

20 minutes



PARTEZ SUR UN COUP DE CARTE.

CARTE AVANTAGE

-30% SUR VOS VOYAGES⁽¹⁾

25€⁽²⁾ ~~49€~~
/AN

**OFFRE SPÉCIALE BLACK FRIDAY JUSQU'AU 29 NOVEMBRE
2021 POUR TOUT ACHAT OU RENOUELEMENT D'UNE CARTE
DE RÉDUCTION AVANTAGE SNCF (JEUNE, ADULTE ET SENIOR)**



RENDEZ-VOUS SUR **Oui** snCF EN GARES, BOUTIQUES,
AGENCES DE VOYAGES AGRÉÉES SNCF ET PAR TÉLÉPHONE.

(1) Offre réservée aux titulaires de la carte Avantage, et un accompagnateur de plus de 12 ans pour les titulaires de la carte Avantage Adulte. Réduction calculée, hors prestations supplémentaires payantes, sur le tarif PREM'S, SECONDE, PREMIÈRE et le Plein Tarif SECONDE et PREMIÈRE pour les trains à réservation obligatoire (TGV INOUI et INTERCITÉS, hors OUIGO et INTERCITÉS 100% ECO). Réductions applicables sur le territoire national (sauf trajets effectués intégralement en IDF). Dans les TGV INOUI et les INTERCITÉS la carte permet de bénéficier d'une réduction de 30% calculée sur le tarif SECONDE et PREMIÈRE et d'une réduction de 30% sur le Tarif Normal pour les INTERCITÉS sans réservation obligatoire dans le cadre de billets valables 7 jours. Sur INTERCITÉS sans réservation obligatoire : bénéficiez du meilleur tarif en réservant votre billet, celui-ci sera valable dans le train et à la date indiquée. (2) Prix TTC pour tout achat ou renouvellement d'une carte de réduction Avantage (Jeune, Adulte et Senior), du 23 au 29 novembre 2021. Date d'activation de la carte possible jusqu'à 5 mois après sa date d'achat. Cartes de réduction en vente en gares ou boutiques SNCF, auprès des agences de voyages agréées SNCF, par téléphone au 3635 (service gratuit + prix de l'appel), et sur www.oui.sncf. Offre non cumulable avec toute autre promotion en cours et bonus de renouvellement des cartes. TGV INOUI est une marque enregistrée de SNCF Voyageurs. Tous droits de reproduction réservés. SNCF Voyageurs, SA au capital social de 157 789 960 euros, inscrite au RCS de Bobigny sous le numéro 519 037 584 - 9, rue Jean-Philippe Rameau - 93200 Saint-Denis Cedex. ROSA PARIS

TGV
!nOui

VOYAGEZ AVEC VOTRE TEMPS



DÉSORMAIS
AVEC LA CARTE
AVANTAGE
TGV INOUI,
**LES PRIX SONT
PLAFONNÉS MÊME
EN DERNIÈRE
MINUTE.**

39€*
MAX

TRAJET DE
- D'1H30

59€*
MAX

TRAJET DE
- DE 3H

79€*
MAX

TRAJET DE
3H OU +

CES CONDITIONS S'APPLIQUENT POUR INTERCITÉS. * Offre réservée aux titulaires de la carte Avantage, et un accompagnateur de plus de 12 ans pour les titulaires de la carte Avantage Adulte. Prix de la carte Avantage : 49€ TTC. Prix en vigueur au 17/06/2021, hors promotions. Durée de validité : un an à partir de la date de début de validité déterminée par le client lors de l'achat. Garantie d'un prix plafonné par trajet en fonction du temps de parcours. 39€ TTC : prix maximal garanti d'un billet pour un trajet de moins de 1H30, 59€ TTC : prix maximal garanti d'un billet pour un trajet de moins de 3H, 79€ TTC : prix maximal garanti d'un billet pour un trajet de 3H ou plus en France en seconde classe sur un trajet sans correspondance. Prix fixe jusqu'au départ du train.

20 minutes

NICE-CÔTE D'AZUR

L'humanitaire en première ligne

Giselda Gargano a reçu le prix « 20 Minutes » du roman pour « L'Ultime Frontière », récit de destins croisés de membres d'une ONG en temps de guerre. P.16



Olivier Juszcak / 20 Minutes

+ DE 20 MINUTES **HORS TERRAIN**

Bras de fer sportif
Une bataille de biceps des plus exigeantes qui met K.-O. les clichés **P.6**



Armpower.net



G. Michel / Sipa

VIOLENCES

Des aides pour que les femmes victimes déménagent **P.3**

LIGUE DES CHAMPIONS

Le PSG perd contre City, mais gagne son billet pour les 8^{es} de finale **P.17**



Q. Scarff / AFP

ROCK EN SEINE

25, 26, 27 ET 28 AOÛT 2022

DOMAINE NATIONAL DE SAINT-CLOUD AUX PORTES DE PARIS

**BILLETS
DISPONIBLES**

PUBLICITÉ





Deux jours d'actions autour de l'emploi

— Des jobs dating chez Thales, au centre commercial de Cagnes-sur-Mer Polygone Riviera ou encore dans le domaine de l'industrie, mais aussi des forums et des conférences... Ce jeudi et également vendredi, à l'occasion de l'opération 100 % emploi, de Pôle emploi, près de 60 manifestations sont prévues dans toute la région Paca autour des « secteurs qui recrutent ». Des rendez-vous sont également proposés en ligne pour les demandeurs d'emploi. Le programme, en détail, est disponible sur le site www.pole-emploi-paca.fr. Photo A. Gelebart / 20 Minutes

La justice française demande un complément d'expertise dans l'affaire Otom aux Seychelles

Alors que le street artiste niçois Thomas Debatisse doit être jugé aux Seychelles, en février, pour le meurtre de sa compagne, la justice française continue d'enquêter. Selon elle, des examens conduits dans l'Hexagone pourraient au contraire attester la thèse du suicide. « Nous venons d'ordonner un complément d'expertise médico-légale sur les circonstances du décès », a annoncé le procureur de la République de Nice, qui espère pouvoir se rendre dans l'archipel. « Nous sommes dans l'attente du retour d'une demande de transport sur place », a-t-il, expliquant que celle-ci doit être autorisée par cet État de l'Océan Indien.

Un ouvrier se tue sur un chantier à Menton

Les faits remontent à mardi. Selon *Nice-Matin*, un ouvrier italien qui travaillait sur le chantier d'une villa privée de la corniche André-Tardieu est décédé. Cet homme de 58 ans, qui devait installer un ascenseur dans la cage d'escalier de la maison, serait tombé accidentellement du troisième étage. Une enquête est ouverte.

Où va la Gare du Sud ?

— Depuis cet été, Le Jardin défendu avait réussi à redonner un certain coup de fouet à la Gare du Sud avec plus de 70 animations. Mais cette société spécialiste de l'animation des « food halls » n'ira pas plus loin. Depuis le 17 novembre, la « procédure de liquidation judiciaire » redoutée ces dernières semaines « est enclenchée », a confirmé à *20 Minutes* cette entreprise choisie par le groupe Urban renaissance, délégataire de la halle gourmande, pour la relancer après un démarrage des plus compliqués. Et ensuite ? Le site va-t-il repartir à nouveau de zéro ? « Cette situation implique une phase de transition nécessaire, mais le groupe travaille activement sur la manière de relancer la halle », répond Urban renaissance. Ses responsables vont devoir rendre des comptes. « Nous les avons convoqués dans les jours qui viennent », indique-t-on à la mairie, qui avait lancé ce lieu en 2019 avec beaucoup d'ambition pour le quartier Libération.



Renaud Muselier va quitter Les Républicains

« Je ne m'y retrouve pas. » Le président de la région Paca, Renaud Muselier (photo), a annoncé mercredi sur LCI qu'il comptait quitter Les Républicains, regrettant une « dérive politique » vers l'extrême droite de certains membres du parti, dont Éric Ciotti. « Toute ma vie je me suis battu contre le Front national [sic] » et, aujourd'hui, « la question [de] notre porosité avec l'extrême droite [...] n'est pas claire du tout », a-t-il ajouté, accusant le député azuréen de « véhiculer les idées de Zemmour au LR ». Photo Syspeo / Sipa

20 minutes c'est gratuit le premier mois. Et ça fait bientôt 20 ans que c'est le premier mois.

20 minutes, c'est de l'information gratuite et de qualité, depuis toujours et pour toujours. Informer le plus grand nombre est notre première mission.



Gratuit
et fier
de l'être.

« On aide ces femmes à repartir de zéro »

L'association Une voix pour elles apporte aux victimes de **violences conjugales** le soutien logistique et matériel dont elles ont besoin pour quitter leur foyer



Elise Martin

« Fuyant une relation violente, Alex, une jeune mère, devient femme de ménage et se bat pour subvenir aux besoins de sa fille, Maddy, dans l'espoir d'un avenir meilleur. » Voici le scénario d'une des dernières séries Netflix, inspirée d'une histoire vraie. Dans *Maid*, Alex part à la suite d'un énième épisode de violences de la part de son conjoint. Et se retrouve sans rien. Une situation bien plus courante qu'on ne le pense, et qui peut se passer juste à côté de chez nous.

« Les témoignages de femmes qui disaient "je veux quitter mon domicile, mais je n'en ai pas les moyens", revenaient beaucoup. On a décidé de faire quelque chose », raconte Loëticia Mas, présidente de l'association

Une voix pour elles, située dans les Alpes-Maritimes.

Depuis le 16 mars, « on n'arrête pas », s'exclame-t-elle. Avec son équipe de 23 bénévoles, dont 5 permanents sur le terrain, elle aide les femmes victimes de violences conjugales à fuir leur foyer « pour repartir de zéro ». L'action porte un nom : « On bouge ». « C'est un soutien logistique et matériel,

développe-t-elle. On fait des déménagements d'urgence, on travaille avec des structures sociales pour agir vite et en toute sécurité, pour savoir le volume de ce qu'on doit prendre, pour mettre en place l'intervention. Ensuite, on dépose la femme, parfois ses enfants, dans un hôtel secours et ses affaires dans un endroit de stockage. »

Un modèle gratuit à déployer

En six mois, 33 déménagements ont été réalisés, ce qui a aidé 55 femmes et enfants. Et 170 interventions ont été effectuées vers des hôtels secours, sans compter les milliers de kits d'hygiène distribués. « On ne se rend pas compte, mais on a mis le doigt sur

quelque chose, insiste Loëticia Mas. Il y a un réel besoin. »

En 2020, 87 % des 159 400 personnes concernées par les violences conjugales étaient des femmes, d'après le ministère de l'Intérieur. La présidente souligne : « On a reçu le grand prix de la Fondation des femmes pour commencer à déployer ce modèle sur d'autres départements. » Elle raconte que des associations de toute la France l'ont contactée pour savoir comment elle avait réussi à mettre en place « On bouge », qui couvre tout le département, gratuitement.

« Il est nécessaire que la prise en charge soit globale », précise-t-elle. Avant de conclure : « Il faut que la honte change de camp et montrer qu'on est là, que ces femmes ne sont pas seules. On n'est pas près de lâcher l'affaire. »



Grâce à « On bouge », 33 déménagements ont été réalisés, soit 55 femmes et enfants aidés. UVPE

Marche prévue ce jeudi

À l'occasion de la Journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes, le Collectif des droits des femmes des Alpes-Maritimes organise une marche, ce jeudi à 18 h 30, de la gare Nice-Ville à la place Masséna. Samedi, une nouvelle manifestation aura lieu à 15 h, sur la place du Général-de-Gaulle, orchestrée par Noustoutes06. Cette marche se clôtura par un « die-in » pour dénoncer les 102 féminicides qui ont été perpétrés depuis janvier.

20 minutes

AVEC VOUS

TOUS LES JOURS, SUIVEZ L'ACTUALITÉ DE VOTRE RÉGION ET PARTICIPEZ ! AGENCENICEPRESSE@GMAIL.FR
f [WWW.FACEBOOK.COM/20MINUTESNICE](https://www.facebook.com/20minutesnice)
t [TWITTER.COM/20MINUTESNICE](https://twitter.com/20minutesnice)
i [WWW.INSTAGRAM.COM/20MINUTESFRANCE](https://www.instagram.com/20minutesfrance)

20 MINUTES NICE - CANNES RÉDACTION (AGENCE ANP) 15, rue Pons, 06400 Cannes
Tél. : 04 93 30 17 64.

Contact commercial : Alexandre Larose : 06 13 47 63 83 alarose@20minutes.fr

20 minutes

« TEXTO BINGO »

500€ À GAGNER PAR SEMAINE

Envoie par SMS VRAI ou FAUX au 71717 *

« Le nom de Lady Gaga est-il une référence à la chanson de Queen, *Radio Ga Ga* ? »

* Règlement du jeu disponible sur <http://20min.fr/reglement-texto>

Camille R. a remporté 1000€ la semaine dernière en jouant au « Texto Bingo »

LA MÉTÉO À NICE

AUJOURD'HUI

Matin

Après-midi



11 °C



13 °C

DEMAIN

Matin

Après-midi



11 °C



14 °C

EN FRANCE



Cinquante nuances de gris

Les fortes pluies se décalent vers la Côte d'Azur et la Corse. Ailleurs, le temps demeure gris et pluvieux sur la moitié sud, plus variable avec des éclaircies dans la moitié nord. Les températures restent stationnaires.

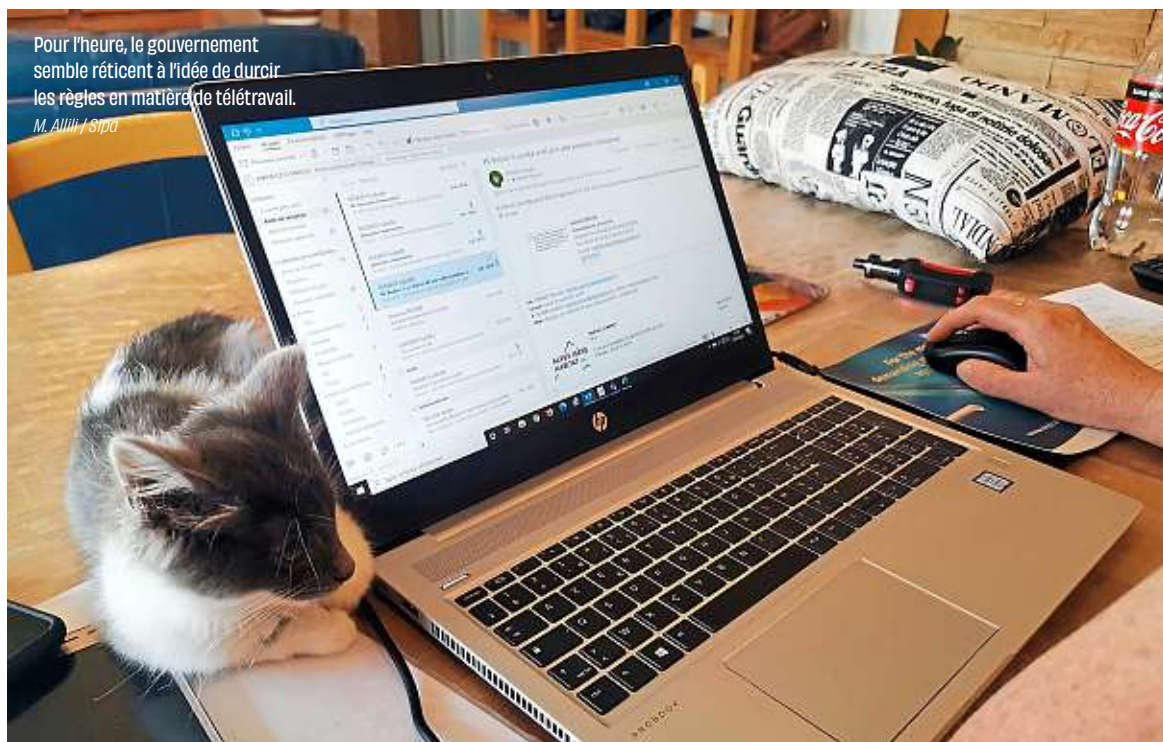
Prévisions **ultra détaillées** sur TV-WEB-APPLIS

la chaîne météo

Téléchargez dans l'App Store ou Google Play

La meilleure info météo

LACHAINEMETEO.COM



Pour l'heure, le gouvernement semble réticent à l'idée de durcir les règles en matière de télétravail.
M. Allili / Sipa

« Full » télétravail, je te dirai bye-bye

Le travail à distance a fait ses preuves dans le contexte de l'épidémie de **Covid-19**, mais son recours massif montre aussi des limites pour l'entreprise



Delphine Bancaud

« Notre situation épidémique se dégrade très nettement », a déclaré mercredi le porte-parole du gouvernement, Gabriel Attal, à l'issue d'un nouveau conseil de défense. L'exécutif n'a toutefois pas fait d'annonces concrètes, renvoyant à une conférence de presse tenue ce jeudi par le ministre de la Santé, Olivier Véran (*lire l'encadré*). Avant cela, la ministre du Travail, Élisabeth Borne, aura une discussion dans la matinée avec les partenaires sociaux. Néanmoins, « aucune modification du protocole en entreprise n'est sur la table », notamment sur le télétravail, a-t-on indiqué dans l'entourage de la ministre. Même son de cloche au Medef. Son président, Geoffroy Roux de Bézieux, a déclaré mardi sur BFMTV être opposé à l'obligation du télétravail. Cet attentisme s'explique d'abord par le contexte actuel de reprise économique. « Comme on l'a vu lors des vagues précédentes, le télétravail massif a un impact sur les commerces, les restaurants, les entreprises de transport, dont l'activité dépend des salariés qui viennent

au bureau, explique Christophe Platet, fondateur du cabinet de conseil en management Lundano. Or ces entreprises ont bien redémarré depuis la rentrée. On imagine difficilement comment elles pourraient encaisser un nouveau coup de frein. »

« Un impact sur le lien collectif »

Quant aux entreprises qui devraient demander à leurs collaborateurs de rester chez eux, elles craignent les conséquences d'un changement d'organisation. « Nous ne sommes pas favorables à un recours massif au télétravail, qui aurait un impact sur le management et le lien collectif », explique à 20 Minutes Audrey Richard, présidente de l'Association nationale des DRH.

Durcissement prévu du pass sanitaire

Pour faire face à la flambée de l'épidémie de Covid-19, l'exécutif devrait annoncer ce jeudi l'élargissement de la dose de rappel en l'ouvrant à tous les adultes dans les prochaines semaines, a-t-on appris mercredi de source gouvernementale. Actuellement, les plus de 65 ans peuvent la recevoir ainsi que les personnes à risque et les soignants. Les plus de 50 ans y auront accès à partir du 1^{er} décembre.

L'autre frein concerne les répercussions qu'il pourrait avoir sur les salaires. Depuis le 9 juin, les règles étant assouplies, les entreprises ont pu faire revenir leurs collaborateurs au bureau plusieurs jours par semaine. « La majorité des salariés ont retrouvé le plaisir de travailler ensemble, poursuit Audrey Richard. Et ils apprécient le mode hybride. Un retour au "full" télétravail risque d'être difficile à accepter. » « Certains ne savent pas bien télétravailler, car ils ne bénéficient pas de bonnes conditions chez eux ou parce qu'ils ont besoin d'un écosystème pour être efficaces », observe aussi Christophe Platet.

Réimposer le travail à distance risquerait également de raviver le sentiment d'inégalité qu'ont ressenti certains salariés dont le poste n'est pas compatible avec le télétravail. Geoffroy Roux de Bézieux décrit « un sentiment d'incompréhension et de frustration ». D'autant que ces salariés, souvent appelés « premiers de cordée » lors du premier confinement, n'ont pas toujours bénéficié de revalorisation salariale.

Quant au port du masque, il pourrait être rendu obligatoire dans tous les lieux intérieurs où le pass sanitaire est demandé. Voire dans quelques lieux extérieurs à forte concentration de personnes comme les marchés de Noël. Un durcissement des contrôles du pass sanitaire dans les restaurants, les cinémas et les transports ainsi qu'un renforcement des campagnes de tests de dépistage dans les écoles sont aussi prévus.

Plus de trente migrants morts dans la Manche

— Au moins 31 migrants sont décédés mercredi dans le naufrage de leur embarcation au large de Calais (Pas-de-Calais). « La France ne laissera pas la Manche devenir un cimetière », a affirmé Emmanuel Macron. Le chef de l'État a réclamé « une réunion d'urgence des ministres européens concernés par le défi migratoire ». « Choqué, révolté et profondément attristé », le Premier ministre britannique, Boris Johnson, a assuré vouloir « faire plus » avec la France pour décourager les traversées illégales de la Manche. Quatre passeurs suspects d'être « directement en lien » avec le naufrage ont été arrêtés, a par ailleurs affirmé le ministre de l'Intérieur, Gérard Darmanin, qui s'est rendu à Calais mercredi soir. Ce drame est, de loin, le plus meurtrier depuis l'envolée en 2018 des traversées migratoires de la Manche, face au verrouillage croissant du port de Calais et d'Eurotunnel, emprunté jusque-là par les migrants tentant de rallier l'Angleterre.



Londres sommée par Bruxelles de régler le contentieux sur la pêche.

La Commission européenne a demandé mercredi à Londres de régler le contentieux sur les licences de pêche avec Paris pour le 10 décembre, a annoncé l'un de ses porte-parole. La France réclame plus de licences au Royaume-Uni dans le cadre de l'accord post-Brexit.

Condamné, Stéphane Richard va quitter la présidence d'Orange.

PDG d'Orange depuis 2011, Stéphane Richard quittera l'opérateur télécoms au plus tard fin janvier, a annoncé le groupe mercredi soir. Le dirigeant avait été condamné, plus tôt dans la journée, à un an d'emprisonnement avec sursis et 50 000 € d'amende dans l'affaire de l'arbitrage controversé de 2008 entre Bernard Tapie et le Crédit Lyonnais. Photo : É. Piermont / AFP



Noël à la maison, connexion du sol au plafond

Livebox
Fibre + TV UHD + Fixe

24€99
/mois

pendant 12 mois,
puis 41,99 €/mois
Engagement de 12 mois

En boutique
et sur orange.fr

Soit pour les nouveaux clients Orange : remises immédiates de 12 €/mois⁽¹⁾ et remboursements différés de 5 €/mois pour l'internet avec changement d'opérateur⁽²⁾.

Fibre + TV UHD + Fixe

Offre soumise à conditions du 18/11/2021 au 24/12/2021 inclus, en France métropolitaine, valable sous réserve d'éligibilité, avec équipements compatibles. Frais de résiliation : 50 €. Frais d'activation du décodeur : 40 €. TV UHD : avec TV et contenus compatibles.

⁽¹⁾ Remises immédiates de 7 €/mois le Bon Plan et de 5 €/mois la remise La Fibre au prix de l'ADSL. ⁽²⁾ Remboursement différé sur facture de 5 €/mois pour les nouveaux clients internet avec changement d'opérateur après le 18/09/2021. Détails et formulaire sur odr.orange.fr

orange™

Bras de fer sportif À la force du poignet



Le Français Thor Boutet.
N. Stival / 20 Minutes

Ce jeudi, les Mondiaux d'« **armwrestling** » commencent en Roumanie. Une discipline très sérieuse, loin des clichés



À Toulouse,
Nicolas Stival

C'est le grand jour. Après une année d'éclipse à cause du Covid-19, les Championnats du monde de bras de fer commencent ce jeudi à Bucarest (Roumanie). « Quarante pays et 800 athlètes sont attendus, indique Aymeric Pradines, vice-président de la Fédération française de force, à laquelle la discipline est rattachée. Nous aurons 18 représentants, contre 160, par exemple, pour les Kazakhs. Nous en sommes aux balbutiements, mais je m'appuie sur la Fédération mondiale [WAF], qui est très développée. Pour l'instant, nous sommes 300 licenciés cette saison, pour 22 clubs, et entre 400 et 450 pratiquants [les femmes se comptent sur les doigts des deux mains]. » Mais qu'entend-on exactement par

« bras de fer sportif » ?

« Il faut qu'on arrête de croire que c'est un truc de poivrots qui se défient sur un tonneau ou n'importe quoi d'autre dans un bar », prévient Pradines, par ailleurs président du Toulouse Armwrestling Club (TAC), dans la ville dont il est originaire. 20 Minutes a pu assister à une démonstration donnée par le vice-président du TAC, Thor Boutet. Ingénieur informatique, le jeune homme de 29 ans, plusieurs fois champion de France, défendra les couleurs tricolores à Bucarest chez les -75 kg. En bras gauche comme en bras droit.

Thor Boutet pourrait parler de sa discipline bien plus longtemps que les dix heures d'entraînement qu'il enchaîne (muscu comprise) chaque semaine : « En anglais, on dit *armwrestling*, autrement dit "lutte de bras". C'est très parlant. Cela nécessite un long apprentissage. Il faut avoir des doigts et une main forte. Tout part de là. C'est un sport complet. On fait appel à une chaîne musculaire

qui part des doigts jusqu'à la jambe, en passant par le poignet, l'avant-bras, le bras, l'épaule et le dos. La jambe permet de pousser et d'être stable. »

Et pas question de se défier sur un tonneau, mais sur une table normée, aux dimensions identiques de Kinshasa à Vladivostok, avec deux *elbow pads* (un pour le coude de chaque participant) et deux *winpads*, un de chaque côté. « Celui dont le poignet touche le *winpad* ou passe sous la ligne imaginaire entre les deux *winpads* a perdu, explique Thor Boutet. Deux fautes de coude [le coude décollé de l'*elbow pad*] sont aussi éliminatoires. En compétition, il y a deux arbitres pour tout voir. » Le vocabulaire emprunte beaucoup à l'anglais, même si la discipline est aussi très populaire en Europe du Nord et, surtout, dans les pays de l'ancien bloc soviétique. En

France, avec son club, Pradines tourne avec un budget de seulement 10 000 €, soit 5 % de ce que peut toucher chaque année

Trois techniques principales

Thor Boutet enfle sa tenue de professeur pour décrire les trois techniques principales : le hook (« On va rentrer dans le bras de l'adversaire en faisant un crochet avec notre poignet, pour l'amener vers soi »), le top roll (« On va aller vers l'extérieur du poignet pour pouvoir ouvrir les doigts et le poignet de l'adversaire ») et la presse (« On va essayer très rapidement de faire passer notre poignet et celui de l'adversaire derrière notre épaule, pour pouvoir appuyer avec l'épaule et le triceps, à la manière d'un marteau »).

Levan Saginashvili, énorme star de la discipline en Géorgie. Mais un prochain événement pourrait bien faire décoller la discipline pour de bon. « Notre sport était sur la shortlist des Jeux olympiques de Paris 2024, rappelle Aymeric Pradines. Il n'a pas été sélectionné, mais il est quasiment sûr qu'il sera au programme des Jeux paralympiques en 2028, à Los Angeles. » Avant des inviter aussi chez les valides ? Tout le petit monde du bras de fer croise les doigts.



Duel entre l'Américain
Michael Todd (à g.) et le Canadien
Devon Larratt. D. Goldman / AP / Sipa

Black Friday Week

**Jusqu'à -30% sur
les cocottes Le Creuset**

Fabriqué en France



Dans la limite des stocks disponibles

Raid à ski

Leur record tutoie le haut de l'affiche

Valentine Fabre et Hillary Gerardi ont battu un record inédit en montagne, raconté dans le film « La Traversée »



À Lyon, **Jérémie Laugier**

Valentine Fabre ne s'attendait pas à partager un jour l'affiche de Montagne en scène (lire l'encadré) avec le champion suisse de ski freeride, Jérémie Heitz. Cette médecin vivant à Chamonix (Haute-Savoie) était pourtant bien à l'honneur des premières projections du festival référence du film de montagne. Elle est l'héroïne de *La Traversée*, qui retrace l'exploit de deux athlètes, devenues les premières femmes à boucler d'une traite en ski alpinisme la Haute Route, entre Chamonix et Zermatt (Suisse). Soit un raid hivernal monstrueux de 107 km et 8000 m de dénivélé positif normalement réalisé

en six jours, et ici conclu en 26 heures et 21 minutes, le 4 avril. « C'est un projet que j'avais en tête depuis une dizaine d'années, mais il me fallait l'étincelle, indique Valentine Fabre. Je ne voulais surtout pas me dire un jour "j'aurais aimé faire ça". Ce genre de rêves, il vaut mieux ne pas les réussir que de ne jamais les essayer. »

« Le raid d'une vie »

Cette « étincelle » est venue de sa rencontre, en 2019 à Chamonix, avec Hillary Gerardi, qui rêvait, elle aussi, de la Haute Route. « Même aux États-Unis, on la voit comme un truc mythique, le raid d'une vie », souligne la traileuse élite de 35 ans, victorieuse en juillet du 90 km du Mont-Blanc (3300 m de D+) en 11 heures et 54 minutes. « Avec Valentine, on s'est bien trouvées, c'est un peu le destin, poursuit l'athlète américaine. Ce qui me triturerait l'esprit, c'était de constater qu'il n'y avait jamais eu une seule

cordée féminine dans les records de cette traversée. »

De son côté, Valentine Fabre, 45 ans, a, depuis 2008, un lien plus personnel avec cette Haute Route, puisqu'elle avait assisté, durant trois années consécutives, sur certaines portions, son mari dans sa tentative de record entre Chamonix et Zermatt. Un record obtenu par Laurent Fabre, en 2010 (en 20 heures et 28 minutes), deux années avant un accident mortel lors d'une expédition en haute montagne dans le massif du Mont-Blanc. Valentine Fabre confie l'importance de ce drame dans la réalisation de son colossal challenge.

Membre de l'équipe de France de ski alpinisme de 2013 à 2018, double championne du monde en relais dans la discipline, et ayant déjà rallié Zermatt à Chamonix en cinq jours, la sportive avait des prédispositions pour viser ce record en 24 heures, l'objectif établi par la doublette. « On était les partenaires idéales : j'ai plus d'expérience en ski alpinisme, mais elle est très polyvalente en montagne, avec d'énormes capacités sur les efforts de longue durée », résume la médecin du sport et urgentiste, auparavant médecin militaire. Après une reconnaissance de bout en bout en 2020, elles

« On était les partenaires idéales. »
Valentine Fabre

En tournée

La 21^e édition hivernale du Festival du film de montagne va enchaîner les dates : Bordeaux (23 et 24 novembre), Lyon (du 23 au 25 novembre), Lille (24 et 25 novembre), Rennes et Strasbourg (26 et 29 novembre), le Grand Rex à Paris (30 novembre), Nantes (du 30 novembre au 2 décembre), Toulouse (1^{er}, 2, 3, 6 et 7 décembre), Nice (7 et 8 décembre), Marseille (9, 10 et 13 décembre). Tarif : 16 €. www.montagne-en-scene.com.

se lancent donc dans leur traversée, le 3 avril, avec notamment le soutien du compagnon de Valentine, l'alpiniste et photographe Ben Tibbetts, coréalisateur du film *33 minutes*, avec Jake Holland. Les 107 km à ski dans le froid ont évidemment causé des dégâts physiques, surtout chez la Chamoniarde.

Malgré la douleur et grâce à son défi XXL, la native de Paris prend place cette semaine, aux côtés d'un Jérémie Heitz ému, devant *La Traversée*, au Grand Rex. « C'est flatteur et assez dingue de se retrouver dans la même programmation qu'un athlète qui descend des pentes aussi incroyables, confie-t-elle. En même temps, peut-être qu'il se dit que Chamonix-Zermatt en non-stop, c'est un truc qu'il ne fera jamais. » Au cas où, nous non plus, Valentine.

Photo: B. Tibbetts

VOTRE VIE VOTRE AVIS

« Stalker » un jour...

« Je suis devenue une Sherlock Holmes du Web »

« 20 Minutes » a demandé à ses lecteurs si, comme dans la série « You », ils avaient déjà développé une obsession envers une personne, sur les réseaux sociaux notamment



Marion Pignot

Dans *You*, la série Netflix, l'antihéros Joe Goldberg est, certes, un tueur en série, mais il est aussi un « stalker » acharné. Être un « serial stalker », c'est développer une attention qui vire à l'obsession pour un individu ou un groupe de personnes, le tout accompagné souvent d'une addiction aux réseaux sociaux. Ce qu'ont pu vivre certains de nos lecteurs, qui ont

répondu à notre appel à témoignages sur cette traque en ligne.

« Aidée par toutes les petites traces laissées sur les réseaux sociaux », Charline*, 34 ans, a poursuivi son ex dans tous les recoins de Facebook, Instagram ou Snapchat. Juliette*, elle, est devenue une « Sherlock Holmes du Web ». « Utilisation de compte de mes amis, création de faux profil, de faux comptes, de faux amis, j'étais obsédée par la vision de son profil », se rappelle la jeune femme, qui avoue avoir « enquêté sur le ou les amis ajoutés, sur les personnes qui « likaient » les photos » de son copain.

Cette obsession dévorante, la journaliste Judith Duportail en a récemment parlé dans le podcast « Le Cœur sur la table » et, surtout, dans son dernier livre (et podcast), *Qui est Miss Paddle ?*



Faux profils, likes à gogo... Tous les moyens sont utiles aux « stalkers ». *Relaxhotels / Pixabay*

« Je m'appelle Judith, j'ai 33 ans et je suis journaliste. Ça, c'est mon identité officielle. La vérité un peu moins reluisante, c'est que je suis obsédée par une fille d'Instagram », lâche ainsi la jeune femme, qui baptise son obsession « Miss Paddle ». S'ensuivent six épisodes comme une réflexion sur le « stalking », qui peut virer à la jalousie féroce et faire ressortir le pire de nos « fêlures » narcissiques. Julien*, qui fréquente un homme marié depuis

plus de huit mois, a « développé une jalousie limite paranoïaque ». Il utilise « tous les réseaux sociaux possibles pour traquer la moindre information » sur la vie de son amant, quitte à « lâcher des likes » pour se « faire remarquer ». « J'en suis arrivé à suivre l'homme que j'aime, à perdre toute confiance en lui et en moi », détaille le trentenaire, qui attend que son amant quitte son mari.

Thérapie nécessaire

Victoria* est « espionne » depuis 2008, date de son arrivée sur Facebook. Au départ, l'idée était de retrouver « d'anciens amis », mais dès qu'elle a « compris la puissance des réseaux sociaux », elle s'est mise à « enquêter » sur ses nouveaux collègues, ses « nouvelles cibles ». Et puis ses amies lui ont fait remarquer « [s]on obsession ». « J'ai eu honte », avoue celle qui « aujourd'hui est un peu plus raisonnable », même si la « tentation » reste grande. Charline, elle, a entamé une thérapie : « J'étais bien incapable de m'arrêter seule. Mes amis avaient beau m'aider, il fallait que je comprenne comment j'en étais arrivée là. »

*Le prénom a été changé.

Les jours magiques

Nos plus belles offres et attentions pour réaliser vos souhaits

Du 19 au 29 novembre 2021



Acer Spin 513
CP513-1H-S2J0/MQ

~~429€~~

329€

Éco part. 0,36 €

100 Go de stockage en ligne offerts*

En activant l'offre d'essai d'1 an à Google One

*Offre valable jusqu'au 31/01/2022, permettant 100 Go partagés entre Drive, Gmail et Google Photos. L'offre requiert un moyen de paiement. À la fin de la période d'essai, le tarif de 1,99€/mois s'applique. Vous pouvez annuler votre abonnement à tout moment. Voir conditions à l'adresse <https://one.google.com/offer/chromebook>.

Boulanger RCS Lille B 347 384 570 - Boulanger SA au capital de 40 611 564 €
Siège social Avenue de la Motte 59810 Lesquin

À découvrir chez

 **boulanger**



BRIOCHE PERDUE AU LAIT DE COCO

> D'Alessandra Montagne (Nosso, Paris)

Pour 2 personnes :

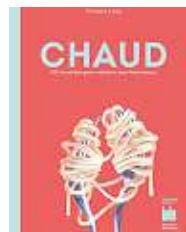
30 min. de préparation, 1 nuit et 3 h de repos.
Brioche : 150 g de farine semi-complète, 100 g de farine T45, 12 g de levure boulangère, 3 œufs, 1 jaune d'œuf, 30 g de sucre semoule, 1 cuil. à café de café soluble, 20 g de beurre, 15 g de sel.
Brioche perdue : 200 g de lait de coco, 3 cuil. à soupe de cassonade, beurre.
Dressage : 1 citron vert, sorbet coco.

- Dans le bol d'un robot muni d'un crochet, mettez les farines, la levure émiettée, le sel et le sucre. Versez les œufs et mélangez à vitesse lente. Ajoutez progressivement le beurre froid en morceaux. Pétrissez jusqu'à ce que la pâte se décolle des parois. Laissez reposer la pâte pendant 1 heure entre deux feuilles de papier sulfurisé et à température ambiante.
- Façonnez la brioche, puis laissez gonfler pendant une nuit.
- Dorez la brioche avec le jaune d'œuf mélangé au café soluble. Laissez

pousser à température ambiante pendant 2 h. Enfouissez pendant 25 min à 170 °C.

- Préparez la brioche perdue. Mélangez le lait de coco et la cassonade. Coupez deux larges tranches de brioche et imbibez-les du mélange. Faites chauffer une noix de beurre dans une poêle. Disposez les tranches de brioche imbibées dans la poêle et faites rôtir 4 min sur chaque face jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
- Pour le dressage, disposez une tranche de pain perdu dans une assiette avec des zestes de citron vert et une boule de sorbet coco.

Cette recette est extraite du livre *Chaud*, de Victoire Loup aux éditions Human



Humans et Hachette Cuisines (19,90 €). Trente cuisinières et trente cuisiniers y donnent leur recette pour pécho. Photo : Victor Picon

Chaque jour, jouez avec la rédaction à **Pigeon Pigeon**, notre jeu d'ambiance préféré du moment. Une seule de ces propositions est vraie, les deux autres sortent de notre cerveau. Vous pouvez inventer vos propres réponses et nous les envoyer à jeux@20minutes.fr

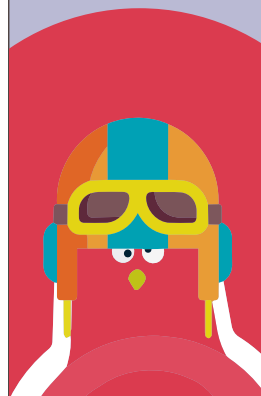
Question :

Les territoires gaulois pas encore conquis par les Romains étaient appelés...

1. Gaule chevelue
2. Gaule volante
3. Gaule Rit

Réponse :

La Gallia Comata ou Gaule chevelue désignait les territoires des Pyrénées au Rhin.



Le jeudi, écrivons à une de nos émotions :

Chère Joie,

On parle beaucoup de ton copain le bonheur, pourtant... il semble tellement inaccessible. Je suis sûr que c'est un chic type, mais, toi, tu es quand même plus abordable, moins prétentieuse, plus vraie. On peut t'inviter, à l'improviste, en regardant simplement le ciel, le sourire d'un enfant dans la rue ou en mangeant une tablette de chocolat (promis, pas entière !). Et on peut même te ressentir dans notre corps : les pommettes qui montent, les yeux qui se plissent, la poitrine qui se serre...

Enfin, il suffit d'un rien pour t'inviter.

Il suffit aussi, et surtout, d'être attentif à ce qui vient à nous. Je te jure, j'ai dû vachement m'entraîner avant de te rencontrer si souvent ! Alors, bien sûr, tu ne resteras pas pour toute la journée – non, tu es du genre à partir quand bon te chante. Mais ces moments à tes côtés sont si précieux que... ah, tiens, tu vois, même en écrivant cette lettre, tu es de retour. Un sourire se pose sur mon visage... Sur le vôtre aussi, qui sait ?

Concocté avec tendresse par Petit BamBou, que vous pouvez retrouver dans son app de méditation sur votre mobile pour cultiver calme et sérénité. Huit millions de personnes méditent guidées par ses experts !



Petit BamBou



QU'EST-CE QUE VOUS FICHEZ ?

Sur 20minutes.fr, nos lecteurs partagent avec nous leurs coups de cœur littéraires à travers une petite fiche. Aujourd'hui, c'est KRIS55 qui se livre :

« Ce qu'il me reste de toi »,
Stéphanie Scott (JC Lattès)

L'intrigue : Elevée par son grand-père, Sumiko Sarashina découvre des années après que sa mère, Rina, n'est pas morte dans un accident, mais a été tuée par un *wakaresaseya*. Peut-on aimer quelqu'un et pour autant le tuer ?

Pourquoi le lire ? Parce que l'esprit du roman japonais délicat et subtil est bien rendu par Stéphanie Scott, qui sait restituer l'ambiance, voire le style, pour nous emmener en voyage dans cette histoire. Parce que nous connaissons vite les fondements de l'histoire, mais nous sommes happés par la construction en flash-back à travers plusieurs points de vue pour dévoiler la tragédie.



Parce que ce roman, traduit de l'anglais, est inspiré du vrai procès d'un *wakaresaseya*, un briseur de couple (de *wakaresase* = séparer les couples et *ya* = professionnellement).

Parce que, si vous aimez voyager, si vous concevez qu'au Japon, l'amour et la mort sont liés, embarquez vous dans ce récit prenant.

MONEY JUNGLE, NOTRE FEUILLETON

David d'Équainville (éditeur et auteur) et Pascal Henry (journaliste d'investigation et réalisateur) inventent pour le compte de NBE éditions une série librement inspirée de faits réels, l'histoire d'une jeune avocate, fascinée par les complaisances achetées par l'argent, qui a choisi de suivre les appétits de son employeur milliardaire.

Résumé : Pour Oleg Chestov, acquérir le tableau « Le Christ en gloire » ressemblait à une action de grâce. Imaginez, l'une des rares œuvres de Léonard de Vinci encore accessible, même s'il fallait déboursier des dizaines de millions de dollars. Peu importaient les mises en garde et les doutes du marché de l'art sur l'authenticité de ce « Christ ». Il en était persuadé, il ne pouvait pas se tromper.

Jeu de hasard, jeu de vilain

Marcher d'un pas de milliardaire n'a pas la même allure que marcher d'un pas de milliardaire collectionneur de chefs-d'œuvre de l'histoire de l'art. Voilà à quoi avait pensé Chestov en décidant d'acquérir le « Christ » attribué par les vendeurs à Léonard de Vinci. Se croyant depuis longtemps

sous la protection de forces mystiques, sortir plusieurs milliards de Russie sans se trouver inquiété ni par la mafia ni par le pouvoir en place relevait effectivement du miracle. Il comptait sur l'aura du tableau pour continuer à lui porter chance. La part superstitieuse de son caractère, connue seulement de sa femme et de son avocate, Anna, qui aimait en flatter les contours, lui avait dicté ce coup. Un portrait du Christ qui vous bénissait en vous regardant était pour Chestov un grigri irrésistible. C'était son sale petit secret. Ils s'étaient toujours cru le plus malin, un joueur protégé par le destin. Mais maintenant qu'il avait vendu son Vinci à un prince arabe, en battant le record mondial des enchères pour une œuvre d'art, 460 millions d'euros, il ne pouvait pas se permettre de perdre la face à cause d'une expertise sur l'authenticité du tableau. Ce tour de force avait réussi à donner une valeur inestimable à un tableau dont personne n'avait jamais voulu pendant des années. En cas de problème, ce serait son marchand, Nicolas Haller, qui porterait le chapeau à sa place. Avait-il bien assuré la négociation du Vinci au visage quasi inexistant, dont seuls la main et le bras semblaient d'origine ?

« Penser à mettre Anna sur ce coup tordu », rumina Chestov. (à suivre)



VOS APPAREILS AUDITIFS

40% MOINS
CHERS*

En exclusivité

ASSURANCE incluse
Casse • Perte • Vol



+ chargeur OFFERT

*-40% sur le prix moyen constaté sur des gammes de modèles équivalents. Voir conditions en centre.

*" Et si l'appareil auditif
du futur était
entre vos mains dès
aujourd'hui ? "*



Votre centre Ideal Audition
à Nice (06)



Votre centre Ideal Audition
à Antibes (06)



37 Rue Pastorelli
06000 Nice
04 93 76 90 55



5 Bd du Président Wilson
06600 Antibes
04 97 04 97 61

Les grandes marques d'appareils auditifs au meilleur prix sur www.ideal-audition.fr

Horoscope



Bélier DU 21 MARS AU 20 AVRIL
Les belles journées vont se suivre.
Vous n'hésitez pas un instant à prendre
pleinement vos responsabilités.



Taureau DU 21 AVRIL AU 21 MAI
Vous savourez les plaisirs accessibles.
Vous vous rendez incontournable...
mais n'abusez pas de votre pouvoir.



Gémeaux DU 22 MAI AU 21 JUIN
Vous avez des désirs contradictoires.
Un changement d'organisation est nécessaire,
alors n'attendez plus pour agir.



Cancer DU 22 JUIN AU 22 JUILLET
Vous devriez être plus indulgent.
Vous avancez à grands pas au travail
et imposez votre rythme aux autres.



Lion DU 23 JUILLET AU 23 AOÛT
Vous êtes soupçonneux et possessif.
Mais aussi disponible pour les autres,
vous écoutez avant de donner un avis.



Vierge DU 24 AOÛT AU 23 SEPT.
L'amour vous ouvre d'autres horizons.
C'est le bon moment pour faire ce dont
vous rêviez depuis très longtemps.



Balance DU 24 SEPT. AU 23 OCT.
Vous pouvez enfin vous affranchir
de certaines contraintes matérielles.
La chance devrait vous sourire.



Scorpion DU 24 OCT. AU 22 NOV.
Côté projets, ne soyez pas impatient
malgré les circonstances favorables.
Vous êtes sociable et plein d'entrain.



Sagittaire DU 23 NOV. AU 21 DÉC.
Vous avez trouvé en votre partenaire
un confident qui écoute sans juger.
Le défi accepté, il vous faut le relever.



Capricorne DU 22 DÉC. AU 20 JANV.
Il y a une opportunité d'évolution amoureuse.
Sachez prendre les choses en main.
Vérifiez vos dossiers avant de les clore.



Verseau DU 21 JANV. AU 18 FÉV.
Votre vie amoureuse est au point mort.
Entourez-vous des bonnes personnes
si vous êtes sur un nouveau projet.



Poissons DU 19 FÉV. AU 20 MARS
Ne tentez pas d'imposer vos opinions.
On peut pleinement compter sur vous
et votre bonne volonté est appréciée.



Cerf-panthère PAS AVANT MIDI
Les prix sont cassés pour le Black Friday.
À 20 Minutes, c'est tous les jours de l'année.

**Retrouvez l'horoscope complet
sur le site et nos applis.**

Mots fléchés

FORCE I

CAGNOTTE	JOLIES FLEURS	A LE COURAGE	PRÉCIEUX À NOS YEUX	DÉPÔTS DE VAPEUR	CONTRÔLE D'APTITUDE À L'EMPLOI
TISSUS DE COTON	ANIMAL ANDIN	FAIS DU RAPÉ	ÉLEVÉE	CHÉRUBIN OU SÉRAPHIN	LUGUBRES
			PASSÉ AU PLUS PRÈS (A)		
RA-SUREES					
DISSÉMINÉE ÇA ET LÀ			MÉTAL NOBLE POUR UN BIJOU		
CORDES À NŒUD				ENTRE L'EST ET LE SUD	
MOT POUR DESIGNER					ACQUISE POUR QUELQUES EUROS
	SA VENUE FAIT PLAISIR AU VENDEUR	20 minutes « TEXTO BINGO » 500€ À GAGNER PAR SEMAINE Envoie par SMS VRAI ou FAUX au 71717 * Le nom de Lady Gaga est-il une référence à la chanson de Queen Radio Ga Ga ?			BONNE ACTION
RACING-CLUB					ARME D'INDIEN
OU BEAU					
					EXCLAMATIF ET IRONIQUE
CHAMP OÙ BROUENT LES VACHES	QUI RESPIRE LA GAÏÉTÉ				PASSAGE À SEC
		AJOUTE UN DÉCOR	TROP PRUDENT	PLATS DE LÉGUMES ÉCRASÉS	PETIT CANONISÉ
		ASSISTANCE		BREF	SAINT DE NORMANDIE
MAL PRO-NONCÉE					
TARTE AUX POMMES			EMPREINT DE TRISTESSE		
			BEIGNET EXOTIQUE		
IL REÇOIT DES BUCHES DES L'HIVER VENU	DÉTACHÉ				
	AXE SUR UNE CARTE				
			PREND DES CHEMINS DETOURNÉS		
INDIQUE LA MANIÈRE COMME LA MATIÈRE					
			DIFFUSES SUR LES ONDES		

Sudoku

FACILE

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

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

SOLUTION

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



L. Abou Manssour / 20 Minutes

20 minutes

À VOIR AUSSI

« Ma tête et moi »
Le dessinateur
Théo Grosjean
parle-dessine
son trouble anxieux
généralisé



2,3 millions de lecteurs par jour (journal),
20 millions de lecteurs par mois
(tous supports, print et numérique).
Source : étude ACPM OneNext 2021 V4.
Adresse : Carré Champerret, 28-32, rue Jacques-
Ibert, 92300 Levallois-Perret.
E-mail : info@20minutes.fr Tél. : 01 53 26 65 65

Édité par 20 Minutes France, SAS au capital
de 5 776 544 €, RCS Paris 438 049 843
Actionnaires : Société d'investissements et de
participations (Sipa), Rossel France Investissement
Président, directeur de la publication :
Frédéric Daruty de Grandpré
Directrice de la rédaction : Armelle Le Goff

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

CO₂ émis par tonne de papier distribué.
© 20 Minutes France, 2021. Dépôt légal :
à parution. N° ISSN : 2109-134X, 1777-8301,
2269-1818, 2269-1677, 2269-1758, 2269-1799,
2269-1812, 2269-1820, 2269-3211, 2269-3238,
2269-3343/2269-1820, 2269-3211, 2269-
3238, 2269-3343



ACPM



autorité de régulation professionnelle de la presse

TF1
21 h 05 Série**REBECCA**

Saison 1 (2 épisodes). Avec Anne Marivin. Rebecca doit mener un double jeu après la découverte du corps de Laetitia par la police. Rebecca comprend que son mari lui ment depuis longtemps.

23 h 15 Série **ESPRITS CRIMINELS**
« Vengeance codée ». Saison 13 (13/22).

FRANCE 2
21 h 10 Magazine**ENVOYÉ SPÉCIAL**

« Madagascar : la famine climatique / Les damnés du froid ». Présenté par Elise Lucet.

De plus en plus de Français ont froid. Nathalie et son fils Noah vivent dans une maison HLM et ne chauffent que quelques heures par jour.

23 h 00 Magazine **COMPLÈMENT D'ENQUÊTE** « France-Egypte : révélations... »

FRANCE 3
21 h 05 Film**HOSTILES**

Western de Scott Cooper (2017).

Avec Christian Bale.

En 1892, alors que les guerres indiennes touchent à leur fin, un capitaine de l'armée américaine escorte un chef cheyenne sur sa terre natale pour y mourir.

23 h 15 Docu **LA MAISON DES CIMES**
C'est l'histoire d'un projet fou, né au sein d'un village.

FRANCE 5
20 h 55 Docu**KROMDRAAI, À LA DÉCOUVERTE DU PREMIER HUMAIN**

De Cédric Robion.

La découverte d'ossements datant de 2,5 millions d'années sur le site de Kromdraai, en Afrique du Sud, pourrait permettre de lever le voile sur les origines de l'humanité.

22 h 35 Magazine **C CE SOIR**
Présenté par Karim Rissouli, Thomas Snégaroff.

M6
21 h 05 Téléréalité**LE MEILLEUR PÂTISSIER**

« 50 nuances de crème ».

Présenté par M. Portolano.

Invité : Maxence Barbot. C'est le retour des 50 nuances de crème. Les candidats doivent réaliser des pâtisseries coquines et gourmandes.

23 h 30 Cuisine **LE MEILLEUR PÂTISSIER : GÂTEAUX SUR COMMANDE**

OCS
Film**LOOKING FOR ERIC**

Infatigable cinéaste de l'injustice sociale, Ken Loach s'essaye à un nouveau genre. Le film raconte le quotidien d'un postier de Manchester fan de foot, plein de regrets et d'inquiétudes pour les enfants de son ex-femme, deux ados aux mauvaises fréquentations. Tout l'univers de la « working class » est au rendez-vous... avec un soupçon de surnaturel.

ARTE
20 h 55 Série **DÉRAPAGES**

Saison 1 (4/6).

Avec Eric Cantona.

La prise d'otages n'était qu'un écran de fumée visant en réalité à détourner 22 millions d'euros.

CANAL +
21 h 11 Série **AMERICAN RUST**

Saison 1 (1/9).

Avec Jeff Daniels.

Dans une petite ville pauvre de Pennsylvanie, un corps est découvert dans l'acierie désaffectée.

C8
21 h 22 Humour **VIDÉO GAGES**

Présenté par Cyril Hanouna.

La bande de « Touche Pas à Mon Poste ! » a répondu présent pour vivre ou revivre ensemble les séquences et images cultes qui vous ont fait

W9
20 h 50 Football **LIGUE EUROPA**

5^e journée, groupe B : Monaco-Real Sociedad.

En direct.

L'AS Monaco reçoit le club espagnol de la Real Sociedad dans un match déterminant.

TMC
21 h 15 Film **JUPITER : LE DESTIN DE L'UNIVERS**

Film de science-fiction des sœurs Lilly et Lana Wachowski (2015).

Jupiter Jones découvre son destin.

TFX
21 h 05 Film **OCEAN'S TWELVE**

Comédie policière de Steven Soderbergh (2004). Un cambrioleur américain tente d'enrôler un douzième comparse en vue d'effectuer quelques casses en Europe.

Tente ta chance au Memory pour gagner l'un des nombreux lots!

pour participer, flashe le QR code

DUCALE
le jeu français

Plaisir d'offrir, mais pas toujours joie de recevoir

Avec leur message sous-jacent, certains cadeaux technologiques peuvent créer le malaise



Christophe Séfrin

Smartphones, montres connectées, enceintes Bluetooth... feront sans doute partie des objets technos les plus offerts d'ici à la fin de l'année. Mais d'autres appareils tout aussi affriolants pourraient être moins bienvenus. « Ma copine m'a offert une balance connectée l'an dernier, j'ai bien compris qu'elle voulait que je perde du poids », raconte Tristan, entendu dans une conversation entre potes sur une terrasse parisienne. Alors, pour éviter quelques moments de solitude, voici des mots d'excuse du père Noël, ainsi que des alternatives no-tech.

LE PLUS UTILE (MALGRÉ TOUT) : DÉFROISSEUR PHILIPS 3000 SERIES. Prêt à l'emploi en trente secondes, ce défroisseur manuel ne se substitue pas à un fer à repasser ou à une centrale

vapeur. Son débit vapeur n'est que de 20 g/min. C'est trente fois moins que les meilleures centrales vapeur ! La vocation de l'appareil reste de rafraîchir rapidement les étoffes, comme une chemise, une jupe, un foulard. Prix : 37,99 €.

Le mot d'excuse du père Noël : « Au moins comme ça, tu ne me demanderas plus de sortir la planche à repasser. »

L'alternative no-tech : une chemise 100 % coton popeline sans repassage, dénichée chez Seidensticker.



LE PLUS COUILLU : TONDEUSE BALLS D'EDWARD VENTURES LTD. « Les boules lisses ne sont pas seulement pour Noël. » Le communiqué de presse annonçant le lancement de ce produit ne laisse la place à aucune ambiguïté. À réserver pour l'entretien des parties intimes masculines, la tondeuse Balls



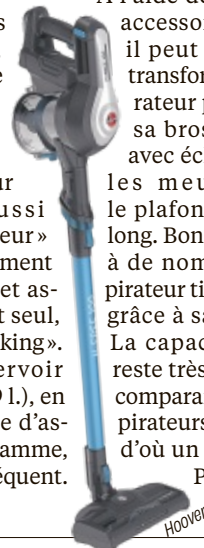
se veut un outil de prédilection pour ne pas « paraître négligé ». Et si d'aventure bobo sur les boules il y avait, la tondeuse vous pourriez renvoyer pour être remboursé. Prix : 64 balles.

Le mot d'excuse du père Noël : « C'est un cadeau écolo, le constructeur de cet appareil plante un arbre à chaque tondeuse vendue. »

L'alternative no-tech : un boxer de la marque Le Slip français.

LE PLUS INSPIRANT : ASPIRATEUR SANS FIL HOOVER HF122PTA. Avec une autonomie de quarante minutes et un poids assez contenu (2,6 kg), cet aspirateur sans fil et sans sac est modulable.

À l'aide de ses différents embouts, il peut tour à tour se transformer en aspirateur pour le sol avec sa brosse rotative et éclairage LED, pour les meubles, le plafond avec son « suceur » à de nombreux autres, cet aspirateur tient grâce à sa position « parking ». La capacité de son réservoir reste très honorable (0,9 l.), en comparaison avec les autres aspirateurs balais d'où un vidage moins fréquent. Prix : 169,99 €.



Le mot d'excuse du père Noël : « Ça ne prendra plus que dix minutes par jour pour faire le ménage, au lieu d'une heure par semaine. »

L'alternative no-tech : un contrat ménage à domicile chez O2.

LE PLUS FIT : PÈSE-PERSONNE CONNECTÉ MASTER COACH DE TERRAILLON. L'outil idéal pour venir à bout des kilos amassés pendant les confinements. Le pèse-personne Master Coach mesure et affiche de nombreux indicateurs : le poids, l'écart de poids avec la précédente pesée, l'indice de masse corporelle (IMC), la masse grasse, la masse musculaire, la masse hydrique, et la masse osseuse.

Il est donc aussi utile dans le cadre d'un simple régime que dans le cadre d'un usage sportif pour constater si l'on a pris du muscle... Contrairement aux balances connectées Bluetooth, qui nécessitent de lancer une application sur son smartphone, l'appareil fonctionne en wifi. Il synchronise donc ses données dans le cloud automatiquement. C'est un vrai plus. Prix : 49,99 €.

Le mot d'excuse du père Noël : « Au moins, cette année, tu pourras tenir tes résolutions... du 1^{er} de l'an. »

L'alternative no-tech : un abonnement de trois mois chez Fitness Park.



20 minutes

« TEXTO BINGO »

500€ À GAGNER PAR SEMAINE

Envoie par SMS VRAI ou FAUX au 71717 *

Le nom de Lady Gaga est-il une référence à la chanson de Queen Radio Ga Ga ?

* Règlement du jeu disponible sur <http://20min.fr/reglement-texto> (2 x 0,75€ + prix d'un sms)

Philips monte le son pour mieux broser les dents

C.S.

Smile ! Avec sa brosse à dents Sonicare 2100, Philips tente d'attirer dans ses filets les consommateurs qui n'utilisent pas encore de brosse à dents électrique. Vendu 29 € seulement, l'appareil veut ainsi démocratiser l'usage de ce type de solution pour favoriser l'hygiène buccodentaire. Déballée, la Sonicare 2100 est prête à l'emploi. Fournie avec son chargeur USB à induction, la brosse à dents au design joliment effilé n'attend plus que l'on emboîte sur son manche sa tête de brosse, qu'on lui applique une noisette de dentifrice et qu'on l'allume.

Attention, ça chatouille !

Quiconque n'a jamais utilisé ce type de brosse à dents s'étonnera de son bruit un peu strident, mais aussi des vibrations de sa tête de brosse. Une fois en bouche, on est d'ailleurs déconcerté par la sensation première qu'elle procure, comme des chatouillements.

La brosse à dents Sonicare 2100 utilise la technologie « sonique », également défendue par Panasonic. Celle-ci se différencie de la technologie



L'appareil utilise la technologie sonique. Philips

« oscillo-rotative » d'autres appareils. Avec une brosse à dents sonique, la tête de brosse est de forme ovale et effectue un nombre considérable de micro-oscillations, que l'on ressent comme des vibrations. D'où cette impression de chatouillements. En termes d'efficacité, les brosses à dents soniques sont particulièrement recommandées pour éliminer plus facilement la plaque dentaire.



BLACK FRIDAY

Du 24 au 28
novembre 2021 inclus



JUSQU'À
-20%
SUR TOUS
NOS CAFÉS*



NESPRESSO

BLACK FRIDAY = VENDREDI FOU

NESPRESSO France SAS - SIREN 382 597 821 - RCS Paris 27 rue du Colonel Pierre Avia, 75015 Paris. *Offre valable en France métropolitaine du 24 au 28 novembre 2021 inclus, voir modalités complètes sur [Nespresso.com](https://www.nespresso.com)



Remise du prix littéraire « 20 Minutes » à Giselda Gargano, dans les locaux de Prisma Media, à Gennevilliers (Hauts-de-Seine), mardi. O. Juszcak / 20 Minutes

« L'Ultime Frontière » entre engagement et désenchantement

L'épopée de Giselda Gargano, qui entremêle le destin des membres d'une ONG humanitaire, **prix « 20 Minutes » du roman 2021**, sort ce jeudi en librairie



Stéphane Leblanc

L''Ultime Frontière ? « Un récit aussi poignant que passionnant », selon l'écrivain Maxime Chattam, président du jury du prix 20 Minutes, dont les mots éclairent le bandeau de couverture du beau roman que Giselda Gargano sort ce jeudi en librairie, aux éditions Nouveaux Auteurs. L'autrice italienne avait remporté ce prix 20 Minutes du roman à la rentrée.

Elle plonge son lecteur dans un monde en guerre, dans lequel les destins individuels, aussi touchants soient-ils, comptent moins que le combat que chacun mène pour sauver des vies. Peu importent les lieux et les époques : entre le Vietnam des années 1970, la Bosnie des années 1990, la République démocratique du Congo des années 2000 et aujourd'hui, rien n'a changé, ou si peu.

« Les situations racontées dans le livre sont inspirées de la réalité, souligne Giselda Gargano, ancienne journaliste pour une association

humanitaire. Mais les personnages sont inventés. » Un chirurgien vétérinaire du Vietnam, son fils casque bleu, une infirmière rescapée de la guerre de Bosnie, la direction d'une ONG à Paris, quelques têtes brûlées sur le terrain. Des endroits où, quand la mort frappe, c'est rarement joli-joli.

L'influence d'« Apocalypse Now »

« L'Ultime frontière, c'est celle que l'aide humanitaire repousse pour aller secourir les peuples en guerre, explique l'autrice. Mais c'est aussi celle que les pays referment dès qu'une menace point à l'horizon. » On pense crise sanitaire ou crise migratoire, mais la frontière du titre n'est pas que géographique. « J'ai pensé à celle que l'on bâtit dans sa tête ou dans son corps. L'Ultime frontière, c'est celle que l'on traverse quand on passe de la vie à la mort », précise Giselda Gargano, qui évoque aussi les frontières entre la raison et la folie. « À l'origine, le roman devait s'appeler "Border Line", pour la référence au profil psychologique, ajoute-t-elle. Parce que, pour faire ce métier-là, il faut être borderline. »

Dans son récit, parfois fragmentaire, éclaté comme des séquelles de blessures de guerre qui peinent à cicatriser, on sent le côté assourdissant des armes, les effets du stress et la fatigue, jusqu'à l'étourdissement. Giselda Gargano excelle pour mettre des images dans la tête de ses lecteurs. Parmi ses influences,

elle cite *Apocalypse Now* (pour le Vietnam), bien sûr. Mais aussi *Au cœur des ténèbres* (Congo) ou *No Man's Land* (Bosnie). Elle a du mal à remettre des titres sur tous les films auxquels elle pense. On lui glisse *La Ligne rouge*, de Terrence Malick, ou *Underground*, d'Emir Kusturica. Son visage s'éclaire : « Mais oui, cette façon si particulière de mettre en scène les animaux ! »

Sans doute parce que l'autrice n'est pas francophone de naissance, son écriture n'est pas galvaudée, et son expérience la pousse à éviter les clichés.

« En guerre, il n'y a ni gentils ni méchants », rappelle

Giselda Gargano, dont le roman n'épargne pas les enfants. Venue d'Italie pour étudier en France, à

l'âge de 25 ans, l'autrice a appris à écrire le français avant de le parler. Mais elle avait déjà des idées bien arrêtées : « Si j'ai choisi la France, c'est pour sa réputation de terre d'asile, avec des valeurs et un savoir-faire que j'admire. »

Les réalités géopolitiques l'ont fait déchanter : « J'avais besoin de parler de tout ça, non pas pour régler mes comptes, mais pour faire un bilan. » Il est teinté d'impuissance, comme si la guerre condamnait l'être humain à refaire les mêmes erreurs, et que le monde d'après ne pouvait se construire que sur des sables mouvants.

Benoît Magimel fait du bien avec des larmes



Caroline Vié

En malade atteint d'un cancer incurable dans le film *De son vivant*, d'Emanuelle Bercot, sorti mercredi au cinéma, Benoît Magimel émeut aux larmes. Entre Catherine Deneuve et Cécile de France, il livre une performance remarquable dans ce mélodrame présenté hors compétition à Cannes en juillet. « Peu de scénarios m'ont autant ému, a-t-il confié à 20 Minutes. Après avoir lu l'histoire, je me suis assis par terre pour réfléchir. J'ai été comme assommé par le choc frontal que subit cet homme quand il apprend qu'il ne lui reste que quelques mois à vivre. Je me suis demandé si j'aurais la force d'affronter une telle vérité. »

Pour aborder ce rôle, il s'est identifié le plus possible au personnage, jusqu'à se métamorphoser physiquement : « J'ai fait trois régimes, durant lesquels j'ai perdu 20 kg à chaque fois, ce qui fait 60 au total sur un an. Je me suis aussi fait arracher des dents sur pivot pour paraître émacié. »

Mais les spectateurs auront-ils envie de voir un film aussi triste après des mois de pandémie de Covid-19 ? « Pleurer au cinéma, ça fait du bien, répond l'acteur. C'est ce qui explique que les mélodrames ont autant de succès. On ressort de ce film avec l'idée que la vie vaut la peine d'être vécue. »



La saison 2 d'Euphoria à voir

le 10 janvier. Enfin ! La deuxième saison d'*Euphoria* sera lancée le 10 janvier en France sur OCS.

La crise sanitaire du Covid-19 avait causé un report du tournage du teen show sombre et désenchanté, qui avait fait forte impression en 2019.

Pascal Dusapin, l'un des compositeurs contemporains français les plus joués au monde, va présenter une création mondiale d'opéra inspirée de la Divine Comédie, de Dante, pour l'édition 2022 du Festival d'art lyrique d'Aix-en-Provence.

Changement de présidente au Festival de Salzbourg. La juriste Kristina Hammer va succéder à Helga Rabl-Stadler à la tête du Festival de Salzbourg, cette dernière tirant sa révérence après vingt-sept ans de règne.

Paris est tombé face au premier venu

S'il s'est qualifié pour les 8^{es} de finale de C1, le **PSG** finira 2^e de son groupe, après la défaite contre Manchester City (2-1)



De notre envoyé spécial à Manchester, **Aymeric Le Gall**

Bouffés de la première à la dernière minute par une équipe de City so sexy, les Parisiens ont logiquement été battus mercredi soir (2-1), même si l'ouverture du score de Mbappé nous a un temps laissé croire à la possibilité d'un vol à main armée. Si Paris est cependant d'ores et déjà qualifié pour les 8^{es} de finale de Ligue des champions, il faudra faire mieux, beaucoup mieux.

PARIS MIRACULÉ. « Fluctuat Nec Mergitur. » Battu par les flots, mais qui ne sombre pas. Pendant la première période, le PSG n'a jamais aussi bien représenté la devise de sa ville. Privés de Verratti après la 975^e blessure de sa carrière (à une vache près), les Parisiens se sont fait rouler dessus par

City et on ne sait pas encore par quel foutu miracle ceux-ci sont rentrés aux vestiaires à 0-0. On a d'ailleurs arrêté de compter les vagues bleues au bout d'un moment, tellement ça en devenait gênant. On se serait cru à la pointe du Raz un jour de tempête. Ici un genou salvateur de Kimpembe ou un tacle de Marquinhos, là une parade de Navas, rien à faire, on ne passe pas.

CITY OUTRAGÉ. Le pire, dans tout ça, c'est que le PSG aurait bien pu réaliser le hold-up du siècle si Mbappé n'avait pas manqué son enroulé du droit à la 45^e. Mais, pas de panique, celui-ci allait finir par arriver. À la manière du PSG cette saison, sur un contre éclair, en ne comptant que sur le talent de sa MNM. Trouvé au second poteau par Messi, après un faux appel délicieux de Neymar, « Kyky » venait éteindre un stade qui n'en croyait pas ses yeux (50^e). Et si, finalement, c'était Pochettino qui avait raison depuis le début ? À quoi bon avoir du style quand on peut se contenter de gagner. Sale, certes, mais de gagner quand même.



Gabriel Jesus a inscrit le but de la victoire pour Manchester City face au PSG. *Q. Scarff / AFP*

LE FOOT A GAGNÉ. La vérité, c'est que le football a ça de juste qu'il récompense plus souvent ceux qui le respectent : ceux qui jouent. Quinze minutes après l'ouverture du score, Sterling venait rendre justice aux dieux du ballon en coupant un ballon mal dégagé, avant que Gabriel Jesus n'en remette une couche, merveilleusement servi par Bernardo Silva (76^e). À l'arrivée, les Parisiens sont tout de même assurés de voir les 8^{es}, mais avec plus d'idées et un minimum de structure, sinon autant laisser sa place à un autre.

Le Real se balade, Dortmund cale

Surpris au Bernabeu fin septembre par les Moldaves (1-2), le Real Madrid n'a pas fait dans la demi-mesure contre le Sheriff Tiraspol. Les Merengues se sont imposés largement (0-3), grâce notamment à un but de Karim Benzema. Les Madrilènes sont leaders de leur groupe, devant l'Inter. Le Borussia Dortmund, de son côté, ne verra pas les huitièmes de finale après sa défaite au Portugal, face au Sporting de l'ancien Parisien Pablo Sarabia (3-1).

Ce n'est pas la fête de la fédération



William Pereira

Partir dans un sens et repartir brusquement dans l'autre. Au foot, on appelle ça un appel contre-appel. S'il est vrai que Noël Le Graët n'a plus l'âge de claquer des sprints, les différentes prises de position du président de la FFF dans l'affaire dite de la sextape prouvent qu'il maîtrise le concept. Reconnaissions-lui de n'avoir pas changé de cap depuis un mois : Karim Benzema a fait son retour en bleu à l'Euro, et il n'est pas question de laisser un tribunal correctionnel – celui de Versailles, qui l'a condamné mercredi à un an de prison avec sursis et 75 000 € d'amende pour complicité de tentative de chantage – couper court à la belle histoire.

La FFF écornée depuis plusieurs mois

Le Graët a donc déclaré, mercredi dans *L'Équipe*, qu'« en ce qui concerne la fédération il n'y a aucun changement. Il reste sélectionnable. » Un choix comme un autre si on omet de rappeler la mise au ban de Benzema pendant cinq ans, conséquence directe de la prise de position de NLG avant l'Euro 2016. Il avait alors déclaré l'attaquant non sélectionnable « jusqu'à ce que la situation judiciaire évolue ». Appel contre-appel. Et celui-ci n'est pas pour servir

l'image d'une fédé écornée depuis plusieurs mois. L'an passé, une enquête du *New York Times* faisait état d'« une culture d'entreprise toxique » au sein de la FFF. Fin octobre, la fédération, qui avait manqué à ses obligations, a été condamnée à payer 10 000 € de dommages et intérêts pour des faits de « harcèlement sexuel » sur une ex-salariée. Autre problème : dans un contexte économique moins reluisant qu'auparavant, le groupe TF1-M6, détenteur des droits TV des matchs des Bleus, a répondu à l'appel d'offres pour la période 2022-2028 par une proposition estimée

à 2,5 millions d'euros, soit 1 million de moins que le prix payé actuellement. Une offre poliment refusée. Le Graët est aussi parti en croisade contre le contrat qui lie les Bleus au Stade de France, qu'il ne renouvellera « jamais de [sa] vie ». Le tableau est sombre, mais pas tout noir. Le Graët peut toujours se réjouir du « plus beau contrat du monde » signé avec Nike : 50,5 millions d'euros annuels sur la période 2018-2026. Ce qui pourrait permettre à la FFF de « présenter un budget équilibré pour l'année 2021-2022 », selon l'intéressé dans *Le Parisien*. Enfin, le plan social à la FFF a finalement concerné moins de salariés que prévu. Preuve que changer d'avis a aussi du bon.



La FFF, dirigée par Noël Le Graët, ne brille pas par sa cohérence sur le dossier Benzema. *F. Fife / AFP*



Gasquet préféré à Gaston. Le Biterrois complète l'équipe de France de Coupe Davis, qui entre en lice ce jeudi face à la République tchèque. Gasquet rejoint Rinderknech, Mannarino, Mahut et Herbert.

Les matchs des équipes de France de basket masculine et féminine seront diffusés par France Télévisions jusqu'à la Coupe du monde 2023 comprise. Premier rendez-vous vendredi avec France-Monténégro.

L'Australie proche d'obtenir l'organisation du Mondial 2027 de rugby. L'Australie et l'Angleterre ont obtenu le statut de « candidat préférentiel exclusif » pour organiser respectivement la Coupe du monde 2027 masculine de rugby et le Mondial 2025 féminin.

L'ex-international italien Fabrizio Miccoli, passé par Palerme ou la Juve, a été condamné définitivement à trois ans et demi d'emprisonnement pour extorsion dans un cadre mafieux. Il s'est présenté de lui-même devant un établissement pénitentiaire mercredi.



matelas
Altesse
140 x 190 cm

~~1139€~~
569€
dont 10€ d'éco-participation



BLACK FRIDAY

JUSQU'À
-50%⁽¹⁾

DU 20 AU 30 NOVEMBRE 2021

Matelas SIMMONS ALTESSE, 682 ressorts ensachés Sensoft®, soutien progressif, Système NoFlip® (ne se retourne pas), garnissage lin et ouate, Système Tript'Air®. Coutil Jacquard 68% Viscose et 32% Polyester. Traitement anti-acariens et antibactérien. Fabrication française. (1) Offre valable sur une sélection de produits signalés en magasin et dans la limite des stocks disponibles.

[LACOMPAGNIEDULIT.COM/MAGASINS](https://lacompaniedulit.com/magasins)