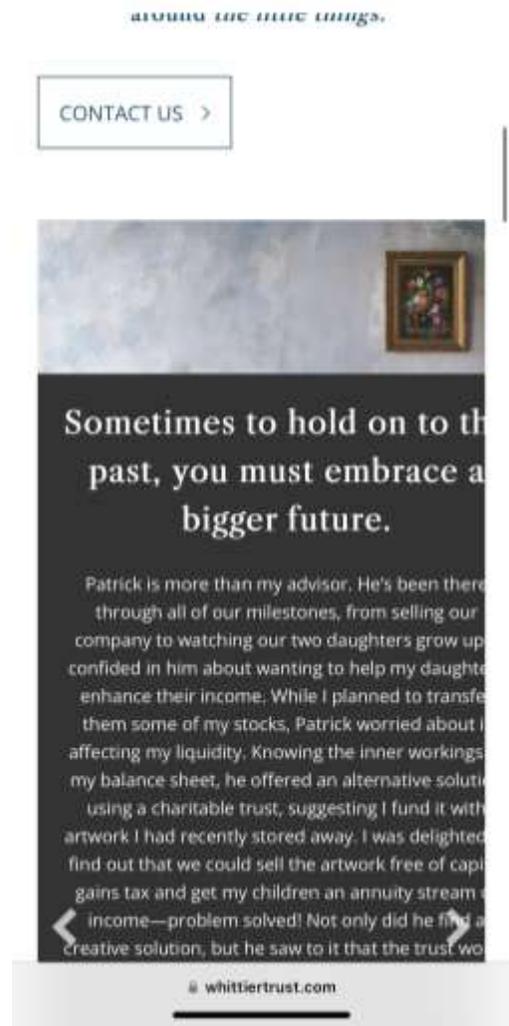
**WhittierTrust**

We provide the confidence and peace of mind you seek by taking care of *The Little Things.*

LEARN MORE >

Trusts are a journey for many, and they can have a profound impact on your family. Protecting your family's wealth may necessitate additional knowledge, support and continuity from an objective and trusted perspective.

Fiduciary management thoughtfully weaves together all aspects of your family and financial life



Sometimes to hold on to the past, you must embrace a bigger future.

Patrick is more than my advisor. He's been there through all of our milestones, from selling our company to watching our two daughters grow up. I confided in him about wanting to help my daughters enhance their income. While I planned to transfer them some of my stocks, Patrick worried about it affecting my liquidity. Knowing the inner workings of my balance sheet, he offered an alternative solution using a charitable trust, suggesting I fund it with artwork I had recently stored away. I was delighted to find out that we could sell the artwork free of capital gains tax and get my children an annuity stream of income—problem solved! Not only did he find a creative solution, but he saw to it that the trust wo

whittiertrust.com

# Publicité presse incluant un QR code

1. Appel au don
2. Fiche explicative
3. École
4. Site de la marque/produit
5. **Téléchargement**
6. Fidélité/Évènement

# TÉLÉCHARGEMENT D'UN ANTIVIRUS AVAST ONE

Renvoi directement vers la plateforme de téléchargement



**Avast One**

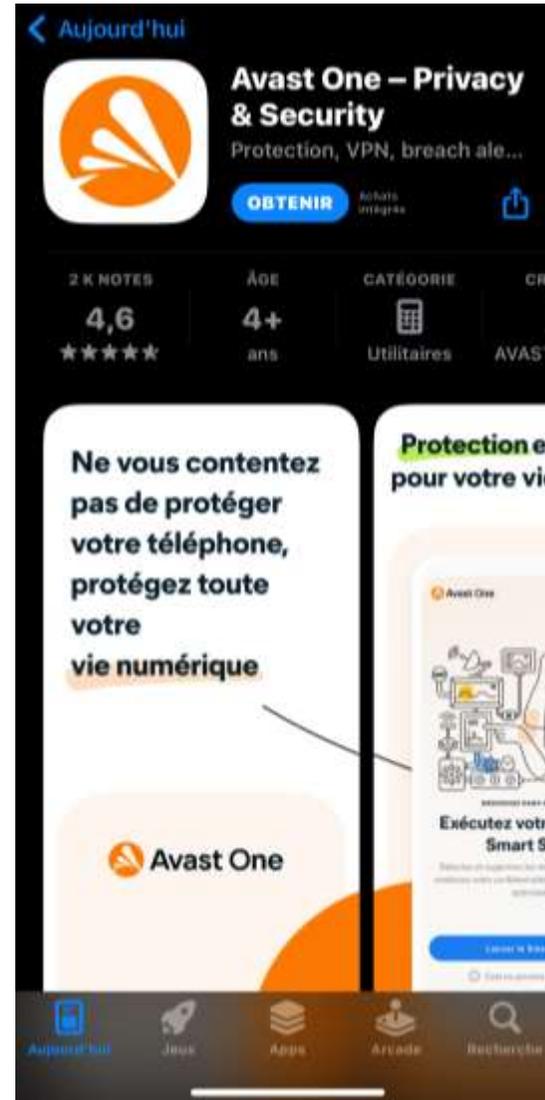
**Soleil, plage et cybersécurité**

Sur les réseaux Wi-Fi publics méfiez-vous des requins. Protégez vos données contre les attaques. Lors de vos déplacements, protégez votre appareil avec un antivirus et un VPN GRATUITS.



Téléchargez Avast One gratuitement aujourd'hui.  
[avast.com/paris](https://avast.com/paris)

Avast One Essential n'est pas disponible dans tous les pays. Pour plus d'informations, veuillez consulter le site [avast.com](https://avast.com)



**Avast One – Privacy & Security**  
Protection, VPN, breach ale...

**OBTENIR** Notes intégrées

2 K NOTES **4,6** ★★★★★

ÂGE **4+** ans

CATÉGORIE **Utilitaires**

CRÉ **AVAST**

**Ne vous contentez pas de protéger votre téléphone, protégez toute votre vie numérique**

**Protection es pour votre vie**

**Exécutez votre Smart Sc**

**Avast One**

# INVITE À TÉLÉCHARGER L'APPLICATION LA GRANDE ÉPICERIE

<https://qrco.de/bdsXMQ>

LA GRANDE ÉPICERIE DE PARIS CHEZ VOUS  
LA NOUVELLE APPLICATION QUI VOUS LIVRE DANS LA JOURNÉE



LA GRANDE ÉPICERIE PARIS  
*chez vous*  
LE TRÈS BON AU QUOTIDIEN

**AVEC!**

LA GRANDE ÉPICERIE

LA GRANDE ÉPICERIE PARIS  
*chez vous*

LIVRAISON 7 JOURS SUR 7  
PARTOUT EN ÎLE-DE-FRANCE



POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. [WWW.MANGERBOUGER.FR](http://WWW.MANGERBOUGER.FR)

La Grande Épicerie Chez Vous  
Livraison IDF 7J/7 8h-23h



Le Très Bon au quotidien s'invite  
chez vous !

Un apéritif improvisé ? Des invités, et toujours pas  
d'idées pour le d... Plus

Télécharger dans  
l'App Store

DISPONIBLE SUR  
Google Play

AA qrco.de

# TÉLÉCHARGEMENT DE SIGNAL CONSO DE LA DCCRF

<https://qrco.de/beYChK>



**Vous soupçonnez une arnaque ?  
Une fausse promo ? Vous rencontrez  
un défaut sur votre produit ?  
Un SAV injoignable ? Vous êtes  
victime d'un abonnement caché ?**

**AVEC SIGNAL CONSO,  
VOUS N'ÊTES PLUS SEUL.**

 **Signal Conso**, c'est le service  
de la répression des fraudes  
qui vous aide à résoudre  
un problème d'achat ou de  
location avec une entreprise.

 Plus de **400 000 personnes**  
utilisent déjà cette solution !

  Rendez-vous sur  
**signal.conso.gouv.fr**  
ou téléchargez l'application.



Rendez-vous sur  
**signal.conso.gouv.fr**  
ou téléchargez l'application.



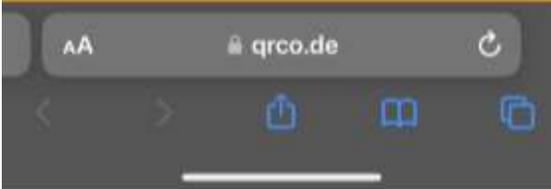
Avec Signal Conso vous n'êtes plus  
seul !

 Télécharger dans  
l'App Store

 DISPONIBLE SUR  
Google Play

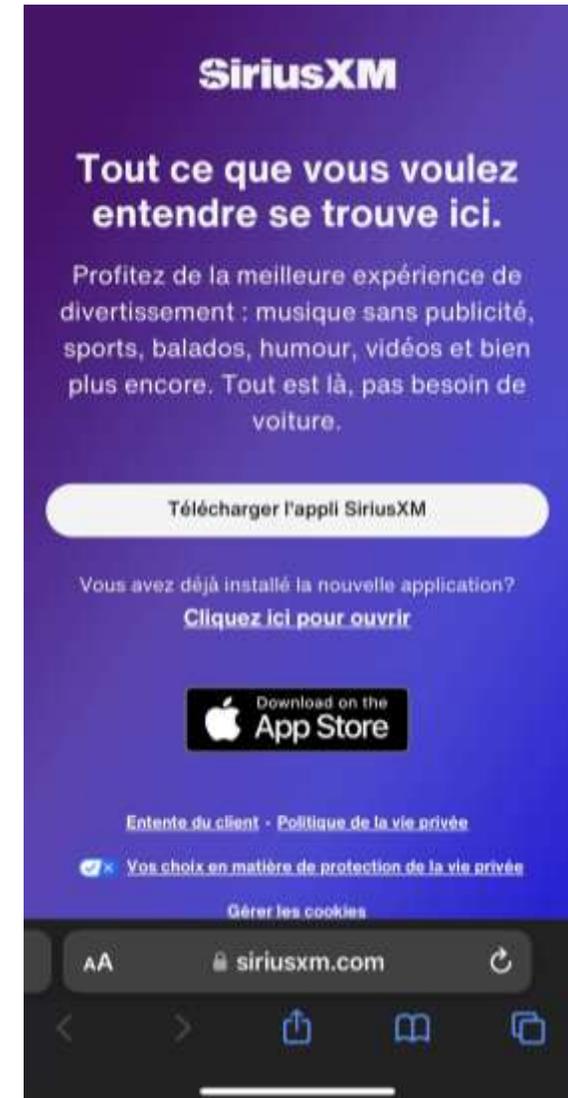
signal.conso.gouv.fr

AA qrco.de



# INVITE AU TÉLÉCHARGEMENT DE SIRIUSXM

<https://www.siriusxm.com/player>



# STRATÉGIES : TÉLÉCHARGEMENT DU MEDIAKIT

<https://2099173.qrfy.com/yoCFxfgGvG>

**STRATÉGIES CONNECT**  
GUIDE AGENCES 2024

mettez en avant votre agence

PARUTION : MAI 2024

L'OUTIL RÉFÉRENT DE 12 500 MARKETEURS EN FRANCE

STRATÉGIES CONNECT

REJOIGNEZ DÈS MAINTENANT LA PROCHAINE ÉDITION DU GUIDE AGENCES

Bouclage commercial le 19 janvier 2024

Louka WAGON — lwagon@strategies.fr — 06 34 04 17 64

DÉCOUVREZ LE MEDIAKIT



**STRATÉGIES CONNECT**

VOTRE RÉFÉRENCIEMENT  
PRINT + DIGITAL DANS LE GUIDE AGENCES

DIGITAL

PRINT

Stratégies Connect, c'est la plateforme digitale sur [strategies.fr](http://strategies.fr) et le guide papier référent sur le secteur pour exposer toutes vos expertises et vos singularités.

Pour aller plus loin, contactez Louka Wagon de ce site media kit strategies

**STRATÉGIES CONNECT**

LE DISPOSITIF DIGITAL

UN ENVIRONNEMENT DIGITAL ROISTE

Le site [strategies.fr](http://strategies.fr) maximise la mise en avant des agences présentes dans le guide grâce à la plateforme de génération de leads.

L'outil de matching propose aux annonceurs de trouver en quelques clics les agences qui correspondent à leurs besoins.

L'avenue de la création permet à vos prospects une grande dose d'inspiration. L'endroit idéal pour mettre en avant vos plus belles réalisations et faire ressortir votre agence.

Votre fiche agence complète (coordonnées, clients, réalisations...) est administrable par vos équipes afin de mettre à jour votre description et vos éléments quand vous le souhaitez.

# VAR-MATIN: RENVOI VERS UNE APPLICATION D'INFORMATION DE BFM

## Renvoi vers la plateforme de téléchargement

Var

var-matin  
Jeudi 11 janvier 2024

### Un grand projet de musée d'art moderne à Toulon

Le président du Département Jean-Louis Masson annoncera ce soir lors de ses vœux « la volonté politique » de rivaliser avec des villes européennes, comme Milan et Barcelone, sur le plan culturel.

Nous sommes à l'initiative de ce projet de musée d'art moderne à Toulon. C'est une ambition politique majeure pour le département. Jean-Louis Masson, président du Département, a annoncé ce soir lors de ses vœux « la volonté politique » de rivaliser avec des villes européennes, comme Milan et Barcelone, sur le plan culturel. Le projet consiste à créer un musée d'art moderne de 100 000 m<sup>2</sup> sur le site de l'ancien aérodrome de Toulon-Matane. Le projet est financé par le Département, la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur et l'État. Le musée sera ouvert en 2028.



Dans le hall d'entrée du futur musée d'art moderne à Toulon-Matane, le président du Département Jean-Louis Masson a annoncé ce soir lors de ses vœux « la volonté politique » de rivaliser avec des villes européennes, comme Milan et Barcelone, sur le plan culturel.

Le projet de musée d'art moderne à Toulon-Matane est financé par le Département, la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur et l'État. Le musée sera ouvert en 2028. Le projet consiste à créer un musée d'art moderne de 100 000 m<sup>2</sup> sur le site de l'ancien aérodrome de Toulon-Matane.

Var FAITS DIVERS

var-matin  
Jeudi 11 janvier 2024

### St-Tropez : condamnée pour blanchiment de fraude fiscale

Une sexagénaire franco-russe était poursuivie par le parquet national financier pour avoir dissimulé 20 M€ provenant de son commerce d'exportation.

Une sexagénaire franco-russe était poursuivie par le parquet national financier pour avoir dissimulé 20 M€ provenant de son commerce d'exportation. Elle a été condamnée à 10 ans de prison avec sursis et 100 000 € d'amende. Le parquet national financier a poursuivi la femme pour blanchiment de fraude fiscale. Elle a été condamnée à 10 ans de prison avec sursis et 100 000 € d'amende.



Durabilité à Saint-Tropez, la France russe utilisait un réseau des sociétés évincées dans le monde entier.

**ET AUSSI**  
Brignoles : un feu d'appareillement se déclare dans le centre ancien  
Durance : un réseau de sociétés évincées dans le monde entier  
St-Tropez : condamnée pour blanchiment de fraude fiscale

### Les ambitions toulonnaises de La Méditerranéenne

Les ambitions toulonnaises de La Méditerranéenne. Le groupe de médias a annoncé son projet de créer un réseau de médias locaux en Provence-Alpes-Côte d'Azur. Le projet consiste à créer un réseau de médias locaux en Provence-Alpes-Côte d'Azur. Le projet consiste à créer un réseau de médias locaux en Provence-Alpes-Côte d'Azur.



Le groupe de médias a annoncé son projet de créer un réseau de médias locaux en Provence-Alpes-Côte d'Azur. Le projet consiste à créer un réseau de médias locaux en Provence-Alpes-Côte d'Azur.

Le groupe de médias a annoncé son projet de créer un réseau de médias locaux en Provence-Alpes-Côte d'Azur. Le projet consiste à créer un réseau de médias locaux en Provence-Alpes-Côte d'Azur.



# Publicité presse incluant un QR code

1. Appel au don
2. Fiche explicative
3. École
4. Site de la marque/produit
5. Téléchargement
6. **Fidélité/Évènement**

# POUR S'INSCRIRE AU CHALLENGE VEGAN VEGANUARY

<https://vegan-pratique.fr/veganuary/>



**EN JANVIER,  
PLONGE DANS  
LE VEGANUARY :  
LE CHALLENGE  
VEGAN À NE  
PAS RATER !**

veganuary2024.fr

**VEGANUARY**  
TOUT LE MONDE EST GAGNANT.

100% VEGAN  
1314

QR code

Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour.  
[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



**VEGANUARY**

Le challenge vegan à ne pas rater !

Adresse email

Je m'inscris

On te donne les moyens d'atteindre ton objectif

AA | [vegan-pratique.fr](https://vegan-pratique.fr)

# FORMULAIRE DE PARTICIPATION AU CONCOURS DE RÉNOVATION

<https://lesjourneesdelarenovation.maison-travaux.fr/journees-de-la-renovation/concours-ma-reno>

**CONCOURS Ma réno**

**Journées de la Rénovation**

**PARTICIPEZ AU CONCOURS MA RÉNO 2022**

**ENVOYEZ-NOUS VOS PHOTOS!**

VOS AMÉNAGEMENTS DÉCO  
VOS TRAVAUX DE RÉNOVATION  
VOS CRÉATIONS BRICO

**5 CATÉGORIES EN LICE :**

- APPARTEMENT
- MAISON DE VILLE
- MAISON DE CAMPAGNE
- LE COIN DES BRICOLEURS
- ÉCO RÉNOVATION

SCANNER pour participer

Plus d'informations sur : [www.maison-travaux.fr](http://www.maison-travaux.fr) Rubrique : Journées de la rénovation



**Journées de la Rénovation**

**du 30 Septembre au 09 Octobre 2022**  
Sur les réseaux sociaux et nos pages partenaires

f i p

Maison&Travaux | LE CONCEPT | VIDÉOS | CONSEILS RÉNO | PARTENAIRES | S'INSPIRER | Concours Ma

## CONCOURS MA RENO

Rechercher par thème :  
LES LAUREATS 2020 | LES LAUREATS 2021

Règlement

Maison&Travaux lance la troisième édition du concours « Ma réno » en partenariat avec Héliades

**A gagner : 5 voyages Héliades en Grèce**  
**Envoyez-nous vos vidéos ou vos photos !**

Vous avez du temps et un téléphone ? Faites-nous découvrir votre intérieur !  
Montrez-nous les aménagements réalisés chez vous et vos créations brico les plus réussies.

Votre projet rentre dans l'une de ces catégories : appartement, maison de ville, maison de campagne, « le coin des bricoleurs » ou éco-rénovation

Vous pouvez également envoyer votre dossier de candidature à l'adresse suivante : [abromberg@reworldmedia.com](mailto:abromberg@reworldmedia.com)



# INFORMATIONS ET PRISE DE RENDEZ-VOUS CHEZ L'ORÉAL

<https://offre.lorealprofessionnel.fr/>



**iNOA**  
L'expérience luxueuse de la coloration professionnelle activée par l'huile. Sans ammoniaque.

Profitez de 10€ remboursés en différé sur votre coloration iNOA en salon\*



**L'ORÉAL**  
PROFESSIONNEL  
PARIS

\*Remboursement offert de 10€ sur la coloration iNOA réalisée entre le 01/01/2021 et le 31/12/2021. Le montant est versé sur votre carte bancaire. Ce remboursement est réservé aux clientes iNOA. Ce remboursement est soumis à la validation de la part de la L'Oréal Professionnel. Pour plus d'informations, consultez le site <https://offre.lorealprofessionnel.fr/> ou contactez-nous au 02 99 99 99 99. Offre réservée aux clientes iNOA. Les conditions d'utilisation sont disponibles sur le site <https://offre.lorealprofessionnel.fr/>.



Profitez de 10€ remboursés en différé sur votre coloration iNOA en salon\*



**L'ORÉAL**  
PROFESSIONNEL  
PARIS

La coloration iNOA

Le service iNOA Detox

Demander mon remboursement

Consulter le statut de ma demande

Nous contacter

FAQ



Vivez l'expérience **iNOA**

La coloration professionnelle luxueuse activée par l'huile. Sans ammoniaque.

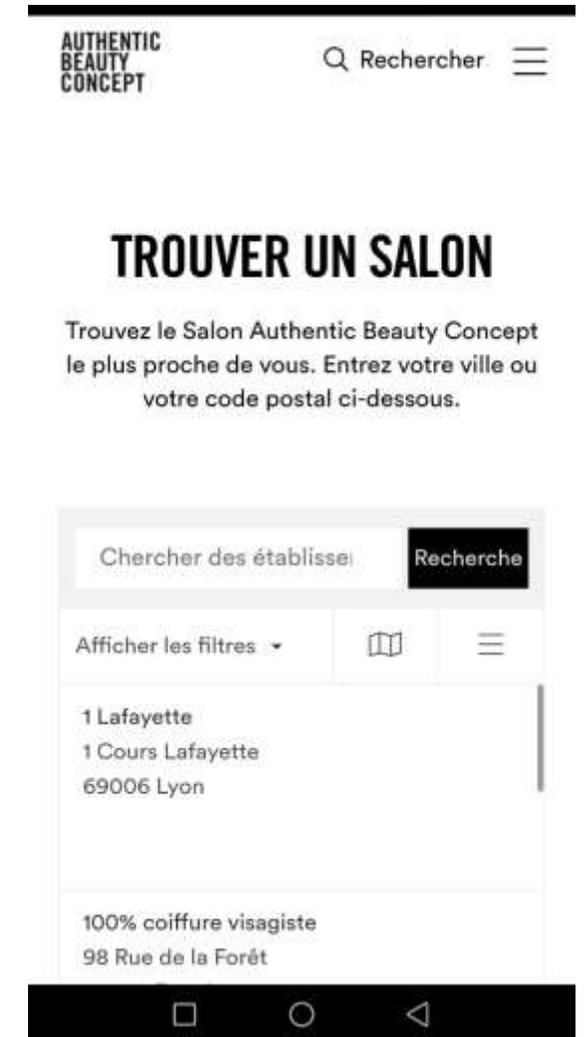
**Avec iNOA, vivez une expérience unique en salon.**  
Pour un résultat couleur sur-mesure, adoptez iNOA ! C'est la coloration professionnelle sans ammoniaque qui répond à toutes vos envies de looks. Faites l'expérience de reflets haute intensité, d'une brillance ultime et d'une couverture jusqu'à 100% des cheveux blancs.

**96%**  
DES FEMMES QUI L'ONT ESSAYÉ SONT CONVAINCUES\*

Beauté *test* | TESTÉ & ADORÉ PAR LES TESTEUSES | ★★★★★

# AUTHENTIC BEAUTY CONCEPT : TROUVER LE SALON LE + PROCHE

[https://www.authenticbeautyconcept.fr/salon-finder.html?utm\\_source=Print&utm\\_medium=QRcode&utm\\_campaign=2023\\_print-ABC](https://www.authenticbeautyconcept.fr/salon-finder.html?utm_source=Print&utm_medium=QRcode&utm_campaign=2023_print-ABC)



# PRENDRE RENDEZ-VOUS CHEZ ALLIANZ

<https://www.allianz.fr/assurance-particulier/epargne-retraite/assurance-vie.html>



Nos experts sont à vos côtés  
pour bien gérer  
vos placements

Chez Allianz, 1200 conseillers experts en gestion de patrimoine sont à vos côtés partout en France pour vous accompagner et vous aider à préparer votre futur avec des solutions épargne, retraite et transmission adaptées.

Pour plus d'informations et prendre rendez-vous avec le conseiller le plus proche de chez vous, rendez-vous sur [allianz.fr](https://www.allianz.fr) ou flashez ce QR Code.



En savoir plus

Avec vous de A à Z

Allianz Vie - Entreprise régie par le Code des assurances - S.A. au capital de 643 056 425 € - 340 234 962 R.C.S. Nanterre. Siège social : L. cours Michelet - 92052 - 92076 Paris La Défense Cedex. Document à caractère publicitaire.

Assistance

Assurance vie  
Le choix de voir plus  
loin, plus haut !

CONTACTER UN CONSEILLER

Pourquoi souscrire  
une **assurance vie** ?

✓ Pour constituer une épargne ou la d



✓ Pour profiter de la fiscalité avantageuse de

allianz.fr

# ACCÈS AU SITE POUR PRENDRE UN RENDEZ-VOUS

<https://therhappy.com/>



**TherHappy**

Votre psychologue en quelques clics  
Séance en vidéo, téléphone ou chat à 30€\*  
bilan psy en ligne offert\*

Dépression ?  
Anxiété ?  
Couple ?

Rendez-vous sur  
[www.Therhappy.com](http://www.Therhappy.com)  
FLASHEZ CE QR CODE

\*avec la souscription d'un abonnement mensuel de 9,90€ /mois sans engagement

Avec TherHappy, il n'a jamais été aussi simple de consulter !



Rendez-vous sur  
[www.Therhappy.com](http://www.Therhappy.com)  
FLASHEZ CE QR CODE



Profitez du 1er mois d'abonnement offert jusqu'au 30 avril

**TherHappy**

Accueil Blog FAQ Contactez-nous Connexion

Votre psychologue en quelques clics

Profitez de votre séance en ligne à 30€ avec l'abonnement à 9,90€ /mois SANS ENGAGEMENT

Anxiété, problème de couple, burn out, addiction, phobies, dépression... toute situation difficile possède sa solution.

je découvre

- Expertise**  
Des psychologues diplômés d'Etat, enregistrés au répertoire ADELI\*
- Flexibilité**  
Une thérapie où que vous soyez, à l'heure que vous souhaitez  
Vidéo, téléphone ou chat : consultez votre
- Discrétion**  
Votre vie privée reste privée : vos téléconsultations confidentielles  
Votre identité ainsi que tous les échanges sont



PsyYou

Consultez votre psychologue en ligne, à 39 € la séance.

Vidéo Téléphone  
Messagerie

Je m'inscris

psynyou.com

# POUR PARTICIPER AU MÉDIA COLLABORATIF MODAL-MEDIA

<https://modal-media.com/inscription-espace-personnel/>



**MODAL**  
MÉDIA RESSOURCE DES MUSIQUES ET DANSES TRAD.

Chercheur-euse-s/Passionné-e-s/Étudiant-e-s:  
**DEVENEZ CONTRIBUTEUR·TRICE·S**  
bénévoles sur modal-media.com

Partagez le fruit de vos trouvailles, de vos recherches,  
de vos passions en lien avec les musiques et danses trad,  
d'ici et d'ailleurs.

modal-media.com



ressource des musiques et danses

Contribuer

Portail du Patrimoine Oral

Repérez des documents inédits, sonores ou audiovisuels, enregistrés sur le terrain. Des chansons, des contes, de la musique, de la danse.

modal-media.com



Créer un compte

Contribuer à notre média collaboratif...

Email \*

Prénom \*

Nom \*

Définir votre mot de passe \*

modal-media.com



modal-media.com

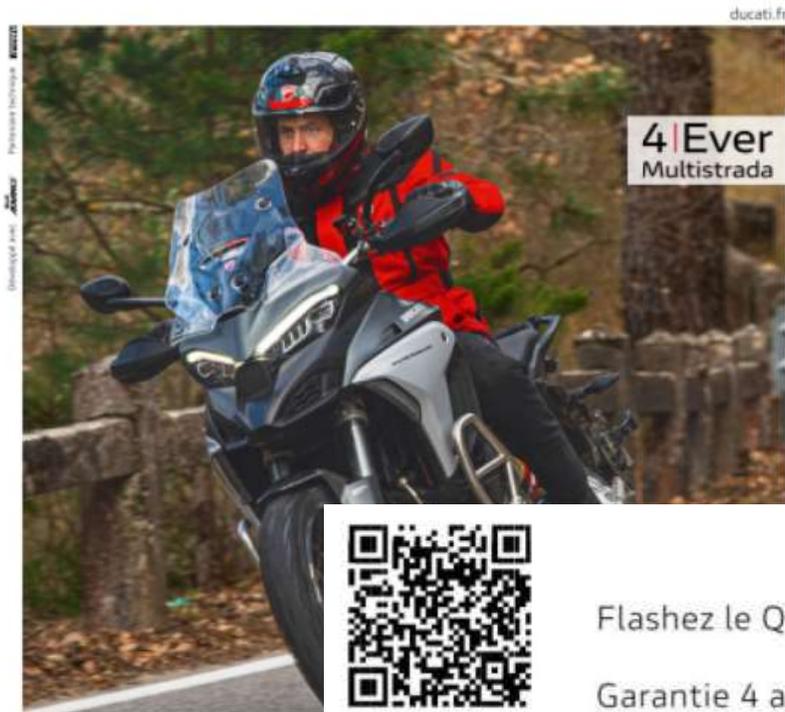


modal-media.com



# RÉSERVATION D'ESSAI DE MOTO DUCATI

<https://contact.ducati.com/fr/fr/press-essai/dark/s>



Flashez le QR code pour réserver votre essai.

Garantie 4 ans, 4Ever Multistrada.

Nouvelle Multistrada V4. Incomparable.

**1<sup>re</sup> dans la majorité des comparatifs.**  
**Ne soyez pas le dernier à l'essayer.**

Dotée de 4 modes de conduite, d'un premier entretien du jeu aux soupapes à 60 000 km et seule moto au monde dotée d'un radar avant/arrière de série, la Multistrada V4 est la plus polyvalente des maxi-trails. Venez l'essayer, vous verrez.



Flashez le QR code pour réserver votre essai.

Garantie 4 ans, 4Ever Multistrada.



Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo #SeDéplacerMoinsPolluer



## RÉSERVER UN ESSAI

\* Espaces obligatoires

Sélectionnez le modèle qui vous intéresse

FAMILLE \*

MODÈLE \*

PRÉNOM \*

NOM \*

FRANCE

+33  TÉLÉPHONE PORTABLE \*

pour les activités de marketing par e-mail (bulletin d'information), téléphone, SMS, MMS, chat, bannières sur nos sites et Applis, messagerie instantanée, réseaux sociaux et courrier traditionnel

pour les activités de profilage, visant à personnaliser les offres et les initiatives en fonction de mes intérêts et de mes préférences

**ENVOYEZ**

Consentement au traitement des données personnelles

Avant de continuer, veuillez lire notre [politique de confidentialité](#).

J'ai lu et compris la politique de confidentialité, j'autorise le traitement de mes données personnelles par Ducati Motor Holding S.p.A :

contact.ducati.com

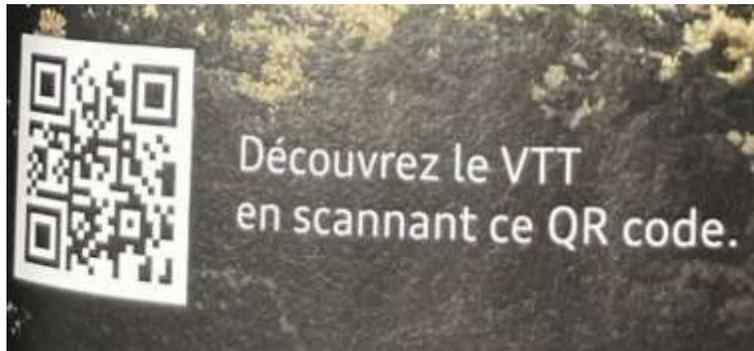
# LIEN VERS LA FICHE DU PRODUIT ADULTES (FLEURS SAUVAGES)

<https://www.lego.com/fr-fr/product/wildflower-bouquet-10313>



# AUDI VÉLO : RENVOI VERS LA FICHE PRODUIT

<https://static.audifrance.fr/accessoires/index.html#/categorie-mobilite-urbaine/produit-vtt>



# LIEN VERS LA PAGE D'ABONNEMENT À LA BOX

<https://mybeautyfactory.fr/box/334-box-rituel-make-up-marie-claire.html>

RÉVÉLEZ  
VOTRE CHARME

COMMANDER  
MA BOX  
EN LIGNE

39,90€  
VALEUR : 209,26€  
81%  
DE RÉMISE

BEAUTY FACTORY.  
mybeautyfactory.fr

N°1 DES BOX EN SÉRIE LIMITÉE ET  
BEAUTÉ PREMIUM SANS ENGAGEMENT.

COMMANDER  
MA BOX  
EN LIGNE

EN SÉRIE LIMITÉES ET SANS ENGAGEMENT

LIVRAISON OFFERTE DÈS 69€ D'ACHAT

BEAUTY FACTORY.

Rechercher un produit, une marque

-26,82%  
NOUVEAU

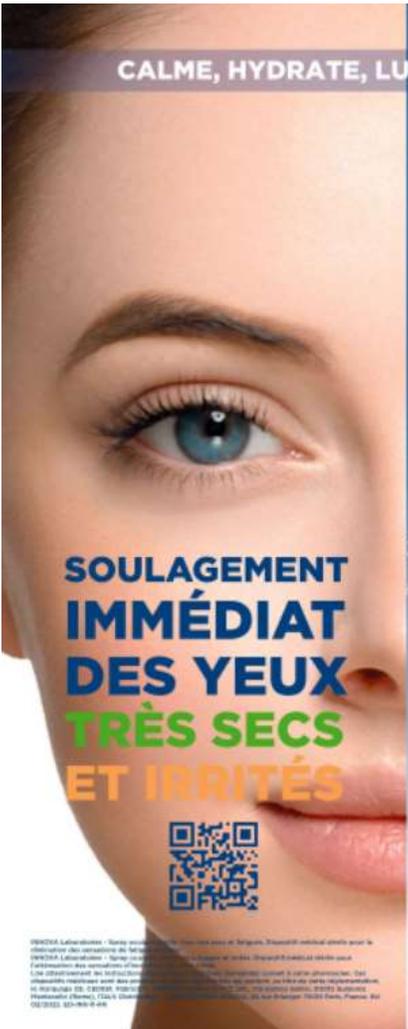
BOX RITUEL MAKE UP

mybeautyfactory.fr

# LIEN VERS LES PRODUITS DU LABORATOIRE

<https://laboratoires-innoxa.com/nos-produits/>

CALME, HYDRATE, LUBRIFIE, RAFRAÎCHIT



**INNOXA**  
LABORATOIRES

SPRAYS OCULAIRES  
**TRIPLE ACTION**

- Nébulisation douce • Œil fermé & Œil ouvert •
- Inodore & Incolore •

**SOULAGEMENT IMMÉDIAT DES YEUX TRÈS SECS ET IRRITÉS**



**MAFUREL** SANS CONSERVATEUR

**INNOXA** LABORATOIRES

**YEUX TRÈS SECS ET FATIGUÉS**

Spray Oculaire

**INNOXA** LABORATOIRES

**YEUX ROUGES ET IRRITÉS**

Spray Oculaire

**www.laboratoires-innoxa.com**  
Demandez conseil à votre pharmacien.



LA SÉCHERESSE OCULAIRE QUI SOMMES-NOUS ? NOS PRODUITS NOS CONSEILS ESPACE PRESSE



OÙ NOUS TROUVER

ACCUEIL > NOS PRODUITS

**Nos produits**



Spray oculaire  
**YEUX TRÈS SECS ET FATIGUÉS**



Spray oculaire  
**YEUX ROUGES ET IRRITÉS**

# REDIRECTION VERS LA PAGE PRODUIT

<https://tamaris.com/fr-FR/sandale-a-talon/1-1-28334-28.html>



Wortmann Int. Schuhproduktionen, Detmold tamaris.com

**Tamaris** CHAUSSURES VÊTEMENTS ACCESSOIRES INSPIRATION PROMOS

Tamaris / Chaussures / Sandales / Sandale à talon

**Sandale à talon**

79,95 € T.T.C. en plus des charges de livraison

Couleur: **Black**

Pointure: Choisissez votre pointure

36	37	38	39	40	41	42
----	----	----	----	----	----	----

[Vous n'êtes pas sûr de votre pointure ?](#)

**AJOUTER AU PANIER**

# PLEINE VIE: RENVOI VERS UNE OFFRE POUR UNE CURE THERMALE

<https://www.chainethermale.fr/demande-de-brochure?utm>

**RESTER AU TOP**

**Éric**, 18 jours pour soulager ses douleurs arthritiques et réduire sa consommation de médicaments

**Ines**, 18 semaines après le travail pour mieux vivre sa fibromyalgie

**Isabelle**, en rémission du cancer du sein, 18 jours pour accompagner sa reconstruction

**Cynthia**, reprend le sport en cure, 9 jours pour perdre du poids

**Samira**, amoureuxse de la nature, 6 jours pour rendre ses jambes plus légères

**Théo**, sportif, 5 jours pour soulager ses douleurs musculaires et récupérer ses capacités pulmonaires

**CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL**  
Le n°1 des cures thermales

chainethermale.fr | 01 88 32 86 36

145 000 curistes, nous font confiance chaque année

39 centres en France, hébergements vitagés

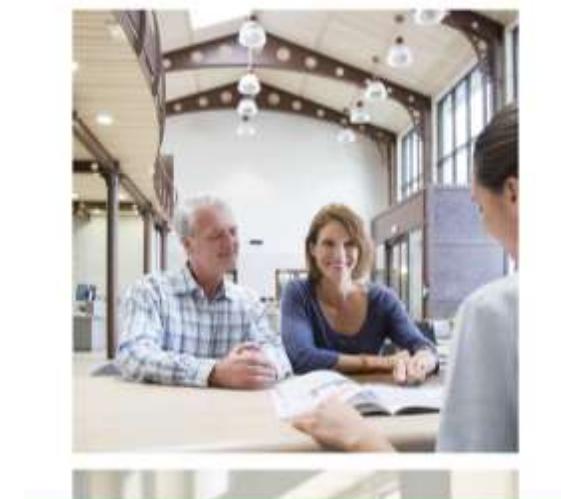
850 soignants, médecins, éducateurs, diététiciens

recevoir une brochure

**Demande de brochure**

Si vous souhaitez recevoir une de nos brochures par courrier, remplissez le formulaire ci-dessous. Vous la recevrez dans les meilleurs délais.

☎ 01 89 16 96 77



RÉSERVER VOTRE CURE

chainethermale.fr



# DEMANDE DE DEVIS MACIF

<https://macif.securimut.fr/devis.html?idsrc=Presse>



## GARANTIE EMPRUNTEUR MACIF

Profitez de **meilleurs tarifs**  
et **garanties** pour votre  
assurance de prêt.

Optimisez votre budget tout en protégeant votre famille.

En optant pour l'assurance emprunteur de la Macif, vous pouvez économiser 10 000 €<sup>(1)</sup> sur le coût de votre crédit immobilier avec de meilleures garanties. En plus, la Macif s'occupe de toutes les démarches de changement auprès de votre banque !

Calculez vos économies au 04 78 62 60 00<sup>(2)</sup> ou sur [www.garantie-emprunteur-macif.fr](http://www.garantie-emprunteur-macif.fr)



Scannez ici  
pour en savoir plus

<sup>(1)</sup> Changement d'assurance de prêt immobilier sous conditions. Exemple d'économies selon profil de l'emprunteur au 01/01/2022. Pour un couple de 34 ans, chacun employé, non-fumeur, et assuré à 100 % en Cédula (incapacité/maladie), empruntant ensemble 150 000 € au taux de 1,20 % sur une durée de 20 ans. Le coût des intérêts du crédit est de 21 300 €. Le coût moyen d'une assurance emprunteur proposée par la banque est de 70 040 € sur la durée du prêt, soit un TACA de 1,07% pour le couple. Le coût de la Garantie Emprunteur Macif s'élève à 7 296 € sur la durée du prêt, soit un TACA de 0,42 % pour le couple. Économie relative supérieure à 10 000 €, soit l'équivalent de plus de 0,50 % de taux de crédit.

<sup>(2)</sup> Coût moyen opératoire.

Crédit photo: Sigrid Olszew / iPhoto / iStockphoto.com

Le central Garantie Emprunteur distribué par la Macif est assuré par **Alphie Macif Mutuelle**, mutuelle régie par la Loi n°1 du code de la mutualité, adhérente à la Mutualité Française. SIREN: 779 048 505. Siège social: 17 d'avenue Béatrice Parrot, 76035 Paris Cedex 05.

MACIF: MUTUALITÉ ASSURANCES, SOCIÉTÉ COMMERCIALE ET INDUSTRIELLE DE FRANCE ET CASI-CASIMUT ASSURÉS CASI COMMERCES, Société d'assurance mutuelle à capital variable régie par le Code des assurances. Siège social: 1 rue Jacques Vacher, 75000 Paris.

Scannez ici  
pour en savoir plus



## Votre devis d'assurance emprunteur Macif

Quelques minutes suffisent pour changer votre  
assurance de prêt.

PROJET ASSURÉS PRÊTS CONTACTS SOUSCRIPTION

## Votre projet

Que souhaitez-vous faire ?

Assurer un nouveau crédit

Changer après la signature  
de l'offre de prêt

Continuer >

Les champs de saisie marqués d'un \* sont  
obligatoires.

## L'actualité de l'assurance de prêt

L'assurance emprunteur pour un investissement  
locatif



Même si vous faites un crédit immobilier pour un

AA

macif.securimut.fr



# RENOVI AU MAGAZINE NUMÉRIQUE DES SOLDES DE GAVERZICHT

<https://gaverzicht.be/fr/magazines/>

LA VOIX DU NORD VENDREDI 5 JANVIER 2024

Lille Métropole 13



Si les travaux sont achevés, il sera désormais à l'usage de nombreux services administratifs à partir du mois de mars, le temps d'emménager et de mettre les locaux. Les architectes ont privilégié les matériaux bruts, mais en y associant...

3 Quand ? Plus de cadavres privés. Les différents services – tous si ce n'est pas l'accueil à accueilli du public – sont regroupés progressivement à partir du mois de mars, le temps d'emménager et de mettre les locaux. Les interventions sont prévues jusqu'en fin d'année. C'est à l'usage de nombreux services administratifs à partir du mois de mars, le temps d'emménager et de mettre les locaux. Les architectes ont privilégié les matériaux bruts, mais en y associant...



**DES REMISES JUSQU'À -70%**

**INTERIEUR • AVENUE GAVERZICHT**

STATIONSSTRAAT 233 | BOULEVARD DES ALLIÉS 270  
 B-6540 DEERLIJK EN BELGIQUE | B-7700 MOUSCRON EN BELGIQUE  
 T +32 56 78 32 00 | T +32 56 78 32 01

LIJ • SA 10H00-18H30 | DIMANCHES ET JOURS FÉRÉS 13H00-18H30 | FERMÉ LE MARDI

GAVERZICHT.BE | INFO@GAVERZICHT.BE

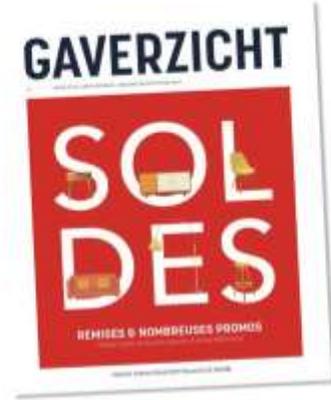
**OUVERT CHAQUE DIMANCHE EN JANVIER DE 10H À 18H30**  
 EXCEPTIONNELLEMENT OUVERT LE MARDI 30 JANVIER DE 13H00 À 18H30

**INTERIEUR • AVENUE GAVERZICHT**

STATIONSSTRAAT 233 | BOULEVARD DES ALLIÉS 270  
 B-6540 DEERLIJK EN BELGIQUE | B-7700 MOUSCRON EN BELGIQUE  
 T +32 56 78 32 00 | T +32 56 78 32 01

LIJ • SA 10H00-18H30 | DIMANCHES ET JOURS FÉRÉS 13H00-18H30 | FERMÉ LE MARDI

GAVERZICHT.BE | INFO@GAVERZICHT.BE



SOLDES D'HIVER  
 Consultez notre magazine soldes d'hiver

@gaverzicht.be







# RENOVI CATALOGUES PROMOTIONNELS E.LECLERC

<http://qr.e.leclerc/bedBR4>

**E.Leclerc** DU 9 AU 20 JANVIER 2024

**VOS SUPER POUVOIRS D'ACHAT**

**-30%**

**FONCEZ POUR LES PETITS PRIX**

9<sup>99</sup>  
**6€<sub>96</sub>**  
LE LOT  
PRIX DE LANCEMENT  
LOT DE 2 BODIES  
MANCHES LONGUES  
BEBÉ

**Disney baby**

RETROUVEZ L'INTÉGRALITÉ DE NOS SUPER OFFRES EN MAGASIN et sur l'appli E.Leclerc

**TOUT CE QUI COMPTE POUR VOUS EXISTE À PRIX E.LECLERC**

Pour connaître la liste des magasins et sites participants, les dates et les modalités, appuyez sur le lien ci-dessous. Offre valable du mardi au samedi de 9h à 19h.

MENU

Que recherchez-vous ?

Retour

**Nos catalogues**

Tous Hypermarchés E.Leclerc E

**SUPER POUVOIRS D'ACHAT**  
Du 16 janv. au 27 janv. 2024

**SPECIAL BRICO**  
Du 16 janv. au 27 janv. 2024

**SUPER POUVOIRS D'ACHAT**  
Du 16 janv. au 27 janv. 2024

**À L'AFFICHE**  
LIBÉREZ VOTRE IMAGINATION

# DECANTER : RENVOI VERS UNE INSCRIPTION À LA NEWSLETTER

<https://qrco.de/beREjb>



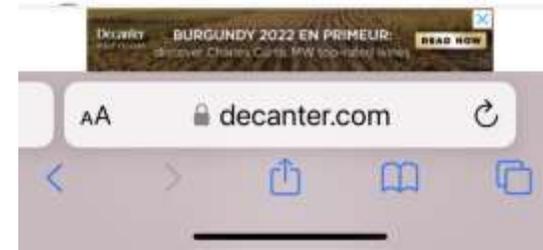
## Sign up for the Decanter Events Newsletter

Be the first to know about our exclusive events, from virtual masterclasses to global Decanter Fine Wine Encounters. Please state your country of residence so we can offer you the most relevant events.

Please Select Country

Sign Up

Please keep me up to date with special offers and news from Decanter and other brands operated by Future via email. You can unsubscribe at any time.



# LIEN VERS UNE PAGE AVEC UN CODE POUR BÉNÉFICIER DE L'OFFRE

<https://app.digitaleo.com/editor/html/display/source/site/id/248650>



**BESOIN D'UNE PIÈCE AUTO RAPIDEMENT ?**

**AUTODISTRIBUTION A LA SOLUTION !**

**5€ OFFERTS !**

dès 35€ d'achats en saisissant le code AUTOPLUS sur Autodistribution.fr ou sur présentation en magasin du coupon en flashant le QR code\*

**ET JUSQU'AU 30 AVRIL, BÉNÉFICIEZ DE NOS OFFRES ANNIVERSAIRE**

**60 ANS ANNIVERSAIRE**

Autodistribution, c'est + de 300 000 références disponibles

350 MAGASINS    SATISFAIT OU ÉCHANGE    CLICK & COLLECT    COMMANDEZ EN LIGNE, C'EST PRÊT EN MAGASIN !    CONSEILS D'EXPERT

Retrouvez-nous sur [www.autodistribution.fr](http://www.autodistribution.fr)



**5€ OFFERTS !**

dès 35€ d'achats en saisissant le code AUTOPLUS sur Autodistribution.fr ou sur présentation en magasin du coupon en flashant le QR code.\*



DÈS 35€ D'ACHATS

**5€ OFFERTS\***

AVEC LE CODE

**AUTOPLUS**

\* Offre valable jusqu'au 30 avril 2022 en magasin sur présentation du code AUTOPLUS ou sur Autodistribution.fr en saisissant le code AUTOPLUS lors de la validation du panier. Sous réserve d'une cotation de compte My Piece Auto. Non cumulable avec d'autres promotions en cours. Renseignez-vous auprès de votre magasin.

 **autodistribution**  
LE SPÉCIALISTE DE LA PIÈCE AUTO

# POUR S'INSCRIRE & RECEVOIR DES RÉDUCTIONS

<https://qrco.de/bci4B9>



**Systane**

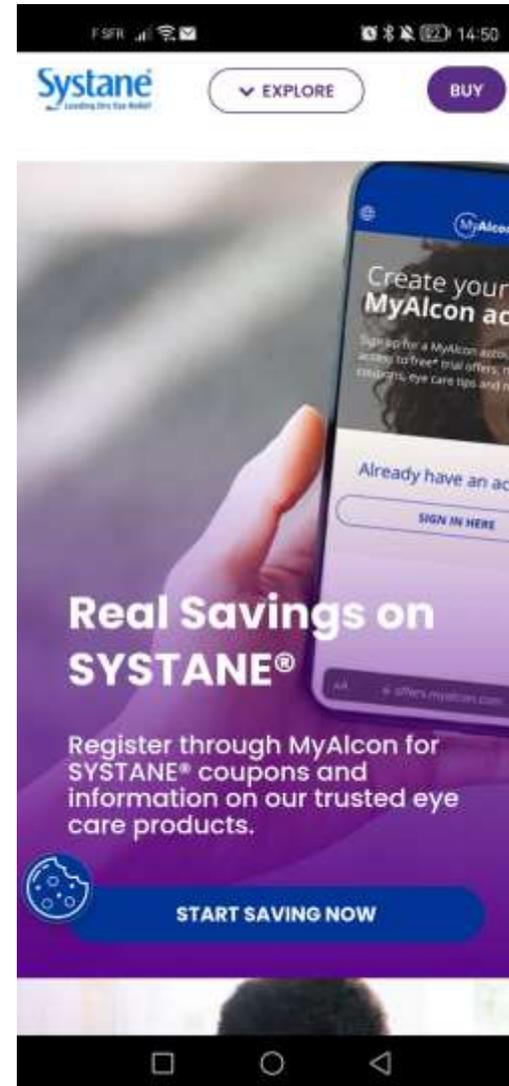
**1 drop.  
8 hours  
dry eye relief.**

Scan here for savings and tips

Preservative-Free, ideal for sensitive eyes

**\$3 OFF**  
Any ONE (1) SYSTANE® Lubricant Eye Drops (3ml or Larger)

Scan here for savings and tips



**Systane**  
Leading the Eye World

EXPLORE BUY

Create your MyAlcon account

Sign up for a MyAlcon account to receive access to free\* trial offers, trusted resources, eye care tips and more.

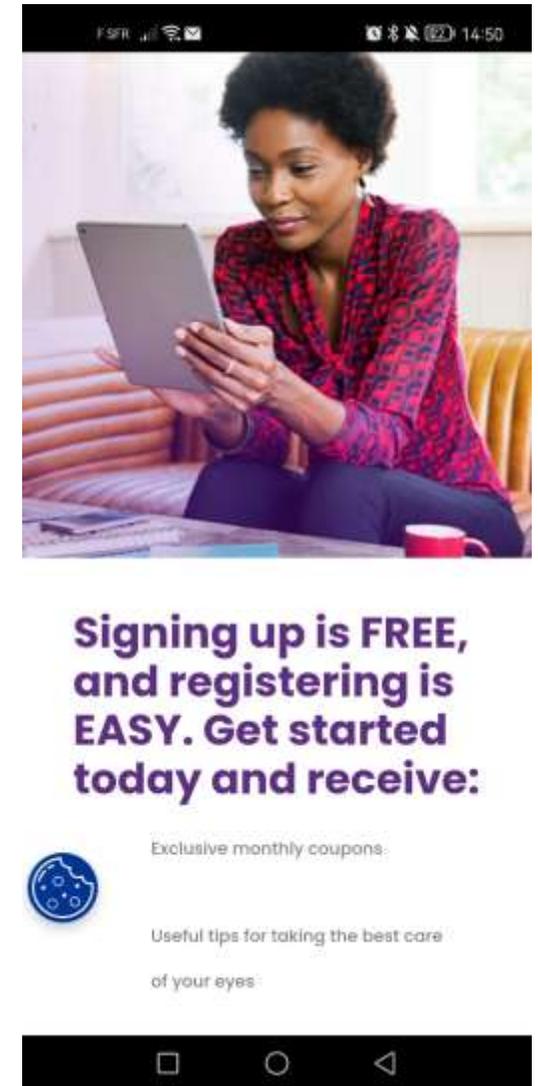
Already have an account?

SIGN IN HERE

**Real Savings on SYSTANE®**

Register through MyAlcon for SYSTANE® coupons and information on our trusted eye care products.

START SAVING NOW



Signing up is **FREE**, and registering is **EASY**. Get started today and receive:

- Exclusive monthly coupons:
- Useful tips for taking the best care of your eyes



# POUR SOUSCRIRE/DEMANDER DES INFORMATIONS

<https://www.placement-direct.fr/assurance-vie/placement-direct-vie>




**RDV SUR PLACEMENT-DIRECT.FR**

Placement-direct Vie

\*D'autres frais peuvent s'appliquer, se référer aux conditions générales. Placement-direct Vie est un contrat individuel d'Assurance Vie de type multisupport, libellé en Unités de Compte et euros dont l'assureur est SwissLife Assurance et Patrimoine. Le document d'informations clés du contrat Placement-direct Vie contient les informations essentielles de ce contrat. Vous pouvez obtenir ce document en vous rendant sur [Placement-direct.fr/Placement-direct-vie](https://www.placement-direct.fr/Placement-direct-vie). Placement-direct.fr est le nom commercial de SAS Placement Direct, société de courtage en assurances dont le siège social est situé 105 rue Jules Guesde - 92300 LEVALLOIS-PERRET, au capital de 250 000 euros, immatriculée au registre du commerce et des sociétés de Nanterre sous le n°422 833 434 et inscrite sur le Registre des Intermédiaires en Assurances (ORIAS) en tant que courtier sous le n°07 004 910 [www.orias.fr](https://www.orias.fr). Crédit photo : Shutterstock - 05/2022 >< F S T L

**Encore plus (de performance)  
avec encore moins (de frais)**

Placement-direct Vie est un contrat d'assurance vie doté d'une offre financière inédite : des frais ultra réduits, pour maximiser votre performance : 0 frais sur les versements, 0 frais d'arbitrages\*, et plus de 1 300 supports d'investissement accessibles dont 300 actions en direct, cotées sur les plus grands indices boursiers. Objectif : aller toujours plus loin, pour vous.

L'investissement sur les supports en Unités de Compte présente un risque de perte en capital.



\*D'autres frais peuvent s'appliquer, se référer aux conditions générales. Placement-direct Vie est un contrat individuel d'Assurance Vie de type multisupport, libellé en Unités de Compte et euros dont l'assureur est SwissLife Assurance et Patrimoine. Le document d'informations clés du contrat Placement-direct Vie contient les informations essentielles de ce contrat. Vous pouvez obtenir ce document en vous rendant sur [Placement-direct.fr/Placement-direct-vie](https://www.placement-direct.fr/Placement-direct-vie). Placement-direct.fr est le nom commercial de SAS Placement Direct, société de courtage en assurances dont le siège social est situé 105 rue Jules Guesde - 92300 LEVALLOIS-PERRET, au capital de 250 000 euros, immatriculée au registre du commerce et des sociétés de Nanterre sous le n°422 833 434 et inscrite sur le Registre des Intermédiaires en Assurances (ORIAS) en tant que courtier sous le n°07 004 910 [www.orias.fr](https://www.orias.fr). Crédit photo : Shutterstock - 05/2022 >< F S T L



**RDV SUR PLACEMENT-DIRECT.FR**

PARLONS BIEN, ÉPARGNONS MIEUX.

Document à caractère publicitaire.



## Assurance vie Placement-direct Vie

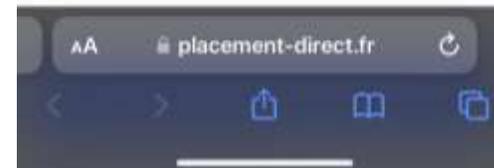
EN BREF

Assurance vie en ligne à frais réduits, offrant l'accès à de nombreux supports d'investissement dont 300 actions en direct.

Que vous soyez néophyte ou avisé, Placement-direct Vie est un contrat d'assurance vie polyvalent qui s'adapte à votre profil.

▶ JE REÇOIS LA DOCUMENTATION

▶ JE SOUSCRIS EN LIGNE



SOUSCRIRE EN LIGNE

RECEVOIR LA DOCUMENTATION

Des frais parmi les plus bas du marché

0% de frais d'entrée

0% de frais de versement

0% de frais d'arbitrage

à partir de 0,5% de frais annuels de gestion sur encours

[En savoir plus](#)

Rendement net en 2022

Jusqu'à 3,25%

Sur le fonds en euros en fonction de la part d'unités de compte et de l'encours du contrat

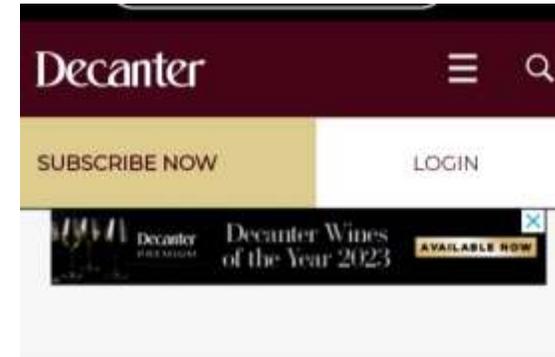
[VOIR LES RENDEMENTS](#)

Les unités de compte présentent un risque de perte en capital. Le rendement passé ne préjuge pas du rendement futur.

placement-direct.fr

# DECANTER : RENVOI VERS UNE INSCRIPTION À LA NEWSLETTER

<https://qrco.de/beREjb>



Please Select Country

Please keep me up to date with special offers and news from Decanter and [other brands](#) operated by [Future](#) via email. You can unsubscribe at any time.

Please keep me up to date with special offers and news just by email from carefully selected companies. Your personal details will not be shared with those companies - we send



# PRINTEMPS : INSCRIPTION AU CLUB (PROGRAMME DE FIDÉLITÉ)

<https://form.sharizz.io/fr/0EPSWUcaOuJbFudZK8zS7xhn4yhkX3iwZH5QewfPgcM-/main>



**NOUVEAU PROGRAMME DE FIDÉLITÉ**

LE CLUB PRINTEMPS

Plus simple, plus généreux, valable partout, sur toutes les marques, y compris les marques de luxe\* !

**LA JOURNÉE CLUB PRINTEMPS**  
10, 12 ou 15%\* du montant des achats du jour sont crédités en euros dans une Cagnotte Club Printemps dès le lendemain. Chaque euro crédité est valable 6 mois.

**LES OFFRES CLUB PRINTEMPS**  
Tout au long de l'année, en magasin et sur [printemps.com](http://printemps.com). Ces offres permettent de créditer également des euros dans une Cagnotte Club Printemps.

**DES CADEAUX TOUT AU LONG DE L'ANNÉE**  
Le Club Printemps donne accès à des offres exclusives, des invitations, des avant-premières... pour encore plus de plaisir et de découvertes.

\*En conformité avec les règles en magasin et sur [printemps.com](http://printemps.com)



REJOIGNEZ LE CLUB PRINTEMPS

## PRINTEMPS

REJOIGNEZ LE CLUB PRINTEMPS

Pays de résidence à renseigner 

 France 

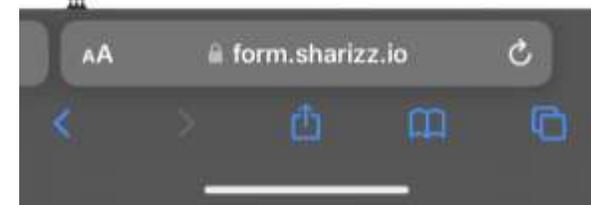
Prénom 

Nom 

Téléphone   

Email 

Date de naissance: 



# ACTU: INSCRIPTION À UNE NEWSLETTER LOCALE

<https://actu.fr/newsletter/#gazettevaldoise>

## Faits divers et justice

MARLY-LA-VILLE

### Feu de pavillon : le compteur Linky en cause?

Vidé Un argument supplémentaire à ajouter à la liste des anti-Linky. Au cours de la nuit du mercredi 30 au jeudi 31 mars, un pavillon de Marly-la-Ville a été entièrement détruit par un incendie. Le compteur électrique Linky pourrait être à l'origine de l'incendie. Il est d'ailleurs très étrange que les pompiers aient alerté un feu ayant allumé dans une maison de l'avenue Henri-Buisson. À leur arrivée, des flammes déchaînées du toit du pavillon, alors que les quatre occupants ont pu quitter les lieux à temps.

### Quatre lanceurs déployés, les occupants rélogés

Cinq agents et 15 sapeurs-pompiers sont allés installer, les derniers déployés quatre lanceurs dont une sur un moyen atelier pour voir à quel des flammes. Malgré leur intervention, la maison a été entièrement détruite par le incendie qui n'a pas fait de blessés. Les quatre membres de la famille n'ont pas été retrouvés par les pompiers, leur identité pas reconnue de transport à l'hôpital. Ils ont été rélogés par leur famille.

### « Le compteur Linky ne prend pas feu »

Selon les premières constatations de l'enquête des pompiers, le départ de feu se situerait au niveau du compteur électrique. Des éléments corroborés par l'enquête. Pour l'origine du phénomène de incendie électrique, donc lié à un compteur Linky, les pompiers ont constaté que le pavillon, le système électrique du tableau de comptage électrique et son câblage. Une expertise sera mandatée pour déterminer précisément l'origine de l'incendie. Tant que les conclusions n'ont pas été rendues, il est impossible d'établir une cause certaine de l'incendie. Nous rappelons que le compteur Linky ne prend pas feu, si ce n'est les experts mesurent des anomalies d'énergie électrique sur des foyers de cause de incendie. Il n'y a pas eu d'augmentation du nombre d'incendies d'origine électrique en France depuis l'installation des compteurs Linky.

SAINT-OUEN-L'AUMÔNE

### Une femme victime d'une agression à la seringue

Une femme de 35 ans a été attaquée par trois individus dans le hall de son immeuble à Saint-Ouen-l'Aumône. L'un d'eux lui aurait planté une seringue dans le crâne.

Une violente agression qui a eu lieu mardi 28 mars. Une femme de 35 ans a été attaquée par trois individus dans le hall de son immeuble à Saint-Ouen-l'Aumône. L'un d'eux lui aurait planté une seringue dans le crâne. Il est aux alentours de 20h30 lorsque la victime a été attaquée dans le hall de son immeuble de la rue de la Vallée. Le responsable fait à trois hommes qui agitaient les lieux, elle leur demande de se retirer.

**Frappee au crâne avec un objet**  
En guise de réponse, les individus se sont précipités sur la victime. Malgré les tentatives de secours, elle a été frappée à la tête par un objet. Les pompiers ont constaté que la victime avait subi une blessure au crâne. Les trois hommes ont tenté de fuir, mais ils ont été arrêtés par la police. Les victimes ont été transportées à l'hôpital.

**Trace de piqûre**  
Dans la foulée, cette dernière a été prise en charge par les pompiers. Elle a été transportée à l'hôpital. Les pompiers ont constaté une trace de piqûre à la tête. Malgré cela, la victime a refusé d'être prise en charge par les pompiers.



Toute l'info locale du Val d'oise et alentours sur :

**LJC Services**  
01 39 95 19 89  
ljc-services@orange.fr

**TELELEMENT BIEN CHEZ SOI**

DU 11 MARS AU 11 AVRIL 2022

**-15%**  
SUR FENÊTRES, PORTES, PORTAILS ET VOILETS BOIS + PVC + ALUMINIUM

10 ans de garantie  
120 ans d'expérience  
ARCADES & AIES

**SUIVEZ la vie locale gratuitement dans votre boîte mail.**

- des articles inédits,
- des idées de sorties,
- la météo du jour,
- vos horoscopes.

INSCRIVEZ-VOUS À LA NEWSLETTER

Toute l'info locale du Val d'oise et alentours sur : <https://actu.fr/newsletter/#gazettevaldoise>

actu.fr Nos régions

boîte mail !

**Newsletters thématiques**  
Toute l'actualité de vos thématiques préférées

**Actu Planète**  
hebdomadaire

Actu Planète fait la lumière sur les enjeux des changements climatiques près de chez vous et partout en France. Chaque semaine : des solutions et des incitations à l'action, des décisions et leurs conséquences.

[Voir un exemple](#)

+ Ajouter

Vous avez sélectionné 1 newsletter(s). Entrez votre adresse e-mail pour vous abonner.

Votre e-mail, avec votre consentement, est utilisé par la société Publihebdos pour recevoir les newsletters sélectionnées. [En savoir plus.](#)

actu.fr Nos régions

Changements climatiques

**Bonjour à toutes et à tous,**

Au sommaire, cette semaine :

- Des centaines de milliers de particules de plastique dans l'eau en bouteille
- Seine-et-Marne : pour sauver la biodiversité, ils replantent des haies
- Pesticides : une association de La Rochelle va analyser 70 enfants
- 2023, l'année la plus chaude

Vous avez sélectionné 2 newsletter(s). Entrez votre adresse e-mail pour vous abonner.

Votre e-mail, avec votre consentement, est utilisé par la société Publihebdos pour recevoir les newsletters sélectionnées. [En savoir plus.](#)



# DIFFICILE À SCANNER À CAUSE DE LA POSITION DU QR CODE



# KRYS EXPLIQUE LA MYOPIE

<https://www.krys.com/sante/la-vision/defauts-visuels/la-myopie>

**Krys freine la myopie de vos enfants. Pas leurs élans artistiques.**

C'est entre 7 et 12 ans\* que la myopie progresse le plus. Des solutions existent pour freiner son évolution.

DEMANDEZ CONSEIL À VOTRE OPTICIEN KRYS

Scannez pour tout savoir sur la myopie.

**Krys**

Vous allez vous aimer

18:49

Appareil photo

Prendre un RDV Mon magasin

**Krys** myKrys

Les Soldes Krys jusqu'à -50%, [en profite!]

Accueil > Santé > La Vision > Défauts Visuels > La Myopie

## SANTÉ Tout comprendre sur la Myopie

La myopie est un trouble de la vision qui entraîne une vision floue de loin en général, due à un œil trop long. La myopie est, la plupart du temps, héréditaire mais les activités en vision de près (lecture, travail sur écrans) ainsi que le manque d'activité en plein air seraient des facteurs de son développement.

Nouveau ! Découvrez grâce à notre simulateur de myopie comment la vision d'une myopie non corrigée évolue :

### Simulateur de myopie

Saviez-vous qu'on parle d'épidémie de myopie dans le monde ? En effet, des études montrent que d'ici 2050, 50% de la population mondiale serait myope !

Votre opticien Krys est présent au quotidien pour conseiller toute votre famille et vous présenter notamment des solutions innovantes pour ralentir le développement de la myopie de votre enfant !

Cet article a été écrit en collaboration avec le Dr Gatinel, ophtalmologiste.

### Sommaire

- ✓ [Définition et symptômes de la myopie](#)
- ✓ [Les différentes causes de la myopie](#)
- ✓ [Prévalence de la myopie](#)
- ✓ [Krys et la recherche sur la](#)

krys.com