

# La Courte Échelle redevient peu à peu une ruche dédiée au bien-être

## BEAUSOLEIL

Reprise des séances et des ateliers dans le lieu atypique de la rue de Genève.

Marie-Laurence Gaillac  
mlgaillac@midilibre.com

En seize années d'existence, la Courte Échelle, ce lieu atypique dédié au ressourcement, n'avait jamais appuyé sur le bouton pause : « Les activités se sont complètement arrêtées du côté des thérapeutes et des divers cours. C'était compliqué », confie Christian Maurer, le psychothérapeute qui a complètement transformé l'ancienne fabrique à chaussures de la rue de Genève. Une fabrique plongée dans le silence... hormis les vendredis après-midi. Ce jour-là, la cour ombragée par l'olivier bruisait des allées et venues de producteurs locaux et de Nimois, tous engagés dans la Ruche qui dit oui, un réseau d'achat direct. « Un joli défilé... Au plus haut du confinement, nous avons eu 120 commandes par semaine, soit quatre fois plus que d'habitude : cela correspondait à la période où les marchés étaient fermés.



Nadia Berthin et Christian Maurer, les deux âmes de ce lieu. M.-L.G.

Dès leur réouverture, il y a eu un peu moins de monde. Sans pour autant retomber dans les chiffres pré-Covid. « Cela a aussi permis de soutenir les producteurs, dont certains servaient la restauration. »

**Ouverture de deux bureaux en septembre**  
Aujourd'hui, la Courte Échelle redémarre de « manière graduelle, avec toutes les inquiétudes et les interrogations autour d'une éventuelle deuxième vague ». Les six thérapeutes,

proposant massage chinois, hypnothérapie, réflexologie sophrologie..., ont progressivement repris les consultations (1), en instaurant des mesures de sécurité (port du masque obligatoire, une seule personne en salle d'attente, pas d'accompagnement). « Certains ont également proposé des séances à distance via Zoom ou Skype. Depuis le début du mois de juin, les professeurs ont également relancé les cours en effectif réduit : Pilates, relaxation, méditation... » Avec deux ex-

ceptions : le Qi Gong s'est déplacé dans les Jardins de la Fontaine, en plein air ; et le yoga, qui accueille généralement des seniors du troisième et quatrième âge, ne reprendra qu'à la rentrée de septembre. Cette rentrée, la Courte Échelle a d'ailleurs décidé de la placer sous le signe des projets. Les travaux d'agrandissement sont enfin achevés dans une maison mitoyenne de l'ancienne fabrique à chaussures, acquise il y a cinq ans. Après le premier étage, dévolu aux salles de réunion, place à deux bureaux au rez-de-chaussée. « On devrait accueillir de nouveaux arrivants, annoncés pour septembre. On regarde, on observe. On essaye de rester prudent », souligne Christian Maurer. Qui voit, peu à peu, revenir les fidèles de la Courte Échelle. « Nous poursuivons notre ligne après avoir absorbé le choc. Le besoin est réel : on le sent. »

> (1) Pour savoir si un thérapeute a repris, le contacter via ses coordonnées disponibles sur le site internet echelle.courte.free.fr

> La Courte Échelle, 11 bis rue de Genève, contact au 06 82 56 47 82.

# Un ancien RH devenu magnétiseur

Christophe Massiera a intégré la Courte Échelle au mois de mars : « Juste le temps de faire une séance... » Aujourd'hui, le magnétiseur peut enfin lancer son activité, lui qui a connu un parcours professionnel atypique. « Durant quinze ans, j'ai travaillé dans les ressources humaines, au sein de plusieurs entreprises, dans les services

paye et recrutement : un univers cartésien. » Bien loin du domaine énergétique, où il s'est converti à la suite d'une rencontre avec un professionnel : « Être magnétiseur, c'est un peu comme être musicien. Certains ont des facilités pour jouer du piano. On a tous des capacités énergétiques, mais seuls certains peuvent les uti-

liser d'une manière à aider les autres. » Après s'être assuré que les adultes ou enfants qu'il reçoit ont bien consulté un médecin, Christophe Massiera, formé aux Fleurs de Bach, traite les douleurs physiques, les problèmes nerveux. « Maximum, il faut trois séances en trois mois. »

> Contact au 06 64 03 55 33



Christophe Massiera.

# Le confinement, période d'intense activité pour le jeune commerçant

## QUARTIER D'ESPAGNE

Khalid Khéfi, commerçant en fruits et légumes basé au Quartier d'Espagne, n'a jamais arrêté son activité pendant le confinement. Il a même ouvert sa boutique le jeudi de l'Ascension. « J'avais trop de demande pour me le permettre, explique ce commerçant, et il y a dans le quartier pas mal de personnes âgées en état de fragilité. Certaines d'entre elles n'ont recommencé à sortir normalement que le 10 juin. » Pour ce qui est de savoir s'il a souffert professionnellement de cette période somme toute plutôt difficile, c'est très clairement « non », et bien au contraire... « J'ai fait gratuitement des livraisons à des personnes empêchées de se déplacer », précise Khalid Khéfi, et pas seulement des fruits et légumes, mais aussi d'autres denrées alimentaires : viande, pain, et ces personnes m'en ont été reconnaissantes. »

Cerise sur le gâteau, le commerçant du Quartier d'Espagne a même attiré, et gardé, « de nouveaux clients du secteur et des environs que je ne voyais pas avant. Et j'ai fait en sorte de ne pas augmenter les prix. » Lors de cette période, « il n'a pas toujours été facile de s'approvisionner car les agriculteurs locaux manquaient de main-d'œuvre, et avaient un peu augmenté leurs prix », exprime Khalid Khéfi, mais j'ai pu m'en sortir. » Le jeune homme a tout mis en œuvre pour que les gestes barrières soient respectés « et la clientèle a bien joué le jeu », constate-t-il avec satisfaction. Les choses ont maintenant repris un aspect plus « normal », mais tout un chacun s'efforce toujours de respecter les recommandations concernant la distanciation sociale.

> Correspondant Midi Libre : 06 64 75 53 90



Dans le quartier d'Espagne, une boutique de fruits et légumes.

# Des trouvailles d'été à chiner au Petit Temple

## ÉCUSSON

Ce sera une grande première pour l'Église Protestante Unie de Nîmes qui propose, vendredi 3 et samedi 4 juillet de 9 h 30 à 18 heures, au Petit Temple (entrée par la rue du Grand-Couvent, sortie rue Claude-Brousson) un videgreniers baptisé *Trouvailles d'été*. Avec un mot d'ordre : « Proposer de très bonnes affaires dans une ambiance conviviale et décontractée », précise Philippe Cagnon, chargé des relations presse-médias. Avec moins d'appât que pour l'incontournable kermesse s'ouvrira donc à la chine une foule d'articles à partir d'1€ (voire moins en cas d'achats groupés) : petite brocante, arts de la table, matériel pour couturière (brodeuses, trico-teuses...), vêtements, cadres, tableaux, et « quelques très beaux meubles vendus à des prix sacrifiés. Tous ces objets du quotidien ou originaux proviennent des stocks d'inventures, ou alors



La kermesse en décembre.

n'avaient pas été exposés lors de la dernière kermesse de décembre », souligne Philippe Cagnon. Petite précision : chacun devra venir avec son sac, des papiers d'emballage ou des cabas. « Le masque sera absolument de rigueur dans l'espace du Petit Temple. Du gel hydroalcoolique sera à disposition dans tous les lieux de passage. Enfin, le port de gants jetables est fortement recommandé pour tous en raison des multiples manipulations d'objets. »

M.-L.G.  
mlgaillac@midilibre.com

# « Retrouver nos moyens d'existence »

## CHEMIN-BAS

Sœur Marie-Cécile, vous êtes abbesse du monastère des Clarisses. On imagine, peut-être à tort, que le style de vie des religieuses en retrait du monde vous permet d'être mieux adaptées au confinement. Est-ce le cas ?



Sœur Marie-Cécile.

C'est vrai pour une part. Nous avons strictement respecté les mesures sanitaires, une attitude conforme à nos vœux d'obéissance. Mais nous ne sommes pas hors du monde : de par l'accueil, le travail, les fêtes, la participation au diocèse et les nécessités économiques. Tout cela a été remis en cause par l'épidémie.

**Quel fut le plus difficile durant ces jours particuliers ?**  
C'est là le paradoxe. Ces jours de confinement nous ont apporté une grande joie. Nous avons augmenté notre temps de prière et ils ont été l'occasion de renforcer notre attention aux autres. Durant cette période, nous avons éprouvé un réel bonheur et la conviction que l'amour de Dieu et des autres ne faisaient qu'un. Mais cela n'a été possible, qu'avec le soutien des

personnes de l'extérieur, qui nous ont aidées pour subvenir à nos besoins, sans qu'on les sollicite.

**Comment se présente l'avenir ?**  
Nous retrouvons nos activités. L'hôtellerie ne fonctionne pas encore et nous n'avons pas pu faire notre kermesse. Nous devons retrouver nos moyens d'existence en reprenant la vente d'œufs, de confitures, d'objets artisanaux, des sacs de lavande contre les mites. Notre culture ne suffit pas, nous faisons appel à ceux qui voudraient nous en procurer. Cette période a renforcé notre confiance en la Providence pour continuer.

> Monastère des Clarisses, 34 rue de Brunswick, contact au 04 66 26 66 76.  
> Correspondant Midi Libre : 07 81 33 15 81

## VOISINAGES

### ● MARÉCHAL JUIN

Le quartier Maréchal Juin-Capouchiné-Camargue est concerné par le risque inondation. Le comité de quartier a choisi d'être acteur dans la sensibilisation et incite les habitants à se faire accompagner dans les

démarches et réaliser un diagnostic par l'équipe d'experts Nim'Alabri, du bureau d'études Mayane situé au 38 boulevard Gambetta. Renseignement : 04 11 93 25 74 ou par mail : inondation@nimalabri.fr.