

SEP M
TOP
ventes

COS

TAN

OCTOBRE 2020 2,30 €

SEXE

Ça se passe
comment
chez vous ?

TEST

Quelle mytho
êtes-vous ?

BON PLAN

Être écolo
ça paye

STÉFI CELMA

« Mes rêves
guident
ma vie »

VÉCU

J'ai fait un
enfant
toute seule

BEAUTÉ

Chanvre,
aloe vera et
vernis végans :
la déferlante
green

MODE

12 pages
de style à
petits prix



J'allège mon
dressing, c'est bon
pour la planète

MOTIVÉE!

Croire en ses idées
et aller au bout de ses projets,
les clés pour y parvenir.

L 13308 - 561 - F - 2,30 € - RD



www.cosmopolitan.fr

ments qu'on adore et dans lesquels on se sent bien, on ne perd pas de temps à se demander ce qu'on va porter le matin». Enfin, il y a une approche environnementale car on prend conscience de sa consommation. Et il est important de rappeler que le but n'est pas de faire le vide pour remplir ensuite, mais de se satisfaire de cet allègement.

C'est parti pour le tri!

Élodie nous conseille le recours à un «home organizer». Mais si on préfère se lancer seule, voici sa technique. D'abord, pas de tri intégral : on opte pour une heure de tri par jour. Ensuite, on fait la liste de toutes les catégories de vêtements : pulls, jeans, jupes, ceintures, culottes, chaussures... Puis on procède par catégorie. Le premier jour, on trie les vestes. On les sort toutes du placard, et on fait trois piles : on garde, on donne, on hésite. «On sait instinctivement si on porte souvent un vêtement ou pas. Pour la pile "hésitation", il faut se demander à quelle fréquence on le porte, s'il a une dimension sentimentale... Si c'est une veste que vous a offerte votre grand-mère et que vous y tenez, mais ne la mettez pas, rangez-la dans une boîte à souvenirs. Dans la penderie, on conserve les vêtements qu'on porte». Dans l'idéal, Élodie explique qu'il faudrait disposer de suffisamment de vêtements pour tenir 7 à 10 jours sans faire de machine. Soit environ 10 pantalons (si on en change tous les jours), 10 tee-shirts, 10 culottes, et ainsi de suite. L'objectif est d'avoir un dressing composé d'essentiels qui nous ressemblent. Elle conclut : «Il n'a jamais été aussi simple de recycler ou revendre ses vêtements, ce qui rend l'achat moins culpabilisant. Pour autant, acheter du jetable ne s'inscrit pas dans une démarche responsable.» À garder dans un coin de la tête pour les sessions shopping!

Un dressing efficace et conscient, c'est quoi?

Un dressing qui nous ressemble, point barre! Ce qui implique de se connaître et savoir ce qui nous va. Élodie conseille de faire appel à une conseillère en image si on se sent perdue. Pour Élisabeth Prat, la problématique est multiple : «Je ne crois pas que les gens puissent se contenter de basiques, c'est trop triste et enfermant! Le vêtement nous permet de nous réinventer, de nous faire voyager. Il nous aide à voir la vie autrement, il agit sur nos humeurs. Je crois au mélange entre simplicité durable et bonne qualité, le tout mixé avec des touches de fantaisie qui agissent comme des coups d'éclat.» Nous lui avons demandé sa vision du dressing idéal, auquel nous avons ajouté quelques pièces. Évidemment, l'objectif n'est pas d'acheter l'intégralité de la liste, mais de repérer les similitudes avec notre penderie, et éventuellement d'opter pour l'un de ces basiques lors d'un prochain achat mode. À vous de jouer! ■

*Étude menée par l'Agence européenne de l'environnement, Environmental Indicator Report 2014, eea.europa.eu.

**feedutri.com.



Notre sélection

1. UN SWEAT

On laisse aux ados les imprimés étranges type banane, émoji qui vomit ou chaton mauve. Nous, on se munit d'un sweat de belle qualité.

Sweat en polyester et viscose, Samsøe Samsøe, 89 €.

2. UN MINI SAC ET UN MAXI SAC

Parce qu'un seul sac dans une penderie, c'est tristoune.

Alors on en choisit un très grand et un très petit, en cuir (vegan si possible) et de couleur noire. Ou en paille tressée. Ça matche avec tout. **Sac** en cuir, Nat&Nin, 180 €, **panier** Topshop, 24 €.

3. UN PANTALON OVERSIZE

Inutile de préciser qu'on valide le côté confort. D'abord, les jambes ne sont pas saucissonnées comme

dans un slim. Ensuite, on peut bluffer avec une taille haute et créer l'illusion de jambes plus grandes.

Pantalons en lin, Caroll, 95 €.

4. DES BASKETS

Pratiques pour courir après le bus ou monter cinq étages sans ascenseur. Mais aussi stylées avec une jupe, un jean ou un smoking.

Baskets Adidas Originals, 90 €.

5. UN KIMONO À FLEURS

Ça ressemble au truc qu'on met par-dessus son pyjama, non? Affirmatif. Sauf qu'on n'avait jamais pensé à le porter comme une chemise, avec un jean, ou ouvert (façon veste) par-dessus notre tenue. Voilà, c'est fait.

Kimono en soie, Mes Demoiselles, 530 €.

J'allège mon dressing

Réduire sa penderie pour décharger son mental,
sa consommation et le poids
qu'on fait peser sur la planète, on s'y met ?

PAR SOPHIE BILLAUD

Les vêtements n'ont jamais été aussi peu chers. Résultat : on n'en a jamais autant consommé. Entre 1996 et 2012, la quantité achetée dans l'UE a bondi de 40 %*. Derrière cette fièvre acheteuse et cette boulimie de tendances, devinez qui trinque ? La planète, entre autres. Émission de CO₂, gaspillage d'eau, déchets plastiques et on en passe : le bilan n'est pas jojo. Pour éviter le pire, une trentaine d'entreprises du textile comme H&M ou Adidas ont signé le « Fashion Pact ». Elles s'engagent à atteindre zéro émissions de CO₂ d'ici 2050, et à passer à 100 % d'énergies renouvelables d'ici à 2030. De notre côté, on fait quoi ? On continue d'acheter comme on s'enfile des burgers ou on passe à l'action ? Une poignée d'initiés, engagés et éclairés, ont adopté un mode de vie minimaliste réduisant leur impact environnemental. Mais vider une partie de sa penderie, changer son mode de consommation ou repenser sa façon de vivre peut en refroidir certains. Pourtant, consommer moins mais mieux peut rapporter gros ! En vrac : plus d'espace, de belles économies, un soulagement émotionnel, et un investissement pour son propre avenir puisqu'on fait un geste pour la planète. Allez, on se lance.

Retour vers le minimalisme

Élisabeth Prat, directrice mode pour le cabinet de tendances Peclers, nous rappelle que le courant minimaliste est apparu dans les années 1990 : « Sur un fond assez anxio-gène, ou en tout cas rigoureux, Jil Sander et Calvin Klein furent les précurseurs d'un mouvement qui contredisait les éclats et les excès des années 1980. » À l'époque, les designers se concentraient sur une mode simple, avec des matières unies, des formes épurées, des couleurs sobres... Élisabeth Prat estime que la crise actuelle aura un impact sur notre façon de nous vêtir : « La mode est le reflet de ce que

nous vivons. L'arrêt brutal de la consommation pendant le confinement et les incertitudes économiques pesant sur l'avenir induisent une récession. On va créer plus de "durable", et cela entraînera un retour à la simplicité. » Elle poursuit : « Les gens réfléchiront à deux fois avant d'acheter, et ils choisiront sûrement des pièces éthiques. La mode va devoir s'assurer une vie plus pérenne, les saisonnalités vont s'estomper. » Quand on l'interroge sur l'avenir de nos penderies, Élisabeth Prat est intransigeante : « Comme nous avons été enfermés chez nous un bon moment, nous avons noué une relation plus intime et douillette à nos vêtements. Nous allons nous diriger sur des choses confortables, dont le corps ne subira plus les coupes et matières incommodes. De même, parce que certains seront tentés par une vie loin des villes et un retour à la nature, un courant plus modeste verra probablement le jour. La petite robe légère ou la pièce workwear solide pourraient devenir des incontournables. »

Prendre conscience de sa consommation

Élodie de La Fée du tri** est une « home organizer » formée par Marie Kondo. Sa mission ? Nous aider à faire le vide à la maison. Mais cette pro parle plutôt de thérapie du rangement : « J'aide les gens à prendre conscience de ce qu'il y a dans leur habitat. Je ne jette jamais à leur place. La décision leur revient toujours, et c'est souvent à ce moment qu'ils réalisent l'impact sentimental d'un vêtement. S'en séparer peut s'apparenter à un deuil. » Pour Élodie, trier son dressing entraîne trois bénéfices. D'abord, alléger sa charge mentale, car plus on a de vêtements, plus on a de boulot (faire de la place, les laver, les repasser, les ranger). Ensuite, on simplifie son quotidien : « Quand on n'a que des vête-

STEVCOLEIMAGES/GETTY IMAGES

