

Portfolio Rédactionnel FR 2021

Hélène Déom

Table des matières

Publi-reportages & articles - Inside Magazine	4
Édito : profitez de l'été avec votre Inside #98	4
Nouveau à Arlon : boutique bio dédiée hygiène & cosmétiques	5
Style & savoir-faire pour vos finitions intérieures	6
Dossier : terrasses & activités extérieures	8
Dossier automobile : l'avenir électrique	9
Le livre du mois : Le Coeur sur la Table	10
Le livre du mois : Une Vie à Inventer	11
Chronique d'une Sans Emploi Fixe - L'Info de la Région	15
Être intérimaire, archéologue et journaliste... : ces expériences professionnelles qui ont façonné ma vie...	15
Mes premières fois dans chaque job	16
Vivre un confinement en freelance et avec une bonne étoile	17
Quand ton job n'est pas si rose ou que tu es harcelé au boulot	18
Artistes, archéologues, acteurs culturels ou chômeurs... un synonyme aujourd'hui ?	19
L'air d'Italie qui m'a rappelé un job en charcuterie	20
Portraits d'entrepreneuses (réalisés en freelance)	22
Sandrine s'est découvert une passion pour les cosmétiques solides - Le Chapeau Vert	22
Comment Laurence est devenue THE spécialiste en produits d'hygiène intime de 0 à 99 ans ! - Le Capucin	23
Nathalie crée des foulards en soie - Fleur des Champs	25
Femmes Inspirantes - articles de blog	26
Être femme, mère et doula	26
Une jeune femme passionnée et brillante	30
Articles presse locale Proximag – éditions Lorraine / Gaume	34
Commerce local : Grimper pour le fun !	34
Figure locale : Des dentelles... en bois !	34
Vie associative : Le théâtre entre en résistance	35

Consommer local / Restaurants : Manger vivant et gourmand	35
Actualités locales brèves sur Shootlux.be	36
Nobressart : elle quitte un CDI au Luxembourg pour devenir créatrice de mode !	36
Habay : Ils plongent dans la Rulles pour la nouvelle année ! (+Photos)	37
Actualités sur site web d'entreprises clients de C. Concept	38
China Collection, boutique en ligne de passionnés pour passionnés	38

Publi-reportages & articles - Inside Magazine

Découvrez les articles les plus récents que j'ai rédigés pour les clients d'Inside Magazine ainsi que pour partager du contenu "découvertes" et introduire les dossiers thématiques, sur le site web : <https://www.inside-magazine.lu>.

Quelques exemples :

Édito : profitez de l'été avec votre Inside #98

1 juillet 2021

Nous voilà au mois de juillet, ça déconfiner bien. Cela fait plaisir car nous avons grand besoin d'air, de revoir notre famille et nos amis (sans culpabiliser, pour ceux qui ont craqué avant) et de rattraper le temps perdu... Même si l'annonce des chenilles processionnaires gratouille quasi toute la province. Un petit peu d'aloë vera sur les "piqûres" bizarres (voire une vérification auprès du médecin en cas de doute) et nous passons à autre chose : il est grand temps de sortir !

Nous vous avons donc concocté un petit brainstorming d'activités extérieures en introduction du dossier Terrasses... de quoi vous donner des idées pour occuper votre été, au cas où vous en manqueriez. Nos coups de coeur ? Le mölkky, l'échappée game urbain et les patins à roulettes (à faire et à refaire, mais pas forcément dans cet ordre) !

Autre dossier, thématique différente : nos amateurs de voitures ont souhaité vous partager quelques infos concernant l'avenir électrique des automobiles. Nous vous avons donc fait un petit topo sur les réglementations qui se mettent en place et les avantages dont vous pouvez bénéficier en acquérant un véhicule hybride ou électrique, aujourd'hui et d'ici quelque temps.

Ce mois-ci, nous vous emmenons dans la commune - assez méconnue mais fort accueillante - de Bertrix, à la rencontre des commerces locaux et des concitoyens. Le bourgmestre vous partage en outre les projets actuels et futurs prévus sur le territoire.

Nous zoomons ensuite sur le DJ de l'été et les initiatives de deux associations au grand coeur. Lecture recommandée en cas de coup de mou ! Autre bonne nouvelle qui sent bon la liberté : nous avons repris les reportages photos lors d'événements à Habay et à Breuvanne. Alors, y étiez-vous ?

Pour la note finale, emmenez votre magazine où vous voulez... Et profitez-en pour jouer à nos jeux ou pour lire nos brèves découvertes culturelles & technologiques ! On vous a dégoté un produit pour vous détendre, une appli pour vos bons souvenirs, le bouquin du moment (qui s'écrit plus qu'il ne se lit...) et un film en l'honneur des papas.

Nous vous souhaitons un bel été !

Nouveau à Arlon : boutique bio dédiée hygiène & cosmétiques

1 juillet 2021

Vanessa Bertrand fait partie de ces nombreux parents qui s'intéressent de plus en plus aux produits bio et ce, principalement dans l'intérêt de leurs enfants. Une tendance inscrite dans l'air du temps... Comme eux, elle est partie en quête de produits sans composante nocive pour la santé de ces petits bouts... Elle s'est ainsi aperçue des difficultés que l'on peut rencontrer quand on a besoin de produits bio spécifiques, d'hygiène (langes, etc.) ou même de cosmétiques. C'est ce qui a motivé cette travailleuse arlonaise à ouvrir une boutique spécialisée dans le chef-lieu.

L'histoire d'un constat

Coiffeuse de plus de 25 ans d'expérience et gérante de deux salons, elle s'est retrouvée à l'arrêt pendant des mois, à l'instar de ses pairs et de ses équipes... Il n'en fallait pas plus pour inspirer cette consommatrice de produits naturels à se pencher sur une activité qui répondrait pleinement à ses besoins et à ceux de nombreuses autres personnes.

Chez nous, quel parent n'a pas été confronté à la difficulté de trouver des linges qui soient à la fois bons pour la peau et à la taille de son bébé ? Quelle femme ne s'est pas retrouvée en manque de protections intimes au moment fatidique ? Qui n'a pas fait plusieurs magasins de la région à la recherche de cosmétiques, produits de soins ou d'hygiène particuliers ?

Les personnes à la peau sensible, les végétariens et les amoureux de la nature le savent : ce n'est pas toujours simple de trouver ce qu'il leur faut... Combiné à ce constat, le confinement a joué le rôle d'élément déclencheur dans un nouveau défi.

Une large gamme & du conseil

C'est en connaissance de cause que Vanessa s'est alors lancée et a ouvert une boutique entièrement dédiée aux produits d'hygiène et aux cosmétiques labellisés bio et Ecocert. Ouvert depuis le 1er juillet à Arlon, Nature et Moi convient pour toute la famille, des nouveaux-nés aux adultes seniors.

L'entrepreneuse motivée a sélectionné une série de produits sur base de son expérience personnelle, des produits qu'on ne trouve pas facilement dans la région, mais aussi en fonction de leur prix – abordable – et de leur provenance. Elle a ainsi choisi des marques belges et françaises qui prônent la qualité à la quantité, ainsi que des gammes véganes et solides.

Dans cette nouvelle boutique, vous êtes accueilli(e)s par du personnel formé, présent pour vous fournir un conseil personnalisé, tant en matière d'hygiène (langes, serviettes, culottes menstruelles, etc.) que de cosmétiques (maquillage, soins, shampoings, laits solaires, etc.).

Nature Et Moi – [Facebook](#)

Style & savoir-faire pour vos finitions avec Benoli Design

1 juillet 2021

C'est avec un goût prononcé pour les revêtements haut de gamme et un style tendance que se démarque Benoli Design : peintures particulières, stucs divers et variés, papiers peints 3D, stickers aux motifs végétaux, panneaux muraux en relief, carrelages grands formats à effet marbré, stores enrouleurs imprimés... sont autant d'options disponibles pour vos projets. Forts d'une expérience de plus de 30 ans dans le domaine de la rénovation, Bernard et Reinold Van Leeuwen - CEO & project managers de l'entreprise – vous aiguillent dans vos choix de décoration et de finitions intérieures. Un conseil sur mesure selon vos desideratas et les caractéristiques de vos pièces de vie qui s'accompagne d'une pose réalisée avec la minutie et le savoir-faire technique de leur équipe. Benoli Design est votre partenaire pour vos finitions et votre décoration d'intérieur au Grand-Duché de Luxembourg et en province de Luxembourg...

Votre partenaire de décoration intérieure

Spécialisée dans la décoration intérieure et les finitions haut de gamme, l'entreprise Benoli Design s'attache à vous proposer des revêtements de murs et de sols qui apporteront la touche que vous souhaitez pour vos pièces de vie. Élégance, raffinement, exotisme ou simplicité : vous pouvez choisir le style qui vous plaît, parmi de nombreux matériaux modernes et une multitude de couleurs ou motifs disponibles.

Grâce à leur solide expérience en matière de rénovation, Bernard et Reinold Van Leeuwen vous conseilleront avec plaisir dans vos projets de décoration intérieure. Ils veilleront également à penser chaque détail pour vous assurer d'un résultat optimal qui dépasse vos attentes. Quant à leur équipe d'ouvriers techniques, les deux gérants sont fiers de la minutie et de l'excellence dont ils font preuve lors de la pose de vos revêtements.

"Nous garantissons la minutie et la qualité de finitions haut de gamme." - Reinold et Bernard Van Leeuwen

Des revêtements à la fois tendance & haut de gamme

Benoli Design, c'est plus qu'une entreprise de finitions. C'est un style particulier, à la pointe de la mode en matière de décoration intérieure... et toujours la plus haute qualité de produits. Selon les spécificités des espaces de vie que vous souhaitez décorer, les deux gérants peuvent vous proposer un grand choix de revêtements haut de gamme : peintures classiques ou écologiques et naturelles, stucs, carrelages grands formats, stickers imprimés, papiers peints 3D ou grands formats, panneaux muraux décoratifs et autres revêtements de sols ou de murs, ainsi que des stores enrouleurs imprimés.

La tendance actuelle ? Vous la reconnaîtrez aux imprimés végétaux, floraux ou d'animaux sauvages. À côté des lions, girafes et grandes fleurs, les tons pastels, verdâtre et légèrement ocre ont la cote. Et si vous préférez quelque chose de plus sobre, l'effet marbré des carrelages grands formats et leurs multiples teintes pourront certainement vous plaire !

Les conseils des experts

En matière de finitions et de décoration intérieure, Bernard et Reinold Van Leeuwen vous recommandent, comme à tous leurs clients, de privilégier la simplicité et les touches ponctuelles lorsque vous ajoutez des revêtements colorés dans une pièce. La couleur, c'est un choix important. C'est ce qui détermine les impressions quand vous vous tenez dans une pièce. Les accorder entre elles et éviter d'en faire trop, c'est donc la clé pour un bel équilibre.

Il n'est pas nécessaire de peindre une pièce entière, car cela peut donner une sensation d'étouffement, et même créer un effet d'un autre temps... Si vous ne savez pas sur quels murs privilégier des motifs ou de la peinture, les managers de Benoli Design préconisent de choisir plutôt celui qui se trouvera du côté du miroir et du petit meuble dans votre hall d'entrée, ou celui derrière la télévision dans votre salon.

Enfin, ils précisent : « *Prenez également en considération les meubles de vos lieux de vie à décorer, afin de vous assurer de l'harmonie de l'ensemble.* »

Benoli Design

www.benoli-design.com

Dossier : Terrasses & activités extérieures

1 juillet 2021

BON, À PART SQUATTER LES TERRASSES, ON PEUT FAIRE QUOI ?

Voilà, ça y est, on réouvre (presque) tout ! On peut se remettre à faire toute une série d'activités en extérieur et ça fait plaisir ! Malheureusement, les conditions ne permettent pas à un certain nombre d'événements majeurs de s'organiser de manière adaptée pour cet été. Cependant, on compte bien profiter de l'extérieur tant qu'on peut ! Alors, mis à part l'habituelle balade en forêt et le jardinage tout sage, voici une liste non-exhaustive de chouettes activités extérieures à faire et à refaire.

Que faire dehors ?

L'été est là. Ça sent le barbecue quasi tous les soirs. Les photos d'apéro sont de retour sur les réseaux... Les plus chanceux paradent dans leur piscine creusée, leur jacuzzi ou leur bain à bulles. Nous sommes contents pour eux.

Mais que peut-on faire d'autres ? Oubliez le jardinage et la lecture... Les choses simples, c'est bien, mais ça n'a pas besoin d'être l'activité de l'année. La promenade, la cueillette, la chasse, la pêche, etc., c'est gai. L'été dernier, vous aviez peut-être découvert quelques endroits magiques, un zoo, une ferme, une vallée... Les plus inventifs ont sûrement créé un labyrinthe ou un parcours d'obstacles dans leur jardin.

Et pour cette année ? Du kayak, pardi ! Les amateurs de sport et d'adrénaline y préféreront sûrement l'escalade, le ping-pong, le paintball ou la spéléologie... Mais si vous cherchez une activité plus soft, nous vous conseillons le mölkky, le minigolf ou la pétanque. Sinon, les patins à roulettes reviennent à la mode ! Depuis quelques mois aussi, l'escape game urbain s'est invité à Arlon, Luxembourg et Durbuy. Si vous aimez les chasses aux trésors et les énigmes, le géocaching reste une option. Et s'il fait moche, il y a toujours le lancer de haches et les rage rooms qui font fureur en indoor !

Surtout profiter des terrasses...

Forcément, après tout ça, on s'hydrate. Heureusement, les restaurants et les cafetiers ont enfin réouvert, et vous avez l'embarras du choix entre intérieur et extérieur...

Saviez-vous que participer à un repas convivial est bon pour le cœur et la santé ? Un remède idéal, donc, en cette situation pandémique qui nous isole tous depuis trop longtemps !

Bref, en réservant votre table, vous pouvez déjà sentir cette odeur de liberté de manger/boire où vous le souhaitez. Vu qu'on est tous restés confinés toute l'année, la vue sera belle quoiqu'il arrive, qu'elle donne sur un cadre naturel, urbain ou sur un intérieur décoré avec style. En salle ou en terrasse, votre assiette sera certainement merveilleuse !

Découvrez dans les pages du magazine papier quelques endroits de la région qui vous accueillent avec plaisir pour une détente et un moment gourmand inégalable.

Dossier automobile : les avantages & la législation de l'hybride et de l'électrique

1 juillet 2021

S'il y a bien un domaine qui poursuit une innovation constante ces dernières années, c'est l'automobile. Les constructeurs ont une vision long terme plutôt aboutie pour les véhicules de notre futur quotidien. Ajoutez à cela les nouvelles réglementations qui luttent contre la pollution atmosphérique et vous pouvez être sûr(e)s que vos habitudes de conduite seront bousculées. Parlons-en.

Quelle est la situation actuelle ?

On le voit déjà aujourd'hui, certains véhicules (diesel antérieurs à 2006 et essence d'avant 1991) ne peuvent plus accéder à Bruxelles, entre autres zones basses émissions (en vigueur depuis 2020). En Wallonie, la fin définitive du diesel est même annoncée progressivement et pour effet d'ici 2030. Cette situation amène beaucoup de personnes à envisager de passer à l'électrique rapidement... D'ailleurs, ces véhicules - électriques ou hybrides - intéressent beaucoup de personnes pour leur bon bilan carbone (bien que l'avis général à ce sujet reste nuancé). Néanmoins, le coût élevé à l'achat des véhicules électriques ou hybrides en freine plus d'un : entre la voiture elle-même, sa borne de recharge et son utilisation, les montants peuvent avoisiner les 35 000 à 50 000€, selon les marques.

Alors, est-ce vraiment une bonne idée de se lancer ? Première bonne nouvelle : la consommation électrique moyenne serait d'environ 3€ au 100km. Ce n'est donc pas seulement une bonne affaire pour les détenteurs de panneaux solaires. Ensuite, les moteurs électriques ne nécessitent pas d'entretien, ce qui limite les frais réguliers. Un autre point intéressant est que la valeur de revente de ce type de véhicule s'est nettement améliorée par rapport à celle des premiers. Et vous pouvez être déduit fiscalement si vous installez une borne de recharge, à domicile ou au bureau, entre septembre 2021 et août 2024.

À quoi s'attendre pour l'avenir ?

Certains constructeurs annoncent déjà des coûts de production, d'achat et d'utilisation plus compétitifs qu'aujourd'hui dans les prochaines années. Les batteries devraient voir leur rentabilité s'améliorer également. L'autonomie devrait ainsi doubler, assurant des distances de 500 km, au lieu des 250 km, selon la conduite, le type de véhicule et les conditions météo. D'ici 2026, la déduction fiscale pour les véhicules "sans émission carbone" sera à 100%, pour les privés et les sociétés, mais sera dégressive au fil des ans.

VOS AVANTAGES

De quels avantages bénéficiez-vous en acquérant une voiture électrique ou hybride en Belgique ou au Luxembourg ?

- Déductibilité fiscale en Belgique (dégressive) et au Luxembourg
- Prime à l'achat pour tout véhicule immatriculé au Luxembourg (8 000€)
- Réduction sur votre contrat d'assurance
- Déplacements permis en zones basses émissions
- Faible émission de CO2 et particules fines

- Faible pollution auditive
- Faible coût de consommation
- Faibles taxes de (mise en) circulation

Intéressé(e) ? Retrouvez différents véhicules – full électrique, hybride et plug-in hybride – dans les pages qui suivent.

Le livre du mois : Le Coeur sur la Table

31 mai 2021

“Parce que s’aimer est l’une des façons de faire la révolution.”

C’est ainsi que s’annonce ce livre audio. Après “[Les Couilles sur la Table](#)”, Victoire Tuillon enquête sur nos relations amoureuses et notre façon d’aimer aujourd’hui. Qui a dit que l’amour ne pouvait avoir lieu que sous une forme précise ? Que retenir des histoires qu’on nous raconte ? Que penser des couples, des divorcés, des co-parentalités, du plan cul, de l’union libre... ?

À travers chaque épisode produit par [Binge Audio](#), elle parle de nos pratiques amoureuses, romantiques ou non, et s’interroge sur de nouvelles considérations en amour. Voilà une écoute pleine de sens aux accents un peu révolutionnaires (quoique... on est en 2021 !). Les podcasts sont en cours de diffusion et la version livre papier n’a pas encore de date de sortie... mais tu peux d’ores et déjà découvrir les 5 premiers épisodes sur Spotify et d’autres plateformes !

L’avis de la rédaction :

Une écoute vraiment inspirante ! À la fois faciles à écouter et riches de ses sujets, les podcasts du [Coeur sur la Table](#) sont clairement en phase avec les interrogations de notre ère. Dans l’équipe, on a adoré la façon dont Victoire et ses collaborateurs/trices remettent en question notre façon de voir les couples, le célibat, l’hétérosexualité, l’homosexualité mais aussi les stéréotypes autour du sexe, du plaisir, du genre, de la violence et de choix de vie en matière d’amour... Elles apportent d’une manière rafraîchissante un éclairage nouveau et des points de vue très différents de “la norme” que la société nous apprend depuis notre plus jeune âge. Pour nous, il y a vraiment de quoi révolutionner un peu notre vision du romantisme ! Si tu aimes défier les étiquettes, que ce soit en amour ou dans d’autres domaines de la vie, on te recommande vivement cette “lecture” audio !

[Cela t’intrigue ? Écoute la bande annonce Le Coeur sur la Table.](#)

Le livre du mois : Une Vie à Inventer

3 mai 2021

L'incroyable leçon de vie de la première Française bionique

Cette histoire pourrait être triste car tout part d'un événement dramatique, mais elle révèle en vérité une expérience inspirante et une véritable leçon de vie pour certains !

C'est une partie de la vie de Priscille Deborah que raconte ce livre : une jeune maman de 31 ans, cadre brillante dans l'audiovisuel, qui a « tout pour être heureuse » mais qui souffre d'une profonde dépression. Son histoire débute lorsqu'elle survit à sa tentative de suicide en 2006 : elle a perdu ses jambes et son bras droit... Pourtant, c'est dans son handicap qu'elle a peu à peu repris goût à la vie.

En faisant face à ce qu'elle a perdu, elle décide de refaire sa vie et réaliser ses rêves: devenir artiste peintre et pratiquer divers sports, tels que la natation, la plongée, le ski ou l'équitation.

Preuve vivante qu'il est toujours temps de vivre ses rêves, Priscille montre qu'en redonnant du sens à sa vie et avec beaucoup de détermination, de rééducation et de temps, on peut devenir qui on veut, même la première femme bionique de France. Car oui, en 2020, cette personne inspirante est capable de contrôler sa prothèse de bras droit par la pensée... comme si elle avait un super pouvoir qui lui permettait de revivre « normalement ».

[Priscille Deborah, la première femme bionique de France en interview vidéo !](#)

Gilliane s'expose à la Spuerkeess et en 3D !

1 mars 2021

Son thème de prédilection, c'est la femme. Cette artiste d'exception parvient à transposer une vibration dans ses tableaux, à créer un véritable ressenti et même faire passer un message, à travers l'expression d'un visage en portrait ou la posture d'un corps. Gilliane Warzée y incarne les émotions et caractères avec une habileté extraordinaire. Plus que jamais, l'artiste peintre & infirmière de Rulles poursuit ses deux passions en parallèle, se donnant à fond dans chaque métier.

Depuis quelques mois, elle est passée de sa cave à un atelier à Houdemont, qu'elle a rénové avec son mari. Elle a sorti un livre en septembre, édité en 250 exemplaires et qui reprend toute une série de peintures... L'incroyable portraitiste continue sur sa belle lancée avec une exposition – actuellement en cours – à la galerie d'Art Contemporain « Am Tunnel » de la Spuerkeess de Luxembourg. Accessible sur invitation (en visite privée de 4 personnes) et disponible sous forme de visite virtuelle 3D, cet événement rassemble une centaine de ses toiles, grands formats colorés qui font sa renommée au niveau international depuis plusieurs années !

[Visite l'exposition en 3D virtuellement par ici !](#)

Visite de l'exposition "Immersion" avec Gilliane Warzée à la galerie Am Tunnel dans le respect des règles sanitaires [en réservant par ici !](#)

P.S.: les visites privées seront toujours possibles en juillet et en août !!

Le portrait du mois : Anthony Gourdange

5 avril 2021

À 28 ans, cet entrepreneur déterminé a de quoi inspirer ! Si vous êtes du coin, vous connaissez sûrement ce Florenvillois, amateur de challenges, ou son entreprise... Lève-tôt, il n'a pas peur de rêver grand, gardant en mémoire le conseil d'un chef d'entreprise d'expérience : « L'impossible prend juste un peu plus de temps... ». Avec de tel slogan, ce n'est pas étonnant de le voir poursuivre un de ses rêves de gosse - devenir pilote - tout en développant son entreprise !

Serein face à la rivalité, Anthony est ouvert à l'idée d'aider des jeunes entrepreneurs qui se lancent car il y a de la place pour tout le monde sur le marché et si la chance tourne pour lui, c'est normal de rendre la pareille...

Passionné d'aviation, de plongée et de VTT, le Gaumais aime passer ses week-ends en famille ou entre amis. Grand épicurien, il adore déguster de bons petits plats issus des cuisines du monde et se faire des city-trips en sac à dos à la découverte de cultures locales. Pour lui, il n'y a de rien de mieux que se balader dans des ruelles pleines d'authenticité, s'arrêter dans un petit resto où le jambon sèche devant la porte, s'asseoir sur un tonneau en guise de tabouret, manger des produits frais accompagnés d'un bon verre de vin d'un producteur local. Même passer une seule journée et profiter d'un marché de Noël local, c'est splendide. Ce citoyen du monde a ainsi visité quelques villes sympas : Rome, Barcelone, Lisbonne, Budapest... Sa prochaine destination ? L'Islande, ses paysages et ses aurores boréales !

Côté ciné, ce qui le touche, ce sont les films tirés de la vie réelle, les séries riches en suspense ou les reportages... tandis que, dans ses goûts musicaux, il est plutôt éclectique.

Anthony Gourdange, directeur.

Ovalux

Loïc rêve de retrouver une vie sans douleur

24 février 2021

Atteint de la maladie de Lyme chronique depuis ses 16 ans, Loïc Blaise vit l'enfer de cette pathologie invisible. Il fait partie des 20% de personnes atteintes de la forme chronique qui ont du mal à guérir... Bien entendu, il rêve d'une autre vie, celle de Monsieur Tout-le-Monde, une vie normale sans douleur : rien que ça, pour lui, ce serait la liberté ! Aujourd'hui, il voit la lumière apparaître au bout du tunnel avec un traitement prometteur aux États-Unis. Seul couac : les frais. Le jeune homme de Chenois fait donc appel à votre solidarité, espérant pouvoir s'y rendre d'ici juin.

Un diagnostic tardif pour la maladie

Tout a commencé il y a dix ans : Loïc Blaise a commencé à souffrir de problèmes d'hypertension, de troubles digestifs, d'hypersudations, de douleurs 'voyageuses' de plus en plus présentes et violentes. Ce fut progressivement impossible de faire de l'athlétisme, du karaté, du ping pong... Ce changement a été difficile à supporter moralement et physiquement pour l'adolescent sportif, sans parler de certaines personnes qui avaient du mal à le comprendre, pensant que ses souffrances étaient dans sa tête, qu'il était hypocondriaque ou juste fainéant. Pourtant, ce n'est pas parce que le jeune Gaumais se tient debout et sourit que cela veut dire qu'il n'a rien. Il y a encore deux ans, il parvenait encore à faire un peu de vélo... mais aujourd'hui, il confie « À l'intérieur de mon corps, j'ai l'impression d'avoir 80 ans. »

Longtemps, Loïc et ses parents ont cherché à savoir ce qu'il avait et c'est seulement il y a peu qu'il a été diagnostiqué : il a la maladie de Lyme. Dans ses difficultés, il a trouvé une communauté de personnes également atteintes : ils discutent, se comprennent, s'entraident, combattent ainsi l'isolement et la marginalisation sociale dans lesquels la pathologie les a peu à peu poussés. Mais c'est une piètre consolation face aux douleurs et souffrances de la maladie.

Une possible rémission

Aidé par ses parents, il a vu de nombreux médecins et spécialistes, testé des traitements de tous domaines... mais il fait partie des rares lymés qui ne guérissent pas avec les traitements européens. C'est pour cette raison qu'il s'est tourné vers une solution expérimentale très prometteuse, disponible grâce à une clinique spécialisée dans ce type de pathologies. Le problème est que cette clinique se situe aux USA, ce qui implique des frais extrêmement élevés pour s'y rendre, rester sur place et se faire soigner : rien que le traitement coûte plus de 10 000 €. C'est le seul centre médical spécialisé qui obtient des résultats véritablement encourageants face à des maladies chroniques. La solution est encore peu connue, c'est la phagothérapie. S'il peut se rendre dans cette clinique (Biologix Center For Optimum Health) dans le Tennessee, il a de grandes chances de guérir !

Il souhaite toujours agir

Ce qu'il a vécu, Loïc ne le souhaite vraiment à personne. Et c'est pourquoi il s'active autant qu'il peut avec ses proches et d'autres lymés pour faire (re)connaître davantage la maladie. Sensibiliser davantage les gens est la seule solution pour prévenir cette pathologie silencieuse aux symptômes complexes. Une fois atteint, il peut en témoigner, le parcours est long avant de pouvoir retrouver une vie normale. Des milliers de personnes sont atteintes de la maladie en Belgique, et dans 80% des cas, les lymés guérissent avec quelques mois d'antibiotiques. Mais pour les autres, les années peuvent passer, la maladie prend de l'ampleur et le découragement s'installe de manière sournoise... C'est ce qui le pousse à en parler autour de lui, à rester en contact avec d'autres lymés, à tenter de toucher les

gens via divers médias. Quelques projets sont également en cours de préparation dans ce but : il y aura de la musique, de l'artisanat, alors gardez les yeux ouverts.

Le jeune Gaumais a des rêves

Il compte écrire un livre sur son parcours, dans l'espoir d'aider ceux qui peuvent l'être et contribuer à sensibiliser le monde. Mais ça, ce sera quand il ira enfin mieux ! En attendant, c'est difficile pour le jeune homme de 25 ans de se projeter dans un avenir personnel ou professionnel... Il termine pour le moment tant bien que mal ses stages, tentant d'obtenir son diplôme d'éducateur spécialisé, même si sa santé et le système éducatif lui mettent des bâtons dans les roues. La vie lui aura, à coup sûr, donné le moyen de comprendre les élèves qu'il pourrait encadrer. Le courageux Chenoisien aimerait aussi plus que tout refaire du sport, ne fut-ce que de « simples » courses à pied. Il rêve encore : vivre dans une tiny house, voyager à travers le monde et surtout re-vivre normalement, sans douleur ! Le moins qu'on puisse dire, c'est qu'il ne demande vraiment pas la lune.

Vous pouvez l'aider !

Il y a peu, il a fait appel à des dons pour financer toute une série de tests et traitements, selon ce qui est possible de faire en Belgique pour soigner la maladie de Lyme. Si c'est loin d'être suffisant pour le guérir, il est véritablement reconnaissant des personnes qui l'ont déjà soutenu et qui continuent à le soutenir ! Aujourd'hui, Loïc croit pouvoir bientôt toucher son rêve du bout des doigts grâce au traitement de phagothérapie, au Tennessee... mais pour cela, il a à nouveau besoin de votre soutien à tous. « Si vous ne savez mettre que 2€, c'est déjà bien, et si vous ne savez rien mettre, partagez. » explique-t-il, un peu gêné, dans sa vidéo. Si tout se passe bien, Loïc pourra partir avec deux autres personnes diagnostiquées, Alexis (24 ans) et Louise (33 ans) pour se faire soigner là-bas. Il ajoute : « Je vais montrer aux donateurs ce que je fais de leur argent via les réseaux sociaux, partager mon expérience dans la clinique, pour les autres lymés. »

Suivez-le sur Facebook et Instagram @Loïc vs Lyme !

Donc si vous souhaitez contribuer, toutes les informations se trouvent sur la page de la cagnotte participative CotizUp <https://www.cotizup.com/solidarite-loic> !

D'autres initiatives sont lancées

Les élèves de la mini-entreprise P.E.R.L.E. de Pierrard ont lancé une vente de produits tels que des sprays hydroalcooliques et des boîtes de rangement pour masque afin de le soutenir dans son combat contre la maladie de Lyme. N'hésitez pas à les contacter pour prendre soin de votre santé, soutenir ces jeunes et aider Loïc.

Plus d'articles disponibles sur le site web du magazine.

Je vous invite également à jeter un œil aux interviews réalisées, notamment celle d'un artiste libramontois qui parle de sa passion en tant qu'artiste, mais aussi de son expérience du covid et des manifestations Still Standing for Culture en Belgique.

<https://www.inside-magazine.lu/interview-artiste-still-standing-for-culture-quentin-chaveriat/>

Chronique d'une Sans Emploi Fixe - L'Info de la Région

Découvrez les épisodes de ma chronique dans le journal L'Info de la Région et sur mon site web : <https://helenedeom.blog/category/chronique-dune-sans-emploi-fixe/>.

Quelques exemples :

Être intérimaire, archéologue et journaliste... : ces expériences professionnelles qui ont façonné ma vie...

Semaine 11

Je suis assise à mon bureau, songeuse. Mon ordinateur fait une mise à jour et j'en profite pour me pencher sur la demande d'un de mes collègues : partager des extraits de vie sous forme de chronique pour notre journal.

Je ne peux m'empêcher de penser au livre que j'ai commencé à écrire il y a quelques temps et que je pensais finir l'an dernier (autant dire que je n'ai pas été aussi productive que je l'espérais...). Cette chronique pourrait être une belle façon d'avancer dessus en vous racontant quelques-unes de mes anecdotes, qui sait ?! Bon, de quoi parle ce livre ? De ma carrière... Enfin, de ce qui se nomme "carrière" mais qui correspond davantage à une succession d'expériences professionnelles variées, glanées en 6-7 ans dans divers secteurs d'activité... Tour à tour, je suis devenue mon propre patron, intérimaire ou salariée puis à nouveau freelance : archéo-anthropologue, scientifique, vendeuse de charcuterie, coordinatrice de projets, inventorisatrice, réassortisseuse, préparatrice de commandes... Le moins qu'on puisse dire, c'est que j'ai développé une certaine flexibilité en passant d'un job à l'autre. Et vous savez quoi ? Je ne regrette rien.

Alors, nous y voilà. Pendant que mon ordinateur redémarre, je repense à chacune de ces activités et chaque personne que j'ai rencontrée grâce à cela. Ces moments passés sur terrain avec l'équipe archéologique de la province... fouillant des sarcophages mérovingiens dans le jardin d'un jeune couple qui construisait sa maison à Saint-Léger (si vous n'avez pas suivi l'actu à l'époque : oui, nous avons retrouvé des squelettes).

J'ai également fait de belles rencontres en bossant comme réassortisseuse intérimaire dans un supermarché de Messancy : des personnes joviales qui apprécient leur métier...

Et que dire de l'entraide et de l'apprentissage dont j'ai bénéficié à chaque étape de mon activité freelance ?! De ma conseillère Smart à mes contacts pros en entrepreneuriat ou en conseil beauté, de nombreuses personnes m'ont boostée peu ou prou dans ma vie pro. Sans parler des commerçants, artistes et assoc' de chez nous, motivés et inspirants, que j'ai pu interviewés... quels exemples de force !

La suite au prochain épisode...

Mes premières fois dans chaque job

Semaine 12

Il est midi. La faim commence à se faire sentir. Mon estomac gargouille, comme pour confirmer. En me levant, je jette un œil par la fenêtre : il fait beau. J'en profiterais bien pour prendre l'air. Alors que certains de mes collègues vont courir, les stagiaires m'accompagnent. En marchant, on parle de nos expériences professionnelles, de nos apprentissages et je me remémore mes premières fois à chacun des postes que j'ai occupés...

Adolescente, j'ai découvert le monde du travail dans une bibliothèque, sous la supervision de ma mère. Je crois que je lui dois beaucoup, d'ailleurs : une certaine exigence dans la qualité de mon travail, la persévérance pour bien comprendre ce qu'on me demande... et surtout, cette aptitude à aborder les tâches répétitives avec enthousiasme et rigueur. Je ne vous cache pas que c'est très pratique pour les anthropologues et rédacteurs...

Les filles me parlent de la façon dont leur maître de stage leur donne du travail. L'autonomie avec laquelle elles apprennent à jongler entre les tâches qu'elles réalisent, les repères qu'elles ont et le feedback qui arrive. Cela me rappelle ce stage où je devais inventorier des ossements issus de fouilles archéologiques. J'avais eu un cours sur le sujet, mes bouquins à portée de main, des squelettes de référence et une anthropologue à qui poser des questions en cas de doute... Mais avec peu de feedback, une partie de moi ne pouvait s'empêcher de douter. Faisais-je n'importe quoi malgré mes efforts ? Et la correction tombait : en fait, non, c'était nickel.

Et puis, il y a toutes les fois où j'ai entrepris des tâches que je n'avais jamais réalisées auparavant et pour lesquelles je n'ai pas vraiment été formée : réassortir des produits en rayons, déplacer des palettes, les placer en avant pour un beau *facing*, vérifier les dates, garder l'alignement avec les codes barres, mettre en forme des boîtes, compter des produits et les mettre dans les cartons *ad hoc*, coller des étiquettes sur leurs emballages, estimer le poids du boudin avant de le peser, couper des tranches de jambon au poids ou à l'épaisseur que le client désire, emballer la marchandise de manière rapide, efficace et propre... Tout cela, je l'ai appris sur le tas. Quelle expérience ! Merci l'intérim.

La suite au prochain épisode...

Vivre un confinement en freelance et avec une bonne étoile

Semaine 13

24 mars 2021. Un an et quelques jours après le tout premier confinement. Conseil National de Sécurité. Aujourd'hui, on connaît trop ce que cela signifie. Et on préférerait oublier.

J'aimerais ne pas y penser... Mon coeur se déchire à l'idée que des milliers de passionnés doivent à nouveau suspendre leur activité professionnelle parce que le gouvernement l'a décidé.

Je me souviens, l'an dernier, à l'annonce du confinement, il y avait un mélange de peur, d'inconnu et de nouveauté qui se dégageait. Et on trouvait un peu de réconfort dans l'idée que c'était un repos - forcé certes mais - éphémère... avant de reprendre de plus belle et de profiter. La bonne blague.

Le pire, je crois que c'est de ne pas savoir comment les choses vont évoluer... Comment fait-on pour payer nos factures ? Comment faire face à ce stress financier que beaucoup d'indépendants connaissent déjà trop bien ? C'était pourtant plus facile de rester optimiste à ce moment-là (parce que positif, à présent, c'est mal vu...).

À l'époque, j'étais rédactrice & archéo-anthropologue en freelance. J'ai terminé une mission pour les archéologues en télétravail (vive les rapports) et poursuivi ma rédaction d'articles par téléphone et par mail. C'était mes dernières lignes pour le Proximag, d'ailleurs. Puis, je n'avais plus rien.

Au début, j'en ai profité pour revoir ma communication et me former à de nouveaux horizons (des cosmétiques livrés à la maison...). Sur le conseil d'une personne pleine de ressources, je me suis mise à rédiger des portraits pour les artistes, artisans, entrepreneurs, coachs et autres passionnés... Et même si je me levais tous les matins en me demandant combien de temps j'arriverais à tenir financièrement dans cette situation, je ne pouvais pas m'empêcher d'aider le plus possible mes ami(e)s et connaissances à développer leur comm', faire connaître leur activité pro ou à se détendre...

Quelques semaines plus tard, j'ai décroché un emploi qui me permet d'écrire pour vous et qui me plaît énormément.

Hier, j'ai interviewé une personne qui m'a confiée avoir une bonne étoile. Et je dois dire que, parfois, moi aussi j'ai l'impression d'avoir une bonne étoile. Si seulement, on pouvait la partager avec les autres...

La suite au prochain épisode...

Quand ton job n'est pas si rose ou que tu es harcelé au boulot

Semaine 16

Ce midi, nous avons parlé de nos précédentes expériences professionnelles avec les collègues. Certains ont vécu de ces situations rocamboliques...! C'est hallucinant. Les uns ont confié avoir travaillé pour des sociétés qui vendent un peu de tout... Les autres ont rencontré des patrons qui sont loin d'être roses... Quand on apprend cela, on chérit toutes les expériences "sans histoire" !

Je ne peux m'empêcher de repenser aussi aux situations de plusieurs de mes proches et amis qui ont vécu des moments très durs dans leur profession. Des personnes les ont submergés de travail, sans mesure ni planning approprié, les ont critiqués à n'en plus finir, sans fondement ni raison, les ont bafoués, diffamés... Et tout cela venait de personnes qui n'avaient pas les moyens de juger correctement la qualité de leur travail !

Cela m'est aussi arrivé de croiser de telles personnes, bien sûr. Et puisque cette chronique n'a pas pour but de casser du sucre sur des humains ou d'entacher la réputation d'entreprises, je resterai vague volontairement. Mais cela fait partie des expériences professionnelles et c'est normal d'en parler. Peu importe leur secteur d'activité au final, cela arrive partout. Associations ou sociétés privées, personne n'est vraiment à l'abri de vivre ce genre d'expériences. Tout le monde peut rencontrer ce type de comportements dévalorisants, démoralisants, voire impardonnables... Et face à une telle violence verbale, nous sommes encore souvent fort démunis. Mais le but est de mettre en lumière un problème de respect qui se pose, non ?!

Moi-même, un jour, je me suis retrouvée dans une situation où mon travail n'était pas jugé à sa juste valeur. En plus, j'étais quasi certaine que mon employeur de l'époque était en burn-out. Je me suis posée mille questions. Devais-je le dire ? Est-ce que cela a altéré sa perception de mes efforts ? Cela n'excusait pas, bien sûr, le manque de reconnaissance de mon travail. Je pensais d'ailleurs que c'était justifié d'être réactive dès que la situation ne me convenait pas. Mais était-ce la bonne solution ? Ai-je joué un rôle accablant dans son état d'esprit ? A-t-elle été libérée d'un poids une fois que je suis partie ? Pourtant, j'ai apprécié les échanges créatifs et un peu fous que nous pouvions avoir lors de certaines tâches et je serai toujours reconnaissante qu'elle m'ait donnée ma chance. Mais y avait-il d'autres réactions possibles de ma part face à ce jugement et cette incompréhension de tout le travail que je fournissais pour elle ? Vous l'aurez compris, il n'y avait pas d'atomes crochus, en définitive. Et je suis soulagée de ne pas avoir été confrontée à pire en freelance... Car combiné à l'instabilité, les problèmes d'affinité ou le harcèlement sont certainement bien plus difficiles à gérer. Les impressions de rejet ou d'inutilité sont déjà fort fréquentes entre chaque mission... C'est vraiment complexe, même avec la passion !

Honnêtement, j'admire ces personnes qui ont fait l'objet de harcèlement, qui tiennent bon et apprennent à se reconstruire.

Avec le recul, je comprends que tout cela constitue une excellente raison pour tous les adultes avec un peu d'expérience de nous rabâcher le fameux "Quoi que tu fasses, fais ce que tu aimes..." ! Merci à eux. La suite au prochain épisode...

Artistes, archéologues, acteurs culturels ou chômeurs... un synonyme aujourd'hui ?

Semaine 19

Aujourd'hui, je suis ravie. L'interview d'un artiste libramontois vient d'être publiée sur le site web d'Inside magazine. En la voyant publiée ainsi, je sens grandir en moi ce sentiment que c'est un partage important : pouvoir parler de sa passion pour le théâtre, de sa situation depuis le covid-19, mais surtout de pouvoir diffuser son combat pour les travailleurs de la culture et d'autres secteurs en difficulté... C'est un des premiers artistes qui s'est exposés pour interpeller et faire réfléchir les politiques sur leur gestion de la pandémie. Et il continue à le faire encore aujourd'hui. Il faut être réaliste, sans un vrai plan de relance économique, un secteur déjà fragile comme la culture va nécessairement perdre la plupart de ses richesses à cause de cet arrêt complet et forcé (qui sera peut-être suivi de nouvelles fermetures). Tel est son message en résumé...

Et je n'ai pas de difficulté à le comprendre. Ayant travaillé en archéologie et en anthropologie, je sais pertinemment bien que les moyens alloués à la culture sont peu élevés. Ce n'est pas pour rien qu'à l'heure actuelle en Wallonie, les anthropologues physiques n'ont plus droit qu'à des missions temporaires pour intervenir en archéologie... même s'il y a encore clairement des études qui pourraient être menées pour mieux connaître les civilisations du passé. Je ne sais pas précisément où va l'argent dont on aurait besoin pour développer un véritable département et contribuer de manière décente à faire avancer la science (quoique, j'ai ma petite idée...), mais elle n'est clairement pas dans la culture, ni du passé, ni du présent. L'archéologie belge, elle-même, fait régulièrement face à des difficultés : l'avancée des travaux privilégiée sur la récupération des données archéologiques, des finances serrées et une étiquette de perturbateurs de modernité qui lui colle à la peau (même quand les projets sont suspendus pour cause de pénurie de matériaux...).

En attendant, le résultat est le même partout : le chômage. Les chanceux ont droit à des allocations et les autres doivent faire leurs preuves... Ces passionnés sans emploi se voient alors attribuer l'étiquette (encore une) de « profiteurs du système ». J'y ai eu droit. Mais comment décrire une activité professionnelle qui prend ce chômage comme un plan de secours ? Aux yeux des banques, j'étais au chômage. Et en réalité, je courais partout : j'étais en mission intérim certaines heures de la journée et je complétais mes semaines en freelance en corrigeant des manuscrits pour des maisons d'édition ou en rédigeant des articles pour un journal, par exemple. Grâce à mon activité développée chez Smart, j'arrivais ainsi à payer mes factures sans dépendre de mes parents. Parce qu'à 26-28 ans, c'est mieux... Et les jours où je ne parvenais pas à avoir de mission, je touchais du chômage : un parachute doré ? Ou le reflet d'une société qui rejette l'instabilité au travail tout en la générant ?

L'ironie de cette histoire, c'est que j'ai toujours adoré découvrir de nouveaux métiers et ça a un côté gratifiant de se bouger autant, même pour gagner des clopinettes... puisque ces clopinettes me permettaient d'avoir mon propre chez-moi. Aujourd'hui, j'ai donc une pensée pour tous les artistes et acteurs culturels qui vivent cette situation instable et floue, aggravée depuis le covid.

Courage à vous !

La suite au prochain épisode...

L'air d'Italie qui m'a rappelé un job en charcuterie

Semaine 20

Ce midi, nous sommes en interview dans une petite épicerie spécialisée... Tel un guide italien, le gérant sicilien nous raconte l'origine de ses produits et sa passion pour la cuisine : la fiorentina, les arancini, le vin, l'huile d'olive, le café, la crème de pistaches... Il nous partage l'histoire de ses rencontres avec les producteurs et fournisseurs de son pays natal. Les petits maraîchers ou agriculteurs chez qui on lui a conseillé de s'arrêter sur le chemin quand il était de passage... Les producteurs qui proposent des incontournables pour les pizzerias napolitaines et autres restaurants italiens... Il nous parle aussi de ses fromages et de sa charcuterie : le parmesan qu'il laisse affiner plus de 30 mois chez lui, le saucisson à la truffe et ses saveurs en fines tranches...

Les odeurs, les produits, la machine à découper... Tout me replonge à l'époque où je bossais au rayon charcuterie et fromagerie. Avec mes collègues, nous servions les clients en jambons, saucissons, boudins, terrines, pâtés mais aussi en fromages variés. Le concept est simple : tout ce que le client veut, nous le découpons, le pesons, l'emballons et l'étiquetons... Bien entendu, le métier incluait bien plus que ça. En travaillant aux côtés des employées les plus expérimentées, j'ai remarqué qu'il y a moyen de bosser non-stop dans ce métier : remplir le rayon avec des produits sous-vides, préparer les étalages avec des produits déballés, vérifier les dates de chaque chose, faire l'inventaire de la marchandise et commander ce qu'il va bientôt manquer... sans parler de toutes les tâches en matière d'hygiène !

Mes semaines passées là-bas ont eu le mérite de me permettre de rencontrer des personnes bien sympas et de découvrir une facette de moi que je ne soupçonnais (une force proactive d'apprentissage et d'adaptation, si vous voulez tout savoir...).

Par contre, j'ai été surprise des différences de mentalités d'un client à l'autre. Bien sûr, il y a ceux qui acceptent tout (ou presque). Ceux qui veulent souvent plus - ou moins - que ce qu'on leur présente au fur et à mesure de la découpe ; mais tant qu'ils savent ce qu'ils veulent, tout va bien. Et puis, il y a les gens moins sympas, qui pensent que travailler derrière un comptoir de magasin veut dire qu'on est idiot, qu'on n'a pas de diplôme et qu'on est « bonne qu'à ça ». Je ne vous dis pas leur tête quand ils apprennent que certaines d'entre nous ont fait des études et ont à leur actif plus d'expériences professionnelles que ce qu'ils pourraient imaginer ! Qu'on soit bien d'accord, le diplôme ne rend pas les gens supérieurs. Mais ça a l'avantage de rabattre le caquet des gens fermés d'esprit. Une fois, la personne avait été tellement loin dans le manque de respect que c'était ça... ou on ne lui donnait pas son boudin.

Un autre petit « détail » du quotidien qui couronne l'expérience dans ce rayon : le côté délicat de travailler avec de la saucisse, c'est qu'on a un très fort pourcentage de risques qu'un petit comique vienne faire des commentaires déplacés sur la marchandise. Inutile de dire que certains trouvaient ça drôle de demander plus de centimètres avec un regard explicite...

Malgré ces quelques moments malaisants, ces semaines d'intérim ont été vraiment intéressantes. Comme toujours, je ne regrette rien.

La suite au prochain épisode...

Portraits d'entrepreneuses (réalisés en freelance)

Découvrez mes portraits d'indépendantes rédigés pour mes clients, leur site web ou page Facebook, partagés sur mon site web : <https://helenedeom.com/actualites/>.

Quelques exemples :

Sandrine s'est découvert une passion pour les cosmétiques solides - Le Chapeau Vert

juin 2020

Moi, c'est Sandrine, maman de deux jeunes enfants et compagne d'un homme qui partage ma philosophie « Osons, ne regrettons rien ». 😊👨👩 Je suis quelqu'un d'énergique qui aime la diversité et la qualité... et je me suis découvert une passion pour la création de cosmétiques maison ! 🍷

Tout a commencé il y a une dizaine d'années quand j'ai fait le point sur mes habitudes de consommation. Du coup, je me suis posé plein de questions sur la santé, les produits qu'on utilisait, de l'assiette à ce que l'on met sur la peau. 🤔 Et je me suis aperçue que si j'étais nulle en cuisine, je savais faire moi-même mes cosmétiques ! Ce n'était pas si compliqué, et au moins, j'étais sûre de ce qu'il y avait dedans (pas de perturbateur endocrinien et autres *saletés). 😊*

En parallèle, nous avons créé une association avec deux amies pour échanger du savoir-faire à tendance "green" 🌱 dans des ateliers aux thèmes variés : cosmétiques naturels, cuisine thaï 🍜, lithothérapie, cueillette sauvage... 😊 En voyant l'enthousiasme et l'intérêt des gens venus aux ateliers axés sur les cosmétiques solides, j'ai eu envie de créer des kits pour que tout un chacun puisse en faire soi-même chez soi et se réapproprier ce savoir-faire. 😊💪

C'est ainsi que j'ai créé Le Chapeau Vert, ma boutique en ligne 🖥️ et que je me suis mise à vendre mes kits en ligne mais aussi sur des marchés ou dans des points de vente locaux. 😊 Et comme certains d'entre vous courent toujours après le temps 🕒, je propose aussi les produits finis – déodorant, shampoing, dentifrice et savon – dans le packaging le plus éco responsable possible ! 😊🌿

C'est une reconversion professionnelle qui me plaît vraiment beaucoup 😍 car je peux laisser libre cours à ma créativité tout en utilisant des ingrédients naturels selon les propriétés voulues 😊: le lait de chèvre pour les problèmes cutanés, le lait d'amande et le miel pour l'hydratation de la peau, le monoï pour l'odeur qui fait voyager, l'argile violette pour sa couleur et ses propriétés purifiantes... 😊 En fait, je crée mes recettes moi-même et je les teste longuement avant de les vendre. 🤔 Car je veux que ce soit des produits qui restent accessibles et surtout naturels et écologiques pour ceux qui souhaitent faire un premier pas 🙌 vers les cosmétiques solides faits maison. 😊🕶️

Tu aimerais justement en tester ? Tu ne sais pas trop lequel choisir ? 🤔 Contacte-moi 📧, je te conseillerai avec plaisir. 😊

Tu préfères te débrouiller ? Jette un œil à mes créations sur mes réseaux sociaux ou ma boutique en ligne www.chapeauvert.be ! 😊🌿

Comment Laurence est devenue THE spécialiste en produits d'hygiène intime de 0 à 99 ans ! - Le Capucin

mai 2020

Le Capucin est né suite à un déclic, celui que Laurence a eu après 3 jours d'essais de couches lavables avec sa fille Capucine. Rapidement séduite par ces produits de puériculture durable, elle a décidé de parler de ce geste sain pour les fesses des bébés, économique sur le long terme et bon pour la planète... et surtout, de les rendre plus accessibles aux jeunes parents qui habitent, comme elle, en province de Luxembourg. C'est ainsi qu'elle a ouvert sa boutique en ligne à la spécialité à la fois farfelue et tendance : les couches pour bébés réutilisables. Aujourd'hui, on y trouve toute une série de produits d'hygiène bio, durables et éthiques pour petits et grands ! En plus, elle a ouvert un magasin à Marche-en-Famenne, d'où elle partage ses conseils avisés en la matière avec tout son stock sous la main. Découvrez toute l'histoire derrière l'eshop durable, de la Laurence sceptique à l'experte en couches lavables.

Laurence et l'histoire de sa boutique pour le confort intime éthique et durable

Mais qui se cache derrière Le Capucin ?

Vous connaissez peut-être déjà Laurence, alias « Momo » comme on l'appelait dans son village... Ce surnom, elle l'a hérité de son goût pour le théâtre et son habitude d'imiter le personnage de l'humoriste français Pierre Aucaigne, Momo, particulièrement célèbre dans les années 1990. 😊

Dans une autre vie, elle a aussi travaillé auprès de personnes porteuses de handicap durant 10 ans. Cette expérience a certainement souligné sa capacité à aimer aider les autres sans jugement. Qu'est-ce qui l'a amenée à découvrir les couches lavables du coup ?

Tout a commencé...

C'est sur le conseil de sa meilleure amie que Laurence s'est lancée. Au début, elle doutait, elle avait peur de l'investissement en temps et en argent que les couches lavables peuvent représenter. Mais son fils aîné, Sylvain, avait développé des allergies avec les couches jetables. Du coup, elle voulait des couches qui soient bonnes pour la santé des fesses de sa fille Capucine et, si possible, économiques pour son portefeuille... ; l'impact positif pour la planète était un plus qui lui plaisait aussi, bien sûr. Quand elle finit par tester, le résultat l'a convaincue après trois jours. C'est à ce moment que l'idée lui est venue et qu'elle dit à son compagnon : « Chéri, un jour, je vendrai des couches ! »

Oser utiliser et vendre des produits bio et éthiques pour le confort intime de tout un chacun

Si l'aventure a pris forme dans sa tête, c'est surtout parce que ce type de produits n'était vraiment pas facile à trouver en province de Luxembourg à l'époque... et les utiliser, c'est une chose mais il fallait oser les vendre ! Sur ce point, cette mère de famille était faite pour ça : elle apprécie ce qui sort de l'ordinaire et elle l'assume. Fort heureusement ! Car, si aujourd'hui, il devient véritablement normal – et même tendance – d'utiliser des couches lavables, il y a 7 ans, elle passait plutôt pour une « extraterrestre » qui en avait inventé une bien bonne.

C'est stimulée par le triple intérêt de ces produits d'hygiène intime (économie long terme, santé, écologie) et boostée par le goût du défi qu'elle a démarré cette aventure en activité complémentaire en 2015 avec une boutique en ligne, Le Capucin.

Elle est devenue, en quelques années, experte en couches lavables pour tous les âges... et elle aime ça !

Plongée dans les recherches et les tests depuis le début, Laurence est à présent une véritable connaisseuse en matière de couches lavables et autres produits d'hygiène intime réutilisables, et ce pour tous les âges ! Elle a testé les couches sur sa fille de la naissance jusqu'à 6 ans. Cela fait deux ans déjà qu'elle étudie les couches. Et elle en a même testé sur elle-même pour parer aux fuites urinaires.

Impliquée jusqu'au bout dans les conseils sur ses produits

Pour elle, chaque personne a droit à son propre conseil... c'est pour cette raison qu'elle a choisi différentes sortes et marques de couches : ainsi, tout le monde peut trouver ce qu'il lui faut. Grâce à un mélange de franchise, de « n'y va pas par quatre chemins » mais aussi de diplomatie face aux tabous – notamment ceux qui ont trait à l'intimité –, elle vous conseille avec plaisir avant, pendant et après votre achat, sans jugement. Et puis, elle-même, elle sait que ce n'est pas facile à vivre tous les jours !

Une histoire qui continue de s'écrire...

Depuis août 2019, Le Capucin, c'est aussi un magasin à Marche, en province du Luxembourg. L'histoire est donc loin d'être finie !

Une sélection durable, locale et bio : quoi de mieux pour prendre soin de son intimité, de son corps ou de sa maison ?!

Au final, qu'y-a-t-il dans sa [boutique](#) ? Laurence a sélectionné des produits bio pour leur qualité, leur éthique et leur durabilité tout en favorisant le circuit court. Ainsi, elle choisit au maximum des produits, locaux ou belges, en évitant comme la peste ceux qui sont distribués en supermarchés ; quelques-uns sont issus de nos pays voisins afin de vous proposer de la qualité et de l'efficacité.

Pour élargir un peu sa gamme de produits, elle vous propose aussi des accessoires zéro déchet, des produits ménagers ou corporels ainsi que de la petite droguerie : couches réutilisables pour bébés, enfants, parents et personnes porteuses de handicap en cas de fuites urinaires ou incontinence, culottes menstruelles. Tous sont sélectionnés selon les mêmes critères. Ainsi, les protections lavables ne sont pas les seuls produits que vous pourrez acheter chez elle... 😊

Et ses bénéficiaires, ils en pensent quoi de tout ça ?

Quant à Sylvain et Capucine, que pensent-ils de tout ça ? Pour eux, c'est important que leur maman fasse un métier qu'elle aime ! Et pour leur expérience avec les couches lavables ? D'un côté, Capucine les trouve « cool, confortables et jolies »... et Sylvain a déjà bien compris l'enjeu pour l'environnement. Quant à ses clients, ils sont juste reconnaissants : certains ont enfin retrouvé un minimum de confort en matière d'hygiène intime. Voilà qui promet ! 😊

Voici donc un bref aperçu du [Capucin](#) et de Laurence, la gérante et conseillère en confort intime durable. Jetez un œil à ses produits en ligne ou passez faire un tour dans sa boutique à Marche, elle sera ravie de vous accueillir !

Nathalie crée des foulards en soie - Fleur des Champs

portrait spécial Facebook - août 2020

Bonjour tout le monde 😊

Et si je vous parlais un peu de qui se cache derrière “Fleur des Champs” ?

Je m’appelle Nathalie, je suis maman de 4 enfants et mamie d’une petite Juliette. Je fais partie de ces personnes qui aiment les belles choses et les rencontres vraies.

Depuis de nombreuses années, je porte des foulards par plaisir de me démarquer avec une touche élégante... Et je me suis lancée dans la création proprement dite il y a quatre ans. Depuis le choix des tissus jusqu’au conseil, en passant par la confection, j’ai découvert une véritable passion !

Petite note : si je devais choisir une petite phrase inspirante, ce serait “L’élégance en toute simplicité avec une pièce unique intemporelle”.

Amoureuse de la matière noble et naturelle qu’est la soie, j’admire la touche d’élégance qu’elle apporte autant sur une tenue habillée que sur un look décontracté. Je mets un point d’honneur à me rendre au cœur de la mode italienne pour choisir une soie de qualité : en Lombardie, là où sont produites des soieries reconnues à travers le monde pour leur douceur, leur fluidité et leur brillance. Toute excitée, j’essaie chaque étoffe sur moi pour sélectionner mes coups de cœur. J’aime veiller à ce que les finitions de mes foulards, symboles de chic et d’excellence, soient impeccables.

Vous rencontrer, apprendre à vous connaître, vous conseiller et vous faire plaisir, cela fait partie intégrante de mon activité... ! Je ne peux pas m’empêcher de vous parler des tenues et des couleurs qui iraient bien avec chaque foulard que vous aimez. Et puis, je suis tellement reconnaissante des supers retours que vous m’envoyez par messages et photos !

Jetez un oeil à mes foulards sur cette page et contactez-moi , je vous renseignerai avec plaisir. 😊

Femmes Inspirantes - articles de blog

Découvrez quelques articles de blog rédigés sur des femmes inspirantes sur mon blog :

<https://helenedeom.blog/2020/06/07/elle-vit-ses-reves/>.

Quelques exemples :

Être femme, mère et doula

8 mars 2020

En un mot, Lunaissance résume la douceur et l'expérience d'une femme qui a beaucoup à partager. Elle exprime la magie de devenir mère et de mettre au monde un bébé. Incarnée par Stéphanie Halleux, elle apporte son soutien aux couples qui veulent fonder une famille. Et elle montre sa volonté de redonner aux femmes les clés de la confiance et de la puissance d'accoucher par elles-mêmes, même si elles ne choisissent pas d'accoucher naturellement. Découvrez une personne pleine de richesses qui nous fait entrevoir un monde nouveau où LES femmes sont magiques.

En ce 8 mars – journée internationale de la femme, je vous propose une rencontre avec une femme inspirante, mère, entrepreneure et doula : Stéphanie Halleux | [Lunaissance](#).

« C'est un choix de qualité de vie »

Une transition et un choix de vie

Tout a commencé un peu avant ses 30 ans. Stéphanie était déjà mère de deux enfants et vendeuse dans une librairie. Peu à peu, elle s'est rendue compte qu'elle avait envie d'autre chose... [Vous savez, cette envie grandissante de vivre autrement et suivre ses passions...?!]

Elle s'est alors formée pour être doula (en Belgique) et a complété sa formation avec un approfondissement de sept jours au Canada. C'est une expérience qu'elle ne regrette pas, ça lui a appris beaucoup. Pour Stéphanie, ce changement, ce fut l'occasion d'ouvrir des portes vers d'autres horizons. "J'ai la chance d'avoir un mari qui me soutient moralement et financièrement." confie-t-elle. En plus, elle est davantage disponible pour ses enfants ! Aujourd'hui, cela fait cinq ans qu'elle s'est lancée dans cette activité professionnelle dont elle est le boss. Depuis, elle a eu aussi deux autres enfants.

Minute, c'est quoi une doula ?

Une doula, c'est une femme d'expérience qui apporte son soutien dans des étapes de vie familiale. Selon les besoins des couples et de la (future) maman, elle est là avant, pendant et après la grossesse. Elle peut les conseiller avant la conception, les accompagner pendant l'accouchement ou lors d'un deuil périnatal... En quelques mots, elle apporte un soutien moral et pratique aux femmes enceintes, ajoutant une touche d'humanité à une étape de la vie qui est devenue très médicalisée et automatisée.

Sa définition personnelle : « Je suis la figure maternelle très ancienne qui accompagne les futurs parents dans la bienveillance et le respect sur leur propre chemin. Je m'adapte aux demandes des parents en prodiguant une information claire et sans jugement. Le jour de l'accouchement je suis un soutien indéfectible, une sécurité intérieure et une présence rassurante sans interruption. Avec cœur, je propose un accompagnement non médical, une transmission de femme à femme. »

“Ce métier me fait vibrer”

Être doula, un métier enrichissant !

Stéphanie aime tout ce qui touche à la grossesse, à l'accouchement, surtout depuis sa première. Elle connaissait déjà les bases, étant passée par là deux fois. Mais sa formation lui a fourni un enrichissement pratique sur de multiples plans : la grossesse, l'accouchement, mais aussi l'hypnonatal, le portage, ... C'est un peu apparu comme une révélation pour elle, et ça la passionne !

En moyenne, aujourd'hui, elle a 4 ou 5 accompagnements par an. Actuellement, elle est là pour tout ce qui est non-médical, pour les futurs couples, en pré- et en post-natal.

“Je fais partie d'une parenthèse intense de leur vie, c'est très gratifiant !”

Un retour à l'humanité

En tant que doula, elle est là pour informer les futurs et jeunes parents afin de les aider à prendre les bonnes décisions sur les plans émotionnel et relationnel.

Tomber enceinte mais je n'en veux pas ? Les étapes d'une grossesse au naturel et sereine ? Et la grossesse à risques ? Qu'est-ce qui est bon pour le fœtus-bébé ? Et si je tombe malade enceinte ? Où mettre au monde mon enfant (et comment fait-on s'il y a des complications) ? Accoucher sans péridurale (comment gérer la douleur) ? Allaiter (et si je n'y arrive pas) ? Comment et pourquoi porter mon enfant ? Je reprends le travail et il me manque ! Il est mort-né et c'est dur ! Dois-je rester à la maison pour être avec mon enfant ? ... ça en fait des questions importantes à ce poser...

Il faut dire qu'elle sait d'expérience que fonder une famille n'est pas une étape facile. Les congés parentaux sont courts, l'allaitement n'est pas toujours simple à gérer. À chaque enfant, c'est différent, c'est dur physiquement et moralement. Beaucoup de mères tombent en dépression de nos jours à ce moment-là. C'est pour cette raison qu'elle trouve important d'informer les futurs parents qui ont envie d'entreprendre et de les soutenir pour qu'ils prennent des choix en conscience.

Dans un monde où l'on doit se débrouiller seul(e) et où les émotions sont encore fort marginalisées, elle fait partie de ces personnes qui transforment les moments difficiles en étapes magiques de la vie. Être préparé(e)s, rassuré(e)s et informé(e)s devient une force précieuse pour les couples ! Elle a d'ailleurs des retours très positifs des parents !

Son accompagnement, comment ça marche ?

Selon le ressenti des (futurs) parents, elle travaille à la carte ou au forfait, parfois plus, parfois moins. Elle fait de l'accompagnement à domicile dans toute la Province du Luxembourg.

Petit plus : question d'affinité, elle propose une rencontre pré-accompagnement gratuite et informelle. Cela leur permet, à elle et au couple, de sentir si le feeling passe car la relation de confiance est vraiment indispensable dans ce qu'ils vont vivre ensemble.

Accoucher : à domicile ou à l'hôpital ?

Dans son expérience personnelle, Stéphanie a testé les deux types d'accouchement : deux enfants sont nés à l'hôpital et deux autres à domicile. Elle connaît ses préférences et peut expliquer les deux aux futurs parents. D'ailleurs, elle organise régulièrement des soirées conférences pour démystifier l'accouchement à domicile. Toutefois, elle n'accompagne pas seulement les femmes qui veulent accoucher au naturel. Par exemple, si une femme souhaite la péridurale, elle sera là pour la soutenir comme pour les autres.

Malheureusement, depuis fin 2019, il n'y a plus de [sages-femmes](#) qui vient à domicile en Province de Luxembourg. C'est vraiment dommage pour toutes les jeunes mamans de la province qui souhaiteraient accoucher chez elle naturellement !

Aussi une femme engagée

C'est un de ses chevaux de bataille en tant que présidente de l'[association francophone de doulas de Belgique \(@doulas.be\)](#) : permettre aux femmes enceintes d'avoir le choix d'accoucher à domicile (ou non) et fournir le soutien nécessaire aux sages-femmes pour exercer (sans burn-out).

Stéphanie co-organise également des [salons Bien Naître](#) !

Chez [Lunaissance](#), vous pouvez aussi assister à des formations et séminaires avec des intervenants d'ici et d'ailleurs, des experts dans leurs domaines qui viennent parler de l'accouchement, de l'hypnonatal, la "naissance respectée" (Michel Odent et Liliana Lammers), etc.

« Nous avons besoin de retrouver la profondeur et le sens de ce que ça veut dire 'être une femme' »

Se reconnecter à soi, sa féminité et la sororité

De nos jours, on a tendance à oublier notre féminin, au profit des activités intenses et diversifiées qui abondent dans notre vie de femme. On met aussi beaucoup de côté les changements hormonaux, le cycle menstruel et leur importance dans notre façon de vivre. Ils sont réduits à un comportement quasi ingérable et parfois méprisé ("Qu'est-ce que t'as en ce moment ? T'as tes ragnagnas ou quoi ?!"). Pourtant, se reconnecter à son féminin, c'est essentiel pour mieux comprendre notre fonctionnement. Les changements d'humeur sont normaux à certaines périodes de notre cycle menstruel. Pourquoi devrions-nous seulement les attribuer à une modification physiologique (saigner lors des règles, grossir durant la grossesse) ?!

En fonction de la phase dans laquelle nous sommes, nous pouvons être des superwomen ou peiner à être efficace et ouverte... Dans une phase, nous avons besoin de plus de douceur et d'introspection, et dans d'autres, nous sommes proactives presque sans fatiguer. Et c'est normal 😊

« Se replonger dans la puissance de l'enfantement et accoucher avec ses propres hormones, c'est magique. »

Enfanter avec ses propres hormones

Pour Stéphanie, la maternité c'est sacré. Son conseil pour un tel accouchement naturel ? Tendre à plus de douceur envers soi-même et ralentir le rythme.

Lors de ses accompagnements, elle essaye de donner confiance aux femmes et de démystifier certaines choses de leur corps car beaucoup ont peur (et ça se comprend !). Le contexte doit aider la

femme prête à accoucher à se retrouver elle-même dans un état instinctif primaire. Pour cela, il faut débrancher le néocortex en diminuant la lumière, les stimulations physiques et mentales (pas de stress ni d'adrénaline !)... Ne faisons-nous pas tout le contraire de nos jours ?

C'est ce que j'aime dans la vision des doulas : une grossesse, un accouchement et une maternité moins médicalisé(e)s et plus ouvert(e)s à la magie de mettre au monde un petit être humain.

Des soins pour être bien

Depuis plusieurs années, Stéphanie s'intéresse de plus en plus aux aspects de la féminité (féminin sacré, etc.) et à ce qui nous fait du bien. Ce n'est donc pas étonnant qu'elle propose aussi des soins rebozo pour aider la femme à se reconnecter à elle-même et pour harmoniser la transition qu'elle vit.

Qu'est-ce que c'est que ça ?! Le rebozo est une écharpe qui fait partie de la tradition des sages-femmes traditionnelles mexicaines, elle est notamment utilisée en pré-natal et en post-partum. Ce qu'on appelle « soin rebozo » inclut un massage à 4 mains, un bain aux herbes, un temps de sudation et de serrage du corps en sept points-clés à l'aide de la fameuse écharpe rebozo. Il est transmis lors du post partum ou pour clôturer un cycle de votre histoire personnelle... Un chouette moment pour se sentir bien dans son corps après une étape charnière de sa vie !

Des moments entre femmes

À côté de son accompagnement des (futures) mamans, Stéphanie aime prendre le temps de stimuler des moments entre femmes à travers des échanges en tente rouge ou des "blessings ways".

On peut voir dans les blessings way une alternative de tradition amérindienne aux baby showers américaines, qui célèbrent le passage d'un cap pour les femmes (et l'arrivée d'un bébé). Ce sont de petits rituels de soutien qui se font avec les femmes de son entourage. Un moment privilégié qui stimule la sororité et l'échange. 😊

La tente rouge, c'est une parenthèse dans notre vie hyperactive – qu'elle organise une fois par mois – pour se (re)connecter à soi et à d'autres femmes, dans un esprit de gratitude. Littéralement, Lunaissance installe une tente rouge, avec quelques bougies, des senteurs, une théière et des douceurs chez elle, qui devient un lieu "intimiste dédié aux femmes qui souhaitent se réunir pour échanger dans le respect et la bienveillance". C'est un espace idéal si vous avez besoin de partager, dans un doux moment riche de transmission de femme à femme.

Quelques mots de clôture

Lorsque j'ai rencontré Stéphanie Halleux, je me suis aperçue de la richesse de son activité professionnelle et de ses choix de vie. Elle m'a fait rêver en partageant son expérience de vie (transition professionnelle, travailler comme doula, être mère), ses décisions en matière de famille (quatre enfants, deux nés au naturel chez elle) et son désir tant d'accompagner les parents en devenant que de créer du lien plus doux entre les femmes. Voilà pourquoi je la considère comme une femme inspirante ! 😊

P.S. : suivez-la sur les [réseaux sociaux @doulalunaissance](#) 😊

Une jeune femme passionnée et brillante

3 mai 2020

En un mot, Shiness, c'est de l'artisanat belge qui brille grâce un duo de créateurs passionné et impliqué... Découvrez une jeune femme namuroise, une passion et des valeurs intemporelles qui se cachent derrière ces superbes bijoux durables et de qualité.

En ce 3 mai – premier dimanche du mois -, je vous propose une rencontre avec une jeune femme entrepreneure, bijoutière passionnée, artiste créative et engagée, une femme inspirante : Inès | [Shiness Jewelry](#)

Son parcours

Inès voulait être élèveuse professionnelle ou vétérinaire quand elle était plus jeune... Pourtant, elle a appris à travailler la photo puis étudié les relations publiques.

Aujourd'hui, ce qui la fait vibrer, c'est son travail d'artisane, de bijoutière autodidacte pour [Shiness Jewelry](#). Et son parcours est un bel atout pour parler de ses créations.

Si elle a conscience qu'il existe de nombreux artisans talentueux, la créativité de cette jeune namuroise de 28 ans, ses valeurs et son entourage font certainement la différence...

Des bijoux belges éco-responsables

Une passion, une histoire d'amour et d'amitié

Depuis toute jeune, elle a toujours créé des bijoux, bracelets brésiliens, bagues, etc. C'était son truc pour s'évader et se changer les idées... tout comme la lecture. C'était donc tout naturel pour elle de s'intéresser à ce métier qu'a appris son compagnon, Florian.

Car oui, Shiness, c'est aussi une histoire d'amour : tout vient de cette rencontre. Même si aujourd'hui, il ne bosse pas dans une bijouterie, Florian est joaillier. Intriguée par son savoir-faire, Inès a voulu apprendre à ses côtés, juste par plaisir et curiosité il y a plusieurs années. Ce qui l'intéressait, c'était le seul plaisir de créer quelque chose de beau de ses mains.

C'est ainsi qu'avec son compagnon et l'aide de leurs amis, ils ont lancé Shiness Jewelry en novembre 2018. Bien entourée, ses amies et elle posent à tour de rôle pour présenter leurs créations sur la boutique en ligne et les réseaux sociaux de Shiness.

Et leur atelier ? Il est pour l'instant installé dans la cave des parents de la jeune demoiselle. C'est le début, un projet qui se construit... et ça marche plutôt bien ! Il faut dire que les bijoux de Shiness reflètent une passion, une créativité, une implication et des choix très prometteurs !

Le concept avec ses mots

« Shiness est une jeune marque de bijoux belge qui propose ses créations fabriquées avec amour en Belgique. Le but premier est de proposer des bijoux inédits, d'une qualité irréprochable tout en restant abordables. Le désir second, est de travailler en circuit court, d'être éco-responsable et de mettre en avant le travail artisanal « Made in Belgium ». Derrière ce projet se cache un couple, l'un est joaillier et l'autre est diplômé en relations publiques. C'est après un petit temps de réflexion et d'analyse du projet, que le couple a décidé de monter Shiness. Nos créations sont montées en Argent 925, imaginées et fabriquées à la main par nos soins dans notre petit atelier situé à Namur en Belgique. Cette matière garantit une solidité et un bon maintien du bijou pour de nombreuses années. »

De l'idée au métal, des bijoux faits main

Comme elle ne dessine pas bien, Inès réalise des essais en 3D directement sur le métal pour représenter les idées qui lui viennent. Et quand ça ne marche pas comme elle veut, elle l'explique à Florian et ils essayent de le concrétiser ensemble.

Une fois le gabarit (ou pochoir) réalisé, Inès le scanne pour qu'il serve de patron afin de pouvoir recréer plusieurs fois le même modèle. Ainsi, ils font tout eux-mêmes, à la main, de l'idée au placage.

Les créations d'une artiste, ça évolue

Dans ce processus de création, elle crée beaucoup de prototypes... et ils ne deviennent pas tous des bijoux. Il faut dire qu'elle essaye de faire quelque chose qu'elle aimerait et porterait. C'est pour cette raison qu'il y a un message derrière chaque bijou créé et un nom donné à chacun.

Créative, Inès s'inspire de tout ce qui l'entoure ou la touche, sans limite : son chien, des plantes, Peter Pan, ... Un jour, elle a même voulu interpréter le vent en bijou... Elle invente aussi selon la mode qui lui plaît, comme le far west.

Depuis le début de l'aventure, elle a déjà vu ses créations évoluer. À la base très figuratif, son style représentait davantage des objets et animaux avec une recherche d'exactitude. À présent, son univers évolue vers des symboles plus simples, plus épurés avec un travail de la matière. Elle cherche de cette façon à réaliser des bijoux intemporels qui pourront plaire autant aux jeunes générations, qu'aux mères et qu'aux grand-mères.

Elle sait que tout le monde perçoit les bijoux différemment. Selon leur histoire, chacun y voit une symbolique, une signification personnelle, une poésie particulière. C'est sûrement ce qui favorise les coups de cœur.

[Découvrez ses bijoux par ici !](#)

Ses favoris

Elle aime beaucoup ses bijoux mais quels sont ses préférés ?

- Une bague (qui n'est pas à vendre) réalisée et offerte par son compagnon à ses 20 ans. C'est le premier cadeau qu'il lui a fait en tant que bijoutier ; il savait qu'elle avait envie d'avoir la même bague que Kate Middleton. C'est un symbole de leur amour et une promesse... [❤️ 😊 😊]
- La bague Roxy – à tête de chien/loup/renard selon les interprétations – car elle l'a créé en pensant à son chien (et à son totem de mouvement de jeunesse Rox).
- Ses boucles d'oreilles fougères car elles soulignent sa féminité en toute circonstance... même avec un sweat à capuche. [xD]

Une vision : des bijoux pour les femmes inspirantes modernes

Les bijoux qu'elle crée, c'est pour les Wonder Women de ce monde, ces femmes inspirantes qui ne sont pas seulement mère ou épouse mais qui ont aussi une activité principale, secondaire, des implications sociales ou d'autres combats. Les femmes méritent des bijoux qui les accompagnent dans ces vies multiples – travail, soirée, cérémonies, etc. -. C'est pour elles qu'elle crée des bijoux qui peuvent être portés pour toutes les occasions et en toutes circonstances : mariages, soirées entre ami.e.s ou même moments pyjamas !

Un belle représentante des femmes de notre génération

En parlant avec Inès, je me suis aperçue petit à petit qu'elle représente un superbe exemple des femmes de notre génération : motivée par une passion plus que par l'argent, inspirée par une sagesse de vie et une humilité... et surtout un intérêt pour l'environnement qui passe à l'action.

En lui posant mes questions, j'ai pu percevoir sa passion et son plaisir à travailler dans ce projet... mais Inès m'a partagé également une vision très humble, pleine de richesses et d'apprentissages :

- « Tout ce qui va arriver nous rend meilleur. »
- « On peut apprendre de tout avec tout le monde ! »
- « Je n'ai pas peur de mes lacunes. »

Récemment, elle s'est aussi aperçue que l'avis de ses amis et clients pouvait la booster pour transformer les idées infructueuses qui lui viennent... en produit plein de potentiel !

“On veut faire ce qu'on veut dans la vie, on ne travaille pas juste pour de l'argent.”

Si par moments, j'avais l'impression d'échanger avec une philosophe grecque [xD], je la suis à 100% (pas étonnant qu'elle ait adoré le principe de ma rubrique “femmes inspirantes” !).

La réflexion environnementale dans sa vie personnelle et dans ses bijoux

En bonne dame de la génération Y, elle a donc réfléchi à son impact sur l'environnement : pour son alimentation, ses vêtements...

Du coup, Shiness aussi est pensé “environment-friendly” ! Le packaging de leurs bijoux est “green” dans les moindres détails : carton recyclé, pochon en coton bio, même le collant pour fermer les boîtes est sans plastique !

Des valeurs personnelles

Le choix du durable, de l'éco-responsable, du local, de l'abordable... ce sont avant tout des valeurs personnelles qu'elle cherche ainsi à respecter jusqu'au bout. Ce sont des choix importants à ses yeux et des points forts qu'elle met en avant.

“Je ne suis probablement pas la seule à faire ça... mais ça me tient à cœur !”

Des matériaux nobles et recyclés pour des femmes actives à la peau sensible

Florian et Inès ont choisi d'utiliser l'argent sterling 925 car c'est un métal noble recyclé. Quant au placage or / or rose, qu'ils posent sur les bijoux, ils veillent à ce qu'il soit de haute qualité pour être résistant ; l'idéal pour les super mamans actives !

Et puis, Inès fait partie de ces personnes à la peau sensible. Elle sait que c'est important que le métal qui compose les bijoux soit hypoallergénique ; un des avantages de l'argent massif. Son objectif ? Être belle sans se fragiliser.

“En bijouterie, on ne gaspille rien. Chaque particule peut être ré-utilisée.”

Conscients que les métaux qu'ils emploient ont été extraits des mines à un moment donné, ils veillent à ne rien gaspiller !

Le partage

Passionnée et autodidacte, elle a le regard du novice et l'esprit de l'artisan. Quelle belle position pour expliquer la bijouterie en vidéos ! De cette manière, elle peut aider les gens à comprendre les termes techniques du métier et mieux appréhender le travail qu'il y a derrière. Elle veille ainsi à vous donner toutes les clés pour que vous puissiez vous faire une opinion et un meilleur aperçu du travail que représente une création, un bijou, un prix.

La boutique et des perspectives d'avenir

Vendre des produits éco-responsables en ligne mais pas seulement ?

Choisir de vendre des produits éco-responsables belges en ligne a l'avantage qu'elle crée le bijou à la commande. Elle n'a pas vraiment besoin de stock, c'est moins de perte pour un business jeune.

Il faut savoir aussi – pour les amoureux du présentiel – qu'elle est en train de négocier pour déposer ses produits dans diverses boutiques. Son rêve ? Ouvrir un pop-up store, une boutique éphémère avec ses créations et celles d'autres créateurs... Il ne vous reste qu'à vous tenir informé.e.s !

[Découvrez ses bijoux maintenant !](#)

C'est un succès ! On en parle...

Les clients sont heureux et ça booste le duo !

La marque Shiness intéresse déjà des influenceuses comme [Émilie Liégeois](#), des [magazines comme le Webzine Mode in Belgium, Flair Belgique ou Femmes d'Aujourd'hui](#)... Sans parler de projets avec la jeune styliste, Célia De Brouckère... Voilà qui promet du beau et du brillant pour le jeune duo belge !

Voilà, en quelques lignes, l'histoire d'Inès, une jeune femme qui crée – avec son compagnon et ses amis – des bijoux que les femmes méritent.

Quelques mots de clôture

Quand j'ai proposé à Inès d'être la troisième femme inspirante de mon blog, elle a de suite été emballée car, pour elle, toute personne est inspirante et mérite qu'on s'intéresse à son témoignage. Je ne la connaissais qu'à peine mais je sentais que sa passion et ses valeurs étaient des sujets que je voulais partager avec mes lecteurs. Je l'admire pour ses choix éco-responsables, sa créativité et sa passion qui l'amène à créer des bijoux durables, abordables et de qualité pour les femmes en Belgique. Voilà pourquoi je la considère comme une femme inspirante ! 😊

P.S. : suivez-la sur les [réseaux sociaux @ShinessJewelry](#) 😊

Découvrez tous mes articles rédigés pour le Proximag sur mon site web :

<https://metaphyse.com/2019/03/29/articles-presse/>.

Voici quelques exemples :

Commerce local : Grimper pour le fun !

23 septembre 2019

En juillet dernier, Stéphan a ouvert le tout premier centre d'escalade ludique en intérieur de Belgique. Et c'est déjà un franc succès!

Créé selon le concept néo-zélandais, tout le monde peut s'amuser en pratiquant ce sport. C'est ce qui a séduit le gérant. Dès 5 ans, vous pouvez escalader 24 challenges conçus selon une thématique amusante (glacier, tour sombre, etc.). Grâce à un harnais sécurisé, vous pouvez grimper seul et à votre rythme. Les challenges permettent aussi de monter à plusieurs, en famille ou entre amis. Le gérant, en bon épicurien, a aménagé un restaurant à l'étage pour vous permettre de regarder les grimpeurs, vous désaltérer ou vous sustenter: bar à pâtes fraîches belges et viennoiseries de qualité sont à disposition. Une salle est en outre disponible pour organiser des anniversaires ou team building.

*Funny Mountain,
Rue de Grass 101 – Arlon
www.funnymountain.be*

Figure locale : Des dentelles... en bois !

7 octobre 2019

Julien Feller est un sculpteur très doué, originaire de Messancy. Depuis ses études à Saint-Luc (Tournai), il poursuit ses recherches sur le travail du bois et ses créations personnelles. Découvrez son parcours et son travail.

Julien a certainement beaucoup appris pendant ses études et ses stages aux États-Unis et en Angleterre. Mais, son travail du bois reflète également un excellent feeling car le rendu de ses créations est impressionnant de précision. Vous avez peut-être déjà vu ses réalisations en exposition en Belgique ou au Luxembourg. Diplômé de l'Institut Saint-Luc à Tournai et lauréat de Vocatio 2019, le jeune sculpteur poursuit son travail du bois avec passion. Après 6 mois dans la cave de ses parents, il a, à présent, son propre atelier à la Cour d'Or à Martelange où il crée des dentelles. Ses premières œuvres se sont inspirées de l'art floral et des dentelles de Bruxelles. Toujours en pleine recherche historique et scientifique, il s'intéresse à percer les secrets des grands maîtres ornemanistes et micro-sculpteurs du XIV^e siècle pour produire des œuvres pérennes. Aujourd'hui, il invente ses propres motifs et sculpte de la lingerie féminine en trompe-l'oeil sur un bois dense, idéal pour les détails délicats (le buis). Il travaille cette essence à l'aide d'un outil de précision qu'il a créé lui-même: il mesure quelques dixièmes de millimètres et lui permet de réaliser les détails les plus fins. Sa « lingerie » est en sortie officielle à l'occasion du concours de l'ASBL YSA Fréciniaux au Centre culturel de Rossignol avant de partir pour une exposition à Los Angeles durant le mois d'octobre.

Suivez ses projets et créations sur www.julienfeller.com

Vie associative : Le théâtre entre en résistance

7 octobre 2019

Fondée il y a plus de 20 ans par trois clowns de formation, la Compagnie du Bout du Nez a créé et présenté au public quelques créations théâtrales amusantes sur des thèmes de société.

Mais leur plus grand succès vient d'une production plus récente de la compagnie, réalisée par le collectif Les Insoumises, en collaboration avec la compagnie Alvéole: «De l'Ombre à la Lumière». Tout a commencé il y a quelques années lors d'un cabaret pacifiste. Un chapitre consacré aux femmes durant la guerre a suscité un vif intérêt pour ce sujet généralement peu évoqué. Rapidement, l'idée de monter un spectacle sur la place et l'action des femmes de la résistance durant la guerre a pris forme dans leur esprit. Après un an de recueil de témoignages et de préparation, le spectacle avait vu le jour. C'était en 2017. Depuis, Edmée, Françoise et Mireille – alias Les Insoumises – se sont produites devant des écoles, des centres culturels, des associations. Soulignant les valeurs de la solidarité, de l'engagement et de la vigilance, ces trois personnages fictifs transportent leurs spectateurs dans un autre temps, d'abord en 43, puis en 73, dans les coulisses d'une scène de théâtre de village de la province. Et le public ne tarit pas d'éloge à leur égard. Grâce à cette initiative, l'ASBL a même reçu le titre de «Passeur de Mémoire» du Parlement de Wallonie! Du 20 au 22 septembre dernier, c'est dans les Cévennes qu'elles se sont produites. Le spectacle serait-il en train de toucher le public international également? En tout cas, c'est avec talent et enthousiasme qu'elles personnifient des résistantes de chez nous. et elles ont promis de garder les belgicisms!

«De l'Ombre à la Lumière»

Une production de la Compagnie du Bout du Nez.

lacompanieduboutdunez@skynet.be

Consommer local / Restaurants : Manger vivant et gourmand

25 mars 2019

Annie rêvait d'ouvrir son propre restaurant... et s'est lancée il y a 3 ans dans son village, à Fratin. Aujourd'hui, son resto branché «alimentation vive» rencontre un franc succès!

Le concept se base sur une gastronomie saine, comme enseignée par Pol Grégoire: on y privilégie les légumes, la cuisson douce, la lacto-fermentation, les plats crus, et les aliments sans gluten et sans produit laitier. C'est une cuisine qui convient donc à un grand nombre, même à des personnes allergiques ou intolérantes. C'est sans friteuse, ni micro-ondes, ni congélateur qu'Annie cuisine chaque semaine. Le menu hebdomadaire est simple: deux entrées, une salade, trois plats, une planche de dégustation et deux desserts. Ces plats sont variés pour satisfaire tous les goûts. La cuisine est minute, permettant de moduler les plats en entrée et les entrées en plat, selon les préférences. Et pour ravir les papilles d'une clientèle plus large encore, elle propose un plat familial plus traditionnel, comme le steak haché, mais fait maison avec sa touche personnelle. En salle, le service est assuré par une équipe familiale dans une ambiance conviviale... et les beaux jours, les clients peuvent profiter de la terrasse ensoleillée dans un cadre vert bien reposant.

Lady Green

Rue du Magenot 15/1, Fratin - 063 40 06 63 – www.ladygreen.be

Actualités locales brèves sur Shootlux.be

Nobressart : elle quitte un CDI au Luxembourg pour devenir créatrice de mode !

8 janvier 2019

Après les fêtes de fin d'année, tout le monde retourne travailler, la routine "voiture-boulot-dodo" se réinstalle... et, avec cela, la pression du quotidien revient. Cette période de l'année est propice à une certaine **remise en question des motivations professionnelles** (si c'est votre cas, ce n'est pas seulement parce que vous avez vu trop de films de Noël...).

Nombreux sont ceux qui se sentent **toujours stressés au boulot** et **pas épanouis** dans leur travail. Certains vont jusqu'à **laisser tomber un CDI au Grand-Duché** – ce contrat dont beaucoup rêvent – pour se lancer en **auto-entrepreneur** et vivre une **vie créative**. C'est le cas d'une de nos créatrices de mode en province du Luxembourg : **Carole Mozzati**. Elle habite Nobressart et a travaillé 20 ans dans le monde de la finance parmi nos 45.000 transfrontaliers. Fin 2017, ce fut, pour elle, le grand déclic. Elle a dit **adieu** aux interminables réunions, aux délais intenable, aux horaires à rallonge, **au stress omniprésent**... mais aussi à un revenu stable. **Pour quoi ? Créer** et égayer le quotidien !

À présent, elle réalise elle-même à la main des **vêtements**, des **accessoires de mode** et des **objets de décoration** dans des **tissus** qui l'inspirent et remplissent les maisons de **couleurs**. Elle est ainsi devenue **créatrice de mode** et **conseillère en décoration d'intérieur**. Aujourd'hui, ses journées sont remplies de créations et de recherches de tissus colorés, issus du commerce équitable. Elle se rend même à domicile pour animer des anniversaires ou des soirées "apéro shopping". C'est vraiment **une vie** diamétralement **différente** de ce qu'elle a vécu jusqu'alors, mais **elle ne le regrette vraiment pas** ! D'ailleurs, son **mot d'ordre**, c'est "**changer le monde avec la mode**". Et vous, comment voudriez-vous changer le monde ?

Liens utiles : <https://cmozzati.com/> et <https://www.facebook.com/mozzati.be>

Habay : Ils plongent dans la Rulles pour la nouvelle année ! (+Photos)

7 janvier 2019

Ce dimanche 6 janvier 2019 après-midi, une douzaine “d’ours polaires” a sauté dans la Rulles, en amont du barrage d’Habay-la-Vieille, pour célébrer la nouvelle année...!

Organisé par l’asbl Alba, cet événement est un prélude aux activités de l’association dont le but est de favoriser la baignade en eau vive... et un bon moyen de **démarrer l’année** avec un brin de folie !

C’est dans une ambiance conviviale que **13 personnes** ont **plongé, sauté**... ou sont entré doucement dans **l’eau glaciale de la Rulles**, par une température extérieure de 4°C. Plus de **trente spectateurs**, bien emmitouflés sur la rive, étaient présents **pour soutenir**, applaudir et aider ces “ours polaires” à se rhabiller à la sortie. Du vin chaud et du gâteau étaient même disponibles pour réchauffer les courageux.

“C’est la 4e année que nous faisons cela et il y a de plus en plus de participants. (...) Le saut de l’ours polaire 2019 fut un franc succès... quelque peu inespéré. Une grosse dizaine d’ours et ourses (baigneurs, baigneuses) et 35 spectateurs/supporters ! C’était super sympa.” a partagé François Mélard, président de l’asbl.

De façon surprenante, la plupart de ces baigneurs sont ressortis en disant qu’ils avaient chauds...! Certains ont même sauté à plusieurs reprises.

Pourquoi se baignent-ils par un temps si froid ? Les réponses sont variées :

- Fêter le nouvel an
- Porter **chance**
- Se revigorer et se sentir **vivant**
- Favoriser la **santé** pour l’année à venir
- Repousser ses limites

Une **participante habituée** a confié : “C’est **vivifiant** ! Chaque année, je le fais et je ne suis plus malade de toute l’année !”

Des participantes sont venues d’Attert pour se baigner en mode “ourses polaires” dans la Rulles. L’une d’elles a expliqué que cela passe presque trop vite... “Je suis rentrée dans l’eau et suis ressortie rapidement. On ne se rend quasi pas compte de ce qu’il se passe, mais la sensation une fois à l’extérieur est vraiment chouette : après, **on se sent bien.**”

Cette **tradition internationale du Plongeon de l’Ours Polaire** pousse des milliers de gens chaque année a sauté dans la mer, la rivière ou le lac le plus proche pour célébrer la nouvelle année. À l’origine, il semblerait qu’il s’agisse d’une **coutume canadienne** pour s’assurer de passer une bonne nouvelle année. D’ailleurs, les Canadiens vont jusqu’à percer un grand trou dans la glace pour permettre le “polar bear plunge” du Nouvel An en cas de lac gelé !

Actualités sur site web d'entreprises clients de C. Concept

China Collection, boutique en ligne de passionnés pour passionnés

Août 2018

China Collection, c'est une boutique en ligne de passionnés pour les passionnés. Découvrez-y une collection de meubles chinois anciens et authentiques ainsi que de nombreux objets décoratifs directement issus d'Asie. Chaque objet, chaque meuble a sa petite histoire à vous raconter.

Pénétrez dans l'univers particulier de la culture chinoise grâce à cette boutique en ligne qui vous propose une véritable leçon d'histoire en 3 langues (français, anglais et allemand). Vous aurez tout le loisir d'en apprendre davantage sur l'histoire de la Chine :

- o depuis la philosophie,
- o les religions
- o et les dynasties impériales
- o jusqu'à l'artisanat,
- o le mobilier
- o et les particularismes régionaux.

Quel est le ROI (Return on Investment) de cette nouvelle boutique en ligne ?

- *gain de temps* pour les achats en ligne, pour les internautes et pour le gestionnaire
- *efficacité* de la boutique grâce à une *configuration adaptée aux besoins*
- *mise en valeur* d'un métier, d'une passion et d'un commerce en ligne
- *meilleures performances* dans la gestion de l'e-boutique grâce à un accompagnement personnalisé
- *un bon classement dans Google* grâce à des *pages rédigées avec des mots-clés adéquats pour un référencement naturel (SEO) puissant*

Partagez votre passion en ligne tout en vendant vos produits de qualité avec nos boutiques Prestashop !

***Vous souhaitez améliorer l'apparence et l'efficacité de votre boutique en ligne ?
Vous cherchez à mettre en valeur votre société, vos engagements et vos produits ?***

Pour d'autres exemples d'actualités ou contenus pour sites web, n'hésitez pas à demander !