



Laury Thilleman
habillée en
Parisienne et alors.

L'INTERVIEW PARISIENNE DE...

LAURY THILLEMAN

LA PÉTILLANTE CHRONIQUEUSE, SPORTIVE, CRÉATRICE DE MODE ET EX-MISS FRANCE NOUS OUVRE SON CARNET D'ADRESSES ZEN ET FORME. RÉGÉNÉRANT !

PROPOS RECUEILLIS PAR **CLAIRE BAUCHART**

Depuis la rentrée, Laury Thilleman est prise dans un tourbillon ! Une nouvelle carrière de présentatrice pour « Happy & Zen »*, l'émission de Téva dont elle a pris les rênes et où elle livre « conseils healthy, sportifs et gastronomiques pour développer une positive attitude au quotidien », Vida, un resto ouvert avec son compagnon, le chef Juan Arbelaez, une collection mode écoresponsable à base de matières recyclées... On se demande comment l'ex-Miss France trouve encore le moyen de prendre du temps pour elle : « Déconnecter à Paris, c'est compliqué, mais j'y parviens, affirme-t-elle. Surtout lorsque je pédale sur les quais le matin ou au coucher du soleil. Dans ces moments-là, je redécouvre les merveilles de notre ville et je me rends compte à quel point elle est poétique ! » Parisienne d'adoption depuis 2011, la Bretonne de 27 ans a su se constituer un univers cocooning qui lui ressemble. « Plus le temps passe, plus je m'attache à cette ville », dit-elle. De son refuge cosy situé dans le quartier d'Étienne-Marcel (2^e) jusqu'à son petit repaire grec de Saint-Ouen, elle nous dévoile ses adresses healthy et feel good.

ELLE. Paris et vous, une longue histoire d'amour ?

LAURY THILLEMAN. C'est une histoire qui commence à devenir sérieuse ! D'ailleurs, je viens de créer ma propre collection de vêtements, avec la marque Parisienne et alors**. Il y a quelques années, j'aurais difficilement assumé d'associer mon nom à celui de la capitale !

ELLE. Une adresse pour des soins zen ?

L.T. J'adore me rendre aux Jardins de Nana (3, rue Française, 1^{er}). Il s'agit d'un véritable petit écrin où nous nous retrouvons entre filles afin d'échanger nos conseils et parler des dernières tendances beauté. J'essaie, en moyenne, d'y passer un après-midi par mois afin de faire un soin des ongles, une épilation des sourcils, etc. ○ ○ ○

* Le dimanche à 10 heures.

** Disponible sur www.parisienne-et-alors.com

LE PARIS DE LAURY THILLEMAN



Bracelet, haut et jupe Parisienne et alors



ELLE. Votre spot apéro healthy ?

L.T. Je suis fan des apéros grecs et mon repaire est Yaya (8, rue de l'Hippodrome, Saint-Ouen, 93). Leur tzatziki et leur tarama sont succulents. Je suis fan également de leurs pains pitas.

ELLE. Votre refuge cocooning ?

L.T. J'adore les soupes de Bonté (38, rue Greneta, 2^e). Quand mon frigo est vide, je cours m'y réchauffer, en particulier l'hiver.

ELLE. Votre adresse healthy secrète ?

L.T. Sans conteste, la petite cantine que j'ai créée avec mon amoureux. Chez Vida (49, rue de l'Échiquier, 10^e), les produits de saison sont à l'honneur. Nos assiettes sont végétales et glamour, et le bien-être est de mise jusque dans la décoration cosy. J'y reçois tous mes rendez-vous professionnels.

ELLE. Votre café healthy ?

L.T. J'ai découvert récemment Peonies (81, rue du Faubourg-Saint-Denis, 10^e). La décoration rappelle celle d'un boudoir. Tout y est assez romantique. On est entouré de fleurs sauvages et séchées. L'ambiance est champêtre et rose poudré. Les jus, cafés et cakes y sont délicieux !

ELLE. Votre accessoire zen ?

L.T. J'aime beaucoup les minéraux. Je porte une pierre de lune au doigt et du lapis-lazuli en médaille. Cela m'aide à chasser le stress. Je débute encore dans ma connaissance des pierres, mais elles m'aident à rester zen. Bien sûr, il y a beaucoup de psychologie là-dedans !

ELLE. Votre salle de sport fétiche ?

L.T. Je vais très souvent à La Salle de sport with Reebok (12, boulevard de la Madeleine, 9^e). Cet espace mixe boxe, CrossFit, yoga, Pilates et cycling. Un vrai terrain de



Peonies



Itacoa

jeu ! Et à dix minutes à vélo seulement de chez moi, j'y vais donc très régulièrement.

ELLE. Où faites-vous votre running ?

L.T. J'essaie de m'exiler là où on respire un peu. Je vais donc courir et faire du roller au bois de Boulogne, vers Le Chalet des Îles (14, chemin de Ceinture-du-Lac-Inférieur, 16^e). J'évite le bitume car, à force, mes genoux n'en peuvent plus.

ELLE. Votre adresse réconfort après l'effort ?

L.T. Je suis addict des petites salades et des plats hauts en couleur d'Itacoa (185, rue Saint-Denis, 2^e). Ce restaurant brésilien propose notamment des pão de queijo (pains au fromage). Ils sont ouverts le dimanche : mon amoureux et moi y allons souvent après une séance de sport !

ELLE. Vos produits beauté bien-être ?

L.T. J'aspère mon visage d'eau de rose ou d'eau immortelle que j'achète en Provence auprès d'un petit producteur. Elles contrent l'irritation et fixent le maquillage. Et, après le sport, elles atténuent le côté rouge pivoine ! J'hydrate aussi mes lèvres, un vrai tic ! J'ai toujours un baume à lèvres Biotherm sur moi. Et comme le contour de mes lèvres est très blanc, je le fais ressortir avec un trait de crayon.

ELLE. Un spa incontournable ?

L.T. J'aime les massages de Martine de Richeville (13, boulevard Malesherbes, 8^e). Ils reposent sur un remodelage manuel. Cela permet notamment de mieux faire circuler le sang dans les jambes. À force de voyager, les miennes commencent à fatiguer, malgré mes 27 ans ! ■



Vida



La Salle de sport with Reebok