



Kimono  
Stin, ceinture  
Larvin.

## “J’AI BESOIN DE FAIRE DU SPORT, C’EST UN EXUTOIRE”

**E**lle est aussi sexy dans la vie qu’à l’écran. Allure moderne et décontractée, jean et pull moulant une silhouette fine mais voluptueuse, visage laissé nu mais talons hauts, Aure Atika est peut-être plus timide qu’on ne l’imagine. Plus touchante qu’exubérante. Devant un grand café, elle parle de son actualité cinématographique. *OSS 117* avec Jean Dujardin, un film d’action qui sort ce mois-ci et *Comme t’y es belle !*, comédie « de filles » de Lisa Azuelos avec Michèle Laroque et Valérie Benguigui. De nouveau en tournage avec Patrick Chesnais, entre Paris et les côtes de la Manche, pour *Vent mauvais*, de Stéphane Allagnon, elle avoue apprécier les moments de détente qu’elle passe dans la capitale, pour se délasser et profiter de sa fille de quatre ans.

### Quand vous ne tournez pas, que faites-vous pour vous ressourcer ?

Le hammam est pour moi un rituel naturel, peut-être à cause de mes origines marocaines par ma mère. Environ quatre fois

par an, aux changements de saison, j’y vais comme pour me purifier, et je fais la totale : savon noir, exfoliation suivie d’un massage, généralement aux Bains du Marais\*, un endroit que j’adore. Plus régulièrement, je fais un hammam rapide à l’Usine\*, le club de sport où je me rends deux fois par semaine.

### Justement, le sport, plaisir ou nécessité ?

C’est un exutoire, voire un défouloir, j’en ai besoin. Deux fois par semaine, je passe une heure et demie à transpirer sous la houlette d’un coach. Je fais du Power Plate avec Frédéric, et de la boxe avec Thibaut, deux disciplines ludiques et très efficaces pour muscler tout le corps. Plus jeune, j’ai pratiqué la danse indienne, les claquettes et les arts martiaux, et maintenant je rêve de trouver un bon cours de yoga, pour la sérénité que cela apporte.

déjà macrobiotique, j’ai été à bonne école dès mon plus jeune âge... Je privilégie les fruits et les légumes bourrés d’antioxydants et les aliments complets – pain, riz, pâtes –, parce qu’ils contiennent un maximum de nutriments essentiels. J’évite les laitages « classiques » et le sucre, mauvais pour l’organisme et l’épiderme. Et je commence toujours la journée par un vrai petit déjeuner composé d’amandes et de miel mélangés à un yaourt au lait de soja. Sans oublier un gros pamplemousse pressé. Après, je me sens à la fois repue et légère. Et c’est excellent pour le teint.

**Faites-vous particulièrement attention, comme beaucoup d’actrices, à votre peau ?**  
J’essaie évidemment d’en prendre soin. Je vois un dermatologue régulièrement car elle est fragile et il m’arrive d’avoir de petites imperfections. C’est aussi pour cela que je suis fan des produits pharmaceutiques, comme la *Lotion Démaquillante Créaline H<sub>2</sub>O* de Bioderma ou la *Crème Lavante* de Boréade. Pour les yeux, je suis fidèle au *Gel Démaquillant Soins Cils* de Talika, hyperdoux, et à la *Crème à l’Avocat* de Kiehl’s pour chouchouter le contour. Matin et soir, j’applique la *Crème Fraîche Suractivée* de Nuxe, une petite merveille qui réveille mon teint en moins de deux...

### Vous n’êtes donc pas une beauty victim qui craque pour toutes les nouveautés ?

Si, je suis une très grande consommatrice de produits, surtout ceux pour le corps dont j’adore les textures, les odeurs... Notamment la *Crème Corps Nutricia* de Payot ou le *Gommage Crushed Cabernet* aux pétales de raisin de Caudalie. Pour prendre soin de mes pieds, j’utilise la crème *Mixa* et sur mes cheveux, la *Crème aux huiles essentielles* de Decleor dont j’apprécie vraiment le parfum. ➤



« *Etre belle, c’est être bien dans sa peau...* » confie Aure, qui avoue être fan des bougies Diptyque et du *Gommage Crushed Cabernet* de Caudalie.