

LAURY THILLEMAN. « J'ai découvert un petit joyau à Dinard »

C'est l'un des visages à la mode sur le petit écran. L'ancienne Miss France Laury Thilleman a posé ses valises à Dinard la semaine dernière. Interview.

On vous a beaucoup vu du côté de Dinard la semaine dernière. Vous venez vous installer sur la côte d'Émeraude ?

J'étais là pour le tournage d'une nouvelle émission de bien-être Happy & Zen, qui sera diffusée à l'automne sur la chaîne Téva. Chaque semaine, je partagerai à l'écran des conseils pour se sentir bien au quotidien, à la fois dans sa tête, dans son corps, dans son assiette et face au miroir.

Je pars à la découverte de toutes les nouvelles techniques du bien-être, de toutes les personnes influentes dans ce milieu, de ce que peut nous apporter notre environnement local. D'où ma présence à Dinard à la recherche de bons conseils à partager.

Et alors, qu'avez-vous trouvé de bon pour notre bien-être par ici ?

J'ai testé l'aquajogging et le long côté version fitness. On a essayé aussi la boxe thaï et l'acro-yoga (discipline qui associe le yoga et l'acrobatie), qui aide à se muscler et se relaxer.

J'ai également rencontré Julien Hennote, le chef du restaurant Le Castelbrac à Dinard, qui a partagé avec nous ses bonnes recettes. Idem avec celle qu'on appelle la baroudeuse culinaire. Elle nous a appris comment égayer son petit-déjeuner en mangeant



La Bretonne Laury Thilleman, Miss France 2011, avec Le Castelbrac en toile de fond, lors de sa virée dinardaise la semaine dernière. (© Cécile Rogue/Teva)

de bons produits de manière originale et sympathique.

On a testé beaucoup de choses. C'était vraiment dense ! Trois journées complètes de 6h à 23h.

Vous connaissiez déjà un peu la région malouine ?

Je suis Bretonne. Mais moi, c'est plutôt le Finistère. Et quand je rentre, c'est pour me ressourcer chez moi et faire du surf !

À vrai dire, je ne connaissais pas beaucoup Saint-Malo et Dinard. J'ai le souvenir d'être venu à la Laiterie de Saint-Malo après mon titre de Miss (elle avait un contrat avec le groupe Sill, propriétaire, ndr)... Mais je ne vois pas comment quelqu'un ne pourrait pas aimer cette région.

C'est superbe. J'ai trouvé les habitants hyper accueillants et très enjoués à l'idée de mettre en valeur leurs bonnes recettes pour se sentir bien.

Un coup de cœur ?

Le Castelbrac à Dinard ! On n'est pas là pour faire la promotion des hôtels, mais j'ai découvert là un petit joyau. J'avais une chambre avec une vue panoramique sur la baie de Dinard. Avec la baie vitrée, j'avais la sensation de flotter sur l'eau, comme si la chambre ressortait de l'hôtel. C'était magique.

Ça vous a donné envie de revenir ?

Clairement !