



La détente selon... Baptiste Lecaplain

L'énergique humoriste et comédien de 39 ans enchaîne les projets : à l'affiche du film *Jamais sans mon psy**, il partira début 2025 pour « La Tournée du Trio », avec ses amis Jérémie Ferrari et Arnaud Tsamere. Dès qu'il a du temps libre, ce papa poule a un objectif : profiter de sa famille et de sa maison, dont il a fait un « cocon ».

PROPOS RECUEILLIS PAR CLÉMENCE LEVASSEUR.

Sport « Chaque jour, je cours 10 kilomètres, en écoutant un podcast comme "L'After Foot", de RMC, puis je fais trente minutes de renforcement musculaire et d'étirements. C'est mon moment à moi, dans ma bulle, qui m'aide à me préparer physiquement et mentalement pour mes spectacles et mes tournages. Depuis janvier, j'ai déjà parcouru 2 300 kilomètres ! M'inscrire à une course ne m'intéresse pas : aller chercher un dossard à 7 heures du matin pour m'élancer dans la brume avec des centaines de runners, très peu pour moi. »

Famille « Je suis souvent parti, pour des tournages, des tournées de promotion ou des spectacles. Alors, ma priorité, lorsque je suis à la maison, c'est de profiter de ma compagne et de mes filles, de 6 ans et 10 ans. Nous sommes très fusionnels. Actuellement, ma cadette est obsédée par le restaurant : je joue donc le client ou le commis de cuisine, je l'aide à écrire les menus... Au programme, aussi, des lectures, des jeux de société. Je savoure chaque minute à leurs côtés, elles grandissent trop vite. »

Films « J'adore en regarder en famille, à la maison ou au cinéma. Avant, j'étais toujours d'accord avec le programme, même si c'était *Détective Pikachu* pour la quatrième fois. Désormais, j'essaie de faire découvrir à mes filles des classiques, comme *Rasta Rockett* ou *Jurassic Park*. Devant *La Tour Montparnasse infernale*, elles étaient pliées en deux. Ce qu'elles préfèrent ? Les films et les séries dans lesquels j'ai joué, ou fait une voix, comme *Final Space*. Je rêve de refaire un projet de ce type. »

Balade « J'ai toujours habité près d'un bois ou d'une forêt. J'en ai besoin, pour courir, mais aussi pour me balader en famille. Le week-end, j'oblige

tout le monde à sortir s'oxygéner : il y a tellement d'activités à faire à la maison que les enfants pourraient ne jamais mettre un pied dehors. »

Foot « Je soutiens les Girondins de Bordeaux depuis mon enfance. C'est dur, en ce moment : ils ont été rétrogradés, ils manquent d'argent... En championnat, ils jouent désormais contre Avranches, la petite ville normande où j'allais au lycée. En vacances chez mes parents, dans la Manche, je passe des soirées entières à regarder les matchs avec mon père, qui m'a transmis le virus du sport. Pour ses 60 ans, je l'ai emmené à Madrid voir jouer le Real, dont il est supporter. Un super souvenir. »

Maison « Enfant, j'étais dingue des Sims, ce jeu vidéo dans lequel il faut construire son logement, l'aménager... Grâce à mon métier, j'ai pu réaliser tout ça en vrai, en devenant propriétaire dans la banlieue est de Paris. Cette maison appartient encore à la banque mais, un jour, j'aurai fini de la payer ! Discuter avec l'archi, le menuisier, c'était génial. Comme mes parents, je suis très casanier. Souvent en vadrouille, j'aime vraiment être chez moi, dans mon cocon et cette ambiance que j'ai créés. »

Design « Amateur de déco, je me suis fait plaisir avec quelques belles pièces, comme mon grand canapé confortable. Mais mes filles triment des feutres partout, font de la pâte à modeler, laissent des crottes de nez sur les coussins... J'ai toujours peur qu'elles les abîment ! J'attends qu'elles grandissent avant de faire de nouvelles acquisitions design. »

Baie du Mont-Saint-Michel

« Pendant les vacances, nous rendons visite à mes beaux-parents, en Alsace, et à mes parents, en Normandie, qui réclament leurs petites-filles. Tombé amoureux de la baie du Mont-Saint-Michel, je rêve d'avoir une maison dans cet endroit magnifique, près de la mer, où recevoir tout le monde. »

Resto « Quand j'étais petit, mes parents avaient des revenus modestes, mais nous allions tous ensemble au resto une fois par semaine. J'ai repris ce rituel hebdomadaire et convivial, lors duquel on prend le temps de profiter les uns des autres, de discuter, sans se soucier de la logistique, du menu, de la vaisselle... Comme ma compagne et moi ne sommes pas des cordons-bleus, c'est bien pratique. » ■

* « Jamais sans mon psy », d'Arnaud Lemort, France (1h31). Avec aussi Christian Clavier, Claire Chust...

CHÂTEAU
DES DUCS DE
BRETAGNE

MUSÉE
D'HISTOIRE
DE NANTES



CHEVALIERS

EXPOSITION | 19.10.24 > 20.04.25

En collaboration avec le musée Stibbert (Florence, Italie)

www.chateaunantes.fr

ouest
france

Le Parisien

BeauxArts
Magazine

MUSEO
STIBBERT

CP
CONTEMPORAINA

PARTENAIRE OFFICIEL
ATLANTIQUE
VENDES

LE
VOYAGE
A NANTES

Nantes
Métropole