

# ESPRIT femme

n° 3

Juin 2004

1€  
au lieu  
de 1,50€  
NOUVEAU

MÈRES  
FILLES

Les voies de la  
réconciliation

Saga inédite :

GRACE DE MONACO

De la splendeur  
à la solitude...

Couple, enfants, carrière...

Laurence  
Ferrari

## Les clefs d'une vie réussie

Méthode  
douce  
QUAND LE  
RÊVE SOIGNE

En finir avec  
LES AVENTURES  
SANS LENDEMAIN

Dans la tête  
de VINCENT  
PEREZ

535 IDÉES, CONSEILS, ASTUCES ET MÉTHODES POUR SIMPLIFIER  
SON QUOTIDIEN ♦ MIEUX S'ORGANISER ♦ GAGNER DU  
TEMPS ♦ SUIVRE LES TENDANCES ♦ S'ÉVADER ♦ FAIRE  
PLAISIR ♦ CUISINER ♦ SE SENTIR BIEN DANS SA PEAU...

M 06229 - 3 - F: 1,00 €



État d'esprit

# «Ma réussite naturelle»



© CAROLE BELLAÏCHE/AR&K - DOUD - F. FERRANTI/R. LAFFONT

Jamais je n'aurais pu m'accomplir sans une **famille**. Celle dont je viens et celle que j'ai créée. En vous enracinant dans le monde, la famille vous donne **la solidité**. Ensuite on peut construire une carrière forte. Nous avons tous **plusieurs existences** : être **femme**, être **mère**, le travail, la maison... Ces vies doivent communiquer sans s'écraser. Réussir est autant une question d'ambition que d'**harmonie**. Il faut savoir tracer des limites, respecter ses priorités. Je ne veux rien lâcher de ce qui m'est important. Réussir n'est pas un phénomène, c'est le **naturel** de l'existence.

Laurence Ferrari

p. 28

### En finir avec les aventures sans lendemain



Jolie, sociable, gaie, à 35 ans, Sophie a tout pour plaire. Elle n'a d'ailleurs pas de problèmes pour attirer les hommes. Le hic, c'est pour les retenir. Voici son témoignage. **p. 40**

### «Savoir s'affranchir de son passé»

Psychiatre et psychothérapeute célèbre, Catherine Bensaid parle avec des mots qui viennent du cœur. De la souffrance, du bonheur, de mieux vivre avec soi-même et avec les autres. **p. 56**





## Couple, enfants, carrière...

# Laurence Ferrari **les clefs** d'une **vie réussie**

Fraîche, fluette, énergique, disponible, Laurence Ferrari a un mari, deux enfants et un métier. Dans ce triangle parfait, elle a bâti une vie d'équilibre. Absorbée et indépendante, engagée et libre. Cran à cran, elle est maintenant une baronne de l'empire TF1. En quinze ans, la petite Savoyarde débarquée à Paris un matin d'automne 1989 est devenue Madame Thomas Hugues, à l'antenne comme à la ville, et rivale de Claire Chazal au 20 heures. Sans jamais perdre ni la tête ni le sourire. À 37 ans, elle a multiplié les

expériences. Bûcheuse, ambitieuse, perfectionniste. Mais aussi intime et sage. Depuis toujours, la famille est son rempart, sa source, son moteur. Elle raconte son parcours, l'exemplaire réussite d'une femme d'aujourd'hui. Comment tout concilier sans rien sacrifier ? Être mère, épouse, femme de tête et de carrière ? Sans oublier de s'engager dans la vie associative et de jouer Chopin au piano. Mais comment fait-elle ? ■

PAR JEAN-FRANÇOIS KERVÉAN

1993

**OUI!!!**  
Mariage avec Thomas Hughes, le 9 août. Aucun photographe de presse n'était présent.



2000

**COTILLON!**  
*La Nuit du Millenium*, le 1<sup>er</sup> janvier, une nuit d'antenne pour entrer dans le millénaire avec Thomas Hughes.



2002

**LA GRAND-MESSE**  
Le 26 juillet, au beau milieu des vacances d'été, elle assure son premier 20 h sur TF1.



© SIPA - TF1

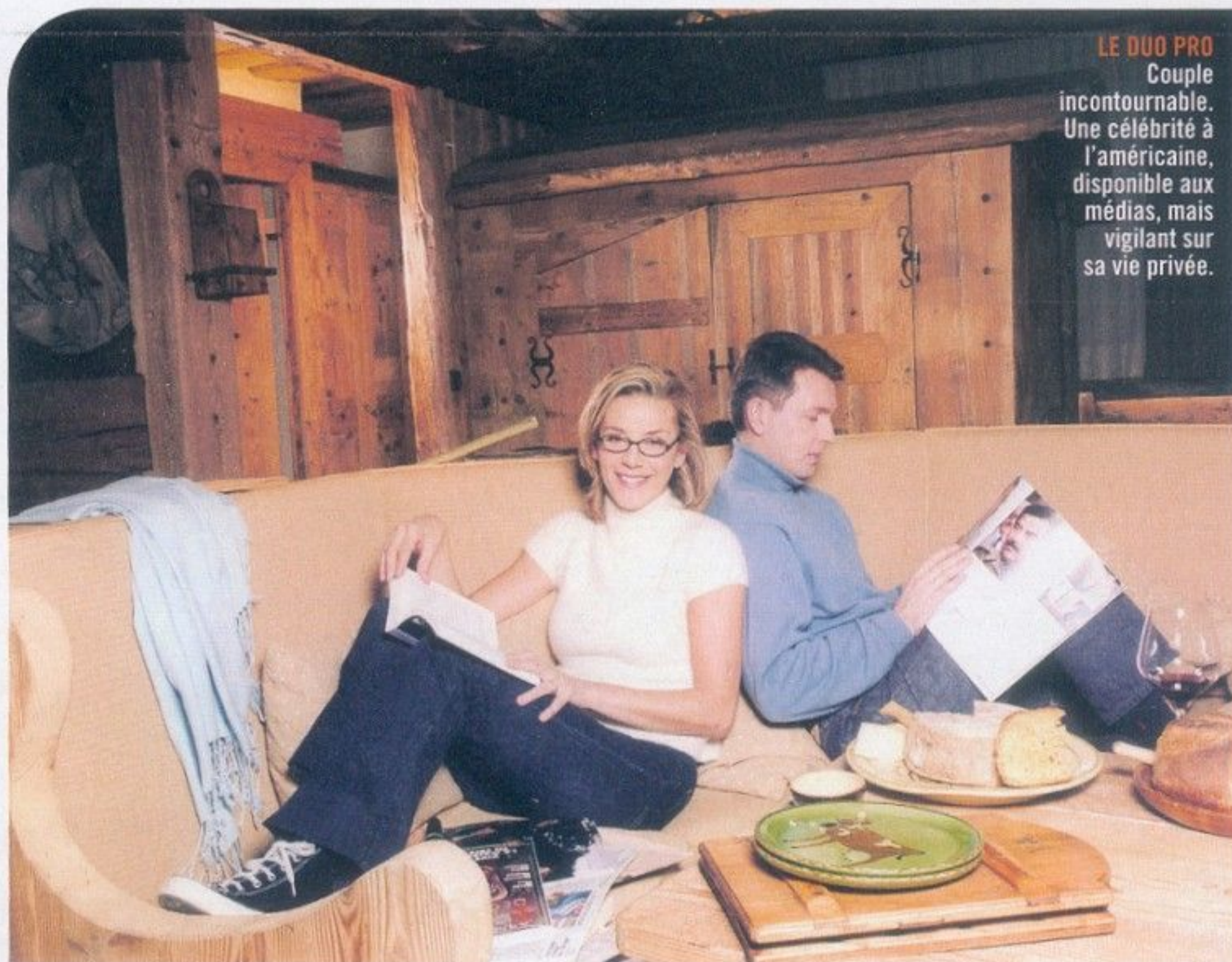
© FRÉDÉRIQUE VEYSSET/H&K



**HOME SWEET HOME**  
Chez elle, du blanc, des rires d'enfants, un piano... à 20 heures, elle coupe son portable et vit sa vie à elle.

Scan : Pimprenelle - [www.huguesferrarifcfm](http://www.huguesferrarifcfm)





**LE DUO PRO**  
Couple incontournable. Une célébrité à l'américaine, disponible aux médias, mais vigilant sur sa vie privée.

**Esprit Femme :** Vous donnez l'impression de pouvoir tout gérer avec énergie et naturel...

**Laurence Ferrari :** Mon dieu, ça me ferait peur. En fait, je n'ai pas voulu me cantonner au sacerdoce du JT. J'ai toujours eu envie d'une troisième voie, entre l'information et le divertissement. On m'a dit : « Attention, tu vas brouiller ton image. » Moi je ne compose pas de personnage, je suis ce que je suis. On ne peut pas tricher avec les gens. Ça n'a pas vraiment été simple, en gardant

7 à 8 avec Thomas, d'exister en me lançant dans *Vis ma Vie*.

« Moi, je ne compose pas de personnage... On ne peut pas tricher avec les gens »

**E.F. :** Jeune, vous aviez cette obsession de réussir, de devenir une journaliste célèbre ?

**L.F. :** Non, je n'ai jamais rêvé d'être journaliste, je voulais être chirurgien, sauver des vies ! Et puis d'un coup, j'ai trouvé. La révélation. En mettant les pieds à la rédaction d'Europe 1 pour un stage. J'avais 20 ans et j'ai tout de suite compris. Pour moi ce serait ça : journaliste.

**E.F. :** Vous en avez voulu ou les choses se sont faites d'elles-mêmes ?

**L.F. :** Zéro piston. J'ai débarqué de ma Savoie natale sur *Le Téléphone rouge* d'Europe 1, pour répondre aux auditeurs. Peu à peu, j'ai réussi à avoir des infos, à faire des papiers. J'ai toujours eu la rage.

**E.F. :** La rage du pouvoir ?

**L.F. :** Jamais. Celle de me surpasser. Tout ce qui me paraissait impossible, j'y allais. Faire un papier à l'antenne, puis un direct, puis un journal... Chaque étape me paraissait infranchissable, et pourtant je me fixais sans cesse l'objectif suivant.

**E.F. :** Vous êtes une adepte du toujours plus ?

**L.F. :** Toujours plus loin. Il y aura peut-être un jour où il n'y aura plus de plus... L'ambition à ceci de terrible qu'elle détruit tout ce qu'elle atteint. Une fois que l'on est arrivé à ce qu'on espérait, il se passe quoi ? Là intervient l'épanouissement personnel. Un espace intime vous sauve d'une dérive possible.

**E.F. :** Vous vous définiriez comme une bosseuse ?

**L.F. :** Je fais partie de ces fêlés pour qui travailler est moins ennuyeux que s'amuser. Réussir, c'est d'abord être là où on voulait être. Cette force vous porte. Je ne crois pas au cynisme. Pour moi, chaque jour est différent. L'inconvénient, c'est que j'ai beaucoup de mal à décrocher de l'info. Je monte dans une voiture, clic, j'allume l'autoradio. Je vois un kiosque, hop, j'achète de la presse.

**E.F. :** Cette conquête professionnelle vous a permis de vous épanouir personnellement ?

**L.F. :** Non, c'est l'inverse. Ma vie de femme, je l'ai accomplie en dehors de ce métier, même si je suis mariée à un homme d'information. En même temps, j'ai la sensation d'avoir d'abord construit mon couple, ma famille. Cet équilibre m'a permis de m'épanouir dans mon métier. Le but, c'est que vos deux vies, professionnelle et intime, s'épaient et se répondent.

**E.F. :** Pour vous, la famille est le socle d'une vie ?

**L.F. :** La famille d'où l'on vient et la famille que l'on se crée. Sans le cocon familial, je ne pourrais pas être aussi sereine à l'antenne. Quand mes enfants me voient par-

tir le matin, je leur dis : « Je vais m'éclater dans mon travail et je vais rentrer ravie. » Ils comprennent et me disent : « Vas-y, va travailler à la télé, c'est super, j'aimerais bien avoir un métier comme le tien. »

**E.F. :** Ils sont vraiment compréhensifs vos enfants...

**L.F. :** Ils sont ma priorité. C'est une question d'emploi du temps, comme pour toutes les mères qui travaillent. Je ne suis pas un phénomène. J'ai seulement la chance de pouvoir dire : pas de réunion qui commence à 19 heures !

**E.F. :** Ce n'est pas facile à imposer ?

**L.F. :** Si vous le posez comme une condition, ferme et naturelle, les interlocuteurs la respectent. Ne pas se rendre dingue, c'est le minimum à attendre de la vie, non ? À 19 heures, j'ai de toute façon une réunion pour vérifier les devoirs (rires).

« Sans le cocon familial, je ne pourrais pas être si sereine à l'antenne »

**E.F. :** Malgré les responsabilités et le fait d'être débordée ?

**L.F. :** Je ne suis pas débordée, je suis exposée, ce n'est pas pareil. Mais je n'ai pas cherché la notoriété en faisant ce métier.

**E.F. :** Réussir, cela signifie qu'il ne vous manque rien ?

**L.F. :** Il manque toujours quelque chose. Je suis perfectionniste, je veux aller de l'avant, plus haut, mieux...

**E.F. :** En fait, vous n'avez pas beaucoup souffert ?

**L.F. :** Ben non, pas trop (rires). Pourquoi, c'est obligé ? Mais je me suis battue pour tout... Il y a toujours une part d'ombre. Rien ne m'est tombé tout cuit dans le bec... La pire erreur, c'est celle que l'on va commettre demain.

**E.F. :** Comment êtes-vous parvenue à cet équilibre ?

**L.F. :** Vous savez, il faut être la bonne personne au bon moment. Et ça rend modeste. Cela dit, il faut être là, vraiment là. Il y a une part de chance, mettons 20%... Juste après, il faut savoir saisir l'opportunité. La chance devient une question de détermination, de capacité d'évolution.

**E.F. :** Vous réalisez que vous pouvez être perçue comme un modèle de réussite contemporaine ?

**L.F. :** Ce serait horrible. J'aurais l'impression de me momifier ! En revanche, je suis contente de prouver qu'on peut travailler à parité avec un homme. La parité, souvent, ça veut dire Monsieur est patron, et Madame secrétaire. S'il y

## LES PLAISIRS DE LAURENCE

- ❖ Le noir. Car Yves Saint Laurent a dit : « Pour qu'une femme soit élégante, il suffit qu'elle porte un pull noir, une jupe noire et qu'elle ait à son bras l'homme qu'elle aime. »
- ❖ Les bougies au jasmin.
- ❖ Une petite coupe de champagne (voire plusieurs).
- ❖ Sa drogue : le thé.
- ❖ Ecouter l'Orchestre de Paris au théâtre Mogador.
- ❖ Se relaxer par la méthode respiratoire Mezières.



Scan : Pimprenelle - www.huguesferrarifc.fm



**FEMME D'INFO**  
En arrivant à Europe 1 à 20 ans, elle trouve sa voie : « Je serai toujours journaliste. »

❖ a une chose dont les femmes ont besoin, c'est de parité véritable, et je suis fière de leur montrer que Thomas (NDLR : Thomas Hugues, co-présentateur du 7 à 8 sur TF1) est à la fois mon partenaire et mon mari. La preuve que même si rien n'est acquis pour les femmes, ça peut fonctionner.

**E.F. : Vous n'avez rien sacrifié à votre parcours ?**

**L.F. :** Non, parce que j'ai refusé d'y sacrifier ma vie de famille. Il y a vingt ans, pour être journaliste, il ne fallait pas avoir de vie. Aujourd'hui, c'est possible. Parce qu'on

s'est battue, parce qu'on a montré qu'on pouvait partir en congé maternité et revenir efficace à 100%. À TF1, plus de 50% des journalistes sont des femmes.

**E.F. : Votre force, c'est de ne jamais succomber aux mondanités ?**

**L.F. :** Débordée par le travail, OK. Débordée par les mondanités, non. À un moment, il faut dire non à tout ce qui n'est pas absolument essentiel.

« Qui sait ? Si un jour le public en a marre de moi, que pourrais-je faire ? »

gagner plus de temps. Quand je dis « toujours plus », cela peut vouloir dire plus de sens, plus d'horizon. Je me suis engagée pour l'association SOS Villages d'Enfants qui se charge de placer ensemble des fratries après des cas de maltraitance. L'idée est de recruter une mère SOS qui élève la fratrie jusqu'à la majorité du dernier.

**E.F. : Vous ne quitterez jamais l'info ?**

**L.F. :** Je ne quitterai jamais le journalisme. N'importe où, mais journaliste. Mais peut-être aurai-je lassé tout le monde... Qui sait ? Si un jour le public en a marre de moi, que pourrais-je faire ? Les cycles s'accélèrent en télé.

**E.F. : Vous y voyez une menace ?**

**L.F. :** C'est diffus. Souvent, je me dis et si tout s'arrêtait ? Il faut y être prête... J'aurai mes enfants,

mon piano et le monde associatif. Je pourrai être heureuse, je crois. Je suis stoïque. Certaines choses dépendent de ma volonté. Celles-là ne doivent pas me résister. Face aux autres, je ne peux pas me battre.

**E.F. : Une frontière difficile à tracer...**

**L.F. :** Oui et non. Par exemple, je n'habite pas Paris. Je mets du temps pour venir au bureau, mais c'est une vraie coupure. Je suis moins tentée de passer à telle ou telle inauguration. Une fois chez moi, croyez-moi, je ne bouge plus.

**E.F. : Vous ne vous êtes jamais sentie esclave de votre succès ?**

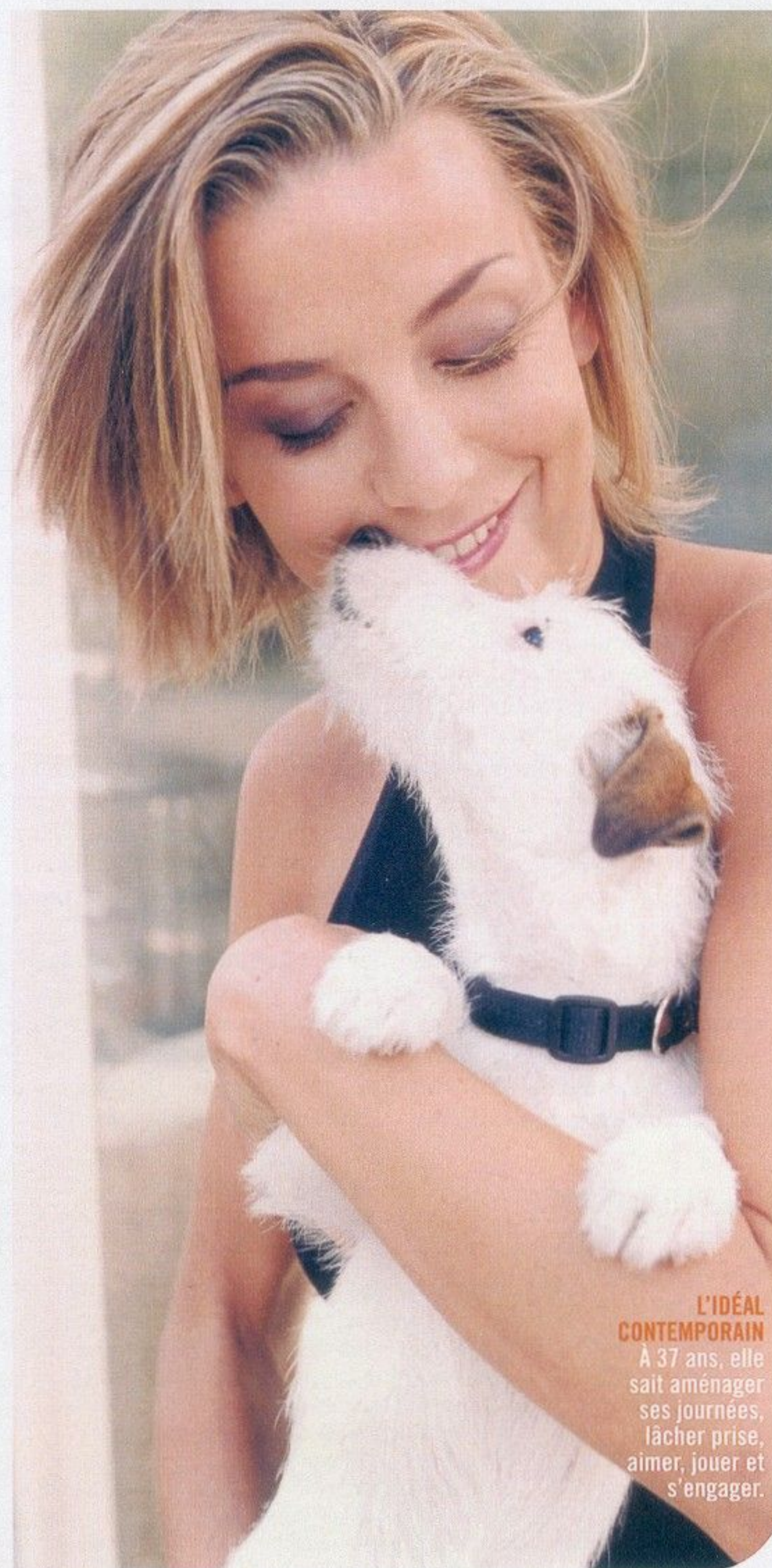
**L.F. :** Esclave de quoi ?! Cette année, je me suis débrouillée pour

**E.F. : Agir au maximum là où on peut et lâcher prise sur le reste ?**

**L.F. :** Exactement. Ce que tu ne maîtrises pas, accepte-le, puisque tu n'y peux rien.

**E.F. : Votre mari a la même perception que vous ?**

**L.F. :** Sur l'essentiel – métier, famille – oui. C'est l'équilibre qu'on partage. J'ai un côté cyclothymique, l'énergie à fond... Lui est plus pondéré. Très égal. Très sûr.



**L'IDÉAL CONTEMPORAIN**  
À 37 ans, elle sait aménager ses journées, lâcher prise, aimer, jouer et s'engager.

**E.F. : Peut-on réussir seul ?**

**L.F. :** Oui sans doute, mais on est plus fort à deux. Le chiffre deux divise la pression. Le vrai risque, c'est de confondre la carrière et la vie, la télévision et la réalité. J'ai appris à me freiner. Maintenant, je me répète : ce n'est que de la télé. Vibrer chaque jour, c'est bien. Vivre chaque jour, c'est mieux. Il faut résister à sa passion, s'en nourrir tout en lui donnant des limites. Les gens imaginent la télévision comme un univers de paillettes et de *sun-lights*, c'est la face visible et brillante de l'iceberg. Au fond, c'est un boulot phénoménal, avec des enjeux, des objectifs. Et ça aussi, c'est mieux de le gérer à deux. Ruminer seul, c'est de l'obsession. Parler à deux, c'est déjà s'évader.

**E.F. : Vous ne citez jamais un moment solitaire, c'est toujours l'antenne, le couple, les enfants. Il n'y a jamais rien pour vous, rien qu'à vous ?**

**L.F. :** Si, mais c'est à moi (rires). J'adore rester seule, j'adore ne pas parler. Tous les jours à 20 heures, je coupe le portable. Thomas et moi sortons peu le soir. Et comme presque personne n'a la ligne de la maison, je peux vous dire, ça calme. Ce dont on a profondément besoin, il faut se l'accorder. Et parmi mes grands moments de bonheur, il y a toujours mon piano, toute seule.

**E.F. : Entre une mauvaise semaine en famille et une mauvaise émission de télé, vous vous épargnez quoi ?**

**L.F. :** Facile... Il n'y a jamais de mauvaise semaine en famille ! ■

PROPOS RECUEILLIS PAR : J.-F. K.

SOS Villages d'Enfants,  
6, cité Monthiers, 75009 Paris. Rens. :  
0155 07 25 25 et [www.sosve.org](http://www.sosve.org).

**SES OUI & SES NON**

- ❖ Oui au sandwich-mayo à déjeuner.
- ❖ Non à la cantine de TF1.
- ❖ Oui à la Twingo.
- ❖ Non à la Ferrari rouge.
- ❖ Oui pour les interviews people en presse écrite.
- ❖ Non pour aller chez Fogiel ou Ardisson en télé.