EN BREF

Livre

Christian Jodon, un auteur régional, vient de sortir son nouveau livre intitulé "La cave se rebiffe". L'histoire d'une femme, Carmen, conduisant un superbe bus, traversant son île de bout en bout. Un soir, en faisant le ménage dans son bus, elle trouve un carnet dont elle comprend vite qui en est l'auteur. "Cher lecteur, je vous confie ce roman sorti du four de la création, gonflé de saveurs, brûlant d'être lu, coulé du stylo de mes doigts, sorti de mon ventre." *Telles sont les paroles de l'auteur. Aux Éditions Amalthée.*

Sexualité

La Ville de Besançon et son C.C.A.S. organisent le lundi 4 novembre à 20 heures à la Cité des arts de Besançon, une conférence sur la question du handicap et de la sexualité. Intitulée "Handicap et sexualité : quelles libertés ?", elle sera animée par Jennifer Fournier, maîtresse de conférences à l'Université Lumière Lyon 2, qui a animé de nombreux groupes et rencontres sur le sujet. Des animations sur ce thème suivront tout au long de la semaine. Renseignements au 03 81 41 21 21.

BOUSSIÈRES Coach en rangement

Stéphanie remet de l'ordre dans vos armoires et dans votre tête

"Coach en rangement", une activité nouvelle et originale pleine de bon sens proposée par Stéphanie Rabourdin. Public visé : les particuliers comme les entreprises.

Plus la maison est grande, plus on empile, jusqu'à ne plus savoir où trouver le dernier sac à main acheté ou retrouver la dernière facture dans la pile de papiers. Pire, vous vous sentez submergé par ces objets qui empiètent sur votre espace vital. Ce sentiment du désordre qui plombe la vie, *"beaucoup de personnes le ressentent. Notre société va toujours plus vite, on achète toujours plus, on se lasse des choses. Du coup, cela renvoie une image négative de soi : on entasse, on dépense, et on ne prend pas de plaisir car les objets prennent la poussière"*, présente Stéphanie Rabourdin.

Ex-responsable de la formation des directeurs de boutiques de prêt-à-porter dans une grande enseigne durant 25 ans, elle a tout plaqué pour lancer *"Savoir Ranger Bien-Être"*, une entreprise de conseil créée en janvier dernier.

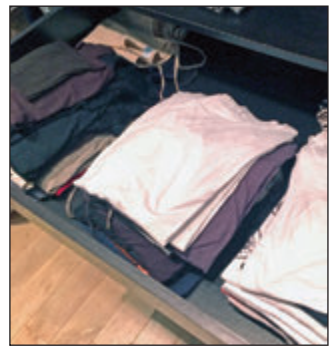
Coach experte en rangement et organisation auprès des particuliers, des entreprises et des collectivités, elle aide ses clients *"à transformer leur espace de vie ou de travail en un lieu organisé, agréable, à reprendre le contrôle de leurs objets et de leur environnement, à gagner du temps, de l'espace et de l'efficacité, retrouver énergie et sérénité"* expose-t-elle.

"Je ne fais pas une maison aseptisée."

Cela peut paraître simple. Et pourtant, les premières expériences menées sont positives. Première étape, et non des moindres : aider à désencombrer un intérieur, à se séparer du superflu. Pour l'instant, ce sont plutôt des femmes qui ont fait appel à ses conseils : *"Je propose des solutions de rangement et des astuces d'organisation personnalisées"* dit-elle. Surtout, elle ne juge pas. *"Je mets à l'aise, il faut de la bienveillance. Pour l'instant, j'ai aidé des personnes qui arrivent en retraite et qui se sentent emprisonnées. Le plus dur est de se débarrasser de certains objets… Je donne des conseils et j'aide à modifier les mauvaises habitudes Il faut environ 21 jours pour que l'habitude de ranger devienne une routine. C'est de l'autodiscip*line."

Le risque avec le "trop" rangement, c'est d'aseptiser les maisons. *"Au contraire, rien n'est aseptisé après mon passage : il faut que la maison vive. Seulement, chaque chose à sa place en donnant une âme et une chaleur"* précise la cheffe d'entreprise. Il faut au minimum 4 heures de cours pour comprendre les rudiments de la méthode qu'elle tente de transmettre aux membres de la famille, aux enfants en premier. *"Il faut leur confiance et accepter qu'ils rangent différemment."* Cela paraît simple. Stéphanie n'est pas une fée du logis. Simplement une magicienne en rangement capable de créer le déclic. Car prendre de soin de sa maison, c'est prendre soin de soi. ■ **E.Ch.**

Stéphanie Rabourdin, coach en rangement, aide un client à ranger ses armoires.



Chaque chose à sa place.

Info : ranger-bien-etre@orange.fr ou 06 32 65 40 68 aussi sur les réseaux sociaux

LITTÉRATURE Dans la collection "Ceux qui ont dit non"

Un nouvel ouvrage jeunesse sur Courbet

Écrit pour les ados, le livre "Gustave Courbet, Non au conformisme" invite à suivre le peintre dans son exil. Dans une version romancée et un style qui rompt avec les habituelles biographies historiques.

"Officiellement, ce qu'on lui reproche, c'est d'avoir déboulonné la colonne Vendôme lors de la Commune de Paris en 1871. D'avoir bousillé l'un des symboles de la France napoléonienne. Les journaux s'en sont donné à cœur joie. Courbet par-ci, Courbet par-là. On le soupçonne de vouloir renverser tous les monuments de Paris, même les chiottes publiques. En vérité, c'est son art qu'on ne supporte pas. Trop réaliste. Trop cru. Trop trivial. Trop irrespectueux." Le résumé en quatrième de couverture donne le ton et on se découvre, très vite, l'envie d'aller plus loin.

Publié en septembre, l'ouvrage a d'ailleurs fait un très beau démarrage dans les librairies-boutiques du musée d'Ornans et de la ferme de Flagey, avec une centaine d'exemplaires écoulés en moins de trois semaines.

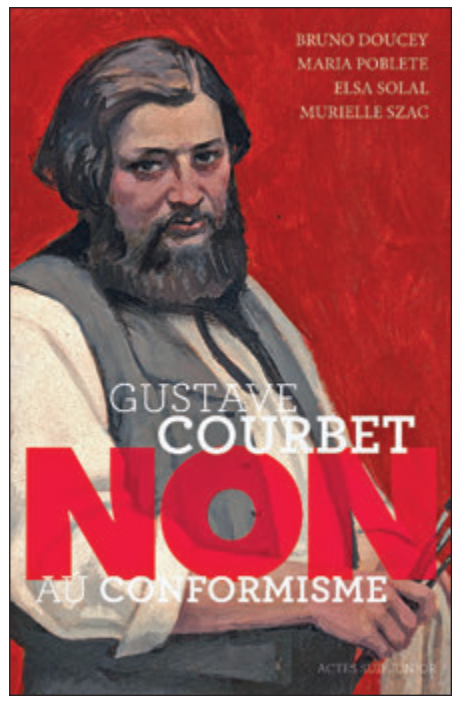
Les quatre auteurs sont revenus présenter l'ouvrage à des collégiens le 4 octobre à Flagey.

Le Département, qui en est à l'initiative, a sollicité la maison d'édition Actes Sud Junior il y a un an dans le cadre des festivités du Bicentenaire de la naissance de Courbet. L'idée d'intégrer le peintre comtois à la collection "Ceux qui ont dit non" a tout de suite séduit, sachant que très peu d'ouvrages jeunesse lui ont été consacrés jusqu'ici.

"Cette collection, adressée aux jeunes à partir de 12 ans, s'attache à faire découvrir des grandes figures qui ont défendu un combat ou portaient des valeurs", explique Murielle Szac, sa directrice et co-rédactrice du livre. *"Les adultes tiennent souvent un discours très pessimiste, selon lequel rien ne peut changer. Il est important de montrer aux jeunes qu'il ne faut pas accepter l'inacceptable, que d'autres personnes se sont levées avant eux (y compris de leur âge) et qu'ils ont raison de s'indigner mais qu'il vaut mieux ne pas le faire seul."*

Chaque ouvrage prend en fait la forme d'un roman avec la création d'un personnage que l'on suit durant une centaine de pages. Il se conclut sur un dossier pédagogique intitulé "Eux aussi, ils ont dit non". Un autre Franc-Comtois, en la personne de Victor Hugo, s'était lui aussi vu dédier son opus. Gustave Courbet est le 40ème personnage historique et premier peintre à entrer dans la collection, après Émile Zola, Gandhi, Simone Veil, Harvey Milk… Il y est dépeint comme *"un colosse qui ne plie jamais l'échine."*

L'insoumis qui porte une autre vision de la peinture.



Le livre est en vente dans toutes les librairies (photo Actes Sud junior).

Le livre a été écrit à huit mains (Bruno Doucey, Maria Poblete, Elsa Solal et Murielle Szac) lors d'une résidence à la ferme de Flagey du 6 au 20 avril derniers, qui avait également donné lieu à des actions de médiation : ateliers de poésie, rencontres avec des adolescentes de Planoise, café citoyen à Ornans… Envoyé à tous les C.D.I. des collèges du Doubs et en vente dans les librairies au prix de 9 euros, il devrait séduire les jeunes (et sans doute aussi les moins jeunes), de par son approche et sa qualité littéraire. ■ **S.G.**