

sur **metronews.fr**

**MUSIQUE** Pour installer une ambiance romantique ce soir, la rédaction de *metronews* a créé la playlist de ses chansons préférées pour une soirée en amoureux.  À ÉCOUTER SUR [metronews.fr/playlist](http://metronews.fr/playlist)

## DIAPORAMA



Ils sont beaux – ou pas. Ils ont le sens de l'humour – ou pas. Ils sont stylés – ou pas. En tout cas, ils sont fous amoureux et ont fait d'inoubliables photos.  À VOIR SUR [metronews.fr/couples](http://metronews.fr/couples)

## Coup de pouce

# Déclarer sa flamme, mode d'emploi

**CONSEILS.** C'est le jour J et vous réalisez que vous n'avez rien prévu pour votre moitié. Panne d'inspiration ? Suivez les recommandations d'un pro de la déclaration d'amour.

**DERNIÈRE MINUTE.** Grâce à Nicolas Garreau, vous éviterez le flop d'une Saint-Valentin trop improvisée.

 STÉPHANIE CONDIS

La Saint-Valentin est une date piège, prévient le coach Nicolas Garreau : « Certains estiment que c'est une fête commerciale, mais quand les femmes vous disent "on ne fait rien", ça peut signifier qu'elles s'attendent en fait à être surprises. Devant l'absence de cadeau ou de soirée préparée, elles sont déçues... Et répondre "ben, tu m'avais dit qu'on ne prévoyait rien", c'est s'enfoncer ! » Il n'est donc pas trop tard pour organiser une soirée romantique, à condition de suivre quelques conseils avisés.

• **Même à la dernière minute,** on peut scénariser la surprise par

un jeu de piste original, en cachant des petits mots doux. « Créer le suspense engendre une petite appréhension, un mystère agréable. »

• **Réserver un restaurant,** oui, mais optez pour des valeurs culinaires sûres : « Évitez de choisir une gastronomie trop lourde ou exotique si vous n'êtes pas habitué. »

• **S'il est impossible d'obtenir une table,** on peut passer aux fourneaux et « préparer un dîner élaboré dans un

cadre romantique avec bougies et pétales de rose ». Mais pour les nuls, s'improviser grande toque peut s'avérer risqué...

• **Se lancer dans l'écriture d'un poème** quand on n'a pas l'âme d'un barde romantique est tout aussi hasardeux : « La frontière entre le côté prince charmant et le ridicule est mince. »

• **Le karaoké, une alternative ?** « Non ! Prendre le micro pour faire une déclaration enflammée risque de déstabiliser la personne. » (Et c'est là encore le meilleur moyen de se ridiculiser.)

**A éviter absolument : la déclaration en public, en poème ou en chanson**



Bouquet géant, messages sur des panneaux d'information parisiens ou plongée parmi les requins... Tous les moyens sont bons pour déclarer son amour. AFP ET SIPA

• **Plus généralement, dévoiler sa flamme en public** ou devant la famille met mal à l'aise.

• **Il faut éviter des situations trop excentriques,** générant trop d'adrénaline. « Comme ce plongeur qui a fait sa déclaration sous l'eau à sa dulcinée, avec des pancartes.

Sous le coup de l'émotion, elle a fait un malaise et a failli se noyer ! »

• **Pour offrir un cadeau,** il faut

saisir le pic d'émotion de la soirée : ni trop tôt (la magie n'est pas encore installée) ni trop tard (l'euphorie est passée). « En général, un bon indice, lors d'un repas, c'est après la première coupe de champagne, ou après l'entrée. »

**Conclusion :** il est peut-être trop tard pour cette fois et offrir des fleurs constitue le minimum... Mais la bonne nouvelle, c'est que vous avez un an devant vous pour vous rattraper. ●



NICOLAS GARREAU, coach en séduction.

**« Les femmes prétendent qu'elles ne veulent rien, mais elles s'attendent en fait à une surprise. »**

## À CHAQUE DEMANDE EN MARIAGE SON SCÉNARIO

Nicolas Garreau est un vrai romantique et a toujours imaginé des idées originales pour séduire. En apprenant que 80 % des femmes étaient déçues par leur demande en mariage, il a créé son agence pour organiser des demandes en mariage. En neuf ans, il en a scénarisé 1 200, dont les expériences les plus folles. Comme un carrosse de Cendrillon ou

la première demande en mariage dans l'espace, il y a tout juste un an. Parmi sa clientèle – composée à 90 % d'hommes – : d'illustres chefs d'Etat, acteurs ou footballeurs. Les scénarios les plus loufoques ont un prix (parfois plus de 15 000 euros), mais d'autres sont beaucoup plus abordables (dès 300 euros). ● S. C. [www.apoteosurprise.com](http://www.apoteosurprise.com)