

We're sorry, this article is only available in English.



## 10 étapes pour maîtriser la Bridget Jones qui sommeille en nous

C'est confirmé, Bridget Jones revient sur le grand écran le 12 février 2025 avec le nouvel opus : BRIDGET JONES : FOLLE DE LUI. Dans l'univers de Bridget Jones, les mésaventures sentimentales et la quête de perfection ne manquent pas. Mais au-delà de ses gaffes et de ses déboires, l'héroïne britannique incarne aussi une figure pleine d'humour et de charme, à la recherche de l'épanouissement personnel. Inspirée par ses péripéties, cette liste en dix étapes propose à chacun d'explorer les plaisirs simples et élégants de la vie sans tomber dans les pièges de Bridget. Qu'il s'agisse de se lancer dans un journal intime, de s'évader dans les Cotswolds ou de perfectionner ses talents culinaires, ces suggestions

permettent de maîtriser l'art de vivre avec une touche de légèreté et de sophistication. Voici donc 10 façons de se libérer de la Bridget Jones qui sommeille en nous.

La Grande-Bretagne au cinéma

May 2026

C'est confirmé, Bridget Jones revient sur le grand écran le 12 février 2025 avec le nouvel opus : BRIDGET JONES : FOLLE DE LUI. Dans l'univers de Bridget Jones, les mésaventures sentimentales et la quête de perfection ne manquent pas. Mais au-delà de ses gaffes et de ses déboires, l'héroïne britannique incarne aussi une figure pleine d'humour et de charme, à la recherche de l'épanouissement personnel. Inspirée par ses péripéties, cette liste en dix étapes propose à chacun d'explorer les plaisirs simples et élégants de la vie sans tomber dans les pièges de Bridget. Qu'il s'agisse de se lancer dans un journal intime, de s'évader dans les Cotswolds ou de perfectionner ses talents culinaires, ces suggestions permettent de maîtriser l'art de vivre avec une touche de légèreté et de sophistication. Voici donc 10 façons de se libérer de la Bridget Jones qui sommeille en nous.

### 1. Acheter un journal intime

À l'image de Bridget Jones et de son légendaire journal où elle consigne ses déboires et ses rêves, chacun peut démarrer sa propre aventure introspective. Un élégant carnet de chez [Cowling and Wilcox](#) deviendra le témoin silencieux des hauts et des bas de la vie. Cowling and Wilcox est une boutique spécialisée dans les fournitures d'art et de papeterie de qualité. Depuis plus de 50 ans, elle propose une gamme variée de produits adaptés aux créatifs de tous horizons.

### 2. Partir en week-end dans les Cotswolds

Comme Bridget, qui rêve souvent d'évasion loin des tracas londoniens, tout le monde mérite une escapade dans les pittoresques Cotswolds. Un séjour au luxueux [Cowley Manor Experimental Hotel](#) permet de se sentir comme l'héroïne romantique d'une comédie sentimentale. Cowley Manor Experimental Hotel est un hôtel emblématique niché au cœur des Cotswolds, mêlant design contemporain et charme historique. Ce lieu offre un cadre apaisant avec un spa primé, des jardins luxuriants, et une cuisine raffinée.

### 3. Faire ses courses sur le marché

Chacun peut imaginer Bridget avec son panier sous le bras, errant dans un marché comme le [Borough Market](#), mais de préférence pendant les heures d'ouverture. L'inspiration vient avec les produits frais et locaux, parfaits pour concocter des repas faits avec amour et méthode. Borough Market est le marché alimentaire le plus célèbre de Londres, connu pour son ambiance animée et ses produits artisanaux. Depuis plus de 1 000 ans, il attire les amateurs de gastronomie du monde entier.

#### **4. Apprendre à cuisiner**

Les souvenirs des catastrophes culinaires de Bridget – comme la soupe bleue – rappellent qu'il est toujours utile d'apprendre les bases. Un cours à la [Daylesford Organic Cookery School](#) permet de maîtriser des plats délicieux et de surprendre ses invités, ou même soi-même. Daylesford Organic Cookery School est un lieu unique où apprendre à cuisiner des plats sains et durables. Installée dans une ferme biologique, cette école propose des cours adaptés à tous les niveaux, mêlant technique et respect des produits.

#### **5. Tester de bons vins**

Les soirées où Bridget s'installe avec un verre (ou une bouteille !) résonnent avec tout le monde. Mais cette fois, il s'agit de raffiner ses goûts en découvrant des vins exquis au [Domaine Evremond](#). Domaine Evremond est l'un des premiers vignobles anglais à produire des vins effervescents haut de gamme. Situé dans le Kent, il s'inspire des traditions françaises pour créer des crus élégants et reconnus.

#### **6. Acheter de la lingerie chic**

Avec un mémorable body gainant et une gigantesque culotte, il y a de quoi tirer de Bridget des leçons sur l'importance d'une lingerie bien choisie. Chez [Rigby and Peller](#), chacun peut trouver des pièces élégantes et confortables pour toutes les occasions. Rigby and Peller est un nom emblématique de la lingerie haut de gamme, connu pour ses coupes parfaites et son expertise en corseterie. Fournisseur officiel de la cour royale, cette marque britannique propose une expérience personnalisée.

#### **7. Bien se comporter en société**

Bridget, avec ses gaffes hilarantes en société, donne à réfléchir. Les cours de [Laura Windsor Etiquette](#) offrent une chance de cultiver le charme et d'éviter les faux pas mémorables lors des événements mondains. Laura Windsor Etiquette offre des cours d'étiquette et de savoir-vivre modernes adaptés à tous les âges. Basée sur les traditions britanniques, cette académie enseigne avec élégance comment s'intégrer avec aisance dans toutes les situations sociales.

#### **8. Apprendre à se maquiller**

Bridget aurait sans doute bénéficié d'une masterclass de maquillage comme celles de [Laura Kate Artistry](#) avant d'apparaître en public avec le rouge aux joues. Ces ateliers permettent de sublimer sa beauté naturelle, que ce soit pour une soirée romantique ou une journée au bureau. Laura Kate Artistry est une experte renommée dans le domaine du maquillage, spécialisée dans les ateliers et les looks sur mesure. Ses masterclasses offrent des techniques professionnelles adaptées à toutes les occasions et tous les styles.

#### **9. Louer un costume pour une fête entre amis**

À l'image de Bridget Jones et de sa tenue de lapine sexy, chacun peut opter pour un costume qui marquera les esprits (dans le bon sens) lors d'une fête entre amis. Avec [Angels Costumes](#), il est facile de trouver le déguisement parfait pour impressionner ou faire rire. Angels Costumes est une institution britannique spécialisée dans la location et la création de costumes pour le cinéma, la télévision et le théâtre. Avec plus de 180 ans d'expérience, leur collection offre un éventail impressionnant de tenues adaptées à tous les styles et occasions.

#### **10. Faire un saut en parachute réussi**

Contrairement à Bridget et son atterrissage inoubliable au milieu des cochons, chacun peut vivre une expérience de saut en parachute digne de ce nom. Avec le [London Skydiving Centre](#),

l'adrénaline est garantie, accompagnée de paysages spectaculaires et d'une sécurité optimale. London Skydiving Centre est l'une des principales écoles de parachutisme du Royaume-Uni, offrant des expériences inoubliables pour les débutants comme pour les amateurs expérimentés. Le centre est réputé pour ses instructeurs professionnels et ses installations modernes.