

## Un livre pour dessiner sa carrière sur mesure



Isabelle Flouck a publié il y a quelques mois le premier des deux cahiers qu'elle souhaite consacrer à la réorientation, sous forme d'un guide accompagnant une démarche qu'elle veut accessible à tous. CÉLINE REUILLE

**NYON Spécialiste en évolution et transition de carrière, Isabelle Flouck partage ses astuces dans un cahier créatif.**

**DIDIER SANDOZ**  
didier.sandoz@lacote.ch

Même s'il n'est pas ce que l'on appelle un «beau livre» que l'on offre en cadeau d'anniversaire, l'ouvrage que vient de publier la Nyonnaise Isabelle Flouck ferait néanmoins un très beau présent. Mieux encore, en ce début d'année teintée de bonnes résolutions et d'appels au changement, il constitue une excellente idée d'éternes à un être cher. «Carrière sur mesure, le cahier de votre réorientation» a en effet un vaste public cible quand on sait qu'en Suisse, un collaborateur sur trois se sent mal avec sa carrière ou dans son environnement professionnel.

«Il n'y a pas d'âge pour ressentir le besoin de faire le point sur son job, sur sa vie», relève la spécialiste en évolution et transition de carrière, évoquant les jeunes en mal d'orientation, les collaborateurs en milieu de carrière mais aussi les seniors qui doivent rééquilibrer projets privés et vie professionnelle à l'heure de la retraite.

### Un mode d'emploi

Avec son ouvrage, l'ancienne conseillère communale nyonnaise, souhaite offrir à chacun des outils pour réfléchir correctement et le plus loin possible sur sa trajectoire, ses valeurs, ses ré-

tances au changement. En 120 pages, elle partage des processus utilisés par ses pairs, coaches et conseillers en orientation professionnelle. «En milieu de parcours de vie, on identifie ce qu'on ne veut plus faire, mais on ne sait pas forcément où aller. J'avais envie que cette réflexion sur ses attentes et espoirs professionnels ne soit pas réservée à ceux qui ont le porte-monnaie plein et qui peuvent s'offrir les services de professionnels.»

Selon elle, chacun peut aspirer à identifier une activité professionnelle qui soit en conformité avec son potentiel, ses valeurs et, par conséquent, son plaisir. Ce cahier pratique qui s'ouvre sur une introduction titrée «où en suis-je» est truffé d'exercices et d'exemples, afin d'accompagner son lecteur dans ses interrogations sur lui-même.

### Un projet et un délai définis

«Ce livre se lit à l'endroit, à l'envers, dans l'ordre que l'on veut. Il est surtout un accompagnant dans la quête d'un projet professionnel basée sur la créativité.» Pour montrer l'exemple, Isabelle Flouck a illustré elle-même ce guide pratique. «Le dessin est un moyen utile dans cette démarche créative. Il permet aussi d'aller chercher le regard des autres, même si je ne suis pas particulièrement fière de mes «œuvres» qui ornent mon livre. Je voulais montrer que chacun peut s'y mettre.»

Des bouquins sur la réorientation professionnelle, il y en a déjà des rayons entiers dans les librairies. «Et pourtant je tenais à ce mot de «carrière» qui figure dans le titre du mien, indique la pétillante

quinquagénaire. Carrière est un mot noble, c'est du vrai, du solide qui se construit, se bâtit. Pour en définir les lignes forces, pas question de recourir à des questionnaires de personnalités avec des petites croix à placer dans des cases.»

La démarche conduite avec ce cahier d'auto-coaching ne doit pas s'avérer un long chemin propice à l'abandon. «Je pense qu'il faut se fixer un délai de trois mois pour élaborer un projet professionnel. Le temps est un allié», constate la conseillère qui bénéficie de plus de vingt ans d'expériences humaines, aux balbutiements des ORP-offices régionaux de placement, et dans le domaine associatif. Puis, une fois le projet défini, il s'agit de voir comment le mettre sur le marché, comment en tirer profit», annonce la Nyonnaise qui compte bien publier un second volume, lequel est quasiment prêt, déjà mis en page par la graphiste Marie Crettaz, comme le premier.

En misant sur une ambiance de jeu, Isabelle Flouck a espoir que cette démarche trop souvent abordée avec une certaine crainte du changement devienne un cadeau que l'on se fait à soi-même, une véritable opportunité, voire une renaissance. Pas étonnant pour une passionnée qui se présente en «accoucheuse de projets», opération qu'elle a expérimentée avec plus de 1000 personnes... dans sa carrière à elle. ☺

«Carrière sur mesure, le cahier de votre réorientation», par Isabelle Flouck aux Editions Maxima.

### NYON

#### La ville reçoit la première Fiche d'Or

Ce jeudi 19 février, la Ville de Nyon va recevoir la première Fiche d'Or dans le cadre du 7<sup>e</sup> congrès de la mobilité électrique à Berne. Le Forum suisse de la mobilité électrique, soutenu par l'Office fédéral des routes et le Touring club suisse, souhaite avec cette distinction récompenser une commune pionnière dans ce domaine. «Nous sommes très contents, commente Roxane Faraut Linarès, municipale en charge de la mobilité. Lorsque nous avons déposé la candidature de Nyon, il nous semblait que nous avions peu de chances, face à des grandes villes. En fait, nous avons été récompensés pour la diversité des mesures prises ces dernières années.» Et l'élu PLR d'ajouter que l'offre ne peut qu'encourager la demande. Parmi les différents dispositifs, on peut citer la mise en place de bornes de recharges pour les voitures électriques.

#### Quatre sites équipés

Suite à un postulat déposé au Conseil en avril 2014 par la verte Bernardette Nelissen, l'organe délibérant avait voté un crédit de près de 120 000 francs pour permettre aux Services industriels d'équiper quatre places de parc publiques avec deux bornes de recharge du constructeur vaudois Green Motion. Les bornes ont été installées sur le parking du Petit-Perdtemps et à la rue de Rive. Depuis, deux autres sites ont été ajoutés, avec une nouvelle borne située devant le bâtiment des Services industriels à Champ-Colin, plus deux au parking de la Duche. Par ailleurs, la Ville subventionne l'achat de voitures électriques à hauteur de 750 francs et verse 10% du prix d'un vélo ou d'un scooter électrique neuf jusqu'à concurrence de 500 francs.

Le personnel communal est également incité à favoriser la mobilité électrique dans le cadre des déplacements professionnels ou pendulaires, avec la mise à disposition d'une vingtaine de vélos et le renouvellement du parc automobile de la ville avec des véhicules électriques. ☺ MCF



Ces bornes intègrent le dispositif. ARCHIVES S. HARD

## Dix joueurs du FC Gingins dépouillés au vestiaire

### TRÉLEX Une dizaine de joueurs de la première équipe du FC Gingins a eu une mauvaise surprise au retour de l'entraînement.

«Ces entraînements du lundi, en hiver, c'est surtout pour retoucher le ballon, se remettre en mouvement, se retrouver et se marrer ensemble», définit Christophe Rossier, joueur de la première équipe du FC Gingins. Mais ce 16 janvier à la salle polyvalente de Trélex, dix footballeurs ont ri plutôt jaune quand ils ont découvert, peu avant 22 heures, que leur vestiaire avait été visité par un ou des voleurs.

Au départ, ils ont pensé à une blague, car pas moins de dix sacs de sport avaient disparu. «Ils n'ont pas fait dans le détail, choisissant d'emporter tous les sacs et quelques valeurs piquées de manière aléatoire dans les poches des habits suspendus», relate Jérôme Humbert, joueur et vice-président du club. Ce constat, validé ensuite par la police cantonale, qui s'est déplacée sur place, laisse à penser que le malfaît n'a pas agi seul.

#### Un coup audacieux

«Ils devaient tout de même être curieux ou bien connaître les lieux, car il faut entrer dans le hall de la salle de sport, descendre au sous-sol où se situent aussi les toilettes que nous utilisons en cours de soirée, choisir le bon vestiaire, au fond d'un couloir sans issue», explique

Ralph Springer, autre joueur salement lésé dans la mésaventure. Le jeune marié se voit dépourvu de l'alliance glissée à son doigt il y a cinq mois seulement et d'une belle montre, souvenir de son baptême. Il n'hésite pas à promettre une récompense à qui l'aiderait à retrouver ces deux précieux souvenirs. Les dix lésés espèrent encore retrouver les sacs de sport estampillés aux couleurs du club, abandonnés quelque part dans la région. Mais pour cela, il faudra encore attendre que la neige fonde...

«Quand nous jouons ou nous entraînons chez nous, à Gingins, nous stockons nos valeurs dans le vestiaire que nous verrouillons ensuite», précise Christophe Rossier. Utilisateur de la salle polyvalente de Trélex depuis plusieurs années, le FC Gingins n'y dispose pas d'une clé pour fermer les vestiaires. «Nous avons écrit à tous nos entraîneurs pour les prévenir de cet événement et les appeler à la vigilance», indique le vice-président du club.

D'autant que la deuxième équipe avait déjà été victime d'un vol audacieux l'autonomie dernier. Un ou des malfaits s'étaient glissés dans le vestiaire, avaient ramassé les clés de voitures, les joueurs avaient l'habitude de ca-

## Grand Conseil: les Vert'lib font durer le suspense

**ÉLECTIONS CANTONALES** Dans notre édition du lundi 9 janvier, nous évoquions la solitude des Vert'lib à la veille de la campagne des élections cantonales pour constituer une liste de candidats pour le Grand Conseil. Pour rappel, ce parti a choisi de quitter l'Alliance du centre composée notamment du PDC et de Vaud libre; Isabelle Chevalley, candidate au Conseil d'Etat, misant sur un ticket avec le PLR et l'UDC. En ce début de semaine, les responsables du district de Nyon confirment dans un communiqué qu'ils présenteront une liste 100% vert'libérale. Avec, pour objectif, de conserver leurs deux sièges au Palais de Rumine. Ils divulguent, pour l'instant, une liste incomplète, la définitive, avec ses dix-neuf noms, sera connue après son approbation en assemblée générale le 15 février. Comme nous l'avons déjà annoncé, les deux députés sortants, la Pranginoise Dominique-Ella Christin et le Nyonnais Laurent Miéville, seront à nouveau candidats. Sans véritable surprise, les municipaux Vincent Hacker (Nyon) et Nicolas Ray (Arzier-Le Muids) participeront à cette campagne. Les Vert'lib misent également sur l'ancien député Patrick Vallat et sur le récent candidat à la Municipalité de Rolle, Jacques Tschudin. ☺ MCF

PUBLIOT

**Nyon Ouverture des inscriptions**  
Offrez à votre enfant une scolarité multilingue  
De la 5<sup>e</sup> Harmos à la maturité suisse  
022 593 88 88 | [ecolemoser.ch](http://ecolemoser.ch)

ECOLE MOSER



PUBLIOT

Section UDC  
Côte Ouest

**Venez fêter**  
**l'INDÉPENDANCE VAUDOISE**  
Présentation des 19 candidats pour  
le Grand Conseil vaudois  
et nos invités d'honneur

**Jacques NICOLET** président de l'UDC Vaud  
et candidat au Conseil d'Etat

**Roger KOEPEL** conseiller national, rédacteur en chef  
de la WELTWOCHÉ

Le vendredi 28 janvier dès 18h30 - Trélex, salle polyvalente

Menu complet Frs 50.- p.p.  
Botato chaud, Jambon à l'os, gratin et  
haricots verts, fromages et bûche glacée, café

Réservation jusqu'au 24 janvier  
079 409 31 36 ou [ponceticvh@bluewin.ch](mailto:ponceticvh@bluewin.ch)

**UDC**  
Qualité Suisse  
Pour une Suisse forte