

# TOPO

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



n°237 / novembre 2013

## DOSSIER

# Le Clap : une solution pour vos projets

Pp 10 à 13

## JEUNESSE

# Xavier Thévenard champion d'ultra-trail

P 19

Xavier Thévenard, 25 ans, vainqueur et recordman de l'ultra-trail du Mont Blanc.

## PARCOURS

# Le luxe, secteur florissant

Pp 06 - 07

# Tout savoir sur l'humanitaire et la solidarité internationale



**Mercredi**

**13 novembre à 14h**

**entrée  
libre**

**Au CRIJ Franche-Comté**

**27 rue de la République à Besançon  
03 81 21 16 16 - [www.jeunes-fc.com](http://www.jeunes-fc.com)**

**en collaboration avec  
RéCiDev et le CERCOOP  
dans le cadre de la  
Semaine de la Solidarité  
Internationale**



# 2013 NOVEMBRE

## ACTU

04-05

### Agenda

Que se passe-t-il en novembre ?

## PARCOURS

06-07

### Métier

- Le luxe  
- Candice Boillon, en master traitement des surfaces

08

### Région

Choisir l'industrie !

14

### Emploi

Agate paysages, association d'insertion

## EXPRESS

15

- Sécurité routière : celui qui conduit ne boit pas

## DOSSIER

10 à 13

Le Clap/Energie jeune : des aides et des conseils pour vos initiatives



- ESPE, nouveau nom de l'IUFM

## QUOTIDIEN

16

### Santé

La Maison de l'adolescence de l'Aire urbaine

17

### Internet

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

## JEUNESSE

18

### Mobilité

Leonhard Janisch découvre la pâtisserie française

19

### Sport

Xavier Thévenard, vainqueur de l'ultra-trail du Mont-Blanc

## LOISIRS

20

### Sport

Trail, ultra-trail : conseils pour pratiquer

21

### Culture

La saison du CDN

22-24

### Avantages Jeunes

Des films et des spectacles à tarif très réduit avec la carte Avantages jeunes

23

### Annonces

Emploi, formation, stage, ...



## UN FLASHCODE, C'EST QUOI ?

Un flashcode est un code-barres en deux dimensions qui permet, par le biais d'un téléphone mobile disposant du lecteur adéquat, d'accéder très rapidement à du contenu sur le web. Des flashcodes apparaissent désormais dans TOPO, en lien avec une nouvelle maquette plus aérée. A partir du 24 septembre, TOPO est en effet accompagné d'un site complémentaire, [www.topo-fc.info](http://www.topo-fc.info). Ces flashcodes permettent de retrouver les articles sur le web, avec des sujets plus développés et des compléments d'information. Ils renvoient également aux rubriques du site plus étoffées, telles l'agenda des sorties.

BESANÇON 30 nov.

# Salon Stydyrama des études supérieures

**D**e 9h30 à 17h30, Micropolis accueille le 7<sup>e</sup> Stydyrama de Besançon. Ce forum d'orientation, aide des jeunes à répondre à des questions comme « que faire après le bac ? » ou « que faire après un bac +2/ +3 ? ». Il s'adresse particulièrement aux élèves de terminale, qui devront se décider sur leur orientation à partir du **20 janv.**, date d'ouverture du portail admission postbac (procédure obligatoire pour ceux qui souhaitent s'orienter dans le supérieur). Stydyrama est l'occasion pour les visiteurs de rencontrer sur un même lieu de nombreux acteurs de l'orientation locaux et nationaux. 40 établissements représentant plus de 200 formations, de bac à bac +5 sont annoncés : Université, IUT, BTS, écoles de commerce et d'ingénieurs, écoles de métiers, CFA seront là pour répondre aux questions et exposer leurs spécialités. Ce salon est aussi l'occasion de se renseigner sur la vie étudiante (logement, bourses, sécurité sociale, droits, loisirs).

Entrée gratuite à retirer sur [www.studyrama.com](http://www.studyrama.com) (rubrique salons).



BESANÇON 15 au 17 nov.

## Biennale des métiers d'art



**P**lus de 50 artisans d'art sont attendus à la biennale des métiers d'art, organisée à Micropolis pendant le salon Talents et saveurs. Le programme met notamment à l'honneur le textile, avec une vingtaine de créateurs présents, des démonstrations, une présentation des filières de formation. Un espace expo-vente, un espace «jeunes ateliers» pour faire connaître 2 jeunes artisans récemment installés (Valérie Calvat, céramiste à Arc-les-Gray et Christophe Marquis, ébéniste à Malbrans) et une présentation des filières scolaires métiers d'art permettront au public de tout savoir sur ces professions.

Infos, [www.amagalerie.com](http://www.amagalerie.com), 03 81 48 93 90.

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

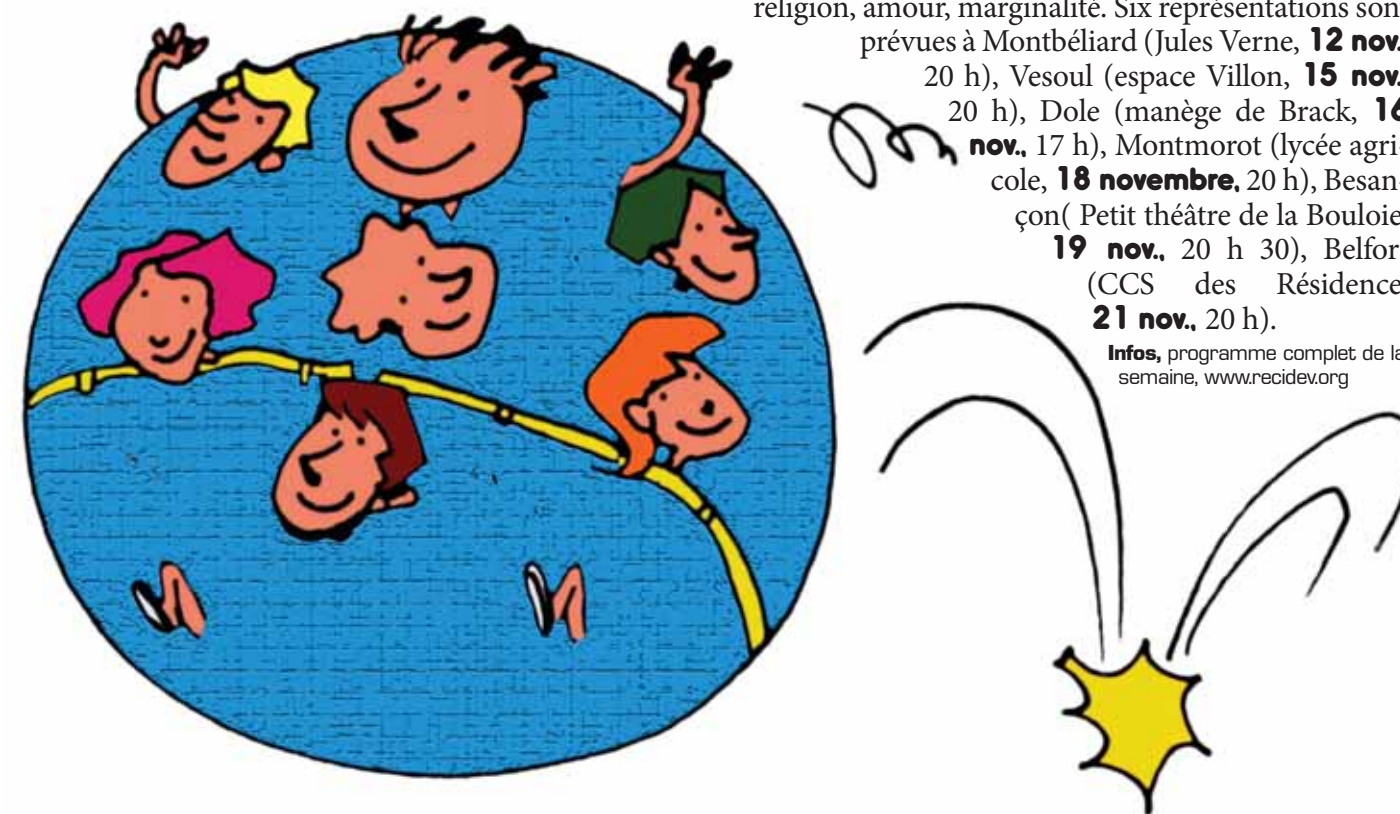


FRANCHE-COMTÉ 12 au 21 nov.

# Semaine de la solidarité internationale

**C**ette manifestation nationale est relayée dans la région à travers deux événements majeurs :  
 > **Cinq solisphères** (sphères humaines géantes) organisées le même jour, **16 nov.**. Pour se mobiliser et participer, il faut se rendre à Besançon (place Pasteur à 14 h), Montbéliard (15 h au centre-ville), Dole (10 h au manège de Brack), Pont-de-Poitte (15 h au centre) ou Belfort (14 h, place Corbis).  
 > **Une tournée régionale de la pièce « Parenthèse de vie »**, de l'atelier théâtre burkinabé. Ce spectacle accessible dès 12 ans évoque les droits humains au Burkina Faso : liberté d'expression, religion, amour, marginalité. Six représentations sont prévues à Montbéliard (Jules Verne, **12 nov.**, 20 h), Vesoul (espace Villon, **15 nov.**, 20 h), Dole (manège de Brack, **16 nov.**, 17 h), Montmorot (lycée agricole, **18 novembre**, 20 h), Besançon (Petit théâtre de la Bouloie, **19 nov.**, 20 h 30), Belfort (CCS des Résidence, **21 nov.**, 20 h).

Infos, programme complet de la semaine, [www.recidev.org](http://www.recidev.org)



BESANÇON 9 au 17 nov.

## Lumières d'Afrique

**L**e festival de cinéma africain né en 1996 poursuit la mission difficile de faire découvrir le cinéma d'un continent où l'industrie cinématographique structurée est rare, où les créateurs doivent faire avec les moyens du bord et où les films ont du mal à se faire connaître autant pour des questions de ressources que de concurrence inégale. Le festival bisontin tente d'y remédier et permet bon an mal an à 8000 spectateurs de découvrir des films récents en compétition mais aussi des œuvres du patrimoine artistique africain.

Programme complet à venir sur [www.lumieresdafrique.com](http://www.lumieresdafrique.com)

FRANCHE-COMTÉ 16 au 24 nov.

## Génériq

**L**e festival « des tumultes musicaux en ville » se tient 10 villes du Grand Est. Parmi elles, Besançon, Belfort, Montbéliard, Baume-les-Dames et Pontarlier, mais aussi des lieux proches de la Franche-Comté (Dijon, Mulhouse, Epinal, Quetigny, Bâle). Côté artistes, on remarque Christophe, Hanni El Khatib, Fauve, Villagers, Alex Beaupain et des découvertes à faire, dans une programmation pilotée par les Eurockéennes : Joris Delacroix, Tristesse Contemporaine, Blackie, Christine Salem, Findlay. Au total 70 artistes, 100 concerts et tous les styles à des prix modiques.

Programmation complète, [www.generiq-festival.com](http://www.generiq-festival.com)

**C'EST GRATUIT en NOVEMBRE**

**13 VESOUL.** Journée sécurité routière : animations, sensibilisation, infos et cadeaux à gagner (salle Parisot et, place Renet).

**BESANÇON** Don du sang. Collecte exceptionnelle, sous chapiteau, parking du Géant Casino Châteaufarine. De 14 h à 19 h, avec animations et vente de la carte Avantages jeunes.

**BESANÇON** « Le Point zéro » documentaire sur la déforestation et l'exploitation forestière, 20 h 30 (Petit théâtre de la Bouloie, 03 81 48 46 61).

**16 BELFORT** Rencontre babysitting au Bij : une rencontre entre parents en recherche de babysitters et candidats à la garde d'enfants. La Fepem pest présente pour donner des infos juridiques sur l'emploi entre particuliers. De 13 h à 16 h, 30 rue Jules Vallès. Infos, 03 84 90 11 11.

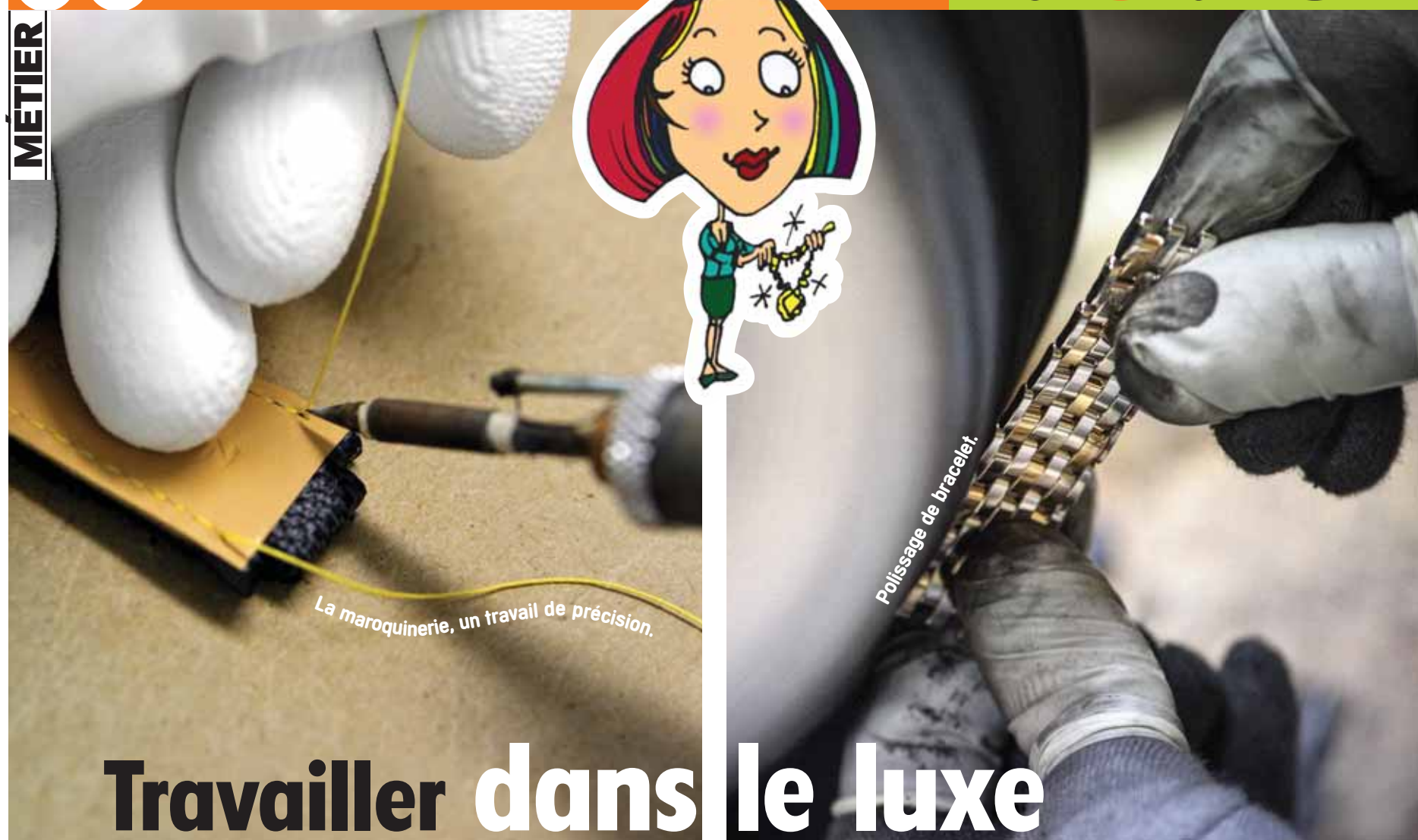
Retrouvez tous les événements GRATUIT sur [www.topo-fc.info](http://www.topo-fc.info)



SÉLECTION TOPO CONCERTS - NOVEMBRE -

- Miles Kane (rock) le 13 à Besançon (Rodia)
- Cascadeur + Château Marmont (pop) le 14 à Audincourt (Moloco)
- Christophe (chanson) le 15 à Belfort (Granit)
- Susie Arioli (jazz vocal) le 16 à Beaucourt (MPT)
- Villagers (pop) le 19 à Besançon (Rodia)
- ESB (krautrock, Yan Tiersen, Lionel Laquerrière et Thomas Poli) le 21 à Besançon (FJT les Oiseaux), le 24 à Montbéliard (musée du Château).

MÉTIER



La maroquinerie, un travail de précision.

Polissage de bracelet.

## Travailler dans le luxe

Depuis 2010, la demande de produits augmente. La Franche-Comté a des atouts dans certains secteurs comme l'horlogerie, la maroquinerie ou la lunetterie.

Photos d'archive Laurent Cheviet.



Retrouver le reportage sur la maroquinerie sur [www.topo-fc.info](http://www.topo-fc.info)

**P**aradoxalement le secteur du luxe ne connaît pas la crise - paradoxe relatif, si l'on considère que le nombre de personnes riches augmente. Les produits du luxe continuent donc à se vendre. Les entreprises du secteur ont des carnets de commande remplis, ont parfois du mal à y faire face et même à embaucher. Même si des signes de ralentissement apparaissent et si la concurrence s'accroît, la France demeure n°1 sur le marché international, bénéficiant du prestige de nombreuses marques historiques. Globalement le domaine (1) compte environ 170 000 salariés. Ceux qui se forment ont donc une belle carte en main. Chance pour la Franche-Comté, la région abrite plusieurs formations et entreprises spécialisées. En premier lieu l'horlogerie, mais aussi la maroquinerie, voire l'hôtellerie car les formations dispensées dans la région permettent d'espérer travailler dans les plus grands établissements du monde. Et même en restant sur place, les entreprises locales sont assez présentes pour donner des possibilités de recherche d'emploi. D'autant que la Franche-Comté vient de recevoir deux bonnes nouvelles dans ce secteur : l'ouverture d'ici 2 ans de 2 nouveaux ateliers Hermès dans le nord Franche-Comté. L'entreprise, qui possède déjà une manufacture à Seloncourt, localisera alors dans la région

15 % de sa production. Dans le domaine de la lunette, la marque de luxe Cartier vient également d'annoncer son intention d'ouvrir un atelier de montures à Besançon. Là encore, la région possède des atouts en matière de formation, en particulier du côté de Morez.

(1) Le comité Colbert, qui regroupe 70 maisons de luxe françaises, identifie 35 secteurs d'activité dans le luxe.

.....

### POUR SE FORMER EN FRANCHE-COMTÉ :

#### MAROQUINERIE :

- lycée professionnel les Huisselets, 8 avenue De Lattre de Tassigny, 25200 Montbéliard cedex (03 81 99 31 00) : bac pro métiers du cuir.

- école Boudard, CFA du Pays de Montbéliard, rue des Frères Lumière, 25200 Bethoncourt (03 81 97 36 37) : formation professionnelle de sellier maroquinier d'art.

#### HORLOGERIE ET BIJOUTERIE :

- lycée Edgar Faure, 2 rue du Dr Sauze, BP97, 25503 Morteau (03 81 67 68 80) : BMA horloger; CAP horloger; BMA bijoutier; CAP bijouterie sertissage, CAP bijouterie joaillerie.

- l'Afpa propose de nombreuses formations aux métiers dans l'industrie à Belfort, Lons, Grand Charmont et Besançon. A noter la formation MÉCANICIEN DE PRÉCISION à Besançon et des formations aux MÉTIERS DE L'HORLOGERIE (réparateur et technicien). Infos, [www.afpa.fr](http://www.afpa.fr)

.....

MÉTIER

## JE SUIS... EN MASTER FORMULATION ET TRAITEMENT DES SURFACES

Ce diplôme doit lui permettre de travailler dans le domaine du luxe. A 23 ans, elle dit avoir trouvé sa voie.

Photo Laurent Cheviet.



CANDICE BILLON

« IL NE FAUT PAS AVOIR PEUR DE L'INDUSTRIE »

### L'ORIENTATION

« J'ai eu un bac scientifique au lycée Cuvier, à Montbéliard puis j'ai fait une année de médecine pour m'apercevoir que ce n'était pas mon truc. Alors je me suis inscrite en fac de sciences, en physique-chimie. J'ai obtenu ma licence et je suis maintenant en master professionnel formulation et traitement des surfaces. En fin d'année, j'ai effectué mon stage à l'entreprise Goulard à Chatillon-le-Duc. C'est ce stage qui a vraiment confirmé ma voie. Jusqu'à l'an dernier, je ne savais pas où j'allais. Maintenant, je sais ce que je veux faire ».

### LE TRAITEMENT DES SURFACES

«La société Goulard travaille pour la maroquinerie de luxe. Elle traite des boucles de ceinture, des attaches de sac, des porte-clefs... Cela demande beaucoup de précision et de soin. Lors de mon stage, j'ai abordé divers aspects du métier. J'avais notamment à optimiser les bains de traitement des surfaces, lesquels servent à corriger les défauts d'une pièce».

### L'AVENIR

« Après ma 2<sup>e</sup> année, je vais chercher du travail. Comme mon stage m'a vraiment plu, j'aimerais trouver dans le domaine du luxe. Je sais qu'il y a actuellement des possibilités car le secteur se porte bien, ce qui renforce mon choix. Mais la formation est complète et ouvre à d'autres débouchés ».

### L'INDUSTRIE

« De l'extérieur, le monde du travail, et celui de l'industrie notamment, avec ses machines et quelques images fausses, peuvent faire peur aux jeunes. Mais une fois à l'intérieur, on se rend compte que ce n'est pas si difficile. A condition d'être travailleur, de faire preuve d'autonomie, de ne pas être timide, de proposer des solutions car les entreprises sont aussi demandeuses de ce

que l'on apprend à l'école. Dans l'ensemble, si on fait tout pour comprendre ce qui se passe, il n'y a pas de souci. Il ne faut pas avoir peur de l'industrie ».

Recueilli par S.P.

+ D'INFOS



Master formulation et traitement des surfaces, Université de Franche-Comté, UFR sciences et techniques, 16 route de Gray, 25030 Besançon cedex (03 81 66 62 10, <http://sdm.univ-fcomte.fr/>).

Ce master vise à former des cadres en entreprise dans les domaines de la formulation et des traitements des surfaces et a pour objectif de faciliter l'accès à un poste de responsabilité et à une carrière aussi bien nationale qu'internationale.

Leur formation pluridisciplinaire (chimie, physico-chimie, qualité, communication, anglais...) en fait des collaborateurs aptes à développer de nouveaux produits, les optimiser et assurer leur promotion chez les clients.

## Choisir l'industrie !

En Franche-Comté, l'industrie comprend une palette de métiers et de profils différents, allant de technicien à ingénieur, offrant de nombreuses opportunités. De quoi trouver son bonheur professionnel...

Photo J. Varlet.



Jonathan,  
30 ans,  
responsable  
qualité projets  
chez Alstom  
à Ornans.

« Il y a un avenir dans l'industrie en Franche-Comté. Des secteurs comme par exemple ceux de la mécanique, de la plasturgie, de l'agroalimentaire et du luxe sont en recherche de main d'œuvre. Nos entreprises ont besoin de personnel qualifié », explique Denis Sommer, Vice-Président de la Région en charge du développement économique. Et d'informer : « Il y a souvent un emploi assuré au bout d'un ou deux ans de formation avec plus de perspectives de carrière ». Une réalité souvent méconnue ! Conséquence : trop peu de jeunes se dirigent actuellement vers ces métiers, et des formations comme celle de la chaudronnerie-tôlerie souffrent d'un manque de candidats. Un paradoxe d'autant que la Franche-Comté est la première région industrielle de France, avec près d'un salarié sur quatre (contre un sur sept au niveau national). Elle compte une diversité de secteurs et un tissu dense : TPE et PME\* y côtoient de grands groupes nationaux et internationaux !

Devant ce constat et pour lutter contre les idées reçues, la Région a décidé de lancer une campagne de communication : « oui, l'industrie me réussit ». Cette campagne met en lumière de jeunes Franch-comtois ayant choisi l'industrie, en poste dans des entreprises régionales (designer chez Julbo, assistante de gestion de production chez Peureux...). Jusqu'à la fin de l'année, un spot est à découvrir dans 72 salles de cinéma de Franche-Comté. Par ailleurs, un message diffusé sur les radios régionales, des affiches et des cartes postales valoriseront sept filières d'avenir : les micro-techniques, les véhicules du futur, la plasturgie/lunetterie, l'agroalimentaire, l'énergie, le luxe et le bois.

\* très petites entreprises, petites et moyennes entreprises

Plus d'infos sur : [industrie.franche-comte.fr](http://industrie.franche-comte.fr)

# UNE BANQUE QUI RÉDUIT VOTRE BUDGET MOBILE, ÇA CHANGE TOUT.



# 15€ PAR MOIS SANS ENGAGEMENT ,99

AVEC L'AVANTAGE CARTE DE PAIEMENT CRÉDIT MUTUEL<sup>(1)</sup>

APPELS/SMS/MMS  
**ILLIMITÉS**  
WEB 3G+<sup>(2)</sup> : 1Go

En France métropolitaine Débit ajusté au-delà

Appels illimités vers l'international<sup>(3)</sup>  
sur les fixes de l'UE, Suisse, DOM...

**POUR EN PROFITER  
RENDEZ-VOUS DANS UNE CAISSE  
DE CRÉDIT MUTUEL**

Crédit Mutuel Mobile

3 h maximum/appel et 129 destinataires différents maximum/mois. Entre personnes physiques et à usage privé. Hors usages surtaxés. Voix sur IP, Peer to Peer et Newsgroups non inclus.  
OFFRE SOUMISE A CONDITIONS. Réserve aux nouveaux clients. Sous réserve de mobile compatible. Terminaux BlackBerry® : offre compatible uniquement avec BlackBerry® 10. (1) Réserve aux particuliers titulaires d'une carte de paiement Crédit Mutuel (hors cartes de retrait, cartes de dépôts, cartes prépayées, cartes professionnelles et cartes d'affaires). Réduction mensuelle de 4 € / mois (prix public à 19,99 € / mois) valable pour une seule ligne par carte de paiement détenue. En cas de résiliation de la carte, suppression de la réduction. Non cumulable avec l'Avantage Famille. Offre disponible et conditions détaillées dans les Caisses du Crédit Mutuel proposant ce service. (2) Débit jusqu'à 14,4 Mbit/s. Sous réserve de couverture Réseau. (3) Et Etats Unis, Canada, Andorre, Liechtenstein, Norvège et Porto Rico. Détails dans la Brochure Tarifs. Crédit Mutuel Mobile est un service de l'opérateur El Telecom proposé par le Crédit Mutuel. El Telecom - SAS 421 713 892 - RCS Paris - 12 rue Gallion 75107 Paris Cedex 02. Conditions août 2013.



# Un Clap pour vos projets

**Dans toute la région, le comité local d'aide à projets accueille les jeunes qui ont une idée à développer, dans tous les domaines. Il les guide, les conseille et les aide.**

Mad boy'z Crew, lors de la soirée Jeunes talents le 8 octobre au Kursaal de Besançon.

Photos du dossier Yves Petit.

Le Comité local d'aide à projets est né d'une initiative de la Ville de Besançon. Relayé par le Crij de Franche-Comté, il a vécu deux années d'expérimentation très positives, avec des beaux projets en culture, solidarité, citoyenneté, etc. Celles-ci ont conduit à son extension à toute la Franche-Comté, avec l'appui du Conseil régional. La vocation première du Clap est d'être une porte d'entrée. Les correspondants du Clap sont d'abord là pour guider, aider à monter un dossier, structurer et organiser leur calendrier. Selon le domaine du projet, ils indiquent aux jeunes des pistes à suivre pour trouver des aides et des organismes spécialisés à qui s'adresser pour être conseillé au mieux. En second lieu, le Clap peut aider certains projets. De manière financière mais aussi en donnant une

visibilité aux jeunes. Ils sont par exemple en ligne sur le site [www.energiejeune.com](http://www.energiejeune.com). En ce qui concerne les pratiques artistiques, certains sont également susceptibles de se produire en public lors des soirées jeunes talents ou de tremplins organisés avec les festivals locaux. Rendez-vous sur le site où tout est expliqué.

Infos : [www.energiejeune.com](http://www.energiejeune.com)



## Mad boy'z crew, une énergie folle

**Ces danseurs pratiquent assidûment depuis 6 ans. Le breakdance est leur passion.**

**S**ans conteste, ils ont de l'énergie à revendre. Sur scène, mais aussi pour répondre à des questions ou poser pour des photos, ils ont la pêche. Leur nom vient de là. « On est tous un peu fou-fou, extravertis » dit Abdelaziz, 23 ans. Ils sont passionnés de breakdance (ou b-boying) dont ils connaissent l'histoire par cœur. Adlen, 22 ans résume. Là encore, il est question d'énergie : « Le mouvement est né à New York, créé par Afrika Bambaataa. C'est parti du succès breakbeat créé par DJ Kool Herc dans la rue, mais aussi d'une réaction à la culture de la violence : danser plutôt que se battre, transformer l'énergie négative en énergie positive ».

Leur pratique est d'abord une passion. S'ils ont déjà gagné des contests dans la région ou été battus au battle Energie urbaine de Besançon par les futurs vainqueurs, leur but est déjà de se faire connaître. Ils ont aussi envie de présenter leur passion sous son vrai jour. « Le mouvement s'inspire de beaucoup de choses comme les arts martiaux, la capoeira, le cirque. C'est à la

fois artistique et physique. Et on danse sur de nombreux styles : rap, soul, funk mais aussi rock, jazz, salsa, hard rock. On peut même danser sur du classique. En réalité, c'est le rythme, le son qui compte. Il doit nous donner de l'énergie et à nous de la retranscrire ».

**LE BUT : SE FAIRE CONNAÎTRE**

Infos, [www.facebook.com/pages/Madboyz-officiel/152041768159352](http://www.facebook.com/pages/Madboyz-officiel/152041768159352)

SP.

### Créer, développer son style

Danser, c'est ce que le Mad boy'z crew fait depuis 2007 à Besançon. Ils sont une dizaine dans l'association et s'entraînent à l'Asep, 9 à 12 h par semaine, dans le but de participer à des battles. « Récemment, on est allé en Autriche et en Suisse. Cette année on prépare un gros battle à Nantes et on espère se rendre en Belgique et aux Pays-Bas ». Le Clap les intéresse pour avoir accès à des scènes comme jeunes talents le 8 octobre dernier à Besançon. « Dans le groupe, on a en moyenne 6 ans de danse derrière nous. Pour arriver à maturité, il faut 10 ans. On en est encore à apprendre. C'est seulement après avoir acquis les bases qu'on peut com-

Les Mad boy'z Crew dans leur chorégraphie « Welcome to mad land » le 8 octobre au Kursaal de Besançon.



**MODE D'EMPLOI**

Le Clap s'adresse aux 11 – 30 ans et concerne tous les domaines d'initiatives. Hormis les projets, il est susceptible d'accompagner une pratique, dans le cadre des « jeunes talents ». Première étape, se rendre sur [www.energiejeune.fr](http://www.energiejeune.fr) ou contacter le correspondant de son département. Ensuite, il faut s'inscrire dans la rubrique **projets** ou dans la rubrique **talents** s'il s'agit d'une pratique artistique. Chacun peut soutenir un projet ou un talent en les consultant sur le site, en laissant un commentaire et en votant. **Actuellement, il y a environ 80 talents et autant de projets à encourager.**

**CORRESPONDANTS :** Doubs, 03 81 21 16 16 ; Pays de Montbéliard, 03 84 97 00 90 ; Jura, 03 84 87 02 55 ; Haute-Saône, 03 84 97 00 90 ; T. de Belfort, 03 84 90 11 11.

**ILS SOUTIENNENT LE CLAP**

Région de Franche-Comté, Ville de Besançon et Caf du Doubs soutiennent le Clap. En alimentant le fonds de bourse du dispositif, ils souhaitent favoriser la prise d'initiatives et l'engagement des jeunes.

**« Rock en sphère » est sur les rails**

**A Montbéliard, quelques jeunes se sont lancés dans la création d'un festival afin de promouvoir les jeunes groupes locaux.**



**« L'ACCÈS AU CLAP EST FACILE ET RAPIDE »**

**S**i tout va bien, le festival « Rock en sphère » devrait avoir lieu le 22 février prochain à l'Arcopolis de Voujeaucourt. Il présentera 4 groupes et 1 DJ de l'Aire urbaine sur scènes et sera accompagné d'une dizaine de stands « ayant des choses à dire et à proposer aux jeunes, alors que la jeunesse ne sait pas toujours ce que l'on fait pour elle », selon Clément Corriette, président de l'association qui porte le même nom que le festival. Les premiers membres sont aussi ceux du groupe pop-rock Run After Success, avec leur manager et le père de Clément. « L'idée a commencé à germer lors de notre dernier concert, pour la fête de la musique. On s'est dit qu'il fallait faire quelque chose pour promouvoir les jeunes groupes locaux et depuis le concept s'est développé. On vient de créer l'association, on va commencer à chercher des subventions et des aides ». Le premier budget est évalué à 22 000 euros. « On a d'abord pris contact avec le Clap au Bij de Montbéliard et cela a été très encourageant. L'accès est facile, le contact s'est fait très rapidement et ils ont montré un vrai enthousiasme pour notre projet. On espère avoir une aide financière, mais le Clap nous donne aussi des conseils pour monter le festival et chercher des subventions. Et comme on est lycéens et étudiants, on ne connaît pas forcément tout l'aspect juridique. De ce point de vue, l'aide du Clap va être précieuse ».

Texte et photo Simon Daval.

**Retrouver l'intégralité des témoignages sur [www.topo-fc.info](http://www.topo-fc.info)**

**Pauline Jeannerod, auteure d'un documentaire en Inde**

**Avec l'aide du Clap, elle est partie 3 mois au Zanskar avec une amie. Expérience traduite par un film de 80mn.**

**C**ette jeune fille de Montlebon fut l'une des premières à bénéficier du Clap. D'août à octobre 2011, elle est partie au Zanskar, dans le nord de l'Inde, réaliser un documentaire dans une école construite par l'association suisse Rigzen-Zanskar (basée à Porrentruy). Le résultat est sorti en DVD cette année : « L'avenir nous le dira », documentaire de 80 mn réalisé par Pauline Jeannerod et Rachel Grunenwald. « Rachel était ma colocataire pendant mes études de cinéma à Strasbourg. Elle était en école d'infirmière. A l'époque, elle voulait partir en mission humanitaire à l'étranger. J'ai rencontré par hasard Rigzen Samphil, l'un des fondateurs de l'association, et eu envie de réaliser un film. Nos 2 projets se rejoignaient alors on l'a monté, cherché des subventions, préparé et accompli à deux. L'association a tout de suite été emballée ». Aidées par le Clap, mais aussi les municipalités et commerçants de Montlebon et Morteau, les deux jeunes filles se sont immergées 3 mois durant dans une zone très isolée, à deux jours de route de la ville la plus proche, située en Inde mais de culture, de langue et de religion tibétaines. « On voulait centrer le documentaire sur l'avenir professionnel des enfants du Zanskar. On les a suivis dans leur quotidien. Le tournage a été très chaleureux, on a été accueillies à bras ouverts. Les élèves apprennent leur langue, l'hindi et l'anglais avec 3 alphabets, alors on a tourné en anglais. Avec les rencontres, le film s'est étoffé. C'est une région enclavée mais qui va être bientôt ouverte, avec des perspectives d'échanges et de changements importants ». Elle est rentrée en France avec 200 Go de vidéo et 7 mois de montage devant elle. « Je l'ai montré à Montlebon, à Morteau, dans un lycée à Bishwiller avec des réactions plutôt positives. Le film peut être l'occasion de créer des débats ».

S.P.

Pour organiser une projection ou un débat : [pjeannerod@gmail.com](mailto:pjeannerod@gmail.com) / pour commander le film (15 euros) : [www.mission-zanskarsitew.com](http://www.mission-zanskarsitew.com)

**Shaffik Sufira, rappeur collectif**

**Cet éducateur spécialisé multiplie les essais dans le rap. L'encouragement du Clap l'a bien aidé.**

**À** 28 ans, Shaffik Sufira a déjà 12 ans de rap derrière lui. Le jeune mortua-cien est un passionné. « J'ai commencé à écrire des textes à l'école. En 2004, avec un ami, on a formé "L' Eskort" à Pontarlier et on a sorti un EP – titres. Ensuite, en fac de sociologie à Besançon, j'ai rencontré les gens du mouvement hip-hop et j'ai fait partie du collectif "L'Index" avec José Shungu ». Shaffik Sufira aime partager. Il parle autant de ses rencontres que de son travail personnel. Avec Kreshendo, autre rappeur en vue de la scène locale, il a monté « L'Ascendance » en 2007. « Ensuite, je suis parti en solo ». Mais pas tant que ça : pour son premier album « Ma rue est vers l'art », il forme un duo avec la chanteuse Moon.

Il s'est souvent impliqué dans le festival « Un vent de hip-hop sur Morteau ». Educateur spécialisé, il a monté des ateliers d'écriture auprès de collégiens et lycéens de la ville et créé le collectif « la Plaidoierie d'une jeunesse » autour de la pratique du rap et du slam. Une façon de renvoyer l'ascenseur, lui qui a pu faire la première partie de La Canaille grâce à Energie jeune.

« Depuis 2011, le Clap et Energie jeune m'ont donné un vrai coup de pouce, m'ont permis de m'exposer un peu plus et de rencontrer d'autres artistes, dans divers styles. C'est aussi très intéressant pour ça. Et puis le Clap permet à des jeunes de jouer sur scène dans des vraies conditions. C'est important pour un artiste de pouvoir présenter son travail ». Shaffik vient d'être programmé à la soirée jeunes talents le 8 octobre dernier. Il a également terminé « Besoin d'ailleurs » album paru sur i-tunes en septembre et prévu en sortie « physique » à la fin du mois. Là autour, j'ai créé la structure « Retour fondamento » pour organiser des ateliers, tourner des clips, etc. Ce projet associatif a pour objectifs « la valorisation du hip-hop et de ses acteurs locaux, l'accessibilité à tous les publics, la mixité sociale et l'expression artistique et citoyenne de tous ». Le collectif, toujours.

S.P.

Infos, [www.facebook.com/RetourOFondamentO/](http://www.facebook.com/RetourOFondamentO/)



**« UN VRAI COUP DE POUCE »**

**160**

- C'est le nombre
- de projets
- de jeunes
- qui se sont
- inscrits dans
- une démarche
- avec le Clap
- depuis 2011.
- Tous ont été
- accompagnés.
- 70 d'entre eux
- ont été reçus
- en commission
- pour une aide
- financière
- éventuelle.





Les contrats des stagiaires sont de 6 mois, renouvelables une ou deux fois.

# Agate paysages, l'insertion très professionnelle

Spécialisée dans les espaces verts, cette association jurassienne agit depuis 17 ans en faveur de l'employabilité des personnes.

Photos Yves Petit.

**C**e matin de juillet 2013, ils sont une douzaine à s'escrimer contre la renouée du Japon. En cet été, cette plante très proliférante est recensée en 110 taches autour de Baume-les-Messieurs. L'association Agate paysages est chargée par la communauté de communes des Côteaux des Hauts de Seille de s'en occuper. « Il faut venir larracher toutes les 3 semaines » indique Claude Ancedy, l'encadrant technique responsable du chantier. Un travail ardu auquel s'attaque le groupe courageusement. « L'insertion est trop connotée comme Benjamin Ley, directeur adjoint. Il y a trop d'idées reçues alors que la grande majorité de ceux qui passent chez nous sont des gens certes hors de l'économie réelle mais qui ont vraiment envie de travailler ».

## « Réelle situation de travail »

Depuis 17 ans dans le Jura, Agate paysages est une association d'insertion spécialisée dans les espaces verts et l'environnement. « On fait de l'affouage, de l'entretien de rivières ou de l'aménagement de sentier. C'est notre métier, et c'est un support » insiste Nicolas Revet, le directeur. Comme tous les organismes d'insertion, Agate paysages a en réalité deux métiers : sa spécialité et l'accompagnement de publics éloignés de l'emploi. « Nous donnons une réponse qui n'est pas de l'occupationnel. Lorsqu'un client fait appel à nous, il a la même attente que pour une autre entreprise, il a une exigence de qualité. Nous devons répondre de manière professionnelle ».

Chaque mois, les équipes chantiers occupent une centaine de personnes. Elles sont orientées là sur préconisation de partenaires tels que les Missions locales ou Pôle emploi. Près de la moitié sont bénéficiaires du RSA. « Notre premier objectif est qu'ils sortent en meilleure situation qu'ils ne sont entrés estime Nicolas Revet. En sortant, certains trouvent un CDI, un CDD ou une formation mais l'essentiel est qu'ils reprennent confiance en eux ». La problématique principale est celle de l'emploi et des compétences. Mais à côté, la santé, la mobilité ou le logement constituent souvent des difficultés. Cinq accompagnatrices socioprofessionnelles sont là pour les aider sur ces plans. Stéphanie Comte est l'une d'elles. « Nous aidons les stagiaires en termes de formation, de recherche d'emploi, d'accès au logement ou au permis de conduire. Pour certains, le fait de passer le permis est déjà un pied à l'étrier ».

+ D'INFOS



Egalement connue sous le nom **Terre d'emploi**, l'association Agate Paysages est présente dans tout le Jura. Outre son activité d'insertion, elle anime **3 relais d'accueil et de services en milieu rural** (à Ounans, Arbois et Chaussin). En 2012, ces activités ont généré **20835 contacts et l'accueil de 2873 personnes**. Renseignements, 11 route de Salins, 39380 Ounans (03 84 37 61 99, www.terre-emplois.org).

SP.



### MOUKAILA, 26 ANS

« J'ai postulé à plusieurs endroits, mais à chaque fois il fallait de l'expérience. Alors j'ai préféré venir ici plutôt qu'attendre à ne rien faire. Cela me donne une expérience professionnelle et pour mon CV des compétences en espaces verts ».



### NICOLAS, 28 ANS

« S'il n'y avait pas d'organismes comme ça, beaucoup de gens seraient sur le carreau. Etre ici m'a permis de bosser et d'avoir quelque chose sur mon CV » dit-il. « Après Agate paysages, je compte faire ce que j'ai toujours fait : des saisons. D'où l'intérêt d'être passé ici : ça me donne plusieurs cordes à mon arc ».

# L'IUFM devient l'école supérieure de professorat et d'éducation

Après les rythmes scolaires, le gouvernement s'est attaqué à la formation des futurs enseignants. Explications.

Photo Yves Petit.

**E**xite l'IUFM, bienvenue à l'ESPE ou école supérieure de professorat et d'éducation. Depuis le 1<sup>er</sup> septembre, les futurs enseignants ou professeurs ont changé de formation pour intégrer un master à vocation professionnelle. « La première chose à dire est que c'est beaucoup plus qu'un changement de nom, explique Eric Predine, administrateur provisoire de l'ESPE en Franche-Comté. Former les enseignants reste la priorité mais d'autres objectifs sont définis dans cette réforme ». D'abord, l'accent est mis sur la recherche qui aura une place beaucoup plus importante qu'avant. Puis, tout au long du cursus, les étudiants iront régulièrement en stage. « Nous sommes aussi en relation avec l'enseignement supérieur, le rectorat et l'académie. Des professeurs interviendront dans le cursus des étudiants. La formation sera un va-et-vient entre théorie et pratique. Ainsi, ils seront beaucoup plus performants sur le terrain et tout de suite » ajoute Eric Predine.



## Les quatre sites maintenus en Franche-Comté

Pour appliquer cette réforme, il a fallu être réactif. « A notre échelle, c'était un peu compliqué de mettre tout cela en place. Mais le premier geste fort a été de maintenir les quatre sites existants en région (Lons-le-Saunier, Vesoul, Besançon et Belfort). Cela aurait été moins coûteux de tout regrouper à Besançon. Avec cette décision, nous avons fortement incité les étudiants à venir se former dans le département où ils seraient en stage ». Les quelque 700 étudiants inscrits cette rentrée auront aussi les outils pour être à la page ! « Le but est aussi de les former tout au long de la vie notamment à la pédagogie numérique. Nous avons engagé un partenariat à l'international avec nos collègues suisses notamment et la co-diplomation. Il y a aussi tout un programme d'échanges d'étudiants avec la République tchèque, le Maroc et la Bulgarie notamment ».

Pour tout savoir sur la réforme connectez-vous sur : [www.frcomte.iufm.fr/](http://www.frcomte.iufm.fr/)

## SÉCURITÉ ROUTIÈRE

### SAM : CELUI QUI CONDUIT, C'EST CELUI QUI NE BOIT PAS !

**LES JEUNES, L'ALCOOL ET LA ROUTE, QUELQUES CHIFFRES :** Les accidents de la route sont la première cause de mortalité des jeunes âgés entre 18-24 ans qui représentent près de 9 % de la population et 22 % des personnes tuées sur la route. Parmi ces jeunes tués sur la route, 40 % présentent un taux d'alcool positif. Afin d'éviter ces drames et de responsabiliser les jeunes conducteurs, le principe simple et efficace du conducteur désigné a été mis en place. « Sam, le conducteur désigné sobre, celui qui ne boit pas » est un personnage créé en 2003 par la sécurité routière. Sam, c'est une solution positive et pragmatique. Surtout, Sam, on le choisit avant de sortir, et même sans alcool, cela ne l'empêche pas de faire la fête aussi ! Cet été, Sam a bénéficié d'une nouvelle campagne « Sans Sam, pas de fête réussie ». Elle incite les jeunes à systématiquement choisir un conducteur sobre avant leurs soirées, et est illustrée par un clip musical electro dance « Si t'as pas de Sam, t'as le seum ! », « Si t'as un Sam, t'as le swag », à voir ou revoir sur Youtube. Depuis sa première apparition, la solution proposée aux jeunes de désigner un « Sam » a fait son chemin : il est aujourd'hui connu par 74 % des jeunes. 82 % d'entre eux déclarent choisir un Sam et 76 % ont envie d'être Sam.



**DONC AYONS TOUS LE RÉFLEXE SAM AVANT DE SORTIR !**

SANTÉ



# Une maison et des oreilles pour ados et parents

## Ouverte en avril 2013, la Maison de l'adolescence (MDA) de l'Aire urbaine est un lieu d'écoute et d'accompagnement vers des structures déjà existantes.

Photo SimonDaval.fr

**R**elais à destination des adolescents de 12 à 21 ans, de leurs parents et des professionnels, elle a déjà accueilli 180 personnes qui peuvent compter sur un accueil individuel, anonyme et gratuit. C'est la seule structure en France à être implantée sur trois départements. « A la suite d'une conférence nationale sur la famille en 2004, où la création de Maisons de l'adolescence dans toute la France a été décidée, l'Association régionale de santé a cherché un porteur et s'est appuyée sur l'Association hospitalière de Franche-Comté pour faire naître ce projet », rappelle François Bègue, le directeur de la MDA. La structure peut répondre à différentes problématiques (mal-être, sexualité, drogue, exclusion, difficultés familiales, santé, orientation

professionnelle...) grâce à une équipe pluridisciplinaire composée de 25 personnes. Après des entretiens initiaux, une orientation vers un accompagnant spécifique est proposée. « Nous ne sommes pas un lieu de soins mais nous fonctionnons comme un réseau fait de connexions qui sont autant de relais vers des structures déjà existantes (ALTAU, Centre de planification familiale, pédopsychiatre, professionnels de santé, CIO, justice...) », explique-t-il. Si elle s'adresse aux adolescents, la Maison accompagne également les parents. « Depuis les années 70, ils sont en recherche de cela ». Les relations intrafamiliales, les violences, le rapport éducatif, les séparations sont donc ainsi abordées, toujours dans un même souci d'écoute : « La MDA, c'est bien plus qu'une oreille, on vient déposer ses valises et faire un bilan ».

SD.

- **LA MAISON DE L'ADOLESCENCE :**
- **> à Belfort** au Bij, 3 rue Jules Vallès, ouverte du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 18 h (sauf vendredi matin) et le samedi de 9 h à 12 h
- **> à Montbéliard** au Centre de Planification et d'Education Familiale (2<sup>e</sup> étage), 1 rue de la Schliffe, ouverte du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 18 h (sauf vendredi matin)
- **> à Héricourt** à la Maison de l'Emploi et de la Formation, 13 rue de la Tuilerie, ouverte le jeudi de 13 h 30 à 18 h.
- **Contacts :** 03 84 57 43 10 et [www.mda-au.fr](http://www.mda-au.fr)

INTERNET

# Topo-fc.info, TOPO au jour le jour



## Topo-fc.info : un site complet le mensuel papier. En plus des articles du magazine, il propose des compléments, un agenda quotidien, des reportages audiovisuels.

Le site a l'avantage d'être plus réactif et de pouvoir donner des infos quotidiennement. Elles sont notamment délivrées dans la rubrique express, des infos brèves réparties selon les 4 grandes thématiques (jeunesse, parcours, quotidien et loisirs).

La rubrique agenda permet de savoir ce qui se passe dans la région le jour même, le lendemain, le week-end prochain ou à tout autre moment en cliquant sur le calendrier. Il est également possible de savoir ce qui se passe près de chez vous par un tri de lieux. Une case à cocher permet de ne voir que les événements gratuits.

### Les bars, le clubbin', le sport

Les événements recensés concernent tous les domaines d'intérêts des jeunes : le sport et la culture mais aussi les manifestations liées au parcours professionnel ou à la vie quotidienne. Là encore un tri permet de ne visualiser qu'un type d'événement : ce qui se passe dans les bars, le clubbin' ou le sport par exemple. Comme TOPO, le site est dédié à l'information pratique des jeunes en Franche-Comté. Il organise les articles en 4 grandes thématiques : jeunesse (portraits de jeunes, d'initiatives, témoignages), parcours (orientation, formation, métiers, emploi), quotidien (logement, vie pratique, santé, droits, sécurité routière) et loisirs (culture, sports, pratiques artistiques...). Des articles plus longs, des infos complémentaires, d'autres sujets y sont traités. Les flashcodes font le lien entre le journal et le site. Ils permettent notamment d'en savoir plus sur un sujet ou de développer une question qui ne peut l'être dans le magazine par manque de place.



# Leonhard Janisch découvre la pâtisserie à la française

Venu des bords du lac de Constance, ce jeune allemand vient d'effectuer un stage Eurodyssée à Besançon. Satisfaction réciproque avec son tuteur, Joël Baud.

Photos Yves Petit.

« Je voulais venir en France parce que j'aime le pays, j'y suis venu plusieurs fois en vacances. Et parce que la pâtisserie est réputée ici. Pour moi c'est une grande expérience ».

Leonhard Janisch est arrivé à Besançon le 21 mai pour un stage Eurodyssée. Après un mois linguistique au CLA, il a intégré la pâtisserie Baud pour y passer 4 mois. A 21 ans, il est déjà pâtissier, mais son souhait était d'accumuler les compétences. « J'ai commencé à apprécier en en faisant avec ma grand-mère. En Allemagne, j'ai suivi une formation de 3 ans, avant de travailler pendant un an. Un collègue m'a parlé d'Eurodyssée et ça m'a donné envie de postuler. Je ne regrette pas car la façon de travailler est très différente ici. En Allemagne, par exemple, on fait beaucoup de grands gâteaux, on utilise beaucoup de crème de beurre. En France, c'est plus petit, plus créatif ». Joël Baud, dirigeant de la pâtisserie familiale créée en 1923, est ravi du sérieux de son élève. « Ça se passe très bien avec Leonhard. Il s'intéresse énormément à son travail et il s'est bien intégré à l'équipe alors que personne ne parle l'allemand. Mais on est impressionné par la vitesse à laquelle il a appris le français ».

« Eurodyssée c'est cool » s'enthousiasme Leonhard après 5 mois de stage.

## Ouverture internationale

Joël Baud n'a pas attendu son stagiaire pour être convaincu des bienfaits de l'ouverture internationale. Son établissement d'une quarantaine de salariés sur 2 sites accueille régulièrement des stagiaires, français et étrangers. Il reçoit des élèves de 3<sup>e</sup> comme des apprentis, pour découvrir la pâtisserie mais aussi les métiers de chocolatier, traiteur, glacier. « Je reçois souvent des étrangers, notamment des Japonais. J'ai déjà eu un Allemand il y a 15 ans... Leonhard, ce n'est pas seulement quelqu'un qui vient donner un coup de main. C'est aussi une ouverture d'esprit pour lui comme pour nous. On parle du métier, de ce qui est similaire et différent. Voir ce que font les étrangers permet d'évoluer ». Leonhard, de son côté, va ramener chez lui un savoir-faire français, toujours aussi réputé. Il vient d'Überlingen, près du lac de Constance - endroit pour le moins réputé également. Mais cela ne l'empêche pas d'apprécier la Franche-Comté. « Durant le stage, j'ai fait quelques visites, c'est une belle région. J'aime beaucoup Besançon. Je suis vraiment satisfait : Eurodyssée, c'est très bien pour les jeunes. On nous trouve un stage, un logement, une bourse, tout est organisé. On découvre une région mais aussi des jeunes d'ailleurs en stage en même temps que nous. A Besançon, j'ai connu des Espagnols, des Norvégiens, des Italiens. C'est cool ».

Stéphane Paris



Joël Baud.

## STAGES PROFESSIONNELS EN EUROPE «EURODYSSÉE»

Le programme EURODYSSÉE s'inscrit dans les actions du Conseil régional en matière de mobilité internationale des jeunes.

Il s'adresse aux jeunes diplômés, demandeurs d'emploi âgés de 18 à 30 ans, domiciliés en Franche-Comté, et leur permet d'acquérir une expérience professionnelle. Les stages peuvent se dérouler dans les régions partenaires en Europe : Baden-Württemberg, Bruxelles, Wallonie, Istrie, Varazdin, Catalogne, Valencia, Murcia, Açores, Madère, Caras Severin, Harghita, Timis, Jura suisse, Tessin, Vallée d'Aoste...).

La région partenaire assure l'accueil et l'organisation du séjour : stage linguistique intensif, logement, bourse de stage, couverture sociale et assurance.

**INFORMATIONS GÉNÉRALES :** www.cr-franche-comte.fr/education/echange.php. Conseil régional, service mobilité internationale 03 81 61 63 55  
**INFORMATIONS ET CANDIDATURE :** www.phileas-fc.com. Centre régional et réseau information jeunesse 03 81 21 16 16

Consulter les offres de stage sur le site Eurodyssée : www.eurodyssée.eu

# Xavier Thévenard, champion d'ultra-trail

Le jeune homme de Jougne a gagné le prestigieux UTMB, dès sa première participation. Rencontre.

Photo Laurent Cheviet.

3

1 août dernier à Chamonix. Au terme de 20 h 34 mn et 57 secondes de course, Xavier Thévenard devient le 8<sup>e</sup> vainqueur de l'ultra-trail du Mont-Blanc (en 11 éditions). Pour lui, le tableau est complet : première participation, première victoire et record de la course. Avec 168 km et 9 600 m de dénivelé, l'UTMB est l'une des deux plus grandes courses au monde avec la Diagonale des fous, à La Réunion. « Le fait qu'il gagne ne nous a pas surpris car il a toutes les qualités estime Laurent Ardito son manager du Team Asics. Mais on avait plutôt programmé cette victoire pour 2015 ». A 25 ans, Xavier n'en est pas à son coup d'essai. Déjà, lors de sa première participation à la CCC, la « petite » course de 98 km (Courmayeur-Champex-Chamonix), il avait emporté l'épreuve. Même chose pour le combiné Transju où il s'était inscrit en 2010. Une réussite rapide que Laurent Ardito explique : « C'est du sport et de la montagne, deux univers qu'il aime. Il y a trouvé sa voie. La montagne est son élément. Le dévers, la boue, la nuit, le mauvais temps : tout ça il connaît bien. Pour lui, ce n'est pas agressif, il y est totalement à l'aise. Il ne trébuche pas, ne glisse pas, ne tombe pas. Il a un pied habitué, c'est un chamois ».

20 H 34 MN ET 57 SECONDES DE COURSE

La nature et le sport

Modeste, Xavier Thévenard garde la tête sur les épaules : pour lui, tout cela est naturel. La montagne, il l'a connue très petit. Né à Nantua, il a vécu son enfance aux Plans d'Hortonnes, sur les contreforts du massif jurassien. « J'étais tout le temps dehors. Là-bas, si on n'est pas amoureux de la nature et de sport, il n'y a pas grand-chose à faire. Je parlais souvent dans la forêt et la montagne. Etre là, au milieu de nulle part, c'est plaisant : tu as juste à contempler. Quand j'ai commencé le trail, je m'y suis retrouvé. Sans parler de compétition, ce sport est une passion, un art de vivre, un bien-être quotidien ». Le sport est aussi une passion qui date. « Dans ma famille, on en fait tous. Mon père était moniteur de ski et président du club local. J'en fais depuis l'âge de 5 ans ».

Ski de fond puis biathlon : c'est par ce sport qu'il est arrivé en Franche-Comté, intégrant le lycée Toussaint Louverture à Pontarlier, en section sport études.

« Auparavant, j'étais dans le comité de l'Ain de biathlon, depuis l'âge de 12 ans. J'ai tout de suite compris que pour faire des bons résultats, il fallait s'entraîner sérieusement. Nous avions un entraîneur allemand, Andreas Hemman, ancien biathlète de RDA. Son dicton favori : "entraînement dur, course facile". Selon Laurent Ardito, « c'est là qu'il a acquis ses qualités physiologiques. Grâce au ski, c'est un monstre d'endurance. Avec ça, il a un morphotype complètement adapté au trail. Il n'est pas très grand, léger, avec des qualités de force ».

De cette époque, Xavier Thévenard a acquis sérieux et discipline : « Depuis 12 ans, je note tout ce que je fais. J'ai peu à peu appris à savoir ce qui fonctionne ou pas. Je sais aussi que le plus important, c'est l'alimentation. Si on s'alimente bien, on dort bien, donc on récupère bien ». Dès lors, il n'est peut-être pas étonnant qu'il se sente mieux en longues distances : « Plus que se battre contre un chrono ou des adversaires, c'est de la gestion de soi et des ses capacités ».

Stéphane Paris



Il a fait le tour du Mont Blanc en moins de temps qu'une rotation de la Terre sur elle-même.

Revoir la course : [www.ultra-trail.tv/](http://www.ultra-trail.tv/)  
Site officiel : <http://xavier-thevenard.jimdo.com/>

RETROUVEZ L'ARTICLE COMPLET SUR TOPO-FC.INFO



## FORMATION PROFESSIONNELLE

Au lycée Toussaint Louverture, Xavier a suivi une section sport études, lui permettant d'obtenir un bac pro menuisier parallèlement à des entraînements biathlon de haut niveau. Il a également passé un BPjeps activités physiques pour tous qui lui permet aujourd'hui de travailler comme éducateur sportif à Espace Mont d'Or.

# Le trail, sport en vogue

Entraînement de bon matin avec le Team Endurance Shop. Le magasin bisonfin spécialisé en équipement pour le trail constate lui aussi une augmentation de l'intérêt du public.



## QU'EST-CE QU'UN TRAIL ?

C'est une course à pied se déroulant en milieu naturel sur un parcours utilisant des chemins ou sentiers et dont les surfaces goudronnées n'excèdent pas 25 % de la distance totale du parcours. Il n'y a pas de norme internationale établie concernant les distances, mais il existe 4 types de trails : **course nature (moins de 25 km), trail court (25 à 40 km), trail long (45 à 80 km) et ultra-trail (80 km et plus).**

## Jacky Maillot est médecin à Lure, spécialisé dans le sport. Il suit de près la pratique du trail.

Photo Laurent Cheviet.

### Constatez-vous un engouement autour des trails ?

Depuis 3 ou 4 ans, on a de plus en plus de demandes de certificats d'aptitude et de non contre-indication. C'est une pratique qui se répand.

### L'examen lié au certificat est-il spécifique ?

On est plus exigeant. L'examen cardio-vasculaire est plus poussé. Ce sont des épreuves d'effort, il ne faut pas hésiter à demander l'avis d'un cardiologue. On insiste également sur l'aspect ostéo-articulaire.

### Les risques de la pratique sont liés à ces aspects ?

Le premier risque concerne les douleurs articulaires et les tendinites. Pratiquer sans être bien préparé et sans une nutrition adaptée avant, pendant et après l'effort, est pourvoyeur de tendinites. Les tendons d'Achille et rotuliens sont très sollicités par les dénivelés.

### Quels conseils pouvez-vous donner aux pratiquants ?

Il faut bien se préparer, avec une charge d'entraînement correcte et progressive. Pour faire un trail de 50 km, il faut 6 à 12 mois de préparation. Une telle course passe par un besoin énergétique important, qui peut aller à 500 à 800 calories par heure. C'est très gourmand. Même en amateur, il faut se préparer correctement, surtout la semaine qui précède. Pendant l'épreuve, il faut s'hydrater avec des boissons énergétiques, au

moins 50 cl/h. L'eau ne suffit pas. Une alimentation solide est également recommandée : barre énergétique ou mini-sandwich environ une fois par heure.

### Et après la course ?

Dans la demi-heure qui suit l'épreuve, il faut se réhydrater et refaire les stocks énergétiques. Il est conseillé de boire de l'eau riche en bicarbonates type Vichy ou Badoit et une boisson à base de jus de fruit pour éviter le coup de pompe. Il y a aussi les boissons spécialisées que l'on trouve partout. Il faut allier produits sucrés et protéinés car la course détruit des fibres musculaires. Si l'on s'en tient à l'alimentation classique, les produits laitiers sont très intéressants pour refabriquer du muscle. Ensuite, tout dépend du niveau, mais il faut au moins une semaine de récupération en repos complet ou en petits dégrassements, en travail léger.

### Peut-on en faire beaucoup ?

Là encore, tout dépend du niveau. Il est difficile d'en conseiller plus de 2 ou 3 par an pour un amateur.

### Et en ce qui concerne l'ultra-trail ?

Pour un amateur, c'est maximum un par an. Quant à la préparation et à la récupération, c'est la même chose, mais encore plus poussée. Et il faut être d'une grande rigueur sur les plans.

# Le CDN, théâtre ouvert

## Dans des conditions difficiles, Vincent Adelus et Cécile Pauthe, ont bâti une saison 2013-2014 alléchante au Centre dramatique national Besançon Franche-Comté.

Photo Yves Petit.



Vincent Adelus : « il y a une bonne réponse du public »

Un directeur parti prématurément dans des conditions compliquées, Cécile Pauthe nommée (forcément) tardivement : pas évident de construire une saison dans ces conditions. « Deux créations et une coproduction était déjà engagées. Pour le reste, il a fallu aller vite » confirme Vincent Adelus qui a assuré la direction par intérim. Le début de saison commencé avec un spectacle en slovène surtitré (« Maudit soit le traître à sa patrie »), poursuivi avec « le Petit poucet » puis une transposition théâtrale des « Shadoks » était plutôt osé. « Il y a une bonne réponse du public note Vincent Adelus. Nous avons plus d'abonnements individuels. Pour " Maudit soit le traître à sa patrie ", on s'est rendu compte que les jeunes ont apprécié alors que nos spectateurs habitués étaient plutôt déçus par un théâtre surprenant, vif, qui se coue. En parallèle, on a organisé une conférence à propos des génocides et on a été étonné de recevoir 83 personnes ». Cette conférence inaugurait les rendez-vous « Un pas de côté », lancés pour prendre du recul sur des sujets en lien avec la programmation. « Il y a notamment 2 thématiques qui ressortent à travers 2 spectacles de l'année : les contes et la peur

d'une part, l'argent et le commerce de l'autre. Pour les soirées " Un pas de côté ", nous faisons venir une grande personnalité qui connaît bien la thématique ». Au total, 5 rendez-vous de ce type sont prévus dans l'année. Ils sont gratuits. Autre fil conducteur de l'année, 5 spectacles proposés en commun avec la Scène nationale de Besançon dont un cycle avec Joël Pommerat, « un des grands auteurs demandés d'aujourd'hui ». Ce dernier a par exemple écrit un « Cendrillon » en remontant aux origines. Il proposera également une création (« la Grande et fabuleuse histoire du commerce ») et une mise en scène (« Une année sans été »). Le rapprochement avec la Scène nationale n'est pas le seul. Le CDN tisse des partenariats avec la Ville de Besançon (pour « Emergences »), la Rodia, le centre régional du livre (« les Petites fugues ») ou l'Institut des beaux-arts. Un théâtre ouvert, qui fait même participer les spectateurs : pour la création « Rose is a rose is a rose is a rose », Philippe Lanton donne l'occasion à une dizaine de personnes par représentation de monter sur scène en tant que figurants (11).

S.P.

(11) Aucune compétence ni profil réclamés, pour participer, il suffit de contacter Amandine Polet au CDN, 03 81 88 55 11.

**Cette saison :** « Yukonstyle », « Rose is a rose is a rose is a rose », cycle Joël Pommerat, "Love and money", Federico Garcia Lorca, Thomas Bernhard, Maryline Monroe... **Infos,** [www.cdn-besancon.fr](http://www.cdn-besancon.fr)

**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 [www.jeunes-fc.com](http://www.jeunes-fc.com)

# EMPLOI

> Des artisans recrutent :

- Emploi :
- un conducteur d'engins TP à Villars-sous-Damjoux. Permis E et EB CACES n°1-2-4-7-9 et 10 + habilitation électrique et utilisation d'échafaudages
  - aide poseur à Miserey-salines pour la pose de fenêtres haut de gamme.
  - Préparateur de pizzas en vente à emporter. Expérience souhaitée, formation assurée. Environ 27 h par semaine sur 5 jours. (congé le mercredi et le jeudi). Heures ouverture : 11 h - 13 h 30 et 17 h 30 - 21 h 30 Rémunération : smic. Poste en CDI.
  - Intervenant(e) en ménage et repassage, pour Besançon et sa région Expérience et véhicule exigés. Poste à temps partiel, salaire valorisant et frais de déplacement pris en compte.

Apprentissage :

- CAP couvreur à Montlebon
- CAP couvreur, zingueur ou charpente à Lombard
- CAP esthétique à Baume-les-Dames
- BAC PRO ou BTS maintenance machine à Nommay avec moyens de locomotion (scooter) car travail du matin (à partir de 5h).
- CAP fleuriste à Bavans
- CAP ou BP électricité bâtiment à Serre les Sapins

Infos et d'autres offres sur [www.cma-doubs.fr](http://www.cma-doubs.fr)

# FORMATION PROFESSIONNELLE

> L'afpa, organisme de formation professionnelle dispose de places pour des actions de formation qualifiante débutant prochainement (liste non exhaustive). Elles sont ouvertes, selon les cas, aux demandeurs d'emploi et/ou aux personnes éligibles au contrat de professionnalisation.

A Besançon : agent de propreté et d'hygiène (début de la formation, 6 janvier 2014), agent de restauration (24 mars), carrelage (6 janvier), technicien supérieur gestion. exploit. info. (9 janvier), installateur thermique sanitaire (6 janvier), maçon (3 mars), plaquiste (6 janvier), mécanicien outilleur de précision (2 juin), technicien atelier usinage (16 décembre 2013).

A Vesoul : technicien logistique entreposage (28 avril 2014), agent de sûreté et de sécurité (6 janvier), assistant vie et des familles (6 janvier), mécanicien réparateur auto (28 février), préparateur commandes entrepôt (6 janvier), agent d'entretien du bâtiment (22 avril), maçon (27 janvier), plaquiste (17 février).

A Luxeuil : agent de propreté et d'hygiène



(18 novembre 2013), employé commercial magasin (4 novembre 2013).

A Lure : chef d'équipe aménagements finitions (12 novembre 2013)

A Belfort : technicien atelier usinage (22 avril)

A Grand Charmont : technicien maintenance industrielle (12 novembre 2013), technicien sup. maintenance industrielle (13 janvier).

A St-Claude : comptable assistant (31 mars).

Devenir Conseil en Insertion Professionnelle : en réponse aux demandes, l'afpa propose début 2014 une formation professionnelle qualifiante de niveau III (bac + 2), pour devenir Conseiller en Insertion Professionnelle. Cette formation de 9 mois débutera le 21 janvier 2014 au Centre Afpa de Besançon. Cette formation s'adresse aux salariés & demandeurs d'emploi.

2 conditions à remplir : vouloir se professionnaliser dans ce métier et pouvoir bénéficier d'un financement (exemples : dans le cadre du CIF CIF CDD ou CDI, CSP, ou financement Travailleur handicapé, ou plan de formation de l'entreprise).

Nouvelle formation pour devenir Chef d'Equipe Aménagement Finitions : face au besoin de la profession, l'afpa de Vesoul débute mi-novembre une nouvelle formation pour devenir Chef d'Equipe Aménagements Finitions. Cette formation (2,5 mois) qualifiante, gratuite et rémunérée pour les demandeurs d'emploi, dans le cadre du SPRF, se déroulera à Lure. Le métier : sur des chantiers de construction de bâtiment aménagement finitions, être capable d'organiser, encadrer et contrôler les travaux d'une équipe de 2 à 8 ouvriers, gérer les interfaces techniques et préparer la réalisation des travaux en intégrant la performance énergétique. Cette formation s'adresse à des professionnels (Niveau CAP/

BEP/CFP/titre professionnel + exp pro 3 ans)

Prochaine journée portes ouvertes : jeudi 21 novembre 2013 aux Centres Afpa à Belfort, Besançon, Lons le Saunier, Grand-Charmont et Vesoul.

Renseignements, [www.franche.comte.afpa.fr](http://www.franche.comte.afpa.fr), 0810 200 513

# MOBILITÉ INTERNATIONALE

> Offres de stage pour les jeunes demandeurs d'emploi à pourvoir en Angleterre (région Devon). Programme Leonardo Da Vinci

- assistant(e) clientèle et assistant(e) commercial, réceptionniste, assistante qualité, serveur(euse) puéricultrice, coiffeuse

Stages à pourvoir du 10 février au 27 juin 2014 : 3 semaines de stage linguistique et 17 semaines de stage pratique. Formation requise liée au domaine, bases scolaires en anglais. Programme Leonardo Da Vinci Groupe. Candidature avant le 10 décembre 2013.

Le programme Leonardo Da Vinci soutenu par le Conseil régional de Franche-Comté et l'Union européenne est destiné aux jeunes diplômés / demandeurs d'emploi de 18 à 30 ans, résidant en Franche-Comté. Il prévoit une convention de stage, des assurances, la couverture sociale et une aide financière.

De nombreuses autres offres sont à pourvoir dans d'autres destinations et secteurs professionnels : nous consulter. Renseignements sur [www.phileas-fc.com](http://www.phileas-fc.com) ou au 03 81 21 16 06.

AVANTAGES JEUNES



**AU CINÉMA VICTOR HUGO À BESANÇON :**

**UN CHÂTEAU EN ITALIE :** Comédie dramatique française de Valeria Bruni Tedeschi (1 h 44) avec Valeria Bruni-Tedeschi, Louis Garrel, Filipp Timi... A partir du 30 octobre au cinéma Victor Hugo.

**LE DERNIER DES INJUSTES :**

Documentaire français de Claude Lanzmann (3 h 38)... A partir du 13 novembre au cinéma Victor Hugo.

**AU CINÉMA COLISÉE À MONTBÉLIARD :**

**BLOOD TIES :** Policier américain de Guillaume Canet (2 h 7) avec Clive Owen, Billy Crudup, Marion Cotillard... En VOST ou VF selon les séances, à partir du 30 octobre au Colisée.

**SNOWPIERCER :**

Science-fiction coréenne de Bong Joon Ho (2 h 5) avec Chris Evans, Song Kang-ho, Ed Harris... En VOST ou VF selon les séances, à partir du 27 novembre au Colisée



Horaires sur [www.jeunes-fc.com](http://www.jeunes-fc.com)  
Réductions valables tant que les films sont à l'affiche.

AVANTAGES JEUNES



## « La Nuit des rois »

de William Shakespeare, mise en scène Bérangère Jannelle – Compagnie La Ricotta. Au Théâtre de Besançon du 25 au 27 novembre.

Un bateau a fait naufrage. À son bord se trouvaient Sébastien et sa soeur jumelle Viola, désormais séparés. Ils échouent sur les côtes de l'Illyrie. Pour entrer à la cour du duc Orsino, Viola devient Césario. S'ensuit un vertigineux triangle du désir : « Viola aime Orsino, Orsino aime Olivia, Olivia aime Césario mais Césario est Viola ». *La Nuit des rois* joue avec délectation des frontières ambiguës entre les sexes, s'amuse de travestissements et de quiproquos.

6€ avec la carte

## « Nathalie Natiembe »

Le 24 novembre à 17 h au théâtre Granit, Belfort

Nathalie Natiembe vient de la Réunion. Son monde, c'est celui du maloya, l'un des deux genres musicaux de l'île avec le séga. Une musique colorée qu'elle présente à l'occasion de la sortie de son nouvel

album, « Bonbon Zetwal », dans le cadre du festival Génériq. Sur scène, elle y ajoute des escapades rock avec Yann Costa (claviers), Cyril Fever Faivre (basse) et Boris Kulenovic (batterie).

Infos, 03 84 59 67 67. (7 euros tarif abonné jeunes).

7€ tarif abonné jeunes

5€ avec la carte

## « Yukonstyle »

de Sarah Berthiaume, mise en scène de Cécile Pauthe au CDN Besançon Franche-Comté du 18 au 20 décembre

Dans la province du Yukon, contrée lointaine nichée aux confins de l'Alaska et de l'océan Arctique, quatre êtres aux destins brisés se réinventent une famille de

fortune. Navigant entre le réalisme des scènes de la vie quotidienne et des « envolées poétiques » proches du fantastique, la jeune auteure québécoise nous donne à entendre une partition dépayssante.

Le 18 à 19 h, le 19 à 19 h, le 20 à 20 h. Rencontre avec l'équipe après la représentation du 19. Infos, 03 81 88 55 11, www.cdn-besancon.fr

4€ avec le coupon

TOPO n°237 / novembre 2013



# RIFFX.fr

by Crédit Mutuel

## Toutes les musiques tous les talents !

NOUVEAU

Mélomanes avertis, musiciens, amateurs ou simples curieux, n'attendez plus pour découvrir Riffx, la nouvelle plateforme dédiée à la musique.

- Une communauté de passionnés | Rencontres, entraide, bons plans...
- Du son puissance X Nouveaux sons, nouvelles courants... Exclu : le test du mur du son...
- Des profils sur mesure | Ma musique, mes événements, mes fans...



Crédit Mutuel  
La banque à qui parler

CFCM et Caisses affiliées. Acceptation au capital de 2004 000 000 €, 24 rue de Valenciennes, 69537 Marcy-l'Étoile Cedex, RCS B 199 096 304.