

LES SOLO EN RÉGION

GRATUIT

Célib

a

ROUEN

Février * Mars * Avril

LE SEUL MAGAZINE

OÙ LES PUBS SE LISENT

ARNACEUR
PAROLE DE
GHOSTER

(Ré)éducation
sexuelle

DIRE OUI SUFFIT-IL
VRAIMENT ?

#BALANCE
TONDATE

Le pire des apps
de rencontre

S.O.S
rencards
barbants

@celibarouen

Célib

@ROUEN

Votre pub dans le mag ?
On ne vous promet pas l'amour, mais
une super visibilité!



celibarouen@gmail.com

Y'a quoi dedans ?

4 • ALLO, CUPIDON ?

Ces rencards qui nous barbent

10 • ÉPINGLÉS

#balancetondate : en direct des apps de rencontre

12 • MOI D'ABORD !

Une peau moins grise (que le ciel rouennais)

16 • (RÉ)ÉDUCATION SEXUELLE

Dire oui suffit-il vraiment ?

20 • GHOPER ? SHOPPEZ !

Les coups de cœur 100 % locaux

22 • ARNA'CŒUR

Dans la tête de deux ghosters

24 • MA PAROLE !

Ce qui vous (et nous) fait dématcher direct !

28 • SANTÉ MENTALE

Vive le slowdating !

32 • NOS IDÉES SORTIES

À chaque date son rencard

34 • LE COURRIER DES CÉLIB

Tes questions, nos réponses

Suivez-nous sur  [celibarouen](https://www.instagram.com/celibarouen)

Y'a qui dedans ?

Édité par **Néva K. onslut E.I.**, La Maison Bleue,
16 rue Alsace Lorraine, 76000 Rouen

Directrice de la publication et de la rédaction :

Vanessa Krstic (celibarouen@gmail.com)

Directeur artistique Bertrand Debray

Secrétaire de rédaction Valérie Canale

Marketing média Micro-agence POPYOURCOM/Iscom

Dépôt légal à parution (février 2024)

Imprimeur Mordacq, rue de Constantinople,
62120 Aire-sur-la-Lys – Origine papier : Belgique,
Suisse – Taux de fibres recyclées : 62 % (intérieur)

Certification : 100 % PEFC – Ptot : 0,031 kg/tonne
(couverture) et 0,006 kg/tonne (intérieur).



LE TRI
+ FACILE



PEFC 10-31-2168

C'est quoi ça ?

« Alors, ce soir... blanquette ou quéquette ? ». Spéciale dédicace à ma BFF qui avait reçu, juste avant un rencard, ce SMS resté dans nos annales. Ainsi est née l'idée de Célib@Rouen, le nouveau trimestriel qui s'adresse aux solos rouennais : filles, garçons, et autres. Les « just for fun », les « pour relation sérieuse », les indécis, les saturés du *dématching* inexplicable ou du *ghosting* inexplicable, les blasés du *swiping* frénétique et des RDV merdiques, les petits nouveaux enivrés par la fièvre du dating facile. Pourquoi ce mag ? Pour dénoncer les incivilités ou maladroitures, pour valoriser les mignonneries, et tenter d'analyser les ressorts de la relation amoureuse à l'ère du tout digital. Mais surtout, pour se marrer. L'idée est donc venue de soirées entre ami.e.s passées à se raconter nos aventures, des plus torrides au plus hilarantes. Ce seront désormais les vôtres. Vous avez des témoignages à nous livrer ? Écrivez-nous sur celibarouen@gmail.com et suivez-nous sur Instagram ! Bonne(s) soirée(s) ! Bonne lecture !

Vanessa Krstic

Directrice de la rédaction

ALLO, CUPIDON?

S.O.S RENCARDS BARBANTS



Selon une étude récente*, on passerait 55 minutes par jour sur les applis de rencontre. Oui, ça en fait du temps perdu à swiper pour rien, ou à lire des « cc sa va ? » qui piquent les yeux. Manquerait plus qu'on s'impose des rencontres interminables...

RDV à 19 h place du Vieux Marché, devant le manège pour enfants, avec Greg76. On a dégainé notre paire de talons « spécial pavés » (des compensées, quoi). 19 h pile, il est déjà là et s'approche de nous. C'est notre cinquième déception du mois. On s'habitue. La démarche est hésitante, les épaules voutées et l'allure... inexistante. Peu importe : à l'écrit, il nous faisait bien marrer. On devrait donc passer un moment sympa, et c'est déjà ça de pris... ou pas. À la demi-seconde où il nous dit bonjour, on le sait : ce rencard s'annonce in-ter-mi-nable... Greg76 a le regard fuyant et le bonjour trainant. On pense immédiatement à Hugo l'escargot : si on le touche du bout du l'index, il se rétracte direct (ndlr : stoppez tout de suite vos idées mal placées). Bref, on prend les devants et on lui propose de

s'installer pour boire un verre (pas deux), craignant un bore-out fulgurant. On enchaîne avec un « *alors alors... on ne s'est pas encore parlé de nos passions... Tu en as ?* ». Erreur. Voilà qu'il se lance dans un long monologue sur l'entropie des trous noirs (alors que notre ado en classe de sixième en sait plus que nous en matière de physique-chimie). Pendant ce temps, on fait semblant d'écouter en hochant la tête bêtement et en se demandant comment sortir de là rapidement. Idéalement, on évite d'y rentrer. En clair, on n'accepte aucun rencard après quatre messages écrits ni sans avoir parlé au téléphone avec notre futur date. Oui, c'est chronophage, mais plus prudent.

* Étude Eharmony, février 2023



La quasi-franchise

Dire la vérité ? Trop violent. « Bon... je crois que nous sommes d'accord pour dire qu'on se trouve charmants, mais que le coup de cœur attendu n'est pas là... On ne va pas se faire perdre du temps, ce serait idiot... » C'est vrai, on ne lui demande pas son avis. Mais son ego est sauvé.



L'anticipation

Comme avec Greg76, on a envie de fuir avant même qu'il ait dit bonjour ? On prévient : « Je suis navré.e, j'ai une urgence à régler. Je ne voulais pas te faire faux bond au dernier moment, donc je suis là, mais je ne peux pas rester longtemps. Vingt minutes max... C'est déjà bien pour une première approche, non ? »

4 idées pour écourter

Testées "pour de vrai" et approuvées



Votre pire rôle

Elle a écrit dans son profil qu'elle détestait les hystériques ? Bien bien... On lui raconte le scandale tapé à notre ex en plein resto. Oui, quand on a balancé notre verre de vin (rouge) sur sa jolie robe (blanche) avant de la traiter de « matière à compost ». Et bien sûr, on n'hésite pas à en rajouter une louche. Ou deux.



L'appli de secours

On télécharge dès maintenant une appli générant de faux appels, comme Fake Call & SMS sur Android ou Fake SMS Celebrity sur iOS. On programme l'appli pour qu'elle nous appelle après quinze minutes de rencard. Reste à faire semblant de répondre, exaspéré : « Quoi ? Maintenant ? Pfff... Bon OK... J'arrive ! ».

Votre **PIRE** date

Clara, 31 ans

TU T'ES VUE QUAND T'AS BU?

Premier rencard, elle m'invite chez elle. La première heure, tout roule. Je la trouve mignonne, pleine d'humour... Mais quelle descente ! J'en suis à mon premier verre de vin quand elle attaque déjà le quatrième. Au sixième, elle me regarde avec des yeux de merlan frit énamouré et me sort « *je crois que t'es la femme de ma vie* » en me crachant son haleine chargée dans les narines. L'enfer ! ●

Louise, 31 ans

« SI J'AURAIS SU... »

Ce sont les premiers mots qu'il a lancés après m'avoir vue. Non, pardon. Après m'avoir reluquée de la tête aux pieds, son téléphone encore collé à l'oreille, visiblement en pleine conversation. Sur son profil, il avait précisé être « bien éduqué », « élégant », et « cultivé ». Du coup, j'ai fini la phrase à sa place en lui lançant « ... *je s'rais pas venue* ! ». Et je suis partie sans me retourner. ●

POULPY

J'avais pourtant passé un chouette moment.

Enfin, jusqu'à ce qu'il me saute dessus et m'enfonce sa langue toute visqueuse dans la bouche, comme ça, sans préavis. Je l'ai appelé Poulpy.

Sonia, 25 ans

Laurent, 38 ans

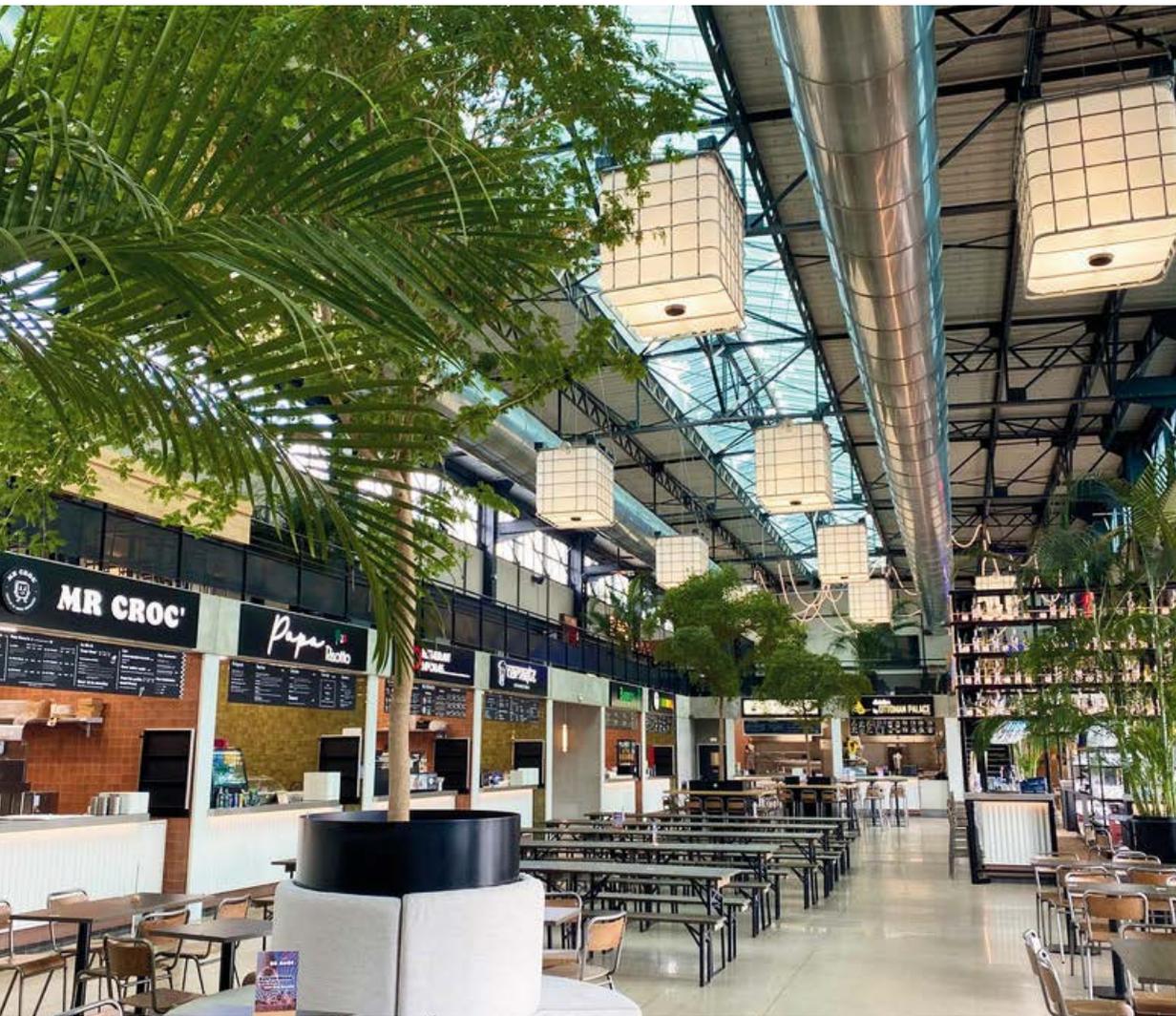
SON MEC TAPI DANS L'OMBRE

Après un resto sympa, on va prendre un verre dans un bar. La fille commence à me chauffer. On s'embrasse et ça devient torride, rapidement. Elle me propose d'aller chez elle, mais doit d'abord « *passer aux toilettes* ». Je l'attends et on se dirige jusqu'à son appart, à dix minutes à pied. Arrivés chez elle, on se saute dessus. Je profite d'une bonne fellation quand mes yeux sont attirés par une forme mouvante, derrière les rideaux. Il me faut quelques secondes pour capter. Je me relève en panique et en hurlant « *Hey c'est quoi ce délire ? Y'a qui derrière ?!* ». Et voilà qu'un mec sort de derrière le rideau, tout habillé, mais la braguette ouverte, membre tendu à la main. En deux secondes et demie, j'étais en bas de chez elle. ●



L'ENTREPÔT

FOOD HALL ROUEN



ÉVÈNEMENT ENTREPRISE & RECEPTION PRIVÉE

CRÉEZ VOTRE ÉVÈNEMENT UNIQUE DANS NOTRE LIEU DE VIE GOURMAND



Hangar E, 5 Quai de Boisguilbert, Rouen

02 35 71 54 32

commercial@entrepot-rouen.fr

PREMIER RENCARD

Nos bons plans pour éviter l'ennui

Ras le bol de jouer les DRH devant deux spritz? Optez pour des dates rouennais un peu plus fun, un peu plus naturels.

Une soirée dansante Lieu hybride entre école de danse latino et discothèque, le Coco'Bongo est l'endroit parfait pour se découvrir de façon sensuelle et décomplexée. Au pire, si on n'a pas vraiment le sens du rythme, on pourra franchement se marrer. Toujours mieux qu'un tête-à-tête plombant... le-cocobongo.fr ●

Une balade à vélo La Seine à vélo, c'est plus de 500 km entre Paris et la mer. Pour une premier rendez-vous, on y va mollo, avec l'itinéraire Rouen-La Bouille (19,50 km), qui part des quais. On (re)découvre les paysages en apprenant à se connaître. Location possible (dès 12 € les 3 heures) sur office-de-tourisme-rouen.lokki.rent ●

Une pièce de théâtre À l'Ouest, en semaine, on peut toujours déguster deux places à la dernière minute. On s'offre le combo spectacle et resto pour débriefer directement après. Idéal pour s'assurer un (bon) sujet de conversation et tester son (indispensable) humour. theatrealouest.com ●

Une initiation de golf Tous les dimanches ou presque, le UGolf de la Forêt Verte, à Bosc-Gérard Saint-Adrien, propose des initiations gratuites de 2 h 30, dans une ambiance décontractée (si, on vous jure!). Après, on boit un verre au Swing, le resto du club-house. Limité à 8 personnes, réservations sur jouer.golf/initiations ●



Tombez sous le charme de Saveurs Green et ses délicieuses recettes végétariennes !

NOUVELLE FORMULE

SAVEURS Green

SAVEURS Hiver 2024

#20 Le mag des **VÉGÉTARIEN[NE]S** *Green*

75 RECETTES TOUS LES 3 MOIS

**GRAINES, PESTO, CHIPS MAISON...
DES SOUPES CRAQUANTES!**

Velouté à la mimolette et aux noisettes

Burgers végétariens
5 recettes irrésistibles (et healthy)

12 RECETTES FACILES POUR RENFORCER SON IMMUNITÉ

● **GUIDE D'ACHAT** Bien choisir son «jambon» végétal ● **LEVURE MALTÉE** Elle dope tous nos plats en nutriments
● **COOKIES VÉGANES** Nos astuces pour remplacer œufs et beurre, ni vu ni connu!



À RETROUVER CHEZ VOTRE MARCHAND DE JOURNAUX

#balancetondate

Le pire ou le meilleur en direct des apps de dating

#DIALOGUEDESOURDS

Écoute, j'ai passé un bon moment, mais je ne me sens pas attirée physiquement.



Alors... verdict ?



Ah merde. C'est pas grave, on peut devenir sex-friends ?

Euh... Pour ça aussi (surtout ?), j'ai besoin d'être attirée !

On peut quand même essayer ?

Ben non !

Je suis sûr qu'on pourrait s'éclater tous les deux !

Tu deviens lourd, là... 🙄

KG

Je sais, mais moi je suis open. Je t'apprécie. Tu me plais. Je regretterais de ne pas essayer.

Ah ouais ? Et moi, j'ai mon mot à dire ou pas du tout ? Tu m'as prise pour mère Teresa ?

Je suis sûr qu'on pourrait s'éclater.

 Vous avez bloqué ce contact. Appuyez pour débloquer.

#NETETPRÉCIS

Recherche femme aimant le repassage et la sodomie.



#BESCHERELLETAMÈRE

Bonsoir charmant jeune homme. À 1 an et 2 cm prêt, j'étais dans tes critères.

À deux-trois dictionnaires près aussi.

#PASTROPEXIGEANTE

Non, je ne suis pas trop exigeante. Je sais ce que je veux ou pas, c'est tout. Si tu es Bélier, avare (matériel ou affectif), marié ou encore accro à ton ex, si tu as la sensualité d'une huître, si tu es syndiqué chez SUD, si tu aimes aller en teuf à 35 ans révolus, préfères le Golden Retriever au Chihuahua (...), évite de perdre ton temps avec moi. En revanche... si tu es séduisant, drôle, pertinent, galant, romantique mais pas neuneu, viril mais pas macho, que ta CSP est + que -, que tu mesures plus de 1,77 m, tu peux piquer ma curiosité... Si en plus tu as la plume bien aiguisée, tu as toutes tes chances !

#FAUDRAITSAVOIR !

Cherche relation sérieuse exclusivement. Aucune envie de m'engager, je suis là pour vivre des moments fun et sexuellement durables.



Marié.e.s, radin.e.s, propriétaires de 4x4.

#TOUJOURSPLUS

Tu es tellement belle que je voudrais que tu sois ma mère... et plus encore !

Plus encore... c'est-à-dire ? Ta grand-mère ?



#PARISIEN?

Exclusivité. Paris 17^e.
Excellente situation. Caractère. Calme. Clair et lumineux. Bien agencé.
Charme de l'ancien, plan modulable.
À rafraîchir, aucuns frais d'agence.
Mes passions : les voyages, l'amitié, la spiritualité, le sport, Paris.
Mes plaisirs : le thé à la menthe, les arbres et la forêt, Paris le matin, les bols chantants, l'art contemporain.

NDLR: tu ne serais pas parisien, à tout hasard? 🤔

MOI D'ABORD !

Une peau moins grise

(que le ciel rouennais)



Par temps froid, notre peau est agressée. Plus sensible et déshydratée, elle peut laisser apparaître des rougeurs, voire des gerçures. Pourtant, rayonner en plein hiver, c'est possible. Nos conseils en deux actes.

La bonne routine en 5 points

1

ON SE DÉMAQUILLE MATIN ET SOIR (*même quand on est un homme*)

Pour cela, on utilise un démaquillant, puis un nettoyant doux hydratant. On termine avec une (indispensable) lotion, qui permet d'éliminer le film laissé par le nettoyant, mais aussi les dernières poussières, en profondeur. Plus confortable que l'eau, hyper calcaire ici, elle resserre également les pores et apaise les peaux sensibles.

2

ON HYDRATE!

L'hiver, on choisit une crème riche, à appliquer généreusement matin et soir. À l'huile d'argan ou au beurre de karité, elle sera plus nourrissante. À l'acide hyaluronique ou à la vitamine C, elle prendra soin des peaux les plus sensibles et en apaisera les rougeurs.

3

ON EXFOLIE

Les cellules mortes de la peau ternissent le teint. Une à deux fois par semaine, on procède à un gommage délicat, soit mécanique soit chimique (particulièrement en cas de peau sensible).

4

ON SE PROTÈGE!

Même en hiver, les rayons UV peuvent endommager la peau et accélérer son vieillissement. Et on vous arrête tout de suite : ce n'est pas parce qu'on vit à Rouen que l'on peut s'en passer. Eh oui, plus de 80 % des rayons traversent les nuages, même s'il fait tout gris. Quand le soleil revient, on sort sa protection solaire 30 à 50. Le reste du temps, une crème de jour contenant un SPF peut suffire.

5

ON AVALE DES SUPER ALIMENTS

L'alimentation joue un rôle crucial dans la santé de la peau. Vive les aliments riches en antioxydants, comme les baies, les épinards et les noix. Si la beauté n'est pas seulement intérieure, elle vient aussi de l'intérieur.



Un soin mensuel en institut

Mais qu'il est long, cet hiver, sans personne pour nous chouchouter...

Pas question de se laisser abattre ! On s'offre un soin chez Beauty Success Mont-Saint-Aignan. Pourquoi là-bas ? Parce qu'on soutient la seule parfumerie encore indépendante du coin et que chez Célib', on privilégie les petits commerçants. Pascale, la directrice, propose trois soins pour un teint rayonnant :

RAPIDE LE COUP D'ÉCLAT

C'est quoi ? Après avoir démaquillé la peau, l'esthéticienne la nettoie en profondeur. Ensuite, place au gommage, forcément adapté à notre peau, avant de terminer avec la pose d'un masque « glow » qui finit de donner de l'éclat.

Pour qui ? Les hommes, les femmes, les non genrés de tous âges (enfin, à partir de 16 ans). Idéal avant un rencart !

Combien ? 39 € les 30 min.

RELAXANT LE CŒUR DE SOIN ÉCLAT

C'est quoi ? Ce soin professionnel complet, signé Payot, offre une expérience relaxante associée à des résultats franchement visibles. Il comprend également un nettoyage en profondeur, un gommage et un masque, mais aussi un modelage du visage et du décolleté incluant 42 mouvements précis pour une vraie parenthèse bien-être au milieu d'une routine beauté active.

Pour qui ? Pour tous. Il est parfait si vous avez (encore) vécu une déception et que vous voulez rayonner malgré votre humeur de pitbull sous amphètes.

Combien ? 85 € les 75 min.

ANTI-ÂGE LE CRYO

C'est quoi ? Non invasive et indolore, cette technique utilise le froid pour activer la microstimulation cutanée. L'utilisation d'une sonde à température négative crée un choc thermique, favorisant la synthèse cellulaire et le resserrement des pores.

Pour qui ? Les fumeurs ou les fêtards invétérés au teint gris de tous les âges. À 20 ans pour un boost d'éclat comme à 50 pour raffermir l'ovale du visage et annoncer 40 ans sur son profil Meetic (on plaisante, c'est interdit par le code déontologique Célib'). Deux-trois contre-indications tout de même : les injections récentes de botox ou d'acide hyaluronique, ou une maladie de peau.

COUPON RÉDUC

-20%

POUR LES LECTEURS
DE CÉLIB@ROUEN !
sur présentation du mag

Beauty Success
Mont-Saint-Aignan
Centre Commercial
la Vatine
02 35 61 21 22



BEAUTY SUCCESS

Parfumerie & Institut

Avec nous,
tombez amoureux
de vous-même !
Vous ne serez pas
décue.

Zac de la Vatine, 76130 Mont-Saint-Aignan
02.35.61.21.22

LÀ COMME ÇA, IL A
L'AIR TOUT MIGNON...

20 mn
=
4h de sport



ATTENDEZ QU'IL
VOUS FASSE FAIRE
DES POMPES !

BODYHIT
Rouen Bois-Guillaume

SON 06 : 76 07 46 19

67% des célibataires passent jusqu'à 4h
par semaine sur les apps de rencontre.
83% se disent insatisfaits.

**APPRENEZ PLUTÔT UNE LANGUE,
VOUS SEREZ FIER DE VOUS !**



Berlitz
Formations Linguistiques

20 place Saint-Marc, 76000 Rouen
26 place Henri Gadeau de Kerville,
76100 Rouen - 02 35 07 03 03



mrh76.fr

**VOUS NE POURREZ PLUS
FUIR ÉTERNELLEMENT !**

Pas de panique...
Quelle que soit votre demande,
on dit ce que l'on fait,
on fait ce que l'on dit !



MRH

Plomberie Chauffage Sanitaire

06 83 14 22 85

Consentement

DIRE SUFFIT-IL VRAIMENT?

Consentir, c'est d'après Le Robert « accepter qu'une chose se fasse ». Or, entre accepter et céder, la frontière est parfois (très) mince...

“**S**ans oui, c'est interdit». C'est le slogan de la campagne lancée en octobre 2022 par le ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, pour lutter contre les violences sexuelles et sexistes. C'est vrai, le consentement devrait être un truc simple : si on dit oui, c'est qu'on a envie. Problème : dans la vraie vie, c'est beaucoup plus nuancé que ça... Parfois, même avec un oui, c'est interdit. Le 17 juin 2023, l'actrice et autrice féministe Noémie de Lattre postait une vidéo percutante, format monologue, sur son compte Instagram. « Une femme peut avoir été violée par un homme qui ne l'a pas violée », affirme-t-elle après avoir déclamé un texte qui résonne chez beaucoup de femmes : « Moi j'ai pas été violée. Moi, je me suis fait violer. Dix fois, quinze fois. Je sais pas. J'ai perdu le compte de toutes ces fois où j'ai juste fait ce qu'on

m'a toujours appris à faire, à sourire et à dire oui [...] J'ai la moitié de son âge? Oui! J'ai pas envie, pas comme ça, pas maintenant? Ouii! Je suis droguée, alcoolisée ou épuisée? Ouiii! J'ai souri et j'ai dit oui, alors tout va bien. Et si tout ne va pas bien, alors on voudra savoir quel est l'horrible violeur, le salaud. Et il faudra que je l'accuse, et il faudra qu'il paye. Mais si j'ai pas envie d'accuser un homme à qui j'ai dit oui, on fait comment? Je dois juste me taire? Dire que je n'ai pas souffert? Repartir avec ma blessure en bandoulière? Pourquoi on n'est pas capable d'entendre la plainte d'une femme, sans forcément accuser un homme? Pourquoi n'est-on pas capable de considérer que deux

“Mais si j'ai pas j'ai dit oui, on fait



vérités peuvent coexister sans s'exclure? »

Ça tilt : on a organisé un petit *brainstorming* entre copines, et on a passé en revue tous les mecs avec qui on avait couché, du premier au dernier. Verdict : sur cinq filles, nous étions quatre à réaliser que l'on comptait au moins autant de types avec qui on s'était forcées... que d'hommes qu'on avait réellement désirés. Une fois quelques grimaces de désapprobation (ou de dégoût) passées, nous nous sommes penchées sur les raisons qui nous poussent à dire « oui » en souriant alors que l'on pense « non ». Résultats :

L'alcool ou les stupéfiants

Au-delà de leur effet désinhibant, l'alcool et certaines substances augmentent le taux de testostérone chez la femme et, avec, l'envie de rapports sexuels. Plus on boit, plus on a de risques de vriller, et avec n'importe qui.

Une méconnaissance de nos désirs

Par manque d'expérience, on ne sait pas clairement ce que l'on veut ou pas, ce que l'on aime ou pas. Alors on laisse l'autre décider à notre place, en se disant que « lui, il sait » (et en essayant d'aimer ce qu'il nous fait).



envie d'accuser un homme à qui comment? Je dois juste me taire? ”

Pourquoi, à l'ère #metoo de coucher avec de le vexer ou pour le

La peur de décevoir ou de déplaire

Il nous attirait beaucoup... jusqu'à ce qu'il nous embrasse. La chimie n'est pas là, l'alchimie encore moins, et pourtant, on n'ose pas l'arrêter. Pour ne pas le vexer, pour ne pas le frustrer, pour ne pas passer pour une allumeuse (eh oui, en 2024, nous en sommes encore là). Autre cas de figure : cet homme nous faisait très bien l'amour, jusqu'à ce que tout à coup, il s'autoconfoinde avec un burineur électrique cinq joules. Au mieux, on s'ennuie, au pire, on a mal. Notre seul désir : que ça s'arrête, tout de suite. Pourtant, au lieu de dire « stop ! », on simule bruyamment et surtout poliment.

La flemme

Parfois, on n'a pas l'énergie de dire « non », et encore moins d'avoir à le répéter. Comme si c'était une lutte à mener que de se faire entendre ou comprendre. On peut aussi avoir la flemme de rentrer chez soi, et « consentir » à coucher avec son date pour le remercier de son hospitalité (cher payée, du coup).

Le besoin d'amour

Et voilà comment on se retrouve avec son membre dans la bouche alors qu'on

avait juste envie d'un câlin tendre. Là encore, l'acte sexuel apparaît comme une « juste rétribution » d'une marque de savoir-vivre, pourtant élémentaire. Flippant, quand on y pense...

Dans tous les cas précédemment énoncés, l'homme ne nous a pas violée. Si ça se trouve, il n'a même pas capté notre absence de désir. Alors qu'on aurait simplement pu dire « non, là je n'ai pas/plus envie » ou « je n'aime pas cette position/ta façon de faire » ou « j'ai juste envie de tendresse », on s'est retrouvée à pousser des cris de bête traquée gémissements de chatte en chaleur censés lui donner le signal d'une fin libératrice. Questions : pourquoi, à l'ère #metoo, nous sentons-nous encore obligées de coucher avec un homme, par peur de le vexer ou pour le remercier d'être sympa ? Et surtout, comment remettre le désir, avant même le consentement, au cœur de nos relations sexuelles, sensuelles et amoureuses ? On a beau retourner le problème dans tous les sens, on ne voit qu'une solution : reprendre notre pouvoir sans leur retirer le leur. Pas simple...

on se sent encore obligées un homme, par peur remercier d'être sympa?

JE PRENDS LE POUVOIR SUR MON CORPS

Je m'éduque sur mon anatomie, mes désirs et mes droits. J'apprends à me connaître sur les plans émotionnel, physique et sexuel. Cela favorise une meilleure compréhension de mes propres limites, envies, besoins, préférences.



JE M'ÉDUQUE CONTINUELLEMENT

Je reste informée sur les questions de consentement, les dynamiques relationnelles et les droits sexuels. Et j'en parle autour de moi : l'éducation contribue à créer une culture où l'assentiment est valorisé.

JE ME FAIS CONFIANCE

J'écoute mon instinct et les signaux qu'envoie mon corps. Quand il a posé sa main sur ma cuisse, j'ai senti un frisson plus désagréable qu'enivrant ? C'est probablement que je n'ai pas envie de ça tout de suite, ou avec lui. Je reste en alerte.

J'ADOpte UNE COMMUNICATION CLAIRE

J'exprime ouvertement mes désirs comme mes blocages. La clarté et l'honnêteté sont essentielles pour établir des limites et obtenir un consentement mutuel. Je n'hésite pas à signaler « *je ne me sens pas à l'aise* », « *je n'aime pas cette position* », « *je n'ai pas envie que ça aille trop vite* ».

MINI GUIDE PRATIQUE À LIRE À DEUX

J'APPRENDS À DIRE « NON »

Même au dernier moment. Oui, j'ai le droit de tout stopper en plein ébats si tout à coup, je n'ai plus

envie. Je ne dois rien à personne d'autre qu'à moi-même.

JE SUIS PLUS SÉLECTIVE (OU PLUS MÉFIANTE)

Je reste attentive aux signaux verbaux et non verbaux de mon partenaire. L'écoute active est cruciale pour comprendre là où l'autre veut nous mener. Exemple concret : après 10 messages échangés, Paul, 34 ans, nous dit qu'il pratique le tennis et la muscu, mais que le sport qu'il préfère, « *c'est le sport en chambre* ». On en envie de fuir ? On fuit. Même s'il nous assure qu'il déconnaît.

SHOP

~~CHOPER?~~



À sortir après une dure journée boulot, pour un dîner qui débote, même en solo devant Netflix. Une sauce tomate signée David Gallienne en collab avec une conserverie de réinsertion à Bernay. 10 € chez Simone & Gustave. 38 rue aux Ours. simoneetgustave.fr

Du style pour son premier date (et les autres ?). On craque pour le pull Shelter tee de la marque Margn, tricoté main, en coton et Lycra. 115 €, Centreville. 21 rue de la Poterne. centreville-rouen.com



Le premier Spritz sans alcool, idéal pour éviter d'oublier son prénom au petit matin ! Nona, 35 € les 70 cl, chez Épicerie Madame. 39 rue Saint-Nicolas. epiceriemadame.fr



Que du love. C'est le nom de cette jolie toile de l'artiste rouennaise (qui monte). 160 €, Semilu. semilu.fr - @semilu_ulimes

PREZ!



Un joli "ded pnaou jiof, h

hnerajoubeau.fr - @colbeau.fr - Colbeau. colbeau.fr

Savon fabriqué à la main en Terres de Caux, selon une méthode ancestrale.
8 €, Savon et Sjippe chez Slow Super Marché.
8 allée Eugène Delacroix. slowsupermarche.com



On achètera le « Toi » quand on l'aura trouvé. Bol Breton en faïence émaillée. 25 €, Pied de Poule chez Amaï.
15 rue Beauvoisine.
[@amai.conceptstore](https://www.amai.conceptstore.com)

Bientôt iconique, le bracelet l (ou i) en résine façon écaille de tortue ?
Oui ! 35 €, Ingrid Degremont.
63 rue Saint-Nicolas.
ingriddegremont.com



Dans la tête de deux GHOSTERS



Et hop, un petit plongeon dans les eaux troubles de l'évitement amoureux. Deux témoignages authentiques et sans filtre, pour essayer de comprendre.

SANS COMPROMIS

**Cécile
48 ans**

À l'époque, le *ghosting* ne porte pas de nom. J'ai 20 ans, je suis depuis quelques mois avec un gars, mais, de mon côté, la relation s'essouffle déjà. Je ne suis pas dans la même projection que lui. Je pars travailler pour la saison d'été en Espagne, sur la Costa Brava, et j'y retrouve mon amoureux de la saison précédente, toujours aussi beau, toujours aussi *caliente* ! On retombe direct dans les bras l'un de l'autre. À « l'autre », je ne donne plus de nouvelles, je ne réponds plus aux appels. Je demande à ma patronne de lui dire que je suis occupée... Je pense sincèrement qu'il va se lasser. Mais un soir, après le boulot, il doit être minuit, on sonne à la porte. C'est lui, furax. Il a fait Marseille-Ampuriabrava pour s'entendre dire que c'était fini. Sur le coup, je me moque de lui : « T'as pas

compris ? T'as fait tout ce chemin pour ça ? » Oui, je lui en ai voulu d'être là, en bas de la colocation. Oui, je l'ai trouvé ridicule. Je ne me suis pas sentie coupable, ni d'aimer quelqu'un d'autre, ni de l'avoir trompé, ni de l'avoir *ghosté*, ni d'avoir été méchante, là, sur ce trottoir. Aujourd'hui, j'ai conscience que je me suis mal comportée. Je crois que je n'assumais pas une rupture. J'avais un peu peur (il était assez sanguin), mais j'avais aussi la flemme de me disputer. Affronter, c'était avoir à me justifier, car il aurait voulu que j'explique. Mais expliquer quoi, à part que les sentiments avaient totalement disparu ? Dans ma tête, je considérais ne pas avoir d'explications à lui donner. Il ne les méritait pas. Pour moi, c'était fini, j'étais passée à autre chose et il venait me déranger. Avec le recul, je crois que cette confession me permet de réaliser la violence de mon acte.

À DEUX DOIGTS DE S'EXCUSER

**Tom
32 ans**

Avec Claire, ça a été un vrai coup de foudre. On s'appelait plusieurs fois par jour, on s'envoyait des SMS toutes les cinq minutes. On partageait notre quotidien, nos rêves, nos anecdotes, nos passions. J'étais à fond. Mais voilà, après quelques semaines de passion à peine, j'ai commencé à freiner des quatre fers. J'ai cherché des excuses pour ne pas la voir puis, sans comprendre pourquoi, je me suis senti pris au piège, étouffé par mes propres illusions. Du jour au lendemain, j'ai disparu, laissant mon portable sonner dans le vide, supprimant ses mails et SMS sans les lire. Chaque notification m'agressait. Mais comment lui expliquer que je ne voulais plus la voir alors que, trois semaines avant, je lui déclarais un amour de ouf ? Je ne captais pas moi-même. La culpabilité me rongea. Claire ne méritait pas ça, mais plus j'avancais dans cette spirale, moins je pouvais faire marche arrière. Je l'ai donc bloquée, angoissé à l'idée qu'elle débarque chez moi ou, pire, au boulot. Elle ne l'a pas fait. C'était il y a un an, et j'y pense tous les jours. J'ai été lâche, égoïste et j'en suis profondément désolé. Claire mérite des explications et des

excuses, mais l'angoisse de la confrontation et de ses réactions me paralyse encore. Je sais qu'un jour je le ferai. En attendant, j'espère forcément qu'elle lira cette page...

LE PETIT MOT DU PSY

Cher Tom, chère Cécile,

Que vous désiriez fuir l'amour ou stopper la relation, c'est une chose, mais en ghostant, vous « effacez » l'autre et votre vécu commun. C'est une négation radicale du consentement : cet autre n'existe pas. Votre silence lui dit : « Je ne veux pas savoir ce que tu ressens, ni ce que tu penses, ni ce que tu vis. » Fuir la communication est une forme de démission, qui cache également un grand manque d'empathie. Vous restez dans un espace de jouissance facile (je ne prends que le bon, pas le mauvais). Et si vous sortiez de cette pente facile pour vous confronter à la réalité ? Il y a bel et bien du sadisme dans votre comportement. Allez... demander « pardon » ne vous tuera pas !

Chères victimes,

Je vous le rappelle, nous sommes des êtres de relation : nous ne pouvons pas vivre sans communication. Être ghosté est complètement déstructurant, c'est une forme de torture psychologique. On s'imagine le pire, sur l'autre et sur soi-même. Disjoncter est une réaction légitime, et même saine. Vous avez donc le droit d'insister et d'exprimer votre colère (on le rappelle, les émotions rentrées sont mauvaises pour la santé). Attention quand même à ne pas virer obsessionnel. Si votre ex ne répond toujours pas, défoulez-vous ailleurs, face à un psy ou vos amis... Ne restez pas seul, et compensez cette absence de relation par une relation fiable. Ça ne passe toujours pas ? Criez votre rage sur les réseaux sociaux. Un #metoo du ghosting ferait du bien à tout le monde. Après tout, c'est dégueulasse, et il faut le dire ! C'est aussi une façon de reprendre son pouvoir, de dire « j'existe ».

Saverio Tomasella, auteur de *Ne passez plus à côté de votre vie* (J'ai Lu, septembre 2022)

"Là, je dématche..."

Parce que je ne supporte plus...

PHILIPPE, 38 ANS

... LES PROFILS TOO MUCH. Trop de photos, de passions, de détails. Ça fait flipper, c'est trop étudié, ça manque de naturel.

NICOLAS, 52 ANS

... CELLES QUI DÉMONTENT LES MECS D'ENTRÉE. « Pervers, chômeurs, indécis (etc.) s'abstenir ». Ça sent la fille dans la défiance et en manque de confiance. C'est comme si t'allais à la SPA et que tu demandais : « pas de chien battu, ni apeuré, ni traumatisé, ni moche, ni... »

DAVID, 45 ANS

... LA DÉCO POURRAVE SUR LES PHOTOS, celle qui pose avec son chien. Après ? J'avoue... l'accent rouennais.

BAPTISTE, 39 ANS

... PLEIN DE TRUCS! Les photos avec filtres ou poses surjouées, celles avec leurs gosses, leur animal de compagnie ou pire, les deux. Les annonces trop chargées en exigences, les fautes d'orthographe, le manque d'humour, les indécises, les trop timides, l'absence de spontanéité...

IVAN, 45 ANS

... LES RÉPONSES MONOSYLLABIQUES, les « discret pour idem », les dominants « masc. for masc. »... Hélas la majorité des profils Grinder.

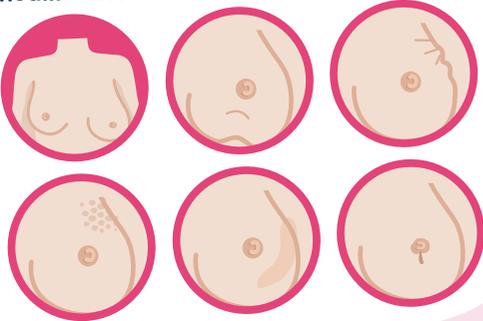
LAURENT, 25 ANS

... LES "RELATION SÉRIEUSE UNIQUEMENT".
Qu'est-ce que j'en sais, moi, si ça va durer, avant même de rencontrer la nana ? Et puis merde, qui a envie d'une relation « sérieuse » ?

AIMER SES SEINS [ou ceux de sa chérie] ET EN PRENDRE SOIN, C'EST TOUTE L'ANNÉE.

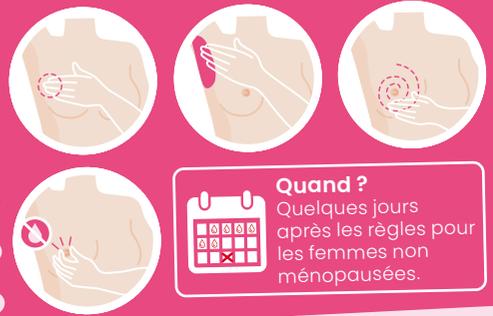
Regarder mes seins

Vérifier devant le miroir qu'il n'y a **pas de modification** :



Les palper

Vérifier qu'il n'y a **pas de masse suspecte** qui apparaît :



Quand ?

Quelques jours après les règles pour les femmes non ménopausées.

Penser à faire ma mammo



Si j'ai **entre 50 et 74 ans**, il faut que je passe **une mammographie tous les deux ans**, c'est la méthode la plus fiable pour détecter un cancer du sein.
Dès 25 ans, il faut que je me fasse **examiner les seins tous les ans** par mon gynécologue, mon médecin traitant ou ma sage-femme.



En France, **1 femme sur 8*** risque de développer un cancer du sein au cours de sa vie. **Plus il est détecté tôt plus les chances de guérison sont grandes.**

*1% des cancers du sein affectent les hommes.

"Ouais, ben nous..."

On n'en peut plus...

BÉA, 50 ANS

... DES MECS QUI POSENT DEVANT LEUR GROSSE VOITURE OU LEUR GROSSE MOTO.

Des branchés BDSM qui balancent une photo de Christian Gray alors qu'en vrai, ils ressemblent à Jean-Claude Dusse.

FANNY, 40 ANS

... DE CEUX QUI M'ABORDENT AVEC UN "CC ÇA VA ?" ou « tu passes une bonne journée ? » alors que j'ai pris la peine de remplir mon profil, de rédiger une annonce sympa qui offre mille possibilités pour m'aborder de façon un peu personnalisée.

CARO, 31 ANS

... DES "POUR RELATION SANS PRISE DE TÊTE".

Ça résonne comme « surtout fais pas chier ».

Ouais, ben choisis plutôt une poupée gonflable et... fais pas chier!

PAULINE, 27 ANS

... DES "EN COUPLE LIBRE" OU "POLYAMOUREUX" forcément « open minded ». Bref, ces mecs juste infidèles persuadés d'avoir tout capté à l'amour alors que toi, avec tes envies de monogamie, t'es carrément réac.

LAURIE, 33 ANS

... DES PROFILS VIDES, où la profession, la ville, l'âge sont masqués. Je ne comprends pas bien le concept...

CÉCILE, 42 ANS

... DES TDAH, ZÈBRES, HPI, DEMI-CURIEUX, BISPIRITUELS, SAPIOSEXUELS, ETC.

Bref, de tous ceux qui se mettent dans des cases, dans de toutes, toutes petites cases. Au secours!

EMMA, 42 ANS

... DE CEUX QUI SQUATTENT TINDER DEPUIS 10 ANS.

C'est rédhibitoire. Je sais, c'est con. Après tout, eux aussi me voient traîner là depuis 10 ans...



HOME **SCHMIDT** HOME

L'AMOUR DURE 3 ANS.

VOTRE CUISINE SCHMIDT,

AU MOINS 25.

CHOISISSEZ BIEN...

50 rue de la Tour de Beurre
76000 ROUEN

02 79 16 03 03



Adeline Bideault

Conseillère en gestion de patrimoine et
investissement financier (pour tous)

**Pas d'amour, pas d'argent ?
Je peux au moins régler un de ces problèmes !**

Tél : 06 35 40 43 45 - bideault.adeline@gmail.com



ACCRO
à ton ex ?

 **accrosport**

www.accrosport.com

deviens plutôt **ACCRO(au)SPORT**

THERMO'COUPLE



06 98 62 11 04

Vous vous les gelez ?

On ne réchauffe pas votre coeur

Mais votre intérieur, si !



POMPE À CHALEUR, CHAUFFE-EAU THERMODYNAMIQUE, PANCHER CHAUFFANT, CHAUFFAGE GAZ

Vive le Slow Dating



En finir avec la surconsommation amoureuse et (ou) sexuelle, pour revenir à des relations plus vraies, serait anti-déprime. On essaie?

En 2016 déjà, une étude publiée par l'Association américaine des psychologues révélait que les utilisateurs de Tinder (tous genres ou non-genres confondus) étaient plus susceptibles que les autres de perdre confiance en eux et de se considérer comme des objets sexuels. En mars 2020, une autre étude¹ dévoilait que les utilisateurs d'applications « à swipe » accusaient des niveaux de dépression, d'anxiété et de détresse plus élevés que les autres. Notre petit pouce nous dit que ça ne s'est pas arrangé depuis...

Qui ne s'est jamais senti face à son écran comme devant le rayon « thon, maquereaux et sardines » chez Carrefour? Qui n'a jamais été désabusé d'enchaîner les rencards décevants? Qui n'en a jamais eu ras le bol de se faire dématcher sans explication après deux jours d'échanges sympas? Cela porte un nom: la *dating fatigue*, forme de saturation émotionnelle liée à la surconsommation et à l'accumulation des petites violences ordinaires vécues sur les apps, qui finissent pas nous saper le moral comme l'estime de soi. Il est peut-être temps de ralentir et de privilégier la qualité à la quantité. En bref, de pratiquer le *slow dating*. ●●●

1. *Swipe-based dating applications use and its association with mental health outcomes: a cross-sectional study.* BMC Psychol 8, 22 (2020).

Louez une longère cosy à Queveillon - sur Airbnb



Une bonne bouffe ?



Un moment chill ?



Un petit sauna ?



Un coin de paradis ?

Dating déprimé.e ?
T'as pas de chérie,
mais t'as des amis.

(et chez Carole, y'a de la place pour huit.)



U  ROUEN LA FORÊT VERTE
GARDEN

Viser bien, viser loin ?
C'est plus facile au golf qu'en amour
(quoique...)

Route de Tendos - 76710 Bosc Guérard Saint Adrien
02 35 33 62 94



Quitte à vous prendre un mur,
autant qu'il soit sec !

Infiltrations, condensation, remontées
capillaires, champignons et mэрule...

Tél : 02 35 58 90 89 - www.murhumide.fr
6, rue du Bon Marais - 76530 GRAND-COURONNE



Comment faire, en pratique?

On (re)devient sélectif

«L'enfer, c'est les autres.» Ces autres qui ne donnent aucune info, qui matchent mais ne répondent pas à nos messages (ou alors une phrase tous les trois jours)... On commence par écarter tous

1

les profils qui n'en sont pas (sans annonce, sans indication de ville ou d'âge), et on se reconcentre sur ce qui compte vraiment pour nous. *Petite_fouine* a, en plus d'un pseudo chelou, des yeux trop rapprochés? OK, mais elle a les mêmes goûts (suspects) que nous, elle répond à nos vanes dans des délais raisonnables, et ça, c'est très bon signe. On pense évidemment à bien remplir notre profil, en précisant notre démarche: #slowdatingourien.

2

On ne s'éparpille pas

On matche avec quelqu'un? On attend d'engager la conversation avec cette personne, et de voir ce que ça donne avant de remettre notre pouce en mode actif. On s'interdit d'avoir plusieurs matchs en simultanée, même si on s'ennuie devant la télé et que *Petite_fouine* n'est pas dispo pour occuper notre soirée.

3

On passe vite à la réalité

Si ça matche à l'écrit, on se rencontre rapidement. On ne fuit pas parce que *Petite_fouine* a utilisé l'expression «ça déchire sa race». C'est un détail. Ce qui compte, c'est qu'elle semble avoir les mêmes valeurs que nous, qu'elle nous plaise physiquement, et que la discussion soit fluide. Plutôt que réciter nos CV amoureux respectifs, on parle de ce qui nous anime, de nos envies, de nos projets. À la fin de la soirée, on ne va pas boire un dernier verre chez elle (même si elle insiste). On lui fait la bise et on va se coucher. Point.



4

On crée du lien

Après ? On reste en contact ré-gu-lier. Pour le prochain rendez-vous, on prévoit un concert, un musée, une rando. On partage des activités, on laisse la tension monter, et le temps à la relation de se développer, intellectuellement, émotionnellement, et physiquement. On bosse aussi notre tolérance, qui s'est perdue quelque part entre le 134 et 135^e rencard 2023. Oui, *Petite_fouine* est vraiment trop curieuse et ça nous irrite. OK. Mais la perfection ne se cache pas derrière le prochain swipe. Et on redescend. Nous ne sommes pas parfait non plus.

**L'INFO FLIPPANTE
MAIS MOTIVANTE**

Selon la journaliste et autrice* Judith Duportail, il existe une statistique que les applications de dating nous cachent, et qui prouve que plus on reste dessus, moins on a de chances d'en sortir un jour ! Aïe.

**L'amour sous algorithme*, éditions Lgf (2020) et *Dating fatigue*, Éditions de l'Observatoire (2021).

5

*Si ça ne colle pas,
on fait une pause*

On ne se remet pas en selle dès le lendemain. On prend le temps de digérer cette nouvelle déception, de s'interroger sur ce qui a fonctionné et sur ce qui a cloché, et on en ressort grandi de nouvelles données essentielles pour notre devenir amoureux.

pourquoi ne pas coucher le premier soir ?

TROIS raisons pas (SI) CONS!

Pour qu'on m'appelle chéri.e par amour, pas parce qu'on a oublié mon prénom.

Parce que j'ai plus de chances de lui pardonner d'être un mauvais coup si je suis déjà amoureux.se la première fois qu'on couche ensemble (et réciproquement).

Parce que Mamie m'a dit un jour : « Si tu veux que ça dure, prends ton temps. » Et si elle avait raison ?

Ton date avec un.e...

...
sportif.ve
en manque
de culture

Boostez votre culture générale en duo lors d'un circuit d'environ 7 km à travers la ville, en running (1 h 30) ou marche rapide (2 h). À chaque pause-récup, apprenez plein d'anecdotes sur l'histoire de la ville, en fonction de la thématique du jour. Évidemment, si courir après le Téor vous fait frôler l'infarctus, préférez l'option marche. Joueur.se, mais pas trop.

Run & Visit Rouen

Les 9 et 23 mars, les 6 et 20 avril, à 9 h 15.
À partir de 9 €. Rens. 02 32 08 32 40.



...
tatoué.e
(ou bientôt)

Si vous hésitez encore à vous offrir le tatouage de vos rêves (pas le prénom de votre ex, par pitié), c'est le moment ! Le Rouen Tattoo Festival accueille cette année pas moins de 500 artistes du monde entier, ainsi que 50 exposants. En bonus, des expos, spectacles, shows ou performances artistiques...

Rouen Tattoo Festival

Les 26, 27 et 28 avril. De 15 à 35 €.
Parc des Expos de Rouen.
46, avenue des Canadiens,
76120 Le Grand-Quevilly.
Rens. rouentattoofestival.com

féministe (ou misogyne à éduquer)

Visitez la ville autrement en faisant revivre les femmes politiques, religieuses, artistes ou écrivaines qui ont fait Rouen. Célèbres ou trop vite oubliées malgré leur audace, leur esprit d'initiative, leur créativité (un peu comme nous ou votre ex... non ?).

Histoire de femmes remarquables

Du 25 février au 9 mars, de 15 h à 17 h.
De 8 à 10 €. 25, place de la Cathédrale,
76000 Rouen.
Rens. 02 32 08 36 59

poète.sse dans l'âme

Les graphistes Antoine + Manuel projettent leur vision des *Illuminations*, de Benjamin Britten, sur les murs de la chapelle Corneille. Aux mélodies pour voix et orchestre sur les poèmes de Rimbaud, viennent s'ajouter les images, riches et sensibles. Assistez aux concerts ou débambulez librement, et laissez opérer la magie sonore et visuelle (voire romantique).

Les Illuminations

Du 21 au 30 mars à 20 h, durée 1 h 30. 11 €.
Rue Bourg-l'Abbé, 76000 Rouen.
Rens. 02 35 98 74 78 ou operaderouen.fr

gourmand.e

Le marché de la place Saint-Marc, comme premier date ? Dit comme ça, rien de nouveau sous le crachin normand. Mais le marché de la place Saint-Marc avec **Bruno Bertheuil** pour chaperon, c'est tout de suite plus original. Pas pour estimer vos chances de second rencard, mais pour vous faire rencontrer les meilleurs producteurs locaux et vous donner ses conseils gastronomiques les plus avisés. Aidé de ce cuisinier amateur, mais passionné, vous remplirez votre panier de différents produits salés et sucrés, à déguster ensuite à l'Aître Saint-Maclou.

Le goûter du panier Marché Saint-Marc



Dégustation accompagnée de cidre normand, 13 avril, de 10 h à 12 h 30.
À partir de 25 €. Rens. 02 32 08 32 40

Tes questions, nos réponses

Exprime-toi librement. On te répond sans filtre.

Alexis, 35 ans

Ça fait un mois (oui, trente jours!) que j'échange avec une fille. Je suis devenu accro à nos échanges, incroyablement fluides et piquants. On a une tonne de choses en commun, et chaque conversation est une aventure en soi. Le problème, c'est qu'à chaque fois que j'essaie de passer au niveau supérieur et de lui proposer un rendez-vous IRL, elle esquive habilement ou trouve une excuse hilarante pour éviter le sujet. C'est quoi son problème?

ENVOIE-NOUS

celibarouen@gmail.com

TES QUESTIONS

Bravo pour ta patience, Alexis ! Là, comme ça, on voit quatre options :

1. Elle est maquée et s'offre un peu de piment virtuel.
2. Elle a +20 (années, kilos, ou les deux) que sur ses photos de profil et angoisse à l'idée que tu t'en rendes compte en la voyant.
3. C'est ton ex qui, sous un faux profil, cherche à disséquer le fond de ton âme. On ne voudrait pas te faire flipper, mais... tu as déjà vu *Liaison fatale*, avec Michael Douglas et Glenn Close ?
4. Elle est atteinte de timidité malade et l'idée de te rencontrer IRL la fait trembler comme un oisillon tombé du nid à dix centimètres d'un chat affamé.

Mais dans le doute... si tu lui demandais clairement ?

Pauline, 26 ans

Premiers échanges avec X : ça cartonne. Premier date : on passe trois heures ensemble, ça coule tout seul. Il me plaît, et ça semble réciproque : les jours suivants, il m'écrit du matin au soir. Au détour d'une conversation, il me balance qu'il n'a pas eu de « coup de cœur », mais que c'est en apprenant à connaître l'autre que naissent les vraies histoires. Le lendemain, il glisse qu'il ne peut pas « me donner ce que je souhaite » (notez que je n'ai rien demandé...) mais m'invite à dîner chez lui. On finit dans son lit où il me répète « même sexuellement, ça connecte entre nous » ! Après ça, on continue les échanges réguliers. Je finis par lui proposer une soirée et le mec botte en touche : il n'est pas dispo avant son départ en vacances, quatre jours plus tard. Puis, il insinue que je ne lui plais pas assez pour ça et me souhaite de bonnes vacances. Le soir même, il me renvoie un message pour me demander si je suis en ville. Quand je lui réponds qu'il n'est pas net, il m'envoie un « désolé, oublie mon message ». Je ne capte rien, et je me demande quoi faire avec lui.

Thibaut, 25 ans

Moi, j'ai une question : pourquoi les gens mettent leurs photos de vacances sur leurs profils ?

Bonne question Thibaut, merci de l'avoir posée. C'est peut-être une façon de décrire leur vie amoureuse ? Lointaine, inaccessible, souvent noyée dans l'alcool ?

Chère Pauline, le fait que tu ne captés rien à ce mec est preuve de bonne santé mentale. Fais une danse de la joie lors de la prochaine Pleine Lune (le 24 février). Et de lui, surtout... ne fais rien !



**Venir
travailler
doit être
un plaisir !**

Coworking

**Réunions
2 à 12 personnes**

Afterworks

Domiciliation

**Réseau business
BB Rouen**

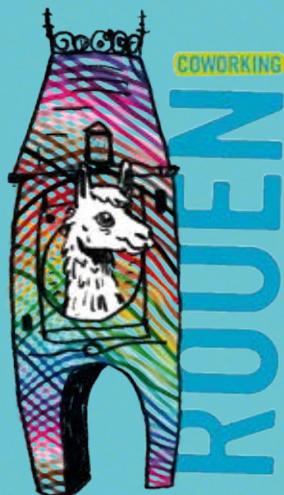
**Formation
Campus
Normandie**

Jeudis bleus

Les soirées Popa !

**Journée
test offerte !**

**14% des couples
se forment au
travail***
Rejoignez-nous ! :-)
* Enquête Ipsos 2018



bleu.net

**Hyper centre
de Rouen**

**Quartiers
Saint-Maclou
Saint-Marc**

**Le seul cowork où
vous pouvez amener
votre ami à poil !**

Laisse, les célib, ça leur plaît
les phrases à double sens.



INGRID DEGREMONT



ON N'EST JAMAIS MIEUX

Chéri.e

QUE PAR SOI-MÊME

63 rue Saint Nicolas - 76000 Rouen
www.ingriddegremont.com

