

Ernst Zürcher pour son livre « Les arbres, entre visible et invisible - s'étonner, comprendre, agir » (Actes Sud) sera l'invité d'une conférence-rencontre vendredi 1^{er} février à 20 h à la librairie 47° Nord, Maison Engelmann, 8b rue du Moulin à Mulhouse. Elle sera animée par Antoine Jarry et suivie d'une séance de dédicace.

Arbres et forêts sont aujourd'hui menacés, alors qu'ils pourraient devenir nos meilleurs alliés. Un nouveau regard sur la nature, selon une démarche scientifique, permet de lever le voile des apparences et de révéler des particularités insoupçonnées des arbres. Des savoirs traditionnels apparaissent alors parfois biologiquement visionnaires, tandis que, par ailleurs, la science découvre des phénomènes dont même la tradition n'avait pas idée.

Ce livre brosse un panorama dans lequel le visible et l'invisible s'entrecroisent. Il y est question des peuples de l'arbre, du secret de la longévité des arbres, de marées dans les fûts et de pouls cosmique des bourgeons, de messages subtils des arbres, tels les signes avant-coureurs de tremblements de terre et de bien d'autres choses encore... Très concrètement, les arbres constituent un moyen non seulement d'atténuation, mais aussi de résolution de la catastrophe climatique en cours.

Ingénieur forestier, docteur en sciences naturelles, professeur et chercheur en sciences du bois à la Haute école spécialisée bernoise, chargé de cours à l'École polytechnique fédérale de Lausanne et à celle de Zurich, Ernst Zürcher étudie les structures temporelles des arbres (chronobiologie) et les influences du milieu sur l'anatomie de leurs bois.

Réservation par téléphone au 03.89.36.80.00 ou par mail à librairie@47degresnord.com

Loisirs

Bibliothèques MULHOUSE

Bourtzwiler : 4, rue de Gunschach, tél. 03.69.77.66.77 : fermée aujourd'hui.

Centrale : 19, Grand-rue, tél. 03.69.77.67.17 : fermée.

Coteaux : 8, rue Pierre-Loti, tél. 03.69.77.65.90 : fermée.

Domenach : 2, rue de Thann, tél. 03.69.77.65.90 : fermée.

Se livrer à un atelier d'hypnose à la librairie 47° Nord

La librairie 47° Nord est évidemment connue pour ses rencontres littéraires. Mais elle l'est aussi, entre autres, pour ses ateliers d'hypnose. Le dernier en date s'est déroulé ce samedi.

Un atelier d'hypnose dans une librairie. L'idée peut paraître saugrenue. Et pourtant, à la librairie mulhousienne 47° Nord - coutumière dans l'organisation de rencontres littéraires "classiques" mais aussi d'ateliers de méditation ou d'hypnose, donc -, elle a ses adeptes et ils sont nombreux. Ici, où un tel atelier se pratique plusieurs fois par an depuis 2016, c'est la même histoire à chaque session. « *Entre le moment où nous envoyons le mail à nos clients pour les informer de l'atelier et le moment où celui-ci est complet (dix places), il ne se passe pas plus de dix minutes...* », explique Frédéric Versolato, le patron de la librairie.

Ouvrir de nouveaux horizons

Mais, au fait, pourquoi organiser un atelier d'hypnose dans une librairie ? « *C'est une thématique qui correspond aux livres que les gens achètent chez nous* », indique le libraire de la Maison Engelmann. Et, à y regarder de plus près, l'idée n'est en effet pas si saugrenue que ça. Autant que lire permet l'évasion et l'ouverture de nouveaux horizons, l'hypnose est, selon les mots de Susanne Sender, la psychologue clinicienne et hypnothérapeute qui anime l'atelier, « *une technique pour apprendre à lâcher prise. L'idée est d'arriver à ouvrir de nou-*



Susanne Sender, psychologue clinicienne et hypnothérapeute, a animé, ce samedi, un atelier d'hypnose à la librairie 47° Nord, à Mulhouse.

Photo L'Alsace/Darek Szuster

va pas ».

« Je ne suis pas une magicienne »

Ce samedi matin, neuf femmes et un homme ont participé à cette expérience hypnotique de descente en soi à la librairie 47° Nord. Une expérience qui commence par une vraie descente... dans une petite pièce au sous-sol de la maison Engelmann. Là, une fois chacun installé dans un fauteuil, Susanne Sender se livre d'abord à une mise au point : « *Ce que nous allons faire ce matin n'a rien à voir avec l'hypnose spectacle que l'on voit à la télé. Vous n'êtes pas des spectateurs et je ne suis pas*

tiquée par des personnes qui ont une formation universitaire et s'adresse à des patients en recherche de bien ou de mieux-être. »

S'il ne s'agit pas d'un atelier d'hypnose spectacle, l'hypnothérapeute reconnaît que « *ces émissions ont contribué à nourrir la curiosité pour la pratique qui suscite beaucoup d'intérêt, notamment parce qu'elle permet d'obtenir des résultats relativement rapidement - prouvés depuis une dizaine d'années par l'imagerie cérébrale, assure-t-elle - dans plusieurs cas : sevrage tabagique, gestion du stress, des troubles de l'angoisse ou alimentaires, préparation à l'accouchement, etc.* »

vous invite à fermer les yeux », débute Susanne Sender, qui ne s'arrêtera plus de parler pendant une trentaine de minutes. La trame de son récit ? Une sorte de fiction métaphorique invitant chacun à entrer dans une sorte de transe. « *En hypnose, l'état de transe est caractérisé par une modification des sensations corporelles : les personnes peuvent avoir une impression de lourdeur ou alors de légèreté, leur respiration ralentie, etc. ça n'a rien à voir avec des représentations de scènes mystiques* », précise-t-elle.

« Un bon moment de relaxation »

Et puis, l'expérience d'hypnose prend fin. Susanne Sender annonce : « *Je vais vous ramener tout doucement vers la réalité extérieure, en comptant à l'envers : 5, 4, 3, 2, 1.* » Il est 10 h 30, Daniel, l'un des dix participants, qui, comme la majorité d'entre eux, n'avait jamais fait d'hypnose avant, rouvre les yeux. « *Je suis venu par curiosité. C'est une première expérience intéressante et je pense aller plus loin dans l'hypnose pour arrêter de fumer* », indique-t-il, avant de compléter : « *Et je dois reconnaître que ça a été un bon moment de relaxation.* » Le niveau d'hypnose, « *sa profondeur* », précise Susanne Sender, dépendant du degré d'implication imaginaire de chacun. Celui de Daniel devait probable-

Les paroissiens et la grande famille des amis de Saint-Jean-Bosco sont invités à se retrouver dimanche 3 février, à 11 h, à l'église du Drouot, afin de participer à la célébration eucharistique de la fête de Don Bosco. La prédication sera assurée par le père Jean-Claude Heinrich, salésien et ancien curé de la paroisse dans les années 1990. Un repas (s'inscrire au 03.89.66.57.26) réunira les fidèles à Illzach-Modenheim (sous-sol de l'église Saint-Bernard). Au programme : après-midi récréatif et chantant, tombola au profit des coopérateurs salésiens.

Paroisse reconnue en 1955, l'église Saint-Jean-Bosco est implantée dans le quartier du Drouot à Mulhouse. Depuis son origine, ce sont les pères salésiens de Don Bosco qui l'administraient. En 2006, elle a intégré la communauté de paroisses Des Rives du Nouveau Bassin, formée avec les églises Sainte-Geneviève et Sainte-Jeanne-d'Arc. Le père Claude Muslin est chargé d'animer cet ensemble.

SOLIDARITÉ

Le projet d'épicerie participative du Panier de Mehla se précise. Une première soirée des coopérateurs est organisée à l'intention de toutes les personnes souhaitant rejoindre ce projet, le jeudi 31 janvier à partir de 18 h 30. L'adresse du local attribué et mis aux normes par la Ville de Mulhouse ainsi que la date d'ouverture seront évoquées. Cette soirée d'échanges, ouverte à tous, se veut conviviale autour d'un verre au Carré des associations (100, avenue de Colmar).

ANNUAIRE

126074690

Carrelage

FRANCIS EURL **SCHAUB**

Artisan, carreleur,

rhodociste, granit et marbre

Conception et rénovation

Salle de bains
et pour personnes à mobilité réduite

39 rue Principale - RUELISHEIM