

HORS - NORME

ET SI ON PRENAIT LA PAROLE?

Coaching média - Janvier 2024

CATARINA LETOR

10 ANS DE JOURNALISME

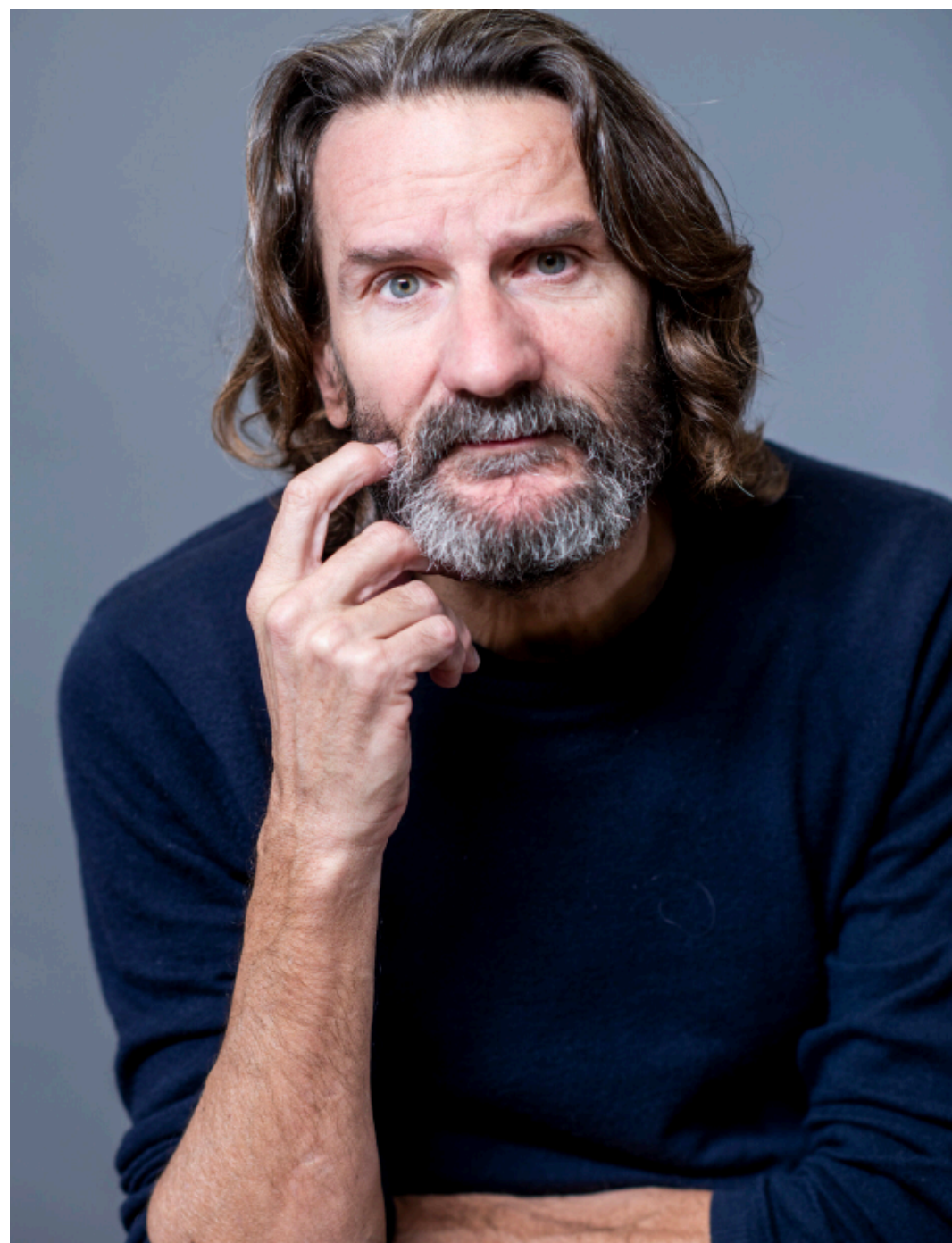
- IHECS - ❤️ Politique
- RTL INFO - Oops!
- Radio Contact - Relax...
- BX1 - « Pas convaincu »
- LN24 - Installe-toi!
- LCI - RTBF - Wilfried -
Franceinfo



**CULTURE
POLITIQUE
ÉCONOMIE
SOCIÉTÉ
SANTÉ
INTER**



**CULTURE
POLITIQUE
ÉCONOMIE
SOCIÉTÉ
SANTÉ
INTER**





**CULTURE
POLITIQUE
ÉCONOMIE
SOCIÉTÉ
SANTÉ
INTER**

74%

DU TEMPS DE PAROLE REVIENT AUX HOMMES DANS LES MÉDIAS

74%

DU TEMPS DE PAROLE REVIENT AUX HOMMES DANS LES MÉDIAS

44%

DES INTERVENANT.E.S SONT DES FEMMES

74%

DU TEMPS DE PAROLE REVIENT AUX HOMMES DANS LES MÉDIAS

44%

DES INTERVENANT.E.S SONT DES FEMMES

MAN TERRUPTING

UN HOMME INTERROMPT 23% DE PLUS UNE FEMME QU'UN HOMME

« Ce n'est pas ma priorité »

« Je préfère me focaliser sur mon entreprise plutôt que de perdre du temps à répondre aux journalistes »

« Je n'ai jamais répondu à une interview télévisée, je préfère décliner »

« Je ne vois pas trop en quoi mon témoignage peut être intéressant »

« Je ne me sens pas légitime pour intervenir dans cet échange »

« Demain? Impossible, je n'aurais pas le temps de me préparer »

« Je suis polie, je n'interromps pas »

POURQUOI RÉPONDRE À UNE INTERVIEW?

- **Quand répondre à une interview? Pour quoi faire? Quelle est ma plus-value? Quel est mon champ de compétence? Suis-je pertinente sur le sujet?**

POURQUOI RÉPONDRE À UNE INTERVIEW?

- Quand répondre à une interview? Pour quoi faire? Quelle est ma plus-value? Quel est mon champ de compétence? Suis-je pertinente sur le sujet?

COMMENT OBTENIR UNE INTERVIEW?

- Rédiger un CP (sujet d'accroche, angle universel), comprendre la logique du journaliste, l'envoyer aux bons destinataires

POURQUOI RÉPONDRE À UNE INTERVIEW?

- Quand répondre à une interview? Pour quoi faire? Quelle est ma plus-value? Quel est mon champ de compétence? Suis-je pertinente sur le sujet?

COMMENT OBTENIR UNE INTERVIEW?

- Rédiger un CP (sujet d'accroche, angle universel), comprendre la logique du journaliste, l'envoyer aux bons destinataires

COMMENT RÉALISER UNE INTERVIEW?

- Exercice pratique, pitcher son entreprise (version télé!), répondre aux questions qui fâchent, se tenir correctement, prendre son espace, être confiante



L'INTERVIEW

POURQUOI RÉPONDRE
À UNE INTERVIEW?



QUELLE RELATION AVEC LA PRESSE?

- * **Ponctuelle: liée à un momentum**
- * **Occasionnelle: liée aux activités/chiffres de mon entreprise**
- * **Régulière: je deviens experte dans un domaine**

QUELLES SONT MES CONNAISSANCES?

* **Mon sujet**

...

* **Mon expérience**

...

* **Ma plus-value**

...

* **Mes limites**

...

* **Mes anecdotes**

...

* **Mon terrain**

...



QUAND?
COMMENT?
POURQUOI?

LE COMMUNIQUÉ DE PRESSE



QUELLE RELATION AVEC LA PRESSE?

- * **Ponctuelle: liée à un momentum** → **Annonce**
- * **Occasionnelle: liée aux activités** → **Sujet**
- * **Régulière: je deviens experte** → **Avis**

QUEL EST L'OBJECTIF DE MON CP?

ANNONCE

...

...

...

SUJET

...

...

...

AVIS

...

...

...

EN PRATIQUE....

CHERCHEZ L'ERREUR!

- Qui me partage l'info?
- Qui dois-je contacter?
- Quel est le message principal?
- Chiffres intéressants, mais perdus dans le texte

Santé mentale et agriculture : une association pionnière de l'agriculture sociale en Belgique francophone est en danger

Alors que les problèmes de santé mentale sont en croissance en Belgique, l'agriculture sociale constitue une pratique innovante, un outil thérapeutique et sans médicament. Or, Nos Oignons, pionnière de ce mouvement en Belgique francophone est en danger par manque de financement pérenne.

L'ASBL Nos Oignons existe depuis 12 ans. Son ADN : mettre en relation des personnes qui souffrent notamment de troubles dépressifs ou d'anxiété avec des agriculteur·rices et maraîcher·ères en Brabant wallon et à Bruxelles. Ensemble, ces personnes sèment, plantent, récoltent, prennent soin mais aussi créent du lien. L'impact positif de ces rencontres n'est plus à prouver et celui d'allier santé mentale et agriculture est de plus en plus documenté : l'agriculture sociale est un outil thérapeutique.

Un travail crucial et d'actualité

Selon [Sciensano](#), 1 Belge sur 4 souffrait en 2022 de troubles dépressifs ou anxieux contre une personne sur 10 en 2018. En 2022, les problèmes liés à la santé mentale ont coûté 5% du PIB belge ([Bureau du Plan](#)). Or, le travail de Nos Oignons est en danger par manque de financement pérenne.

Depuis sa création, Nos Oignons a permis d'accompagner en Brabant wallon et à Bruxelles plus de 550 volontaires (bénéficiaires), auprès de 42 fermes, que ce soit en groupe (ateliers collectifs) ou en accueil individuel à travers des projets en concertation avec un CPAS (Tubize), des institutions de santé mentale (SSM d'Ottignies).

Actuellement, les volontaires rejoignent l'ASBL par des services de santé mentale (consultations ambulatoires tout public) ou des institutions psychiatriques (hôpitaux, centres de jours et équipes mobiles), des maisons médicales, des psychiatres ou médecins, des services d'accompagnement pour personnes en situation de handicap, des services ou projets sociaux ou encore par le bouche-à-oreille.

Accueils à la ferme : une pratique de longue date... mais pas institutionnalisée en Belgique francophone

L'agriculture sociale est aussi appelée « care farming » ou « soins verts ». Des « fermes de ressourcement » avaient vu le jour en Wallonie il y a une vingtaine d'années. Une quinzaine de projets d'agriculture sociale se sont réunis de 2014 à 2020 dans le cadre de la mesure 16.9 du Programme wallon de développement rural (PwDR), financé par l'Union européenne. En 2022, on comptait plus de [370 fermes partenaires de ces projets](#). Mais jusque-là, il manque un cadre institutionnel permettant la reconnaissance de ces activités.

En Flandre, le réseau « [steunpunt Groene Zorg](#) » célèbre son 20^e anniversaire ce mois-ci. Il regroupe 1.000 structures agricoles, est financé par la région et les provinces tout en bénéficiant du soutien du syndicat flamand de l'agriculture (Boerenbond).

Aux Pays-Bas, plus de 1.300 fermes accueillent annuellement plus de 30.000 personnes qui ont besoin de soins, notamment dans le cadre de troubles de santé mentale. Au Royaume-Uni, plus de 400 fermes réalisent le même type d'accueil. Aux Pays-Bas, cette offre est intégrée dans les dispositifs de sécurité sociale.

RÉDIGER UN CP

5 ESSENTIELS

- TITRE
- RÉSUMÉ
- INFOS
- TEXTE + QUOTE
- CONTACTS

Bruxelles, 19.01.24

“25 entreprises en route vers la digitalisation grâce à Plugnotes”

Plugnotes remporte un appel à projet lancé par la région bruxelloise pour aider à la digitalisation des entreprises. 25 sociétés bruxelloises apprendront à se digitaliser sans dépendre de compétences techniques, au travers de solutions no-code. L'impact de ce projet dépassera, par entreprise, les 40 heures économisées chaque mois.

Qui: Plugnotes (2019) permet aux entreprises de se digitaliser sans développement informatique. Son [logiciel](#) no code qui complète les ERP a déjà séduit une centaine d'entreprises.

Quoi: la région bruxelloise investit dans la digitalisation

Plugnotes remporte un appel à projet lancé par la Région de Bruxelles-Capitale pour soutenir les TPE et PME dans leur digitalisation et participer à la transition numérique de l'économie bruxelloise. Leur projet ? Aider 25 entreprises bruxelloises à réduire leur dépendance en proposant une solution flexible, abordable, adaptée à leurs besoins.

Contact: lohndoe@gmail.com - (+32) 496 78 50 68

Pourquoi faut-il démocratiser l'accès au numérique en entreprise?

“On pense, à tort, que la majorité des entreprises sont déjà entièrement digitalisées. Mais en réalité, la fracture numérique que l'on observe au sein de nos PME belges est considérable” - Camille De Bruyn - Co-fondatrice Plugnotes

En Belgique, 80% des PME font encore face à des flux de travail inefficaces incluant du papier, de la retranscription et des tableaux Excel (McKinsey). La région bruxelloise s'empare de ce défi en proposant une enveloppe de 500 000 euros à destination des entreprises qui souhaitent pallier cette asymétrie.

En effet, 78% des projets de digitalisation tombent à l'eau, par manque de ressources budgétaires, techniques et de temps (Vodafone). Le budget moyen nécessaire au développement d'une solution sur-mesure gravite autour des 40.000 euros (Business of Apps).

“C'est précisément l'intérêt de travailler avec Plugnotes. En quelques heures, sans aucune compétence technique, l'entreprise peut s'approprier une solution adaptée à ses besoins. Le développement informatique n'est plus nécessaire. Les coûts sont réduits. ”

Quant aux principaux concernés, plus de 50% des employés se sentent dépassés par les solutions numériques en place dans leur entreprise et 20% des ouvriers se considèrent



**BONJOUR, ÊTES-VOUS
DISPONIBLE DANS 1H?**



**BON JOUR, ÊTES-VOUS
DISPONIBLE DANS 1H?**

