

Wissant

Un nouveau concept a vu le jour à Wissant : ZenOpale

« Donner du zen et en garder pour nous »

mercredi 12.08.2009, 14:00

ZenOpale, c'est la rencontre de deux Nordistes en quête d'un rythme de vie moins stressant et plus harmonieux. De là est née une entreprise au concept novateur : « donner du bonheur aux gens »

Une yourte mongole plantée dans un jardin wissantais depuis début juin. L'image a de quoi étonner. Elle rentre pourtant naturellement dans le concept de ZenOpale, qui veut associer bien-être et sport.

« *Nous voulions associer le plein air, le plaisir et le bien-être de la relaxation* », expliquent les deux créatrices du projet, Christelle Duchatelet et Isabelle Olivier. « *Donner du zen et en garder pour nous* » est leur devise.

« *C'est dans l'air du temps, mais c'est aussi une nécessité pour soi-même. On avait beaucoup de mal à trouver un local sur Wissant. On a réfléchi pour contourner ce problème. Et la yourte s'est imposée* », sourit Christelle Duchatel qui, à son arrivée sur la Côte d'Opale, a eu l'idée de s'installer comme sophrologue ou d'ouvrir un gîte bien-être. « *Et puis j'ai rencontré Isabelle à la sortie de l'école alors qu'on attendait nos enfants.* » Isabelle avait de son côté un projet de gîte sportif. « *Au début, on voulait lancer un gîte et proposer à côté des activités. Mais vu l'investissement, on a laissé le gîte de côté et développer les activités.* » Une fois leur idée en tête, tout s'est rapidement enchaîné depuis un an. « *Une semaine après avoir eu l'idée, il y avait un forum sur la création d'entreprise à Boulogne. Nous y sommes allées et avons découvert le principe d'une couveuse d'entreprises* » (lire ci-contre) . Quelques jours plus tard, elles intègrent un stage "formation de l'envie au projet". ZenOpale était sur les rails avec un investissement initial de 7 000 euros.

Accompagnées par une couveuse d'entreprises

« *La couveuse nous a permis de ne pas se précipiter. On est aidé et accompagné dans toutes les étapes. On a appris à savoir communiquer, à créer notre logo et site internet, à trouver son identité.* » Et aussi à élaborer leurs différentes activités. « *Pendant un an, on a sillonné les clubs sportifs, les centres de massage... pour voir ce qui se faisait.* » Résultats : des Zen instants sur la plage, des Randos zen sur la Côte d'Opale en passant par les massages, les initiations à la sophrologie... « *On ne sait pas trop où on va. Le concept est unique, on n'a pas pu faire une étude de marché pour comparer. C'est une année de découverte à tous points de vue. Dans la création d'entreprise, il y a beaucoup de stress. Le fait d'être à deux, on se soutient, on est complémentaires* », poursuivent-elles. La gestion du stress en entreprise est une autre corde à leur arc. « *Il y a beaucoup de dépressions dues au stress, on commence seulement à prendre conscience aujourd'hui qu'on peut faire autre chose que prendre des médicaments* », poursuit Christelle.

Les enterrements de vie de jeune fille cartonnent

De par leur parcours professionnel, Isabelle s'occupe de la partie commerciale, de la communication, de l'administratif et mène les randos zen. Christelle se charge des zen instants, des initiations pour les enfants, des massages... Leur clientèle : des locaux, des Lillois, des Belges, des Audomarois. « *Au départ, on pensait avoir des touristes et hors saison, des entreprises. En réalité, les gens de la région sont très intéressés par le concept et nous demandent ce qu'on propose à l'année.* » Isabelle et Christelle réfléchissent ainsi à un système d'abonnement pour une rando zen par mois par exemple. « *On proposera un produit par semaine* », prévoit Isabelle Olivier.

Le yoga pour les enfants a aussi bien démarré. « *On va le proposer à l'année sans doute, tout comme les zen instants.* » Alors qu'elles pensaient que les massages maman-bébé allaient bien marcher et tardent à prendre, les enterrements de vie de jeune fille cartonnent. « *On en a quasiment tous les week-ends en ce moment !* », concluent-elles.

Claire DUHAR

Etre en harmonie avec la nature pour se retrouver soi-même

Un thé, des chocolats. « *C'est un moment important qui permet de mettre les gens à l'aise.* » L'accueil est important pour Christelle et Isabelle. Dans la yourte, colorée de touches de rouge, on oublie ses soucis dans une ambiance épurée et zen. Se couper du monde pendant une heure ou plus, prendre un peu de temps pour soi, c'est ce qu'aident à faire les deux compères. Première chose à faire : couper son portable.

Puis direction la plage ou les chemins de randonnée pour l'instant zen ou la rando zen. « *Quels que soient la saison ou le climat, la région est magnifique. On y trouve une énergie qui fait du bien. Même la rando dans un brouillard total, c'est magnifique* », s'exclame Isabelle. Au menu : marche dans les dunes ou sur la côte entrecoupée de moments de relaxation, de sophrologie ou de yoga.

De sa voix douce et posée, Christelle invite à se déconnecter du quotidien. « *On prend ancrage au sol. On prend conscience de nos pieds dans le sable, de notre point d'appui entre notre corps et le sol. Reprendre conscience de son corps, baisser les paupières et se couper un peu plus du monde extérieur, du monde des images, des pensées, des idées que nous allons essayer de mettre de côté, entre parenthèses pour se rendre ainsi un peu plus disponible à nous-mêmes et se mettre à l'écoute de tout notre corps qui va se relâcher muscle par muscle* ».

Prendre le temps d'écouter les bruits extérieurs, de la nature, de la mer, du vent. « *Nous ne cherchons pas à les analyser, à les comprendre, nous les accueillons juste.* » Etre en harmonie avec la nature pour mieux se retrouver soi-même, c'est le but recherché. « *On tire bénéfice de chaque instant vécu. Le but est de vivre l'instant présent, mais aussi de donner envie aux gens d'intégrer plus de relaxation dans leur quotidien. On a réussi quand les gens nous demandent ce qu'ils peuvent faire tous les jours, conclut Isabelle. On donne du bonheur aux gens. Il faut vivre le bonheur, pas le chercher partout.* »

Portraits croisés

Christelle Duchatelet a 37 ans. Originaire du Valenciennois, elle travaille depuis vingt ans comme psychomotricienne et sophrologue. Elle est arrivée sur la Côte d'Opale en raison d'une mutation de son mari. Elle continue de travailler à mi-temps à la faculté de Lille comme formatrice.

Isabelle Olivier a 37 ans. Cette Lilloise a toujours travaillé dans le commerce. « *J'ai travaillé pour la grande distribution dans la région lensoise et sur la côte, à Leroy Merlin et Decathlon.* » Jusqu'à ce qu'elle ait son premier enfant. « *J'ai trouvé que le travail dans la grande distribution n'était pas compatible avec les enfants. Je cherchais à changer de milieu professionnel.*

» Isabelle est donc devenue assistante commerciale bilingue. « *C'était encore trop contraignant. C'est là que m'est venue l'idée de créer mon entreprise, pour adapter mon travail au rythme de ma famille.* »

Les différents concepts

Zen instant sur la plage : séance de relaxation le samedi matin d'une heure en pleine nature (à partir de 6 euros).

Rando Zen : le dimanche matin, pendant trois heures, découvrez la Côte d'Opale dans le cadre d'une balade entrecoupée de pauses zen avec relaxation, sophrologie, stretching (à partir de 15 euros).

Mais aussi : massage sous la yourte, formule Duo, formule maman-bébé, groupe, enterrement vie de jeune fille, initiation au yoga pour les enfants de 3 à 6 ans, à la relaxation pour les enfants de 6 à 12 ans et à la sophrologie pour les 12 ans et plus.

Renseignements par téléphone au 06 63 41 98 38, sur internet www.zenopale.com et par mail : contact@zenopale.com

En bref : couveuse d'entreprises

La couveuse d'entreprises est un dispositif permettant à un entrepreneur de tester son projet en toute sécurité, avec un statut transitoire, avant le démarrage de l'activité. Elle a pour but de permettre de vérifier en grandeur réelle la viabilité de son activité commerciale en bénéficiant d'un accompagnement, d'un cadre

juridique.

Au démarrage du test, la couveuse met en place un soutien renforcé pour aider l'entrepreneur à commencer son activité. Parallèlement à la montée en puissance de son activité, l'entrepreneur devient autonome.

Progressivement, l'accompagnement laisse place aux services à l'entreprise. À sa sortie, l'entrepreneur à l'essai a appris le métier de chef d'entreprise.

L'entrée dans une couveuse se fait sous forme de contrat d'appui au projet d'entreprise (CAPE). Contrat écrit d'une durée maximum de 12 mois renouvelable deux fois, le CAPE permet à l'entrepreneur de tester son activité dans le cadre d'une couveuse tout en conservant son statut antérieur et ses revenus sociaux. Il bénéficie de plus d'une couverture sociale et d'une protection en cas d'accident du travail ou de maladie professionnelle.

* Plus de renseignements sur www.uniondescouveuses.com