

Femme de cœur, elle met sa notoriété et son énergie au service des autres. Depuis 1999, elle est le porte-parole de la Croix-Rouge en s'engageant pour les campagnes de sensibilisation aux « gestes qui sauvent ». Mais elle ne s'arrête pas là, Adriana Karembeu a décidé de se consacrer depuis peu au mieux-être des femmes, mais aussi des hommes.

Interview : **Didier Galibert** Photos : **Philippe Doignon/Alamo**

N° 259 03 2009 BIEN-ÊTRE ET SANTÉ



# Adriana Karembeu

« Je reste très attentive aux questions liées à la santé ! »

## Quel a été le principal moteur dans votre choix de vous orienter, à l'origine, vers des études de médecine ?

Il s'agit d'une motivation familiale. Ma mère, médecin nutritionniste, nous a transmis très tôt, à ma sœur et à moi, le souci de la santé et de l'intégrité des personnes. De très bons résultats obtenus au bac m'ont permis de débiter des études de médecine à l'université Charles de Prague, avec l'idée de devenir médecin nutritionniste, dans le sillage de ma mère. J'envisageais de m'orienter vers des études de médecine avant, finalement, de choisir la carrière de mannequin.

## Quand le hasard, ou le destin, vous a mise sur la route du mannequinat, n'avez-vous pas éprouvé quelques regrets d'abandonner en cours de route une carrière dans la santé ?

On ne maîtrise pas le hasard. Et on ne s'oppose pas au destin ! Une fois lancée sur ma trajectoire, je n'avais plus aucune question à me poser. J'aime mon métier et je le fais avec tout le professionnalisme et la détermination dont je suis capable. Ce qui ne retire rien au fait que je reste très attentive aux questions liées à la santé.

## Pensez-vous que l'image que la presse renvoie de vous correspond à ce que vous êtes vraiment ?

Vous savez, la presse s'attache plus aux apparences qu'aux personnes proprement dites. Je ne fais pas exception. D'autant que mon métier se prête très bien à ces jeux d'images qui informent moins qu'ils ne déforment.

J'essaie surtout de m'en amuser, même s'il m'arrive parfois de m'en agacer !

## En acceptant d'être bénévolement l'ambassadrice de la Croix-Rouge, n'avez-vous pas éprouvé un peu l'impression de revenir à vos premières amours : la santé et le bien-être que l'on peut apporter aux autres ?

J'ai toujours été convaincue de la nécessité de protéger la vie et, à l'image de la Croix-Rouge, d'apaiser les souffrances. C'est pourquoi j'ai toujours consacré une part de mon temps à des

## L'hydratation de la peau est quelque chose de capital !

causes caritatives ou civiques. Notamment pour la Croix-Rouge, dont j'ai soutenu la campagne contre les mines antipersonnel. Aussi, j'ai été touchée qu'elle s'adresse à moi pour devenir ambassadrice de sa campagne sur les gestes de premiers secours. Ce thème évoque des choses importantes pour moi. Déjà, dans mon pays natal, en Slovaquie, où la peur d'une guerre à venir était entretenue, nous apprenions à l'école des gestes de première urgence : arrêter une hémorragie, fabriquer une attelle ou un brancard de fortune... Le contexte n'est plus le même, heureusement ! Mais l'enjeu n'a pas varié : apprendre à sauver des vies.

## Comment entretenez-vous votre forme ?

J'ai une hygiène de vie très saine, je ne bois pas et je ne fume pas. Puis, je fais de l'exercice physique et dans Paris je marche beaucoup.

## À la moindre faiblesse, quel est votre premier réflexe : le médecin ou le pharmacien ?

J'adore entrer dans une pharmacie ! Cela me permet de faire mes provisions de compléments alimentaires, vitamines et autres oligo-éléments aussi bien pour me remonter que pour mieux passer l'hiver. Mais je suis aussi très attentive aux nouveaux produits qui sortent. Et j'embête chaque fois mon pharmacien pour qu'il me trouve telle ou telle nouveauté dont j'ai entendu parler.

## Quelles sont vos astuces beauté ?

Je ne suis pas obsédée par la beauté. Il faut savoir être simple dans ce domaine. On s'occupe de son corps, de sa peau, mais on a aussi d'autres choses à gérer dans la journée. Je pense que l'hydratation de la peau est quelque chose de capital. Choisir la crème qui nous convient dépend de notre âge et de la qualité de peau de chacune.

## Certains rituels sont-ils nécessaires ?

Il faut bien nettoyer sa peau, avoir une excellente hygiène de vie, se maquiller avec de bons produits et mettre sur ses lèvres le baume qui leur convient. Sinon, ce que j'apprécie par-dessus tout, c'est de pouvoir

## J'ai toujours été convaincue de la nécessité d'apaiser les souffrances !

prendre le temps d'aller en institut et de m'offrir un massage. C'est un véritable bonheur qui permet de se sentir mieux. La peau est plus lisse et plus jolie après un bon soin.

## Vous venez de créer une ligne de soins anti-âge qui porte votre nom. Quelle est sa particularité et à qui est-elle destinée ?

Après des années d'expérience dans le domaine du mannequinat, j'ai testé beaucoup de produits. C'est pourquoi la ligne que je viens de créer ne comporte que des substances utilisées en médecine. On peut la trouver actuellement dans les instituts et les spas, ainsi que dans les pharmacies des Dom Tom. Ces produits sont efficaces et protègent les

femmes des agressions et des déséquilibres liés à leur mode de vie.

## Qu'est-ce que le silicium qui constitue la base de vos produits ?

Le silicium assure le maintien et la jeunesse de la peau et il est effectivement l'élément principal de tous les produits de la gamme. Dépourvue de parabens, cette ligne de soins a été élaborée scientifiquement à partir de silicium organique. Cet actif est présent naturellement dans les structures cutanées et favorise le renouvellement cellulaire, la régénération et l'hydratation de la peau. Une gamme qui se veut aussi polysensorielle, pour apporter un bien-être mais surtout un mieux-être !

## Vous impliquez-vous vraiment avec vos collaborateurs ?

Absolument ! Ce n'est pas un caprice de star, car ces produits portent mon nom et je participe à tout. Aucun produit n'est sorti sans que je le valide au préalable. Je suis là pour toutes les décisions et il n'y a pas moyen qu'une seule étape ne passe pas par moi. C'est un investissement

à long terme, et pour que cela dure tout doit être irréprochable.

## Ne craignez-vous pas que votre beauté nuise un peu à votre crédibilité ?

Pas du tout, car je fais profiter de mon expérience et tout le monde l'a bien compris. Cela fait tout de même dix-sept ans que je travaille dans ce milieu et je connais toutes les crèmes par cœur. Donc, les femmes comprennent bien ma motivation profonde.

## Lorsque vous étiez enfant, est-ce que vous vous trouviez belle ?

À cette époque, je ne m'aimais pas et j'avais beaucoup de complexes. C'est ma grand-mère qui m'a donné confiance en me disant que j'étais jolie, et je l'ai enfin crue !

## Si vous pouviez changer quelque chose en vous, par quoi auriez-vous envie de commencer ?

Même si je pouvais changer quelque chose en moi, je ne le ferais pas. Je trouve beaucoup plus belle une femme qui s'accepte avec ses défauts et surtout qui n'a pas peur de vieillir.

## Vous sentez-vous bien dans votre peau aujourd'hui ?

Je suis dans un état d'équilibre presque parfait entre ce que j'ai envie de donner et que j'aimerais recevoir. ●

## RETROUVEZ ADRIANA KAREMBEU AU SALON MONDIAL SPA & BEAUTÉ

Adriana Karembeu sera présente le samedi 14 mars

sur le Salon mondial Spa & Beauté où elle présentera à 16 h 45, lors d'une conférence avec son chimiste Jacques Hayo, sa ligne Silicium + : le mariage de l'efficacité et du glamour. Un univers entier comprenant une ligne de soins anti-âge visage et corps, une ligne spa

avec des rituels d'exception pour des moments uniques, une ligne homme utilisant une nouvelle technique haute technologie, une ligne silhouette resculptant le corps, une ligne maquillage complète et professionnelle au silicium organique pour son effet antioxydant. Plus d'infos sur [www.akd.fr](http://www.akd.fr) Salon mondial Spa & Beauté, Parc des Expositions, Porte de Versailles à Paris.

