

L'ABÉCÉDAIRE DES COUPLES HEUREUX

DE ROBERT NEUBURGER

Robert Neuburger est psychiatre, spécialiste du couple. Pour lui, les couples heureux n'attendent pas de miracles, ils les produisent. Il a observé qu'ils savent se parler, ils s'aident mutuellement à être meilleurs. « *Tous les deux ans, nous faisons le point, explique Monique, dis-moi ce que tu me reproches, ce que tu trouves bien. Il s'ensuit un échange positif autour de nos enfants, de nos amis, de notre caractère.* » Cela se passe sans animosité, ils ne cherchent pas à se changer, mais selon la jolie expression de Michel, à « *peaufiner leur amour* ». Celui-ci se transforme petit à petit en tendresse complice.

Ces hommes et ces femmes toujours amoureux après des décennies partagent en général les mêmes valeurs, les mêmes rêves. « *Ce qui nous a beaucoup liés, reconnaît Michèle, c'est notre amour commun pour les enfants et la pédagogie. Nous étions enseignants tous les deux. Aujourd'hui c'est le goût de la nature et des randonnées.* » Pour entretenir leur amour, Michèle et André revisitent souvent leur histoire. « *Lorsque le besoin s'en fait sentir, nous retournons dans telle ou telle ville pour revivre les sentiments que nous y avons éprouvés.* »

L'attachement puissant qui lie ces couples s'incarne aussi dans la sexualité. Pour cette génération, l'épanouissement sexuel doit beaucoup à la contraception. « *Lorsque j'ai rencontré Jean, j'avais 20 ans, j'étais dans l'ignorance totale, j'ai été enceinte très vite. L'arrivée de la pilule, en 1969, fut pour nous un soulagement. Notre entente sexuelle a été et demeure un ciment très solide. Après 50 ans de vie commune, il faut savoir entretenir le désir, c'est important, et nous y veillons !* »

Et l'avenir ? Michel ne peut l'envisager sans sa compagne ! Il rêve du destin de Philémon et Baucis, unis dans la mort, métamorphosés en arbres aux feuillages éternellement mêlés. Danièle, quant à elle, souhaite d'abord savourer ce que la vie ne lui a pas donné jusque là : le temps ! Le temps de vivre et de s'occuper l'un de l'autre. Le bonheur ?

(Notre Temps, février 2012)



A COMME ALTERNANCE :

Une façon de prendre soin du couple à tour de rôle ! Pendant 15 jours, l'un se dégage des obligations domestiques et se consacre au couple, à lui d'organiser sorties, soirées, débats (ébats ?). Puis à l'autre. Une prescription à recommander aux couples noyés sous le travail et l'éducation des enfants mais qui convient aussi aux amoureux en retraite.

B COMME BILAN :

Mettre sur la table ce qui va et ce qui ne va pas, par exemple une fois l'an. Vérifier surtout qu'on a toujours des projets ensemble. L'essentiel, avoir des projets, ensuite les réaliser si possible.

G COMME POINT G :

Toute une génération l'a cherché ! Mieux vaut exprimer clairement ses désirs, parler sans honte de sexualité, de son âge et de ses envies.



M COMME MYSTÈRE :

A conserver précieusement. Le mystère de son passé particulièrement.

H COMME HUMOUR :

La petite distance qui permet de ne pas se laisser prendre au piège des conflits et revendications.

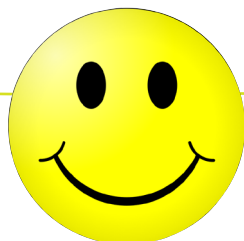


N COMME NOUVEAUTÉ :

A doser pour trouver le juste équilibre entre le familier rassurant et le jamais vu déstabilisant.

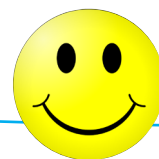
R COMME RESPECT :

Reconnaître que l'autre a une existence en dehors du couple. Fuir la familiarité, cela tue la vie à deux !



S COMME SEXE ET SENTIMENT :

Pas toujours facile à accorder. Côté sexe, laisser les corps s'expliquer et se trouver. Côté sentiment, les entretenir, évidemment !



C COMME CROIRE :

Croire au couple, cela permet d'inventer, de créer, d'entretenir le mythe et de le faire vivre.



D COMME DÉSIR :

La grande affaire, jamais établi une fois pour toutes. S'entretient toute la vie par la séduction, le plaisir. Parfois en suscitant le désir des autres...

E COMME EXISTER :

Se sentir reconnu comme homme ou comme femme -quel que soit son âge- procure une bonne estime de soi et rassure. Le couple est une source importante du sentiment d'exister, le plus intime et le plus fragile qui soit.



F COMME FIDÉLITÉ :

A ne pas prendre uniquement comme point de départ mais, surtout, comme point d'arrivée ! La fidélité, de même que la confiance, ne se décrète pas, elle se bâtit, les unions heureuses ont toutes les raisons d'être fidèles.

I COMME INTIMITÉ :

A défendre coûte que coûte contre les envahisseurs. Territoire propre au couple, nourri de ce que chacun y apporte.

L COMME LANGAGES

D'AMOUR : Il n'y a pas que la parole pour dire l'amour ! Les vieux amoureux pratiquent tous les langages : du corps, des gestes, des attentions, du silence, des petits riens..

J COMME JARDIN

SECRET : Indispensable mais pas un parc de 10 hectares !

O COMME OSER :

Se confronter aux difficultés, ne pas les cacher sous le tapis. d'où elles finiront par resurgir un jour.

Q COMME QUÊTE

DU BONHEUR : Le bonheur est pour tout le monde, on peut s'autoriser à être heureux sans culpabilité.

P COMME PASSION :

Il faut bien avoir la passion du couple pour le faire durer en tant que couple ! Un vrai travail de passionnés

X, Y COMME XX ET YY :

Les hommes sont devenus des femmes comme les autres ! Autrefois, ce sont elles -en majorité- qui s'occupaient du couple. Aujourd'hui les hommes se sentent tout autant concernés.

T COMME TENDRESSE :

une attention tendre de l'un envers l'autre et envers le couple.

V COMME VACANCES :

Un test important du bilan : comment cela se passe-t-il lorsqu'on est seuls tous les deux sans obligations

Z COMME ZESTE DE MAGIE :

La part inexplicable qui fait durer les couples dont les origines sont souvent irrationnelles !

U COMME UNIQUE : cela vaut mieux !

Quelles sont les différentes formes de filiation en France ?

En France, trois types de filiation sont reconnus : la filiation légitime (enfants nés de parents mariés), la filiation naturelle (couple non marié), la filiation adoptive

“Un oncle d’Orient dans une Chrysler bleu canard, une arrière-grand-mère amazone, un grand-oncle propriétaire d’un couvent de capucins, une ancêtre lointaine maîtresse de Louis XV... A l’écoute de ces « romans familiaux » se dégage le sentiment d’une extrême diversité où domine la particularité des destins. On parle d’une singularité physique, morale ou autre supposée inhérente au groupe. Chez les F le rire et l’hospitalité, chez les C l’amour du fer, chez les A le courage et la beauté, chez les B la passion de la montagne, chez les E la mort des hommes par crise cardiaque... Enfin une infinie variété de qualités qui deviennent le symbole d’un groupe, en quelque sorte les armoiries de la mémoire. Chacun répond d’une manière apparemment différente aux mêmes questions en raison d’une histoire unique : trajets sociaux divers, cadres géographiques multiples, prénoms et surnoms étranges. On croit et on cherche à transmettre ces signes distinctifs. La mémoire familiale se présente comme une archéologie des primats familiaux et livre en même temps une représentation du groupe social auquel l’interlocuteur appartient. Il devient alors bien difficile de détacher les souvenirs spécifiques à la famille de ceux se rapportant à la société en général. Dans la mémoire des individus cohabitent la mémoire de la famille et celle des autres groupes — religieux, sociaux ou professionnels. L’organisation familiale ne peut, dans nos sociétés, être étudiée en dehors de son rapport à l’appartenance sociale des individus concernés.”

Béatrix Le Wita in Terrain n°4.

Aujourd’hui, un enfant européen sur quatre naît hors mariage et sur cent femmes de 15 à 65 ans en Europe, 59,2 % travaillent. En France, 1,6 million d’enfants vivent dans une famille recomposée, soit plus d’un enfant sur dix. Ce modèle de famille a progressé de 10 % en dix ans, selon une étude réalisée en 2003 par l’Insee. En conséquence, les familles reconstituées sont deux fois plus nombreuses que les autres à avoir quatre enfants ou plus (11 % contre 5 % pour les familles monoparentales ou traditionnelles). Il faut noter, cependant, que le modèle de la

famille traditionnelle reste majoritaire en Europe : près de 78 % de la population européenne vit dans une famille nucléaire, mais les couples avec enfants ne représentent plus aujourd’hui que la moitié des familles européennes et les ménages sont de plus en plus réduits. Le taux de la nuptialité chute en Europe depuis le début des années 90 : cinq mariages par an pour mille habitants contre huit pour mille habitants vingt ans plus tôt et l’âge du mariage est de plus en plus tardif, 29 ans en moyenne pour les hommes et 26 ans pour les femmes. Les Européens divorcent également de plus en plus, dix divorces pour cent mariages en 1970, trente divorces pour cent mariages vingt-cinq ans plus tard. Plus d’un mariage européen sur quatre se termine par un divorce.

La famille est aujourd’hui à géométrie variable : conjugale classique, monoparentale, recomposée, homosexuelle... Mais la force sociale des relations de parenté demeure. Les familles à plusieurs générations se multiplient. La famille n’est plus patrimoniale mais affective. Comme le souligne François de Singly dans *Le soi, le couple et la famille* (1996) la famille contemporaine, c’est-à-dire le couple et ses enfants, « a fait peau neuve en prenant en charge la construction de l’identité individualisée, caractéristique de cette modernité ». Dès lors, la véritable remise en question des structures mêmes de la société, et pas forcément son effondrement, est à chercher bien au-delà des évolutions qui frappent la famille.

Elisabeth Roudinesco, la famille en désordre



QUESTIONS DE SOCIÉTÉ, LA FAMILLE COMME ELLE VA....

QUESTIONS...

Toutes sortes de questions se trouvent aujourd'hui posées sur les manières de constituer un couple ou une famille. Le modèle d'un engagement total, fusionnel, fait l'objet d'une suspicion générale au motif qu'il ne répond plus aux exigences de la réalisation de soi des individus. La discontinuité des trajectoires conjugales et familiales s'impose, que ce soit par choix ou par force, à une fraction non négligeable de la population. Il reste dès lors à définir les modalités selon lesquelles ces engagements successifs et ces ruptures programmées peuvent être gérés d'une manière qui protège, si cela peut se faire, les personnes qui ont les capacités d'expression et les ressources les plus faibles. (Claude Martin in Terrain n°36.)

Comment concilier protection juridique des enfants, filiation et parentalité ?

Comment l'individu se constitue-t-il au sein de sa famille, entre frottements permanents et mise à distance de l'autre ? Qu'est-ce qui appartient au "nous-famille" et qu'est-ce qui revient au "je individuel" ? Comment gérer le sentiment d'appartenance familiale après une séparation temporaire (hospitalisation, délocalisation) ou définitive (divorce, deuil) ? Enfin, quel est l'impact des formes modernes de procréation sur la notion de famille ?

(blogterrain 17/12/2012)

LA FAMILLE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Les sociétés ont été de tous temps constituées de groupes sociaux divers. La famille y est très importante car elle constitue le premier groupe auquel appartient l'individu, et c'est au sein de ce groupe qu'il apprend la vie en société. La famille est donc la base de toute société, en évolution constante. Aujourd'hui, la famille ne prend pas nécessairement son origine dans le mariage (union libre), elle peut réunir des personnes de même sexe ou des recompositions de famille. La famille est à la fois un groupement et une institution sociale.

Quelles sont les différentes formes d'unions aujourd'hui en France ?

Il existe 3 formes : **le mariage civil, le concubinage et le PACS.**

- **Le mariage civil**, est la forme traditionnelle d'union. Il est régi par un processus très précis et donne lieu à de nombreux droits et obligations.
- **Le concubinage** n'a rien d'officiel, Il naît d'une vie commune stable, mais n'apporte que peu de droits et protection aux concubins.
- **Le PACS**, lui, se situe entre les deux unions citées précédemment. Il est moins codifié que le mariage civil, mais plus protecteur que le concubinage. Il peut résulter d'un simple contrat auprès du tribunal d'instance, et le souhait d'un des deux conjoints suffit à y mettre fin. Il est accessible aux personnes de même sexe (même si actuellement plus de 75 % des pacésés sont des couples hétérosexuels). Les droits des pacésés sont : une imposition commune après un an, un héritage moins lourdement taxé, un droit au bail immédiat, une prise des congés en commun. En contrepartie, les « pacésés » seront solidairement responsables des dettes du couple.

(vosdroits.service-public.fr/particuliers)

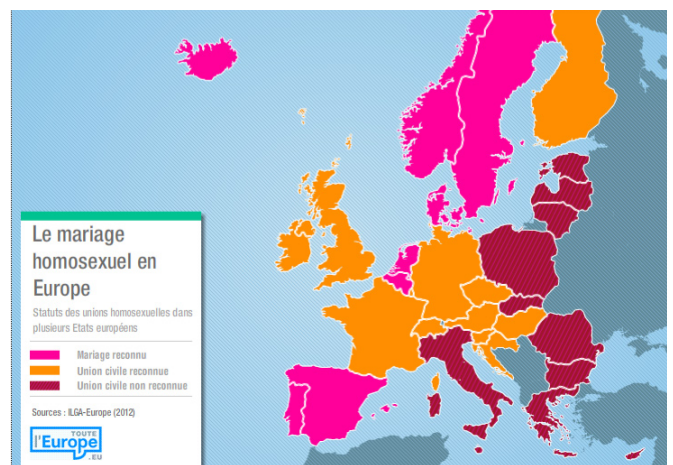
LA FAMILLE, TU L'AIMES OU TU LA QUITTES

Ce serait trop simple, et chacun d'entre nous se retrouve empêtré dans la glaise de mille sentiments contradictoires, écartelé entre désir de liberté et d'indépendance et force inentamée des liens de proximité et de solidarité. Et c'est ainsi que la famille résiste, contrairement à certaines prédictions en vogue dans les années 1970. « Finie, la famille », titrait ainsi la revue Autrement en 1975. Mais elle est bien vivante, la famille, elle se métamorphose, se réinvente. Autrefois construite sur le lien conjugal, elle se décline aujourd'hui autour de la filiation. Beau-père, belle-mère, nouveau jules, énième compagne, bébé-éprouvette, demi-frère, sœur adoptive, week-end chez papa et son compagnon, vacances avec toute la tribu... Plurielle, modulable, tentaculaire, la famille s'est adaptée aux valeurs d'autonomie de l'individu, chacun la compose et la vit à sa manière, le droit ayant souvent du mal à suivre.

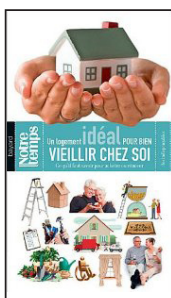
(Télérama 29mars 2012)

L'EUROPE ET LE MARIAGE HOMOSEXUEL

Aujourd'hui, 8 pays européens (dont 6 membres de l'Union européenne) reconnaissent le mariage homosexuel : les **Pays-Bas** (depuis 2001), la **Belgique** (2003), l'**Espagne** (2005), la **Suède** (2009, avec une disposition obligeant l'Eglise à trouver un pasteur pour célébrer les mariages religieux), la **Norvège** (2009), le **Portugal** (2010), l'**Islande** (2010) et le **Danemark** (2012). Dans ces Etats, les couples gays et lesbiens qui se marient ont les mêmes droits que les couples hétérosexuels.



A LIRE EN ATTENDANT LE PRINTEMPS



« UN LOGEMENT IDEAL POUR BIEN VIEILLIR CHEZ SOI »

- Editions BAYARD

La revue NOTRE TEMPS publie cet ouvrage pratique qui passe en revue toutes les questions qu'il faut se poser pour aménager son chez-soi afin d'y rester le plus longtemps possible en toute sécurité. Un vrai guide pour une meilleure qualité de vie.

« LES TEMOINS DE LA MARIEE »

de Didier Van Cauwelaert - Livre de poche

Cinq jours avant son mariage, notre meilleur ami meurt dans un accident. Sa fiancée arrive de Shanghaï, elle n'est au courant de rien. Nous nous apprêtons à bri-



ser son rêve, et c'est elle qui va bouleverser nos vies. Un roman à prescrire d'urgence ! drôle et insolite.

« LE SEL DE LA VIE » de Françoise HERITIER

- Ed. Odile JACOB

F. HERITIER est Professeur honoraire au Collège de France, Directeur d'études à l'Ecole des Hautes Etudes en sciences sociales et Présidente du conseil national du SIDA.

Dans cette méditation tout en intimité et en sensualité, elle traque ces choses agréables auxquelles notre être profond aspire, ces images, ces émotions et ces moments empreints de souvenirs qui font le goût de notre existence, la rendent plus riche et plus intéressante que nous croyons souvent.



BABY-SITTING ET ASSURANCE

Vous faites garder régulièrement votre enfant par une baby-sitter ? Votre fille garde occasionnellement des enfants ? Êtes-vous tenu de vous assurer ?

Que couvre votre assurance habitation ?

Votre assurance multirisque habitation comporte en général une assurance responsabilité civile. Celle-ci couvre les dommages que vous, vos enfants ou vos employés peuvent causer à des tiers. Le baby-sitting, en tant qu'activité effectuée à titre occasionnel à votre domicile, est en principe couvert par cette assurance.

Néanmoins, relisez votre contrat, car il arrive que certains assureurs ne couvrent le baby-sitting que pour une durée maximale par semaine ou encore uniquement lorsque l'activité est bénévole. D'autres assimilent une activité occasionnelle à une activité bénévole et couvrent automatiquement le baby-sitting.

Si c'est votre enfant qui cause un dommage à sa baby-sitter, là encore, votre assurance responsabilité civile pourra l'indemniser. Contactez votre courtier.

Dans tous les cas, votre courtier saura vous renseigner et vous aiguiller vers les contrats appropriés. Vous pourrez souscrire, le cas échéant, une extension de garantie adaptée. Même s'il n'existe aucune obligation d'assurance, mieux vaut être couvert le moment venu pour faire face aux difficultés.

Vos enfants et le baby-sitting

Devez-vous souscrire une assurance spécifique si vos enfants sont régulièrement gardés par une baby-sitter rémunérée ?

Même si vos enfants sont prudents et consciencieux, un accident est vite arrivé. Non seulement ils peuvent être à l'origine d'un accident, mais aussi en être victimes.

Si ce sont eux qui causent des dommages, c'est votre assurance responsabilité civile «chef de famille», adossée à votre assurance habitation, qui, en principe, les prendra en charge. Mieux vaut vérifier que vos enfants sont couverts avant de commencer. Contactez votre courtier, il pourra vous conseiller, le cas échéant, une assurance ou une extension de garantie adaptée.

Si vos enfants sont victimes de dommages pendant leur baby-sitting, c'est en principe votre assurance responsabilité civile qui jouera. Là encore, mieux vaut en être certain avant de débiter et souscrire, par exemple, une extension de garantie ou une assurance individuelle accident.

Et si l'enfant se blesse seul ?

Aucune assurance de responsabilité civile ne pourra jouer. C'est la raison pour laquelle il est toujours intéressant de prendre en plus une as-

CÔTÉ CUISINE

UNE RECETTE D'HIVER,

LA PINTADE AU CHOU

Pour 4 personnes

- 1 pintade fermière d'environ 1,2 kg
- 1 chou vert pommé
- 1 verre de bouillon de volaille
- 250 g de lardons
- 1 cuillère à soupe d'huile
- 1 cuillère à café de baies de genièvre
- 3 échalotes
- 1 cuillère à soupe de beurre
- Sel, poivre

Préparation 20mn • Cuisson 1h15

• Ôtez les feuilles abîmées du chou et coupez-le en quatre, puis coupez le trognon et émincez le chou.

• Épluchez et émincez les échalotes. Dans une cocotte, faites fondre le beurre et l'huile.

• Ajoutez les échalotes et faites-les revenir sans les colorer. À ce moment, ajoutez la pintade et dorez-la sur toutes ses faces.

• Ajoutez les lardons et le chou. Faites revenir à feu moyen 5 minutes puis ajoutez les baies de genièvre et le bouillon.

• Salez et poivrez, couvrez et laissez mijoter 1h15 à feu doux. Sortez la pintade, découpez-la.

• Présentez dans un grand plat chauffé les légumes et les morceaux de volaille.



surance individuelle accidents. Elle permet de prendre en charge les prestations de santé non prises en charge par l'Assurance-maladie. Elle peut aussi conduire au versement d'un capital en cas d'infirmité ou de décès.

La déclaration du sinistre

N'oubliez pas de déclarer rapidement l'accident ou le sinistre à votre assureur ou à l'assureur du responsable. Vous avez en effet cinq jours pour réagir. En cas de déclaration tardive, l'assureur pourra refuser de vous indemniser.

(Le Figaro 11/10/2012)

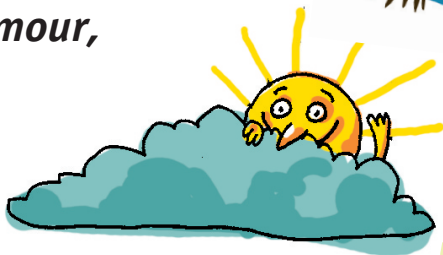


Flash Familles

Hiver 2012

Cahier Central thématique : bfd

Puisque nous avons échappé à la fin du monde, dégustons le cocktail de ces jours nouveaux: 1 zeste de bonne humeur, 1 soupçon d'imprévu, 1 pointe d'humour, le tout arrosé de bonheur et d'amour.



AGENDA

• **Mercredi 16 janvier** 14H30 Croque-ciné **Le serpent blanc de Taiji Yabushita**. Film d'animation, Japon, 1958, 1h19.

A partir de 5 ans
Dans la Chine ancienne, un enfant achète au marché un petit serpent blanc. Ses parents n'en veulent pas. Il doit donc se résigner à le relâcher. Quelques années plus tard, l'enfant est devenu un beau jeune homme, tandis que le reptile refait son apparition sous la forme d'une belle princesse et se met à la recherche de son ancien protecteur.

• **Samedi 26 janvier**, 15h Les petites conférences de la Boucle, **la Terre, une planète en colère**, au cinéma Jean Marais, pour les enfants de 7 à 14 ans, tarif 6€

• **Mercredi 13 février** 14h30 Croque-ciné **Nicostratos, le pélican, d'Oliver Horlait**, avec Emir Kusturica, comédie, France, 2011, à partir de 7 ans, 1h35

Yannis a 14 ans et vit sur une petite île grecque qui a su demeurer sauvage. Depuis la mort de sa mère, la relation à son père, Démosthène, s'est durcie. Lors d'un voyage à Athènes, il sauve d'une mort probable un jeune pélican du nom de Nicostratos.

• **Mardi 26 février**, 18h30, **Assemblée Générale**, salle des conférences, sous-sol de la Mairie suivie d'un dîner convivial.

J'emmène souvent en voyage une belle dame ou une célébrité, qui pourtant reste enfermée dans l'enceinte de mes créneaux.

Un timbre

QUI SUIS-JE ?

BONNE ANNÉE 2013

Tu me dessines pour me suivre fidèlement; si tu me quittes, c'est par erreur ou pour t'évader.

l'itinéraire

CARNET ROSE



Joséphine est née le 28 septembre chez Luc et Bernadette Villemot, à Perth (Australie)

Anaëlle, est arrivée chez Xavier et Mélanie Bertrand le 29 octobre

Sebastian Plummer a épousé **Laetitia** Perche le 15 septembre

BRAVO à **Allan Stewart**, dentiste australien à la retraite qui vient de décrocher un master en Sciences Médicales. Allan a 97 ans.

PROJET DE RÉFORME DU MARIAGE ET DE LA FILIATION:

■ **Auditionnée au Parlement :** l'UNAF analyse, alerte et propose.

Le 22 novembre 2012, l'UNAF a été auditionnée par la Commission des lois et son rapporteur, Erwann Binet, à l'Assemblée nationale sur le projet de loi ouvrant le mariage aux couples de personnes de même sexe. L'occasion pour elle de s'exprimer sur les enjeux de la réforme ainsi que sur le texte du projet de loi déposé le 7 novembre Lire la suite sur le site de l'UNAF www.unaf.fr



NOUVELLES LOCALES

Bienvenu au Triporteur, qui s'installe sur la dalle du marché les 2^{ème} et 4^{ème} samedi du mois, pour réparer nos vélos. Prochain rendez-vous le samedi 12 janvier.

LE CHAMP DES ARTISANS

L'industrie bat de l'aile, mais le fait-main prend son envol. Aidée par le Net, une génération nouvelle d'artisans vit sa passion du bijou unique ou du meuble sur mesure. Et si c'était l' (un) avenir ?

La France se cherche. D'un côté, inlassablement ressassé, l'industrie est mal en point et le chômage monte. Les pays émergents sont devenus capables de rivaliser avec l'Europe sur n'importe quelle production de masse, du textile à l'automobile. Il faut trouver d'autres activités, moins soumises à la concurrence. De l'autre, de formidables forces naissantes, pas assez soulignées : le désir que manifestent beaucoup de nos contemporains de ne plus consommer du jetable, mais d'investir dans le durable, le personnalisé ; dans le même temps de profondes remises en question individuelles et collectives ; sur la place et le sens du travail.

Certains retournent au concret, au métier, au plaisir de créer avec leurs mains un bel objet qui respire l'humain qui se transmettra peut-être de génération en génération.

Comme Sten Ridarch, 39 ans, ex-acheteur dans l'aéronautique militaire. Un jour il a dit adieu « au costume-cravate, aux voyages d'affaires, à la pression, à l'urticaire » et il est devenu ébéniste. Après avoir suivi les cours du soir de l'École Boule, il a quitté son job et l'année dernière, a ouvert un atelier moderne sentant bon le bois à Pantin, qu'il partage avec Jacques Obaldia, lui aussi reconverti et le designer Arnaud Maurer. Ensemble ils dessinent des meubles sur mesure pour des particuliers, réalisent des prototypes, agencent des magasins. Leur vie a changé. Des passants jettent un coup d'œil à travers la vitre, des gamins entrent et demandent à apprendre. Sten : « Je viens d'un quartier populaire et je montre qu'on peut exercer un métier manuel en n'y prenant du plaisir sans travailler dans un vieil atelier poussiéreux. »

Pantin, au Nord-Est de Paris mise sur les métiers d'arts pour ranimer un très ancien quartier industriel. Aline Archambaud, maire adjointe, aujourd'hui conseillère municipale et sénatrice Verts en Seine Saint Denis a osé : « Alors que nous vivons une crise mondiale économique, financière, sociale et écologique, les métiers d'art, l'artisanat sont une piste sérieuse parmi d'autres pour reconstruire une économie solide, car cette activité n'est ni spéculative ni virtuelle, elle s'appuie sur des savoir-faire à haute valeur ajoutée. »

En une quinzaine d'années, une quarantaine d'ateliers ont ainsi ouvert dans ce coin délabré qui se rénove peu à peu. Pour aider les artisans d'art, la municipalité a imaginé un montage juridique rendant les loyers attractifs. Elle a retapé la maison Revel, qui appartenait à un ancien fabricant de vernis où l'on peut trouver des conseils pour se lancer, une aide pour la comptabilité, des adresses.

En face de chez Sten, la costumière Florinda Don-

ga-Hauser crée des vêtements pour le cirque, le théâtre, le cinéma, la danse contemporaine. Un peu plus loin, la bijoutière Alice Toumit sculpte des bijoux fantaisie de luxe avec une sorte de fraise de dentiste. Partout s'activent céramiste, créatrice textile, souffleur de verre, brodeur ou facteur de clarinette. Des gens très pros, au discours clair, souvent jeunes, motivés. Toute une vie sociale palpite, on s'échange des outils, on se refait des savoir faire, on se donne des coups de main. Pantin exporte maintenant sa céramique en Corée, ses tissus imprimés au Japon. « Grâce à cette opération, ajoute Aline Archambaud, nous renvoyons une image flatteuse de la Seine Saint-Denis, ce qu'apprécient les habitants. »

Il n'y a pas que Pantin. Sadirac, une petite ville de la banlieue de Bordeaux où plus personne ne voulait habiter, est repartie grâce au soutien de la municipalité à ses potiers. Le bourg s'est métamorphosé, il est redevenu attractif. Le mouvement ne concerne pas seulement les métiers d'art. Partout en France, des gens inventent un nouvel artisanat, des femmes surtout, qui fabriquent des vêtements, des bijoux, des jouets. Ce courant touche aussi les Pays-Bas, l'Angleterre, les Etats-Unis. On ne parle pas ici de loisirs créatifs mais de vraies activités professionnelles.

Le phénomène se nourrit de nouvelles pratiques de consommation nées avec Internet : chacun peut ouvrir un blog, une boutique en ligne et contourner ainsi les circuits classiques fondés sur la publicité et les grandes enseignes commerciales. De plus, un fait nouveau apparaît : le regroupement des petits producteurs sur des sites collectifs. Etsy, une plate-forme américaine de produits artisanaux, ouverte en 2005, agrège aujourd'hui près de 14 millions de créateurs ! En France, le site Alittlemarket, crée en 2009, compte 25 000 néo-artisans. « Plus de 50 personnes s'y inscrivent chaque jour », assure Nicolas d'Audiffret, 33 ans, ancien consultant, qui a fondé le site avec un ex-cadre de Renault. Il ambitionne de faire de son réseau de producteurs « la plus grande usine de France » Nicolas d'Audiffret raconte : « Nous avons mieux à faire de nos vies que de travailler dans de grandes entreprises. Nous nous sommes dit : il existe sûrement des milliers de gens dans notre pays qui créent des choses superbes, mais détestent se vendre. Pour eux, Internet est un outil fantastique. Vous restez dans votre atelier, vous prenez une photo de votre production, vous la mettez en ligne et Alittlemarket s'occupe du reste. » moyennant une commission de 5% sur le prix de vente. Internet permet ainsi de se lancer en douceur, sans risque, sans boutique, sans constituer de stock, sans payer de stand dans

des salons d'exposition aux résultats commerciaux aléatoires.

Valérie De Rossi, 34 ans, préparatrice en pharmacie qui se lassait de débiter des médicaments au comptoir a choisi de devenir maroquinière, elle réalise près d'un tiers de ses ventes grâce à Alittlemarket. Elle a créé sa marque et en 3 ans est parvenue à gagner correctement sa vie « Et je m'éclate, dit-elle, j'adore le plaisir tactile de choisir les peaux chez les fournisseurs, et j'aime autant créer mes modèles que fabriquer mes sacs, je viens travailler tous les jours avec le sourire. »

Interent est très efficace pour des produits pas trop chers. Le prix de vente moyen sur Alittlemarket est de 35€. Mais Nicolas d'Audiffret explique que la recherche de la bonne affaire n'est pas la seule motivation des clients. « Ils prennent aussi plaisir à acheter à un petit artisan, à l'aider, à comprendre son travail. » La traçabilité, ce n'est pas que pour la viande. En revanche pour certains produits comme la chaussure de luxe, Internet n'est guère utile, à moins de commander sans essayer.

En France, le néo-artisanat explose, aussi grâce au statut d'auto-entrepreneur. Créé en 2008, il permet d'exercer à temps plein ou partiel avec des formalités et des cotisations réduites. En 2011, 360 000 personnes l'ont adopté. « C'est un outil fantastique, estime Nicolas d'Audiffret, beaucoup de nos créateurs travaillent sous ce statut. » Vaméro de Rossi l'a choisi pour sa comptabilité simplifiée. Mais avec 12 à 23,5% de charges selon les activités, au lieu des 50% versés par l'employeur, la couverture sociale n'a rien à voir avec celle d'un salarié. Aussi le nouveau gouvernement envisage-t-il de revoir ce statut, accusé par les artisans traditionnels de concurrence déloyale. Espérons qu'il agira avec sagesse et ne ruinera pas, par excès de zèle réglementaire, le début de carrières de milliers d'enthousiastes courageux.

Un sacré enjeu, cette affaire de statut. La solution pourrait venir d'Ateliers d'Art de France, le syndicat professionnel des métiers d'art. Un tiers de ses 5400 adhérents est inscrit dans les chambres de métiers, un autre à la Maison des artistes, et le troisième est constitué d'auto-entrepreneurs et de professions libérales. Serge Nicole, président d'Ateliers d'Art de France se bat pour que ses quatre-vingt dix professions adhérentes soient dotées d'une identité juridique claire. « Alors qu'aujourd'hui, explique-t-il, nous avons tous les taux de TVA possibles. Même chose pour la fiscalité, nous cotisons dans tous les sens, sans avoir de retour. Les règles ont été établies pour le bâtiment, les métiers de bouche, les coiffeurs ou les taxis. » Serge Nicole se bat aussi pour que l'Éducation Nationale mette en place une filière de forma-

tion spécifique aux métiers d'art. C'est un vieux refrain la France forme des intellectuels étincelants et des mathématiciens fantastiques, mais les compétences pratiques et le sens artistique ne sont pas son point fort.

Il s'agit, au fond, d'en finir avec la coupure entre la tête et les mains. De faire nôtre le combat du sociologue Richard Sennett, qui réhabilite l'idée d'artisanat en l'étendant jusqu'à la programmation informatique et la musique. Pour lui, il s'agit d'abord d'une manière d'être, concentré sur son boulot sans en perdre la finalité, avec la volonté de se perfectionner sans cesse en faisant primer la coopération et l'intérêt général. Pour Richard Sennett, « toutes les compétences, même les plus abs-traites sont au départ des pratiques physiques. »

(Télérama, 11/7/2012)

NETECOUTE : 0800 200 000 aide les

jeunes victimes de chantage sur internet
COACH AND COOK : Christine Duthoit, coach certifié, a compris que quand nos mains sont occupées notre parole est libérée. Elle propose des séances de cuisine aux enfants qui traversent une difficulté passagère. En cuisinant quelques douceurs, elle va l'écouter et l'accompagner avec bienveillance et respect pour qu'il trouve ses propres solutions et vive mieux le quotidien. Christine Duthoit 06 99 01 27 60

BEGAIEMENT : L'Association PAROLES-BEGAIEMENT mène des actions de prévention auprès des parents, des professionnels de santé, du personnel éducatif et assiste les personnes bègues et leur entourage.

T : 0 810 800 470 (www.begaielement.org)

MALADIES RARES : Un forum dédié aux maladies rares est accessible sur le site Maladies Rares info services. Cet espace communautaire, disponible à l'adresse

<http://forums.maladiesraresinfo.org/> permet d'échanger des informations et de trouver un soutien.

VIENS JOUER A LA MAISON est une franchise qui propose une formule innovante : regrouper en un même lieu différentes activités pour les enfants entre 0 et 10 ans, et leurs mamans : éveil musical, anglais, gym, théâtre, cirque, expression corporelle, yoga, mais aussi organisation d'anniversaires, stages pendant les vacances. Plus d'infos sur www.viensjoueralamaison.com ou au 01 39 21 16 26

Au Pecq, la voie verte Paris-Londres à vélo suit les berges de la Seine. , AF3V, l'association française des véloroutes et les voies vertes publie un guide touristique qui recense plus de 250 itinéraires. Elle soutient le développement d'un réseau cohérent tant pour les déplacements quotidiens que de loisirs. Le site www.af3v.org recense les voies existantes en France avec des témoignages d'utilisateurs.

LA FORME AU CŒUR DE L'HIVER

Le sport, pratiqué à un rythme et à une intensité raisonnable est le meilleur allié de notre forme physique, morale et mentale. Et c'est vrai à tout âge !

Le saviez-vous? Pratiquer une activité physique fait souvent aussi bien, sinon mieux, qu'un traitement médicamenteux. Surtout chez les femmes, 30 minutes de marche quotidienne suffit à réduire le risque cardio-vasculaire, près de 20% chez les femmes et de 10% chez les hommes, à intensité comparable, explique la vice-présidente de la fédération française de cardiologie, Claire Mounier-Véhier. Les bienfaits obtenus sont nombreux.

Aux thermes de Saint-Malo, le Dr. Frédéric Derrat-Carrière, un des rares nutritionnistes spécialisé dans l'évaluation de la condition physique, les a listés. Un véritable plaidoyer pour « l'activité-physique santé, celle qui a pour but de prévenir ou de traiter une ou des pathologies » explique-t-il.

Le choix est large, des cours dispensés en club aux activités de la vie quotidienne. Vous avez cessé toute activité sportive depuis des années ou vous n'avez jamais pratiqué de votre vie ? Il n'est jamais trop tard pour démarrer, les médecins de toutes spécialités sont unanimes. Un seul impératif, s'y mettre progressivement et pratiquer régulièrement. La fédération française de gymnastique volontaire propose des cours adaptés à tous les âges dans ses 7 700 clubs

(www.sport-sante.fr)

• Meilleure apparence

Silhouette plus harmonieuse, contrôle du poids, augmentation de la masse musculaire,

meilleure posture

• Meilleure socialisation

Bonne résistance psychologique, meilleurs image de soi, capacité à profiter de la vie, capacité à accepter ses limites

• Meilleurs souplesse

Diminution des blessures articulaires, protection du dos, meilleure qualité de vie

• Renforcement musculaire

Réduction du risque de blessure musculaire, moins de douleurs lombaires, amélioration des performances, récupération à l'effort

• Meilleur mental

Sommeil réparateur, antistress, vivacité cérébrale renforcée, traitement de la dépression, bonne humeur, créativité

• Moins de maladies

Réduction du risque de cancer (colon, sein, prostate), du diabète, de l'ostéoporose, de l'asthme, meilleure immunité,

• Protection cardio-vasculaire

Muscle cardiaque plus fort, accroissement de l'apport

d'oxygène au cerveau, baisse du mauvais cholestérol (LDL), hausse du bon (HDL), baisse de l'hypertension, stabilité du rythme cardiaque, protection après une crise cardiaque

• Ralentissement du vieillissement

Moins de risque de démence, amélioration de l'autonomie, meilleure mémoire, amélioration de la mobilité et de la respiration, résistance à la fatigue.

(Notre temps, octobre 2012)

