

# marie france

# AIMÉ

Les femmes qui nous inspirent, les initiatives et les événements qui nous font du bien... c'est parti pour un petit tour de France des réjouissances !

PAR BARBARA ROMERO

## Un apéro comme un tableau

1 Gourmand, coloré, fleuri et aux saveurs de la Côte basque : l'apéro se fait aussi bon que beau avec La diablette de Mango. Derrière ce concept, Malys Larrieu qui, après cinq ans en Australie, s'est lancée dans la conception de « Grazing Platters », des plateaux fleuris de produits locaux et de saison, présentés de façon ultra-artistique et esthétique. Cette fête de la finger food officie du côté de Biarritz, mais elle a conçu un kit à se faire livrer partout en France des la rentrée et à assembler chez soi. Jeux de volumes et de couleurs, assortiment des mets, Malys dévoile toutes ses astuces dans un petit livret, pour des Grazing Platters - presque - aussi jolis que les siens ! [livraison.6fr.c.indulgethedemango.com](http://livraison.6fr.c.indulgethedemango.com)

## Un vide-dressing plus green

2 Concept nord-américain d'échange de vêtements, le « swap » débarque en France, à l'initiative de la Varoise Angélique Cernant. L'idée de son appli Web Swap-Clic ? Proposer un vide-dressing géolocalisé, avec remise en main propre et sans commission. Fini, les envois à l'autre bout de la France, mais vrais pour l'empreinte carbone : place à un moment d'échange convivial dans des lieux sympas et éthiques, sélectionnés avec soin par Angélique et son équipe à travers la France. A venir : une appli mobile qui facilitera encore le lien social et la convivialité. [swap-clic.fr](http://swap-clic.fr)



1

2

3



## Une nuit ultra-gourmande

3 Le plaisir de se retrouver entre amis autour d'un repas canaille, de revivre l'effervescence des grandes tables festives, de communter avec les restaurateurs... C'est à cela qu'invite la Nuit des Tables de Nantes, un événement culinaire réjouissant. Bistrot, tables étoilées, bars à vin : 90 restaurateurs dressent un table sur le pas de leur porte, où ils feront déguster leur plat emblématique, au prix unique de 5 €. A nous, le city trip gourmand, avec marchés, pêcheurs, producteurs et vigneron en témoins de la diversité culinaire régionale. Le 27 septembre, à partir de 19 h, [lesabestaurants.fr](http://lesabestaurants.fr)

## Des ateliers très perma

4 Et si la permaculture n'était pas que de l'agriculture qui s'inspire de l'écologie naturelle, mais un chemin



vers une éthique de vie ? C'est le parti qu'a fait Sophie, aux portes de Paris. Dans sa ferme florale de 7 000 m<sup>2</sup> à Montreuil, cette cinquante heureuse de sa reconversion, organise des ateliers pour questionner pratiques et



4

5



habitudes de consommation, afin d'être plus proche de la nature et capable de cultiver soi-même. Durant ces journées, on plante des graines, on met les mains dans la terre, on se reconecte au vivant, on respire... et on repart avec un beau bouquet de fleurs de saison ! 12€ le jour, 15€ et 25 septembre, 25 rue des Jardins Infants, Montreuil. [museums.fr](http://museums.fr)

## Une boosteuse de couples

5 Ancienne juriste en clinique, la Nantaise Soazig Castelhezac a relancé sa carrière en créant les carnets « Save your Love Date », pour aider les couples à trouver un second souffle. « J'avais 40 ans et je voyais tellement de couples se perdre autour de moi, se souvient-elle. Je me suis dit que je devais faire quelque chose, en m'inspirant de ce qui fonctionne dans le milieu depuis quinze ans : passer du temps ensemble, sans enfants... on en a quatre ! Ses premiers carnets,



6



7

« Comment booster son couple », sortent en 2018. Ils comportent 40 questions auxquelles chacun doit répondre, avant 12 rendez-vous en tête à tête... Les premiers testeurs ? Soazig et son mari ! Réapprendre à se regarder dans les yeux et à s'écouter, redécouvrir et savoir écouter l'autre... sa méthode a tout bon ! En septembre, elle sortira une nouvelle mouture de ses carnets, réalisée avec Perrine, directrice artistique de la revue « Les Contenus ». « Je me suis lancée à 100% dans ce projet, sourit Soazig. Passé la quarantaine, c'est excitant et stimulant de changer de voie, je le recommande ! » [www.soyouyourlove.date](http://www.soyouyourlove.date)

## Une escapade insolite

6 C'est un voyage artistique original en banlieue parisiennne, au fil de l'eau, qu'on imagine la Prevue par 7, le Plus Petit Cirque du monde et le

## Des cocktails exclusifs

7 A Lyon du 7 au 11 septembre, à Montpellier du 21 au 23, puis à Toulouse, Marseille et Nantes, les Cocktail Tours initiés par Slavica et Geoffrey, installés dans le sud de la France, célébreront la mixologie et les créatifs bartenders. L'occasion de siroter un cocktail concocté pour l'occasion, à prix préférentiel, et de prolonger un peu l'esprit vacances. Le tout en mode « slow drinking » : consommer moins, mais mieux. Toutes les infos sur [cocktail-tour.com](http://cocktail-tour.com)