

DOSSIER

p. 11-14

Santé mentale Ne pas se laisser abattre



Illustration : Christian Maucier

JEUNESSE

p. 18

Poltergeist, frappeur electro

LOISIRS

p. 20

**Temps fort pour la chorale
universitaire bisontine**

Mars en dessins

L'actu en dessin
à suivre sur
facebook.com/topobfc
et topo-bfc.info



Retraites : pas de retrait. Face aux grèves et manifestations, Emmanuel Macron affirme que le gouvernement est à l'écoute mais persiste sur la réforme. Et malgré l'affichage d'une volonté de discussion, le gouvernement décide de passer en force mi-mars en faisant appel à l'article 49.3 de la Constitution, ainsi qu'au 44.3 qui permet de demander un vote bloqué au Sénat pour accélérer l'examen de sa réforme. Pendant ce temps, les contestations des syndicats et de la rue continuent. Parmi les actions spectaculaires, dans plusieurs villes de France dont Paris, les poubelles ne sont plus ramassées.



Bombes à eau. A Sainte-Soline, dans les Deux-Sèvres, le 25 mars, des manifestations contre les mégabassines dégénèrent entre 3000 gendarmes et environ 6000 manifestants qui contestent l'appropriation de l'eau par l'agroindustrie par le biais d'immenses ouvrages de stockage d'eau. Bilan : une cinquantaine de blessés des 2 côtés dont 4 en urgence absolue.



LES RÉOLUTIONS CLIMATIQUES RISQUENT DE TOMBER À L'EAU...



Eau précieuse. L'humanité est en train d'épuiser l'eau goutte à goutte déclare gravement Antonio Guterres, secrétaire général de l'ONU, lors de la conférence des Nations unies sur l'eau le 22 mars. Emmanuel Macron annonce de son côté un plan eau en 50 points dont ceux d'économiser l'eau, de lutter contre les fuites, de mieux réutiliser l'eau.



Résolu. Le 29 mars, l'ONU adopte une résolution qualifiée d'historique pour la justice climatique, engageant la Cour internationale de justice à définir les obligations incombant aux Etats dans ce domaine. Elle fait suite à des années de revendications de la part du Vanuatu et de jeunes du Pacifique, en première ligne face aux conséquences du réchauffement.



POURTANT, ÇA MARCHAIT BIEN SUR MOI..



Culte du corps. Fin mars, le Syndicat national de chirurgie plastique reconstructrice et esthétique annonce avoir fait fermer 30 comptes Instagram qui faisaient la promotion d'injectrices d'acide hyaluronique sans qualification, parfois dans des cabinets clandestins. Le président du syndicat, Adel Louafi, alerte : « On ne peut pas accepter que des personnes qui ont des millions de followers puissent être complices d'un exercice illégal de la médecine et d'une tromperie ».

MAI

Retrouvez le prochain numéro de **TOPO** en **supplément de L'Est Républicain** dimanche 28 mai !

ACTU

02

L'actu par Maucler

Mars 2023 en dessins

04-05-06

Agenda

Rendez-vous d'avril

PARCOURS

07

Info Jeunes

Travailler dans le bois

08

Formation

Partir à l'étranger avec la Banque Populaire

09

Métier

Clara Lombard artisanne céramiste



10

Région

Retour sur le salon Explore les métiers

QUOTIDIEN

17

Santé

Campus bisontin : des serviettes hygiéniques pour les étudiantes

DOSSIER

11-15

Questions de santé mentale



JEU/ESSE

18

Mobilité

Nathan aux Etats-Unis

LOISIRS

19-20-21

Musique

Poltergeist, electro chalonaise



Diamond Dog fait revivre le postpunk eighties



A Besançon, la chorale universitaire marque ses 60 ans

22

Hobbies

Lifgames lance son 2e jeu vidéo

24

Sorties

Sélection Avantages jeunes

EXPRESS

Sécurité routière

22

Attention aux stupéfiants

ANNONCES

23

Jobs, mobilité internationale...





CHALON-SUR-SAÔNE

du 23 au 26

Dans quel monde vivons-nous ?

A l'aide du théâtre, d'exposition, de conférence, l'Espace des arts interroge sur l'état du monde avec des artistes. Au menu, la pièce de Léonard Matton H.P.N.S marché pirate sur le darknet, Société en chantier de Stephan Kaegi, l'expo l'Asymétrie des baratins / Energie désespoirs.

Espace-des-arts.com

SPECTACLES**CÔTE D'OR**

Djimo (humour) le 3 à Chenôve (Cèdre)

Le Procès d'Eichmann à Jérusalem (théâtre) le 5 à Chenôve (Cèdre)

La Disparition (photo-roman musical) le 17 à l'Opéra de Dijon

DOUBS

La chair a ses raisons (danse acrobatique) du 3 au 5 à Besançon (l'Espace)

Passé – je ne sais où, qui revient (théâtre) les 3 et 4 à Besançon (CDN)

Après le silence (théâtre) les 11 et 12 à Besançon (CDN)

Las niñas zombie siempre exageran las cosas (théâtre) le 16 à Montbéliard (Scène numérique)

Quelqu'un va venir (théâtre) le 23 à Montbéliard (Bains douches)

Haute-Saône

Mois Voix d'enfants du 2 au 31 au théâtre Edwige Feuillère avec des créations, une rencontre régionale, des comédies musicales ou encore la présence de la Cigale, chœur d'enfants de Lyon. Bref, de la musique et de la danse.

Jura

La Bajon (humour) le 2 à Dole (Commanderie)

Avant la nuit d'après (cirque) du 10 au 13 à Vevy

La Construction (performance créative) du 23 au 26 en plein air à Abergement, Pont d'Héry, Morez, Poisoux

Nièvre

La Longue Route (théâtre) le 4 à Nevers (la Maison)

Terre sèche : l'équilibre de la bicyclette le 11 à Nevers (la Maison)

Florent Peyre (humour) le 12 au théâtre de Nevers

Mehdi-Emmanuel Djaadi (humour) le 16 à Nevers (la Maison)

Cent mètres papillon (théâtre) le 23 à la MJC de Châtillon-en-Bazois, le 25 à Nevers, le 31 à Decize

Saône-et-Loire

Les Historiennes (théâtre) le 5 à Chalon-sur-Saône (Espace des arts)

Bertolt Brecht, pensées (théâtre musical) les 12 et 13 à Chalon-sur-Saône (théâtre Piccolo)

Zugzwang (cirque) les 12 et 13 à Chalon-sur-Saône (Espace des arts)

Bal des cultures partagées le 14 à Montceau-les-Mines (Embarcadère)

La Mémoire de l'eau + Commandeau (danse) le 26 au théâtre de Mâcon

TERRITOIRE DE BELFORT

Uncle Vania (théâtre) le 26 à Belfort (Maison du peuple)

Yonne

Heyoka – la Tête à l'envers (danse et carnaval) le 13 au centre-ville d'Auxerre

DIJON

du 12
au 14**c'estGRATUIT****L'Extra festival**

Trois jours durables avec la Vapeur : conférence sandwich à la bibliothèque la Nef («Ralentir pour un meilleur avenir ?»), déambulation à vélo à partir du parc de la Colombière, concert secret dans un lieu secret (samedi à 10 h 30) et roller disco party au gymnase Jean Masingue. lavapeur.com

DOLE

les 16
et 17**Acqua alta**

Adrien M et Claire B proposent un spectacle qui tient du théâtre, de l'acrobatie, de la danse et de l'expérience immersive sur fonds de pixels, représentations de la haute marée vénitienne pendant laquelle un homme part à la recherche de sa femme. A la Commanderie.

scenesdujura.com

Fraisans

Fraisiac

le 18

Sculptures métal et marché d'art contemporain avec exposition d'artistes de la région et d'ailleurs aux Forges.

lesforgesdefraisans.com

c'estGRATUIT

CHALON-SUR-SAÔNE



le 17

Spectacle-atelier

Les élèves de 3e cycle du conservatoire du Grand Chalon et du conservatoire de musique et de danse Edgar Varèse présentent le travail chorégraphique mené avec des artistes invités. Une occasion de découvrir à la fois l'univers artistiques des chorégraphes et les jeunes danseurs de ces deux établissements, à l'Espace des arts. espace-des-arts.com

Montceau-les-Mines

Yumi Duo et**Seb Brunel**

le 27

Concert dessiné l'Odyssée de Yuna. Le groupe Yumi Duo s'associe au dessinateur Seb Brunel pour une prestation précédée de celle des élèves du conservatoire à 20 h 30 aux Ateliers du jour.

c'estGRATUIT

BESANÇON

du 18 au 20



Ne pas finir comme Roméo et Juliette

La Cordonnerie revisite la tragédie de Shakespeare. Comédiens et musiciens jouent en direct les voix, la musique et le bruitage d'un film qu'ils ont écrit, réalisé et interprété pour une fable drôle, poétique et politique. A voir à l'Espace. les2scenes.fr



BESANÇON

Foire comtoise



du 13 au 21

L'un des plus grands rendez-vous de l'année (139 000 visiteurs en 2022) invite le Portugal, avec stands spécifiques, animations, spectacle qui s'ajoutent aux habituels animations de la foire : attractions foraines, gastronomie, stands exposants, agriculture. foire-comtoise.com

SPORT

BASKET

Championnat de France Betclic élite m : JDA Dijon - Gravelines le 9 au palais des sports Jean-Michel Geoffroy

Championnat de France pro B m : Elan Chalon - Aix Maurienne le 12 au Colisée

FOOTBALL

Championnat de D1 Arkema f : Dijon FCO - Olympique lyonnais le 6 au stade Gaston Gérard

Championnat de France ligue 1 m : AJ Auxerre - Clermont le 7, AJA - PSG le 21 au stade de l'Abbé Deschamps

Championnat de France ligue 2 m : Dijon FCO - Amiens le 12, DFCO - Paris FC le 26 au stade Gaston Gérard

FC Sochaux-Montbéliard - Guingamp le 12, FCSM - FC Metz le 26 au stade Bonal.

HANDBALL

Championnat ligue Butagaz énergie f : ESBF - Toulon le 6, ESBF - Nantes le 20, ESBF - Paris 92 le 27 à Besançon (palais des sports Ghani Yalouz)

JDA Bourgogne Dijon - Metz le 6, JDA - Paris 92 le 20, JDA - Celles-sur-Belle le 27 au palais des sports Jean-Michel Geoffroy

Championnat D2 f : Palente Besançon - Sambre avesnois le 13 au palais des sports Ghani Yalouz

Championnat de pro ligue m : GBDH - Sarrebourg le 5, GBDH - Frontignan le 19 à Besançon (palais des sports Ghani Yalouz)

Dijon MH - Strasbourg le 5, Dijon MH - Villeurbanne le 19 au palais des sports Jean-Michel Geoffroy

RUGBY

Championnat de pro D2 m : USO Nevers - Montauban le 5 au stade du Pré fleuri

COURSE À PIED

Trail des forts les 13 et 14 à Besançon

Trail du Chablisien le 14 à Beine

Trail du saut du Doubs le 20 à Villers-le-Lac

Trail de la Chaume le 21 à Givry

Trail Pentraid le 21 à Amazy

Courir à Nevers le 26

Montée du Poupet le 28 à Salins-les-Bains

CONCERTS

Côte d'Or

Renaud Capuçon et talents (classique) les 5 et 6 à Dijon (Auditorium)

Max Romeo (reggae) le 10 à Dijon (la Vapeur)

D'jazz dans la ville le 19 à Dijon

Angélique Kidjo (musique africaine) le 25 à Dijon (Auditorium)

DOUBS

Orchestre National de Barbès (fusion orientale) le 5 à Besançon (Rodia)

Niro (rap) le 6 à Besançon (Rodia)

Max Romeo + Lutan Fyah + Droop Lion + Pach Jahwara & Nawari (reggae) le 11 à Besançon (Rodia)

Chorale universitaire les 13 et 14 à Besançon (Kursaal) voir p. 21

Minuit Machine + Kirara & House of Briantz + House of Detritus & Olympuss House (electro) le 20 à Besançon (Rodia)

Joe Satriani (guitare) le 23 à Besançon (Rodia)

Haute-Saône

Zenton (dub) le 12 à Scey-sur-Saône (Echo system)

La Jungle + Wizard (noise rock) le 18 à Scey-sur-Saône (Echo system)

Jura

Groundation + Mystical Faya (reggae) le 14 à Lons-le-Saunier (Bœuf sur le toit)

Ludwig von 88 + Le Renard dans le Poulailier (punk) le 20 au Moulin de Brainans

Nièvre

Big Red (reggae) le 1er à Nevers (Café Charbon)

Dropdead Chaos + Tarld (metal) le 14 à Nevers (Café Charbon)

Haïdouti Orkestar (brass band oriental) le 21 à Nevers (Café Charbon)

Saône-et-Loire

Dominique A (chanson) le 4 au théâtre de Mâcon

Orange Blossom + Mira Ceti (folk electro) le 5 à Mâcon (Cave à musique)

Sowal Diabi (musique africaine) le 6 à Montceau-les-Mines (Embarcadère)

Vidala (nueva canción) le 11 à la salle des fêtes de Digoïn

Faudel + Lââm + Colonel Reyel + Assia (world) le 20 à Montceau-les-Mines (Embarcadère)

TERRITOIRE DE BELFORT

Cali (chanson) le 5 à Beaucourt (MPT)

Lili Cros & Thierry Chazelle (chanson) le 13 à Beaucourt (MPT)

Yonne

Benoît Dorémus (chanson) le 5 à Auxerre (Silex)

Aldebaran (blues) le 5 à Sens (la Scène)

Ecole supérieure de musique le 19 à Auxerre (Silex)

Voice Messengers (jazz vocal) le 25 au théâtre d'Auxerre

Printemps de festivals



Les membres de Spicy Events, organisateurs du festival



QUINGEY les 5 et 6 Urban roads



Lancer un festival demande de l'implication et de la motivation. Les jeunes de Spicy events n'en manquent pas : voilà plusieurs mois qu'ils peaufinent la première édition d'Urban roads. S'ils ne sont pas sans expérience pour avoir déjà œuvré dans l'événementiel ou organisé une soirée danse et chant à la Citadelle, c'est leur première date d'envergure. Allan Lemarquis et Margaux Foutiaux s'y sont lancés avec passion, malgré leurs emplois du temps professionnels respectifs. Mais ils ont su agréger autour d'eux une équipe dynamique et convaincre de nombreux artistes de tous styles, avec une prédilection pour les talents locaux. Allan et Margaux ont fixé quelques éléments auxquels ils tiennent : un festival qui associe musique et arts urbains, représentés par un mobilier et une ambiance, par des artistes, des sportifs et des graffeurs avec initiations pour petits et grands, un festival qui se veut écoresponsable et inclusif. Pour cette première, ils espèrent 600 visiteurs.

Prog : le 5 mai, Jules K, Rock in Peace, Oscar Nip, Ornella Tempesta, Musica'loue, GxLord et Coeurcodeine, Enelos, Fred K, 21 Juin le duo, Lero. Le 6 mai, Pierre Hugues José, Tulsa, Same, Julie Marsaud, Mystical Faya, Ecco, Chloé Jacob, EDRF, Lero, Merrik Pancrate, Vaïmalama, Lilian Renaud.

En savoir + : facebook, urbanroadsfestival.com



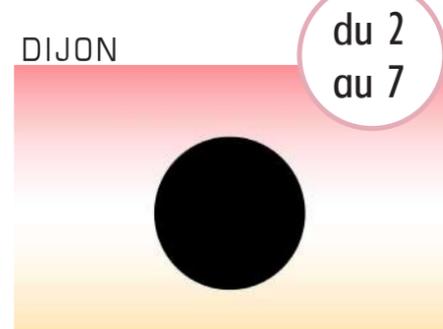
Fimu

Le festival international de musique universitaire, c'est quatre jours de concerts d'étudiants du monde entier dans tous les styles, dans la ville. Cette année, l'édition est parrainée par l'artiste québécois Émile Bilo-deau, tandis que le Canada est particulièrement mis à l'honneur. En parallèle, le Silex organise une journée musique universitaire le 27 à Auxerre. fimu.com



Rolling Saône

Voici 22 rendez-vous en 3 jours à la halle Sauzay, avec de la musique française dans tous les styles. Parmi les noms, Benjamin Biolay, Ko Ko Mo, Elmer Food Beat, Matmatah, Les Infidèles, Synapson, Kendji Girac, The Avener. rolling-saone.com



Festival MV

Festival de sons et d'arts visuels dont la 10e édition pourrait accueillir Monsterwatch, Andrea Belfi, DJ Plaisir (avec Clubkelly et Energic Rabbeat), Johnny Mafia, Getdown Service, etc. le tout dans divers lieux dont le Singe, la Péniche Cancale, le Consortium. facebook.com/festivalmv



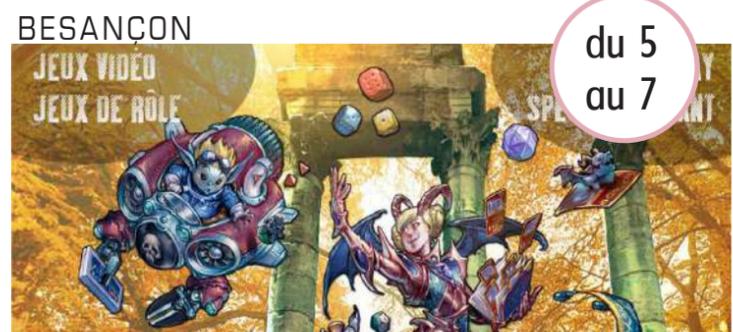
Bloody week-end

Le festival du cinéma et du film fantastique en est à sa 14e édition, proposée sur le site des Longines. Pendant 2 jours, des projections, mais aussi des animations, des invités, des conférences, des concours. Bloodyweekend.fr



Cluny danse

Dix jours de festival participatif puisqu'il est question de spectacles mais aussi de pratique. Compagnies étrangères et groupes locaux, professionnels et amateurs, écoles de danse et conservatoires participent à une édition plus innovante et festive, avec notamment une groove party animée par les DJ Marine Cheravola et Anne-Laure Sanchez. festivalclunydanse.com



Ludinam

Le festival bisontin de tous les jeux propose 3 jours d'animations autour de la thématique «Forgez votre légende». Autour des jeux de société, vidéo, de rôle, le programme associe escape room, cosplay, conférence, parcours d'énigmes, spectacle vivant (Orchestre des Chaprais, Grand Colossal théâtre et son spectacle Batman contre Robespierre) dans plusieurs lieux du centre-ville. ludinam.fr



IJ BFC vous informe

Le site jeunes-bfc.fr relaie les infos qui concernent les jeunes, dans tous les domaines.
Parmi les dernières publications :

La filière forêt-bois, métiers et débouchés

Le nouveau livret d'Info Jeunes BFC fait le point sur un secteur vital de l'économie régionale.



La forêt occupe 36% du territoire bourguignon-franc-comtois, la filière forêt-bois emploie 20 000 salariés dans des secteurs très divers, depuis la gestion de la forêt en passant par les scieries, jusqu'au produit final. Ce secteur diversifié recrute. Il représente près de 50 métiers différents depuis la plantation des arbres jusqu'aux produits finis. On peut les classer en 3 catégories :

les métiers de la forêt : pépiniéristes, sylviculteurs, techniciens ou ingénieurs forestiers, bûcherons, conducteurs d'engins forestiers, débardeurs, commerciaux...

les métiers de la 1^{re} transformation du bois (ensemble des opérations effectuées sur des bois ronds) : travail en scieries, déroulage du bois, fabrication de panneaux, de bois énergie, de pâte à papier...

les métiers de la 2^e transformation du bois : fabrication de meubles, d'emballages, métiers du bâtiment (charpente, menuiserie...), métiers d'art (ébéniste, tourneur sur bois, luthier...).

Sans oublier les métiers transversaux et connexes : technico-commerciaux, chargés d'affaires, techniciens bureaux d'études, secrétaires, comptables, personnels des ressources humaines, chargé de communication...



La filière forêt-bois est le titre d'un des livrets et guides thématiques qu'Info Jeunes BFC publie régulièrement. Ils sont disponibles gratuitement sur jeunes-bfc.fr. Derniers titres parus :

- Travailler dans le cinéma, accompagnement et soutien
- Trouver un job
- Bien vivre sa sexualité
- Rechercher un contrat en alternance



Retrouvez l'ensemble des livrets d'information

Explore demain, nouveau site d'orientation en Bourgogne-Franche-Comté

Ce nouveau site dédié à l'orientation tout au long de la vie a été lancé en mars. Explore demain est piloté par l'Emfor BFC en partenariat avec la Région Bourgogne-Franche-Comté, la DREETS, les autorités académiques, l'Onisep et les universités de Bourgogne et de Franche-Comté. Conçu comme l'entrée de référence en matière d'orientation en BFC, le site donne accès à un 1^{er} niveau d'information et s'adresse à 6 profils différents : collégien, lycéen, étudiant, en activité, en alternance, en recherche d'emploi.



Aide pour le Bafa ou le BAFD destinée aux volontaires en service civique

Les volontaires qui ont débuté une mission de Service civique en 2022/2023, ou qui en débuteront une avant la fin 2023, peuvent bénéficier d'une aide de 100 € pour préparer le brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur ou le brevet d'aptitude aux fonctions de directeur. Cette mesure a pour vocation de permettre aux jeunes volontaires de poursuivre leur engagement en faveur de l'éducation populaire. Pour obtenir l'aide, il faut faire la demande à partir d'avril sur le site internet de l'ASP, asp-public.fr/aides



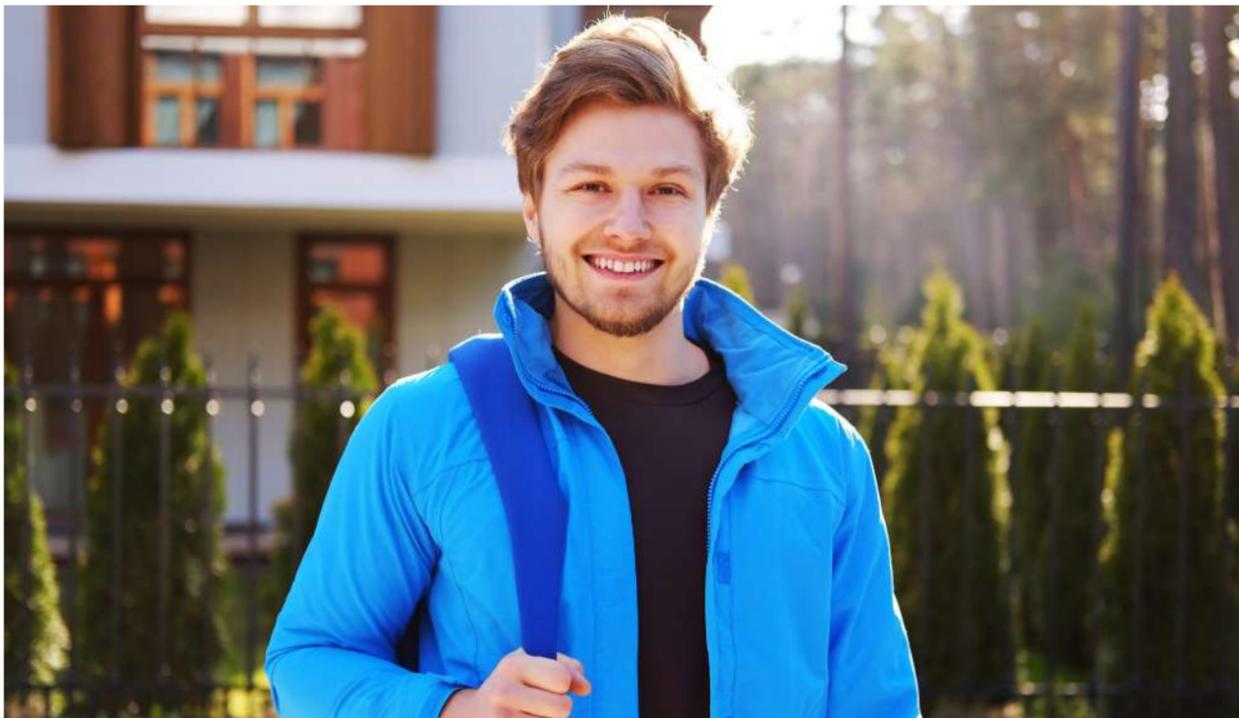
Retrouvez toutes les actus sur jeunes-bfc.fr

Suivez-nous



Partez à l'étranger l'esprit tranquille avec la Banque Populaire Bourgogne Franche-Comté

Arthur, 24 ans, s'apprête à partir en voyage scolaire à New York. Il nous raconte comment il a organisé son départ.



Bonjour Arthur, cette année, tu pars à l'étranger dans le cadre scolaire. Peux-tu nous expliquer le contexte ?

Afin de valider mon diplôme, je pars à New York pendant deux semaines. Une fois sur place, j'aurai des cours chaque jour. A la fin du séjour, nous passerons un examen écrit.

Comment vas-tu organiser ton départ ?

D'abord, il ne faut pas oublier de vérifier que son passeport est à jour puis, de faire une demande d'autorisation de voyage aux Etats-Unis (ESTA). Ensuite, il faut établir un budget. Il est vrai que New York est une belle destination, mais il faut prévoir

au moins 3 000 € entre les transports, le logement, les repas et les activités sur place. J'avais déjà de l'argent de côté mais j'ai préféré faire un prêt étudiant⁽¹⁾ : en effet, il m'a paru plus avantageux de garder mon épargne et d'emprunter auprès de la Banque Populaire Bourgogne Franche-Comté⁽²⁾ en parallèle.

As-tu une solution pour optimiser les frais lors des paiements à l'étranger ?

Pour les paiements et retraits à l'étranger, j'ai rencontré mon conseiller qui m'a proposé une « convention Cristal premium » avec une carte Visa Premier à débit différé. Il m'a expliqué que, grâce à la carte Visa

Premier, je suis protégé par la garantie Responsabilité Civile à l'Etranger⁽³⁾. D'autres prestations d'assistance⁽⁴⁾ sont également comprises : par exemple, l'assurance annulation voyage, l'avance des frais d'hospitalisation ou le rapatriement en France⁽⁵⁾ en cas de problèmes de santé. L'avantage de souscrire à la « convention Cristal premium », c'est principalement la possibilité d'effectuer des retraits et paiements sans frais⁽⁶⁾ à l'étranger. Attention, mon conseiller a bien précisé qu'il s'agit de l'exonération des paiements de frais appliqués par la Banque Populaire : les banques étrangères, elles, peuvent appliquer des frais de retrait.

Qu'est-ce que le débit différé ? Quel est son atout à l'étranger ?

Avec une carte à débit différé, tes paiements passent en une fois fin du mois et grâce à l'application, tu sais toujours où en sont tes dépenses. Si tu as besoin de louer une voiture ou payer une caution, certains commerçants te demanderont une carte de crédit : tu peux trouver cette mention sur ta carte.

Enfin, il faut penser à prévenir ton conseiller avant le départ pour qu'il s'assure que tu es bien équipé. Pour en savoir plus, je t'invite à contacter un conseiller Banque Populaire Bourgogne Franche-Comté !

⁽¹⁾ Voir conditions dans votre Banque Populaire. Sous réserve d'acceptation par votre Banque Populaire et après expiration du délai légal de rétractation

⁽²⁾ BANQUE POPULAIRE BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ, société anonyme de Banque Populaire à capital variable - 542 820 352 R.C.S. Dijon Code NAF 6419 Z - N° TVA Intracommunautaire FR 425 428 203 52 - Siège Social : 14 Bd de la Trémouille - BP 20810 - 21008 Dijon Cedex - C.C.P. Dijon 1603 F 025 - Swift : CCBPFRPPDJN - N°Orias Courtier Assurances : 07 023 116

⁽³⁾ Les garanties d'assurance du contrat Carte Visa Premier sont un contrat de Axa France Vie et Axa France IARD, entreprises régies par le Code des assurances. Banque Populaire, intermédiaire en assurance inscrit à l'Orias sous le n° 08 045 100.

⁽⁴⁾ Les garanties d'assistance du contrat Carte Visa Premier sont un contrat Fragonard Assurances et AWP France SAS, entreprises régies par le Code des assurances, opérant sous la dénomination commerciale « Mondial Assistance ». Banque Populaire, intermédiaire en assurance inscrit à l'Orias sous le n° 08 045 100.

⁽⁵⁾ Selon limites, conditions et exclusions prévues dans les engagements contractuels en vigueur.

⁽⁶⁾ Hors commission de change éventuelle.

Je suis céramiste



Clara Lombard, 25 ans, est installée depuis 3 ans à Besançon. Alliant passion et créativité, elle s'est spécialisée en arts de la table et objets de décoration.

Photos Laurent Cheviet

C'est suivant les conseils avisés de sa maman face à son sentiment d'échec scolaire que Clara Lombard a concrétisé sa passion. Aujourd'hui céramiste, elle se remémore ses plus lointains souvenirs, les mains dans la terre « J'ai toujours aimé barboter dans la terre à la campagne, j'avais un tour en plastique lorsque j'étais petite. ». Il aura ensuite suffi d'un coup de foudre entre la jeune femme et sa future école. « Je suis allée aux portes ouvertes du lycée Henry Moisan à Longchamp, spécialisé en art, design et céramique et ça a été la révélation. J'ai rencontré des gens venant de tous horizons, avec des façons de penser et des styles graphiques différents. J'ai adoré le contact avec la matière, le fait d'avoir une petite promo, avec des profs qui prennent le temps. ». Quatre années d'études en terre bourguignonne, du CAP tournage en céramique au brevet des métiers des arts céramiques puis l'obtention du diplôme à Antibes. Une revanche professionnelle et personnelle : « Au

niveau de mon estime personnelle, ça m'a fait du bien de réussir à l'école, je m'y retrouvais » précise Clara.

« La plupart des créations viennent de mon imagination »

La suite de l'histoire s'est ensuite tracée naturellement. Un coup de pouce de la famille lui a permis de s'outiller. « Pour mon anniversaire, ma famille m'a offert mon tour et mon four, les plus gros investissements de départ. Cela m'a permis de faire des tests et assez vite j'ai trouvé mes formes, une identité. » La plupart des créations viennent de son imagination. Elle doit sa spécialisation à une rencontre lors d'un stage. « J'ai fait un stage en boutique qui m'a marqué et m'a donné envie de faire ça. Ensuite, la vie a fait que j'ai trouvé une maison avec cet atelier. » Son réseau professionnel s'est constitué aux fils des stages, des marchés, des réseaux sociaux et ne cesse de fleurir. Une semaine type suit une organisation bien huilée. « Dès le dimanche soir,

j'essaie d'organiser ma journée du lundi. Avant de tourner il faut préparer la terre, les boules. Dès le lundi je tourne, ça sèche un peu, puis je peux passer à la phase de tournassage, pour faire les pieds. Je pose les anses si besoin. Le dernier jour, soit je tourne encore, soit je fais du nettoyage pour lancer le four. Fin de semaine, je suis salariée chez mon fournisseur. J'essaie de garder mes week-ends, pour les marchés et pour vivre un peu d'autres choses. »

Les qualités requises selon Clara ? La patience, l'imagination, l'ouverture aux autres et aux projets et de l'audace. « Il faut que les gens osent, car c'est un beau métier, comme tous les métiers de l'artisanat » conseille avec enthousiasme la passionnée. Créer selon ses envies, à son rythme, rencontrer de belles personnes, autant d'avantages pour Clara qui viennent contrebalancer les inconvénients d'un statut d'auto-entrepreneur parfois précaire et variable selon les saisons. Mais rien n'arrête la téméraire qui, au contraire, veut persévérer dans ce domaine. « Pour le moment, je suis bien comme je suis, j'ai une reconnaissance

ici qui me fait du bien, je n'ai pas de projet de carrière, mais pourquoi pas exposer dans la capitale. »

Mona Bouneb

En savoir plus :
claralombard.fr

Facebook



@claralombard

Instagram



@claralombardceramic



Explore les métiers : ils sont venus découvrir leurs futurs métiers !

Comprendre, tester, observer afin de se projeter dans la profession qui leur correspond. Plus de 5000 visiteurs, dont une grande partie de jeunes, ont participé au tout premier salon Explore les métiers, organisé par le Conseil Régional à Dijon, les 15 et 16 mars derniers.

Rassemblés autour d'un véhicule dont la carrosserie est à réparer, un groupe de jeunes visiteurs écoute attentivement et observe cet expert en tôlerie en tenue, montrant la manière dont il travaille. Nous ne sommes pas dans un garage automobile mais au parc des expositions de



Dijon, au cœur du salon nouveau format, Explore les métiers, organisé par le Conseil régional de Bourgogne-Franche-Comté. Des ambassadeurs de l'excellence régionale Les 15 et 16 mars derniers, près de 50 métiers différents ont été présentés dans les allées de ce grand parc des expositions. Des démonstrations ont été réalisées en temps réel par des professionnels face aux visiteurs qui, eux, ont eu la possibilité de leur poser des questions à propos de leur métier ou encore de leur formation.

« On teste, on éprouve, on ressent, on se projette en vrai dans ces métiers, avec ces ambassadeurs de l'excellence régionale », a expliqué Océane Charret-Godard, vice-présidente en charge de l'apprentissage et de la formation professionnelle.

Des métiers connus et d'autres moins

Et il y avait le choix ! Sept catégories étaient exposées : alimentation, automobile et engins, bâtiment et travaux publics, végétal, industrie, service, communication et numérique. Le panel était donc très large entre les métiers les plus classiques et les moins connus, par exemple : fleuriste, ébéniste, pâtissier-chocolatier, techniciens d'arts graphiques et prépresse, webdéveloppeur, tourneur-soudeur, mécatronicien, tailleur de pierres...

Voilà de quoi intéresser les nombreux élèves venus s'informer, guidés tout au long par les animateurs.

Dans le même temps se tenaient les sélections régionales du 47^e concours des Worldskills, grande compétition des métiers. Un total de 400 jeunes de moins de 23 ans se sont affrontés dans leur spécialité pour décrocher leur place aux épreuves nationales prévues à Lyon, en septembre 2023.

Retrouvez davantage de photographies sur le site bourgognefranche-comte.fr, rubrique « Actualités ».



BONJOUR L'ANGOISSE !

L

es problèmes de santé mentale préoccupent les autorités. S'ils concernent l'ensemble de la population, les jeunes sont particulièrement sujets au mal-être. L'âge est traditionnellement en question : c'est celui des changements, des questions, des décisions d'orientation qui peuvent être source de stress. Il s'y ajoute les préoccupations actuelles liées à la pandémie, au réchauffement, à un climat général anxigène. Elles concernent tout le monde, mais là encore les professionnels de santé sont d'accord pour constater que les jeunes générations y sont plus sensibles. L'écoanxiété est particulièrement représentative d'une situation qui peut toucher tout le monde, mais de laquelle les jeunes sont plus souvent victimes.

Photo Laurent Cheviet

Selon l'écothérapeute Emmanuelle Cheminat, les « bains » de forêt tels qu'ils ont été initiés au Japon, sont bénéfiques pour la santé mentale.

Un climat angoissant

C'est indéniable, la santé mentale des jeunes se dégrade. Les raisons sont multiples, mais des réponses existent.

Quel que soit l'interlocuteur ou l'observateur professionnel interrogé, un constat semble unanime : en France, la santé mentale des jeunes se dégrade. En première ligne face aux situations les plus graves, les tentatives de suicide, les urgences hospitalières mesurent l'ampleur de la situation. Au CHU de Besançon, la Pr Sylvie Nezelof, chef du pôle liaisons médico-socio-psychologiques et du service psychiatrie infanto-juvénile, estime que le chiffre a été multiplié par deux depuis le confinement. « Ça correspond à une réalité locale, régionale et nationale. Il y a une réelle augmentation statistique. » Le marqueur du confinement met la pandémie en cause. « La Covid a été un facteur aggravant d'éléments de vulnérabilité ». L'indicateur du pourcentage de population touchée par un trouble dépressif publié par la direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques est révélateur. En 2014, les 15 - 24 ans et les 25-34 enregistraient les taux les plus faibles (4 et 5 %). En 2019, ils étaient au même niveau que les autres (autour de 10 %). En mai 2020, celui des 15 - 24 ans était monté en flèche jusqu'à 22 % et depuis il baisse mais en gardant un niveau bien plus élevé qu'en 2014.

« Mais, pondère Sylvie Nezelof, la crise Covid est un facteur parmi d'autres. Elle fait partie d'une ambiance d'insécurité globale sur les plans climatique, politique, économique. Les jeunes y sont sensibles et il ne faut pas oublier qu'ils sont très sensibles à l'état de leurs parents et leur fragilité, notamment économique, leur rejaillit dessus. Chaque élément, comme la guerre en Ukraine, fait partie des briques qui s'ajoutent les unes aux autres. Cela donne un cumul avec beaucoup de points d'interrogation sur les perspectives d'avenir ». Ce qui peut expliquer que les jeunes, déjà par essence dans une période de vulnérabilité et d'incertitudes, soient plus marqués que les autres générations. Avant la pandémie, Marie Rose Moro, professeure de psychiatrie universitaire et Jean-Louis Brison, inspecteur d'académie honoraire, publiaient Pour le bien-être et la santé des jeunes suite à un rapport demandé par François Hollande. Ils estimaient, en 2019, que « la période de l'adolescence, pourtant si charnière, est encore largement sous-estimée » et préconisaient des actions « pour repérer plus précocement et de manière non discriminante les signes de grand mal-être »⁽¹⁾. Et maintenant, l'avenir incertain est pour eux. Il est placé sous le signe du changement climatique. « Cela les touche plus car ils sont

clairement concernés confirme Emmanuelle Cheminat, écothérapeute à La Clayette. Certains ressentent même de la colère vis-à-vis des générations précédentes. « Non seulement je dois réussir mes études, trouver un job qui ait du sens, mais aussi sauver la planète » : cela, je l'ai déjà entendu ». La colère est une réaction qui touche facilement les jeunes. « Elle peut être saine estime Charles Jacques, formateur en premiers secours en santé mentale, mais elle peut facilement se retourner contre soi. C'est un exutoire qui peut se transformer en violence ou en dépression ». Charles Jacques, devenu psychopraticien pour faire face à l'écoanxiété, confirme « que les jeunes sont les plus touchés » par ce nouveau mal-être. Preuve à l'appui, une étude internationale publiée par le journal scientifique The Lancet. Parmi quelques chiffres révélateurs, 75 % des 16 - 25 ans estiment que l'avenir est effrayant, 45 % que l'anxiété liée au climat a des répercussions sur leur sommeil, leur alimentation, leurs études, leurs loisirs, 39 % sont hésitants à l'idée d'avoir des enfants. Face à l'avenir de la planète, pas de solution miracle en vue. Mais face à l'écoanxiété et les professionnels sont unanimes : en parler, agir à sa mesure, apprendre à vivre avec sans que cela prenne trop de place. Plus générale-

ment, face aux problèmes de santé mentale : ne pas les garder pour soi, pouvoir en parler, réfléchir à comment être aidé. « Quand le monde ne va pas bien, il faut se dire que ce n'est pas moi qui suis fou et qu'il est plutôt normal de ne pas aller bien indique Charles Jacques. Cela étant, je pense que les jeunes ont moins peur de la stigmatisation qu'avant ». L'entourage est là et le cas échéant, le réseau des Maisons des adolescents ou les psychologues. Face à l'alerte, les organismes publics tentent de proposer des réponses. Des campagnes de prévention ont lieu. Dans la région, l'Ireps organise des ateliers de présentation d'outils destinés aux professionnels dont l'un porte sur la santé mentale des jeunes, en collaboration avec Rés'ado. Un plan de formation des citoyens aux premiers secours en santé mentale a été lancé. « Toutes les mesures préventives sont utiles si elles sont bien faites estime Sylvie Nezelof. Mais la difficulté, c'est de trouver, s'il y a lieu, les soins qui vont derrière. Et là, on est quand même face à une pénurie de personnels professionnels ».

S.P.

⁽¹⁾ Pour le bien-être et la santé des jeunes, mai 2019, Odile Jacob, 240 p.

Vivre avec l'écoanxiété

Ce mal-être, révélateur d'une vigilance par rapport à la détérioration de l'environnement, doit être pris au sérieux. Sans forcément l'empêcher mais en l'atténuant, comme l'explique Emmanuelle Cheminat, écothérapeute.

Le 24 octobre dernier, Graine, réseau régional de l'éducation à l'environnement, organisait des ateliers à propos d'éco-anxiété destinés aux professionnels de ce domaine, eux-mêmes en première ligne face à cette source de mal-être. Une journée de psychologie positive dont le bilan affichait un état d'esprit des participants plus enjoué en fin qu'en début d'intervention. Indice que le mal-être de l'écoanxieux n'est pas une fatalité. Emmanuelle Cheminat, l'une des organisatrices, écothérapeute à La Clayette (Saône-et-Loire) est convaincue. L'inverse serait en

contradiction avec l'intitulé de son métier de « praticienne en psychologie positive et approche centrée solution », dans le domaine des liens entre l'homme et la nature. Elle propose à la fois des groupes de parole et des consultations individuelles. Elle assure que les sorties dans la nature et notamment les « bains de forêt » nés au Japon représentent un apport intéressant. « Les effets physiologiques sur le bien-être sont avérés scientifiquement. Ils agissent sur le stress, l'immunité, la tension artérielle, le taux de globules blancs notamment ». Marcher est bon pour la santé physique, mais Emmanuelle Cheminat signale qu'en ville, le niveau de stress augmente. Ce n'est pas le cas dans la

nature, où se promener a déjà l'effet « d'amener une prise de conscience et une envie d'en prendre soin ». Mais ce qu'elle propose va plus loin. « Il y a de la méditation, de la sensibilisation aux sons et aux sensations. L'allure est également importante. Les bénéfices sont moindres quand on marche vite ou quand on court en forêt ». Le bénéfice vient en particulier des molécules émises par les arbres. Emmanuelle Cheminat cite les phytoncides, particules aromatiques qui ont un effet sur le système nerveux. L'éco-anxiété touche d'abord les gens préoccupés par le changement climatique. Emmanuelle Cheminat cite Laure Noualhat, auteur de Comment rester écolo sans finir

dépressif. Plus on s'intéresse au sujet, plus on est attentif à ce que disent les scientifiques, plus on peut devenir anxieux et plus on s'y intéresse... et « la boule de neige grossit ». Cela peut générer divers états, de la tristesse à la dépression. « L'écoanxiété n'est pas une pathologie, mais peut le devenir. On pourrait même appeler cela écolucidité, mais si elle devient trop préoccupante et problématique, il est conseillé de consulter ». Il est donc moins question de l'empêcher, car être dans le déni « est un autre mécanisme de protection », que d'apprendre à « vivre avec ».

eco-therapeute.fr
graine-bourgogne-franche-comte.fr

Le Réseau des professionnels de l'accompagnement face à l'urgence écologique regroupe des professionnels formés à l'accompagnement de l'éco-anxiété. Un site avec annuaire des professionnels en France les recense : asso-rafue.com

Etucare est un programme numérique conçu par l'Ireps pour aider les étudiants à prendre soin de leur santé mentale. Basé sur les thérapies cognitivo-comportementales et la psychologie positive, il leur permet de renforcer leurs ressources pour améliorer leur bien-être psychologique à l'aide de stratégies pratiques. Il contient des thèmes tels que gérer le stress, dormir, se connaître, réguler ses émotions... ireps-bfc.org

Des sites pour en savoir + :
infipp.com,
unafam.org,
santementalefrance.fr



Devenir secouriste en santé mentale

L'association à but non lucratif PSSM France a été créée en 2018 pour lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques. Par l'intermédiaire d'une formation validée scientifiquement, elle propose une formation généraliste à tous les citoyens.

De la même façon que l'on peut apprendre les premiers secours physiques avec la formation PSC1, il est désormais possible de devenir secouriste en santé mentale. Un programme national propose une formation de 14 h qui permet d'être capable de détecter, prévenir et apporter de l'aide dans ce domaine. L'objectif affiché est de former 750000 personnes d'ici 2030. 25000 le sont déjà. Parmi elles, Charles Jacques, psychopraticien en approche centrée sur la personne, est également formateur accrédité en premiers secours en santé mentale. Il a ouvert il y a peu un cabinet (partagé avec d'autres praticiens) à Hôp hop hop à Besançon. « Ce qui m'a amené là, c'est le problème de l'écoanxiété,

que j'ai vécu moi-même. J'ai décidé de me former à l'approche initiée par Carl Rogers, qui fonde l'intervention sur une relation de personne à personne, sans jugement et avec un regard positif, en évitant la posture du professionnel ». C'est en se rendant compte que les psychologues n'étaient pas formés à traiter l'écoanxiété qu'il a choisi cette orientation, complétée par la PSSM. Cette dernière « est destinée à tous les citoyens pour permettre à chacun de venir en aide à quelqu'un qui ne va pas bien ». L'un des objectifs du dispositif est d'enclencher « une destigmatisation des problèmes de santé mentale perçus comme effrayants voire relativement tabous dans notre société ». En somme, vivre avec ce genre de problème, c'est aussi vivre avec la honte liée. « En

France, tous les ans, 1/3 de la population est touchée par un trouble psychique et 1/3 d'entre eux a accès aux soins d'un professionnel. Cela vient en grande partie de sentiments de peur, de honte ou de l'entourage qui prend cela à la légère ». A la différence de la PSC1, la formation permet davantage d'être attentif aux personnes que l'on côtoie que de venir en aide à un inconnu, « même s'il peut arriver de croiser quelqu'un qui fait une crise d'angoisse dans un lieu public ». Dans les deux cas « trouver les mots pour l'approcher, lui parler n'est pas évident ». Comme pour le PSC1, la formation passe par des mises en situation. Comme pour la PSC1, elle donne des outils pour des premiers gestes avant un accompagnement vers des professionnels. « On n'apprend pas à faire des diagnostics

mais plutôt à utiliser ces petits outils pour une intervention précoce avant que les choses s'aggravent. Il y a vraiment cette difficulté où on passe du moment où ça va bien à celui où ça se dégrade et à celui où on attend d'aller très mal pour consulter. Il vaut mieux le faire avant ».

psmfrance.fr. La liste des formateurs accrédités est disponible sur le site. A noter qu'il existe un module jeunes spécialement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs. Il se concentre notamment sur le développement de l'adolescent, les troubles anxieux, la dépression (dont la crise suicidaire et les automutilations non suicidaires), les psychoses, les troubles du comportement alimentaire et les addictions. Dans la région BFC, il y a actuellement 27 formateurs accrédités et 2 formatrices accréditées module jeunes, toutes deux en Côte d'Or.

Prochaines formations de Charles Jacques les 15 et 16 juin à Besançon (charles-jacques@riseup.net ; 0663191143)

« Il faut aider les jeunes à ne pas perdre le lien »

Christelle Roux-Amrane est psychologue. Présidente d'Info Jeunes Saône-et-Loire, elle est particulièrement attentive au mal-être grandissant dans les nouvelles générations.



Christelle Roux-Amrane (à droite) à la tribune du forum national des élus Info Jeunes, le 14 octobre 2022 au Sénat.

On entend beaucoup de préoccupations liées à la santé mentale des jeunes. Notez-vous des évolutions récentes dans votre pratique de psychologue ?

Je remarque que de plus en plus de jeunes collégiens ou lycéens souffrent de phobie scolaire, chose que je ne voyais pas avant. Là, on a des jeunes qui, du jour au lendemain, n'arrivent plus à pousser la porte de leur établissement. Je constate depuis à peu près 2 ans que les crises d'angoisses liées à l'école sont de plus en plus fréquentes. Et ce sont les mêmes symptômes que pour un burn-out en milieu de travail. Certains proviseurs se disent qu'il faudrait instaurer plus de souplesse pour permettre à certains de suivre les cours à distance.

Quelles recommandations faites-vous à ces jeunes ?

Déjà de ne pas perdre le lien. Il faut les inciter à aller vers les services du lycée ou du collège pour en parler, car cette situation n'est en général ni de la faute du lycée, ni de celle des parents, ni du jeune lui-même. Le psychologue peut-être intéressant par rapport à cette problématique

de lien social. Nous-mêmes, psychologues, devons nous adapter à ce nouvel état des lieux, avec des situations qui relèvent plus de la psychologie sociale que de la psychologie clinique. Ensuite, il faut adapter la réponse à chaque cas car le jeune a besoin de se reconstruire et il est souvent nécessaire de se mettre dans un cocon, de rester à la maison pour y arriver.

Est-ce que le harcèlement, notamment lié aux pratiques numériques, est en cause ?

Les lycées et les collèges font beaucoup de prévention là-dessus, mais les cas sont plus souvent liés à une angoisse face à un milieu scolaire qu'à du harcèlement. Sans nier l'existence du harcèlement qui est complexe dans sa définition à laquelle nous devons répondre par ailleurs d'un point de vue sociétal.

On évoque la pandémie. C'est une réalité ?

La période Covid est un des facteurs qui a fait émerger la problématique de la santé mentale des jeunes. On observe une hausse des situations depuis. Les jeunes se sont rendu compte qu'on pouvait être malade

et mourir du jour au lendemain. Forcément, cela crée des angoisses.

L'écoanxiété liée au changement climatique est également évoquée. Les jeunes y sont-ils plus sensibles ?

C'est peut-être la même proportion que pour les adultes, mais à l'adolescence on a une sensibilité différente, avec peut-être plus envie de convaincre. L'écoanxiété est un sentiment naturel qui ne se résout pas forcément en passant par un psychologue, mais aussi en agissant. Entrer en action, c'est positif.

Est-ce que les divers écrans, très présents dans la vie des nouvelles générations, ont un effet ?

Bien sûr que ça joue dans la mesure où le cerveau se construit durant l'adolescence. Mais souvent, vers 16 - 17 ans, ils décrochent un peu. Mais ça reste un passage compliqué. Et on n'a pas encore de visibilité sur les jeunes qui dès 3 ou 4 ans ont une manette entre les mains. Mais les jeux vidéo aident aussi à se construire et à imaginer. Ce n'est pas seulement négatif. C'est une question de mesure. Être en permanence sur son portable, c'est une activité incessante du cerveau qui donne moins envie d'apprendre. Alors que l'ennui est indispensable dans tous les apprentissages.

Voyez-vous d'autres causes ?

Je pense qu'on peut évoquer les divorces et séparations. Ce sont des situations dans lesquelles on oublie trop souvent les enfants. Il faut que les parents et la société toute entière soient attentifs car c'est une cicatrice qui peut rester ouverte à vie. Par ailleurs, c'est totalement nouveau, je reçois de jeunes de 16 - 17 ans qui s'interrogent sur leur identité de genre. C'est une situation qui peut être stigmatisante et qui peut avoir des effets négatifs, qu'on

l'encourage ou qu'on la décourage. C'est nouveau pour nous, psychologues et il faut que nous nous montrions aptes à re-créer du « ciment » affectif entre les parents et leur enfant, parents qui ont besoin de re-connaître à nouveau cet enfant comme étant le leur.

La création de la formation aux premiers secours en santé mentale peut-elle être utile ?

J'en suis persuadée. Cependant les pouvoirs publics n'ont pas encore pris en compte l'absence de psychologues et psychiatres dans certaines zones. Sur Doctolib, pour la Saône-et-Loire, on en trouve respectivement, seulement 38 et 3. Le gouvernement a mis en place une prise en charge de séances, mais limitée à 30 euros et pour certains psychologues ce tarif n'est pas économiquement viable. En ce qui concerne les jeunes en Saône-et-Loire, Info Jeunes 71 va travailler sur le thème pour la rentrée prochaine. Nous sommes un levier essentiel pour informer les jeunes confrontés aux violences intra-familiales notamment.

Recueilli par S.P.

Epsykoi est un site documentaire interactif sur le web destiné aux jeunes. Il propose des informations, des témoignages, des quiz, des définitions, mais aussi des avis d'experts autour de 4 grandes thématiques liées à la santé mentale : Déprime, addictions, angoisse, sentiment de persécution. [etsykoi.com](https://www.etsykoi.com)

INFO JEUNES.

Le livret Ecoute et aide psychologique, disponible gratuitement sur jeunes-bfc.fr recense les dispositifs d'aide tels que lignes téléphoniques, chats, organismes, consultations gratuites. <https://www.jeunes-bfc.fr/sante-ecoute-soutien/ecoute-soutien/ecoute-et-aide-psychologique/>

L'Unicef lève les tabous sur la santé mentale chez les jeunes

Le 6 avril, le conseil Unicef des jeunes dévoilait une campagne de sensibilisation intitulée « Levons les tabous sur la santé mentale ».

Chloé Lapalus, étudiante en alternance dans le domaine de la santé, est jeune ambassadrice de l'organisme et représentante de la région Bourgogne Franche-Comté à Paris. Elle explique ce choix.

Pourquoi choisir de parler de la santé mentale des jeunes maintenant ?

On a souhaité parler d'un sujet auquel nous sommes tous confrontés ou presque, et particulièrement suite à la crise sanitaire. Le mal-être chez les jeunes a beaucoup augmenté suite au confinement car on s'est retrouvé isolé et coupé de nos amis. Même si on se plaint parfois de l'école, elle constitue quand même l'essentiel de notre vie sociale. En être privé du jour au lendemain, ça a suscité beaucoup de colère. C'est un traumatisme.

En quoi la santé mentale est-elle taboue ?

Quand on en parle avec nos parents on entend souvent des phrases comme « Il n'y a pas que toi. » On ne se sent pas compris, ni par nos parents ni par le personnel socio-éducatif. Les adultes ont tendance à minimiser le mal-être que l'on peut ressentir. Pourtant ça existe, ce ne sont pas des caprices d'enfant. Entre nous on peut en parler, car on traverse la même chose, on se soutient. C'est un sujet tabou qui ne devrait pas l'être.

Quel est l'objectif de cette campagne ?

Sensibiliser et prévenir le mal-être chez les jeunes, les inciter à en parler et à ne plus avoir honte. C'est une campagne qui s'adresse principalement aux

10-18 ans mais elle concerne tout le monde. L'objectif pour les jeunes est de pouvoir identifier chez eux ou chez un proche les signaux d'alarme relatifs à la santé mentale et pouvoir agir en conséquence.

Comment agir face à ces troubles ?

Il est très important d'en parler librement. On peut consulter un psychologue par exemple. Mais ça dépend de la personne. Certains se sentent plus à l'aise d'en parler avec des amis, d'autres préfèrent aller faire du sport. Il ne faut pas rester seul et reproduire une situation d'isolement car c'est précisément ce qui nous a causé du tort.

Quels sont les actions mises en place durant cette campagne ?

La campagne comporte 3 volets. Premièrement l'enregistrement de podcasts avec l'intervention de Soprano pour évoquer la confiance en soi et celle de Paola Locatelli pour parler de la gestion des émotions. Le cyberharcèlement sera aussi abordé. Deuxièmement la mise en place de « safe-zones », des endroits « ressources » dans les collèges et lycées avec des documents d'information mais aussi la présence de professionnels de la santé mentale qui pourront écouter les jeunes et les conseiller. Et troisièmement le Kit pédagogique destiné aux 10-18 ans qui est accessible sur my.unicef.fr. C'est un outil pour sensibiliser et repérer les signes du mal-être. Il y a du contenu média avec par exemple la musique l'Enfer de



Stromae, des revues de presse, un exposé interactif, un brainstorming et un jeu de cartes pour mettre en pratique ce que l'on a appris.

Comment allez-vous suivre le projet ?

On était 25 de 13 à 25 ans, venant de toute la France à travailler dessus. Maintenant chacun va suivre le développement du projet comme il peut. A titre personnel, je vais soumettre le programme et les outils élaborés aux psychologues de la région, pour qu'ils puissent les proposer aux jeunes qui viennent en consultation. Je pense au contenu média et aux podcasts surtout, c'est facile-

ment accessible et ça nous parle.

Voulez-vous ajouter quelque chose à propos de cette campagne ?

C'est une très belle expérience qui m'a énormément apporté personnellement et même professionnellement. J'ai beaucoup appris sur moi-même et j'ai compris certaines choses. J'ai été harcelée pendant des années donc j'étais directement concernée par le sujet. J'ai toujours été intéressée par le domaine de la santé, j'étudie d'ailleurs pour devenir directrice d'Ehpad. Ça m'a donné envie d'agir encore plus pour le bien-être des soignants et des résidents.

Recueilli par Lauriane Noel

En savoir + : myunicef.fr

« CE NE SONT PAS DES CAPRICES D'ENFANT »



Illustration du kit pédagogique

Drogue et conduite : pratique interdite

Parfois, il est tentant de braver les interdits. Effet grisant. Encore plus s'il s'agit de stupéfiants. Alors, on choisit quoi ? Cannabis ? Ecstasy ? LSD ? Cocaine ? Opiacés ?

Réponse : RIEN ! Si ces substances sont strictement interdites, c'est pour une et même plusieurs bonnes raisons !

D'un point de vue sécurité routière, c'est clair : la conduite sous stupéfiants, même à vélo ou avec tout type de transport, constitue un réel danger sur la route.

Chaque drogue a des effets propres sur la conduite (retrouvez-les ici : bit.ly/drogueconduite) mais elles ont toutes un point commun : le temps de réaction du conducteur est systématiquement augmenté ce qui accroît le risque d'accident grave, voire mortel.

Pour autant, un petit joint ne peut pas faire de mal, non ? Eh bien si ! Conduire sous cannabis multiplie par 2 le risque de provoquer un accident mortel. Combiné avec « un petit verre » d'alcool, c'est multiplié par 29.

Et ça ne s'arrête pas là ! Les conséquences ne concernent pas uniquement la santé



mais peuvent faire tout aussi mal. En cas de contrôle positif (analyse salivaire ou sanguine qui peut être réalisée par les forces de l'ordre à tout moment), selon la situation, des amendes et peines d'emprisonnement peuvent être prononcées (de 2 à 10 ans d'emprisonne-

ment et de 4 500€ à 150 000€ d'amende) -6 points sur le permis voire permis de conduire suspendu ou annulé, le contrat d'assurance majoré ou annulé. Donc drogue = bad trip assuré !

Le secteur jeunes de Baumes-les-Dames en concert

Présents sur scène le 7 mai dernier pour y jouer leur spectacle *La vraie vie de rêve*, ils reviennent cette année avec un nouveau show nommé *Cosmo Tour*.

Les jeunes du secteur de Baume les Dames ont eu envie de renouveler l'expérience, mais cette fois-ci avec les jeunes de Marnay. Agés de 12 à 16 ans, ils sont 14 à s'être lancés dans cette belle aventure. Après avoir répondu à l'appel à projet de la MSA de Franche-Comté, ils ont remporté un prix et une bourse pour mettre en œuvre leur projet. Depuis fin janvier ils se retrouvent chaque mercredi après-midi de 14 h à 17 h pour construire leur spectacle. Ils sont accompagnés par des professionnels du domaine artistique : Aurélien et Raphaël, de l'association Buzz en son, pour la partie chant et beat box et Sylvain, de l'association KCD crew, pour la partie danse hip-hop.

Le comité local d'aide au projet (CLAP), qui leur a apporté une aide financière, leur prête également du matériel technique et se tient toujours disponible pour leur prodiguer de précieux conseils. Le thème choisi par la troupe cette année est l'univers du chanteur Soprano. A travers ses textes forts en émotions et la variété des thématiques abordées, il a su inspirer les jeunes. Emotion et humour seront au rendez-vous de ce spectacle gratuit !

Les jeunes artistes vivent l'expérience en conditions réelles : répétitions, articles dans les journaux, rencontres avec les professionnels, vidéos sur les réseaux sociaux ou encore interview à la radio p'tit gibus FM. Cette

année, ils feront 2 représentations : une le samedi 20 mai à 20h30 à Baume les Dames et une le dimanche 21 mai à 15 h à Marnay. Ils partageront la scène avec les enfants des Francas de Veilley qui ont travaillé, eux aussi, autour de l'univers de Soprano. Un stand de restauration sera animé par les jeunes du secteur qui ne souhaitent pas monter sur scène. Un beau projet construit autour de la solidarité, de l'entraide et du respect. Ils comptent sur votre présence pour les soutenir le 20 et 21 mai !

Plus d'informations au 0785327644 ou par mail : jeunesse@doubsbaumois.org

Interview en podcast disponible sur ptitgibus.fm

« Réglons-ça ! » : des distributeurs de tampons et serviettes à l'université

Depuis le début de l'année, 31 distributeurs de protections hygiéniques ont été installés à l'Université de Franche-Comté. Une façon de lutter contre la précarité menstruelle, particulièrement prégnante chez les étudiantes.

Photo Yves Petit



« Sers-toi si tu en as besoin ». C'est le slogan estampillé sur des boîtes disséminées un peu partout sur les sites de l'Université de Franche-Comté. Dedans, des tampons et des serviettes hygiéniques, mis à disposition gratuitement. Selon une étude de la FAGE (Fédération des Associations Générales Étudiantes), en France, un tiers des étudiantes a besoin d'une aide financière pour se

procurer ces protections. Une commission étudiante de l'Université de Franche-Comté s'est saisie, depuis 2021, de cette question de la précarité menstruelle. Après des collectes solidaires, ces 31 distributeurs sont venus compléter ceux déjà installés par le CROUS, à l'initiative du Gouvernement. « Il existe d'autres points où les jeunes pourraient se tourner pour trouver des protections périodiques, comme les pharmacies, ou les plannings

familiaux, rapporte Gaëlle Galdin, directrice de la communication de l'UFC, mais la vie étudiante se passe en grande partie dans l'écosystème de l'université ; nous estimons donc que celle-ci a un rôle à jouer pour régler ce problème ».

Des protections bios et gratuites sur tous les sites

Des distributeurs ont ainsi été disséminés sur tous les sites (Besançon,

Belfort, Montbéliard, Vesoul, Lons-le-Saunier et Pontarlier) et dans toutes les composantes de l'université, mais aussi dans d'autres lieux de vie, comme les bibliothèques. Même si cette action est aussi l'occasion de lever le tabou autour des règles, ces distributeurs restent dans des endroits discrets : « Notre enquête locale a montré une demande d'intimité et de discrétion de la part des étudiantes, justifie Anne Tatu, vice-présidente Vie étudiante de l'UFC, nous avons donc fait le choix de lieux comme les toilettes. » Autre choix de l'université : proposer uniquement des produits en coton biologique. « La conception des distributeurs a été confiée à un artisan local, complète Anne Tatu, auquel nous avons demandé un modèle universel : n'importe quel type de protection, de n'importe quelle marque, peut y être déposé. Par conséquent, nous constatons que des personnes déposent elles-mêmes des produits, par solidarité ».

Le gros du stock des protections distribuées reste toutefois financé

par l'Université, qui a reçu une aide totale de 25 600 euros, de la part de la Région et de l'association AGEA Bourgogne Franche-Comté pour lancer le dispositif. « Nous pourrions pérenniser cette action grâce à la contribution de vie étudiante et de campus (CVEC), qui servira à financer les stocks de produits », indique Anne Tatu, qui estime à 14 000 euros le coût de ce stock pour un semestre. « Les distributeurs ont connu un franc succès à leur lancement, mais nous ferons un bilan à la fin du semestre, pour ajuster les besoins selon les sites », résume-t-elle. De nouveaux distributeurs pourront ainsi être installés dès le premier semestre de l'année prochaine. « Puis en 2024, nous envisageons une sensibilisation aux protections réutilisables », conclut Anne Tatu.

Camille Jourdan

Pour voir la liste des emplacements des distributeurs, c'est ici : https://actu.univ-fcomte.fr/sites/default/files/liste_emplacements_boites.pdf

LYCÉES.

A noter que la Région Bourgogne-Franche-Comté se préoccupe également de la précarité menstruelle chez les jeunes lycéennes. Pour les aider, elle a commencé à déployer dans les lycées des distributeurs de serviettes hygiéniques et tampons périodiques. Installés dans les toilettes de filles, ils sont mis à disposition des lycéennes qui peuvent venir se servir librement et gratuitement.

Ne pas hésiter et foncer !

Nathan Raguin, étudiant en Staps à Besançon, a quitté sa famille, sa ville, sa fac et son club de foot de l'AS Baumeles-Dames pour Fort Wayne (Indiana), aux Etats-Unis. Une décision mûrement réfléchie aux allures de choix de vie qu'il ne regrette pas et qu'il nous détaille.

Comment faut-il monter un tel projet ?

Il existe plusieurs possibilités pour partir aux Etats-Unis comme je l'ai fait. Pour ma part, je suis sous contrat avec l'agence EliteAthlètes (1), qui a pour but de faire vivre l'expérience universitaire américaine à des jeunes voulant poursuivre leurs études à l'étranger, tout en intégrant une équipe sportive sur place. Ensemble, nous avons réalisé un « highlight » de mes actions en match et convenu du profil d'université que je recherchais. Suite à cela, mon profil a été envoyé aux coaches des équipes universitaires à travers le pays et je n'ai eu plus qu'à attendre des offres. J'ai reçu et accepté celle de l'école Indiana-Tech, à Fort Wayne.

Les « trucs » à maîtriser ? Les erreurs à ne pas commettre ?

Il est important de connaître le fonctionnement du championnat universitaire aux USA car c'est très différent de la France. De plus, il faut savoir que le visa étudiant octroyé par les Etats-Unis ne nous permet pas de tout faire dans le pays. Il

y a des lois précises qu'il faut connaître.

Les objectifs de ton projet ?

Tout d'abord obtenir mon master MBA marketing, ensuite continuer à évoluer à un niveau compétitif au football dans des infrastructures très développées, et enfin perfectionner mon anglais.

Le plus compliqué dans cette expérience ?

C'est la partie administrative. Après, mon agence et mon coach m'aident beaucoup.

Tes plus grandes surprises ?

La facilité à s'intégrer dans l'équipe et surtout dans la vie sur le campus.

La chose qui te manque le plus ?

Ma famille et mes amis évidemment, et après je dirais la qualité de la nourriture française, sans hésitation ! Ici la malbouffe est très présente.

La partie la plus appréciable ?

La vie universitaire américaine et le mélange de cultures dans mon

équipe.

La plus grande différence entre France et USA ?

Sûrement le mode vie. Ici, tout est fait pour faciliter les déplacements en voiture. C'est quasiment impossible de s'en passer. Et aussi comme je l'ai dit, la nourriture : les aliments de bonne qualité sont difficiles à trouver, ou alors plus chers qu'en France.

Le plus difficile ?

Être loin de ses proches et de sa famille, car pour le reste, une fois sur place et installé, il y a beaucoup de personnes qui sont là pour t'aider à tous les niveaux.

Le plus appréciable ?

La qualité des infrastructures et des moyens mis à notre disposition pour les entraînements, les matchs et la récupération.

Le conseil pour ceux qui veulent faire la même chose ?

Il ne faut pas hésiter et foncer ! C'est une expérience incroyable sur tous les points, ça permet de perfectionner son anglais tout en découvrant une



nouvelle culture et faisant de nouvelles rencontres.

La plus belle rencontre justement ?

Je dirais tous mes coéquipiers. On vient des quatre coins du monde avec une passion en commun, le football, et l'ambiance dans le groupe est exceptionnelle, que ce soit sur ou en dehors du terrain. Ça rend mon expérience encore plus folle.

La plus grosse galère ?

Une soirée étudiante qui a été écourtée à cause de coups de feu tirés dans le jardin de la maison où avait lieu la fête. Un règlement de compte entre gangs rivaux... J'ai dû témoigner au tribunal.

Recueilli par Christophe Bidal

(1) eliteathletes.fr

LA TOURNÉE EXPÉRIENCE SNU

Pour révéler toutes les facettes du dispositif SNU, une tournée nationale de 25 étapes installe dans chaque ville concernée un village avec plusieurs espaces modulables autour d'un camion « mascotte » et des animations, des parcours sportifs et des témoignages de personnes qui font le SNU (volontaires, encadrants...), les jeunes et leurs parents seront invités à découvrir tous les aspects de l'expérience SNU. La tournée passe à Vesoul le 20 mai, à Dijon le 24. snu.gouv.fr

MOUSTIQUE TIGRE

Face à la recrudescence du moustique tigre dans la région des gestes simples peuvent être adoptés afin de limiter sa prolifération sur le territoire et le potentiel risque sanitaire pour l'homme. Il s'agit principalement d'éviter la formation d'eau stagnante en rangeant les contenants où l'eau peut s'accumuler et en vérifiant le bon écoulement des eaux pluviales. Il est également conseillé de couvrir les réservoirs d'eau à l'extérieur. Le moustique tigre est reconnaissable grâce à ses rayures noires et blanches contrastées. Il est possible de signaler sa présence sur le site signalement-moustique.anses.fr.

Poltergeist frappe les esprits

Le jeune artiste electro chalon nais a 21 ans et un pseudo qui commence à tourner. Le résultat d'un projet musical pensé, soigné, précis.

Photos Vincent Arbelet



Poltergeist n'est pas de ceux qui font table rase du passé. Au contraire, il s'en nourrit pour construire un univers dont la notoriété grandit ces derniers temps. Son cursus musical, entamé dès 6 ans au conservatoire de Chalon-sur-Saône lui a donné une culture plutôt étendue. « J'étais en classe à horaires aménagés. J'ai fait du violon pendant 9 ans puis j'ai lâché pour aller en guitare jazz pendant 2 ans. En parallèle, en cursus musiques actuelles, j'ai travaillé sur le son, la production musicale, j'ai découvert les logiciels, les synthés, plein de manières de faire du son ». Même perspective côté écoute, oreilles grandes ouvertes. Ce n'est pas parce qu'on a 20 ans qu'on ne peut pas apprécier Arno. « Il y a quelques temps, j'écoutais ça et plein de groupes français comme les Rita Mitsouko, Noir Désir, Louise Attaque... ». Etape suivante marquante, avec la découverte de Prodigy, puis rewind : le krautrock et le post-punk, qu'il soit new wave ou cold wave, l'électro. Sur Bandcamp, sa présentation « convie Joy Division, New Order, Talking Heads, The Cure, Can, Kraftwerk, Nine Inch Nails ou Jeff Mills (...) et l'épicentre, Berlin. »

Il en découle un univers personnel electro voire techno, baignant dans une ambiance sombre, des rythmes lents (23 : 23) et robotatifs (la Grande Dame) nappés de synthés, même de guitares (Dark wave) qui posent une ambiance envoû-

tante et fataliste. Les mots choisis correspondent : *Die Schwarze Muse* (la muse noire), *der Nachtvogel* (l'oiseau de nuit), *Angst Vor Dem Bösen* (peur du mal), *All this to death*, *Dark wave*, *Black sheep*.

Aujourd'hui, on s'aperçoit que de nombreux projets sont nés pendant le confinement, qui aura au moins été propice aux réflexions personnelles. C'est le cas de Poltergeist, du nom de l'esprit frappeur du film de Tobe Hooper, reflet d'un intérêt pour le paranormal. « Je l'ai vraiment mis en place lors du premier confinement. Auparavant, j'avais un autre projet musical, plus teinté pop. Mais là, j'ai pu essayer d'autres choses et élaborer cette esthétique plus electro et sombre en pensant pouvoir la développer. Ça m'a donné encore plus envie de me lancer ».

Les textes, souvent parlés, privilégient l'allemand (anglais et français sont aussi au programme) alors que le jeune homme ne pratique pas la langue. C'est intentionnel comme le noir qu'il porte sur scène. « Entendre *Kompromat* a été un déclic car ils utilisaient la langue allemande et des sonorités qui me plaisaient. En allemand, ce n'est pas facile, mais c'est une référence à une culture musicale que j'aime, notamment l'esthétique indus minimaliste ».

Sur ces bases, le nom Poltergeist a rapidement tourné. Six mois

après s'être lancé, il gagne direct le tremplin Novosonic pour son premier live, qui lance sa réputation et lui montre « que ça peut marcher ». Sélectionné aux Inouïs du Printemps de Bourges puis repéré aux Transmusicales de Rennes, il complète ce parcours d'un EP et d'un double single qui lui permettent d'atterrir sur Clivage Music, le label de Vitalic. Comme une boucle : « *Kompromat*, c'est Vitalic et *Rebeka Warrior*. Il se trouve qu'en 2021, j'ai fait la première partie de *Mansfield.TYA*, dont *Rebeka Warrior* est la chanteuse. Et là, je me retrouve sur le même label que *Kompromat*... »

Depuis le départ, le jeune artiste construit son univers avec l'aide de Lou, sa sœur et Adrien, manager, qui l'appuient dans son développement et ses concerts avec leur agence LaMif⁽¹⁾. Les deux chalon nais font partie intégrante du projet, auquel ils apportent leurs compétences en com, merch, diffusion et appuis divers. Car si son projet est personnel, le jeune homme aime s'entourer. En live, il peaufine des sets qui divergent de ses compos enregistrées, aussi est-il important pour lui d'être bien accompagné. « Le live, c'est de la création permanente, avec des morceaux recomposés, arrangés différemment. Ça prend beaucoup de temps ».

L'an dernier, Poltergeist a encore pris de l'ampleur avec la publication d'un album et une tournée

avec Vitalic et des dates affichant complet. « Cela permet de faire découvrir le projet au public, en espérant qu'une partie reste fidèle... » Il a également intégré l'Opération Iceberg, dispositif franco-suisse d'accompagnement. « C'est pointu, d'un très haut niveau. J'ai passé des super moments à travailler avec des musiciens et notamment Pierre-Antoine Grison alias *Krazy Baldhead*. Il aime transmettre son savoir, explique simplement ses techniques informatiques notamment avec Ableton. C'est quand même quelqu'un qui était au début d'*Ed Banger* » dit le jeune homme en évoquant le label parisien, référence de l'électro, côté french touch. Encore un signe de sa volonté de se nourrir de l'histoire musicale pour construire la sienne.

Stéphane Paris

⁽¹⁾ LaMif, constituée de LaMif Booking et La Mif Artist, est une association d'accompagnement et de développement de projets musicaux basée à Chalon-sur-Saône. « On a décidé de monter cette structure pour aider les groupes à émerger précise Lou. Mais c'est du micro accompagnement, en fonction du temps dont on dispose car on a des boulots à côté ». lamifbooking.net

En savoir plus :

poltergeiston.bandcamp.com

Facebook



@poltergeistelectromusic

Instagram



@poltergeistmusic_

Diamond Dog sous influences eighties



Ce groupe dijonnais vient de publier son premier album, *Usual chronicles*. Le genre : postpunk, côté cold.

Photo Ait Belkacem

De g. à dr., Jules, Anthony, Eliott, Thibaud.

Le son de l'album situe clairement la référence : on est au début des années 80, le punk a vécu son âge d'or et la vague qui suit propose une musique à la fois plus froide et plus élaborée dans diverses directions nommées new wave, cold wave, gothic rock. Diamond Dog se place à ce croisement, dans une version énergique. Anthony, chanteur auteur compositeur dijonnais à l'origine du groupe, date son envie de remonter un groupe en 2019. « Je ne savais pas quelle forme il allait prendre, mais j'ai commencé à écrire fin 2019 et vraiment travaillé pendant le confinement en 2020. Auparavant, j'avais commencé dans le punk rock puis mon parcours musical est passé par les cases pop rock, psychobilly, rockabilly, surf ! Mais à un moment, si on veut creuser dans un style à fond, on se concentre sur ce qui nous anime et là, c'était mes influences, ma culture des années 70-80 qui ont primé ».

Tout fan de rock aura saisi l'origine du nom. « J'apprécie beau-

coup l'album de Bowie, mais ce n'est pas un hommage musical. C'est plutôt le nom lui-même, la façon dont il sonne que je trouve cool. Le concept de dystopie auquel est associé Diamond dogs me parle aussi. Et puis j'aime bien brouiller les pistes » sourit-il avant de rappeler que ses influences vont du classique aux Cramps. « Un de nos morceaux est influencé par Franz Liszt. C'est intéressant de tisser des liens entre des choses qui n'en ont aucun. » Côté textes, l'anglais est de mise. « Pour notre style, ça sonne mieux ! Et cela m'oblige à jouer avec mes limites dans cette langue. Pour mes sources d'inspiration, j'utilise des choses personnelles, mais je le cache derrière des métaphores. Je n'aime pas trop le truc concret des chanteurs qui parlent du quotidien. Je préfère l'enrober dans le plus de poésie possible. J'aime bien la méthode du cut-up qui peut apporter ce côté poétique ».

Des styles qui se marient bien

Soutenu par Frédéric Millat, d'Exaequo production,

aujourd'hui manager du groupe, Anthony (chant et claviers) a constitué un combo qui comprend Jules, guitariste de Beaune qu'il connaît depuis longtemps, et une section rythmique auxerroise avec Thibaud (batterie) et Eliott (basse). Tous trois font partie d'autres groupes dont les styles metal ou postrock semblent éloignés du projet. Quoique : « Il y a des styles qui vont bien ensemble estime Anthony. Par exemple, ils se rejoignent dans le côté froid. Mais au-delà de cela, comme tout le monde est bon dans son instrument, ce n'est pas un problème ». Ses trois acolytes acquiescent : « En termes de jeu, on retrouve plein de trucs communs entre nous. Et comme on écoute tous beaucoup de choses, on connaît déjà cette culture sur laquelle se base Anthony ». En 6 mois à peine dans cette formation, le groupe a trouvé sa cohésion, notamment en live. Chacun apporte sa touche aux morceaux initiaux écrits par le chanteur. Les arrangements des maquettes de base ont évolué pour aboutir à l'album *Usual chronicles*, paru le 5 avril.

« Je vais continuer à composer les morceaux dit Anthony, mais en intégrant beaucoup plus le jeu de chacun. Ce sera un peu plus collégial ». En attendant, les 10 titres proposés forment un ensemble cohérent. Le sujet postpunk est parfaitement maîtrisé avec des influences évoquées à petites touches sans être encombrantes ni nuire à l'identité de ce premier album : soupçon de Cure, touches de Killing Joke, avec parfois des inflexions new wave comme sur *Flash sideways*. Lancé dans une tournée de 16 dates entre mi-avril et fin juin, le quatuor est unanime. « On est raccord tous les quatre. On a envie de se focaliser sur le projet, sans séparer ».

S.P.

Concerts à venir : le 11 mai à Dijon (Péniche Cancale), le 10 juin à Besançon (Biergarten du Bastion), le 16 juin à Longecourt-en-Plaine (festival Rock en plaine), le 30 juin à Saint-Sauveur-en-Puisaye (les Nuits de Saint-Sauveur)

En savoir plus :

Facebook

@diamonddogband

Instagram

@diamonddogband

Temps fort pour la chorale universitaire de Besançon

En mai, elle propose une création inédite et ambitieuse pour marquer son 60e anniversaire.

Photo Yves Petit



Sofiane Messabih et une partie des choristes en répétition en mars à la Maison des étudiants.

C'est une première pour la chorale universitaire de Besançon : une création sur le thème du temps mêlant voix chantée, percussions corporelles et mise en scène. Une première pour fêter les 60 ans d'une chorale née en 1962. « Il y a un décalage d'un an en raison de la Covid précise Anne-Fleur Velard, présidente de l'association Musique vocale à l'Université. C'était un projet sur 2 ans imaginé par Sofiane Messabih, chef de chœur et directeur artistique du projet. En 3 ans, il a beaucoup évolué et demandé pas mal d'investissement, de répétitions avec notamment quatre week-ends de travail et une semaine de résidence. Le projet mobilise 80 choristes en 2 ensembles. Il est assez unique pour la chorale, en tout cas depuis 20 ans ».

60 Temps ne sera présenté que 2 fois, les 13 et 14 mai au Kursaal de Besançon. Il est accompagné d'une exposition qui retrace les 60 ans de la chorale. L'ambition du projet est aussi « d'apporter un regard différent sur le mot chorale, avec un côté dynamique et moderne ». Il se présente dans un esprit de symphonie vocale ethno-pop pour célébrer par la musique le voyage, la surprise et le partage à travers 20 chansons et morceaux. « D'habitude, on propose un spectacle de fin d'année à partir du répertoire existant. Là, tout est créé de A à Z avec des styles très différents incluant du slam, du blues, des chants du monde très variés. Quand on prend un chant du monde, on adopte la technique du lieu, de la culture qu'il représente ».

Le travail demandé aux choristes (pas seulement des étudiants, mais des personnes de 18 à

70 ans, car la chorale est ouverte à tous) a été d'autant plus exigeant qu'ils seront sur scène sans partition. Ils sont passés par un stage en percussions corporelles mené par Etienne Demange, batteur qui accompagne le projet. D'autres artistes de la région ont été mis à contribution. « On a commandé des textes de chansons à plusieurs auteurs renommés : Pascal Mathieu, Pihpoh, La Lue, Clio, Maurice Boguet alias Mégot, Clotilde Moulin. On a également mis à contribution les lauréates du tremplin d'écriture étudiant que l'on organise chaque année, à savoir Irène Berriet, lauréate 2022 et Céline Billod (2023). Ces textes ont été mis en musique par Sofiane Messabih ».

L'invitation est lancée : à ceux

qui veulent venir écouter et à ceux qui aimeraient participer. La chorale recrute à chaque rentrée et à tous les niveaux, débutants compris. « Comme toutes les chorales, on cherche des hommes » précise Anne-Fleur.

Association Musique vocale à l'Université,
36a avenue de l'Observatoire, 25000
Besançon

choraleubesancon.fr

60 Temps

le 13 mai 2023 à 20 h,
le 14 à 17 h au Grand Kursaal,
2 place du théâtre, 25000 Besançon
10€ tarif plein, 5€ tarif réduit (étudiants,
demandeurs d'emploi, carte avantages
jeunes).

**Réservation fortement conseillée
sur choraleubesancon.fr**

EXPOSITION IMMERSIVE

Afin de retracer ses soixante années d'existence, une exposition consacrée à l'histoire de la chorale universitaire est proposée du 10 au 14 mai au Kursaal. Archives sonores, scénographie, propositions artistiques et photographies offriront au visiteur une plongée dans ces joyeuses années de chant. Entrée libre.



La Chorale Universitaire de Besançon présente...

60 TEMPS
LE

CONCERT

SAM. 13 et DIM. 14 MAI 2023
Au Grand Kursaal à Besançon

LJFGames lance son deuxième jeu vidéo

Trois gamers bisontins ont décidé de passer à la création. Après Timo's adventures, un runner musical, ils s'apprêtent à mettre en ligne un roguelike dénommé Kritter.

Photo Yves Petit



Un vaisseau de reconaissance spatial s'écrase sur une planète inconnue. Il est quasiment détruit. Tandis que des monstres l'assaillent, il faut tenter de récupérer les morceaux pour le rafistoler et tenter de décoller. Ce roguelike est la deuxième création du studio bisontin LJFGames. Encore en version démo, Kritter va être présenté au festival de jeux Ludinam en mai puis au Steam Next Fest en juin. « On ne dit pas tout, il y a notamment aussi un twist. On espère sortir la version finale en novembre » relate Tom Zaoui, l'un des créateurs du jeu. LJFGames, c'est trois amis

de l'époque du lycée qui ont aujourd'hui la trentaine. Tom Zaoui et Ghislain Fayard sont musiciens tandis que Bastien Cramillet est ingénieur informatique. « Développer notre propre jeu vidéo, c'était un rêve de gosse dit Tom. On a profité du confinement pour vraiment se lancer. On avait essayé à 15 ans sans base, à 20 ans avec un peu plus de notions et à 30 avec des connaissances et du temps ! ». Leur premier essai s'appelle Timo's adventures. C'est un runner musical gratuit, accessible sur PC et sur téléphone. « Il a largement atteint nos attentes en termes de téléchargements et de retours. C'est ce qui nous a incités à en faire un deuxième. On s'est fait la main, on sait faire

un jeu, on sait comment le mettre en ligne, le mettre sur plateforme et sur mobile ». Pour Kritter, l'ambition est montée d'un cran. « Ce sera 3D, multijoueurs, plus complexe. C'est comme si on avait tout multiplié par 15 ! On a bouffé des centaines d'heures de tutos ! » Le jeu sera payant, dans l'espoir de générer suffisamment d'argent pour en développer un troisième. Ils ont également décidé de passer par un financement participatif sur la plateforme kickstarter destinée aux projets créatifs. Il est également possible de soutenir LJF sur patreon.com. Développer un jeu ne se limite pas à un scénario et du codage. Design, bruitage, musique, environnement sans

compter la partie web pour donner une vitrine à LJFGames. « On est une petite équipe alors on est forcé de réduire les ambitions. Jusqu'à présent, on a évolué avec notre argent et sur notre temps libre. Mais ce qui fera passer le jeu de démo à projet final, ce sont les fonds qu'on trouvera ou les petites mains pour nous aider. On espère trouver d'autres amateurs de jeux qui auraient envie de nous rejoindre ».

En savoir plus :
ljfgames.com/
Patreon



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 topobfc@jeunes-bfc.fr

JOBS

Idoine est un Organisme de Vacances Adaptées (OVA - statut loi 1901) pour adultes en situation de handicap situé sur Besançon. Nous recherchons des responsables H/F, des assistants sanitaires H/F et des accompagnateurs H/F pour nos séjours adaptés d'été 2023. Il s'agit d'accompagner un petit groupe d'adultes en situation de handicap intellectuel dans les gestes de la vie quotidienne pendant leur temps de vacances : la toilette, l'habillement, le repas et les gestes barrières. Assurer l'animation des activités et des sorties, la préparation des repas et la gestion du gîte.

Nos équipes sont composées de 3 à 5 animateurs pour un groupe de 6 à 10 vacanciers.

Possibilité de travailler 2, 3, 4 ou 5 semaines entre le 15 juillet et le 19 août 2023.

Les salaires varient en fonction des besoins en accompagnement des vacanciers (Contrat d'Engagement Éducatif (CEE) entre 40 € et 59 € net/jour). Il est fortement recommandé de posséder le permis, le BAFA et le PSC1. Ils ne sont pas exigés, mais constituent un plus.

Infos et candidatures : Idoine, 15 c chemin des Essarts, 25000 Besançon, 0381530036, contact@association-idoine.fr ; association-idoine.fr

MOBILITÉ INTERNATIONALE

Avec le programme Stages Monde, les jeunes de Bourgogne-Franche-Comté peuvent partir en stage à l'étranger dans tous les domaines professionnels. Il leur propose des offres de stages à l'étranger hors-études pour jeunes diplômés, demandeurs d'emploi. Parmi les nombreuses propositions actuelles :

- Photographe en Espagne
- Business developer en Suisse
- Ecologiste au Portugal
- Assistant communication en Serbie
- Soigneur animalier au Chili
- Chargé de projets en Allemagne

Le programme Stages Monde est piloté et financé par la **Région Bourgogne-Franche-Comté**.

Toutes les infos sur le programme sur agitateursdemobilite.fr.

Plus d'offres de stage : suivez les pages Facebook et Instagram [agitateursdemobilite](https://www.instagram.com/agitateursdemobilite)

Nous contacter : Info Jeunes Bourgogne-Franche-Comté au 03 81 21 16 06. mobiliteinternationale@jeunes-bfc.fr

ANIMATION

Les Foyers ruraux de Franche-Comté organisent régulièrement des formations à l'animation dans une structure adaptée, elle-même dans un petit village à la campagne. Prochainement :

FORMATION GENERALE (1re partie du Bafa)

du 28 juin au 5 juillet 2023

Thème : les Accueils Collectifs de Mineurs

Contact : FOYERS RURAUX, Centre d'animation FOLLE-AVOINE, 135 rue de la Fontaine 70230 BOUHANS-LES-MONTBOZON, 03.84.92.34.44. E.Mail : ass.folleavoine@free.fr

Information complète sur ass.folleavoine.free.fr

INFO JEUNES T'ACCOMPAGNE !

Tu aimerais accomplir un service civique ?

Info Jeunes Bourgogne-Franche-Comté t'accompagne dans la recherche d'une mission, la définition d'un projet d'engagement, la candidature et des conseils pour préparer l'entretien. **Nous contacter : 03 81 21 16 14**

Articles des 3 derniers mois les + consultés sur topo-bfc.info

1_ « Le trail, c'est un état d'esprit ! »



2_ Lou Jeanmonnot-Laurent, en piste pour les JO d'hiver 2026



3_ Colin Champion, symbole de l'engagement lycéen



4_ SNU : des séjours de cohésion mémorables



5_ Promenade musicale en BFC



6_ Julien Poujol, acrobate de métier



Supplément mensuel coproduit par le Centre Régional d'Information Jeunesse de Bourgogne-Franche-Comté et L'Est Républicain. Siège social : Crij, 27 rue de la République, 25000 Besançon, tél 03 81 21 16 08 ; 2 rue des Corroyeurs, 21000 Dijon, tél 03 80 44 18 29 **Courriel :** topobfc@jeunes-bfc.fr **Sites :** topo-bfc.info / jeunes-bfc.fr **Agrément jeunesse et éducation populaire :** CRJ n°25 JEP 328. **Directeur de la publication :** Sébastien Maillard. **Rédacteur en chef :** Stéphane Paris. **Maquette :** Thomas Dateu **Dessins :** Christian Maucler. **Régie publicitaire :** L'Est Républicain, 03 81 21 15 10. **Imprimerie :** L'Est Républicain 54180 Houdemont. Le Crij de Bourgogne-Franche-Comté réalise TOPO en partenariat avec L'Est Républicain et le Progrès et avec le soutien du ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse, de la Région Bourgogne-Franche-Comté et de la Banque Populaire de Bourgogne Franche-Comté. TOPO est imprimé à 150 000 exemplaires.



Certifié PEFC
 Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées
 31-3545 www.pefc-france.org

