FEMMES DU MAROC

FEM

ENQUÊTE
Le blues de la santé mentale

JOURNÉE NATIONALE DE LA FEMME
La nouvelle vague féministe

Mode
Les plus beaux caftans de la saison

Mensuel - N°281 / Octobre 2020 / Maroc : 20 DH - France : 4,2 €

YVES ROCHER

Bretagne, France

LOVE YOURSELF

OFFERT EN MAGASIN

À l'achat de l'eau de toilette Mon Rouge 50ml, un rouge à lèvres Collector offert (d'une valeur de 149 DH).

*Aime-toi d'abord, les autres suivront.

yves-rocher.ma

010900

sommaire

N° 281 - OCTOBRE 2020

EN COUVERTURE

Le mannequin porte un caftan en crêpe de soie brodé. **Myriem Bouafi.** Bijoux, **Azuelos.** Photographe : **Nada Satté**

17

44

64

FDM

6 **Édito**
8 **Actualités**
9 **News mode**
Kenzo Takada, la légende s'éteint
11 **Coup de cœur**
La reine panthère
12 **News beauté**
13 **Je le veux**
Accord privé
14 **Dress Code**
50's neon
15 **It-girl**
Tina Kunakey
16 **Lifestyle**
Fifty shades of green
17 **Une ville, un style**
Dakhla la magnifique
18 **Cityguide**
20 **Dossier**
Journée nationale de la femme : la jeunesse, féminine, voix du changement
28 Post-Covid : Peut-on redistribuer les cartes ?

sommaire

N° 281 - OCTOBRE 2020

52

40

70

14

30 Plafond de verre, plafond de mère

32 **Interview**
Ghalia Sebti, aux petits soins pour le zellige

36 **Société**
La pédopsychiatrie, un secteur sous tension

40 **Enquête**
Santé mentale : la descente aux enfers

44 **Lui et moi**
Le couple face à la maladie

48 **Culture**
Lamia Chraïbi, la guerrière de la prod'

Mode

52 Effortlessly Elegant...

64 Printemps-été 2021 : une Fashion Week "phygitale"

Beauté

70 **Make-up**
Tendances make-up automne-hiver

74 **Soins**
Hair SOS

78 **Nouveautés**

Guide pratique

80 **Cuisine**
Variations autour du poisson

84 **Coaching de vie**
Vous méritez d'être heureuse en amour

86 **Flash infos**

88 **Carnet d'adresses**

16

FDM

Directrice de la publication : Zineb Taimouri. **Direction artistique :** Anas Tahri Joutey. **Secrétaire de rédaction :** Khadija Alaoui. **Journalistes :** Pauline Maisterra, Anas Yassine (responsable stylisme) **Collaborateurs :** Dina Khalil, **Photographes :** Nourredine Faddad, Brahim Taougar. **Caractères Digital. Rédaction :** Amal Asebriy, Ambra Lyazid. **Technique :** Marouane Awad, Hajar Bergui, Yassine El Araby, Marouane El Mouedden, Larbi Kaid. **Sites Web** : femmesdumaroc.com, moroccanladies.com, fun&zyn.com. **Réseaux sociaux** : @femmesdumaroc_officiel, @moroccanladiesofficial, @funandzyn. **Directrice commerciale :** Karima Zid. **Chefs de publicité :** Soumia Abounacer, Rachida Cheddani, Houda Charaf. **Chargée du support commercial :** Khadija Loubane. **Chargée retenue d'espace :** Kaoutar Aounil. Tél. : 06.65.54.02.08/39. **Publicité :** Régie 3. 37, bd Abdellatif Ben Kaddour, 3ème étage. Tél. : 212.5.22.95.02.80. Fax : 212.5.22.39.56.70. **Abonnement et diffusion :** Mustapha Idamia. **Comptabilité :** Houda Baakili. **Agent administratif :** Naïma Bakkar. **Directeur général :** Khalid Bazid. **Photogravure :** Air Bleu. **CTP/Impression :** Idéale. **Distribution :** Sochepress. **ISSN :** 1113-6929. **Dépôt légal :** 82/1996. **Dossier de presse :** 28/95. **M.F :** 020-05. FDM est édité par Communication Économique, filiale du groupe Caractères. **Autres publications du groupe Caractères :** *La Vie Eco, Maisons du Maroc, Nissae Mina Al Maghrib et Aujourd'hui le Maroc.* **Adresse :** 18, boulevard Al Massira Al Khadra, Maârif. Casablanca. Tél. : 05.22.34.72.22. Fax : 05.22.39.96.23.

المغرب
MAROC
2018
www.ojd.ma

Go Further

FORD YOU & FORD ME

Photos non contractuelles. A la limite du stock disponible. Prix selon version.

Attachez vos ceintures et démarrez l'aventure !

Ford Fiesta est conçue pour vous offrir une expérience de conduite inédite. Découvrez une belle combinaison entre élégance et sportivité, en plus d'un éventail d'équipements à la pointe de la technologie : Système SYNC 3 avec écran tactile 8", Phares LED et Active Park Assist.

Rendez-vous dans tous les showrooms Ford.

À partir de

134 000 dhs

édito

PAR ZINEB TAÏMOURI

Le virtuel sans vertu

Combien de temps passez-vous en moyenne devant vos écrans pour vous divertir ? C'était déjà beaucoup trop bien avant le confinement, puis le passage obligé au télétravail et à l'enseignement à distance. Une chose est certaine, la durée moyenne devant nos écrans ne cesse d'augmenter au fil du temps, pour atteindre des niveaux alarmants. La pandémie Covid-19 n'a fait qu'aggraver notre dépendance, voire notre addiction à internet et aux réseaux sociaux.

Ce constat est d'autant plus évident que nous-mêmes à FDM avons opté pour la version digitale de votre magazine pour maintenir le lien avec vous, chers lecteurs, en attendant le retour très prochainement de la version classique.

Comme une habitude envahissante, sournoise et addictive...la cyberdépendance est devenue un vrai fléau dans le monde d'aujourd'hui. Qui aurait cru, il y a tout juste 20 ans, que les écrans intelligents et les réseaux sociaux seraient aussi omniprésents dans nos vies ?

Le Maroc ne fait pas exception à la règle, et pendant la longue période de confinement, l'usage des écrans s'est imposé à nous pour préserver le lien social, sauvegarder les intérêts professionnels et assurer les besoins éducatifs.

Face à l'omniprésence du digital dans notre quotidien, enfants et parents ont payé le prix fort pendant le confinement. Les premiers, interdits de sortie, se sont rabattus sur les réseaux sociaux pour passer le temps sans que les parents y trouvent à redire. Les seconds, quant à eux, ont trouvé des échappatoires en visionnant en discontinu des films sur Netflix ou Amazone. L'envers de ce décor, c'est que les réseaux sociaux sont devenus l'arène de tous les excès et de toutes les dérives. On en a vu de toutes les couleurs : des pseudos-lolitas faites et refaites qui exposent leurs attributs, des présumés prêcheurs de la vertu qui insultent et menacent, des extrémistes de tous bords qui nous prédisent l'enfer, des voyeurs, des vendeurs, des dragueurs, des arnaqueurs, des diffamateurs, et j'en passe.

C'est comme si notre société a virtuellement "pété les plombs" et que les derniers verrous de la raison ont sauté. Nos écrans intelligents sont devenus des balcons avec vue sur l'immense décharge de la haine et de la bêtise humaine.

Une transformation de nos sociétés s'opère en catimini. Faites un tour sur Instagram, Tiktok ou Tinder et vous découvrirez un autre monde, un autre Maroc. Des ados qui ne font pas la différence entre danser en petite tenue chez soi et s'exposer devant des millions d'inconnus, de la séduction glauque, border line. Allez sur Twitter, on insulte avec des mots vulgaires pour soi-disant défendre un avis ; allez sur Facebook, vous verrez du voyeurisme à souhait, de la haine et de la diffamation. Sur les autres réseaux, c'est pareil, voire pire.

> "DEVENIR VIRTUELLEMENT HUMAIN ET NON HUMAINEMENT VIRTUEL."

Alors, doit-on pour autant jeter le bébé avec l'eau du bain ? La réponse est évidemment non.

L'utilité d'Internet et des réseaux sociaux n'est plus à démontrer. Cela a contribué à lutter contre l'isolement des gens, à informer, à enseigner et à éveiller les consciences. Mais, en l'absence d'une éducation adéquate concernant le bon usage de ces nouvelles technologies, les jeunes tombent facilement dans le côté obscur. S'en suit alors une perte de repères, surtout au sein d'une population qui a toujours prôné le contact avec les autres, l'ouverture d'esprit et le respect des aînés. Notre société n'a pas pour habitude de s'enfermer, bien au contraire, elle adore bien vivre, échanger, toucher et aimer.

Devenir virtuellement humain et non humainement virtuel comme c'est le cas aujourd'hui, exigera du temps. Une remise en cause de nos certitudes s'impose. Et pour assurer une sortie par le haut, il faudra mener des campagnes de sensibilisation avec l'implication de chacun de nous, des parents, de l'école et surtout des pouvoirs publics. Continuer dans cette voie sans une vision raisonnée nous conduira inéluctablement à la perte de tous les repères qui ont fait de notre société millénaire ce qu'elle est Une Nation ! ◆

© Azuelos 2020 – Modèles Déposés

AZUELOS 100 ANS DEPUIS 1920

Collection Tazzarine

AZUELOS

DEPUIS 1920

CASABLANCA . 16 bis, Bd Moulay Youssef . Tél. 05 22 47 13 08/09 - MOROCCO MALL . Tél. 05 22 79 68 45
RABAT - AGDAL . 8, rue du 16 Novembre . Tél. 05 37 67 55 01 - MEGAMALL . Av. Mohamed VI . Tél. 05 37 75 04 95
MARRAKECH . Hotel La Sultana - 403, rue de la Kasbah. Tél. 05 24 38 80 08
www.azuelos.ma

PAR LA RÉDACTION

VIOLENCES SEXUELLES

L'ONDE se mobilise

L'Observatoire national des droits de l'enfant (ONDE) lance une opération d'envergure contre l'exploitation sexuelle et la violence à l'égard des enfants. Présidée par SAR la Princesse Lalla Meryem, l'instance a élaboré le projet "Promotion des normes sociales protectrices de l'enfance" en collaboration avec l'Unicef et le ministère de la Solidarité, du Développement social, de l'Egalité et de la Famille. Dans ledit plan, cinq axes d'intervention : un appui à la société civile au niveau national et local - avec déjà la signature de conventions de partenariat avec 15 associations -, un renforcement du partenariat avec les CHU, des sessions de formation au profit des enfants et des acteurs institutionnels et associatifs, ainsi que la création de commissions ad hoc régionales composées d'enfants parlementaires pour assurer le suivi-évaluation de la situation de l'enfance et l'émission de recommandations au niveau national. À travers ce plan d'action, l'ONDE tient également à renforcer le droit de participation des enfants dans le dispositif de protection institutionnel.

HOMMAGE

"L'envol des racines" de Jilali Gharbaoui

50 ans après la disparition de l'artiste Jilali Gharbaoui, précurseur de l'abstraction gestuelle au Maroc et l'un des piliers de la modernité artistique nationale, une grande exposition consacrée à son œuvre se tient actuellement au Musée Mohammed VI d'Art Moderne et Contemporain à Rabat. "L'envol des racines" propose quelque 70 œuvres, entre huiles, des gouaches, des mines de plomb, des encres, issues de la collection de la fondation Al Mada et celle d'Attijariwafa bank. Les œuvres présentées traversent les différentes périodes du cursus créatif de Jilali Gharbaoui, dévoilant une extrême liberté dans l'acte de créer. À côté de cet hommage pictural à cette figure charismatique de l'art moderne marocain, la ville de Fès où la dépouille de Gharbaoui a été rapatriée après son décès sur un banc public à Paris, a fait installer ce 7 octobre une nouvelle stèle commémorative sur sa tombe.

WARRIORS

Octobre Rose, la lutte se poursuit !

À l'occasion d'Octobre Rose, de nombreuses organisations et associations se mobilisent contre le cancer du sein à travers plusieurs actions, notamment en ligne, qui vont rythmer ce mois dédié à la sensibilisation et au dépistage. Car comme le rappelle "Les Amis du Ruban Rose" sur sa page Facebook, cette année 2020 est très particulière voire exceptionnelle, le virus ne doit pas nous faire peur, respectons notre calendrier des contrôles et allons consulter au moindre signe douteux. En effet, s'autopalper et être à l'écoute de son corps toute l'année est primordiale !

BEIJING

25 ans après, le chemin pour l'égalité est encore long...

L'ONU Femmes revient dans un rapport sur "l'égalité des sexes" à l'occasion du 25ème anniversaire de la quatrième Conférence mondiale sur les femmes. Pour rappel, ce moment historique en matière de promotion des droits des femmes a permis l'élaboration de la feuille de route visionnaire du Programme d'action de Beijing. Mais 25 ans après, quel bilan ? En un mot, mitigé. Malgré quelques avancées notamment dans la scolarisation des jeunes filles, beaucoup de travail reste encore à faire. En effet, comme le déplore l'ONU Femmes, 1 siège sur 4 est occupé par les femmes dans les parlements nationaux, la pauvreté extrême touche 25% plus les femmes que les hommes, les femmes consacrent en moyenne plus de 4h aux tâches domestiques contre moins de 2h pour les hommes, les femmes sont payées 16% de moins que les hommes ou encore 65 % de femmes disposent d'un compte bancaire contre 72% d'hommes, et ce, au niveau mondial. Dans cette publication, l'ONU Femmes rappelle justement que *"les femmes qui appartiennent aux groupes vulnérables et marginalisés doivent relever des défis encore plus grands, y compris un manque d'accès aux services publics essentiels"*...

PAR LA RÉDACTION

KENZO TAKADA UNE LÉGENDE S'ÉTEINT

Le créateur de mode japonais Kenzo Takada, plus connu sous le nom de Kenzo a marqué les esprits en changeant les codes de la mode parisienne, en y introduisant une profusion de couleurs et d'imprimés fleuris avec des associations inédites.

Premier styliste japonais à s'être imposé à Paris, Kenzo était connu pour ses imprimés graphiques et floraux, qu'il avait à nouveau déclinés dans la dernière ligne de design qu'il avait lancée en début d'année. Dans ses "près de huit mille dessins", le créateur japonais "n'a jamais cessé de célébrer la mode et l'art de vivre", a rappelé son porte-parole qui avait annoncé son décès.

Passionné par la couture et le dessin, Kenzo Takada est arrivé en France en 1965, par bateau, dans le port de Marseille. Rapidement, il s'installe à Paris, une ville qui le fascine, et où il lance sa première collection en 1970. L'année 1976 marque la création de sa marque sous son seul prénom Kenzo. Le créateur bouscule alors la mode en métissant couleurs et tissus, tradition orientale et monde occidental moderne. De la même façon, il aimait mélanger les objets, faisant se côtoyer toutes les époques, tous les styles et toutes les valeurs.

UN AVANT-GARDISTE DANS SES CONCEPTS

Kenzo avait ensuite lancé sa ligne pour hommes, en 1983, puis son premier parfum (Kenzo Kenzo) en 1988. En 1993, il vend sa marque au groupe de luxe LVMH, tout en continuant à assurer la direction créative de sa maison. En 1999, il quitte définitivement la maison Kenzo sur un défilé grandiose au Zénith de Paris, auquel avaient assisté 4000 personnes. Depuis, il s'est tourné vers des projets pointus dans la décoration, le design et la peinture. En 2009, il vend sa maison japonaise du quartier de la Bastille à Paris et disperse aux enchères en même temps sa collection d'art.

Avant-gardiste, tant dans sa mode, que dans ses concepts, il a fait de ses défilés des fêtes : au Palace, au Château de Maisons-Laffitte, aux Beaux-Arts, au Cirque D'hiver, à la Bourse du Commerce et au Zénith... Il fait défiler des mannequins sur des chevaux blancs, fleurit le Pont Neuf pour le premier jour de l'été, installe un champ de Coquelicot sur le Parvis du Centre Pompidou... Il est aussi l'un des premiers à faire défiler ses amis à la place des mannequins : Grace Jones, Guy Cuevas et Jaime Santiago.

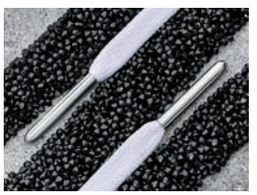
Kenzo Takada, également peintre, n'a jamais cessé de créer via de nombreuses collaborations. La griffe s'est aussi fait connaître grâce à ses parfums comme "Kenzo", "Parfum d'été" et "Jungle". *"Je pense avoir apporté la liberté dans la mode, dans la manière de porter les vêtements, de bouger dedans, des couleurs. La femme Kenzo est une femme libre, jolie et dynamique"*, confiait-il encore récemment à l'AFP. Celui qui a rendu célèbre son prénom a fermé à jamais ses yeux rieurs le 4 octobre 2020 à Paris, emporté par la Covid-19. Il avait 81 ans. ◆

news mode

PAR LA RÉDACTION

ICONIQUE

Swarovski revisite des modèles d'Adidas



Swarovski, la célèbre marque de cristaux a revisité trois modèles iconiques d'Adidas, à savoir les modèles Rivalry Low, Stan Smith et Superstar 50.

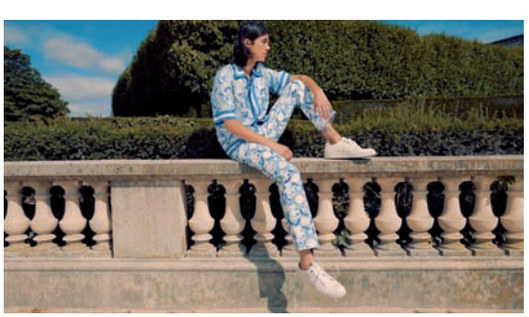
Avec son design classique des années 90, la Rivalry Low reste l'un des modèles les plus populaires de la gamme Adidas. Une application similaire de cristaux Swarovski est utilisée sur le modèle Stan Smith. La troisième basket, la Superstar Bold est disponible en édition limitée, en blanc et noir et sera livrée avec des cristaux Swarovski. En 2020, Swarovski et Adidas célèbrent tous deux des anniversaires importants. Pour Swarovski, il s'agit de son 125ème anniversaire. Adidas fête pour sa part le 50ème anniversaire des célèbres baskets Superstar.

CAPSULE

Une collection exclusive signée 24S & Casablanca

Le temps d'une collection capsule, la marque Casablanca s'associe avec 24S. Pour l'occasion, Charaf Tajer, le fondateur et lauréat du Prix LVMH 2020, a conçu un logo spécial et a créé huit pièces de prêt-à-porter et accessoires masculins. Pour cette capsule exclusive baptisée "Lago de Casa", Casablanca étend sa collection automne-hiver 2020 axée sur l'élément eau. Le logo est imprimé sur un sweat à capuche en coton noir, deux t-shirts et deux casquettes monochromes (disponibles en coton blanc et noir), ainsi que sur une veste imprimée, un pantalon en denim et une chemise en soie.

"Nous admirons particulièrement le talent et la créativité de Charaf Tajer. La marque propose des collections qui allient confort et élégance tout en apportant un souffle d'air frais et de légèreté à la mode masculine(...)", a expliqué Maud Barrionuevo, directrice des achats mondiaux de 24S, dans un communiqué .

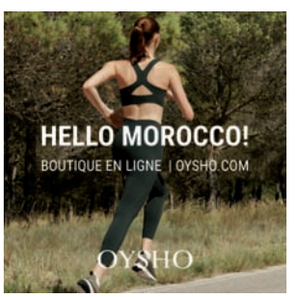


DÉFILÉ

Casa Fashion change de format

Les dates du prochain Casa Fashion Show ont été annoncées par Kenza Cheddadi, organisatrice et fondatrice de l'événement. Celui-là deviendra désormais annuel, et se tiendra au printemps. Deux dates ont été déjà fixées, la première aura lieu du 18-20 mars 2021, et la seconde du 12 au 14 mai 2022. Le Casa Fashion Show sera scindé en 2 rendez-vous : un premier show intimiste dédié aux jeunes créateurs spécialisés dans la mode africaine, puis le grand défilé qui alliera comme à l'habitude et avec subtilité trois univers : mode, musique et danse...

"En marge du Casa Fashion Show, un nouveau concept sera lancé : le CasaMusic show. Ce showcase sera précédé d'un cocktail dînatoire avec exposition haute couture et suivi d'une séance de dédicaces... Dates confirmés : 9 octobre 2021 / 8 octobre 2022", précise Kenza Cheddadi.



TENDANCE

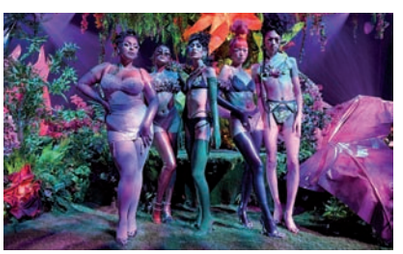
Oysho lance sa boutique en ligne

Lancé le 8 octobre 2020, le nouveau site d'Oysho (www.oysho.com) propose une large gamme composée de plusieurs lignes (lingerie, sportwear, sleepwear, beachwear, accessoires et chaussures). Conçu pour une expérience d'achat en ligne simple et intuitive, oysho.com allie des contenus riches et une interactivité de tous les instants. La navigation est fluide avec une visualisation rapide des articles recherchés, facilitée grâce à différentes sections et catégories. Les collections de la marque, sélectionnées avec soin, sont composées de vêtements de style et à la mode qui allient qualité et confort. Avec le lancement de la boutique en ligne Oysho, Aksal renforce l'accessibilité de la marque et dote l'enseigne d'un service client de qualité au Maroc.

SHOW

Lingerie pour toutes les morphologies

Après le lancement en mai de sa collection de lingerie pour toutes les morphologies, baptisée savage x fenty, la chanteuse et femmes d'affaires Rihanna a présenté sous forme de performance artistique sa dernière collection dans un entrepôt transformé en jardin surnaturel et fantastique. Porte-jarretelle, body, soutien-gorge et lingerie pour femmes enceintes se sont succédés sur le podium, à travers plusieurs collections : "Dear Diary", "Savage Not Sorry", "Floral Glow", "Living in the Clouds", "Men's Underwear" et "Sleepwear". Rihana a réuni les artistes du moment, avec des apparitions



spéciales de Bella Hadid, Cara Delevingne, Demi Moore, Paris Hilton, Willow Smith, etc. Ce show a toutefois créé la polémique, car Rihanna a choisi de rythmer le défilé par des hadiths mixés au rythme d'une chanson concernent la fin des temps et le jour du jugement.

PAR KHADIJA ALAOUI

LA REINE PANTHÈRE

Montre iconique, symbole de la Maison Cartier, la Montre Panthère est une montre bijou, aussi élégante que rare. Sublimée dans une nouvelle version qui associe pierres fines et précieuses, la Montre Panthère se dévoile à travers une nouvelle chimère : la Montre-Bracelet Panthère Tropicale. Cette nouvelle venue dans le bestiaire de Cartier, chimère hybride entre l'animal et l'organique, stylise la création emblématique de la Maison Joaillière. En associant le corail godronné à l'or jaune, au motif panthère, aux aigues-marines et aux tourmalines, Cartier crée une oeuvre à la fois totalement singulière et pourtant ancrée dans l'histoire stylistique de la Maison, et plus précisément dans le sillage de Jeanne Toussaint. Pour Jacqueline Karachi-Langane, Directrice de Création Haute Joaillerie, *"cette pièce symbolise la transcription de la nature par Cartier. Au travers du corail, du pelage panthère, des aigues-marines et des tourmalines, surgissent l'eau, la terre et la vie animale. La liberté que les designers se sont donnée face au sujet, en se détachant de la forme, leur a permis d'oser de nouvelles associations."* Le résultat est une montre fascinante, une œuvre joaillière qui figure en bonne place dans la nouvelle collection [Sur]Naturel de Cartier. ◆

news beauté

PAR DINA KHALIL

Le site web marocMaroc se refait une beauté !

MarocMaroc, la marque de cosmétiques marocaine haut de gamme, qui sublime les trésors du terroir marocain, a donné un nouvel élan à son site web afin de lui offrir plus de visibilité, raconter son parcours de 13 années d'existence, mettre encore mieux en valeur ses produits, ses partenaires et ce qui la caractérise. Développé sur mesure, le site de la marque offre un nouveau look, du contenu plus riche, une ergonomie originale optimisée, ainsi qu'une nouvelle rubrique "actu". Enrichi d'articles et de conseils, le site regorge de conseils beauté et & bien-être, mais aussi d'articles sur les bienfaits du yoga ou encore la diététique du bonheur. Enfin, pour satisfaire les attentes de la clientèle nationale, le paiement par carte bancaire marocaine est désormais possible sur la e-shop www.marocmaroc.com, où vous pourrez acheter les produits marocMaroc avec la livraison partout au Maroc en 48 à 72H.

Retrouvez marocMaroc sur son site www.marocmaroc.com et ses réseaux sociaux : Instagram : @marocmaroc_officiel et Facebook : @marocmarocofficiel

Soin complet

Inspiré des galéniques d'Asie, formulé au Japon et fabriqué en France, ce dernier-né des soins Avène, est un soin complet qui s'adapte à tous les besoins et tous les rythmes de vie grâce à ses propriétés et à ses utilisations multiples. Et ce, grâce à sa formule à base du complexe Cohederm breveté qui procure une hydratation intense, d'une association d'actifs qui aident à lutter contre les radicaux libres, et d'eau thermale Avène apaisante. Tout-en-un, il peut être utilisé en soin du jour, masque de nuit et soin contour des yeux. Sa texture aqua-gel très fraîche offre à la peau une sensation voile d'eau délicate et lui procure confort, souplesse et éclat.

Hydrance Aqua-Gel, Avène. 50 ml, 230 DH. En pharmacies et parapharmacies.

Concentré d'Idéal

Guerlain révèle une nouvelle interprétation de son parfum masculin : L'Homme Idéal. Pour cet opus baptisé L'Homme Idéal Extrême, Thierry Wasser, le Parfumeur Guerlain, a choisi d'explorer de nouvelles facettes de l'amande, la signature olfactive du parfum originel. Au cœur de la composition, elle se montre orientale et boisée à l'extrême, soutenue par l'audace des épices et le charisme chaleureux du tabac. Le sillage d'un Homme Idéal Extrême en trois accords : élégant, audacieux et profond. L'essence d'un homme aux talents innombrables, à qui tout réussit.

L'Homme Idéal Extrême, Guerlain. Eau de Parfum, 50 ml, 926 DH ; 100 ml, 1.254 DH. En parfumeries.

Bye bye imperfections !

Spécialement conçu pour les peaux grasses à tendance acnéique, Sebiaclear Sérum fait une promesse claire : exit les boutons, points noirs, pores dilatés et autres marques résiduelles et imperfections ! Et ce, grâce à sa formule surconcentrée en actifs dermatologiques. En plus, un anti-oxydant anti-pollution protège la peau durablement pour éviter les récidives. Le tout dans une texture fraîche et ultra-fluide, hydratante durant 8 heures, qui fusionne instantanément avec la peau pour un fini mat, ce qui en fait une base de maquillage parfaite.

Sebiaclear Sérum, Correcteur global anti-imperfections, marques, rides, SVR. 30 ml, 230 DH. En pharmacies et parapharmacies.

Botanika, made in Marrakech

Authentiquement marrakchi, Botanika est née de la volonté de Khalid Bitar, pharmacien cosmétologue, fondateur de la marque et du Laboratoire Ircos où elle est développée, de partager les richesses et les innombrables vertus de l'arganier. Il décide alors d'associer l'huile d'argan, très riche en vitamine E, et l'extrait de feuille d'arganier, concentré en flavonoïdes, afin de décupler les vertus antioxydantes et anti-inflammatoires exceptionnelles attribuées de longue date à l'arbre le plus rare du monde. Inspirée des rituels de beauté ancestraux des Marocaines, Botanika puise son efficacité dans les matières premières naturelles issues de l'agriculture biologique par des coopératives de femmes. La marque propose 8 gammes de produits, élaborées avec des formules saines respectueuses de l'environnement à des prix abordables, à bases d'huiles végétales et essentielles et d'extraits de végétaux bios, sans parabènes, sans sels d'aluminium, sans OGM et non testés sur les animaux.

Botanika est en vente dans sa boutique à Marrakech - 57, résidence N'fis, rue Ibn Aïcha - N1 Guéliz et dans les points de vente partenaires. Tél. : 05.24.20.02.03. Livraison à domicile : commande@botanikamarrakech.com

PAR DINA KHALIL

ACCORD PRIVÉ

Un frisson d'agrumes réchauffé d'une vibration sensuelle de patchouli, c'est la signature qui fait le succès de Coco Mademoiselle depuis sa création en 2011. Aujourd'hui, le parfum originel se décline dans une variation inédite : L'Eau Privée, décrite par Olivier Polge, son créateur comme *"une version légère et délicate de Coco Mademoiselle, un parfum de nuit aquarellé, comme un voile flouté pour la peau et les draps"*. Dans cette version, le Parfumeur Créateur de la Maison Chanel a estompé les bois pour exalter la fraîcheur pétillante de l'orange, la douceur de l'accord floral cousu d'absolu de jasmin et de pétales de rose et la facette musquée autour de notes de muscs blancs. L'Eau Privée est un oriental fruité doux et sensuel spécialement créé pour la nuit, dédié à un nouveau rituel de parfumage, confidentiel et raffiné. Une Eau intimiste, pensée pour être vaporisée dans un geste enveloppant, aussi généreusement sur la peau que sur les cheveux ou un déshabillé, avant de s'abandonner dans les bras de Morphée.

Coco Mademoiselle L'Eau Privée - Eau pour la Nuit, Chanel. 50 ml, 950 DH ; 100 ml, 1.341 DH. En parfumeries.

dress code

PAR ANAS YASSINE

50'S NEON

Les années 50 revisitées façon néon. Le résultat est un mix and match inattendu qui insuffle au vestiaire printemps-été 2021de Prada des accents 50's, avec cette jupe évasée et une superposition de pulls. Le look est complété par d'incroyables kitten heels.

Pull à col roulé, **GUCCI.**

The Tote bag, Marc Jacobs, **STUDIO 14.**

Sweat shirt à pois à manches ballon, **MAX MARA.**

Ceinture avec boucle serpent, **JUST CAVALI.**

Jupe midi trapèze effet jeans, **DIOR.**

Escarpins cloutés, The Attico, **FARFETCH.COM.**

Boucles d'oreille pierres jaune et mauve, **UTERQÜE.**

Collection prêt-à-porter Printemps 2020, **PRADA.**

PAR ANAS YASSINE

TINA KUNAKEY

Tina Kunakey, le super mannequin français et épouse de l'acteur Vincent Cassel, débarque au défilé d'Isabel Marant lors de la Fashion Week parisienne dans une robe en maille bleu à épaules XXL et des cuissardes blanches. Et pour couronner la tenue, Tina Kunakey porte un rouge à lèvres rouge orangé qui rehausse le look. Une vraie leçon de style.

ROSALIA.

Vert Malachite, **ARMANI PRIVÉ.**

Ceinture en métal de couleur or, **LIU.JO.**

Bottes en cuir vernis, **DR.MARTENS.**

FIFTY SHADES OF GREEN

Mettez-vous au vert, entrez en symbiose avec la nature, le bio et l'écologie. Le vert couleur de l'espoir, mais aussi d'un état d'esprit qui prône un retour vers les éléments essentiels d'une vie saine et pure. Go green jusqu'au bout des ongles!

Robe en laine et soie à décolleté cœur, **GUCCI.**

Sac à épaule Jackie 1961, **GUCCI.**

Blazer inspiration kimono vert eau, **SKNDNV.**

DAY-DATE 40, **ROLEX.**

Vernis à ongles, **YAN&ONE.**

Vintage green.

Inspirations.

Palette pastel MINT, **HOUDA BEAUTY.**

PAR ANAS YASSINE

DAKHLA, LA MAGNIFIQUE

Plébiscitée par les amoureux des sports nautiques, Dakhla est une destination unique qui offre à ses visiteurs la garantie d'un séjour hors des sentiers battus. Son style cool chic, mélange de légèreté et de confort, est idéal pour profiter du souffle du vent et des caresses de son soleil.

Chemise en soie, **MAX MARA.**

Chapeau seau, **DIOR.**

MAX MARA, collection printemps-été 2021.

Collier Just Clou, **CARTIER.**

Pantalon fluide, **ZARA.**

Mules en filet rose, **FENDI.**

Top avec nœud au dos, **ZARA.**

Lunettes de soleil à monture rectangulaire, **GUCCI.**

Sac lady d-lite medium, **DIOR.**

PAR LA RÉDACTION

AGENDA

"Bleu Majorelle", un berceau accessible

Les portes du mythique Jardin Majorelle et Musée Berbère rouvrent pour le plus grand bonheur des amoureux de Marrakech. Une réouverture qui se fait dans le respect des mesures sanitaires dont une limitation du nombre de visiteurs dans les espaces d'exposition. Les horaires ? Du mercredi au dimanche de 9h à 18h au tarif spécial de 20 DH pour les Marocains et les résidents au Maroc et 100 DH pour les visiteurs étrangers -gratuit pour les enfants de moins de 12 ans-.

L'Amanjena rouvre ses portes

Niché au cœur d'une oasis luxuriante de 5 ha, l'Amanjena est un havre de paix empreint de sérénité qui propose 40 pavillons et maisons privatives

offrant une intimité totale. À l'occasion de sa réouverture, qui s'accompagne de mesures sanitaires drastiques, Amanjena a conçu une offre spéciale pour les Marocains et les résidents au Maroc : "Closer to Home". Un séjour inoubliable, en couple ou en famille, dans l'un des pavillons ou maison en bénéficiant de plusieurs avantages : • Petit-déjeuner riche servi au restaurant ou à la terrasse piscine • Un massage signature AMAN pour 2 personnes pendant le séjour • 2 enfants de moins de 12 ans en gratuité dans la chambre des parents incluant le petit-déjeuner. 1ère catégorie de pavillon à 4.560 DH TTC par nuit.

Hôtel Amanjena - Route de Ouarzazate, Km 12, Marrakech. Information & réservation : 05.24.39.90.00 - amanjena@aman.com - www.amanjena.com @amanjena_ resort

Un come-back attendu

Depuis le 1er octobre, Four Seasons Resort Marrakech a rouvert ses portes en offrant santé et sécurité optimum à tous ses clients. En effet, l'établissement a mis sur pied Lead With Care, un programme mondial s'appuyant sur une expertise médicale ciblant, avec minutie, la propreté, le confort et la sécurité des clients ainsi que la formation des employés. Pour cette réouverture, Four Seasons Resort Marrakech propose des packs exceptionnels : Offre Day-Cation (journée piscine et chambre supérieure (1500 DH)), Offre Pass Piscine (journée piscine et déjeuner 3 plats (650 DH)) et Offre Spéciale (séjour relaxant avec chambre avec 10% de remise au restaurant Quattro et 20% de remise au Spa et boutique).

www.fourseasons.com/marrakech/

Une transmission perpétuelle

Le festival de Fès de la culture soufie maintient sa treizième édition prévue du 17 au 26 octobre 2020. Le fil conducteur ? "L'art de la transmission" car le soufisme est par tradition la voie de la transmission, celle du maître à disciple, des valeurs morales et du secret spirituel. Au menu, des conférences dont une sur "les résonances de Rûmî à travers le monde", des créations artistiques, des Masterclass, des instants d'écoute, des concerts, ou encore des expositions numériques.

Tripadvisor Travellers' Choice 2020

Trois hôtels du groupe Accor Maroc ont été distingués au Tripadvisor Travellers' Choice 2020. Ce sont les établissements Fairmont Marrakech Royal Palm, Sofitel Rabat Jardin des Roses et Novotel Mohammedia. Un prix qui met ainsi en avant "le meilleur des meilleurs" pour le service, la qualité et la satisfaction de la clientèle, des hôtels et hébergements aux destinations, attractions, restaurants et expériences.

Prix d'excellence hôtelière

L'hôtel de luxe, Kenzi Menara palace remporte trois titres à la Haute Grandeur Global Hotel Awards 2020, une compétition qui sélectionne les meilleures expériences hôtelières dans

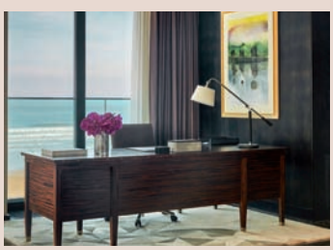
172 pays à travers 90 catégories. Kenzi Menara palace a ainsi été élu meilleur hôtel de Luxe en Afrique, meilleur hôtel MICE en Afrique et meilleur hôtel de loisirs au Maroc. Une magnifique reconnaissance qui représente, aux yeux de la direction et son équipe, un cachet en or et un gage d'hospitalité.

"Le Dimange" au Mandarin Oriental

Le brunch dominical du Mandarin Oriental, Marrakech a fait son retour avec un nouveau concept : "Le Dimange au Mandarin". Dans le décor idyllique du Pool Garden sous les rythmes musicaux à la Pink Martini, l'hôtel propose de délicieux mets parfumés autour des saveurs du monde, principalement servis à table. À la carte, les tagines, les spécialités bistrot, ainsi que des mets orientaux et méditerranéens. Sans oublier les stations de fruits de mer, ceviche, œufs trois façons, pâtes-risotto et shawarma. Le chariot à pâtisseries et sa farandole de douceurs sucrées, glaces, sorbets et mignardises ravira les gourmands. Les plus jeunes trouveront leur bonheur avec le Kids' Menu et ses mini burgers, pizzas ou encore glaces et sorbets. Ils pourront aussi profiter de la Kids' Kasbah et de ses nombreuses activités ludiques.

Tarif : 980 DH/personne, offert pour les enfants de moins de 11 ans, avec accès à la Kids' Kasbah et ses diverses activités. Accès à la piscine aux non-résidents au prix supplémentaire de 300 DH/personne.

Information & réservation : 05.24.29.88.88 - momrk-restaurants@mohg.com

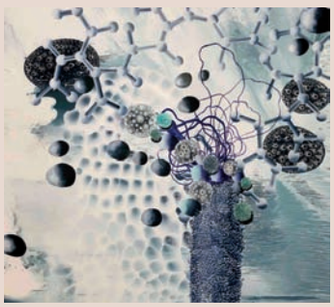


Travail productif et créatif

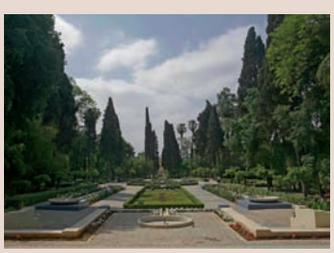
Four Seasons Hotel Casablanca lance Smart Remote Office, un espace de travail idéal pour une journée productive. En effet, l'établissement a mis en place un cadre parfait pour travailler sereinement : chambre supérieure, connexion Wi-Fi haut débit, murs insonorisés, sélection de viennoiseries, machine à café, vue partielle sur l'océan ou sur le jardin et design minimaliste. Smart Remote Office est accessible de 09h à 19h.

Carte blanche à Yamou

Pour cette carte blanche qui fait la part belle au dessin, l'artiste Yamou a invité Mariam Abouzid Souali, Chourouk Hriech, Hassan



Darsi et Yassine Balbzioui a investir l'Espace de la Fondation CDG de leurs œuvres. "*J'ai choisi des artistes qui pour certains ont développé cette thématique et pour d'autres détiennent un travail artistique très intéressant, en vue de voir leur réponse à cette question*", explique Yamou, notant que "*chaque artiste apporte sont lot de réponses au part d'invisible*". L'exposition "Carte blanche à Yamou"' se poursuivra jusqu'au 10 novembre 2020 à l'Espace Expressions CDG, Place Moulay El Hassan à Rabat.



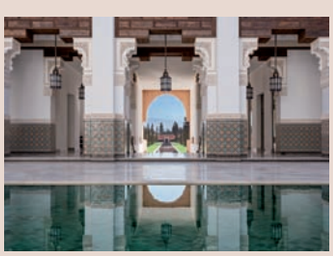
Un Fab Lab pour la culture

Fez Art Lab est le nouveau studio d'innovation cuturelle à Fès. L'initiateur ? Le fondateur et directeur du festival fez Gathering, Omar Chennafi, qui croit au rôle pivot de l'art comme vecteur de changement positif au sein des communautés locales. Au programme, une exposition d'art mobile en plein air, des cartes de contact virtuelles gratuites pour les artisans de Fès, création d'un annuaire en ligne, des ateliers et conférences.

L'Obreoi rouvre le 24 octobre

L'Oberoi, Marrakech rouvre ses portes le 24 octobre après des mois durant lesquels il a tout mis en œuvre afin de satisfaire les attentes de ses hôtes et leur offrir une expérience qui allie tous les aspects du luxe en toute sécurité. L'Oberoi, Marrakech a ainsi mis en place des mesures répondant à des normes strictes afin d'assurer la sécurité de ses employés et accueillir ses hôtes dans les meilleures conditions, conformément aux directives sanitaires. L'Oberoi, Marrakech a également mis en place des offres attractives qui comprennent un hébergement luxueux, des horaires de check-in et de départ flexibles, le petit-déjeuner et plus encore. De plus, l'hôtel offre une plus grande flexibilité et des frais adaptés en cas d'annulation.

The Oberoi, Marrakech - Route de Ouarzazate - Marrakech. Information & réservation : 05.25.08.15.15 - reservations.marrakech@oberoihotels.com www.oberoihotels.com



La jeunesse féminine, la VOIX du changement

Qui est la jeunesse féminine du Maroc ? Discrète mais travailleuse, elle représente la force-vive du pays, s'acharnant, avec droiture, à réajuster la société en s'engageant dans l'entrepreneuriat et en s'imposant sur le terrain du patriarcat. Une source de richesse porteuse d'espoir à découvrir.

PROPOS RECUEILLIS PAR PAULINE MAISTERRA

"J'*accepte la grande aventure d'être moi*", avait écrit Simone de Beauvoir dans ses célèbres "Cahiers de jeunesse". Une phrase symbolisant la longue aventure entreprise pour se réaliser pleinement. Une bataille acharnée pour devenir la femme forte et la figure féminine connue aux quatre coins du monde à laquelle se réfère encore aujourd'hui la jeunesse féminine notamment celle qui est en train d'écrire le Maroc de demain. Reconnaissante pour le combat mené jusqu'à présent, s'appuyant sur une série de victoires conclues comme la réforme de la Moudawana, la révision du Code de la nationalité ou encore le soutien continu en faveur de la scolarisation des filles, la jeunesse féminine compte poursuivre le match sur ce terrain peu à peu déminé. Comment ? En y déployant de part et d'autre ses talents dans les domaines cruciaux dont le numérique. Les manettes du digital ne doivent pas rester aux mains des hommes. L'enjeu est trop important puisqu'il est synonyme d'égalité, d'empowerment et de leadership féminin afin de lutter contre le patriarcat. Comme le rappelle justement la note de l'UNESCO datant de mai 2019 et intitulée "Améliorer l'égalité des genres dans le numérique et éliminer les stéréotypes dans l'intelligence artificielle", *"la soumission et la servilité exprimées par tant d'assistantes vocales est une illustration du préjugé sexiste véhiculé par les produits faisant appel à l'intelligence artificielle. Ces préjugés trouvent leur origine dans l'inégalités des sexes en matière d'éducation et dans le secteur technologique."* Ingénieuses et déterminées, les jeunes marocaines s'arment ainsi de leur savoir pour démocratiser l'outil digital, améliorer la qualité de l'éducation en y intégrant les nouvelles technologies, transformer le numérique en véritable opportunité pour les femmes, que ce soit au niveau économique, politique ou social. Un défi d'autant plus important à l'heure de la pandémie de Covid-19 qui a fragilisé les avancées en matière d'égalité et de droits des femmes, inquiétant ainsi cette jeunesse pourtant inspirée et inspirante. Elle n'est pas pour autant démoralisée. Avec un esprit de conquête, elle fait également cap vers l'économie, la politique, le cinéma, le sport pour mettre fin aux obstacles muselant les femmes et pour renforcer sa place essentielle dans la société, militant ainsi pour l'égalité ou tout simplement la justice. Car que réclame-t-elle au fond ? Le juste équilibre. Instruite, débrouillarde, innovante et créatrice, la jeunesse féminine refuse d'être limitée voire rabaissée encore aujourd'hui à son simple sexe. N'est-il pas temps d'avancer avec intelligence ? Les jeunes femmes marocaines sont la clef. Elles le prouvent chaque jour. Alors, faisons-leur enfin confiance et donnons-leur les rênes pour un Maroc fort, ambitieux et juste.

LIBERTÉS INDIVIDUELLES & FÉMINISME

Rajae Boujnah, 27 ans, directrice d'Innovation for Change dans la région MENA

"En tant que féministe, je me trouve souvent confrontée à des attaques regorgeant de clichés : *"les féministes détestent les hommes", "les féministes sont des femmes en colère, désespérées", "toutes les féministes sont des carriéristes", "elles ne soutiennent pas les mères au foyer"* ... Ces perceptions sont beaucoup plus accentuées et violentes lorsqu'est abordé le sujet délicat des libertés individuelles des femmes qui demeurent encore aujourd'hui sous l'emprise d'un plus grand contrôle social que celui des hommes. Ceci est non seulement dû aux normes sociales dominantes mais aussi en raison d'un mouvement féministe qui n'a toujours pas réussi à fédérer la société autour de la problématique de l'inégalité. En tant qu'activistes et société civile, il nous incombe d'opter pour une meilleure stratégie. Le mouvement des droits de la femme doit conquérir les cœurs et les esprits. Plus les démagogues et les populistes suscitent la peur et la colère, plus grand est le besoin de cultiver l'espoir et l'empathie. Lorsque les inégalités sont toujours présentées en termes de risques et de crises, les gens perdent de vue les opportunités et les progrès. La campagne pour les droits des femmes risque de perpétuer ce problème si elle se concentre uniquement sur la mise en évidence des actes d'injustice et d'abus. Nous, militants des droits de l'homme, nous devons regarder à travers le prisme de l'espoir, en faisant l'effort de chercher des histoires positives et inspirantes afin de développer, par la suite, des plaidoyers fondés sur des récits humains communs ainsi que des analyses critiques et pragmatiques sur un inacceptable statu-quo. Pour réussir, le féminisme doit également travailler au sein des systèmes que les femmes veulent changer. Cela signifie que notre mouvement doit reconsidérer sa relation avec le

pouvoir et les structures l'entourant. Le vrai leadership exige que nous essayions réellement de travailler avec ceux qui nous oppriment pour obtenir de possibles réformes. Le pouvoir est complexe, mais en lui-même il n'est ni négatif ni mauvais, et il n'est pas nécessaire qu'il soit confié à la seule possession du patriarcat. Car, comme l'affirmait la philosophe féministe Elizabeth Grosz, "*si les féministes croient que leur objectif est d'abandonner le pouvoir, elles ont déjà perdu le jeu duquel elles/ils ne peuvent pas se retirer*"".

SOCIÉTÉ

Lamya Ben Malek, 21 ans, fondatrice de Jeel, média en ligne consacrée à la jeunesse maghrébine, activiste en droits humains et étudiante en relations internationales.

"Pas de développement sans les femmes ! Le sujet de la place des femmes au Maroc est très controversé car il implique des idéologies, il établit des perspectives différentes. Les femmes travaillent, s'occupent de la vie de leur famille, de l'éducation de leurs enfants, et ont le grand mérite de prendre leur destin en main. Néanmoins, elles se frayent difficilement une place légitime dans les domaines décisionnels. Femmes et hommes ne vivent tout bonnement pas le même quotidien. Ce constat est palpable à toutes les échelles. Marcher dans la rue en est l'exemple le plus simple et percutant. Une réalité grave qu'il faut impérativement prendre en considération dans nos politiques publiques. Dès lors que nous n'appréhendons pas l'espace public de la même façon, nous ne pouvons concrètement aspirer à l'égalité. Ces discriminations se colportent parfois jusque dans les sphères privées où les violences assoient les femmes dans un rôle second, voire d'appoint qui réduit la légitimité de leurs actions. À mon sens, le grand défi de notre décennie est la concrétisation de l'ambition de la réduction des disparités entre les sexes. Ceci implique de transformer, sans tarder, la situation des

femmes sur les plans économique, social, culturel et sociétal. Il est nécessaire que toutes les forces vives du pays s'engagent en faveur de la réalisation des trois objectifs stratégiques, à savoir instaurer un cadre institutionnel et juridique garantissant l'effectivité de l'égalité entre les femmes et les hommes, assurer aux femmes les conditions d'accès au travail rémunéré et les sécuriser vers et sur les lieux d'exercice de leur métier, et faire émerger de nouvelles représentations sociales des femmes financièrement autonomes par le biais des médias et manuels scolaire par exemple.

Plus que jamais, les femmes ont affirmé qu'elles avaient la légitimité et les compétences d'accomplir ce qu'accomplissent nos pairs. "*Women belong in all places where decisions are being made. It shouldn't be that women are the exception*", comme le disait la figure progressiste de la lutte pour l'égalité homme-femme, la célèbre juge de la Cour suprême américaine, Ruth Bader Ginsburg, décédée récemment."

LEADERSHIP FÉMININ EN MILIEU RURAL

Lamia Bazir, 30 ans, fondatrice d'Empowering Women in the Atlas.

"Pour avoir focalisé mes études et ma carrière sur le développement, mais surtout pour avoir rencontré, côtoyé, noué des amitiés profondes avec des femmes du Moyen Atlas, je sais que d'énormes progrès ont été et continuent d'être réalisés. Pas suffisants certes, pas assez rapides non plus, mais mes amies sont aujourd'hui fières de voir leurs filles poursuivre leurs études au collège - un rêve dont elles avaient été privé -. Je me souviens encore comment ma rencontre, en 2010, avec mes amies du village d'Adghagh, Khadija, Idrissia, Aicha et d'autres, avait été un tournant dans ma carrière et dans ma vie. Leur résilience m'inspire à ce jour et leur vécu a complètement changé ma perception du développement et de la pauvreté : je découvrais que la pauvreté des conditions ne pouvait occulter la richesse des êtres. J'apprenais que peu importe où l'on naît, peu importe les conditions géographiques, sociales, économiques, chaque être humain, et donc chaque fille et chaque femme, a un talent, un potentiel, un rêve, une valeur à apporter à ce monde et mérite sa chance, mérite les conditions matérielles et cognitives de se réaliser et de contribuer à l'avancée de sa communauté et de sa nation.

J'ai alors décidé de faire de l'égalité des chances mon combat, mais aussi et surtout le cœur de ma passion. Dans le Maroc rural, chaque jeune fille, chaque femme est un acteur social et économique incontournable. Trop tôt, elles accomplissent de nombreuses responsabilités que le statut social ne reconnaît pas toujours, mais que ni la terre ni l'histoire ne peuvent nier. En 2020, la crise de la Covid-19 met en péril de nombreux acquis. Et nous devons -autant dans la gestion de cette crise que dans nos plans de relance - y prêter une attention toute particulière. L'importance de l'école et l'équité de son accès doivent continuer à être un combat, notre combat. Les alternatives aux mariages d'enfants par l'éducation et la formation doivent être défendues, coûte que coûte. Les perspectives de femmes entrepreneurs à la tête de coopératives, et leaders en tant qu'élues doivent être soutenues. Pour le présent et pour l'avenir, je souhaite que, par le levier de nouveaux modèles de femmes rurales authentiques, autonomes, formées et inspirantes, on puisse briser le cycle de la pauvreté. Je souhaite que toutes ces jeunes filles et femmes soient intégrées à des visions, à des plans de développement sur la base de leur réalité, de leur vécu et de leurs propres espérances. Le Maroc de demain est un Maroc authentique, ambitieux et moderne, un Maroc où aucun potentiel n'est perdu, un Maroc où les rêves et capacités de chacun (e) de nous – dans le rural et dans l'urbain- sont reconnus, soutenus, promus, et mobilisés pour et vers l'avenir, notre avenir."

ENSEIGNEMENT ET FORMATION À DISTANCE

Asmae El Hajji, 28 ans, fondatrice de Moor Learning initiative, post-présidente de Tariq Ibn Zyad Initiative, et doctorante en sciences de gestion

"Pour un Maroc meilleur, seule l'éducation fera la différence ! Aujourd'hui nous devons cesser de percevoir l'éducation comme un challenge, mais plutôt comme une opportunité, notamment en ce temps de pandémie de Covid-19. Regardons ce qu'a impliqué cette période inédite ? Une digitalisation de l'éducation via le développement des modes d'enseignement à distance ainsi qu'à travers la recrudescence des formations en ligne. Intéressons-nous tout d'abord à cet enseignement à distance. Il a un avantage capital : celui de produire et de transmettre une meilleure qualité de savoir, tout en la rendant accessible à tous les Marocains sans création de disparités. Il peut ainsi être une alternative considérable pour les jeunes filles en milieu rural qui sont, encore trop nombreuses, à se voir contraintes d'arrêter leurs études en raison de l'éloignement des établissements scolaires, de la pauvreté des infrastructures, de leurs horaires et des problèmes de sécurité engendrés. Ceci-dit, avant d'en faire un véritable levier de lutte contre la déscolarisation et l'abandon scolaire, nous avons le devoir de démocratiser l'enseignement à distance en militant ardemment pour une résolution en urgence des problèmes d'accessibilité. Je suis également certaine qu'une réelle participation, un accompagnement, un renforcement des compétences ainsi qu'une collaboration entre l'ensemble des acteurs (parents, éducateurs, écoles, et élèves), en est la clef, faisant de la digitalisation de l'éducation une opportunité pour enfin aller de l'avant ! À l'ère de la Covid-19,

le e-learning a également pris son envol. Une multitude d'offres et de plateformes se sont ainsi développées pour répondre aux attentes et envies de salarié(e)s en quête de sens et de reconquête de leur carrière. La formation en ligne a ouvert de nouvelles portes, notamment aux femmes qui, submergées par leurs obligations professionnelles et familiales, ne trouvaient pas un instant pour elles. À Moor Learning initiative, nous plaidons pour cet esprit d'apprentissage et de partage continue. Nous avons pensé notre plateforme pour favoriser le renforcement de capacités de facilitateurs, de formateurs mais aussi de bénévoles qui souhaitent partager leurs savoir et expertises, afin de démocratiser la formation, l'apprentissage et le développement des compétences des individus de notre communauté. Nous sommes convaincues, qu'accessible n'importe où et à n'importe quelle heure, le e-learning ne ne peut que susciter d'autres vocations et sans aucun doute encourager l'innovation féminine."

ECONOMIE DU FUTUR

Sanaa Afouaiz, 27 ans, fondatrice de Womenpreneur Initiative

"Les progrès incessants de la technologie dans toutes les formes de la vie humaine créent des opportunités uniques. Une fois de plus, notre civilisation est confrontée à des défis sans précédent liés à sa survie et son développement. La révolution technologique moderne offre l'opportunité rare pour les femmes de rétablir l'équilibre et de s'engager pleinement dans l'épanouissement du genre humain. Quelques constats chiffrés sur la situation actuelle : dans la région MENA, la participation des femmes est nettement inférieure à celle des hommes avec une main-d'œuvre féminine atteignant seulement 21 % contre 70 % du côté masculin et un chômage féminin de 19% pour 8 % chez les hommes en 2019. Et ce n'est pas fini. À cause de la pandémie de Covid-19, la région MENA a, pour l'heure, perdu 1,7 million d'emplois, dont 700 000 occupés par les femmes, soit plus de 40 %. Les principales touchées ? Les ouvrières travaillant dans les industries manufacturières et de services, les femmes du secteur informel, sans parler des employées qui se voient imposer des conditions de travail injustes et de toutes celles qui supportent également le fardeau supplémentaire du travail domestique non rémunéré. Nous sommes entrés dans le XXI^{ème}e siècle avec tant de défis. Le monde arabe traîne toujours derrière lui le poids mort du débat sur la question de savoir si une femme a le droit d'exercer une certaine profession, de s'habiller de telle ou de telle manière ou encore de sortir jusqu'à telle heure. Si l'effet de la pandémie sur les moyens de subsistance durait des générations, surmonter cette crise devrait devenir une priorité nationale. Et faire en sorte que les femmes en fassent partie ne devrait pas tomber au bas de la liste des priorités. C'est un droit humain et c'est une nécessité économique pour le progrès. La région a un besoin urgent de transformer l'imagination sociale (individuelle et collective), la perception et les attitudes à l'encontre des droits des femmes."

POLITIQUE

Imane Lahrich, 26 ans, secrétaire générale du Forum Méditerranéen de la jeunesse

"Depuis une dizaine d'années, les initiatives visant à enraciner les valeurs égalitaires dans les institutions et au sein de la société se sont multipliées : réforme de la Moudawana, stratégie nationale pour l'équité et l'égalité entre les sexes, programme Tamkine, chantier de la budgétisation sensible au genre (BSG)... Malgré ces réalisations, sans parler de la ratification par le Maroc de la Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes (CEDAW), la représentation politique des femmes reste relativement faible. Il est donc frustrant de constater que la femme marocaine n'a jusqu'à ce jour pas pu prendre pleinement sa place dans la vie politique, en dépit des réformes législatives qu'a connu le royaume depuis 1998 ou grâce au travail de la société civile et des mouvements des droits de l'Homme notamment le mouvement féministe. L'évolution demeure donc timide par rapport aux ambitions. Il ne faut pas nier que la représentation des femmes dans les fonctions électives, dans les hauts postes de responsabilité de l'administration publique et dans le monde du travail a enregistré des progrès durant les deux dernières décennies. La présence des femmes reste liée au dispositif du quota, sans lequel la représentativité des femmes serait encore plus faible. Dans ce sens, l'arrivée de plus en plus importante des femmes dans certains lieux de prise de décision renvoie à d'autres questions liées aux mécanismes de consolidation et d'élargissement du leadership féminin. En effet, le plaidoyer a souvent porté sur une représentativité féminine fondée avant tout sur le critère des quotas, au lieu de positionner les femmes comme citoyennes, comme acteurs politiques à part entière. Les femmes ont alors été associées à une identité de genre, qui leur a imposé un statut d'infériorité. Aussi, est-il important d'appeler à l'égalité, à l'équité et à plus de justice sociale dans la société. Les exigences de ces temps modernes ne pourront être satisfaites avec une sous- représentation des femmes dans beaucoup de secteurs clés qui mettent ainsi à l'écart la moitié des potentialités d'une société. D'où la nécessité d'encourager la participation des femmes aux élections nationale et régionale. Plus de femmes au pouvoir est synonyme de plus de démocratie dans un pays où les femmes et les hommes participent ensemble au développement de la société. Il est crucial que le fossé entre les lois et leur application effective soit comblé afin de garantir aux femmes leurs droits, préserver leur dignité humaine et rendre effective leur participation dans les domaines politique, syndical et civique."

ÉDUCATION À L'ENTREPRENEURIAT TECHNOLOGIQUE

Ghita EL Kasri, 27 ans, cofondatrice de Schoonect, start-up qui améliore l'engagement des élèves en classe et ex cofondatrice & COO de UnitedCoin, spécialisée dans la cryptomonnaie

"Sur le papier, ces dernières années ont été glorieuses pour les entrepreneuses. Le Maroc est même devenu une référence en termes d'émancipation de la Femme Africaine. Mais cette réalité ne raconte qu'une partie de l'histoire. Les entreprises appartenant à des femmes sont encore très minoritaires - 10% selon l'AFEM [1] -. Les obstacles auxquels se heurtent les entrepreneuses sont vastes et souvent très différents de ceux rencontrés par leurs homologues masculins (freins socio-culturels, etc.). De facto, l'environnement établit des priorités autres que celles qui permettraient aux entrepreneuses de prendre des initiatives et de contribuer au développement économique. Ces priorités constituent une "barrière flottante" à l'émancipation intellectuelle de la femme au Maroc. On trouve également un manque d'éducation à l'entrepreneuriat technologique, représentant ainsi un frein considérable de croissance. Il est vrai qu'aujourd'hui, les entrepreneurs favorisent la constitution du capital, primordiale pour le développement économique. Néanmoins, il est très difficile d'arriver à une économie d'envergure sans approche par la Data, accessible seulement à travers la technologie. La démystification de la Tech - qui est encore une fois très peu représentée par la gent féminine- va, en toute logique, permettre aux entrepreneurs de définir une stratégie avec moins de biais et donc plus de probabilité de réussite. Aussi, pour participer à la construction du Maroc de demain, j'ai changé de voie, passant de la finance à l'éducation, pour fonder Schoonect, une start-up qui mise sur l'élève. Sa mission ? Outiller les élèves pour

qu'ils soient capable d'avoir une réflexion scientifique, de prendre du recul par rapport aux informations reçues et surtout d'avoir un esprit critique. En d'autres termes, permettre aux jeunes pousses de réfléchir par eux-même, notamment aux femmes, qui seront nos entrepreneuses d'avenir et permettront l'essor du pays."

[1] **Association des femmes chefs d'entreprise du Maroc**

ENTREPRENEURIAT

Oumel Ghit Guelzim, 27 ans, entrepreneuse en série et candidate doctorale en inclusion financière

"Au lieu d'exposer une ribambelle de chiffres impersonnels sur l'entrepreneuriat au Maroc, je préfère partager avec vous mon expérience, ma propre conception et le devenir que je suis en train de bâtir. En général, étudier, avoir son diplôme et être salariée est le chemin classique ainsi que la meilleure façon d'assurer son avenir. Mais, est-ce le seul ? Non, pas du tout, comme je peux fièrement en témoigner. Avant mes 17 ans, j'ai eu la chance de suivre un programme qui encourage à l'entrepreneuriat. Il m'a ainsi ouvert à d'autres voies possibles après mes études. Ce type d'initiative est très important pour les enfants et les jeunes. En tout cas, il a été déterminant pour ma carrière puisqu'il a réveillé en moi cette envie profonde d'être entrepreneuse pour lancer ma propre société créatrice de valeur dans le marché. Pour concrétiser ce rêve éveillé, il m'a fallu tout de même du temps. Un chemin couvert d'embûches mais totalement constructif. Au sein du Lab d'innovation et d'économie collaborative, Happy Smala, j'ai ainsi été responsable de plusieurs projets, j'ai travaillé de manière autonome, j'ai pris des décisions et j'en ai assumé de mauvaises. J'ai également géré des équipes et j'ai eu des difficultés financières. J'ai lancé deux startups au sein du laboratoire de Happy Smala. J'ai testé leur modèle économique sur le marché. J'ai pitché devant des investisseurs et j'ai participé à plusieurs compétitions. Aussi, je suis convaincue que tous les membres d'une équipe peuvent être potentiellement des entrepreneurs et créateurs de valeur. L'atmosphère, les collègues et les leaders autour font la différence et boostent tout jeune pousse prometteur. Alors, encourageons et investissons dans la nouvelle génération."

LA TECHNOLOGIE AU SERVICE DE L'ÉDUCATION

Imane Berchane, 28 ans, fondatrice de Robots & More

"Depuis plusieurs années, l'éducation est malheureusement le domaine le moins impacté par l'évolution technologique. Notre monde ne cesse d'évoluer, mais nos méthodes et nos ressources pédagogiques peinent à être actualisées. Nous préparons chaque jour des élèves à un avenir incertain et à un futur que l'on ne connaît point. Aujourd'hui plus que jamais. Les experts mondiaux, tels que World Economic Forum (WEF) et Organisation de coopération et de développement économiques (OECD), estiment que 65% des élèves actuels vont travailler sur des postes qui n'existent toujours pas[1] et ont ainsi besoin de développer lesdites "compétences du XXI^{ème} siècle" pour être préparés à ce futur-là. La technologie a également une grande place dans l'avenir des métiers et de l'éducation. Le bureau of Labor Statistics (BLS) estime que 80% des emplois de demain nécessitent des compétences en sciences, technologie et mathématiques et surtout en informatique[2]. Mais aujourd'hui, au Maroc, la technologie et l'informatique sont considérées comme des matières secondaires. Pour preuve, des élèves suivent une séance de 1h par semaine dans ce domaine dans le meilleur des cas... Le programme met aussi davantage l'accent sur des outils de bureautique, donnant ainsi peu d'importance à la pensée informatique et au Coding. L'impact est encore plus important chez les jeunes filles qui voient leur confiance dans les matières scientifiques diminuer à l'âge de l'adolescence si elles manquent de repères et de modèles de réussite féminins, sans mentionner également les pressions familiales et sociales. À mon sens, il est important, pour nous en tant que société, de mener une réflexion sur l'apprentissage de nos enfants. Car l'attention que nous portons se dirige toujours vers les matières, les notes et les examens alors que nous oublions de mettre en lien les compétences transversales et l'évolution perpétuelle du monde. Aussi, pour changer l'éducation en tant que société, il nous faut, à mon sens, de la volonté, tout en acceptant que cela soit synonyme de temps, de choix courageux et de ressources à la hauteur dudit défi. Cette prise de conscience est toujours en cours dans le monde entier. Nous, nous nous devons d'accélérer la cadence pour ne pas voir le "gap" se creuser davantage."

[1] Rapport The Future of Jobs and Skills
[2] Etude STEM Occupations: Past, Present, And Future

PRÉCARITÉ MENSTRUELLE

Rita Sekkat, 23 ans, co-fondatrice et présidente de HAPPIH, association qui lutte contre la précarité menstruelle dans le milieu rural au Maroc, co-fondatrice et présidente du Cercle Marocain de Réflexion

"Je suis convaincue, comme d'autres, que l'émancipation des femmes représente un marqueur de développement, et que, sans elles, une société ne pourra pleinement s'épanouir et progresser. Il est vrai que sur la question de l'égalité entre les femmes et les hommes, des avancées ont été réalisées sur les dix dernières années au Maroc, mais aujourd'hui, le constat est encore beaucoup trop terne. Selon le Haut-Commissariat au Plan, près du quart des filles de 15 à 17 ans ne travaillent pas, ne sont pas à l'école et ne suivent aucune formation contre seulement 5,1% des garçons, les jeunes analphabètes sont majoritairement des filles et le taux d'activité économique des femmes ne dépasse pas les 21 % contre plus de 75 % pour les hommes. L'écart est d'autant plus criant dans le milieu rural. Or, pour réduire cet écart, il faut traiter le problème à la source, c'est-à-dire à l'école. Il faut permettre aux jeunes filles de suivre leur scolarité dans la dignité, sans rupture, et les rendre actrices de leur santé et de leur futur. Il faut autoriser les jeunes filles à croire en leur rêve et leur en donner les moyens. Enfin, il faut déconstruire les stéréotypes liés à la condition féminine. C'est pour cela, que j'ai co-fondé HAPPIH (Humanitarian Action for Protection and Preservation of Intimate Hygiene), une association qui lutte contre la précarité menstruelle, à travers laquelle nous distribuons des serviettes lavables et nous réalisons des ateliers de formation et de sensibilisation sur des thématiques variées, allant de la santé, à la déconstruction des tabous en passant par le développement personnel. Nous voulons que les jeunes filles ne subissent plus mais qu'au contraire, elles deviennent actrices de leur santé et de leur éducation. Aussi, je rêve d'un Maroc, où naître femme ne soit plus un handicap à la concrétisation de ses ambitions, où l'avenir de la femme ne soit plus déterminé par sa condition biologique. Aussi, je rêve que l'Etat multiplie les programmes de leadership féminin, d'entreprenariat féminin et plus spécifiquement touchant la précarité menstruelle. Aussi, je rêve que l'Etat s'engage pleinement à nos côtés sur ce volet."

COOPÉRATION INTERNATIONALE

Rim Filali Meknassi, 28 ans, analyste et membre de Cabinet du secrétaire général de l'Union pour la Méditerranée

"La question de la femme et de son rôle dans la société est souvent vue comme un enjeu national qui n'engage que les acteurs d'un même pays, que ce soit dans le domaine politique, économique, social ou culturel. Toutefois, l'expérience de ces dernières années nous a montré une réalité différente : la coopération et le dialogue international s'avèrent essentiels dans la progression vers des sociétés plus inclusives qui garantissent aux jeunes filles et aux femmes leurs droits fondamentaux et leur permettent de contribuer en tant que moteurs d'innovation et de croissance au développement socio-économique de leurs pays. Actuellement, nous vivons un tournant historique dans la lutte pour l'égalité des sexes. Dans les médias ainsi que dans les lieux publics et privés, les inégalités n'ont jamais été dénoncées si fortement. Aussi, faut-il profiter, plus que jamais, de cette énergie pour avancer ensemble vers la pleine égalité des droits et des chances entre les hommes et les femmes.

Le renforcement de la solidarité et la collaboration internationale sont indispensables dans ce combat. Le Maroc participe pleinement à ces efforts à travers ses partenariats internationaux. Dans le cadre de l'Union pour la Méditerranée, un mécanisme intergouvernemental a été instauré pour suivre les progrès réalisés en matière d'égalité des sexes dans la région euro-méditerranéenne. Il offre à des pays comme la France, l'Égypte, l'Espagne, la Grèce ou encore le Liban et le Maroc - aux niveaux d'avancement différents en matière de droits des femmes - de contrôler collectivement les progrès réalisés, d'échanger les bonnes pratiques et les solutions adoptées pour accélérer la pleine participation des femmes, ainsi que de fournir des recommandations adaptées et efficaces aux décideurs politiques et aux parties prenantes. Ce mécanisme va permettre de créer une dynamique unique, en unissant les forces de changement à travers l'ensemble de la Méditerranée et en les poussant à redoubler d'efforts vers le renforcement du rôle de la femme et de ses droits. Aussi, je ne peux être que persuadée de l'importance de la collaboration mondiale dans cette lutte, et appelle ainsi à une coopération internationale intensifiée, à l'unité, à la solidarité et aux efforts conjoints pour la création de sociétés inclusives et durables pour toutes."

SPORT

Fouzia Madhouni, 25 ans, fondatrice de l'équipe féminine Jaguares, première équipe féminine de football américain au Maroc

"La culture marocaine, et plus généralement arabe, a enfermé les femmes dans un rôle de "fée du logis". Aussi, étaient-elles peu présentes dans le sport. Le temps passant, elles ont réussi à conquérir peu à peu le terrain et, pour certaines, les organisations sportives en tant que dirigeantes, incitant la nouvelle génération à faire mieux ! Mais, pour autant, les obstacles n'ont pas disparu. Pour preuve, certaines personnes se sont moquées de mes intentions lorsque j'ai entrepris mes démarches administratives pour créer l'association marocaine des jaguars de football américain. C'était très humiliant et rabaissant pour la femme ambitieuse que je suis ayant de grands objectifs à atteindre ! L'un d'entre eux ? Monter un programme permettant à la femme marocaine de s'émanciper enfin grâce au football américain. Je n'ai pas fondé une simple équipe de sport. Car je souhaite former les joueuses afin qu'elles deviennent les prochains leaders. Je veux également faire de ce sport l'un des plus populaires au Maroc et en Afrique. Je suis notamment l'un des fondateurs de l'Union nationale marocaine de football américain au Maroc, et grâce à mon nouveau projet "African Flag Ladies Cup", je prévois d'organiser, en janvier 2021, la première coupe d'Afrique avec notamment en lice deux équipes marocaines et deux équipes africaines. J'espère que grâce à tous ces efforts, les parents pousseront et motiveront leurs filles à pratiquer cette discipline. Mais, pour les encourager davantage, il faudrait que toutes les organisations se mobilisent afin de créer un environnement sain et convenable pour les femmes voulant pratiquer des activités sportives. À mon sens, des projets de collaboration entre les secteurs privé et public doivent également être mis en place afin d'aider les femmes à prospérer et à s'épanouir dans ce milieu particulier."

CINÉMA

Asmae El Moudir, 30 ans, réalisatrice et productrice

"Aujourd'hui, il n'existe pas de cinéma masculin, ni féminin, mais un cinéma universel. Lorsqu'un film est réussi, on ne se demande plus qui est derrière la caméra. On s'intéresse à son histoire. Néanmoins, je ne peux le nier, se faire une place au Maroc n'a pas été et n'est toujours pas facile. Mais comme je le dis souvent aux jeunes femmes qui veulent se lancer dans le secteur cinématographique : *"Au lieu de vous arrêter, de crier à l'injustice et au sexisme dans le cinéma marocain, imposez-vous par votre art et fabriquez votre cinéma"*. C'est ce que j'ai fait dès mes premiers pas sur le terrain. En 2015, j'ai même fondé ma propre boîte de production. Depuis, mon style est reconnu au Maroc et à l'étranger (subventions, prix). Sur les écrans, l'image de la femme a également évolué. Deux réalisateurs, Saad Chraibi et Farida Belyazid, ont notamment présenté la femme autrement, en lui donnant une vision profondément artistique dans le cinéma. Toutefois, ces derniers temps, j'ai l'impression que malheureusement son image stéréotypée revient, à savoir cette femme frappée, marginalisée, oppressée, harcelée... Pour moi, c'est un cliché. Il est indispensable de la sortir de cette sphère de soumission et de répression. C'est l'un de nos devoirs. Il nous faut lutter contre cette inconscience populaire pour construire une nouvelle conscience qui rend à la femme marocaine sa valeur. Aussi, laissons la caméra à la nouvelle génération de réalisatrices qui, j'en suis convaincue, saura, peu importe la technique ou les moyens, donner à la femme marocaine le rôle qu'elle mérite tant." ◆

Post-Covid-19 Et si on redistribuait les cartes ?

La pandémie de COVID-19 a profondément bouleversé nos sociétés. Mais n'est-ce pas l'occasion de transformer la crise engendrée en opportunité afin de repenser la place et le rôle des femmes dans l'économie et la société ? Éléments de réponse avec Nihal El Mquirmi, analyste spécialisée dans les droits des femmes au think thank Policy Center for the New South.

PROPOS RECUEILLIS PAR PAULINE MAISTERRA

Vous avez publié un rapport intitulé "Women : victims and heroes in times of COVID-19". Qu'a révélé la pandémie de Covid-19 sur les questions concernant la femme et l'égalité en genre ?
Toute crise impacte différemment la femme et l'homme. La Covid-19 a mis en évidence les vulnérabilités des systèmes sociaux, politiques et économiques perpétuant l'exclusion et l'inégalité. Durant cette crise sanitaire, les femmes ont été, et continuent d'être, en première ligne dans la lutte contre la pandémie. Elles représentent la majorité du personnel de santé -65,3% selon l'ONU Femmes-. Et en raison des inégalités persistantes entre les sexes en termes d'emploi et de revenus, elles sont beaucoup plus exposées que les hommes aux répercussions économiques engendrées. S'ajoute à cela une réalité exacerbée par l'actualité : celle de la sous- représentation des femmes dans les processus de prise de décision et de leadership. Il est vrai que la plupart des gouvernements ont pris des mesures politiques, économiques et sociales pour réduire les effets négatifs de la crise, mais encore aurait-il fallu y intégrer l'approche du genre.

Dans votre document, vous citez Simone de Beauvoir : *"La pandémie est un désastre pour les femmes, pour leur indépendance et pour le féminisme"*. Selon vous, la crise actuelle au Maroc menace-t-elle de réduire à néant des décennies de progrès en faveur des droits des femmes ?
Le développement de l'épidémie pourrait mettre un frein à certaines politiques et réformes, et compromettre les acquis en matière de genre. Cette question qui est loin d'être considérée comme prioritaire en ces temps de pandémie, exaspérera la vulnérabilité des femmes notamment des plus précaires. En plus des répercussions économiques dont elles sont victimes, les femmes ont vu leur charge mentale s'alourdir : d'après le Haut-Commissariat au Plan (HCP), elles consacrent aux tâches domestiques sept fois plus de temps que les hommes. La crise sanitaire et le confinement ont aussi accru les tensions au sein des ménages, provoquant une augmentation dramatique de la violence à l'égard des femmes, et ce, malgré la réponse du gouvernement lançant la plateforme Kolona Maak, un numéro vert disponible 24h/24 et 7j/7, et mettant à disposition 63 centres d'accueil.

Comment transformer cette crise inédite en une opportunité de travailler à "établir enfin des équilibres" et de construire ainsi une société plus juste et inclusive envers les femmes ?
La volonté de construire une société plus juste et égalitaire est là, mais encore faut-il qu'un changement systémique suive. À mon sens, les gouvernements doivent être plus innovants dans leur façon d'approcher les questions relatives au genre car la réalisation de l'égalité des sexes nécessite à la fois une approche top-down et bottom-up. Pour être plus clair, si les femmes ne font pas partie de la réponse à cette pandémie, bien qu'elles soient en première ligne, cela pourrait reproduire les normes patriarcales en matière de genre, exacerber les inégalités et perpétuer les pratiques discriminatoires qui, à long terme, pourraient sérieusement menacer et ébranler tous les progrès réalisés jusqu'à présent pour atteindre l'égalité.

Vers quel nouveau modèle de croissance équitable peut-on imaginer s'orienter ?
Lorsqu'on parle de développement, il faut comprendre qu'il ne sera durable que s'il réduit les inégalités. Toute croissance économique doit également être inclusive, hommes et femmes disposant d'un accès équitable aux emplois. Aujourd'hui, chaque fois qu'un homme gagne 1 dollar, une femme ne touche que 77 centimes. Selon la Banque mondiale, ces écarts de revenu représentent un manque à gagner de 160 000 milliards de dollars ! Le contexte actuel nous offre une opportunité unique de changement. Oeuvrons davantage pour réformer notre société à travers des stratégies de développement durable, dans lesquelles l'égalité des genres constitue un pilier. Car une société plus juste est automatiquement démocratique et jouit d'une paix et stabilité durables.

Quelle attention porter à la jeunesse féminine ?

La jeunesse incarne l'espoir et l'avenir. Depuis son ascension au trône, SM le roi Mohammed VI a multiplié les initiatives et projets pour soutenir la jeunesse marocaine, et a appelé à l'élaboration d'une nouvelle politique nationale intégrée de la jeunesse axée sur la formation, l'emploi et l'entrepreneuriat. Avec leur dynamisme et leur volonté, les jeunes sont devenus aujourd'hui des acteurs du changement, et doivent constituer le pilier du nouveau modèle de développement. Seulement, tout développement qui se veut durable, doit être inclusif. Or, malgré le fait que les jeunes filles soient plus performantes à l'école, leur accès au marché du travail et aux postes de responsabilité est freiné par des traditions et mentalités patriarcales. Les jeunes femmes marocaines souffrent de forts taux de chômage et de sous-emploi, particulièrement en milieu urbain. Ces dernières années, leur participation à l'activité économique a également baissé (de 28% de femmes actives en 2005 à seulement 22,2% en 2018), privant le Maroc d'une augmentation de son PIB de près de 35%. Aussi, nous devons impérativement inclure dans toute politique ou décision une dimension de genre, pour pouvoir proposer des politiques innovantes et inclusives. Nous devons également continuer à sensibiliser la société sur l'équité et l'égalité afin de déconstruire progressivement les structures patriarcales et les stéréotypes qui empêchent les femmes de développer tout leur potentiel. Il faut aussi continuer à conseiller, accompagner, encadrer et soutenir les jeunes femmes marocaines à travers des formations ou en les encourageant à entreprendre. Mais il faut surtout les armer de compétences pour qu'elles soient des acteurs épanouis et dynamiques.

Comment renforcer leur leadership, notamment sur la scène politique marocaine, lieu des prises de décision ?

Bien que le Maroc ait réalisé d'importantes avancées ces dernières années en matière d'égalité entre les sexes au niveau institutionnel mais aussi en termes d'éducation et de santé, l'inégalité des genres persiste toujours, notamment en politique. Malgré les efforts consentis, les femmes ne participent que très peu à la vie politique du pays : les femmes élues sont passées de 0,5% en 1998 à 21% en 2015, suite à la réforme du Code électoral, qui a introduit des quotas. Néanmoins, seules 21 femmes ont été élues présidentes d'un conseil municipal. Ces disparités persistent, en grande partie, du fait de leur faible participation à l'activité économique (22,2% de femmes contre 70,9% d'hommes), mais aussi au poids de la tradition. La parité politique ne doit pas être comprise comme une fin en soi, mais plutôt comme un moyen de contribuer à l'égalité effective entre les hommes et les femmes dans tous les domaines. Il faut continuer à soutenir les femmes qui exercent ou souhaitent exercer un mandat politique, organiser des programmes d'éducation civique et mener activement des campagnes de sensibilisation. Mais plus encore, il faut renforcer le nombre d'élues pour qu'elles puissent réellement avoir une influence dans les processus décisionnels.

> "LA PARITÉ POLITIQUE N'EST PAS UNE FIN EN SOI, MAIS UN MOYEN POUR UNE ÉGALITÉ EFFECTIVE."

On entend parfois que l'avenir du Maroc se joue aujourd'hui. Qu'est-ce que cela signifie pour vous ?

La gestion de la Covid-19 au Maroc a révélé les capacités du pays à enclencher un changement rapide et innovant face à certaines problématiques. Il est important de garder cet état d'esprit et de continuer à transformer les crises en opportunités. Au Maroc, nous avons beaucoup d'ambition pour développer notre pays : cela dépend, en partie, de notre jeunesse qui constitue les deux tiers de notre population. Elle doit être un levier dans toutes les politiques publiques. Aussi devons- nous continuer à investir dans le secteur éducatif et dans des formations de qualité. Nous devons également rester vigilants sur l'intégration des femmes dans le marché du travail. Je le répète mais ce n'est qu'à travers l'autonomisation économique des femmes que nous pourrons aspirer à un développement durable de notre pays. ◆

Plafond de verre, plafond de mère

Des milliers de femmes abandonnent chaque année volontairement toute activité rémunérée pour de multiples raisons. Le taux d'employabilité des Marocaines connaît de ce fait une inquiétante régression. Que cache ce retour au foyer ? Ébauche de réponse.

PAR KHADIJA ALAOUI

Précarité, vulnérabilité, sous-emplois, emplois informels, atypiques ou temporaires et chômage sont le lot d'une majorité de Marocaines. C'est ce que confirme un grand nombre de rapports, d'analyses et d'études publiés tout au long de ces dernières années. Le dernier avis du Conseil Economique, Social et Environnemental (CESE) a ainsi dressé un état des lieux alarmant des discriminations subies par les femmes dans la vie économique et de la régression de l'activité féminine depuis 1999. Les chiffres avancés par le CESE donnent à réfléchir. Ainsi, le taux d'activité a enregistré une baisse de 5,7 points entre 1999 et 2012. À titre d'exemple, la participation économique des femmes est passée de 28,1% en 2000 à 25,1% en 2013. Ce taux ne dépasse guère les 21,5% en 2019.

Parallèlement, *"le nombre de femmes au foyer a augmenté plus vite que la population féminine en âge d'activité"*, note le rapport du CESE qui souligne au passage que le Maroc occupe le 135ème rang sur 142 pays au niveau de la participation économique de la femme. Ce classement international révèle aussi que notre pays est 24ème sur 30 pays en matière de politiques et de mécanismes d'appui et d'accompagnement des entreprises féminines à fort potentiel. Le taux d'activité féminine demeure l'un des plus faibles de la région MENA.

Le Haut commissariat au plan (HCP) a également livré une note pessimiste concernant le chômage des femmes. Sur les 13,4 millions de femmes en âge d'activité, seules 21,5% d'entre elles ont une activité, et près de 8 chômeuses sur 10 sont âgées de moins de 35 ans. Une autre réalité concerne les secteurs d'activité, et là aussi les analyses ont révélé que ce sont les secteurs à faible qualification qui emploient le plus de femmes.

Dans le rapport de la Banque mondiale *"Les Femmes, l'Entreprise et le Droit 2020"* publié en janvier dernier, il ressort que presque partout dans le monde, les femmes ne jouissent encore que des trois quarts des droits reconnus aux hommes. Parmi les autres chiffres publiés dans ce rapport, on retient la faible participation des Marocaines au marché du travail, notamment dans les villes où 82% des femmes ne travaillent pas !

RÉPARTITION GENRÉE

C'est un fait. Le Maroc d'aujourd'hui a connu d'importantes évolutions tant au niveau du profil économique et social que politique, mais il figure toujours parmi les pays de culture conservatrice en matière d'acceptabilité du rôle socio-économique des femmes au sein de la société. *"L'exclusion de la citoyenneté dont souffrent les femmes est liée au clivage public/privé qui attribue aux hommes le rôle d'intervention dans le domaine public et aux femmes celui de la prise en charge des tâches du foyer et de l'éducation des enfants. Cette répartition des rôles freine les capacités des femmes de participer au développement qui exige la mobilisation de tous et de toutes"*, note la juriste Malika Benradi dans un rapport pour le compte du HCP en 2006. Quatorze ans plus tard, la situation a peu ou prou changé. La participation des femmes à la vie active est tributaire du cycle de la vie familiale (mariage, naissance des enfants), ce qui occasionne souvent des interruptions dans leur itinéraire professionnel. Mais pas

seulement. Des barrières socioculturelles profondément ancrées dans l'inconscient collectif freinent l'intégration de la femme à la vie active. Car les parents (32,2%) ou l'époux (12,3%) peuvent s'opposer au travail de la femme. On considère même que l'homme a plus droit au travail que la femme, et qu'en cas de rareté d'offres d'emploi, 61% de nos concitoyens estiment que l'homme est prioritaire. Plus grave encore, ce sont 54% des Marocains qui pensent que le travail de la femme à l'extérieur de son foyer se fait au détriment de l'éducation de ses enfants. Ce n'est donc point étonnant si les chiffres révèlent que 30% des femmes croient que leur place est au foyer. Une tendance que confirme le ministère de l'Emploi qui note que 100.000 femmes actives se convertissent en femmes au foyer chaque année. Les causes de ce retrait de l'activité économique sont multiples : problème de garde des enfants, répartition inégalitaire des tâches au sein du foyer, politiques RH non adaptées, représentations stéréotypées qui obligent la femme, une fois devenue mère à sacrifier sa carrière pour le bien-être de sa famille... En tout, ce sont dix millions de Marocaines qui sont en dehors du marché du travail.

UN MONDE DE TRAVAIL ÉQUITABLE

Les femmes, victimes d'exclusion, sont les premières à être touchées par le spectre du chômage et de la récession. *"La population inactive est, essentiellement, composée de femmes dont le niveau d'éducation est plutôt faible. Plus les femmes sont instruites, plus elles ont d'opportunités de prendre part au marché du travail. Toutefois, les femmes instruites se heurtent à des taux de chômage plus élevés que les hommes"*, confirme une récente étude chapeautée par Polocy Center OCP et intitulée *"Égalité de genre, politiques publiques et croissance économique au Maroc."* À cet égard, l'enquête du HCP souligne que seules 34,3% des femmes ayant un niveau supérieur occupaient un emploi contre 61% d'hommes. Mais un an après leur entrée sur le marché du travail, 75% des femmes sont au chômage, contre 60% des hommes. De plus, le chômage de longue durée concerne surtout les jeunes femmes et les diplômées du supérieur. Dès lors, l'égalité en entreprise semble un rêve presque irréalisable du fait de la domination masculine sur l'environnement de l'entreprise, reproduisant en cela les discriminations et les représentations des rôles de l'homme et de la femme dans la société. Aussi, même si les entreprises décident d'opter pour une véritable parité, les stéréotypes qui bloquent l'évolution des femmes sont presque impossible à déloger. Pourtant, les textes législatifs consacrant l'égalité professionnelle sont bien là. La Constitution de 2011 énonce, dans son préambule, que *"Le Royaume du Maroc s'engage à combattre et bannir toute discrimination à l'égard de quiconque en raison du sexe"*. Le Code du Travail interdit dans son article 9 *"toute discrimination fondée sur le sexe, (...), la situation conjugale, (....), ayant pour effet de violer ou d'altérer le principe d'égalité de chances ou de traitement sur un pied d'égalité en matière d'emploi ou l'exercice d'une profession, notamment en ce qui concerne l'embauchage, la conduite et la répartition du travail, la formation professionnelle, le salaire, l'avancement, l'octroi des avantages sociaux, les mesures disciplinaires et le licenciement."* L'article 346 du même code interdit *"toute discrimination relative au salaire entre les deux sexes pour un travail de valeur égale."* Mais, dans les faits, la réalité est toute autre. *"Les estimations internationales de l'écart salarial entre les femmes et les hommes au Maroc place le Maroc au 130ème rang, très loin derrière des pays arabes tel que le Qatar, le Koweït, Bahreïn et la Tunisie et des pays africains tel que le Sénégal"*, note le CESE dans son rapport consacré à "L'état des lieux de la parité". Cette situation, faut-il le préciser, est préjudiciable au développement, car, comme le note la Banque mondiale dans son dernier mémorandum sur le Maroc, *"l'amélioration substantielle de la participation des femmes au marché du travail constitue ainsi un enjeu majeur pour le décollage économique du pays."* En effet, la levée des obstacles à la participation de la femme au marché de l'emploi contribuerait à augmenter le PIB de près de 35%. Voilà une bonne raison pour créer des conditions optimales afin de favoriser le retour des femmes aux postes qu'elles méritent. ◆

> "30 % DES FEMMES PENSENT QUE LEUR PLACE EST AU FOYER, ET CHAQUE ANNÉE, 100 000 FEMMES ACTIVES QUITTENT LEUR TRAVAIL."

Ghalia Sebti
Aux petits soins pour le zellige

Innover tout en respectant les techniques ancestrales. C'est le credo d'Aït Manos, une entreprise qui a fait connaître le zellige à l'international, et qui œuvre inlassablement pour sublimer ce patrimoine marocain. Derrière cette success story, un couple et une passion. Ghalia Sebti Bennani, co-fondatrice et DG d'Aït Manos revient sur cette belle histoire.

PROPOS RECUEILLIS PAR KHADIJA ALAOUI

Travailler et revisiter le zellige a-t-il toujours été pour vous une évidence ?
Créer notre atelier de céramique a été une évidence immédiatement ! Le zellige s'est imposé rapidement mais ce n'était pas vraiment prémédité… Mon mari, Tawfik Bennani, était déjà amoureux des arts décoratifs marocains. Il était passionné de poterie, et moi je venais de terminer un master en technique d'exportation. Les deux premières années, nous avons testé beaucoup de choses, mélangé les méthodes ancestrales avec des pâtes de faïences…

Fin 1997, nous avons réalisé que le zellige, ce métier d'art séculaire admiré dans le monde entier, à la valeur esthétique inouïe, n'était pourtant pas exportable car il fallait nécessairement que des maâllems viennent installer les mosaïques sur les chantiers.

Tawfik a eu l'idée de travailler un zellige préassemblé, léger, fin et facile à poser.

Nous avons été les premiers à proposer du zellige préassemblé, prêt à poser et emboitable dès 1997 et notre premier client a été Peter Marino aux USA. Ça a été une véritable révolution et ça a constitué notre signature. Grâce à des processus uniques, les Ateliers Aït Manos marient maîtrise parfaite d'un savoir-faire séculaire né au Maroc au X^{ème} siècle et innovations techniques. Nous revisitons l'esthétique traditionnelle en y apportant un souffle nouveau, offrant le Zellige comme véritable art décoratif à l'international.

En plus de 25 ans dans ce domaine, quels ont été vos plus beaux challenges et réalisations ?
En 25 ans, nous avons réalisé de belles signatures partout dans le Monde.

Les projets qui nous tiennent à cœur ne sont pas uniquement les plus prestigieux mais vraiment ceux qui naissent de plusieurs esprits inspirés par l'envie d'explorer ensemble de nouvelles voies créatives.

Parmi les plus belles réalisations, je citerais une résidence privée avec une magnifique piscine en bejmats verts foncés avec Peter Marino Architects à Palm beach en 1998 ! Nous avons fourni aussi des panneaux de zellige préassemblés en un temps record pour le Casino MGM de Macau qui a été un projet d'une ambition folle et qui nous a permis d'expérimenter de nouvelles exigences techniques.

Le jardin-piscine du Royal Mansour de Marrakech a été un travail très créatif : Aït Manos a mis au point une teinte exclusive, création de mon mari Tawfik Bennani. Une couleur comme nulle part ailleurs, qui donne une couleur "fond de ruisseau" à l'eau loin des turquoises classiques qu'on voit habituellement..

Je peux encore citer les carreaux de zelliges gris chiné pour le Musée Yves Saint-Laurent de Marrakech en collaboration avec studio KO ou encore le rose poudré créé pour le très glamour Willmott's Ghost, un restaurant situé dans The Spheres, prouesse architecturale d'Amazone à Seattle aux USA.

Votre entreprise a reçu de nombreuses distinctions et prix. Quelle a été la distinction dont vous êtes particulièrement fière ?

Le premier prix que nous avons obtenu en mai 1998, le prix Tiffany, sur le salon coverings aux États-Unis a été un épisode marquant de notre histoire car il nous a projetés dans la cour des grands du luxe des revêtements en l'espace d'une semaine ! Et cela nous a immédiatement ouvert les portes des marchés européens...

Selon vous, que peut apporter l'innovation au domaine du zellige ? Que pourriez-vous nous dire sur vos dernières créations ?

La création et l'innovation nous portent chaque jour. La philosophie d'Aït Manos est d'innover tout en respectant les techniques ancestrales : tout est entièrement fait à la main. On taille à la main, on émaille à la main, nous respectons la tradition du zellige originel, c'est important de le souligner car malheureusement aujourd'hui le succès du zellige aboutit parfois à le dénaturer...

Nous avons d'ailleurs obtenu, suite à un audit très poussé, le Label National de l'Artisanat du Maroc développé par le Ministère de l'Artisanat et de l'Économie Sociale et Solidaire, dans la filière Zellige. Ce label est une marque de garantie officielle, attestant qu'il s'agit d'un zellige entièrement réalisé à la main selon les méthodes authentiques. Nous saluons là l'amorce de la notion des appellations d'origines si importantes dans la défense de notre culture et de nos traditions. Mais il faut aller plus loin, et empêcher que des marques italiennes, espagnoles ou autres de carrelages industriel (souvent fabriqués industriellement en masse en Asie) puissent mettre sur le marché des collections imitant notre patrimoine, les appelant "Zelliges" sans se faire inquiéter !

Pour revenir à l'innovation, nous avons aujourd'hui dans nos ateliers des stations de travail qui nous permettent d'aller très loin en sophistication. Nous continuons à innover dans les matériaux, dans la couleur, dans le mobilier...

Dernièrement nous avons dévoilé deux nouveaux précieux émaux en 3ème cuisson, l'or 18 carats et le platine. C'est une innovation esthétique et technique pour des zelliges ornés d'or et de platine, obtenus grâce à des processus précis de cuisson.

Les métiers d'art demandent de l'application, le respect de multiples étapes de fabrication. Le zellige doit sécher à l'air libre, nous prenons le temps qu'il faut car en définitive, le vrai luxe aujourd'hui, c'est prendre son temps, non ?

Peut-on renouveler le zellige sans risquer de le dénaturer ?
Notre travail démontre qu'il est possible de fabriquer, sublimer, décliner et moderniser le zellige traditionnel fassi sans jamais travestir son processus de fabrication ancestral. Tant que tout est réalisé dans le respect de l'artisan, de ses gestes, on peut enrichir un métier d'art en conservant son authenticité.

Lorsque nous avons réalisé le PIKZEL, Myriam Mourabit et Tawfik ont véritablement analysé l'essence graphique et mathématique du zellige et ont joué avec ! Le résultat est époustouflant et a même été exposé à l'Institut du Monde Arabe à Paris.

Nous cherchons maintenant à explorer de nouvelles pistes créatives dans nos origines plus africaines, et à ce titre nous souhaitons vivement collaborer avec des artistes africains qui souhaiteraient encore enrichir cet art séculaire...

La transmission dans ce domaine est importante. Que faites-vous à votre niveau pour la préservation de cet héritage ?
Nos créations sont élaborées dans nos ateliers, entourées par les plus grands maîtres artisans Zelligeurs. Dans le zellige il y a plusieurs spécialités : les maâllems qui travaillent la terre crue, ceux qui taillent, ceux qui assemblent...

Quand un mâallem arrive chez nous, avec son savoir-faire qu'il a de longue date, il y a une phase d'adaptation pour intégrer notre façon de travailler. Par exemple nous avons ajouté des étapes de production mais très souvent ils s'épanouissent bien. Je crois bien qu'ils sont fiers de leur exceptionnel savoir. Nous sommes une grande tribu... "Aït" signifie bien la tribu en berbère, Aït Manos, nous sommes la tribu des mains.

"DE NOMBREUX JEUNES MAROCAINS S'INTÉRESSENT AUX GESTES DE LEURS ANCIENS ET CHERCHENT À CRÉER DE NOUVELLES CHOSES."

Quelle est votre vision pour le futur du zellige ?
L'engouement pour le zellige est mondial. Et je trouve qu'il y a une vivacité créative incroyable au Maroc dans tout l'univers de nos métiers d'art. De nombreux jeunes marocains se lancent, s'intéressent aux gestes de leurs anciens, ils cherchent à apprendre et à créer de nouvelles choses. Il y a tant à faire pour la valorisation des métiers d'art, d'excellence et du luxe marocains.

C'est un engagement important pour moi: promouvoir et encourager la transmission des savoir-faire aux nouvelles générations, et pas seulement à mes enfants ! Nous sommes en train de créer la fondation Aït Manos pour accompagner les femmes artisanes. Nous travaillons avec l'association Al Anwar de Imzour dans la région de El Haouz ; il y a un foyer de 32 femmes artisanes et nous les aidons à développer et à commercialiser les magnifiques tapis en laine noués qu'elles réalisent avec leurs mères et grands-mères depuis des générations... Elles ont un besoin immense d'être accompagnées sur la partie logistique. Je profite de votre tribune pour lancer un appel !

En tant qu'entrepreneure femme au Maroc, quel serait votre conseil pour la jeune génération ?
Les jeunes se posent souvent la question du choix. Le choix de devenir entrepreneur, de lancer son projet. Faites-le le plus tôt possible !

Explorer votre patrimoine et votre culture, car la valeur est juste à portée de mains. Faites tout en même temps ! Le temps est élastique, plus vous avez envie de faire des choses, plus vous trouvez le temps de les faire. Alors ne bridez pas votre envie : elle donne une puissance de frappe colossale. ◆

La vie nous rapproche

Malgré nos différences, tant de choses nous rapprochent !

La vie ne manque pas de nous le rappeler chaque jour. Parfois, un mot n'a pas besoin d'être prononcé pour tout dire. Il y a la confiance qui, une fois partagée, se donne toujours sans compter. Sans oublier le petit coup de main qui arrive toujours à temps pour régler un contretemps.

Parce que plus on se rapproche plus la vie devient facile, aujourd'hui, Atlanta et Sanad s'unissent pour que l'assurance soit plus simple et toujours plus proche de vous.

AtlantaSanad Assurance : Entreprise régie par la loi N°17-99 portant code des Assurances.

RAPP

AtlantaSanad
ASSURANCE

www.atlantasanad.ma

La pédopsychiatrie, un secteur médical sous tension

Anxiété, dépression, troubles du comportement, pensées suicidaires, ... Préserver la santé mentale des enfants est un véritable défi à l'heure de la pandémie de Covid-19. Retour sur l'histoire et les enjeux cruciaux de cette jeune discipline au Maroc.

PAR PAULINE MAISTERRA

La santé mentale des jeunes marocains se dégrade. La pandémie de Covid-19 a fragilisé une situation déjà très précaire. *"Elle a eu des répercussions catastrophiques du point de vue des psychiatres et pédopsychiatres,* livre sans détour le Docteur Ghizlane Benjelloun, professeur agrégée en pédopsychiatrie et responsable du service de pédopsychiatrie au CHU Ibn Rochd de Casablanca. *Nous avons vu une multiplication par trois des dépressions, des tentatives de suicide, des troubles du comportement, des troubles anxieux sévères ainsi que des cas de violence intra familiale avec toutes les conséquences qui en découlent."* Un constat alarmant même s'il est difficile de se baser sur un état des lieux approfondi des pathologies et des problématiques ainsi que de leur prévalence par manque de données sur l'état de la santé mentale des enfants et des adolescents au Maroc, comme le soulève le rapport sur la situation des enfants dans le royaume publié en novembre 2019 par l'ONDH, l'ONDE et l'Unicef[1]. Les troubles psychiques les plus fréquents ? *"Un retard mental ou des troubles neurodéveloppementaux type autisme restent les pathologies qui représentent le plus grand chiffre des consultants,* répond le Docteur Houda Hjiej, pédopsychiatre, psychothérapeute et enseignante universitaire. *Viennent en deuxième lieu les troubles anxieux, les dépressions, les troubles spécifiques des apprentissages (Troubles dys, TDA/H), les retards de langage et autres acquisitions et les troubles du comportement. Nous recevons aussi beaucoup de conduites suicidaires, notamment chez les préadolescents et les ados, sans oublier les prises en charge pour les enfants victimes de violence."* D'après l'enquête nationale GSHS2 datant de 2016 dont fait référence le Plan stratégique national de promotion de la santé mental des enfants, des adolescents et des jeunes, 16% des élèves de 13-17 ans ont sérieusement envisagé de se suicider (17,9% des filles et 14% des garçons) et 13,6% ont fait une ou plusieurs tentatives. Face à une jeunesse en détresse psychologique, une discipline : la pédopsychiatrie, reconnue dans le bulletin officiel de 2008 comme une spécialité à part entière. Douze ans plus tard, elle ne dénombre que quatre unités psychiatriques pour enfants au niveau des CHU de Rabat, Casablanca, Marrakech et Fès, et à peine 40 pédopsychiatres dont la formation d'internes en pédopsychiatrie se limite à une spécialisation entre la faculté de médecine de Casablanca et le service de pédopsychiatrie du CHU Ibn Rochd, comme le mentionne le rapport de l'ONDH, ONDE et l'Unicef. Un manque de moyens inquiétant alors qu'il est encore difficile de mesurer l'impact de la pandémie de Covid-19 sur le psychisme des jeunes.

UNE SITUATION DRAMATIQUE TENDUE

"Même s'il existe quatre centres spécialisés en pédopsychiatrie, seul le service de Casablanca a intégré des unités d'hospitalisation de jour et de nuit", signale le Docteur Houda Hjiej, démontrant ainsi une inégalités d'accès aux soins mentaux en raison d'une couverture géographique tout bonnement très insuffisante. Autre écueil : l'absence d'un circuit préférentiel facilitant l'accès des enfants en détresse, comme le démontre la spécialiste. *"Au service de pédopsychiatrie du CHU Abderrahim Harrouchi de Casablanca, le jeune patient doit être adressé par un professionnel de la santé ou un psychologue orthophoniste ou psychomotricien avec une lettre qui lui permet de prendre rendez-vous pour une consultation. Mais, il y a aussi le service des urgences où les patients sont reçus tous les jours 24h/24 pour les problématiques telles que les tentatives de suicides, les situations de violence, l'abandon scolaire ou des troubles du comportement sévères."* Aussi, les parents d'enfants avec troubles mentaux se tournent tant bien que mal vers les associations qui ne peuvent, elles aussi, subvenir à toutes les demandes faute de moyens. *"Pour une meilleure prise en charge, il faudrait créer des réseaux de proximité de première ligne consistant en des centres médicaux psychologiques avec des équipes multidisciplinaires comprenant des pédopsychiatres, psychologues, orthophonistes et psychomotriciens"*, soutient le Docteur Houda Hjiej, s'agaçant également du retard pris dans le diagnostic des troubles mentaux chez les enfants de 3 à 10 ans. *"Cela peut engendrer des conséquences délétères,* s'insurge-t-elle. *Un*

> "LA PÉDOPSYCHIATRIE, RECONNUE COMME SPÉCIALITÉ À PART ENTIÈRE EN 2008, COMPTE QUATRE UNITÉS PSYCHIATRIQUES DANS LE PAYS."

> “LE CONFINEMENT A EXACERBÉ LES TROUBLES PSYCHIQUES DES JEUNES ISOLÉS EN RAISON DES PRÉJUGÉS SUR LA MALADIE MENTALE.”

délai plus long dans la prise en charge peut être à l’origine d’un retard définitif du développement et peut entraîner de gros problèmes de socialisation et du comportements (agressivité et violence). Pris à temps, à savoir durant la petite enfance, le cerveau, encore modelable, répond de façon plus efficace aux stimulations et actions de l’environnement.” En d’autres termes, l’avenir d’un enfant en détresse psychologique est soumis à la rareté à la fois des professionnels, des structures spécialisées et de l’accompagnement des familles.

UN ABANDON AUX DROGUES

Alors que l’offre en soin est extrêmement tendue, un autre défi d’envergue préoccupe : les addictions chez l’enfant et l’adolescent qui n’épargnent aucune catégorie sociale. D’après l’enquête nationale GSHS2, 6,5% des élèves de 13 à 17 ans déclarent avoir consommé des drogues. La prévalence de consommation du cannabis durant la vie des garçons est de 9,5 %, 7,6% pour l’alcool et de 4,1% pour les psychotropes. Quant aux filles, elles sont 4,4% à consommer des psychotropes, 2,8 % de l’alcool et 2,1% du cannabis. Problème, l’accès aux substances addictives semble de plus en plus facile avec des drogues parfois vendues à proximité des établissements scolaires, des prix relativement bas, une perception banalisant son usage, sans oublier le mimétisme des pairs, comme le rappelle le Plan stratégique national de promotion de la santé mentale des enfants, des adolescents et des jeunes. La réponse socio-sanitaire ? Insuffisante, font remarquer les auteurs du rapport de l’ONDH, l’ONDE et l’Unicef. En effet, entre 2012 et 2016, le Ministère de la Santé a créé 13 centres d’addictologie et devrait les porter à 14, répartis de façon rationnelle dans différentes régions du pays, précise-t-on, avant d’insister sur les difficultés à travailler auprès d’un public d’enfants et adolescents puisque la loi exige un accord parental pour avoir recours à ces centres. Pour Meriem El Yazaji, chef de service addictologie au CHU Ibnou Rochd à Casablanca et enseignante à la faculté de Médecine et de Pharmacie de Casablanca, la solution passe par la sensibilisation. *“Il faut miser sur la formation aux addictions de tous les professionnels de santé côtoyant de près ou de loin les enfants,* appuie-t-elle, *ainsi que sur une prévention durable et touchant tous les âges.”*

UNE MÉCONNAISSANCE EFFRAYANTE

Dans un contexte inédit de crise sanitaire, le confinement a exacerbé les maux et troubles psychiques des jeunes malades isolés en raison des préjugés toujours aussi tenaces sur les maladies mentales. Changer le regard est primordial. Les médias jouent un rôle important dans ce rude et long combat tout comme les enseignants. *“Le milieu scolaire étant un lieu privilégié d’expression des difficultés des jeunes, les professeurs sont censés jouer un rôle primordial dans le dépistage et l’accompagnement de ces enfants”*, appuie le Docteur Houda Hjiej. À l’heure de la Covid-19, parler de promotion de la santé mentale des enfants et d’enjeux de société et de santé publique prend tout son sens. *“Les jeunes sont ceux qui vont payer le prix le plus fort psychologiquement,* martèle la spécialiste. *La coupure avec le milieu scolaire et l’isolement des enfants de leur vie sociale risque d’aboutir à des abandons scolaires de plus en plus fréquents, ainsi qu’à des troubles psychiques pouvant avoir des impacts sur le moyen et le long terme, car ces jeunes vont grandir dans l’incertitude et le manque de projection.”* Et le Docteur Ghizlane Benjelloun d’enchérir : *“Le pire reste à venir au vu de l’état de stress post traumatique et des régressions dans le développement global des jeunes.”* Aussi, il est crucial que la santé mentale ne soit plus un sujet tabou. Comme le dit le Docteur Ghizlane Benjelloun, *“il est urgent de penser santé mentale positive”*. ◆

◆ Observatoire national du développement humain (ONDH), Observatoire national des droits de l’enfant (ONDE) et l’Unicef

◆ Global School-based Student Health Survey

{يسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنفِقُونَ ۖ قُلْ مَا أَنفَقْتُم مِّنْ خَيْرٍ فَلِلْوَالِدَيْنِ وَالْأَقْرَبِينَ واليتامى
وَالْمَسَاكِينِ وَابْنِ السَّبِيلِ ۗ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ} سورة البقرة 215

Dés aujourd'hui, parrainez un enfant et aidez le à retrouver la chaleur d'un foyer

06 61 58 80 88 info@sos-maroc.org

RIB SG : 022.780.00013200050.329.73.74

Association reconnue d'utilité publique, placée sous la Présidence d'Honneur de SAR la Princesse Lalla Hasnaa

Santé mentale
La descente aux enfers

Pénurie d'institutions spécialisées, état déplorable des centres hospitaliers, manque de personnels qualifiés, défaut de prise en charge... L'état des lieux de la santé mentale au Maroc reflète une situation peu reluisante, et annonce encore des jours sombres pour les malades. Décryptage.

PAR KHADIJA ALAOUI

La psychiatrie est le parent pauvre de la médecine. Ce constat, étayé par les faits, dresse une situation caractérisée par le manque de structures de soins psychiatriques et addictologiques (moins d'une quarantaine d'établissements), un nombre insuffisant de psychiatres (leur nombre frôle à peine les 400), un manque flagrant d'infirmiers qualifiés et d'assistants sociaux, etc. *"La santé mentale est en souffrance"*, constate Dr Hachem Tyal, psychiatre, psychothérapeute et fondateur des cliniques psychiatriques Villa des Lilas. Pour preuves, le nombre insuffisant de lits hospitaliers, la concentration des structures hospitalières dans l'axe Casablanca-Rabat, la répartition géographique inégale et déséquilibrée, les équipements désuets, l'état déplorable de la literie, les chambres d'isolement inhumaines et non sécurisées...

Il faut dire que la psychiatrie a été pendant longtemps une discipline qui n'attirait guère les jeunes médecins. Ainsi, en 1970, le Maroc ne comptait que 2 psychiatres. *"Dans l'imaginaire collectif, on pense que les malades mentaux et les personnes qui s'en occupent sont plus ou moins anormaux. On croit savoir que la psychiatrie consiste à s'occuper de fous, de gens agités, instables et dangereux. Ce qui est faux"*, confie ce médecin. *"La psychiatrie fait peur"*, confirme Dr Tyal.

Bien plus, cette spécialité a été longtemps marginalisée dans l'agenda des décideurs dans le domaine de la santé. Par ricochet, elle n'a pas bénéficié de l'investissement adéquat à même de combler le déficit des ressources humaines (psychiatres, addictologues, psychologues, infirmiers spécialisés, assistants sociaux, etc.) et encore moins d'un effort de mise à niveau des structures existantes et de création d'unités hospitalières fonctionnelles et aux normes internationales. Cette pénurie a fait le lit des charlatans et des structures anarchiques, barbares et inhumaines à l'instar de Bouya Omar à Kalâat Sraghna, dans la région de Marrakech, où des dizaines de malades mentaux étaient enchaînés dans l'attente de la *"baraka"* du marabout. Pourtant, le Dahir du 30 avril 1959 relatif à *"la prévention et au traitement des maladies mentales et à la protection des malades mentaux"* a été précurseur en son temps. Malheureusement, cette loi n'a subi aucune modification depuis sa promulgation, et donne lieu, comme l'a constaté l'un des rapports du Conseil national des droits de l'Homme (CNDH) relatif à la santé mentale et droits de l'homme, à de nombreux abus.

LE MAL-ÊTRE DE LA SANTÉ MENTALE

L'organisation mondiale de la santé (OMS) définit la santé comme étant *"un état complet de bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de la maladie ou de l'infirmité"*. La santé mentale, indissociable de la santé globale, est ainsi définie comme *"un état de bien-être dans lequel la personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail*

productif et fructueux et contribuer à la vie de sa communauté". Dans le monde, une personne sur quatre est susceptible d'être atteinte de troubles mentaux. Au Maroc, la dernière enquête sur la prévalence des maladies mentales menée par le ministère de la Santé auprès de 6.000 personnes âgées de 15 ans et plus démontre que 48,9% des Marocains présentent un trouble mental, et les femmes sont les plus touchées (48,5% contre 34,3% d'hommes). "*25% de la population souffrent d'un état dépressif, 2% de la population présentent une pathologie schizophrénique, 4 à 5% ont une maladie bipolaire… C'est beaucoup par rapport à une population comme celle du Maroc, et par rapport aux structures de prise en charge qui sont insuffisantes*", détaille Dr Tyal.

Des efforts ont pourtant été consentis tout au long de ces dernières années avec plus ou moins de bonheur pour mettre à niveau ce secteur. "*Les ministres qui se sont succédé à la tête du département de la santé ont mis la santé mentale parmi les priorités de leur mandat*", assure le psychiatre.

Malheureusement, les résultats ont été rarement à la hauteur des ambitions. À cet égard, le CNDH a pointé du doigt les nombreux dysfonctionnements du secteur, appelant à l'urgence de la mise à niveau et de la réhabilitation des structures existantes. "*Renoncer officiellement et administrativement à la création des sept hôpitaux régionaux qui étaient programmés, en réaffectant le budget initialement destiné à leur construction et à leur équipement et les ressources humaines qui étaient prévues pour leur encadrement aux établissements publics de psychiatrie existants selon leurs besoins*". Cette recommandation du CNDH a été suivie de peu d'effet, car le programme de construction de 3 nouveaux hôpitaux psychiatriques d'une capacité litière de 120 lits chacun à El Kelaa Sraghna (réalisé et mis en fonction), à Kenitra (en cours) et à Agadir (en cours) a été maintenu, de même que des services psychiatriques intégrés dans les hôpitaux généraux ont vu le jour (23 services au total), ainsi que la création de structures intermédiaires en santé mentale (2 Hôpitaux de jour à Marrakech et Salé et 2 centres médicopsychosociaux à Casablanca).

DES HÔPITAUX MALADES

Mais tout cela ne doit pas occulter l'état lugubre d'un grand nombre d'établissements. Le sit-in du personnel soignant de l'hôpital psychiatrique Saada à Marrakech pendant près d'une vingtaine de jours en mars 2019 avait alerté l'opinion publique sur les nombreuses failles de cette structure qui met en danger à la fois la vie des patients et du personnel soignant. L'hôpital Saada n'est pas la seule structure à être

en piteux état. On se rappelle encore les effroyables photographies (des patients mangeant et dormant à même le sol, des lits rouillés, des matelas très sales et en piteux état, des portes en bois poreuses, la saleté des lieux, etc.) rendues publiques par l'association néerlandaise Circle of influence suite à plusieurs visites de ses membres au sein de l'hôpital Ar-razi à Berrechid.

Conscient de l'état déplorable des établissements psychiatriques, le ministère de la santé caresse un vaste projet à l'horizon 2025 : la mise à niveau des hôpitaux et services de psychiatrie intégrés existants, humaniser et normaliser les structures de soins et les pratiques professionnelles, poursuivre la création de services intégrés de psychiatrie au niveau des hôpitaux généraux et diversifier l'offre de soins psychiatriques et les interventions en santé mentale. C'est dans ce contexte qu'une nouvelle stratégie nationale de promotion de la santé mentale s'articulant autour de cinq principaux axes, à savoir le renforcement de l'offre de soins, le développement des compétences médicales et paramédicales, la conclusion de partenariats, l'amélioration du cadre juridique, et l'adoption d'une nouvelle politique médicamenteuse, a été annoncée au début de l'année 2020.

Un vaste chantier en somme qui subit parfois, avec les changements à la tête du ministère de tutelle, des ajustements, des contretemps et des retards dans l'exécution du fait du contexte et des priorités sanitaires du moment.

LE CALVAIRE DES PROCHES

Dans cette inexorable descente aux enfers qu'est la maladie mentale, la famille demeure le dernier rempart contre l'abandon, l'injustice et la stigmatisation. Mais que de courage, d'abnégation et de don de soi sont nécessaires pour accompagner ces fils, filles, frères, sœurs, pères ou mères dans ce long voyage dans les ténèbres... *"On a tendance à oublier la souffrance et la douleur des familles des malades qui doivent gérer un malade schizophrène qui décompense sur un mode délirant aigu. Ces familles ne peuvent pas confier le malade aux institutions publiques (peu de places) ou privées. Ces dernières sont en nombre réduit, souvent chères pour le budget des familles, en l'absence d'une prise en charge que les assurances rechignent à donner pour ce type de maladie.... Les familles souffrent alors le martyr, leur vie durant, et personne ne les accompagne. C'est une grande souffrance d'une frange importante de la société, et qui n'est pas suffisamment prise en compte"*, souligne Dr Tyal. En effet, lorsque les troubles mentaux s'installent, beaucoup de familles ne peuvent compter que sur elles-mêmes pour gérer le malade. L'immense souffrance, le

ENTRETIEN AVEC **DR HACHEM TYAL,**

psychiatre, psychanalyste et fondateur des cliniques psychiatriques "Villa des Lilas".

Qu'est-ce qu'un trouble mental ?

On considère qu'il y a un trouble mental ou un trouble psychique lorsqu'existe un dysfonctionnement dans l'un de nos automatismes dans la gestion émotionnelle ou comportementale d'une situation donnée, avec des conséquences à court, moyen et long terme sur notre vie personnelle, professionnelle et sociale. Ce trouble psychique ou mental va se traduire, chez une personne souffrant d'un trouble anxieux par exemple, par de l'angoisse, un éprouvé psychique et corporel engendrant de l'inquiétude, l'empêchant d'accomplir un geste simple, comme prendre l'ascenseur. Chez une personne présentant un trouble obsessionnel compulsif cela pourra se traduire par des actions répétitives, comme fermer 50 fois une porte. Ce rituel sera nécessaire pour apaiser la personne qui souffre de cette maladie. Celui qui souffre de psychose délirante, comme la schizophrénie, va avoir, quant à lui, une perception du réel qui lui est propre, des intuitions ou des interprétations non en adéquation avec le réel donc délirantes, des hallucinations...

En somme, la maladie mentale s'exprime au niveau de l'éprouvé, des sensations, des pensées et des émotions qui nous habitent ce qui va impacter notre vie par le biais d'un dysfonctionnement à l'intérieur de nous-même et dans notre rapport à ce qui nous entoure en général.

Parmi les maladies en général, les maladies mentales sont, certes, très particulières mais, même si elles sont très différentes des autres pathologies qui affectent l'humain, il n'en demeure pas moins que ce sont de véritables maladies avec leurs descriptions cliniques et leurs traitements spécifiques, ne l'oublions jamais.

Peut-on revenir à la "normalité" avec une prise en charge adéquate ?

Bien sûr que l'on peut revenir à son équilibre d'avant crise. On peut même s'inscrire dans un mode opérant peut-être meilleur que celui dans lequel on était avant la crise, mais tout cela ne peut être obtenu qu'à travers un accompagnement spécialisé adéquat.

En psychiatrie, bien plus que dans d'autres spécialités, cet accompagnement se doit de tenir compte de l'individu dans sa globalité. Quand l'humain que nous sommes est dysfonctionnel sur le plan psychologique, Il est tout à fait exclu de ne voir dans cet humain qu'une machine qui dysfonctionne et encore moins voir dans la personne souffrant d'une maladie mentale qu'un cerveau malade.

Quand notre santé psychique est très impactée, quand quelque chose que l'on vit a des répercussions sur notre quotidien, il faut absolument chercher des réponses auprès de spécialistes. Ces réponses sont médicamenteuses et aussi, ou même et surtout, psychologiques. Les médicaments ne sont en effet qu'un élément du soin. Ils sont très importants, certes souvent indispensables, surtout qu'aujourd'hui nous avons des produits très bien tolérés et qui entraînent peu d'accoutumance ou de dépendance, mais l'accompagnement psychologique est un aspect essentiel du soin, ce que nous avons de plus en plus tendance à oublier.

stress, l'incompréhension sont le lot quotidien de ces familles. Et les mots arrivent difficilement à traduire la terrible réalité. *"Quand mon fils est tombé malade, nous n'avons plus eu un seul jour de repos. Cela fait maintenant presque 25 ans"*, confie cette maman. C'est le cas de toutes les familles. *"Depuis 16 ans, mon mari et moi sommes le seul soutien de notre fille. Nous n'avons plus eu un seul jour de vacances. Quand elle a ses crises, elle est intenable. Nous sommes habitués aux nuits blanches..."* Et c'est justement pour s'entraider, discuter, créer un débat public autour de la santé mentale que des associations ont été créées, à l'instar d'Amali et de bien d'autres associations qui militent pour une meilleure prise en charge de la maladie et contre la stigmatisation de la maladie mentale, qui pousse souvent les familles à cacher ou à abandonner le malade. En effet, l'absence de toute alternative à l'hospitalisation en dehors de la famille expose un nombre important de patients "chroniques" aux rechutes et à l'exclusion. *"Il y a des programmes spécifiques, comme Pro-famille que je gère avec d'autres confrères afin de donner aux familles la possibilité de s'outiller pour faire face à la maladie. Il faut aussi savoir qu'avec le programme pro-famille, on réduit de 50% le nombre d'hospitalisation"*, assure Dr Tyal.

DES CHIFFRES ALARMANTS

Militant depuis de très nombreuses années pour une *"psychiatrie d'excellence qui repose sur la rigueur diagnostique, la qualité des soins et l'humanisation de la relation"*, Dr Tyal insiste sur l'importance du partenariat public-privé dans ce domaine, mais aussi sur la nécessité d'arrêter de stigmatiser le malade mental. *"Un des éléments de développement d'une nation, est la manière dont elle s'occupe de ses malades et de ses handicapés"*, insiste-t-il. En ce 10 octobre, journée mondiale de la santé mentale, il est important de rappeler que le combat pour une meilleure santé (mentale) ne se limite pas seulement aux seules infrastructures et ressources humaines, mais aussi aux représentations négatives et à la stigmatisation, car aujourd'hui encore, la communication autour de la pathologie mentale est pratiquement inexistante, et l'éducation sanitaire fait toujours défaut. *"La maladie mentale fait tellement peur qu'on essaie de ne pas la voir"*, résume Dr Tyal. Résultat ? Des milliers voire des millions de Marocains traînent leur trouble mental dans l'anonymat absolu. Des troubles qui peuvent conduire à des souffrances incommensurables et au suicide. À cet égard, l'OMS confirme que les troubles neuropsychiatriques représentent dans notre pays 15,8% de la charge globale de morbidité. Des chiffres alarmants qui doivent alerter et inciter à mettre la santé mentale en haut des priorités, car il y a une vraie urgence. ◆

Certaines fois la réponse à une maladie psychique est le recours à l'hospitalisation. Cette dernière est nécessaire dans de nombreux cas, en particulier chez les personnes qui font ce que nous appelons des états psychotiques aigus ou qui souffrent de dépressions graves avec risque suicidaire important ou encore celles qui présentent des addictions à des substances toxiques.

Une particularité mérite d'être soulignée, ici, pour ce qui est de l'hospitalisation en psychiatrie. Cela concerne le fait que c'est dans ce type d'hospitalisation que l'on se rend compte à quel point l'hospitalisation est en elle-même un soin à part entière, au point que l'on dit qu'en psychiatrie "les murs soignent", ce qui ne se voit dans aucune autre spécialité médicale. En effet, le fait d'être en institution spécialisée participe pleinement au soin, car il y a, en plus du repos lié à celle-ci, une prise en charge par une équipe thérapeutique multidisciplinaire, un accompagnement psychothérapique, des activités thérapeutiques appelées ergothérapie, des activités occupationnelles, etc., le tout dans un environnement agréable et sécurisant. Tout cela permet aux patients de se retrouver avec eux-mêmes et d'avancer dans la résolution de leurs difficultés dans les meilleures conditions, ce qui est déterminant indubitablement la réponse au traitement et sa qualité...

Mes regrets sont, d'une part, qu'il y a très peu d'institutions spécialisées dans notre pays et, d'autre part, que malheureusement beaucoup d'assurances ne prennent pas en charge les frais d'hospitalisation de ces soins, alors que souvent l'hospitalisation est d'une importance capitale, surtout lorsqu'on connaît la souffrance inégalable des malades mentaux et de leurs familles. Mon souhait, à ce propos, est que les assurances et autres organismes de remboursement se résolvent enfin à prendre en charge les frais d'hospitalisation des troubles mentaux et à leur véritable coût.

Un Marocain sur 2 est en souffrance. Ces chiffres traduisent-ils la réalité ?

Des statistiques ont effectivement révélé qu'un Marocain sur 2 est en souffrance psychique. Celle-ci n'est pas anormale, c'est-à-dire qu'il n'est pas anormal d'être en souffrance psychique à un moment ou à un autre dans notre itinéraire de vie. Le problème est dans l'importance de cette souffrance et son origine. Qu'une personne soit en souffrance psychologique dans certains moments de sa vie est normal, mais cette souffrance ne doit pas atteindre des niveaux insupportables et doit être en adéquation avec ce qui la génère. La souffrance psychologique est souvent éphémère car l'être humain possède d'incroyables mécanismes réparateurs, capables de restaurer le fonctionnement du corps comme de la psyché et il y arrive le plus souvent... Mais parfois, si la personne n'est pas suffisamment armée pour faire face aux agressions de son psyché ou si elle n'est pas suffisamment aidée par des professionnels, des problèmes parfois importants peuvent se poser alors pour elle. Les Marocains souffrent au niveau psychologique, bien évidemment, comme ailleurs dans le monde, et s'ils souffrent peut-être plus qu'en d'autres endroits de cet univers c'est uniquement parce que l'aide qui se doit d'être à leur disposition n'est pas suffisante.

Ayons bien tous en tête, enfin, que la santé mentale est un élément essentiel du développement d'une nation ; Il est indispensable que nos concitoyens, ceux qui construisent ce pays, soient en paix avec eux-mêmes, bien dans leur psyché. Il est primordial que, en des moments de leur existence où ils ont besoin d'être accueillis dans des lieux de soin adéquats, ils puissent bénéficier d'espaces de vie agréables, qu'ils y soient respectés dans leurs droits et leur dignité, et c'est ce que nous avons essayé de reproduire au moment où nous avons conçu le projet de la nouvelle clinique Villa des Lilas de Casa-Anfa. Il était essentiel, à nos yeux, d'apporter cette qualité dans la prise en charge des malades présentant des troubles psychiques relevant d'une hospitalisation. Pour ce faire nous avons mis à leur disposition une prise en charge spécialisée adaptée et de qualité afin de contribuer, à notre niveau, à l'octroi au citoyen marocain de son droit à une chose élémentaire, à savoir son droit à sa santé mentale, dans les conditions qu'il mérite. Nos concitoyens méritent en effet le meilleur pour ce qui concerne leur santé mentale, avec une accessibilité aux soins dans n'importe quelle ville du pays, avec une prise en charge totale de leur frais d'hospitalisation et ce aussi bien dans le secteur privé que dans le secteur public. ◆

Le couple face à la maladie

À l'annonce de la maladie, votre monde a été bouleversé. Votre corps et votre mental ont été mis à rude épreuve et votre couple a été secoué. Mais comment retrouver cet équilibre à deux ? Réponses avec Abdelilah Jarmouni Idrissi, psychologue psychothérapeute et intervenant ponctuellement à l'association Dar Zhor qui soutient les personnes atteintes d'un cancer.

PAR PAULINE MAISTERRA

J'ai récemment appris que j'étais atteinte d'un cancer. Je n'arrive pas à encaisser le choc, du coup, j'ai envie de préserver le plus longtemps possible mon mari. Selon vous, comment et quand devrais-je lui annoncer ?

Préserver votre mari ? C'est peut-être ne pas lui rendre service puisqu'il ressent tout naturellement que quelque chose a changé en vous. Souhaitez-vous qu'il se raconte des histoires ? Et en plus, le préserver de quoi et avec quels objectifs ? Car n'est-il pas le compagnon qui devrait être près de vous dans ces circonstances, comme vous dans d'autres ? Prenez garde, si c'est votre tempérament, à ne pas vouloir être trop forte. Nous ne pouvons pas être solides à tout instant. Il y a des moments où il est important de s'appuyer sur ses proches... La meilleure façon de lui annoncer est celle qui correspond à la fois à la personne que vous êtes et à celle qu'il est. Tenez éventuellement compte de sa personnalité, notamment s'il est anxieux de nature. Peut-être faut-il choisir le moment, le lieu, mais dans tous les cas, dites ce que vous savez, le plus simplement possible. S'ouvrira alors la voie à ce que vous ressentez, à ce qu'il ressent, à la façon dont vous allez gérer ensemble cette maladie.

Mon mari et moi avons toujours vécu une histoire d'amour passionnelle. Aussi, lorsque mon cancer a été diagnostiqué, mon époux a décidé de lever le pied au travail pour être à mes côtés. Le problème, c'est qu'au fil du temps, son dévouement étouffant a tué notre relation... Comment retrouver la flamme ?

Un soutien ou une inquiétude excessive peuvent effectivement être étouffants. Cela ne vous laisse pas un espace suffisant pour vivre votre maladie de la manière qui correspond à votre nature, et qui est donc la plus appropriée. Vous avez besoin de place pour votre relation avec votre cancer et il n'y a aucun mal à ce que vous l'exprimiez à votre mari. Confiez-vous en toute sincérité. Ne craignez rien. De cette manière, ce n'est pas le repousser, mais simplement signifier que vous avez besoin, en plus de son soutien, de moments à vous, peut-être d'instants de solitude car le repli sur soi est un mécanisme de défense parfois nécessaire. Il en va de même pour votre désir de revenir l'un à l'autre. Vous employez une expression forte : *"Tuer la relation"*. Tuer ou abîmer ? N'avez-vous pas vous-même été emportée par votre cancer dans des émotions trop fortes qui vous feraient exagérer les choses ? Relisez le début de votre question : histoire d'amour passionnelle.

À cause de la maladie, j'ai dû arrêter mon travail. Aussi, je me retrouve à la maison avec un mari qui enchaîne les reproches au point que j'ai l'impression de découvrir une autre facette de sa personnalité. Est-il possible que je me sois autant trompée sur notre relation ?

Était-il vraiment nécessaire d'arrêter de travailler ? Rester actif après quelques congés de maladie, même à un rythme ralenti, aurait été peut-être positif pour que votre vie continue sans que la maladie en prenne l'essentiel. Par ailleurs, il serait intéressant que vous vous demandiez si les reproches de votre mari ont changé de nature ou d'intensité et de comprendre avec lui pourquoi : est-il trop inquiet pour vous, pour l'avenir ? Est-ce sa peur ou son indifférence qui feraient qu'il multiplie les reproches ? Vous êtes la mieux placée pour savoir de quoi il s'agit. Des circonstances difficiles peuvent effectivement révéler une autre facette de notre personnalité, et les émotions exprimées peuvent être révélatrices d'un aspect préexistant. Mais ne vous précipitez pas sur cette "explication". Observez et écoutez. Prenez également en considération le fait que vous pouvez vous-même être devenue trop susceptible et irritable, ce qui serait compréhensible. Nous avons toujours besoin de trouver un sens à ce qui nous arrive. Avez-vous cherché et trouvé le sens que vous donnez à votre cancer ? Il faut se poser, chacun, à soi-même et à l'autre, les bonnes questions.

Vivre avec la maladie est difficile à gérer dans le couple. À cran et fatigués, mon mari et moi, nous nous disputons souvent. Devons-nous nous inquiéter de l'ampleur des tensions ?

Si vous vous disputez plus souvent du fait de votre cancer, et seulement à cause de cela, il est important d'en parler, chacun exprimant de manière assertive et détendue, ce qu'il vit. N'oubliez pas, vous êtes désormais trois : vous, lui, et cet intrus, le cancer. Parlez librement de l'effet de cette intrusion, pour trouver ensemble les moyens de la gérer, comme vous avez pu gérer ensemble d'autres problèmes. Il est vrai que le cancer ne peut pas être vécu comme un problème anodin, ordinaire, car il peut activer ou réveiller des angoisses fortes, l'instinct de survie, étant dans ce cas-là, très énergivore, mais ça reste un problème dont il faut parler, de lui et de ses conséquences.

lui et moi

Je viens d'apprendre que mon mari est atteint d'un cancer... Le choc est terrible, d'autant plus que mon père est décédé suite à une longue maladie. Comment réussir à surmonter cette épreuve ?

L'annonce de la maladie est toujours un choc, autant pour la personne concernée que pour son entourage, donc vous en l'occurrence. Il est donc normal que vous soyez déstabilisée. Tout d'abord, le cancer est une maladie aujourd'hui mieux prise en charge. Il ne faut pas anticiper sur sa gravité, mieux vaut laisser la médecine faire son travail. Par ailleurs, votre mari n'est pas votre père. Aussi, ne faites ni transfert ni amalgame. Distinguez bien la perte de votre père et ses effets sur vous de ce qui est aujourd'hui- seulement et heureusement- la maladie de votre mari. Contrôlez votre angoisse par une prise de recul, pour vous comme pour lui.

Épuisée, nauséeuse, terrifiée, ... Bref, faire l'amour n'est plus du tout ma priorité, ce qui afflige mon mari qui me met parfois la pression. Pour lui, je me replie sur moi. Comment pouvons-nous nous en sortir ?

La nausée et la fatigue, liés au traitement, sont parfois inévitables. Mais "terrifiée" ? Est-ce vraiment justifié, n'exagérez-vous pas le risque ? Que le désir de votre mari n'ait pas changé peut être perçu comme une chance, dans le sens que son regard sur vous n'a pas changé, malade ou pas. Et vous-même, ne pensez-vous pas que vous puissiez trouver un plaisir bienvenu dans un rapport sexuel ? Peut-être devriez-vous analyser vos émotions. Questionnez votre relation à la maladie. Vous écoutez-vous vraiment ? Si vous n'y arrivez pas seule, n'hésitez pas à consulter ou dirigez-vous vers des groupes de parole.

Depuis que j'ai subi une mastectomie, je refuse que mon mari s'approche de moi. Résultat : au fil du temps, nous nous sommes éloignés l'un de l'autre. Comment nous séduire à nouveau alors que je n'aime plus mon reflet dans le miroir ?

Vous devriez vous questionner sur le regard que vous portez sur vous-même après l'ablation du sein. Pensez-vous que vous avez perdu votre attractivité sur le plan sexuel ? Il semble que non, aux yeux de votre mari. Pensez-vous avoir perdu de votre féminité d'une façon plus générale ? Haïssez-vous votre corps, et donc, vous-même ? Est-ce que votre estime de vous-même était déjà trop basse, indépendamment de cet accident de la vie ? Une femme, surtout pour son mari, est beaucoup plus qu'un corps. Ne laissez pas cette image de vous-même altérer votre vie de femme et votre vie de couple. De la même façon que vous avez repoussé votre mari, vous pouvez tracer le chemin qui le ramènera à vous. Il est toujours là. Vous trouverez en vous, par la parole ou les attitudes, le moyen de gommer cette distance entre vous. Acceptez-vous et aimez-vous telle que vous êtes, le reste devrait se faire naturellement.

La maladie a abîmé mon corps et a bousillé mon mental, ce que n'arrive vraisemblablement pas à saisir mon époux. Comment lui faire comprendre l'intensité de ma souffrance ?

Le meilleur moyen d'être comprise par votre mari est dans un premier temps de vous comprendre vous-même. Aussi, questionnez votre souffrance : quels impacts sur votre fonctionnement, sur la qualité de votre vie actuelle, quelles craintes, exprimées ou pas, à vous-même, et comment mieux maîtriser vos pensées, ramener le problème, réel au demeurant, à sa juste dimension ? Votre corps est touché par la maladie, il en va de même pour les pensées et les tensions qui en découlent. Vous passez peut-être par une des phases connues dans le cadre d'une maladie chronique : pourquoi moi, déni, isolation, régression... Pour vous aider à aller mieux, plongez-vous dans des activités comme le yoga, le Reiki ou encore le Qi gong, bénéfiques pour le corps et le mental. Dans un second temps, lorsque vous aurez fait, sereinement, votre propre lecture de votre relation à la maladie, vous serez probablement plus à même de vous faire comprendre par votre mari, pour que vous trouviez, ensemble, un terrain d'entente sur ce qu'il ne comprend pas. ◆

UNE OREILLE ET UNE ÉPAULE

"Un soutien dans l'épreuve", c'est le slogan de l'association Dar Zhor qui se démène pour aider les personnes atteintes d'un cancer ainsi que leur entourage. Aussi, pour évacuer les angoisses engendrées par la maladie, l'association a mis sur pied des groupes de parole que ce soient pour les malades ou pour les proches aidants. L'association propose également des activités (yoga, Reiki, Qi gong, etc.), pour soulager le corps et améliorer le mental. À découvrir sur www.darzhor.ma ou sur Facebook : Association Dar Zhor.

Barilla
MASTERS
OF
PASTA

Lamia Chraïbi, la guerrière de la prod'

Dans l'univers de la production, elles se font rares. Lamia Chraïbi a pourtant réussi à se forger une place de choix et à porter à bras-le-corps des films pointus. La crise sanitaire et la fermeture des salles obscures n'entament en rien la combativité de cette productrice engagée. Interview.

PROPOS RECUEILLIS PAR KHADIJA ALAOUI

Vous venez de produire le film Mica qui a reçu un excellent accueil au festival d'Angoulême. Et vous, qui est-ce qui vous a séduit dans ce film ?
Mica, c'est l'histoire d'une success-story à vocation sociale, et c'est précisément ce qui m'a séduit dans ce projet, un film qui aborde les défaillances de notre société, mais avec un traitement positif. Il me semble de plus en plus que notre cinéma se doit de montrer au monde des histoires, certes ancrées dans nos réalités, mais sans pour autant être nécessairement pessimistes, un peu à l'image de notre quotidien, où les difficultés côtoient l'optimisme et l'envie de s'en sortir. Je trouve que cette "contradiction" fait partie de notre richesse et qu'elle mérite d'être mise en avant et le cinéma peut s'avérer un formidable outil pour porter un tel message. En tant que productrice marocaine, telle la légende du colibri, je fais ma part du travail... J'ai eu le plaisir de compter encore une fois sur un partenaire de taille, Orange Studio qui a pris la vente internationale du film et a participé au financement avec un apport non négligeable. Aussi, la rencontre sur ce film avec la production française Elzévir Films était une belle expérience de collaboration positive, car une confiance et une estime mutuelle nous ont accompagnées durant tout le travail de production.

Quelles sont les raisons en général qui vous incitent à produire tel ou tel film ?
C'est une affaire de synchronicité : entre ce qui peut m'interpeller à un moment donné et la proposition de projet qui m'est faite. Tout prend sens pour moi, à partir de là. Cela provoque de l'enthousiasme et une énergie prête à être déployée.

Le sujet, le traitement, l'intention, la sensibilité, le/la réalisateur.trice... autant dire que les raisons sont multiples. Le/la réalisateur.trice et le/la producteur.trice joignent leurs visions et nourrissent le projet. Il est dans ce sens essentiel d'être sur la même longueur d'onde. Il faut aussi que je puisse apporter quelque chose au projet. Je dois trouver ma place, pour contribuer à une plus-value artistique. Chaque film est une aventure qui vient avec son lot de rencontres et de péripéties. Ce sont des aventures différentes les unes des autres, on ne peut jamais prédire si la sauce va prendre, mais tout comme les histoires d'amour réussies, avec beaucoup d'efforts et de travail on arrive souvent à un beau résultat.

Être une productrice dans le monde du cinéma, est-ce toujours un handicap ?
Comme dans tous les domaines, être une femme dans un monde d'homme est de l'ordre du combat, mais je ne dirai jamais que c'est un handicap. Dans ce sens, il y a des choses bien plus handicapantes. Mais il est vrai que les femmes finissent par développer des armes et des boucliers de protections qui font partie dorénavant de leurs personnalités. Nous devenons à la longue plus combatives, plus patientes et positives quant à l'avenir. Les coups durs ne nous arrêtent plus, mais nous élèvent pour mieux appréhender la suite.

On va dire que c'est un challenge. Un effort supplémentaire. Mais je tiens à souligner que la situation est toujours plus compliquée pour les femmes au Maroc et que j'ai eu la chance de démarrer d'un certain privilège de par mon éducation et le milieu social où j'ai grandi. Issue d'une famille d'artistes (maman artiste peintre et papa architecte), j'ai été à proximité de l'art et de l'impulsion créative.

Nous ne sommes pas toutes logées à la même enseigne et il est important d'en avoir conscience pour être plus enclin à donner. Je veux et je tiens à faire ma part aussi et à utiliser ce privilège pour créer des opportunités. C'est pour cette raison exacte que nous avons créé la Fondation Tamayouz.

Vous avez contribué en effet à la création de la Fondation Tamayouz pour pallier au manque criant de figures féminines aux postes de réalisateurs et producteurs en les soutenant financièrement et moralement. Quel bilan en dressez-vous à presque 2 ans de sa création ?

La Fondation Tamayouz soutient pour l'instant deux jeunes filles en leur attribuant une bourse d'études à l'ESAV sur 3 ans. Nous étions sur le point de lancer l'appel à projets pour la formation du couple réalisatrice/productrice et leur accompagnement en production de leur projet… littéralement à la veille du confinement. Bien entendu notre élan a été pour l'instant interrompu par la Covid.

Cela ne veut absolument pas dire que nous y renonçons, mais la situation actuelle ne nous le permet plus ; les ressources financières promises par les éventuels partenaires ont été épuisées dans le fond du Covid et la parité aujourd'hui semble secondaire face aux problèmes d'hier… les normes de distanciation et d'hygiène, les frontières plus ou moins difficiles à traverser nous obligent à ré-envisager cet appel à projets à une date ultérieure ; il est question d'amener des experts du monde entier pour partager leur savoir aux jeunes productrices/réalisatrices et faire bénéficier ces mêmes candidates de résidences d'écriture à l'international.

Disons juste que nous attendons avec impatience une accalmie pour éviter de vendre du rêve et continuer à concrétiser ce que nous avons commencé. Le chemin est long et bien que la situation actuelle rende les choses floues, nous y croyons dur comme fer et ferons en sorte de le concrétiser.

Engagée, militante… Comment vous définissez-vous ?

C'est toujours difficile de se définir soi-même, mais disons toute création est une prise de position, ceci implique d'avoir une ligne éditoriale, mais plus concrètement, je dirais que je suis engagée envers moi-même, d'abord dans une certaine moralité, une ligne de conduite, et surtout une exigence dans le travail.

La scène créative marocaine n'a rien à envier au reste du monde à condition qu'elle soit accompagnée d'une manière professionnelle, bienveillante, mais avec une exigence qui lui permet d'aller se mesurer aux autres scènes de par le monde.

À l'heure de la mondialisation, le public marocain consomme des films venant de toute sorte d'horizons et par conséquent regarde les nôtres avec les mêmes attentes en termes de qualité.

Militante par les sujets que je choisis d'accompagner. Le fait est que plus qu'être productrice, je trouve mon compte en étant à l'initiative de quelque chose. Ouvrir le champ des possibles est plus excitant que défoncer des portes ouvertes.

Si mon domaine est la production cinématographique, c'est parce que je suis amoureuse du cinéma ; mais ma vision est plus globale et je veux consacrer mon énergie à l'expression artistique dans sa globalité et sa diversité.

Au Maroc, les salles de cinéma sont fermées depuis la mi-mars. Quels sont les effets de cette mise à l'arrêt de l'activité cinématographique pour le secteur en général et pour vous en particulier ?

C'est très triste de faire des films et de ne pouvoir les proposer au public. Étrangement, une fois n'est pas coutume, *Achoura* promettait de me rapprocher du public qui jusque-là a boudé mes films jugés pas assez divertissants.

Il s'agit de films qui ailleurs dans le monde trouvent leur public dans les salles d'art et essais, des salles dont on manque cruellement au Maroc.

Mais ça, c'est un autre sujet…

Je me faisais une joie de cette sortie et envisageait un travail de communication important pour permettre à ce film à la fois grand public et magnifiquement réalisé par Talal Selhami de rencontrer enfin son audience marocaine.

Il est nécessaire de souligner que le cinéma que j'ai pour habitude de produire a

beaucoup plus de succès dans les festivals internationaux ou le public est habitué à des sélections pointues de films d'auteur.

Le travail des programmateurs de films dans les salles et des distributeurs est essentiel pour fidéliser un public qui, en confiance avec la sélection, revient pour découvrir les nouveautés.

Au Maroc, la salle de cinéma ne se remplit pas de la même manière, car ce travail ne se fait pas... par manque de moyen, mais surtout par économie de ces postes.

Quel a été l'impact de la crise sanitaire sur vos projets en tant que productrice ?

Les films qui étaient en salle quand leur exposition a été interrompue par l'état d'urgence, et pour lesquelles des frais de promotion ont été engagés, n'ont pu rencontrer un public, mais surtout sont pris en otage, car nous ne pouvons les passer dans les télévisions qu'après avoir respecté la chronologie des médias. Il est nécessaire de changer les lois, mais aussi tenter d'autres solutions pour rendre accessibles commercialement ces films à un public confiné et avide de divertissement.

Je ne fais pas de films de commande (publicité, télévision, service pour film étranger), ma trésorerie est toujours très fragile. Il faut dire que je me consacre entièrement au cinéma indépendant. C'est toute une gymnastique (sportive et intellectuelle) pour trouver des financements. Beaucoup de temps, d'investissement et d'abnégation.

Les télévisions ont lancé des appels à projets pour remplir les grilles de programme de l'année à venir et pour lesquels j'aurais pu répondre pour palier aux problèmes de trésorerie, mais c'est le poisson qui se mord la queue ; il faut mettre de grosses sommes d'argent pour les cautions que je n'ai pas. Encore un autre sujet qui mérite une interview à lui seul, car depuis 2011, les possibilités de la télévision se sont vu réduite par le nouveau cahier des charges et toute possibilités d'amélioration sont impossible...

Durant le confinement j'ai beaucoup travaillé avec les réalisateurs sur le développement de programmes à proposer au Maroc, mais aussi ailleurs. J'ai tenté de trouver le moyen de transcender le problème principal qui empêche nos films de traverser les frontières ; la langue.

Je suis convaincue que c'est possible, il faut juste un commencement pour créer une habitude.

Mais nous gardons le cap ! Il faut continuer, réfléchir, innover et être dans une écoute active. Être en confiance sur ce qui nous attend. La situation est effrayante en soi et ce qui arrive ne sera peut-être pas facile, mais la peur est un frein bien plus dangereux.

En somme, pour survivre à cette crise ; j'essaye de trouver des modèles de productions différents pour proposer du contenu de qualité et diversifier les supports d'exploitation en créant un besoin, une envie chez un public qui ne nous connaît pas.

Quels sont à l'heure actuelle vos challenges en tant que productrice ?

Ces temps de crise représentent un challenge en soi. Avant le confinement j'ai partagé une vision avec mes collaborateurs ; l'envie de créer une cellule d'incubation de projets audiovisuels pour tout artiste toutes disciplines confondues. L'idée est d'offrir un tremplin en les écoutant, en les guidant et en les accompagnant artistiquement sur des collaborations entre différentes disciplines pour des projets audiovisuels.

La première impulsion est toujours plus difficile. Comme un coach sportif peut le faire, cet incubateur peut être catalyseur d'une énergie débordante qui ne demandait qu'à s'exprimer et à avoir confiance...

Lamia Chraïbi a créé avec 4 autres professionnelles du 7ème Art la Fondation Tamayouz invitant les femmes du cinéma marocain à réclamer la parité.

Leur donner confiance en leurs propres talents, et leur montrer un chemin de construction, tel est mon souhait.

Aussi, j'ai pour ambition de proposer une autre forme de production aux télévisions et envisager avec eux des projets panarabe, panafricain à finalité internationale dans leur fabrication, leur contenu et leur distribution. Je souhaiterais trouver le moyen d'élargir les frontières audiovisuelles au continent et à la région Mena d'abord. Par la suite, le monde nous semblerait moins immense !

L'ouverture sur le monde est nécessaire dans une période ou le repli semble être le sort de toutes les nations face au virus et à l'immigration.

MICA, film marocain de Ismaël Ferroukhi a été produit par Lamia Chraibi.

Selon vous, quels seront les contours du secteur cinématographique au lendemain de la pandémie ? Et quels pourraient être les moyens de relance ?

En ce qui concerne les moyens de relance, c'est un vaste sujet (et qui aurait besoin d'une interview à lui tout seul) car lorsqu'on parle de relance, implicitement, on relance ce qui fonctionnait avant. Dans notre cas, je favoriserai le mot refonte et non relance, mais disons que dans l'immédiat, c'est une occasion de rattraper le retard que l'on a sur la distribution et la fabrication.

Sincèrement c'est très difficile de répondre à votre question ; on navigue à vue. Nous n'avons aucune idée de quand ce lendemain aura lieu et s'il aura lieu. Pour l'instant, je me vois adopter des gestes quotidiens qu'il n'y a pas si longtemps auraient pu faire partie d'un film d'anticipation...

Nous nous consultons entre producteurs de différents pays pour échanger nos sentiments sur ce que la situation nous inspire et voir l'un et l'autre l'attitude à adopter face à cette étrange période. Peut-être qu'il ne s'agit pas d'une période, mais d'une nouvelle manière de vivre...

Repenser la manière avec laquelle nous produisons nos projets en véritables producteurs qui peuvent par exemple financer leurs programmes grâce à un fonds de soutien généré des projets antérieurs (pratique courante en Europe ou les organismes audiovisuels réservent une partie des recettes aux futures programmes de la production) ou encore grâce à d'autres guichets comme les régions et l'office du tourisme, il y a également les privés et d'autres institutions...

En somme, il s'agit de réfléchir la production en termes de Soft Power marocain. La question est donc la suivante : Sommes-nous prêts à relever le défi et aller au bout ce challenge à l'image de la Turquie ou de la Corée ?

Je rêve toujours à la création d'une plateforme payante dans laquelle nous trouverons tous les projets de long-métrages nationaux et régionaux depuis que le cinéma marocain existe. Une vraie mine d'or avec les archives, depuis les films restaurés jusqu'au dernier film marocain après son passage en salle.

Il ne faut pas oublier que le public local consomme en salle principalement du cinéma marocain. Les box-offices ont enregistré les meilleurs scores lors des sorties de films marocains. Il n'y a pas meilleur signe de réussite que cet indice.

"LES BOX-OFFICES ONT ENREGISTRÉ LES MEILLEURS SCORES LORS DES SORTIES DE FILMS MAROCAINS. C'EST LE MEILLEUR SIGNE DE RÉUSSITE."

Quels sont vos projets futurs ?

Je viens de finir la postproduction des documentaires *School of Hope* de Mohamed El Aboudi (coproduction Maroc/Finlande/France) et *Ziyara* de Simone Bitton (coproduction Maroc/France/Belgique). Je m'engage aussi à finaliser le documentaire de la regrettée Dalila Ennadre, *Jean-Genet notre Père des Fleurs* (coproduction France/Maroc). Aujourd'hui, les spectateurs sont friands de documentaires, de réalités plus proches de l'individu, une vision d'auteur est souvent une meilleure manière de comprendre les choses.

Par ailleurs, je développe le prochain film de Hicham Lasri *Un couple heureux* qui est en phase de montage financier. Forts de l'avance sur recette du CCM, la somme doit être complétée de manière conséquente pour faire un film à la mesure de nos ambitions.

En parallèle, je me suis mise au défi de challenger de nouvelles formes de production en lançant le projet *Et Après ?* à cette sortie de confinement. Un appel à projets public a été publié pour les jeunes talents et en parallèle j'ai sollicité des artistes marocains pour y participer dans le cadre d'un incubateur artistique. L'idée étant d'interroger les créateurs de toutes disciplines confondues sur la manière dont ils questionnent cette période étrange... J'ai hâte !

Pour finir, nous travaillons également sur des projets de séries d'envergure panarabe/panafricaine impliquant un processus de fabrication en coproduction avec d'autres pays arabes et africains pour une plus large exploitation. ◆

EFFORTLESSLY ELEGANT...

Une élégance naturelle se dégage de ces bijoux inspirés de notre Maroc ancestral, et qui viennent sublimer les plus beaux caftans de cette saison.

PHOTOGRAPHE **NADA SATTÉ**
STYLISME ET RÉALISATION **ANAS YASSINE**
MAQUILLAGE ET COIFFURE **LOOK MAKE UP YAN & ONE**
RÉALISÉ PAR LOUBNA LAZRAK
MANNEQUIN **MANAL**

REMERCIEMENTS : **LA SUITE MIRAJ MOROCCO MALL** POUR LES PRISES DE VUE.

Sautoir "Khmissa" en or rose serti de deux rangées de diamants, **AZUELOS.**
Caftan en velours brodé de "Khedma D'maalem" ajouré et entièrement perlé de tubes, perles et cristaux, **HOUDA LARINI.**

Boucles d'oreilles "Asilah" en or rose serties de diamants et bague Moucharabieh New Pattern en or rose sertie de diamants, **AZUELOS.**
Caftan en crêpe de soie brodé en fils d'or et entièrement perlé de tubes, perles et cristaux, **MYRIEM BOUAFI.**

Boucles d'oreilles Moucharabieh en or rose serties de diamants et bague en or rose Triplette émeraude sertie de diamants, **AZUELOS.**
Caftan en soie brodé de "Khedma D'maalem" et d'empiècements de velours, **SIHAM EL HABTI.**

Boucles d'oreilles en or jaune serties de diamants et corail, bague en or jaune et corail et bague fleur entièrement sertie de diamants, **AZUELOS.** Caftan en drap de soie brodé à la main avec du fil d'or rehaussé de pierres Swarovski, **HIND LAMTIRI.**

Boucles d'oreilles en or rose serties de diamants et bague deux roses entièrement sertie, **AZUELOS**. Caftan trois-pièces composé d'une première pièce en superposition de soie imprimée et découpée au laser sur lamé de soie argent, une deuxième pièce en drap de soie et une cape en Georgette de soie, les trois finies de broderie et fils de soie Cartier, **ABDELHANINE RAOUH**.

Boucles d'oreilles doublettes saphir en or blanc serties de diamants, **AZUELOS.**
Caftan en velours brodé de fils de soie et serti de cristaux, **IMANE TADLAOUI.**

PAR ANAS YASSINE

PRINTEMPS-ÉTÉ 2021
UNE FASHION WEEK "PHYGITALE"

Après les Fashion Week Homme et Haute Couture entièrement virtuelles organisées pendant le confirment, Paris renoue avec les défilés du prêt-à-porter féminin et propose une FashionWeek "phygitale" (mi-physique, mi-digitale), mais tout aussi atypique. Retour en images sur les moments forts des collections printemps-été 2021.

DIOR

ISABEL MARANT

BALMAIN

RALPH RUSSO

Drive
LOUIS VUITTON

PAR DINA KHALIL

TENDANCES MAKE-UP AUTOMNE-HIVER

Les défilés haute-couture des noms les plus en vogue de la mode et de la beauté ont révélé les tendances de cet automne-hiver. Nous les avons repérées et décryptées pour vous, assorties des astuces de pros. Etes-vous prêtes à les adopter ?

LE TEINT NUDE, ENCORE ET ENCORE !

Il revient à chaque saison et s'impose comme un must pour rappeler que la base d'un maquillage réussi c'est d'abord un teint uniforme et o défaut. Le teint s'est donc affiché en mode nude, faisant office de make-up total, sur la majorité des défilés de l'automne-hiver comme chez Balmain, DSquared2, Jacquemus, Off-White, Salvatore Ferragamo...

Idéal quand le temps commence à faire grise mine, un teint nude frais peut être réalisé dans une variante glowy pour un maquillage du soir. Le secret de cette touche glowy : mélanger une noisette d'enlumineur à votre fond de teint, puis l'appliquer au doigt ou au pinceau comme les pros. Le truc en plus : un soupçon de highlighter sur le bombé des pommettes pour accrocher la lumière.

NOTRE SÉLECTION PRODUITS :

- MAC Studio Waterweight SPF 30 Foundation by M.A.C
- Fonds de teint, Dior Forever & Dior Forever Skin Glow, Dior
- Les Beiges Poudre Belle Mine Illuminatrice, Chanel
- Illuminating complexion Fond de teint, Yan&One
- Hyaluronic Hydra-Foundation, By Terry
- Phyto Hydra Teint Soin Embellisseur Teinté, Sisley

Palette Very Marrakech, **YAN&ONE.**

Palette Mercury Retrograde, **HUDA BEAUTY.**

Palette Fards à paupières et Blush, **BLACK UP X SHY'M.**

Wonder Perfect Mascara 4D, **CLARINS.**

Palette Norvina ProPigment Vol.2, **ANASTASIA BEVERLY HILLS.**

Mascara Volume Stretch de **CHANEL.**

Monsieur Big Extrême Black, **LANCÔME.**

Mascara Mad Eyes, **GUERLAIN.**

Mascara Effet Faux Cils Radical, **YVES SAINT LAURENT.**

REGARD EN TECHNICOLOR

Généralement réservé aux looks printemps-été, le color block s'invite dans les tendances de cette saison dans une palette de couleurs à l'intensité modulable : de la douceur d'un arc-en-ciel pastel au teintes pop, électriques ou néon flashy. Une multitude de looks à réaliser en optant pour des textures de fards à paupières mates veloutées pour ne pas surcharger le regard, à associer avec un trait d'eye-liner et une touche de mascara noirs pour un joli contraste.

Envie d'un brin d'extravagance ? Appliquez une teinte vibrante en halo sur l'ensemble de la paupière mobile ou une touche de mascara colorée !

NOTRE SÉLECTION PRODUITS :

◆ Palettes Very Marrakech et Very Chefchaouen, YAN&ONE
◆ Palette Mercury Retrograde, Huda Beauty
◆ Palette Norvina ProPigment Vol.2, Anastasia Beverly Hills
◆ Palette Fards à paupières et Blush Black Up x Shy'm

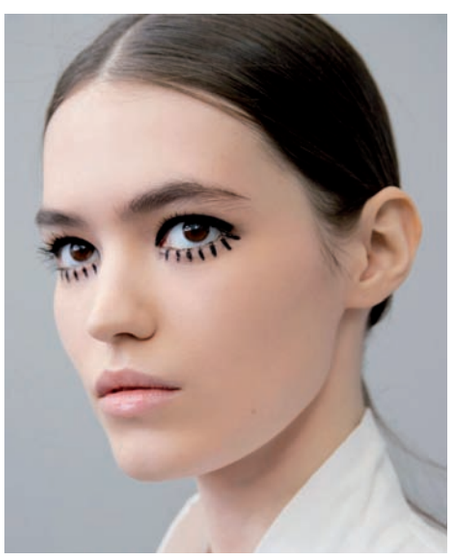
CILS DES SIXTIES

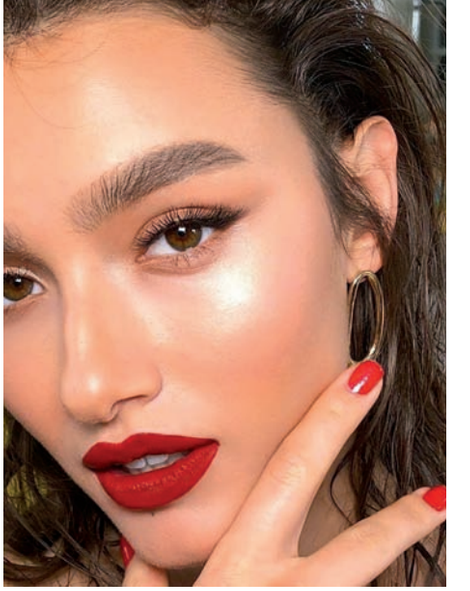
Style iconique des 60's immortalisé par Twiggy, mannequin britannique star de l'époque, les cils "à la Twiggy" ont fait un come-back très remarqué aux défilés Céline, Lanvin ou encore Marc Jacobs.

Le secret de pro pour les réussir, c'est de gainer vos cils avec 3 couches de mascara noir volumisant en tenant la brosse a la verticale, puis de coller les cils deux par deux délicatement du bout des doigts.

NOTRE SÉLECTION PRODUITS :

◆ Monsieur Big Extrême Black, Lancôme
◆ Mascara Effet Faux Cils Radical, Yves Saint Laurent
◆ Mascara Volume Stretch de Chanel Noir
◆ Wonder Perfect Mascara 4D, Clarins
◆ Mascara Mad Eyes Mad Black, Guerlain



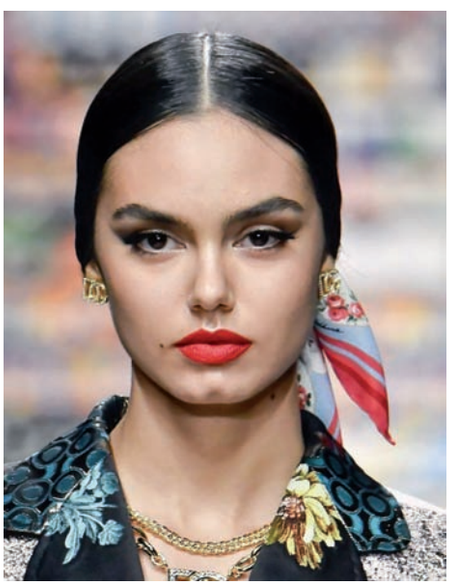


LE ROUGE, CHIC ET CLASSIQUE !

Indémodable, et indétrônable, pour un look glamour, le rouge carmin est de mise cet automne pour sublimer toutes les lèvres, apporter une touche sophistiquée et pimenter tous les looks, même les plus sages. Un intemporel qui convient à toutes les saisons et à toutes les femmes puisqu'il sublime toutes les carnations ! La règle d'or à respecter pour rester chic et glamour : la bouche doit être parfaitement dessinée comme chez Dolce & Gabbana, Givenchy, Hermès et Saint Laurent.

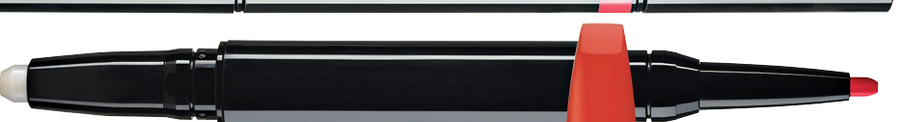
NOTRE SÉLECTION PRODUITS :

- Powder Kiss Liquid Lipcolour Devoted to Chili, M.A.C
- Rouge Tatouage Velvet Cream 201 Rouge Tatouage, Yves Saint Laurent
- Rouge Allure Velvet Camélia Carmin, Chanel
- Crayon à Lèvres InkDuo Base et Contour 08 True Red, Shiseido
- Rouge à lèvres ModernMatte Powder 529 Cocktail Hour, Shiseido
- L'Absolu Rouge Drama Matte 82 Tapis Rouge, Lancôme
- Le Phyto Rouge 41 Rouge Miami, Sisley



Le Phyto Rouge 41 Rouge Miami, **SISLEY.**

Le Rouge 4 Camélia carmin, **CHANEL.**



Rouge Tatouage Velvet Cream 201 Rouge Tatouage, **YSL.**

Crayon à Lèvres InkDuo 08 True Red, **SHISEIDO.**

Rouge à lèvres ModernMatte Powder 529 Cocktail Hour, **SHISEIDO.**

L'Absolu Rouge Drama Matte 82 Tapis Rouge, **LANCÔME.**

Powder Kiss Liquid Lipcolour Devoted to Chili, **M.A.C.**

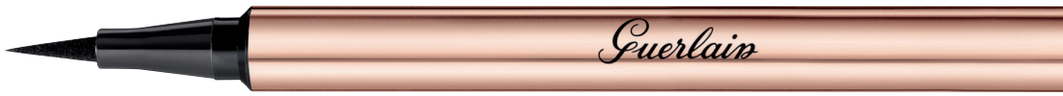
L'Absolu Rouge 250 Beige Mirage, **LANCÔME.**

Les Beiges Palette Belle Mine Naturelle, **CHANEL.**

Les Beiges Fluide Enlumineur Belle Mine Pearly Glow, **CHANEL.**

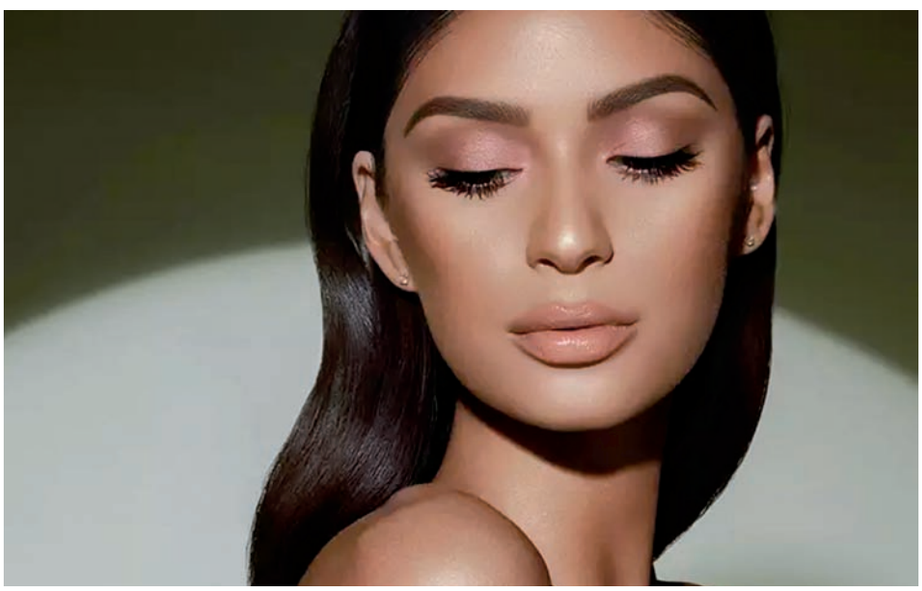
Palette Soft Glam, Anastasia de **BEVERLY HILLS.**

Mad Eyes Precise Liner, **GUERLAIN.**



Phyto-Lip-Shine Sheer Nude, **SISLEY.**

Dior Lip Glow Oil 012 Rosewood, **DIOR.**



LE "SOFT GLAM"

Naturel, lumineux, radieux, subtil... autant de qualificatifs pour décrire la tendance du "soft glam make-up" ou "maquillage léger et glamour". Très prisée depuis plusieurs années par les célébrités américaines, cette tendance make-up a été très remarquée pendant les défilés automne-hiver 2020/2021, notamment Balmain, Isabel Marant, Jil Sander...

Il s'agit d'un look qui remet la simplicité au goût du jour en affichant une peau éclatante, un regard et des sourcils naturels, et des lèvres fraîches et légèrement glossy. À l'inverse des techniques de maquillage sophistiquées comme le contouring et autre strobing qui ont tendance à superposer plusieurs couches de matière sur la peau afin de sculpter le visage de façon prononcée, le soft glam est un maquillage travaillé avec subtilité qui mise sur le naturel et l'éclat, avec des textures légères, parfaitement fondues entre elles afin de ne pas laisser de démarcation visible et de sublimer la peau en transparence.

NOTRE SÉLECTION PRODUITS :

- Les Beiges Fluide Enlumineur Belle Mine Pearly Glow, Chanel
- Les Beiges Palette Belle Mine Naturelle, Chanel
- Palette Soft Glam, Anastasia de Beverly Hills
- Mad Eyes Precise Liner, Guerlain
- Phyto-Lip-Shine Sheer Nude, Sisley
- L'Absolu Rouge 250 Beige Mirage, Lancôme
- Dior Lip Glow Oil 012 Rosewood, Dior. ◆

PAR DINA KHALIL

HAIR S.O.S

Avec l'arrivée de l'automne, les cheveux connaissent souvent une baisse de régime : perte de densité et de tonus, fibre capillaire desséchée ou cassante, aspect terne... Pour retrouver une chevelure pleine de vitalité, une seule solution : lui offrir une routine de soins intenses pour une réparation en profondeur.

LAVAGE EN DOUCEUR

L'étape essentielle pour prendre soin des cheveux quelle que soit leur nature, c'est le lavage. Pour que la fibre capillaire retrouve sa vitalité, sa souplesse et sa douceur, optez pour des formules ultra-douces, purifiantes pour débarrasser le cuir chevelu des impuretés qui l'asphyxient et nourrissantes pour compenser les éventuels dessèchements.

MODE D'EMPLOI : prenez le temps de faire des massages en douceur pour laisser agir les actifs réparateurs au niveau du cuir chevelu.

NOTRE CONSEIL :

◆ pour l'entretien des cheveux secs et abîmés, un lavage par semaine suffit, car les shampooings à répétition contribuent à l'élimination du sébum, décapant ainsi le cheveu et le sensibilisant davantage.

◆ pensez à utiliser des soins pré-shampooings conçus pour détoxifier le cuir chevelu et le préparer à recevoir les soins traitants spécifiques à chaque problématique.

NOTRE SÉLECTION :

◆ Lavandin Concoction Apaisante, Huile pré-shampooing vegan, Botanicals Fresh Care L'Oréal Paris.

◆ Spécifique Huile préparatrice, pré-shampooing enrichi à l'huile de menthe, Myriam K.

◆ Spécifique Scalp Brush, Myriam K. Une brosse spécialement conçue pour décoller les impuretés et masser le cuir cheveu afin de booster la micro-circulation et stimuler la pousse du cheveu.

◆ Spécifique Bain Apaisant, cuir chevelu sensible et irrité, sans sulfate, Myriam K.

◆ Anti-Pollution Gommage oxygénant cuir chevelu, Yves Rocher.

◆ Anti-Pollution Shampooing Micellaire Détox, Yves Rocher.

◆ Huile à la Lavande, Pré-shampooing Traitement intensif ultra-nourrissant et protecteur, Christophe Robin.

◆ Crème Lavante au Citron Shampooing Ultra-Nourrissant, Christophe Robin.

◆ Hair rituel by Sisley, Le Baume Restructurant Nourrissant avant-shampooing pour les longueurs et les pointes.

◆ Série Expert FILLER A-100 + AMINO ACID Pro Longueur Shampooing Rénovateur de longueurs, L'Oréal Professionnel.

◆ No Yellow Bain Blond Lumière, sans sulfate, Myriam K. Il neutralise les reflets jaunes et orangés et prolonge la couleur.

◆ Shampooings Solides spécifiques "cheveux secs", "cheveux gras", "cuir chevelu irrité" sans sulfate, BodyGood.

ROUTINE SOINS SPÉCIFIQUES

Pour compléter votre routine de soins sur mesure, il existe une multitude de produits à choisir selon la nature et les besoins de vos cheveux : apporter du volume ; protéger la fibre avant l'utilisation du sèche-cheveux, du fer à lisser ou à boucler ; hydrater les pointes sèches, faire briller...

NOTRE SÉLECTION :

◆ Ombré Full Restore Nutri-Fluide, Myriam K. Réduit tous les dommages que peuvent provoquer certaines techniques quelques fois agressives pour les cheveux (mèches, décoloration...)

◆ Bio-Argan Traitement quotidien nourrissant et restructurant avec huile d'Argan biologique et huiles de Lin, Bioclin.

◆ Crème de jour au bois de santal, soin hydratant quotidien anti-fourches anti-casse, Christophe Robin.

◆ Série Expert FILLER A-100 + AMINO ACID Pro Longueur Concentré Combleur de pointes, L'Oréal Professionnel. Sérum spécialement conçu pour apporter de la vigueur et de l'épaisseur aux cheveux longs dont les pointes se sont affinées.

◆ La Soif de l'Or Spray bi-phasse thermoprotecteur, Myriam K. ◆

••• RÉPARATION EN PROFONDEUR

Cette étape est essentielle après le shampooing pour réparer la fibre capillaire en profondeur avec un soin adapté. Les masques et les baumes sont très recommandés car ils réhydratent au maximum la chevelure, revitalisent et gainent la fibre capillaire grâce à leurs formules gorgées d'agents hydratants et d'actifs nutritifs et reconstructeurs comme les céramides, les huiles, les acides gras essentiels ou la kératine...

MODE D'EMPLOI : appliquez généreusement votre soin mèche par mèche, en insistant sur les pointes qui sont les plus sensibilisées.

NOTRE CONSEIL :

Il est recommandé d'utiliser un masque une à deux fois par semaine avec un temps de pose entre 15 et 20 min pour obtenir un bon résultat. Pour booster ses bienfaits, laissez-le poser sous une serviette chaude.

NOTRE SÉLECTION :

◆ Masque Ombré Full Restore, Myriam K.

◆ S.O.S Color Masque Sublimateur, Myriam K.

◆ Série Expert FILLER A-100 + AMINO ACID Pro Longueur Masque Rénovateur de longueurs, L'Oréal Professionnel.

◆ Masque cheveux kératine, protéine de blé, provitamine B5, Botanika.

◆ Baume Régénérant Intense à l'huile rare de figue de Barbarie, Christophe Robin.

◆ Masque Thérapiste Résistance, Kérastase.

FEMMES DU MAROC

FDM

www.femmesdumaroc.com

@femmesdumaroc_officiel @femmesdumaroc-caftan @femmesdumaroc @femmesdumaroc

LOVE YOURSELF

Plus qu'un parfum, Mon Rouge est un manifeste d'amour de soi voulu par Yves Rocher et créé par Caroline Dumur, nez parfumeur partenaire de la marque. Un jus floral captivant, addictif et gourmand mêlant la puissance du Patchouli, l'éclat de l'essence de Néroli et la sensualité de l'Iris.
Un sillage affirmé et rayonnant, symbole de l'assurance et de l'amour que vous diffusez autour de vous. On aime l'aspect écolo du parfum, composé à 84% d'ingrédients d'origine naturelle, à base d'alcool d'origine 100% végétale. Pour le lancement de Mon Rouge, un Rouge à Lèvres Mon Rouge est offert pour l'achat d'une Eau de Parfum.

Mon Rouge, YVES ROCHER. L'Eau de Parfum, 50 ml, 479 DH. Dans les points de vente Yves Rocher.

SÌ PASSIONNÉMENT !

Ode à la féminité vibrante, Sì Passione Intense, le dernier opus de la saga Sì signée Giorgio Armani, célèbre le contraste entre l'éclat floral et l'intensité de la passion. Le nectar de cassis, signature olfactive iconique de Sì, se mêle à un cœur floral composé d'un duo de jasmin et s'intensifie en notes de fond autour de l'essence de patchouli et de l'extrait de vanille. Un parfum qui capture le sentiment de la passion véritable et l'exalte à fleur de peau.

Sì Passione Intense, GIORGIO ARMANI. 50 ml, 1.070 DH ; 100 ml, 1.400 DH. En parfumeries.

IT'S SO GOOD TO BE BAD !

Lorsque Carolina Herrera revisite son parfum iconique Good Girl, c'est dans une version plus sulfureuse bien sûr : Good Girl Eau de Parfum Suprême. Une eau de parfum encore plus audacieuse que l'originale qui redéfinit le contraste ombre et lumière à travers un mélange de fève Tonka torréfiée et de jasmin, autour de baies éblouissantes et de vétiver intense. Comme la version originale, le parfum se love dans un flacon stiletto encore plus éblouissant puisqu'il est rehaussé de paillettes. Un parfum qui vous invite à libérer votre côté rebelle !

Good Girl Eau de Parfum Suprême, CAROLINA HERRERA. Eau de Parfum, 30 ml, 715 DH ; 50 ml, 1.045 DH ; 80 ml, 1.375 DH. En parfumeries.

L'ÉTÉ À FLEUR DE PEAU

Pour sa dernière création olfactive, Narciso Rodriguez a imaginé un parfum solaire séduisant, exprimant la mystérieuse alchimie de l'attraction. Résultat : un parfum ambré floral boisé, où la signature olfactive de la marque Narciso Rodriguez, le cœur de musc, est illuminée par un accord de fleurs solaires : le frangipanier et l'ylang-ylang. En fond, un sillage musqué ambré vient recréer l'ambiance chaude d'une fin de journée ensoleillée. Un parfum qui révèle la sensualité d'une femme rayonnante.

NARCISO. l'Eau de Parfum Ambrée. 30 ml, 651 DH ; 50 ml, 982 DH ; 90 ml, 1.232 DH. En parfumeries.

SHOTS DE BONHEUR

Lancôme décline son parfum iconique La Vie est Belle dans des mini flacons drops disponibles en 3 chapitres La Vie est Belle : "Eau de Parfum", le premier Iris Gourmand ; "En Rose" qui exprime une facette fraîche et délicate dominée par la pivoine ; "Intensément" qui exalte un mariage inédit entre l'iris, fleur signature du parfum original, et la gousse de vanille. Des petits concentrés de bonheur à emporter et à distiller partout où vous allez !

La Vie est Belle Drops, LANCÔME, Eau de Parfum, En Rose, Intensément, 15 ml, 250 DH. En parfumeries.

ELIXIR PRÉCIEUX

Hautement concentrée en huiles précieuses, d'argan, de figue de barbarie et d'amande douce, riches en vitamine E, l'Huile Sèche Rose Du Désert apporte un confort inouï à la peau dès la première application. Sa texture soyeuse et subtilement pailletée fusionne avec la peau en offrant un fini "toucher sec", satiné et scintillant. Son parfum délicat vous transporte dans l'univers oriental des Mille et Une Nuits.

Huile Sèche Rose du Désert, BOTANIKA. 150 ml. Dans la boutique Botanika Marrakech - 57, résidence N'fis, rue Ibn Aïcha - N1 Guéliz et les points de vente partenaires. Tél. : 05.24.20.02.03. Livraison à domicile : commande@botanikamarrakech.com

CURE DE JOUVENCE

Sisley propose un soin capable de réactiver l'énergie vitale des cellules à la source pour mieux combattre le vieillissement cutané et redonner à la peau toute sa puissance de vie : Sisleÿa L'Intégral Anti-Âge La Cure. Un soin qui agit en 4 semaines. Semaine 1/ Impulsion : le réveil de la peau est amorcé et l'énergie des cellules réactivée. Semaine 2/ Rénovation : la phase de régénération optimale. Semaine 3/ Consolidation : le soin cible les défenses naturelles et le pouvoir antioxydant de la peau. Semaine 4/ Renaissance : cette étape ultime consolide les bénéfices des trois premières étapes. À utiliser deux fois par an, lors d'un changement de saison ou quand la peau présente des signes de fatigue ou de stress.

Sisleÿa L'Intégral Anti-Âge La Cure, SISLEY. 4 x 10ml. En exclusivité chez Beauty Success.

PEAU NEUVE

La gamme Oxygen-Glow, best-seller de la marque Filorga, compte désormais une nouveauté : Oxygen-Peel, une lotion innovante exfoliante, adaptée à tous les types de peaux. Et ce, grâce à un cocktail micro-peeling 6-6 [6 acides – 6%] qui exfolie la peau en douceur et lisse rides et pores. Sa formule est également enrichie en acide hyaluronique qui hydrate et repulpe la peau en profondeur, et en capteurs d'oxygène bio-actifs qui favorisent l'oxygénation cellulaire et révèlent un teint frais et lumineux.

Oxygen Peel, Lotion micro-peeling réoxygénante, FILORGA. 150 ml, 363 DH. En pharmacies et parapharmacies.

ÉNERGIE VITALE

Formulée avec la nouvelle ReNeura Technology++™* de Shiseido et le Complexe KURENAI-TruLift, la gamme Vital Perfection aide à réveiller le potentiel de la peau et à contrer les signes visibles de l'âge. La gamme comprend la Crème de Jour SPF 30, la Crème Enrichie et l'Émulsion à la texture plus légère, qui aident à prévenir le dessèchement cutané, à restaurer l'éclat et la fermeté de la peau et à protéger le visage contre les méfaits des UV. Le nouveau Soin Nuit Intensif Fermeté agit quant à lui durant le sommeil pour hydrater intensément et aider à révéler une peau visiblement plus lumineuse, comme "liftée". La gamme comprend également La Crème et le Masque Express Yeux.

Gamme Vital Perfection, SHISEIDO. Crème Lift Fermeté, 75 ml, 1.639 DH ; Soin Nuit Intensif Fermeté, 50 ml, 1 532 DH ; Crème Yeux, 15 ml, 904 DH ; Masque Express Yeux, 904 DH. En parfumeries.

VEGAN

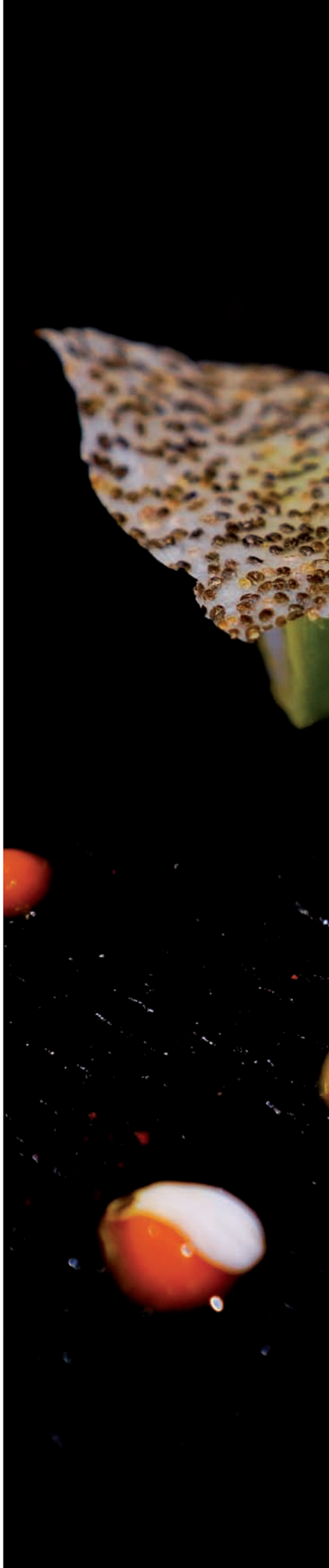
Yves Rocher lance une collection de masques et un gommage vegan aux plantes Bio. Elle comprend le Gommage Granité Éclat à l'Anthémis Bio qui exfolie la peau en douceur et 3 masques : le Masque Gelée Purifiant à la Menthe Poivrée Bio qui élimine les impuretés, le Masque Mousse Apaisant à la Camomille Bio qui apaise la peau et lui apporte du confort ; le Masque Baume Régénérant au Calendula Bio qui la laisse douce. Des textures ultra-sensorielles, aux parfums délicats à appliquer sur chaque zone du visage en fonction de ses besoins ou à mixer en multi-masking pour un max de bénéfices. On craque pour leur petit format à emporter partout !

Collection Masques et Gommage, YVES ROCHER. 30 ml et 89 DH chacun. Dans les points de vente Yves Rocher.

PAR KHADIJA ALAOUI

Variations autour du poisson

Notre escale automnale est au Banyan Tree Tamuda Bay pour un voyage gustatif et gourmand autour du poisson, sublimé par le Chef Salim Ait Ezzine.



ROULEAU DE CHAIR D'ARAIGNÉE AUX AGRUMES, AVOCAT ET TUILE DE CHIA

Ingrédients

ARAIGNÉE DE MER
- 100 g de chair de crabe
- 1/2 citron vert
- Citron confit
- 2 pétales de tomate confite
- 1/2 basilic
- Sel, poivre

AVOCAT
- 2 avocats
- 1 citron vert
- Huile d'olive

TUILE DE CHIA
- 80 g de gaine de chia
- 20 g de blanc d'œuf
- 80 g de farine de riz
- 5 g de sel

PURÉE DE MANGUE
- 1 pièce de mangue
- Huile d'olive
- Pm tandoori

CONDIMENT AGRUMES
- 300 g de jus d'orange
- 200 g de jus de pamplemousse
- 1 g de zeste de citron vert
- 2 g de zeste de citron jaune
- 3 g de zeste d'orange

Préparation

ARAIGNÉE DE MER : cuire l'araignée de mer à l'anglaise pendant environ 7 min après ébullition avec une branche de fenouil séché et quelques poivres noirs en grains. Décortiquer l'araignée, bien nettoyer la chair de tous les morceaux de coquille ou cartilage.
Assaisonner la chair avec le jus et les zestes de citron vert, citron confit haché, brunoise de tomate confite, basilic haché, sel et poivre

AVOCAT : éplucher et couper l'avocat en fines lamelles, les disposer à moitié superposés sur une plaque filmée. Assaisonner avec le jus de citron vert et l'huile d'olive.

TUILE DE CHIA : mixer l'ensemble, étalé à 90 g par plaque, cuire à 125° pendant 30 minutes, four sec.

PURÉE DE MANGUE : couper la mangue en gros morceaux, mixer le tout en rajoutant un peu d'huile d'olive jusqu'à ce que la purée soit homogène et sans grumeaux

CONDIMENT AGRUMES : porter le jus à ébullition, cuire durant 15 min, passer au chinois étamine et laisser prendre. Mixer au thermomix en ajoutant les zestes puis réserver en pipette.

Conseil du Chef

La chair d'araignée est moyennement dotée en minéraux et oligoéléments, sauf si on la consomme avec son corail (la partie orangée), ce qui booste alors ses apports, notamment en calcium (175 mg/100 g) et en manganèse.
Les graines de chia fournissent une bonne source de calcium et de phosphore et une très bonne source de fibres alimentaires et de manganèse.
L'avocat, riche en lipides, est bénéfique pour la santé.

LANGOUSTINE RAFRAÎCHIE À LA PERLE DE TAPIOCA AU FRUIT DE LA PASSION

Ingrédients

LANGOUSTINE
- 1 langoustine
- Huile d'olive
- Fleur de sel, poivre du moulin

TAPIOCA
- 20 g de tapioca
- 10 cl de jus de passion

ÉMULSION MAYO-AIL NOIR
- 1 jaune d'œuf
- 25 cl d'huile de pépin de raisin
- 1 c. à soupe de moutarde
- 25 g d'ail noir
- 10 cl de crème fraîche
- Sel, poivre

SALADE D'HIVER
- 1 pièce de batavia rouge
- 1 pièce d'endive jaune
- 20 g de mâche
- 10 g d'échalote
- 2 pétales de tomate confite
- 15 g de papaye

Préparation

Décortiquer la langoustine, l'assaisonner de fleur de sel, de poivre du moulin et d'un filet d'huile d'olive. Réserver au frais.

TAPIOCA : cuire le tapioca 3 min dans une eau bouillante salée et le plonger aussitôt dans le jus de fruit de la passion bouillant. Prolonger la cuisson 3 min à nouveau, laisser gonfler et réserver à température ambiante.

ÉMULSION MAYO-AIL NOIR : mixer au thermomix en ajoutant l'ail noir puis réserver en pipette.

Conseil du Chef

La langoustine contient de nombreux oligo-éléments et vitamines, la plupart en faible quantité, mais elle est riche en cuivre, en iode, en sélénium et en vitamine B12. Le cuivre participe à la bonne santé osseuse, en association avec le calcium, et à celle du cœur et des reins. Elle est riche en protéines, mais aussi en vitamine D, qui est primordiale chez l'être humain. Elle est fortement conseillée durant l'hiver. En effet, ces crustacées permettent de réguler notre température tout au long de la journée et donc, de se protéger contre le froid.

PHOTO : BRAHIM TAOUGAR

LE ROUGET BARBET ET SON JUS DE ROCHE

Ingrédients

GARNITURES

- 220 g de rouget barbet
- 100 g de homard
- 50 g de palourdes
- 20 g de pommes de terre

JUS DE POISSON DE ROCHE

- 250 g de poisson de roche de méditerranée
- 125 g de tomate fraîche
- 10 g de tomate concentrée
- 25 g d'oignon blanc
- 0,5 g de safran
- 25 g d'ail
- 25 g de fenouil frais
- 25 g de poireaux
- 2 g de fenouil en grain
- 2 g de poivre noir en grain
- 1/2 botte de tiges de persil
- 25 g de branches de céleri
- 1 litrede bouillon de volaille
- 1/2 botte de basilic
- 1/2 pièce de citron

Préparation

Dans une cocotte en fonte, faire suer à l'huile d'olive toute la garniture aromatique, ajouter ensuite tous les poissons coupés en gros morceaux.
Laisser suer quelques minutes, puis mouiller avec le bouillon de volaille, laisser cuire environ 45 minutes.
Au terme de la cuisson, ajouter les feuilles de basilic et les tranches de citron, laisser infuser 25 min. Passer au chinois étamine, faire réduire de moitié.

Conseil du Chef

Cette soupe anti-déprime est la clé pour vous faire gagner de l'énergie car elle est riche en acide gras essentiel ; le jus de roche contribue à une hydratation optimale des cellules. Les poissons, quant à eux, en plus d'être une source de protéines, apportent de bonnes graisses, des oméga 3 ainsi que certaines vitamines et minéraux que peu d'autres aliments véhiculent.

INTERVIEW DE **SALIM AIT EZZINE,**

Chef exécutif au Banyan Tree Tamouda Bay

Vous avez côtoyé au cours de votre carrière de grands chefs, et vous avez réussi à développer votre propre signature. Pourriez-vous nous en parler ?
Après avoir obtenu mon diplôme à l'école hôtelière de Marrakech, j'ai perfectionné mon savoir et mes techniques au sein de la plus haute industrie culinaire internationale, avec Michelin Stars ainsi que de célèbres chefs comme Giancarlo Morelli, Philippe Jourdin, Yann Meinsel, Cedric D'Ambrosio, Yves Samake... Ce sont de grands chefs étoilés et Meilleurs Ouvriers de France qui m'ont inculqué le goût du beau et du bon. Ils m'ont appris ce métier avec rigueur et respect, le sens du détail et de la finition pour pouvoir atteindre l'objectif et bien sûr en développant ma propre signature avec une présentation parfaite, une qualité premium, de la créativité et de la perfection.

Quels sont les points forts de votre cuisine ?
Je propose une cuisine moderne qui s'inscrit dans un mouvement culinaire, qui est née de la volonté de faire correspondre la cuisine marocaine aux tendances actuelles. Les clients souhaitent manger Healthy, moins gras et moins salé tout en découvrant de nouvelles saveurs.

Quel est le plat signature que vous présentez au Banyan Tree ?
C'est la douceur de la chair de crabe rafraîchie, mousse d'avocat au sirop de granny Smith. ◆

PAR AMAL RADOUANE
WWW.AMAL-RADOUANE.COM

Vous méritez d'être heureuse en amour

Certaines personnes se retrouvent constamment dans des relations amoureuses conflictuelles et toxiques, et se plaignent d'attirer toujours le même type de partenaire amoureux. La coach Amal Radouane nous donne des pistes pour y remédier.

En vous libérant des pensées, croyances et émotions négatives concernant l'amour, vous pouvez attirer ce doux sentiment dans votre vie. En voici les principales raisons :

LA RAISON N°1 : LES PEURS CONSCIENTES ET INCONSCIENTES

La peur d'être seul(e) pousse souvent la personne à s'engager dans une relation et à s'y adapter. Or une relation basée sur la peur n'a aucune chance de durer car elle est biaisée dès le départ.

Je recommande souvent d'avoir une attitude bienveillante et positive à l'égard de soi et de sa peur de la solitude, et d'accepter sa période de célibat pour guérir ses blessures émotionnelles et se libérer de ses blocages intérieurs.

La peur d'aimer est un autre type de peur dont il faut s'affranchir pour pouvoir s'épanouir en amour.

LA RAISON N°2 : LES CROYANCES LIMITANTES

Il s'agit notamment de croyances telles que *"Il n'y a personne pour moi"*, *"Je suis incapable d'être aimé(e)"*, *"l'amour est dangereux"*, *"on ne peut faire confiance à personne"*, *"Je suis trop âgé(e) pour trouver l'amour"*, *"Je dois me contenter de ce que je trouve, je n'ai pas vraiment le choix"*, *"Je suis obligé(e) de m'adapter car le partenaire idéal n'existe pas"*, ou encore, *"les meilleur(e)s sont déjà pris(e)s"*.

Il faut savoir que le système de croyances se forme à partir de ce que nous avons appris ou de ce que nous avons expérimenté. Lorsque nous intégrons ces croyances et que nous les ancrons dans notre esprit, elles attirent à nous exactement les expériences correspondantes. Or, les croyances sont des formes de pensée, et la pensée est créatrice. Elle crée notre réalité. Heureusement, les pensées peuvent être changées à tout moment.

LA RAISON N°3 : LE MANQUE D'ESTIME DE SOI ET DE CONFIANCE EN SOI

Cette peur du rejet nous force à nous adapter aux besoins de l'autre et à les faire passer systématiquement en premier. Nous avons également des difficultés à poser des limites à notre partenaire et nous nous laissons envahir voire manipulés par ce(tte) dernier(e).

Le cas des pervers narcissiques est l'exemple type de la personne qui a une peur profonde du rejet et qui use de toute forme de malice pour se rendre indispensable.

Par ailleurs, Il faut comprendre que les relations toxiques qui existent dans notre vie ont un message bien précis à nous adresser. Elles ont pour rôle de nous faire prendre conscience de la nécessité de nous aimer davantage, de respecter nos besoins et de les affirmer.

LA RAISON N°4 : NE PAS SE LIBÉRER DE SES ÉMOTIONS NÉGATIVES LIÉES À SES EXPÉRIENCES PASSÉES

Nous accumulons chagrin d'amour, colère, frustrations et autres blessures émotionnelles. Or, le fait de ne pas se libérer de vos blessures passées fera que vous allez continuer à attirer le même type de partenaire amoureux (qui vous a déçu(e), menti(e), trahi(e), rejeté(e),...)

Les mêmes schémas relationnels vont continuer à se répéter encore et encore jusqu'à ce que vous décidiez de vous en libérer et de pardonner à l'autre, mais aussi à soi-même.

LA RAISON N°5 : VOULOIR ATTIRER UNE PERSONNE AUX CARACTÉRISTIQUES DIFFÉRENTES

Si vous voulez attirer une personne qui vous aime et vous respecte tels que vous êtes, vous devez vous aimer et vous respecter vous-même.

Si vous voulez attirer une personne en santé, joyeuse et heureuse, faites en sorte d'avoir ces mêmes caractéristiques.

COMMENT ATTIRER L'AMOUR GRÂCE À LA LOI D'ATTRACTION ?

ÉTAPE 1 : SE LIBÉRER DE LA PEUR D'ÊTRE SEUL(E)

Pour vous libérer de cette peur, apprenez à vous aimer et à aimer votre vie telle qu'elle est en appréciant toutes les bonnes choses que vous avez déjà.

Ayez aussi de la gratitude pour votre période de célibat en essayant d'y voir le côté positif. Soyez votre meilleur ami(e). Renforcez aussi votre foi et croyez que c'est possible de rencontrer votre partenaire de vie idéal au meilleur moment qui soit.

Ayez une attitude positive et maintenez un état d'esprit ouvert. Soyez disponible et prêt(e) à rencontrer "la bonne personne" à tout moment. Ayez confiance et lâcher prise !

ÉTAPE 2 : SE LIBÉRER DE LA PEUR D'AIMER DE NOUVEAU

Pardonnez-vous et aimez-vous de manière inconditionnelle pour attirer des personnes aimantes et bienveillantes qui sont dans la même vibration d'amour que vous. Pardonnez aussi à l'autre et libérez-vous de toute forme de colère que vous pouvez avoir vis-à-vis de vos anciennes relations amoureuses.

Libérez-vous également de la peur d'être rejeté (e) ou abandonné (e), pour ne plus avoir à reproduire ces schémas négatifs et à attirer les relations toxiques.

Et engagez-vous uniquement dans une relation amoureuse harmonieuse dans laquelle vous vous sentez aimé et respecté.

ÉTAPE 3 : REPRENDRE CONFIANCE EN SA CAPACITÉ À ATTIRER L'AMOUR DANS SA VIE

Vous êtes capable d'attirer l'amour et surtout vous le méritez. Éliminez donc les pensées et les croyances limitantes qui peuvent vous empêcher d'avoir une confiance absolue dans votre capacité à réussir votre vie amoureuse.

Je vous recommande d'intégrer dans votre vie quotidienne, la répétition d'affirmations positives sur l'amour de soi et sur votre capacité à attirer à vous une relation aimante, authentique et bienveillante.

Une de mes affirmations positives préférées est celle de Louise Hay : *"Je m'aime, je suis aimée, je suis amoureuse"*. En répétant cette affirmation plusieurs fois par jour, vous sentirez sa puissance et vous verrez l'impact positif qu'elle aura sur votre vie amoureuse.

Lisez aussi des histoires d'amour joyeuses ; regardez également des comédies romantiques qui vous inspireront et vous feront croire de nouveau à l'amour.

ÉTAPE 4 : ÊTRE AUTHENTIQUE ET ALIGNÉ(E) AVEC SES VALEURS POUR ATTIRER LA BONNE RELATION

Le fait d'établir son système de valeurs est fondamental pour asseoir et renforcer sa confiance en soi et ainsi avoir un référentiel qui vous servira de filtre pour les prochaines rencontres que vous ferez.

Ainsi toute personne qui ne cadre pas avec votre système de valeurs ne pourra pas faire partie de votre vie. En agissant conformément à vos valeurs, vous êtes certain de faire les bons choix.

ÉTAPE 5 : COMPRENDRE L'IMPACT DE LA LOI D'ATTRACTION SUR VOTRE VIE AMOUREUSE

La loi de l'attraction est une loi universelle qui repose sur le principe selon lequel ce qui se ressemble s'assemble. Ainsi si vous souhaitez attirer l'amour dans votre vie, vous devez vous aimer vous-même et rayonner d'amour pour vous-même afin d'attirer une personne qui va vous aimer tel que vous êtes !

> "SI VOUS SOUHAITEZ ATTIRER L'AMOUR DANS VOTRE VIE, VOUS DEVEZ VOUS AIMER VOUS-MÊME ET RAYONNER D'AMOUR"

Plus vite vous vous serez libérés de ce qui vous empêche de vous aimer et plus vite vous attirerez la bonne personne pour vous.

ÉTAPE 6 : AVOIR UNE IMAGE CLAIRE DE NOTRE RELATION AMOUREUSE IDÉALE

Le manque de clarté mentale par rapport au type de relation que l'on souhaite attirer à soi et par rapport à ce que l'on en attend constitue un frein dont peu de personnes sont conscientes.

Je vous recommande de lister les caractéristiques attendues chez votre partenaire potentiel en insistant sur les valeurs de cette personne et sur ce qu'elle peut apporter pour l'épanouissement de la relation.

Il est tout aussi important de prendre conscience de vos propres besoins et de ce que vous pouvez accepter ou pas afin de garantir sérénité, harmonie et équilibre dans votre relation de couple. ◆

flash infos

PAR LA RÉDACTION

Un nouveau partenariat

Y a du nouveau chez Jumia. BIC Maroc, leader des articles de papeterie, vient de signer un partenariat avec Jumia, site pionnier du e-commerce au Maroc. Il lance une boutique officielle de la marque sur la plateforme. Sur le site, tous les produits BIC, notamment les produits d'écriture et de coloriage ainsi que sa gamme complète de rasoirs et une sélection de briquets.

Une rentrée en toute efficacité

La rentrée n'est pas finie chez Orange. Pour bien démarrer l'année, l'opérateur lance #DouzModeOrange. Au programme, des annonces et offres mobiles avec plus de générosité et de validité, dont le nouveau forfait Yo qui permet de profiter d'un maximum de data avec 11 Go d'Internet et une heure d'appels pour 49DH/mois.
orange.ma

Une expérience mobile

Y9a est le tout dernier-né de la série Y de Huawei. Très élégant, ce modèle possède le très performant système Supercharge 40W, une mémoire vive de 8Go de RAM, une capacité de stockage inouïe de 128Go de mémoire ROM, et la fonction HUAWEI AppGallery préinstallée, correspondant à la troisième plus grande plateforme de téléchargement d'applications au monde. Le tout disponible à 2 899 DH en finitions Midnight Black, Space Silver et Sakura Pink.

E-sport, une tendance en vogue

Le e-sport se développe au Maroc : 3 millions de gamers dont 1 million de joueurs actifs. Dans le jeu, MCES Africa, et ce, depuis décembre 2019. Ce nouvel acteur de la scène e-sportive marocaine s'est donné pour mission de promouvoir le développement de la pratique, accompagner la création d'une filière de formation et rassembler les acteurs d'e-sport afin de leur offrir une "plateforme" efficace et un canal de communication novateur, qu'ils soient joueurs, créateurs-éditeurs, partenaires ou sponsors.

Un véhicule intelligent

Le concept de taxi autonome remporte le prix Ford "New Norm Mobility Award". Baptisé "muvone", il a été développé par Marius Lochner, diplômé de l'Université de Staffordshire au Royaume-Uni spécialisé en design de transport. Son idée ? Une solution unique qui pourrait aider les gens, les personnes à mobilité réduite en particulier, à se déplacer en toute sécurité tout en respectant la distanciation sociale. Ainsi, il présente son véhicule intelligent pour un monde intelligent.

Un hub marocain sur le digital

Le monde du digital africain a désormais sa plateforme collaborative : WIKITEK.africa. Initié par l'agence digitale marocaine TEK INSIDE, le site compte proposer des informations variées et récentes réalisées par une équipe de contributeurs libres et autonomes à l'écoute du mouvement permanent que connaît le monde du digital. Concrètement, on y trouvera des articles, couvrant le paysage digital au Maroc et en Afrique dans 5 rubriques principales (Expériences, Tendances, Nouveautés, Marques africaines, le Digital pour les nuls) et 2 rubriques secondaires (E-Culture et Ça nous inspire). Sur la plateforme également, des chroniques plus riches, au style plus formel, suivant des structures d'analyse et de décryptage plus précises autour de l'univers du digital.
htttps://wikitek.africa

MCES AFRICA

Un sponsor gagnant

Emirates s'invite de nouveau sur le court de tennis en terre battue de Roland-Garros. Elle est compagnie aérienne officielle et partenaire Premium du tournoi de Paris en 2020. Une fierté et une alliance qui remonte à 2013 avant de devenir partenariat Premium du Grand Chelem en 2017.

Fez Smart Factory

C'est une zone industrielle inédite qui va sortir de terre à Fès : "Fez Smart Factory" (FSF). Aménagée sur le campus de l'Université Euro-Méditerranéenne de Fès (UEMF) et bénéficiant d'un investissement de 104 millions de DH, elle sera composée d'espaces dédiés aux services de transfert de technologie, d'ingénierie, d'innovation et de recherche & développement (R&D) et de recherche technologique (R&T), comprenant un incubateur, un accélérateur de startups, des sociétés d'ingénierie et des entités de R&D et de R&T. Ce n'est pas fini. Elle comprendra également la première usine modèle 4.0 au Maroc et 93 lots industriels destinés à des usines intelligentes.

Sous l'eau

La marque de renom pour salle de bain et accessoires de cuisine, GROHE dévoile sa douchette Rainshower SmartActive. Ses atouts ? Des fonctionnalités intelligentes, un mode opératoire intuitif et de multiples options de design garantissant une expérience d'eau conçue en fonction de la personnalité de chacun, de quoi atteindre le plaisir maximal !

Une formation 2.0

Honoris United Universities, le premier et plus large réseau panafricain d'enseignement supérieur privé, lance le certificat Honoris 21st Century Skills (Compétences du 21ème Siècle). C'est un programme entièrement en ligne, qui formera les étudiants aux huit compétences les plus demandées par les employeurs, à savoir l'intelligence comportementale, la créativité et le design thinking, l'esprit critique, la communication, la collaboration, le coding, l'analyse de données et l'entreprenariat. Des compétences nécessaires afin d'être en cohérence avec les exigences du nouveau monde du travail, à savoir un monde en perpétuel changement.

Haut de gamme

La marque Infinix présente Zéro 8. Surnommé le "VISION MASTER", ce smartphone haut de gamme est un clin d'œil à la pyramide du Louvre, mariant design et performance. En effet, elle regorge des dernières technologies mobiles en termes de prouesse et d'innovation : caméra puissante de 64 + 48MP avec mode Ultra Nuit et d'un capteur SONY IMX686, fonctionnalités de stabilisation vidéo embarquées, performante de 8 Go de RAM et 128Go de ROM ou encore une batterie de 4500mAh avec recharge rapide "Super Charge" de 33W en seulement 30min. Son prix ? 2.799 DH.

Et si on mangeait sain au bureau ?

La Buvette du Maroc propose des déjeuners variés et équilibrés à portée de main. En effet, que ce soit aux bureaux situés au cœur de la ville ou en zone industrielle, l'enseigne propose des sandwichs frais, des salades gourmandes ou encore des plats savoureux cuisinés le jour même et élaborés sans conservateurs, ni additifs, avec uniquement des fruits et légumes de saison. En un mot, du plaisir gustatif pour la pause du midi

Technologie innovante

La série A de OPPO accueille un tout nouveau modèle de smartphone doté d'un design époustouflant et de performances fulgurantes. Son nom ? OPPO A92, un smartphone parfaitement étudié pour permettre aux jeunes de profiter d'un maximum de connectivité et de divertissement, du fait de sa grande fluidité et de sa réactivité à toute épreuve. OPPO A92, c'est aussi un grand écran FHD+ immersif, une performance sonore double haut-parleurs stéréo, une batterie à haute autonomie, et un design bien soigné.

Mobile Money

inwi money, filiale de Mobile Money de inwi, vient d'étoffer son offre en lançant le service de réception du transfert international pour ses clients "inwi money", en partenariat avec WorldRemit et MFS Africa. Avec ce nouveau service, inwi money élargit davantage son offre variée de services à forte valeur ajoutée et affiche déjà de belles réalisations. Quelques mois après son lancement, inwi money compte plus de 500.000 clients sur l'ensemble des régions du Maroc.

carnet d'adresses

ABDELHANINE RAOUH
Tél. : 06.61.33.97.34
ADIDAS
Bd de l'Océan Atlantique, Aïn Diab, Morocco Mall, Casablanca.
Tél. : 05.22.79.67.96
AZUELOS
16, bd Moulay Youssef, Casablanca.
Tél. : 05.22.47.13.08
CARTIER
Place des Nations Unies, Casablanca.
Tél. : 05.22.43.12.12
DIOR
Morocco Mall, bd de l'Océan Atlantique, Aïn Diab, Casablanca.
Tél. : 05.22.79.21.63
FENDI
Morocco Mall, bd de l'Océan Atlantique, Aïn Diab, Casablanca.
Tél. : 05.22.79.21.70
GUCCI
Morocco Mall, bd de l'Océan Atlantique, Aïn Diab, Casablanca.
Tél. : 05.22.79.21.50
HIND LAMTIRI
Tél. : 06.61.34.32.60
HOUDA LARINI
Tél. : 06.61.41.46.36
IMANE TADLAOUI
Tél. : 06.61.07.33.19
JUST CAVALI
Morocco Mall, bd de l'Océan Atlantique, Aïn Diab, Casablanca.
Tél. : 05.22.26.97.99
LIU.JO
4, rue Abou El Kacem Kotbari -ex Chevr, Casablanca. Tél. : 05.22.48.24.19
MAX MARA
9, rue Abou El Kacem Kotbari, Racine, Casablanca. Tél. : 05.22.26.97.99
MYRIEM BOUAFI
Tél. : 06.67.67.27.68
SIHAM EL HABTI
Tél. : 06.61.63.30.11
STUDIO 14
44, rue Point du Jour, Casablanca.
Tél. : 05.22.49.18.19
UTERQÜE
Bd de l'Océan Atlantique, Aïn Diab, Morocco Mall, Casablanca.
Tél. : 05.22.79.27.01
YAN&ONE
Morocco Mall, bd de l'Océan Atlantique, Aïn Diab, Casablanca.
Tél. : 08.00.00.21.21
ZARA
3, bd Al Massira Al Khadra, Maârif, Casablanca. Tél. : 05.22.36.63.64

Oui! je m'abonne à FDM
FEMMES DU MAROC

MAROC	: 220 DH
UNION MAGHRÉBINE	: 450 DH ou 40 € ou 55 $
EUROPE	: 650 DH ou 60 € ou 80 $
AFRIQUE	: 750 DH ou 68 € ou 95 $
AMÉRIQUE	: 800 DH ou 73 € ou 100 $
ASIE	: 850 DH ou 75 € ou 110 $

Renvoyez nous ce coupon dûment rempli à **FEMMES DU MAROC**
Service abonnement
18, bd Massira El Khadra, Casablanca. Maroc.
Tél. : 05.22.34.72.22 - Fax : 05.22.39.96.23,
accompagné de votre paiement :
chèque non endossable à l'ordre de
"COMMUNICATION ÉCONOMIQUE"
ou par virement sur le compte suivant : "Banque Populaire, agence corporate Hadj Omar"
190 780 21211 9306033 000 126 BCPOMAMC (swift)

Nom : .....
Prénom : .....
Tél. : .....
Mode de paiement : chèque ❒ virement ❒
Adresse : .....
Ville : ..... **Pays :** .....
Email : .....
Date début d'abonnement : .....

REVUE DE DÉCORATION ET D'ARCHITECTURE NUMÉRO 146 - SEPTEMBRE-OCTOBRE 2020

Maisons du Maroc

ART DE VIVRE
LA DÉCO DÉTOURNE LE JOUET

TENDANCES
L'EFFET SCULPTÉ

IDÉES DÉCO
DES PETITS COINS SOIGNÉS

DÉCO
EN OSMOSE AVEC LA NATURE

MAROC : 40 DH - FRANCE : 4,90 € - TUNISIE : 8,90 DINARS - WWW.MAISONSDUMAROC.COM