

TRIANON GRANDE SCÈNE DE 15H À 21H



VIE PRO, VIE PERSO ET SI ON S'ÉCOUTAIT ?

« C'EST MON HISTOIRE... ET C'EST AUSSI LA VÔTRE »

Animé par Julia Vignali, animatrice de télévision et de radio et la rédaction ELLE.

Et retrouvez nos 3 piliers :

S'AFFIRMER

TROUVER DU SENS

PRENDRE SOIN DE SOI

15H

OUVERTURE

Par Véronique Philipponnat, directrice de ELLE
et Marie-Julie Monnot, directrice générale L'Oréal Paris France.

15H05

COMMENT ALLEZ-VOUS ?

Le point sur le moral des femmes en France.

15H25

« LE JOUR OÙ J'AI DÉCIDÉ D'ÊTRE CHEFFE D'ENTREPRISE »

Avec Sarah Poniatowski, fondatrice et directrice artistique de Maison Sarah Lavoine.
Animé par Véronique Philipponnat, directrice de ELLE.

15H50

ET SI ON SE FAISAIT DU BIEN ?

Les conseils pratiques de Marine Lorphelin, médecin généraliste
et autrice de "En pleine forme" (Marabout, 2023).
Animé par Constance Dovergne, rédactrice en chef adjointe lifestyle ELLE.

16H10

« LE JOUR OÙ J'AI TROUVÉ MA VOIE »

Avec Adeline Toniutti, chanteuse, auteure et professeure de chant.
Animé par Patrick Williams, journaliste ELLE.

16H30

ET SI ON CHANTAIT ?

Cours de vocalises, par Adeline Toniutti,
chanteuse, auteure et professeure de chant.

17H

« LE JOUR OÙ J'AI APPRIS À ME PROTÉGER »

Avec Julie Bourges (@douzefevrier), créatrice de contenus
et Julie Palaysi, responsable RP lifestyle Volvo Car France.
Animé par Julia Dion, journaliste, cheffe de service des pages lifestyle ELLE.

17H25

« LE JOUR OÙ J'AI TOUT QUITTÉ POUR RÉALISER MON RÊVE »

Avec Enora Malagré, chroniqueuse et comédienne.
Animé par Nathalie Dupuis, journaliste ELLE.

17H45

ET SI ON ESSAYAIT L'AUTOCOMPASSION ?

Avec Frédéric Lopez, journaliste, producteur de télévision et animateur
(« Un dimanche à la campagne » sur France 2) et Agathe Feoux, sophrologue.

18H05

« LE JOUR OÙ J'AI PRIS CONFIANCE EN MOI »

Avec Yseult, chanteuse et ambassadrice internationale de L'Oréal Paris
et Delphine Viguier-Hovasse, directrice générale internationale de L'Oréal Paris.
Animé par Florence Trédez, journaliste ELLE.

18H30

« LE JOUR OÙ J'AI DÉCOUVERT LA SORORITÉ »

Avec Lauren Bastide et Victoire Tuailon, journalistes,
créatrices de podcasts et autrices
Animé par Alice Augustin, grande reporter ELLE.

18H55

ET SI ON SOUFFLAIT ?

Avec Susan Oubari, coach spirituel,
Maître Reiki, auteure et fondatrice de Breathe in Paris®

19H10

HARCÈLEMENT DE RUE : LES CLÉS POUR BIEN RÉAGIR AVEC STAND UP

Par L'Oréal Paris, Right To Be et la Fondation des Femmes.

19H35

« LE JOUR OÙ J'AI ENFIN OSÉ »

Avec Sara Forever, performer et finaliste de drag race France.
Animé par Elodie Petit, rédactrice en chef adjointe elle.fr

20H

« LE JOUR OÙ J'AI VOULU TOUT DIRE SUR LA MATERNITÉ »

Avec Clémentine Galey, créatrice de Bliss Stories.
Animé par Alice Augustin, grande reporter ELLE.

20H20

CLÔTURE

Par Véronique Philipponnat, directrice de ELLE et L'Oréal Paris.

20H30

ET SI ON DANSAIT ?

Concert du chanteur HERVÉ.

ÉLYSÉE MONTMARTRE - ESPACE ATELIERS

DE 16H À 19H



PRENDRE SOIN DE SOI

16H Masterclass ATELIER D'ÉCRITURE : LES MOTS POUR SE LIBÉRER Avec Marie Guyot, journaliste, autrice, coach professionnelle et fondatrice du Plumier Voyageur.	16H45 Masterclass BIEN-ÊTRE : ET SI ON DÉCULPABILISAIT ? Avec Julie Pujols, journaliste et coach sportive. Animé par Patrick Williams, journaliste ELLE.	17H30 Masterclass SANTÉ MENTALE ET TRAVAIL : CE QUE NOUS DIT LA POP CULTURE Avec Dr Jean-Victor Blanc, médecin psychiatre et fondateur de Culture Pop & Psy. Animé par Margaux Ravard, journaliste psychosexe.elle.fr.	18H15 Masterclass COMMENT CONCILIER LE FAIT D'ÊTRE MÈRE ET... TOUT LE RESTE ? Avec Anna Roy, sage-femme et autrice. Animé par Julie Dessagne, rédactrice en chef elle.fr et réseaux sociaux.
16H Faites une pause ! LES POINTS D'ACUPRESSION Avec Dr Noémie Studer, médecin spécialiste de la douleur, chargée d'enseignement en acupuncture à la Faculté de Médecine, Paris-Saclay.	16H45 Faites une pause ! LE YOGA DU VISAGE Avec Sylvie Lefranc, experte en yoga du visage, facialiste et auteure * Je m'initie au yoga du visage (Leduc.s, 2021).	17H30 Faites une pause ! LE POUVOIR DU SOUFFLE Avec Susan Oubari, coach spirituel, Maître Reiki, auteure et fondatrice de Breathe in Paris®	18H15 Faites une pause ! S'ÉTIRER EN RESPIRANT Avec Julie Pujols, journaliste et coach sportive.
16H Bulle de confidences COMMENT CONCILIER SA VIE ACTIVE ET SA VIE D'AIDANT ? Avec Céline Martinez, psychologue clinicienne et aidante.	16H45 Bulle de confidences COMMENT SE LIBÉRER DES INJONCTIONS ? Avec Daphnée Breton, psychologue du travail.	17H30 Bulle de confidences COMMENT SE FAIRE ENTENDRE ? Avec Daphné Breton, psychologue du travail.	18H15 Bulle de confidences COMMENT RECONNAÎTRE LES SIGNES DU BURN-OUT ? Avec Aurélie Schneider, médecin-psychiatre, spécialisée en thérapie comportementale et cognitive et autrice.

TROUVER DU SENS

16H Masterclass VIE PRO, VIE PERSO : COMMENT GÉRER TOUS SES PROJETS ? Avec Keren Deront, responsable des relations entreprises, Europe chez PMI et Milie Taing, fondatrice de Lili.ai. Animé par Marie Ramaut, journaliste ELLE.	16H45 Masterclass ENTRETIEN D'EMBAUCHE : LES BONNES QUESTIONS À POSER Avec Francis Barel, directeur PayPal France Animé par Rania Abdesselam, journaliste ELLE.	17H30 Masterclass COMMENT FAIRE SA PLACE AU TRAVAIL ? Avec Amandine De Souza directrice générale de la plateforme Leboncoin. Animé par Soline Delos, journaliste ELLE.	18H15 Masterclass AIDANT : COMMENT NE PAS S'OUBLIER ? Avec Emilie Record, directrice du parcours client (fidélité et e-commerce) chez Accor. Animé par Marie Ramaut, journaliste ELLE.		
16H UN CAFÉ AVEC... Francis Barel, directeur PayPal France.	16H30 UN CAFÉ AVEC... Sahlia Brakhia, journaliste à franceinfo	17H UN CAFÉ AVEC... Purdey Chambraud, front end développeur, Leboncoin.	17H30 UN CAFÉ AVEC... Christine Choquel, directrice générale adjointe de la technologie et vice-présidente sénior de la stratégie et de la performance IT chez Accor.	18H UN CAFÉ AVEC... ARGENT : ON PASSE UN CAP Avec Charlotte Thameur, directrice conseil chez Yomoni. Animé par Julia Dion, journaliste, cheffe de service des pages lifestyle ELLE.	18H30 UN CAFÉ AVEC... MATERNITÉ ET RETRAITE : ON FAIT LE POINT Avec Charlotte Thameur, directrice conseil chez Yomoni. Animé par Julia Dion, journaliste, cheffe de service des pages lifestyle ELLE.

S'AFFIRMER

16H Masterclass ON SE MAQUILLE EN DEUX TEMPS TROIS MOUVEMENTS Avec Margaux Jalouzat, make-up artist officielle de L'Oréal Paris France. Animé par Alice Elia, rédactrice en chef adjointe beauté ELLE.	16H45 Masterclass SPORT, CINÉMA, JEUX VIDÉO... ELLES SE SONT BATTUES POUR FAIRE LEUR PLACE Avec Fatou Guinea Kaba, actrice, entrepreneure et ambassadrice digitale L'Oréal Paris, Maglha, créatrice de contenu et Marie Portolano, journaliste à France Télévisions et co-présentatrice de Télématin. Animé par Marine Le Breton, cheffe de service Société/Culture elle.fr	17H30 Masterclass ON SE MAQUILLE EN DEUX TEMPS TROIS MOUVEMENTS Avec Margaux Jalouzat, make-up artist officielle de L'Oréal Paris France. Animé par Alice Elia, rédactrice en chef adjointe beauté ELLE.	18H15 Masterclass CINÉMA : LA RÉVOLUTION DU REGARD FÉMININ Avec Reem Kherici, actrice, réalisatrice et scénariste et Fatima Kaci, réalisatrice, scénariste et gagnante du prix lights On Women 2023 de L'Oréal Paris Animé par Pauline Weiss, journaliste culture elle.fr
--	---	--	---

COACHINGS BEAUTÉ (MAQUILLAGE / COIFFURE) L'ORÉAL PARIS*

Mise en beauté sur mesure et portrait photo pour les réseaux sociaux ou CV.

ET AUSSI...

16H ATELIERS ASTRO-BOULOT* Avec Jean-Yves Espié, l'astrologue du ELLE	16H45 ATELIERS ASTRO-BOULOT* Avec Jean-Yves Espié, l'astrologue du ELLE	17H30 ATELIERS ASTRO-BOULOT* Avec Jean-Yves Espié, l'astrologue du ELLE	18H15 ATELIERS ASTRO-BOULOT* Avec Jean-Yves Espié, l'astrologue du ELLE
---	---	---	---

MASSAGES*

*Inscriptions sur place