

# TOPO

[www.topo-fc.info](http://www.topo-fc.info)

**L'EST**  
RÉPUBLICAIN

région **BOURGOGNE**  
**FRANCHE-COMTÉ**

Crédit Mutuel



Information  
Jeunesse

n°264 / juin 2016



**QUOTIDIEN**

**Drones :**  
**tout n'est pas**  
**permis**

**p. 16**

Jean-Philippe  
Culas, créateur  
de la société  
CM Drones à  
Besançon.



**DOSSIER**

**Etre bien**  
**dans son**  
**assiette**

**pp. 10 à 14**

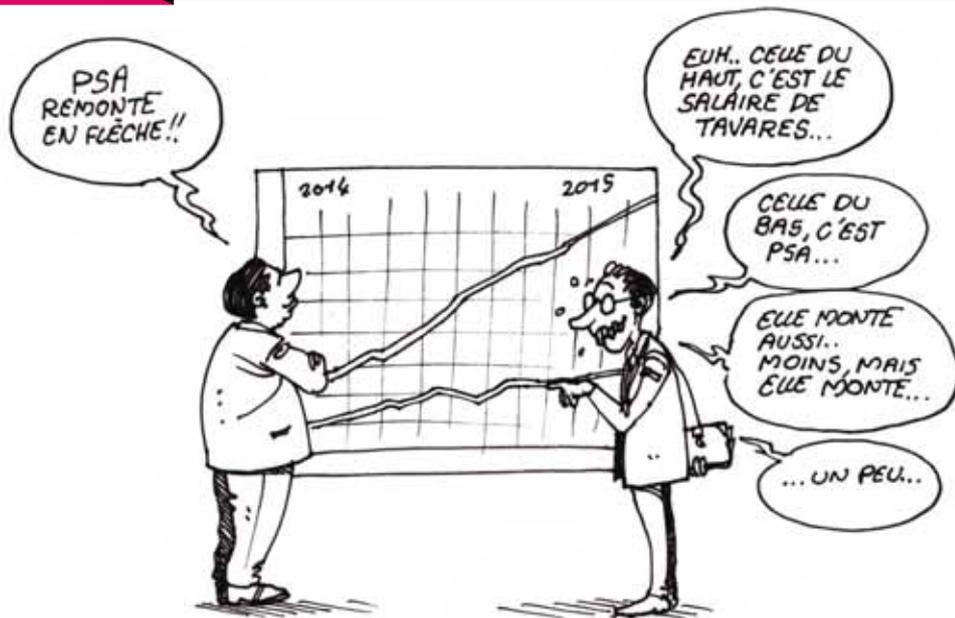
**PARCOURS**

**Coopilote,**  
**appui à**  
**la création**  
**d'activité**

**p. 09**

Avril 2016 en dessins

Chaque jour un dessin sur facebook.com/topofc et topo-fc.info



Méritocratie.



Nuit debout.



Une notion particulière du paradis.



1er AVRIL LES TEMPS CHANGENT..

17 avril : Journée mondiale de prière pour les Vocations.

2016, humour en berne.



Saison 2015-2016 : le rire est le propre de l'OM.



RIP : Prince.

Retrouvez le prochain numéro de TOPO en supplément de l'Est Républicain dimanche 26 juin 2016.

## ACTU

03 à 06

### Agenda

Que se passe-t-il en juin ?

## PARCOURS

08

### Emploi

BMO 2016 : perspectives de recrutement en hausse

09

### Entreprise

Coopilote, l'entrepreneuriat salarié

## QUOTIDIEN

15

### Région

Une aide au permis de conduire

## DOSSIER

10 à 14

Savoir bien se nourrir



16

### Nouvelles technologies

Drones : tout n'est pas permis

18-19

### Culture

- Oblique, groupe bisontin  
- Monsieur Pink, quatuor rock percutant

## JEU/ESSE

17

### Entreprise

Amina Hamadache créatrice de Clair & Net'25, entreprise écoresponsable

[topo-fc.info](http://topo-fc.info)



## LOISIRS

20

### Musique

Riffx avec le Crédit Mutuel

21

### Sorties

On tours vous emmène en concert

22

### Pratique artistique

Juste ici

23

### Annonces

Jobs, formation, stages...

24

### Cinéma

Des films à tarif réduit avec la carte Avantages jeunes



MONTBÉLIARD du 16 au 18

## Festival Quatre saisons

**A** chaque saison, un rendez-vous de spectacles vivants aux Bains-douches. Pour cet été 2016, les Banquettes Arrières le 16 juin (chanson humoristique), Albert Meslay le 17 (humour) et Frédéric Sigrist le 18 (humour). Infos, réservations, 03 81 99 24 15, [montbeliard.fr/quatresaisons](http://montbeliard.fr/quatresaisons)



Supplément mensuel coproduit par le Centre Régional d'Information Jeunesse de Franche-Comté et L'Est Républicain. TOPO - Crij - 27 rue de la République 25000 Besançon tél 03 81 21 16 08 courriel : [topofc@jeunes-fc.com](mailto:topofc@jeunes-fc.com) sites : [topo-fc.info](http://topo-fc.info) / [jeunes-fc.com](http://jeunes-fc.com) Agrément jeunesse et éducation populaire : CRIJ n°25 JEP 328. Directeur de la publication : Sébastien Maillard.

Rédacteur en chef : Stéphane Paris. Dessins : Christian Maucler. Maquette : Sladjana Becic. Régie publicitaire : L'Est Républicain, 03 81 21 15 10. Imprimerie : L'Est Républicain 54180 Houdemont.

Le Crij de Franche-Comté est une émanation du ministère de la Jeunesse et des Sports et de la Cohésion sociale, de la Région de Franche-Comté, du Conseil départemental du Doubs et de la Ville de Besançon. Il réalise TOPO en partenariat avec L'Est Républicain et le Progrès et avec le soutien du Crédit Mutuel de Franche-Comté. TOPO est imprimé à 170 000 exemplaires dans la région Franche-Comté.

**c'est  
GRATUIT**

**3 au 30 juil.** à  
**BESANÇON** : 6<sup>e</sup> festival  
Bien Urbain

**9 avril au 31  
déc.** à **DIJON** : Expo  
« Bio'inspiration » ou  
l'innovation née de la nature  
au Jardin des sciences.

**3 AU 30** à  
**SEVENANS** : Expo  
scientifique « Mécanique et  
engrenages » à l'UTBM

**23 AU 25** à  
**BESANÇON** : « Jours de  
danse », festival d'une dizaine  
de spectacles dans la ville,  
orchestré par la compagnie  
Pernette.

**RECOLOGNE-LÈS-RIOZ les 3 et 4**

## Les Eguillennes

**L**e hameau d'Eguilley à proximité de Rioz accueille pour la 10<sup>e</sup> fois ce festival avec 14 groupes de tous styles (ska, hip-hop, rock, chanson...) mais composant en majorité une musique faite pour la scène et la fête. Deux soirées étalées de 19 h à 2 h pour 7 euros par jour et un camping gratuit. Le 3, Marcel Krew, Kreshendo, Mad in Ska, Dom Colmé, Mystical Faya, Laidis Crétins des Alpes, Flesh et Membrane. Le 4, Jean-Mi & Risk, Jack Simard, Nain Porte Quoi !?, the WAN, les Bracos, Hellbats, Zombee'x et Acknowledgement of Failure.

Infos, [leseguillennes.fr](http://leseguillennes.fr)



**RDV  
SPORTIF**

> **TRANSJU'TRAIL** :  
Lamoura-Mouthe, les 4 et 5.

Retrouvez  
l'agenda  
complet sur  
[topo-fc.info](http://topo-fc.info)



**COULEVON les 17 et 18**

## Festival Musicoul'

**D**eux jours de concerts avec notamment the Shoepolishers (folk-rock), Apes O'Clock (punk), RAB (rock), Essia Esch Band (trip-hop).

Infos, **06 81 62 23 29**.

**SAÔNE le 18**

## Saônorités

**c'est  
GRATUIT**

**T**oujours aussi gratuit, le festival propose une 5<sup>e</sup> édition sur les mêmes principes que les précédentes, avec une audience grandissante (cap des 3000 personnes franchi l'an dernier) : à partir de 18 h, 8 groupes en intérieur et extérieur à l'Espace du Marais, qui ont pour noms Fat Bastard Gang Band, Ya-Ourt, the Creature, Thomas Monica, Gliz, Dom Colmé, Phonograff et Nelho.

Infos, [saonorites.com](http://saonorites.com)

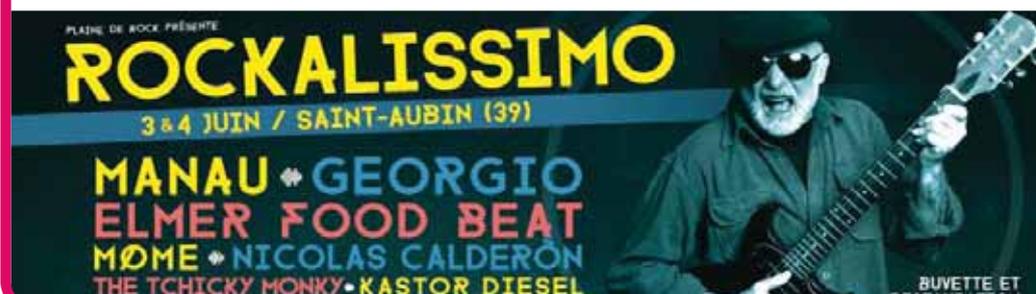


**SAINT-AUBIN les 3 et 4**

## Rockalissimo

**L**e site de la Maison du patrimoine peut accueillir 3500 personnes dans ce village à 15 km de Dole. Né de la volonté d'un groupe de jeunes d'animer la commune et de promouvoir les groupes régionaux, le festival a pris une certaine ampleur avec des têtes d'affiche nationales. Les groupes locaux ont néanmoins encore leur mot à dire : Mano Family, Blanker Republic, Kouett et Grav'Kassur seront là en 2016. Avec eux : U2 Four Ever One, Elmer Food Beat, Georgio et Møme le 3, Anhedonic Earth, Kastor Diesel, Tchicky Monkey, Manau et Nicolas Calderon le 4. 16/20 euros la journée, 25/30 euros les 2 jours.

Infos, [rockalissimo.com](http://rockalissimo.com)



**UZELLE le 5**

## Championnats de Franche-Comté de motocross

**L'**Union motocycliste baumoise organise ces championnats toutes catégories sur le circuit d'Uzelle. Un site particulièrement attractif pour les pilotes mais aussi pour les spectateurs : toutes les places de ce circuit en cuvette offrent une vue panoramique étonnante. Il est possible de suivre l'ensemble de la course et des attaques. Six catégories sont présentes aux épreuves :

Esprit en 65cc et 85cc, Excellence en 85cc, 125cc et MX1-MX2 ainsi que Régionaux Open. Les essais sont prévus de 8 h 30 à 12 h et les courses de 14 h à 18 h.

Renseignements : 03 81 84 28 97  
uzelle-mx.over-blog.com



Une entrée offerte pour une achetée. Télécharger le coupon sur son espace perso ([jeunes-fc.com](http://jeunes-fc.com)) puis cliquer sur « En profiter »



Photo Amandine Petitperrin

Dylan Lucht, 18 ans, de l'Union motocycliste baumoise, l'un des espoirs locaux.

**AUDINCOURT du 24 au 26**

## Rencontres & racines

**U**n festival musical et coloré qui associe aux artistes 80 associations « réunies dans un village cosmopolite où les différences s'effacent pour mieux se compléter ». L'an dernier, le vingtième a enregistré la fréquentation record de plus de 39 000 personnes en trois jours, sur le site Japy.

Le « voyage sensoriel aux couleurs du monde » de 2016 est animé par Harisson Stafford & the Professor Crew, Jeanne Added, Neka et Oxmo Puccino (le 24), The Dizzy Brains, City Kay, Moon, Black List, Vandal, Biga\*Ranx, Fugù Mango, l'Entourloop et Alborosie (le 25), Wicked Sounds ft the Buttshakers & le Conservatoire, Maggy Bolle, El Gato Negro, Deluxe, Zoufris Maracas, la Rue Ketanou, la Grande Sophie et Panda Dub (le 26).

Entrées 13/15 euros la journée, 25/30 les 3 jours.

Infos, [rencontresracines.audincourt.fr](http://rencontresracines.audincourt.fr)

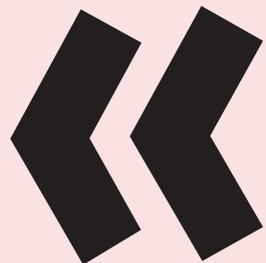


## sélection CONCERTS

- **Tortoise** (postrock) le 2 à Besançon (Rodial)
- **Michael Gregorio** (voix) le 3 à Montbéliard (Axone)
- **Les Petits Chanteurs à la Gueule de Bois** (chanson) le 4 à Fraisans (Forges)
- **Kalarash** (klezmer) le 4 à Pont-de-Roide (salle de la Libération), le 17 à Nans-sous-Sainte-Anne (église)
- **Good Riddance + The Rebel Assholes + Blowfuse** (punk rock) le 9 à Besançon (Rodial)
- **Fayçal Salhi** (jazz oriental) le 11 au Moulin de Brainans
- **Les Sheriff + The Rebel Assholes + J'Aurais Voulu...** (rock) le 11 à Audincourt (Moloco)
- **Sick Of It All** (hardcore) le 15 à Audincourt (Moloco)

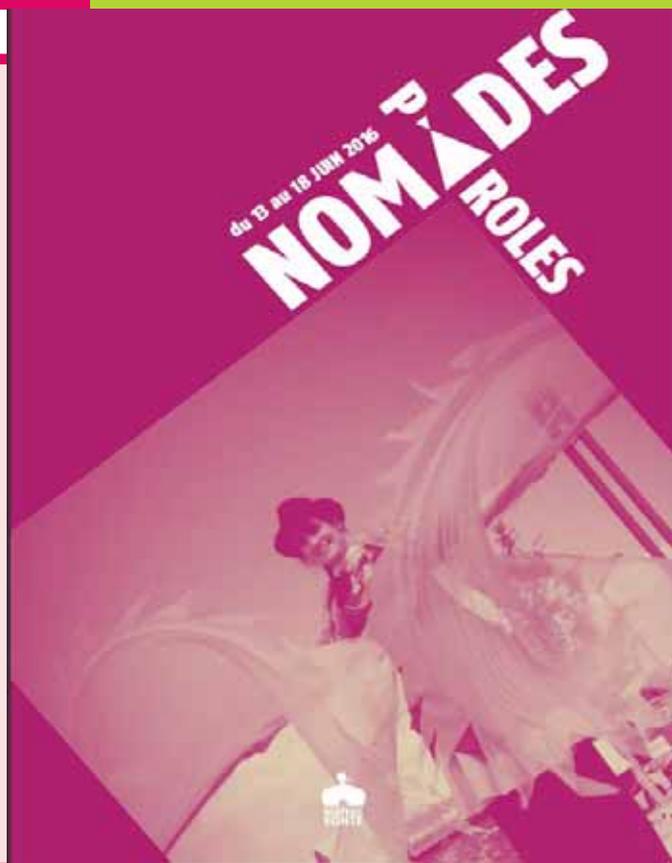
BESANÇON du 13 au 18

## Paroles nomades



Redonner la parole aux habitants. Retrouver cette fonction de l'agora qui structure et dynamise la polis ». Tel est le but de cette animation sur la Place des Nations (quartier de Planoise). Palabres, échanges, rencontres, thé et boissons fraîches pour « parler de tout et de rien, écouter des histoires ou des récits de voyages ». Mais aussi : ateliers d'écriture, formations au conte, spectacles, lectures à la criée, conférences/témoignages d'habitants, concours de poésie, rencontre avec les artistes Annie Roy et Pierre Allard le 13 juin à 19 h, le Temps d'une soupe (les 15 et 18 à 20 h). Un événement lancé par Rafik Harbaoui (la Boutique du conte) : « l'idée est venue lors de l'acquisition du wigwam que nous destinions à l'accueil des ateliers et petites formes de l'école nomade du conte, créée en 2013. Cette démarche nous a réinterrogés sur l'origine des contes, leur intérêt trans et intergénérationnel, initiatique. Une réflexion qui nous a tout naturellement amenés à organiser la première édition de "Paroles Nomades" en 2014 ».

Infos, [boutiqueduconte.com](http://boutiqueduconte.com)



NAISEY-LES-GRANGES du 10 au 12



Infos et réservations sur [artistesalacampagne.fr](http://artistesalacampagne.fr)

## L'Annuelle

L'Annuelle des artistes à la campagne est un festival de rue familial et atypique, réunissant professionnels et amateurs. Quinzième édition cette année pour des moments partagés autour de spectacles, de concerts et d'expositions mais aussi de produits locaux. La volonté des organisateurs est telle : créer du lien et des rencontres grâce à la culture, valoriser le patrimoine rural. Cette manifestation est le point d'orgue d'un projet plus large développé toute l'année sur la communauté de communes de Vaîte Aigremont. Après une édition 2015 ayant compté plus de 3500 spectateurs à Nancray et Breconchoux, l'édition 2016 se déplace à Naisey-Les-Granges avec une programmation associant clown, danse, acrobatie, conférence gesticulée, cirque, théâtre, concerts, oeuvres graphiques et plastiques...

## RDV SPECTACLE VIVANT

- **Lons-le-Saunier le 4. « le Bal enchanté ».** Le Théâtre Group', l'Amuserie et la Guinguette donnent rendez-vous à 21 h dans la cour de l'ancienne mairie pour un bal où chacun peut venir karaoker mais aussi des sketches, un concours de danse, des surprises... 9 euros. Infos, 03 81 86 03 03
- **Besançon les 7 et 8. « Nuage rouge ».** Jouée par l'Orchestre Victor Hugo Franche-Comté, une création musicale de Vincent Cuvellier et Jean-François Verdier qui « puise dans les mythes américains, les légendes indiennes et la naissance du jazz ». A 20 h le 7, à 19 h le 8 au théâtre Ledoux.
- **Belfort, le 11. « L'Opéta de quat'sous ».** Solène Froissart propose une version de l'oeuvre de Brecht et Weill avec les comédiens de l'atelier adulte du Granit, du Conservatoire et le partenariat des ateliers carton créatif et couture de la Maison de quartier des Forges. A 20 h au Granit, entrée libre.
- **Lure du 14 au 19. « Franches conteries ».** 12<sup>e</sup> édition du festival des arts du récit.
- **Besançon du 28 juin au 2 juillet. « Jazz & musique improvisée en Franche-Comté ».** 10 rendez-vous musicaux au Kursaal. Infos, [aspro-impro.fr](http://aspro-impro.fr)

BESANÇON du 31 mai au 3 juin

## « Emergences »

La semaine bisontine de la nouvelle création invite 3 artistes à se produire pour cette 9<sup>e</sup> édition : le groupe pop/rock Gliz, la chanteuse Marion Roch et la compagnie Prune avec « Vieille branche ». chaque spectacle est à 5 euros. En même temps, chaque soir à 22 h, le festival propose des concerts gratuits dans les bars.

Infos, [besancon.fr](http://besancon.fr)

VAL D'AMOUR du 21 au 26

## Rencontres théâtrales

6<sup>e</sup> édition des Rencontres théâtrales du Val d'Amour, menées par la compagnie l'Etang rouge, avec la participation de François Begaudeau et la présentation de « Cabaret Blaster », spectacle participatif mené avec le chorégraphe marseillais Aurélien Desclozeaux, en clôture.

Programme complet sur [facebook.com/RTVA39](https://facebook.com/RTVA39)

# Appel à jeunes talents

**Le 20 octobre, la Ville de Besançon ouvre la scène de la Rodia aux 12-30 ans. Pour postuler, il faut candidater avant le 31 août en remplissant le bulletin ci-contre.**



Pour se porter candidat, il faut :

- avoir entre 12 et 30 ans
- habiter Besançon
- être musicien(s) amateur(s)
- compléter le formulaire ci-contre sans rien oublier
- et l'envoyer avant le 31 août 2016 à :

[jeunesse@besancon.fr](mailto:jeunesse@besancon.fr)

**+ d'infos**

- Coordination Jeunesse - Ville de Besançon : 03 81 87 80 70
- Maisons de quartiers municipales et associatives
- PIJ de Planoise : 03 81 41 56 58
- CRIJ : 03 81 21 16 16
- [besancon.fr/jeunesse](http://besancon.fr/jeunesse)



## Bulletin de candidature

Individuel       Groupe  
Précisez le nombre de personnes .....

Pour un groupe, indiquez les nom, prénom, date de naissance et coordonnées du référent

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance .. / .. / .....

Adresse .....

Code postal ..... Ville .....

Tél. .... Autres n° .....

Courriel.....

Blog / site web / chaîne YouTube etc.

.....

Si vous n'avez pas de lien Internet à fournir, faites-nous impérativement parvenir un support audio ou vidéo : maquette cd, dvd, fichier mp3, mp4, clef USB etc.

Précisez le style de votre musique (rock, jazz, hip hop, pop, folklore, classique etc.)

.....

### Dites-nous en plus...

sur vous ou votre groupe :

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

sur vos expériences musicales :

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

Bulletin à déposer au CRIJ ou dans votre maison de quartier



# Perspectives de recrutement en hausse

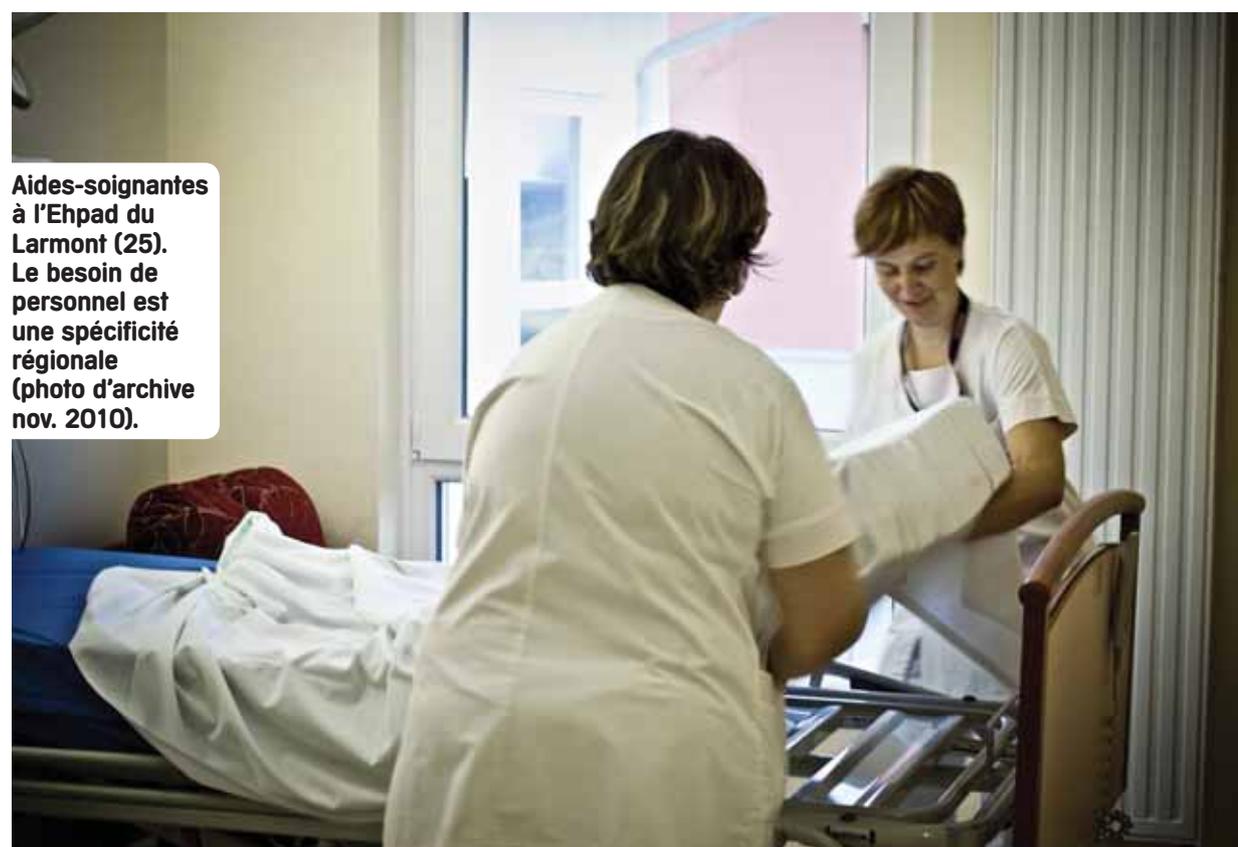
**Pôle emploi et le Crédoc ont publié leur enquête annuelle : on recrute plus en 2016 qu'en 2015. Les métiers de service sont en tête de liste, le BTP rebondit.**

Photos Laurent Cheviet

**S**ur le front de l'emploi, le frémissement annoncé semble se préciser. Entre autres indicateurs positifs, Pôle emploi vient de rendre publique son enquête annuelle dénommée BMO (pour besoins en main d'œuvre). Parmi les chiffres à retenir, celui de 1 827 300 projets de recrutements cette année en France, soit 5,1 % de plus que pour le dernier BMO. Bien entendu, il ne s'agit que de prospective qu'il faut assortir d'un second bémol : 40 % des projets concernent des emplois saisonniers et les motifs des recruteurs sont d'abord le surcroît ponctuel d'activité puis le remplacement de départs bien avant la création de postes (environ 15 % du total).

Le plus grand nombre de projets de recrutement concerne les viticulteurs, arboriculteurs salariés, cueilleurs : à 96 % des saisonniers. Si

l'on s'en tient aux recrutements permanents, les agents d'entretien et Atsem arrivent en tête. Viennent ensuite l'aide à domicile, les aides et employés polyvalents de cuisine, les aides-soignants et les ingénieurs et cadres de l'informatique (tous ces métiers enregistrent plus de 30 000 prévisions d'embauche). L'enquête laisse apparaître que « plusieurs métiers issus des services aux particuliers apparaissent à nouveau cette année parmi les profils les plus recherchés par les employeurs (professionnels de l'animation socioculturelle, serveurs, aides à domicile et aides ménagères, aides-soignants...), illustrant le fait que ce secteur représente toujours 41 % des intentions d'embauche en 2016 ». Pour compléter le tableau, les secrétaires, les attachés commerciaux, les ouvriers non qualifiés de l'emballage et étonnamment les artistes sont les autres métiers à forts projets de recrutements non saisonniers.



**Aides-soignantes à l'Ehpad du Larmont (25). Le besoin de personnel est une spécificité régionale (photo d'archive nov. 2010).**



**Le secteur de la construction affiche la plus forte progression de besoin de main d'œuvre en 2016.**

## Quand le bâtiment va...

Autre remarque qui corrobore le frémissement de reprise évoqué plus haut, « la construction affiche le plus fort taux de progression des besoins de main d'œuvre en 2016 (+ 12,4 %) ».

Dans ce panorama, les perspectives régionales sont très semblables, si ce n'est que les projets d'embauche sont quasiment stables par rapport à l'an dernier (61 563, soit + 0,3 %). Les métiers enregistrant le plus grand nombre de projets sont presque identiques. Parmi ceux qui recrutent le plus, la Bourgogne-Franche-Comté se distingue simplement par une importance relative plus grande des aides-soignants et l'absence des cadres de l'informatique, des attachés commerciaux et des secrétaires. A leur place figurent agriculteurs et ouvriers agricoles, agents d'accueil et standardistes et serveurs. Autre spécificité locale, Pôle emploi note l'augmentation importante des projets de recrutement dans l'industrie manufacturière (+ 16 %). D'après Pôle emploi, il y aura 8025 recrutements à Dijon, 6472 à Besançon, 3572 à Montbéliard et près de 3400 à Chalon et Lons en 2016.

Ces données offrent un éclairage à court terme. Mais elles peuvent également servir sur le long terme : aide à domicile et plus généralement services aux personnes, hôtellerie-restauration, informatique et certains métiers de la santé figurent chaque année parmi les principaux secteurs qui recrutent.

Infos, [bmo.pole-emploi.org](http://bmo.pole-emploi.org)

ENTREPRISE

# Coopilote, appui à la création d'activité

**Cette coopérative regroupe environ 150 entrepreneurs. Particularité : ils ont le statut de salarié.**

Photos Yves Petit

**I**ls sont menuisier, architecte, fabricant de décors, enseignant d'espagnol, conseillère en recherche de financement, graphistes. Des professions très différentes, mais un point commun : ils font tous partie de Coopilote, coopérative d'entrepreneurs dont ils sont salariés <sup>(1)</sup>. Soit un double statut, qui permet de cumuler certains atouts : en tant qu'entrepreneur, l'autonomie ; comme salarié, un contrat de travail et une couverture sociale. Le salaire dépend de l'activité et chacun doit céder une partie de sa marge, mais ils sont unanimes : « On garde les avantages de l'indépendance, mais on est très accompagné. Je m'étais renseigné sur d'autres aides pour entreprendre mais je pense qu'ici on est moins livré à nous-mêmes » annonce Gabriel. « Beaucoup d'éléments sont pris en charge : assurance, compta, gestion, ce qui nous laisse plus de temps pour nous consacrer à notre activité proprement dite » complète Jean-Yves Bouchet, créateur de l'Atelier la Chignole à Cressia pour fabriquer des décors pour le spectacle vivant. Ils sont arrivés à Coopilote entre 2012 et 2015. Tous ont commencé par une période d'accompagnement assortie de formations. « On est vraiment bien suivis et conseillés » soulignent-ils. « Nous avons notre propre siège mais aussi une adresse à Coopilote. C'est un peu particulier quand il faut expliquer aux fournisseurs que l'adresse de livraison diffère de celle de la facturation. Mais c'est un inconvénient léger par rapport aux avantages ». Indice que le concept plaît :

Coopilote suit environ 150 entrepreneurs sur tout le territoire régional. Après Montbéliard et Besançon, la structure va ouvrir une antenne à Lons-le-Saunier. « Ca marche plutôt bien confirme Vincent Girard, le gérant. En 2015, nous avons connu une évolution positive du chiffre d'affaires de 30 à 40 % ».

## Entraide et mutualisation

Effet concomitant, les entrepreneurs, loin d'être en concurrence, vivent la situation dans une logique d'entraide voire de mutualisation. Sur son site, Coopilote annonce vouloir « favoriser les groupements, coopérations, alliances, etc... ». Un pas qu'ont franchi Dorianne et Emmanuel, créateurs de l'agence de graphisme le Labo, en se regroupant également avec d'autres professionnels de la communication dans « la Ruche ». Une dizaine d'autres entrepreneurs ont monté un bureau d'études ingénierie du bâtiment afin de répondre plus facilement aux appels à projets. « Entre créateurs d'activités, on se côtoie ici et on se connaît plus facilement. On discute, on se fait travailler les uns les autres. Cela fait gagner du temps pour trouver des prestataires ou même des clients » ajoute Magali.

Tous signalent que le démarrage semble plus facile que pour une création d'entreprise type. « On peut rapidement démarrer et la nécessité d'avoir des résultats n'est pas si immédiate. On peut tester, changer ». Assez précieux quand on crée une activité d'aide à la recherche de financement comme l'a fait Céline. « Comme on est salarié, on cotise, de telle sorte que si l'activité s'arrête on a droit aux allocations chômage. Cela contribue à être plus serein » complète Elsa. Au terme de l'accompagnement, plusieurs choix s'offrent : poursuivre l'entreprise (ou non) et dans ce cas soit en devenant totalement indépendant, soit en optant pour le statut d'entrepreneur associé de Coopilote.

<sup>(1)</sup> Coopilote accueille des créateurs d'activité dans les domaines suivants : bâtiment, espaces verts, formation, service aux personnes, communication, service aux entreprises.

Infos, contact : 03 81 95 48 91, coopilote.com

Gabriel Martinez, créateur de Construisons logique (bois et paille) à Lons.



Magali Vuillemin, architecte bisontine.



Céline Fleury a créé « Lunaria », conseil pour associations en recherche de financement.

Elsa Pignot, professeur d'espagnol à St-Claude (entreprise « Jeuparlespagnol »).



Dorianne Noriega et Emmanuel Bertron, associés dans l'agence de graphisme le Labo à Avanne



# Bien dans son assiette

# S

**e nourrir de manière équilibrée pour être en bonne santé :** comme vient de le montrer une enquête du pôle agroalimentaire Vitagora, les jeunes ont conscience de cette nécessité. Mais les plus jeunes sont aussi la cible privilégiée de messages publicitaires en contradiction avec cette idée, tandis que les moins jeunes des jeunes, et notamment les étudiants, doivent composer leurs menus avec un pouvoir d'achat faible – quand ils ne privilégient pas les études à l'idée de cuisiner soi-même. Pourtant **manger équilibré est assez facile et ne coûte pas forcément plus cher** comme le pensent les 3 diététiciens interrogés dans ce dossier.

La gastronomie et l'alimentation demeurent « un bastion de l'identité française » chez les jeunes selon la dernière étude de Vitagora. Ils ont le souci de la qualité même si emplois du temps et pouvoir d'achat empêchent parfois la mise en pratique.

## Des jeunes préoccupés par leur assiette

**Le pôle de compétitivité agroalimentaire Vitagora (Dijon) vient de publier une étude sur « les jeunes français et leur assiette », menée par Sociovision.**

**C**onclusion principale, cette population cherche un compromis entre les dynamiques en cours (manger local, sain et authentique) et un emploi du temps serré. « Les 15-30 ans sont une génération qui vit dans un monde où tout va trop vite écrit Rémy Oudghiri, directeur général adjoint de Sociovision. Nous avons donc voulu savoir si cette rupture concernait également leurs habitudes alimentaires ».

Les jeunes gardent en tête l'exemple des moments passés en famille, de ce rituel où l'on prend du temps pour être ensemble et se parler. Ils sont également critique face aux produits transformés et construiraient leur alimentation en tenant compte des recommandations PNNS (programme national nutrition santé) avec des messages comme « cinq fruits et légumes par jour » ou « manger, bouger ». Mais leur réalité c'est aussi peu de temps pour cuisiner en semaine contre une réelle envie de le faire le week-end ; un manque de moyen qui gêne leur motivation et qui se répercute sur le choix de leur alimentation. La plupart se laisse alors tenter par le fait de manger mal et vite.

« S'ils mangent mal un jour, le lendemain, soit ils ne mangent pas soit ils mangent mieux » relate-t-il. En effet, cette génération hyper connectée est exigeante et attentive aux évolutions de la société. Elle est consciente des scandales liés à notre alimentation et la plupart essaie bon gré mal gré d'en tenir compte au quotidien. Les bienfaits et méfaits des produits sur la santé font partie de ses préoccupations. Fidèle à une certaine tradition française, il y a un réel intérêt de sa part pour l'histoire des produits et des producteurs. Ceux qui sont soucieux de leur assiette ont tendance à préconiser les petits prix, mais à faire eux même à manger.

Pour consulter l'étude : [vitagora.com/fr/actualites/actualites-2016/etude-exclusive-jeunes-alimentation](http://vitagora.com/fr/actualites/actualites-2016/etude-exclusive-jeunes-alimentation)



Lire sur [topo-fc.info](http://topo-fc.info) :  
**2 étudiants sur 5 ont une alimentation déséquilibrée**



### ► BOISSONS ÉNERGISANTES

Elles n'améliorent pas la performance sportive, sont trop sucrées et, riches en caféine, favorisent la déshydratation. Quand on fait du sport, il vaut mieux **boire de l'eau, manger une banane ou des fruits secs.**

### ► MICRO-ONDES

Ce mode de cuisson **détruit une grande partie des valeurs nutritives des aliments** (phytonutriments, vitamines...) : **60 à 90 %** de l'énergie vitale d'un aliment sont supprimés par le micro-ondes. Et l'aliment modifié provoque des désordres digestifs. De surcroît, l'utilisation de récipients en plastique laisse échapper des particules toxiques.



### ► EXAMENS & MAUX DE VENTRE

Les maux de ventre liés au stress (facteur d'acidité) **peuvent être atténués par l'alimentation** : boire beaucoup, enrichir sa flore intestinale avec des fruits, des légumes, des céréales de qualité, des poissons blancs.

### ► ALIMENTS ALLÉGÉS

« Light, 0 %, sans sucres ajoutés » : des mentions qui masquent en réalité des aliments **remplis d'édulcorants, agents de saveurs, colorants et autres conservateurs.**

► **NUTRIBIRD.FR** : un serious game **sur le thème de la nutrition ludique**, qui propose des questions et messages de prévention sur les comportements alimentaires, l'importance de l'activité physique, de la consommation de fruits et légumes... Plutôt pour les plus jeunes mais chacun peut y jouer pour réviser ses connaissances.

# « On peut se nourrir comme il faut avec peu de moyens »

Entretiens avec 3 diététiciens exerçant dans la Région. Retrouvez les interviews complètes sur [topo-fc.info](http://topo-fc.info)

**Karine Mathieu** exerce comme diététicienne nutritionniste comportementaliste à Lons-le-Saunier depuis 2010. Elle s'est également occupée d'adolescents obèses à la Beline (Salins-les-Bains) jusqu'en 2014.

## Voyez-vous beaucoup de jeunes en consultation ?

J'en vois mais ce n'est pas le public principal. En réalité, c'est assez réparti dans tous les âges.

## On peut manger n'importe comment en étant riche. Mais peut-on bien manger sans beaucoup de moyens ?

Je dirais que oui. De manière équilibrée mais également du point de vue de la qualité. Il est vrai qu'acheter des fruits et légumes bio revient plus cher, mais c'est de meilleure qualité. Il faut faire une comparaison juste. Prenez les steaks hachés. Ils vont être moins chers en supermarché qu'en boucherie mais aussi moins riches en protéines donc moins intéressants pour la santé et moins rassasiant. Donc, à poids équivalent, manger de bons produits n'est pas forcément moins rentable. Sur certains aliments, il est fort possible de privilégier la qualité à la quantité.

## Faut-il éviter certains aliments ?

Dans ma pratique de diététicienne, je n'interdis aucun aliment. Je m'intéresse au comportement et je réapprends aux gens à manger par rapport à leur faim et à leur rassasiement. Il faut aussi réapprendre à se faire plaisir en mangeant. J'estime qu'on a trop médicalisé l'alimentation. Il est important de respecter ses envies gustatives. Si on nous interdit de manger du chocolat, on se retient jusqu'à ce que le chocolat un jour devienne irrésistible et cela ça devient une compulsion. Il faut plutôt être à l'écoute de ses envies.

## Mais répondre à ses envies à tout moment peut être néfaste.

Je pense au contraire qu'il faut savoir s'écouter. Si on ne le fait pas, on se restreint complètement mais à un moment on va lâcher, ne plus rien contrôler et partir dans un cercle vicieux. Plus on se restreint, plus on a envie de transgresser. C'est pour ça que les régimes ne fonctionnent pas à long terme. Lorsqu'on atteint l'objectif

d'un régime, on a tendance à retrouver les éléments plaisir de l'alimentation, à se jeter sur ce que l'on s'était interdit et à reprendre tout ce qu'on avait perdu. Et plus on fait de régime, plus le corps résiste et plus le poids de forme augmente. Les régimes mènent souvent à des troubles de comportements alimentaires (restriction, compulsion, grignotage pathologique, boulimie, anorexie...).

## Que préconisez-vous ?

De faire en sorte que s'alimenter ne pose plus de problème. Je ne travaille que si la personne ne se sent pas bien pour l'aider à retrouver un rapport serein à l'alimentation. Il faut aussi avoir en tête que poids et santé sont deux choses différentes. La question est d'être bien dans ses baskets.

## S'écouter mène-t-il à la modération ?

Si l'on apprend à déguster les aliments. Si l'on déguste, on laisse le temps de s'imprégner du goût et à un moment cela devient désagréable et on s'arrête de manger. Si on mange trop rapidement, on n'a pas le temps de ressentir le goût et d'être saturé.

## Il y a aussi des problèmes liés aux incitations extérieures.

C'est vrai que nous sommes dans une société de profusion alimentaire avec beaucoup de messages incitatifs. On nous fait manger de plus en plus de sucre. Il y a du sucre ajouté dans les produits cuisinés industriels. Mon seul petit conseil est d'éviter ce genre de produits. Mais allez trouver un yaourt sans sucre : il n'y en a pas beaucoup dans les rayons.

## Les jeunes sont une clientèle de fast-food. Qu'en pensez-vous ?

À l'adolescence, on se cherche, on est entre deux, on est en opposition avec l'adulte notamment par la nourriture. Pizzas, kebabs, fast-food : on est tous passés par là et à une époque ce n'était pas aussi diabolisé. Mais à mon sens aucun type d'alimentation n'est à interdire.

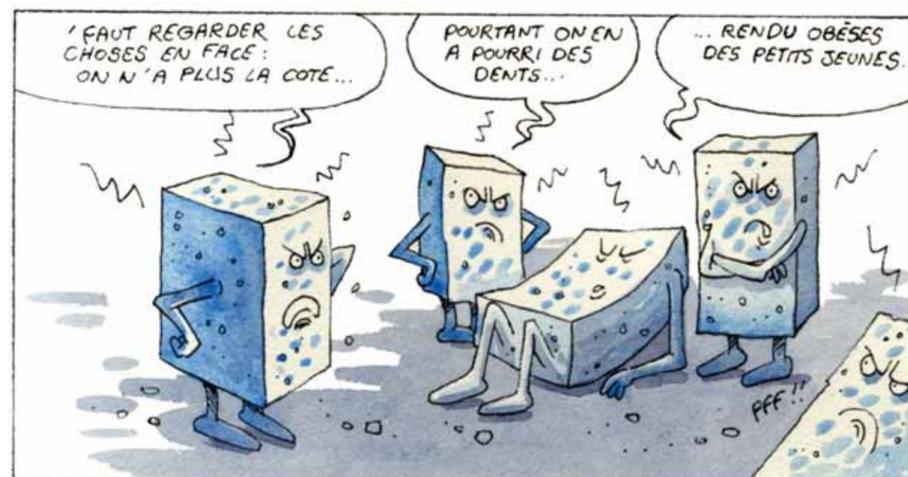


Photo Yves Petit

**Thomas Pierret** a ouvert son cabinet de diététicien nutritionniste à Dijon en novembre 2015, après avoir travaillé 4 ans en hôpital.

## Voyez-vous beaucoup de jeunes en consultation ?

Il y en a, mais ce n'est pas le plus fréquent. L'alimentation n'est pas leur préoccupation. Lorsqu'on en voit, c'est surtout pour des troubles comme l'anorexie ou des comportements pas trop dans la norme comme les régimes végétariens.

## Peut-on bien manger sans beaucoup de moyens ?

Oui. D'autant que les fast-foods ou les plats cuisinés coûtent plus cher que de faire un repas chez soi. Et la qualité nutritionnelle est quasiment nulle. Il y a en tout cas moins d'apport que si on se fait soi-même à manger, à un âge où les besoins sont importants.

## Certains aliments comme le sucre sont sujets à message contradictoires.

Le sucre, le glucose, reste un aliment superflu sauf si l'on a une activité physique. L'excédent de glucose est transformé en graisse ce qui conduit à des risques d'obésité et de diabète.

## Le lait est lui aussi parfois remis en question.

C'est vrai que tout ce qui est lait n'est pas forcément bon en soi. Il apporte du calcium, mais il y a d'autres sources possibles.

## Le grignotage est-il un problème ?

C'est souvent le résultat d'un déséquilibre. On voit par exemple que le petit déjeuner est souvent sauté. Or il devrait représenter au moins 20 % des apports caloriques de la journée, notamment chez les enfants et les adolescents. De manière générale, si on saute un repas, on a tendance à compenser par du grignotage. Et comme le réflexe n'est pas de s'orienter vers un fruit, on augmente la charge calorique. Le mieux est de respecter un rythme alimentaire.

## On voit tous types de régimes pulluler dans les journaux. Est-ce un problème ?

Dans les journaux, mais aussi à la télé. Oui c'est un problème car ils ne tiennent pas compte du métabolisme et de la dépense énergétique de base d'une personne. Les régimes donnent des recommandations en deça de la norme. Dès que l'on fait un écart à ce régime, le corps utilise le superflu pour refaire ses réserves énergétiques et les stocker. En général, cela se produit lorsqu'on atteint l'objectif du régime. On a alors tendance à se laisser aller à un ou deux écarts et assez rapidement le corps reprend le poids perdu. C'est un effet yo-yo commun à tous les régimes.

**Ophélie Seguin** est diététicienne dans un centre de rééquilibrage alimentaire à Vesoul.

## Voyez-vous beaucoup de jeunes en consultation ?

Cela arrive. Je constate en tout cas de plus en plus de cas d'obésité sévère ou modérée à 23 - 24 ans.

## Les jeunes se disent-ils que la jeunesse minimise les effets d'une mauvaise alimentation ?

Peut-être mais le problème est que les soucis de diabète, de cholestérol, etc. arriveront par la suite. Plus on a une mauvaise alimentation jeune et plus les pathologies liées risquent d'arriver tôt.

## Peut-on bien se nourrir avec peu de moyens ?

Oui. Je parle souvent de surgelés. Les légumes surgelés ne sont pas chers et en termes nutritifs ne sont pas mauvais. Pas aussi bons que le frais mais meilleurs que les boîtes de conserve. Cela permet d'avoir des portions de fibres sans se ruiner - en ayant la cuisson qui convient. Et même dans les magasins discount, on peut trouver de tout, des fruits et légumes, et bien s'alimenter. L'essentiel est ne pas acheter de plats cuisinés tout prêts.

## Les jeunes sont aussi une clientèle de fast-food. Qu'en pensez-vous ?

Il y a un aspect plaisir qu'il ne faut pas interdire mais il faut que cela reste occasionnel. Et il faut faire attention à ce que l'on dit : le Big Mac est par exemple moins calorique qu'une salade de fast-food. Si l'on y va une fois tous les 15 jours ou 3 semaines, ce n'est pas catastrophique. Et il vaut mieux y aller le midi que le soir.

## La tendance à ne pas prendre de petit déjeuner est-elle néfaste ?

C'est le repas le plus important de la journée ! Il devrait être le plus complet, avec des féculents, des produits céréaliers. En tout cas, il ne faut pas le loucher. Sinon on risque d'être fatigué, de ne pas tenir parce qu'on n'a pas les calories qu'il faut et de grignoter pour compenser.

## En revanche, le repas du soir doit être léger.

Effectivement. Pour bien se reposer, il faut faciliter la digestion de la nuit, donc manger léger en gardant une base de légumes, de produits laitiers.

## Le lait pose actuellement question alors qu'à ne époque l'image d'un produit sain était véhiculée.

C'est vrai. On peut se demander si ce n'est pas un effet de mode comme pour le gluten. Personnellement, je conseille quand même des produits laitiers chaque jour. Je ne pense pas que ce soit néfaste à petite dose. Dans l'équilibre alimentaire, on a besoin de tout.

# « Améliorer son alimentation donne rapidement des résultats »

L'an dernier, Virginie Parée, conférencière spécialisée en nutrition, publiait un livre sur la nourriture et la santé des ados.

**S**on titre : « Mais pourquoi personne ne nous le dit ? ». Un titre qui peut sembler étonnant tant les messages à propos de la nourriture sont nombreux – et il faut bien le dire parfois contradictoires. Pourtant c'est en réponse à cette question maintes fois entendue de la part d'ados qu'elle a décidé d'écrire cet ouvrage. Il s'adresse directement aux jeunes, dans un langage simple et déculpabilisant. Après avoir posé les bases de la situation actuelle, des spécificités propres à l'âge adolescent, de leurs comportements alimentaires et des messages véhiculés par les médias et la pub (produits gras et sucrés vs mannequins au corps filiforme), elle propose des solutions pour mieux manger, en précisant « *qu'améliorer son alimentation donne des résultats perceptibles très rapidement* ». A contrario, mal se nourrir ou de façon déséquilibrée mène à des conséquences parfois insoupçonnées : surpoids certes, mais aussi ingestion de toxines, problèmes d'acné, d'haleine ou de concentration !

« Mais pourquoi personne ne nous le dit ? », éditions Mosaïque-santé, 14 euros.

## ► LE LAIT SELON VIRGINIE PARÉE

« L'adolescent et l'adulte n'ont pas besoin de lait. C'est d'autant plus vrai qu'au-delà de 7 ans, beaucoup d'enfants perdent les enzymes permettant de digérer correctement le lactose (sucre du lait). De plus, le lait contient les résidus des traitements hormonaux et antibiotiques donnés aux vaches (...). Les adolescents qui diminuent ou stoppent leur consommation de lait voient l'état de leur peau s'améliorer et les rhumes et autres désagréments de l'hiver se raréfier ». Le calcium est nécessaire mais « amandes, oranges, sardines, légumes verts en apportent en quantité »

Le saviez-vous ?

## Ses principaux conseils :

→ « plus un aliment est **proche de son état naturel**, plus il est riche en nutriments. S'il est issu de l'agriculture biologique, il aura l'avantage d'être dépourvu de substances toxiques ».

→ fruits, légumineuses, oléagineux, légumes, céréales non raffinées sont **tous favorables** à la santé

→ choisir des **fruits et légumes de saison** car ils correspondent aux besoins métaboliques du moment (et plus ils viennent de loin, plus ils sont appauvris)

→ **manger devant la télé est néfaste** car cela interfère sur les sensations de **goût et de satiété**. « La prise alimentaire étant machinale, elle induit une absorption trop importante ».



→ pour la cuisson, il vaut mieux utiliser des récipients **en terre cuite, fonte, inox, céramique** que le silicone, l'aluminium, le téflon ou le plastique (utilisé au micro-ondes, il laisse échapper de nombreuses particules toxiques).

→ les calories dépendent de la façon dont on métabolise les aliments : « 500 calories de pain industriel et 500 calories de clémentines **ne font pas du tout** le même effet sur l'organisme ». Les premières favorisent la prise de poids, les secondes sont positives pour la santé.

→ le contrôle des sucres est beaucoup plus conséquent. Le critère essentiel est l'index glycémique : plus il est élevé, mieux il vaut éviter l'aliment. Selon son tableau des IG, chips, frites, sodas, corn-flakes, pop-corn, baguette blanche, croissants, huile de palme font par exemple partie **des aliments à éviter**.

→ **les oméga 3 sont bienfaiteurs**. On en trouve dans les noix de Grenoble et les petits poissons (sardine, hareng, maquereau).

→ il est conseillé de consommer **70 %** d'aliments basiques et **30 %** d'aliments acides. Selon Virginie Parée, l'alimentation des jeunes est **trop acide et trop sucrée**.

→ **elle résume** : un adolescent a surtout besoin de glucides naturels (pâte et riz complet, légumineuses), de lipides de qualité (poissons gras, noix, noisettes...), de protéines (poisson, volaille, viande rouge sans excès), de fruits et légumes.

RÉGION

# En route vers l'autonomie grâce à la région !



**Le programme d'aide au permis de conduire en faveur des 16-25 ans va être déployé dans toute la Bourgogne-Franche-Comté. Objectif : participer à l'insertion sociale et professionnelle des jeunes, tout en favorisant l'égalité des chances.**

**C'**est une bonne nouvelle pour les jeunes de Bourgogne-Franche-Comté ! L'aide au financement du permis de conduire, lancée en 2011 en Bourgogne, sera étendue à tout le territoire à partir de cet été. Cette aide d'un montant de 500 euros est accordée par la région aux jeunes de moins de 26 ans inscrits dans une auto-école de la Bourgogne-Franche-Comté et répondant à certaines conditions. Ils doivent ainsi être engagés dans un parcours professionnel (formations de niveaux IV ou V : CAP, baccalauréat professionnel, apprentissage, alternance...) ou demandeurs d'emplois (sortis de ce parcours depuis moins d'un an ou en formation continue). Selon les cas, cette aide pourra être attribuée sous conditions de ressources (foyer fiscal en Bourgogne-

Franche-Comté). Pour les personnes en situation de mobilité réduite, elle est accordée jusqu'à l'âge de 30 ans et les conditions de situation scolaire/professionnelle et de ressources financières ne sont pas appliquées. En contrepartie de cette aide, les jeunes doivent effectuer 15 heures de bénévolat dans une association de leur choix.

### La jeunesse, priorité absolue pour la région

Plus de 4500 jeunes ont à ce jour bénéficié de cette aide et, parmi eux, Jason Guimaret de la Chapelle-de-Guinchay en Saône-et-Loire. « L'aide de la région m'a permis de ne pas avoir de rupture dans mon apprentissage de la conduite. Elle était importante pour moi, pour pouvoir effectuer les trajets dans le cadre de ma formation à Montceau-les-Mines. J'ai aussi bien aimé mes heures de bénévolat lors desquelles j'ai rencontré pas mal de

gens pour l'organisation de la fête de la musique dans ma commune », témoigne le jeune homme. Ce dispositif est déployé sur l'ensemble du territoire grâce à un partenariat fort avec le réseau des missions locales. « La politique de la région Bourgogne-Franche-Comté en faveur des jeunes s'attache à mettre en œuvre toutes les conditions indispensables à la réalisation de leurs ambitions et de leur réussite personnelle et professionnelle. Le dispositif d'aide au financement du permis de conduire que nous avons décidé d'étendre à tout le territoire répond pleinement à cet objectif. Il vise aussi à soutenir le pouvoir d'achat des jeunes. La jeunesse est une priorité absolue pour la région qui lui consacre près de la moitié de son budget 2016 et une centaine de dispositifs et d'actions dédiés », rappelle Patrick Molinoz, vice-président chargé de la jeunesse.

Infos, [bourgognefranche-comte.fr](http://bourgognefranche-comte.fr)

# Game of drones

**Avec la technologie, les drones se répandent. Si l'on peut en acheter facilement et à bas prix, tout n'est pas permis. Jean-Philippe Culas, créateur de CM Drones à Besançon, explique.**

Photo Laurent Cheviet

**I**l a travaillé pour « Des racines et des ailes » ou « Echappées belles ». L'un des ses drones est au Spitzberg avec une équipe de recherche sur la calotte glacière. D'autres vont prochainement équiper ERDF. Pour l'instant hébergé à Temis, la société CM Drones va prochainement devoir trouver plus d'espace. A l'image de l'évolution technologique récente, la société créée il y a un an et demi et comptant actuellement 6 salariés a de belles perspectives. Passionné et autodidacte, Jean-Philippe Culas rappelle quelques éléments fondamentaux à connaître avant de s'équiper.

## Comment peut-on définir un drone ?

C'est un véhicule sans pilote à bord qui peut être aérien mais aussi terrestre, aquatique, sous-marin, hybride. Les robots de déminage sont des drones par exemple. Mais en général le mot est plutôt utilisé pour des appareils destinés à faire du travail tel la prise de vue, le contrôle de toiture, etc. Dans le cadre du loisir, cela reste de l'aéromodélisme ou du modélisme.

## Les modèles aériens sont les plus connus. Ce sont aussi ceux pour qui la réglementation est la plus exigeante. Est-elle la même pour le loisir et l'activité professionnelle ?

C'est vrai que c'est surtout ce qui vole qui pose problème. Il y a quelques années, les gens se contentaient d'aller sur les terrains d'aéromodélisme. Aujourd'hui ce n'est plus le cas et la législation s'est durcie. Il existe deux réglementations qui dépendent de l'usage professionnel ou de loisir, quel que soit le poids de l'appareil <sup>(1)</sup>.

Mais dans les deux cas, l'utilisation relève de la réglementation applicable à l'aviation civile. Il faut savoir que même dans son jardin, l'espace aérien ne nous appartient pas. Il est interdit de faire voler un drone sans autorisation en agglomération, dans certaines zones militaires ou à proximité des aéroports, à plus de 150 m de haut, au-dessus d'un rassemblement. C'est assez restrictif mais assez simple. Une plaquette d'information doit être distribuée avec chaque appareil. Celui qui dit ne pas être au courant, c'est qu'il ne voulait pas. En cas de non-respect, on s'expose à une amende pouvant aller jusqu'à 75 000 euros et à un an d'emprisonnement. Pour les utilisateurs professionnels, c'est beaucoup plus compliqué : il faut déposer un manuel d'activité à la direction de l'aviation civile et faire des demandes d'autorisation précisant comment et où va être utilisé le drone. Chez nous, cela occupe une personne à plein temps. J'ajouterais qu'il faut une formation, un peu comme une auto-école. Mais c'est moins long : il nous faut 3 jours pour apprendre à une personne le B.A.-ba, la sécurité, ce qu'il faut faire et ne pas faire. On lui apprend également à monter un drone de A à Z, ce qui lui permet de savoir de quoi il parle et de savoir réparer.

Malheureusement, il y a beaucoup de gens, particuliers mais aussi professionnels, qui n'y connaissent strictement rien. Et des professionnels qui font n'importe quoi, il y en a : ils ont des appareils ni homologués ni assurés qu'ils utilisent sans autorisation ni sécurité en pleine ville. Récemment, en Italie, on a vu un drone tomber juste derrière un skieur en compétition. Théoriquement, si l'on respecte la législation, cela ne peut pas arriver en France.



## La prise de vue et la vidéo sont-ils autorisés en mode loisir ?

Uniquement pour usage personnel. Si l'on prend des photos avec un drone et qu'on les cède, cela peut être assimilé à du travail non déclaré, donc illégal. Il faut aussi avoir en tête un autre aspect, celui de l'atteinte à la vie privée et du droit à l'image. Une vue générale d'un lotissement ne pose pas de

problème si le cliché n'est pas dirigé sur une personne. L'article 9 du code civil s'applique pleinement.

<sup>(1)</sup> Il existe des règles générales pour tous les drones de loisirs et des règles plus spécifiques pour les drones pilotés à distance grâce à la vidéo ou pour les drones autonomes qui se pilotent tout seul grâce à une IA ou un programme de vol préprogrammé.

# Clair et Net'25, entreprise écoresponsable

**A 25 ans, Amina Hamadache vient d'ouvrir sa société de nettoyage et de déménagement à domicile à Besançon.**

Photo Laurent Cheviet

## Parcours professionnel

Amina Hamadache a passé un BTS transport de marchandise, avant de s'inscrire à la Dreal <sup>(1)</sup> en tant que déménageur professionnel. Pendant ses années d'études, elle a parfois travaillé en tant qu'agent d'entretien. Par la suite, se trouvant en congé parental, elle a pu prendre le temps de réfléchir à un nouveau départ professionnel. « Depuis longtemps j'avais envie de créer ma propre entreprise. Pour créer mon emploi, le développer et créer de l'emploi pour d'autres ».

Amina s'est formée seule sur internet. Elle a participé à des ateliers d'information sur la création pour découvrir le réseau BGE Franche-Comté <sup>(2)</sup>, un accompagnateur aux porteurs de projets : « c'est là où mon projet a démarré. Ils m'ont apporté les réponses qui me manquaient, tout en m'accompagnant ».

## L'entreprise et ses services

Clair et Net'25 est, pour le moment, une société qui se déplace. « Notre siège social, c'est notre domi-

cile, on n'a pas encore de bureaux pour accueillir du public. On se déplace chez les gens, mais pour la suite, avec d'autres moyens pourquoi pas ? »

L'entreprise propose deux genres de services : nettoyage et déménagement ou les deux en complémentarité. Les employés interviennent dans le grand Besançon et sur les petites communes aux alentours. Sur le plan du déménagement, ils peuvent se déplacer dans toute la France et en Suisse.

## Une entreprise engagée

Clair et Net'25 utilise une méthode de travail écologique et économique. « Ne pas gaspiller beaucoup d'eau, maîtriser l'utilisation de tout ce qui est électricité, respecter les écogestes... » C'est avec des produits essentiellement naturels ou à défaut des produits écolabellisés que ses employés travaillent. « Même pour ce qui est de la rénovation de sol, on n'utilise jamais de produits non labellisés ». Amina est aujourd'hui à la tête d'une entreprise, elle veille à la satisfaction des clients, à la qualité

du travail, et essaye de développer l'organisation en soignant ses prestations. Par la suite, elle aimerait obtenir le statut d'entreprise d'insertion.

## Conseils pour les jeunes

« Croire en son idée, la faire ensuite valider par des spécialistes de la création d'entreprise et se faire entourer par des professionnels dès le départ ». De cette manière, le gain de temps est considérable.

« Etant motivée, soutenue et épaulée par BGE FC et aussi par l'Adie <sup>(3)</sup>, le financeur de mon projet, je ne me suis pas arrêtée devant les obstacles. J'ai pu les surmonter, mais avec beaucoup de motivation ».

Laura Duprez

<sup>(1)</sup> Direction régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement : [bourgogne-franche-comte.developpement-durable.gouv.fr](http://bourgogne-franche-comte.developpement-durable.gouv.fr)

<sup>(2)</sup> Organisme d'aide à la création d'entreprise : [bgefc.org](http://bgefc.org)

<sup>(3)</sup> Organisme de microcrédit : [adie.org](http://adie.org)



Soutenue par BGE et l'Adie, Amina a également été récompensée par les concours Talents des cités et Initiative au féminin.



## Le style Oblique

### Quatre Bisontins de 26 et 27 ans se sont lancés dans un ambitieux projet musical de « progressive hop ».

Photos Yves Petit

**P**our ses débuts, Oblique distille sa production au compte-goutte : 4 titres sont apparus sur son bandcamp <sup>(1)</sup> en février, 4 autres fin mai. Les 4 prochains seront disponibles en septembre. A ce moment-là, le premier projet du groupe sera complet : il s'agit d'« **A ballad thru Obliquity** », dont les 12 titres illustrent 12 chapitres d'un texte écrit par Simpson. L'histoire d'un homme qui redécouvre la ville qui l'a vu grandir. « C'est son journal ou son carnet de bord. Il raconte ce qu'il vit et ce qu'il pense avec des moments un peu oniriques nés d'une frontière floue entre ce qui lui arrive et ce qu'il imagine ». La musique illustre cette histoire dans une sorte de concept album complété par des illustrations du collectif parisien DuVent. Au bout du projet, matériellement il y aura peut-être un disque et avec certitude 6 journaux imprimés et des gravures numérotées de 1 à 500. Ces objets sont déjà disponibles lors des concerts du groupe.

Ils sont également en vente à prix libre sur le bandcamp <sup>(1)</sup>.

Oblique est un groupe neuf mais loin d'être inexpérimenté. « On a créé le groupe en janvier pour adapter en live la musique des EP ». Sur scène, l'auteur des textes est à la basse et aux machines. Simpson joue aussi avec Preacherz, Phonograff et Clara Yucatan, mais il est au cœur d'Oblique, incarnation de son projet personnel. Avec lui, Félix (saxophone, synthés, chant), Sélim (flûtes), Anthony (basse et machines). Tous ont des activités musicales parallèles, certaines ayant déjà une petite réputation comme Pira.Ts dont fait partie Sélim. Anthony est aussi dans Of June et Blevnoir. Quant à Félix, il cumule un projet solo (Felp), un autre avec Miqi O et des participations à divers collectifs répondant aux noms de Chienvoler, les Guerres d'Amour, Bellflower, Dondepiano. Des noms moins évocateurs par ici car il s'agit de groupes de Montréal où Félix s'est expatrié depuis 8 ans. La musique d'Oblique est le fruit de sa collaboration avec Simpson. « On avait envie de travailler ensemble mais ce n'est pas très facile quand on est éloigné. Je me suis rendu à Montréal et Félix est revenu à Besançon en début d'année. On avance plus vite et mieux quand on est ensemble physiquement, l'échange est immédiat ».

Cela donne du progressive hop, un nom qu'ils ont adopté parce qu'il en faut un, « mais cela ne ressemble directement à rien de particulier. Il fait référence au rock prog et psyché pour le côté contemplatif, complexe, les structures qui changent mais rythmiquement, on est plus dans la tradition afro-américaine soul et hip-hop. Il y a de l'electro parce que c'est notre époque et des samples

### « A BALLAD THRU OBLIQUITY »

Les goûts musicaux du groupe sont très éclectiques. Spontanément, Félix cite la Turque Selda, Roland Kirk et Beck ; Simpson Heimat, Sufjan Stevens et le Réunionnais Alain Peters tandis qu'Anthony serait plus rock et electro. Effectivement, l'écoute des 8 premiers titres, très instrumentaux, fait penser à beaucoup de choses – mais l'ensemble à rien de particulier.

« **Gateness** » évoque la soul des seventies, « **le Garage** » a des accents trip-hop, « **Baron square** » commence comme une musique de film avant de verser dans le jazz psychédélique, « **Along feeler** » peut faire penser aux premiers travaux de DJ Vadim. Quant à « **Ghost islands** », elle débute comme un inédit de Sparklehorse puis bifurque ballade country (mais le genre reste incertain).

Infos, [facebook.com/thruobliquity](https://facebook.com/thruobliquity)

De g. à dr. Félix, Simpson, Anthony et Sélim.



qui vont chercher dans le jazz ou le funk ».

### « Étaler les sorties pour intriguer »

« Tous les morceaux sont prêts mais on a choisi d'étaler les sorties pour intriguer, pour que ça passe moins inaperçu que si on donnait tout d'un coup. On est sur un rythme lent parce que c'est aussi un projet qui prend du temps avec les journaux et les illustrations à imprimer. Peut-être qu'après on partira sur un truc plus simple ». Ils n'en sont pas là. Après une résidence à la Rodia, ils s'apprêtent à partir en tournée au Québec du 4 au 16 juin grâce à l'aide du Clap, de la Région Bourgogne-Franche-Comté et de l'Office franco-québécois pour la jeunesse. Ici, on pourra les revoir à la rentrée. Un concert est d'ores et déjà prévu au Moloco le 14 octobre.

S.P.

<sup>(1)</sup> [thruobliquity.bandcamp.com](https://thruobliquity.bandcamp.com)

CULTURE

# Monsieur Pink, quatuor rock percutant

**Après « Road is home », album très réussi, le groupe irlandajo-jurassien poursuit sa route en donnant toute sa mesure sur scène.**



**A**u début, il y avait the Washing Machine Cie. Désormais, il y a Catfish et Monsieur Pink, deux groupes issus du premier en 2011, pour le plus grand bonheur des amateurs de rock. Deux groupes de la maison jurassienne Troll's prod à haute valeur énergétique, très efficaces sur scène. Et deux groupes chacun auteur d'un album très réussi.

Celui de Monsieur Pink s'appelle « Road is home », nom qui convient bien à un album avec lequel le groupe est reparti sur les routes en 2015, un peu partout en France comme au festival de la Paille, à Europopcorn et plus récemment à Micropolis en première partie de Brigitte. Ils ont également joué aux côtés des Wampas et du Peuple de l'Herbe.

Le groupe est un quatuor de compositeurs. Julien Bolby Bonnet est guitariste et aussi pratiquant de lap steel, une guitare de type hawaïen qui se joue à plat. Anthony Negrello est à la batterie et aux chœurs, Johann Cortinovic à la basse et aux chœurs également. Kevin Twomey, qui a pris le chant depuis sa rencontre avec les trois autres membres en 2011, est auteur, chanteur et guitariste.

« Road is Home » est un mélange des styles musicaux et des personnalités du groupe, ce qui rend l'album varié. Avant de rencontrer leur futur chanteur, les trois musiciens avaient déjà quelques compos dans leur fonds de caisse. Kevin est arrivé, a étudié leur son et intégré sa voix dessus. Il est Irlandais, un avantage pour chanter dans la langue du rock. Il y a aussi d'autres titres qu'ils ont composé tous ensemble. Pour enregistrer sa musique, le quatuor s'est enfermé quinze jours dans un studio du sud-ouest de la France. « C'était un grand studio qui était équipé en assez haute qualité, avec des préamplis haut de gamme et puis l'espace de prise de son était immense relate Djo, le bassiste. Ca a rendu un double son assez bon ! ».

Ils sont assez fiers du résultat, leurs mélodies tapent dans l'esprit rock tout au long du CD, ce qu'ils recherchaient avant tout. Les textes quant à eux, sont imprégnés d'autobiographie du chanteur. « C'est beaucoup des petites histoires plus ou moins vécues ou plus ou moins proches de la réalité qu'il transforme pour les chansons. Sinon il n'y a pas de messages précis, on essaye surtout de faire des sons qui donnent un peu

la pêche ». S'ils se rejoignent sur ce point, celui d'aimer et de faire du rock percutant, ils ne revendiquent pas les mêmes influences. « C'est très varié à ce niveau, on a chacun sa petite patte, on n'écoute pas les mêmes CD ».

Le chanteur tape plutôt dans la musique pop anglo-saxonne et vintage, créneau Iggy Pop et David Bowie. Bolby le guitariste aime le stoner comme Queens of the Stone Age ainsi que le rock progressif et psychédélique tel que Pink Floyd et Jimmy Hendrix, une de ses grandes références. Djo rejoint Bolby en ce qui concerne le faible pour le metal, en ayant aussi une oreille penchée du côté du rock alternatif tel que les Pixies et Foo Fighters.

En ce moment ils sont en cours de booking. Ils travaillent sur un EP, et pour cela, ils ont décidé de retourner s'enfermer en studio, dans le Jura cette fois. Ils y composent et font le mixage chez eux. Pour le moment ils ont trois titres bien peaufinés qui devraient sortir bientôt. Ils ont également l'objectif de faire des vidéos, pensant à la réalisation d'un clip pour mettre en valeur un titre de l'album « Road is home ». Et ils continuent à tourner. Ils joueront notamment le 3 septembre 2016 à Rock en plaine, festival se déroulant à Varennes-Vazelles, dans la Nièvre.

Laura Duprez

Les suivre : [monsieurpink.com](http://monsieurpink.com) / [trollsprod.fr](http://trollsprod.fr)

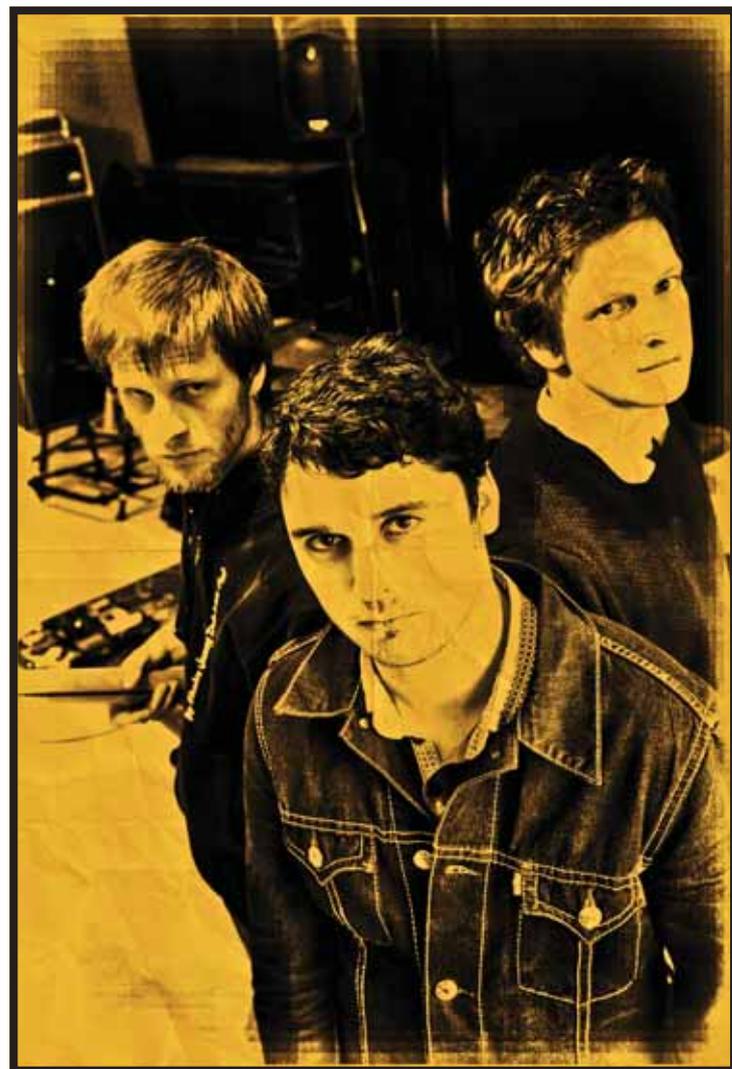


Photo Laurent Cheviet



Photo Rouge Poisson

**Le groupe travaille actuellement sur un EP qu'il espère sortir prochainement (à dr. dans le studio de Troll's prod au Frasnois (39)).**



# Le Crédit Mutuel donne le LA à toutes les musiques, tous les talents !

**C**ela fait maintenant douze ans que le Crédit mutuel donne le « LA » à travers les parrainages de très grands mais aussi de petits festivals de musique aux quatre coins de l'Hexagone. Du rock à la variété française en passant par la musique classique ou le jazz. Toutes les musiques, tous les talents sans exception, c'est l'esprit même du mutualisme !

Ainsi le Crédit Mutuel accompagne un grand nombre de festivals de l'Hexagone comme le Printemps de Bourges, les Vieilles Charrues à Carhaix ou encore Rolling Saône... tout en étant partenaire des événements musicaux de la télévision comme « les Victoires de la musique » ou « les NRJ Music Awards » ainsi que du monde du spectacle comme le « Roi Soleil », « la Tournée Stars 80 » ou encore « Robin des Bois ».

Outre cet accompagnement, la Banque met un point d'honneur au soutien des acteurs de la musique au quotidien au travers des associations et des projets qui favorisent l'accès à la musique. Comme par exemple, les Jeunesses Musicales de France, qui organisent 2 000 concerts par an pour les élèves du primaire et

du secondaire ou la Confédération musicale de France, qui rassemble plus de 700 000 musiciens dans 6000 écoles de musique.

Dans cette même optique de diversification et de faciliter l'accès à toutes les musiques, le Crédit Mutuel a voulu offrir à tous les fans de musique un service et un environnement pour partager et vivre leur musique. Voilà comment est né une plateforme entièrement dédiée à la musique : [riffx.fr](http://riffx.fr)

## Une plateforme digitale autour de la musique

### Riffx.fr by Crédit Mutuel : pourquoi ce nom ?

**Riff** : en jazz et en rock, un fragment mélodique de deux ou quatre mesures est une figure rythmique appelée riff.

**X** : rappelle l'importance du X-Factor en musique, ce petit plus qui distingue un musicien doté d'un vrai talent. Et fait aussi référence à la communauté, au réseau social.

### Quels contenus, quels services sur riffx.fr ?

Riffx est une passerelle entre les artistes et les fans de musique, un lieu de rencontre pour faire découvrir sa musique et partager celle que j'aime avec mes amis.

Tous les univers musicaux trouveront place sur [riffx.fr](http://riffx.fr) : pop-rock, chanson française, jazz mais aussi musique classique. C'est aussi la vitrine de tous les partenariats noués entre le Crédit Mutuel et le monde de la musique.

La plateforme musique offre à ceux qui font la musique et à ceux qui l'aiment les fonctionnalités ci-dessous :

### ➔ pour les musiciens

> un lieu de rencontre et d'échange : un réseau social avec une thématique : la musique

> des conseils pratiques pour organiser un concert, choisir un instrument, et bientôt un système de petites annonces.

### ➔ pour les amateurs de musique

> une occasion unique d'écouter de nouveaux sons et de voter pour leurs artistes préférés

> un lieu de partage d'événements et un agenda

> de l'actualité, des éditos, du reportage, des articles et des contenus multimédias

> des bons plans et des conseils pratiques pour ceux qui souhaitent se lancer

> de la billetterie avec régulièrement des exclusivités réservées

**SORTIES**

# L'organisme dolois Ontours trace sa route

**Spécialisé dans les événements culturels, Ontours est basé depuis un an à Dole. Avec trois salariés, trois stagiaires et un apprenti, l'entreprise fondée par le Jurassien Mikaël Morel-Jean tient la route. Elle a fêté ses 7 ans le 24 avril.**

Photo Yves Petit

**U**

ne porte cochère, un nom sur l'interphone « Ontours ». Et c'est tout. On a du mal à croire qu'au vu de ce relatif anonymat, l'organisme « Ontours », spécialisé dans les voyages vers les concerts, festivals, expositions, fait déplacer à travers la France et l'Europe 10 000 personnes chaque année.

C'est en plein cœur de Dole, que Mikaël Morel-Jean, à l'origine de Ontours a décidé de s'installer il y a un an. Pas seulement un choix du cœur pour ce haut Jurassien de 36 ans. Stratégique. Dole se situe à 2 heures en train de Lyon et de

Paris. La Suisse, l'Allemagne ne sont pas très loin non plus. « *Il s'agit de se recentrer dans la France*, confesse Mikaël qui a fondé Ontours à Grenoble en 2009. *Même si certains organisateurs d'événements tiquent un peu quand je dis que le siège du Tour Operator est à Dole* ».

Ontours fabrique les voyages vers les événements culturels, concert, festival, exposition et les vend. Soit directement par le site, soit à travers ses trois réseaux de billetterie dont la Fnac. **Un principe :** Ontours ne vend jamais de billet seul. L'organisme peut en effet bloquer des places pour

les gros concerts avant que tout soit écoulé. Ses prestations comprennent les billets, le transport et l'hébergement avec un système de pack. Une personne qui souhaite aller au festival des Eurockéennes à Belfort, peut choisir un pack sur une journée ou les trois jours. Dans la région, les départs de bus se font depuis Dijon, Dole et Besançon. Il faut compter à peu près 180 euros, avec différents prix selon la clientèle. Plus elle monte en âge, plus elle veut du confort donc les prix sont plus élevés.

« *C'est toujours un public de fans. Certains sont prêts à manger des pâtes toute l'année pour aller voir leur idole sur scène* », témoigne Mikaël. Ontours ne connaît pas trop la crise. « *On est dans une niche et il faut qu'on le reste. Je n'ai pas envie de faire ce que les autres font, j'essaie d'innover* », souligne le jeune entrepreneur. « *Notre but est de multiplier les événements* ». A ses débuts, Ontours était sur 10 événements. Aujourd'hui, 150.

Chaque année, 10 000 personnes partent avec Ontours dont 4000 au mois de juillet. L'entreprise doit relever le défi de proposer des prestations toute l'année. C'est déjà le cas avec la Japan expo, la Percée du vin jaune, ou les nuits blanches du nouvel an dans les capitales européennes... Ontours continue de tracer sa route.

Laurine Personeni

Infos, ontours.fr

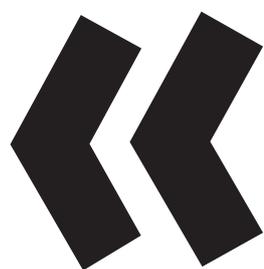
**Le 2 juillet, On tours organise une sortie pour la Japan Paris expo, festival des loisirs japonais (15 euros de réduction pour les détenteurs du coupon Avantages jeunes). Prochains rendez-vous : Dour festival, Rihanna, Springsteen, Eurockéennes, Boom festival...**



# Projets artistiques dans l'espace public

**L'association « Juste ici » est à l'origine du festival bisontin Bien urbain. Mais elle agit également toute l'année à travers divers ateliers.**

Photo Yves Petit



Juste ici » fut créée en début d'année 2011. L'été qui suivit, le festival Bien Urbain voyait le jour. A l'origine, David Demougeot, coordinateur de la structure. L'idée lui est venue d'inviter des artistes internationaux à investir l'espace public. « Il a proposé à certains dont il admirait le travail et qui réalisaient une vraie création dans et avec l'espace public de venir » relate Chloé chargée de communication.

Avec les années, il est passé de l'aide de quelques bénévoles à plusieurs volontaires. Le soutien des collectivités locales est venu peu à peu s'associer au projet. Désormais, tout au long de l'année, l'association travaille

en collaboration avec des artistes, des élèves et enseignants pour réaliser des œuvres à l'intérieur de l'espace public. Des peintures murales, des installations sonores ou visuelles. L'important est que leur œuvre soit en lien avec l'espace proposé.

« On cherche avant tout à défendre la culture pour tous et éviter d'être forcément dans des lieux culturels pour voir de l'art ». Ils incluent leurs créations dans les trajets routiniers des gens afin de surprendre les Bisontins et les visiteurs en intervenant et en modifiant quelque peu le paysage.

## « REDONNER VIE À DES LIEUX DÉLAISSÉS »

En ce moment, il y a Escif, invité collaborateur qui intervient régulièrement dans le Doubs à l'occasion d'actions collectives et participatives au sein des lycées francs-comtois. « Il propose un réel travail philosophique, il enseigne cela aux élèves. L'objectif est de réaliser quelque chose avec eux, une peinture murale pour qu'ils puissent pratiquer dans l'espace public ». Ce dispositif a déjà été réalisé avec l'artiste El Tono. Depuis 2015 il revient trois fois dans l'année pour proposer des interventions aux élèves

des écoles primaires des quartiers Grette-Butte. « Il les sensibilise à voir leur trajet du quotidien d'une autre manière, à développer leur créativité, leur sensibilité par rapport à ce qu'ils peuvent voir dans la rue ». Il interviendra également en 2017.

Autre exemple du travail de « Juste ici », le projet Bam Université. Prévu sur 3 ans, il a démarré cette année sur le campus de la Bouloie. En collaboration avec le collectif de graphistes Terrains vagues, l'idée est de venir à la rencontre des étudiants afin de savoir quels aménagements ils aimeraient pour le campus. « C'est un terrain incroyable, plein de possibilités et d'opportunités qui n'est pas exploité. On aime redonner vie à des lieux délaissés » précise Chloé.

Laura Duprez

## BIEN URBAIN

La 6<sup>e</sup> édition du festival Bien Urbain aura lieu du **3 juin au 30 juillet**. Le festival proposera **4 sortes de visites** : à pied, à vélo, les visites pour enfants (les mercredis à 15 h) et les visites patrimoines et art urbain.

### Egalement au programme :

les casse briques, les pique-niques et les cinémas en plein air, GIPS, un jeu interactif, un jeu de piste, des balades sonores proposées par Olivier Toulemonde, des ateliers animés par des artistes (« animer et faire sonner la ville » et « intervenir dans la ville »), des rencontres littéraires, des concerts.

**L'association a souhaité garder le concept de la gratuité du festival.** Elle a cependant mis en place des **prix libre**, pour ceux qui veulent aider la structure.

**VOUS SOUHAITEZ FAIRE PARAÎTRE GRATUITEMENT UNE ANNONCE DE JOB, D'EMPLOI, DE STAGE DANS CETTE PAGE ?**

Contactez le journal au 03 81 21 16 08 ou [topofc@jeunes-fc.com](mailto:topofc@jeunes-fc.com) / offres d'emplois et de jobs actualisées quotidiennement sur [jeunes-fc.com](http://jeunes-fc.com)

## VACANCES

> **Les Vacances Engagées** c'est 5 jours de rencontres, de réflexion et construction collective, de coups de gueule sur la société et le monde qui tourne carré. Des animations participatives, des moments de détente, une ambiance festive.

Tu as entre 18 et 40 ans ? Rejoins-nous du 2 au 6 juillet, au Centre de Montjeux à Lavans-Lès-Dole (39).

Like notre page Facebook « Les Vacances Engagées BFC » et n'hésite pas à nous contacter pour proposer un atelier : [vac-engagees-bfc@ccfd-terresolidaire.org](mailto:vac-engagees-bfc@ccfd-terresolidaire.org)

## SERVICE CIVIQUE

> « **Recueil et diffusion de la parole des jeunes** », la Ville de Baume-les-Dames cherche un jeune en service civique pour une mission du 15 juin 2016 au 15 avril 2017 (durée hebdomadaire 24h)

Le volontaire sera chargé :

- d'observer et analyser sur l'ensemble du territoire baumois, et en y associant autant que possible d'autres acteurs de jeunesse, les besoins et les attentes des jeunes,
- de participer à l'élaboration d'outils répondant aux résultats de l'observation,
- d'organiser l'expression individuelle ou collective de leurs demandes et au-delà, de leurs besoins,
- de faire des préconisations afin d'adapter les réponses apportées par les institutions et les organisations,
- participer à la mise en œuvre (et dans une certaine mesure à la conception) d'événements ou de manifestations dans le but d'apporter l'information de façon vivante au plus près des préoccupations des jeunes,
- de communiquer en amont sur ces actions, et participer à la mesure d'impact et à l'évaluation de ces actions.

Le volontaire bénéficiera d'un tutorat, d'un accompagnement par des professionnels formés à l'information et à l'accompagnement des jeunes, de l'accès aux locaux dédiés à l'accueil et à l'information des jeunes, des équipements adaptés (matériel informatique et de bureau, matériel d'animation, mobilier, etc.), des supports adaptés à la mission (supports d'information, supports pédagogiques, supports d'animation, etc.), d'une connaissance fine et des contacts privilégiés avec l'ensemble des réseaux et structures locales en charge de la jeunesse.

### Compétences souhaitées :

Etre motivés par une action en direction des jeunes, curieux et désireux de transmettre leurs connaissances, acquises ou à venir, par le biais de l'information.

### Formation proposée :

La préparation à la mission s'étalera dans les premiers temps du volontariat du jeune puisqu'il sera formé

progressivement, sensibilisé aux enjeux éducatifs du civisme et de la citoyenneté, familiarisé avec les outils et accompagné tout au long de sa mission par des professionnels compétents.

### Adresse postale de la structure d'accueil :

Ville de Baume les Dames, Place de la République, 25110 Baume les Dames

### Contact :

[emmanuelle.duvernay@baumelesdames.org](mailto:emmanuelle.duvernay@baumelesdames.org)  
06 45 46 11 63

## ANIMATION

### > Les Foyers Ruraux de Franche-Comté

organisent des formations BAFA au centre d'animation Folle-Avoine de Bouhans les Montbozon (70). Prochaine formation générale Bafa

du 25 juin au 2 juillet. Cette session se déroule en Haute-Saône dans un cadre sympathique et chaleureux et sont agréées par la DDCSPP. Aides Caf et autres déductibles, réduction carte avantages jeunes, facilités de paiement, coûts modérés...

**Renseignements et inscriptions :** Folle Avoine, 135 rue de la fontaine, 70230 Bouhans les Montbozon 03 84 92 34 44, [ass.folleavoine@free.fr](mailto:ass.folleavoine@free.fr), [ass.folleavoine.free.fr](http://ass.folleavoine.free.fr)

### > L'UFCV organise prochainement les formations suivantes :

- Bafa approfondissement
  - > du 18 au 23 juin à la MFR d'Amange (thèmes, « accueil de loisirs et animations périscolaires » et « formation à la carte + PSC 1 »),
  - > du 28 juin au 3 juillet à Chau-des-Crotenay (« objectif sport nature » et « séjours vacances »)
  - > du 8 au 13 juillet à Besançon (« jeux sportifs et coopératifs » et « jeux de rôle grandeur nature »)
  - Bafa stage de base du 18 au 25 juin à la MFR d'Amange, du 6 au 13 juillet à Besançon
- Renseignements, UFCV Bourgogne Franche-Comté, 6 boulevard diderot, 25000 Besançon 0381525664

### > Familles rurales organise les formations suivantes :

- 2 stages de formation générale BAFA du 2 au 09 juillet, 22 au 29 octobre
- 4 stages d'approfondissement BAFA du 22 au 27 août (« Cuisine pour et avec les jeunes » - « Animation nature » - « Arts du spectacle et de la rue » et « Projet d'activité de plein air et séjour camping »)
- 2 stages d'approfondissement BAFA du 24 au 29 octobre (« Techniques manuelles et arts plastiques », « Petit enfant : Jeux, activités et quotidien »)

**Une réduction de 5% est accordée aux porteurs de la Carte Avantages Jeunes.** Infos, inscriptions, Familles Rurales de Franche, 12 rue de la Famille, 25000 Besançon (03 81 88 76 84, [formation-bafa.fr](http://formation-bafa.fr))

**L'Aroeven de l'Académie de Besançon/Franche Comté** organise plusieurs sessions pour l'obtention du Bafa à Rochejean (haut Doubs), en internat ou en demi-pension :

- formation générale (stage 1), du 02 au 09 juillet

- approfondissement (stage 3), du 22 au 27 août

**Aides des Caisses d'Allocations Familiales et aux détenteurs de la carte Avantages Jeunes (- 5 %).** Aides de certaines Villes et certains services sociaux ou comités d'entreprise. Renseignements et inscriptions : Aroeven (Rectorat), 2 rue des Lilas, 25000 Besançon, 03 81 88 20 72, [ce.aroeven@ac-besancon.fr](mailto:ce.aroeven@ac-besancon.fr)

## MOBILITE INTERNATIONALE

> **Offres de stages à l'étranger.** Programmes Eurodyssée et Stages Monde pour jeunes diplômés, demandeurs d'emploi. Extrait d'offres de stages :

• **travailleur social, personnes handicapées.** Catalogne, Espagne. Stage à pourvoir du 18 juin 2016 au 18 décembre 2016. Limite candidature : 5 juin. Offre 723. Programme Eurodyssée

• **réceptionnistes hôtel.** Catalogne, Espagne. Stages à pourvoir du 18 juin 2016 au 18 décembre 2016. Limite candidature : 5 juin. Offres 717 et 715. Programme Eurodyssée

• **assistant administratif et communication, pour le service information/emploi d'une université.** Bruxelles, Belgique. Stage à pourvoir du 20 septembre au 16 mars 2017. Limite candidature : 19/08. Offre 304. Programme Eurodyssée

• **adjoint à la programmation d'un festival de films.** Chicoutimi, Québec, Canada. Stage à pourvoir du 12 décembre 2016 31 mars 2017. Limite candidature 12/06. Offre 190 OFQJ. Programme Stages Monde

Les programmes Stages Monde et Eurodyssée sont pilotés et financés par la Région Bourgogne-Franche-Comté. Ils s'adressent **aux jeunes diplômés et jeunes demandeurs d'emploi, de 18 à 30 ans, domiciliés en Franche-Comté.** Ils prévoient notamment une convention de stage, une assurance responsabilité civile et rapatriement, une couverture sociale, une aide financière, un accompagnement et un suivi.

**Offres de stages :** [phileas-fc.com](http://phileas-fc.com)  
[contact@phileas-fc.com](mailto:contact@phileas-fc.com)

**En savoir plus :** Crij Franche-Comté, 03 81 21 16 06.

## FORMATION PROFESSIONNELLE

> **Le réseau des Greta est l'opérateur national de la formation continue.** Choisir de s'appuyer sur les Greta de Franche Comté, c'est s'assurer de trouver un centre de formation à proximité, de bénéficier d'une offre diversifiée et de rencontrer des formateurs professionnels spécialisés.

Pour la rentrée, la plupart des actions financées dans le cadre du Service Public Régional de Formation sont reconduites. Vous pouvez les découvrir grâce à une trentaine de vidéos de témoignages sur le site internet [greta.ac-besancon.fr](http://greta.ac-besancon.fr)

CINÉMA



# Sorties Ciné



**BESANÇON /// CINÉMA VICTOR HUGO LUMIÈRE : cinemavictorhugo.fr**  
**FOLLES DE JOIE**

Comédie dramatique italienne (1 h 56) de Paolo Virzi avec Valeria Bruni Tedeschi, Micaela Ramazzotti, Valentina Carnelutti ... **A partir du 8 juin en VOST.**

**4 euros la séance avec la carte Avantages jeunes.**

**BESANÇON /// CINÉMA KURSAAL : les2scenes.fr**  
**CYCLE KUROSAWA**

La rétrospective proposée par le service cinéma des 2scènes se poursuit jusqu'au 22 juin avec « Yojimbo », « Dodes'ka-den », « Kagemusha », « Ran ».

**3 euros la séance avec la carte Avantages jeunes.**



**MONTBÉLIARD /// COLISÉE**

**facebook.com/colisee.montbeliard**  
**ALICE DE L'AUTRE CÔTÉ DU MIROIR**

Film fantastique américain de James Bobin avec Mia Wasikowska, Johnny Depp, Helena Bonham Carter... **A partir du 1<sup>er</sup> juin en 2D.**

**4 euros la séance avec la carte Avantages jeunes.**

**AVEC LE CRÉDIT MUTUEL, VOUS SAVEZ MIEUX OÙ VOUS ALLEZ !**



ORIENTATION SCOLAIRE > STAGE ALTERNANCE > JOB D'ÉTUDIANT PARTIR À L'ÉTRANGER > 1<sup>ER</sup> EMPLOI

**OBJECTIF** emploi < orientation.fr

- un site internet avec des infos et des outils accessibles à tous
- un service\* de coaching et de conseils personnalisés pour les jeunes et leurs parents



**Crédit Mutuel**

\* Réservé aux détenteurs d'un Formule VIP ou d'un Eurocompte Jeune ou d'un Eurocompte VIP - tarification des Eurocomptes disponible sur creditmutuel.fr  
Objectif Emploi Orientation est un service d'assistance professionnelle créé et piloté par Mondial Assistance pour le Crédit Mutuel.  
Annonces : Caisse Fédérale de Crédit Mutuel et Caisses affiliées, SA coopérative au capital de 5 458 531 008 euros, 34 rue du Wacken, 67000 Strasbourg - RCS B 588 505 354, contrôlée par l'ACPR, 61 rue Taitbout, 75009 Paris.