

# CORPUS 3 : PROFITER DU TEMPS PRESENT

Epicurisme, paresse, procrastination, contemplation... le temps s'arrête pour ceux qui veulent « prendre leur temps ». Revers de la...montre, cette expression est parfois perçue comme de l'immobilisme dans le tumulte du monde.

Pbq :

Comment distinguer « perdre son temps » et « prendre son temps » ?

Si l'on ne parvient pas à « prendre son temps » ne risque-t-on pas aussi de passer à côté de sa vie ?

Corpus :

Doc 1 : L'installation Chrono Shredder de Susanna Hertrich, 2007

Doc 2 : Odes, HORACE (65 av. JC. - 8 av. JC), trad. Leconte de Lisle

Doc 3 : Des vanités

Doc 4 : Jadis dans un autre pays, Conon de Béthune, XIIe siècle

Doc 5 : Le Paresseux, Marc-Antoine Girard de Saint-Amant, in Suite des œuvres du sieur de Saint Armant, 1631

Doc 6 : De l'homme, livre XI, éléments 101 et 137, Les Caractères ou les Mœurs de ce siècle, Jean de La Bruyère, 1688.

Doc 7 : Passage d'une lettre de Benjamin Constant à Mme de Charrière, 21 mai 1791

Doc 8 : Aider à écosser des petits pois, Philippe DELERM, in La Première Gorgée de bière et autres plaisirs minuscules,

Doc 9 : A la ligne : feuillets d'usine, Joseph Ponthus, 2021, Gallimard. Chapitre 13, p.57-58

Doc 10 : Dans les forêts de Sibérie, BD de Virgile Dureuil, d'après le récit de Sylvain Tesson, Edition Casterman

Doc 11 : Le Journal d'un manœuvre, Thierry Metz, 2004, Gallimard, Folio, 1990, extraits.

Doc 12 : Sermilik, là où naissent les glaces, Simon Hureau, edition Dargaud, 2022, extraits p. 156-159

Doc 13 : Le Square, Marguerite Duras, Gallimard, Folio Théâtre, 2008, extrait p.68-69

Doc 14 : La vitesse foudroyante du passé, Raymond Carver, Collection Points, 2008, recueil de poèmes.

Doc 15 : Slow life garden, Interview de V. Magnano, ingénieur agronome, Angers Ma ville, 10/05/2024

### Doc 1 : L'installation Chrono Shredder de Susanna Hertrich, 2007

Cette artiste appartient au mouvement du *Slow design*. Elle a imaginé un dispositif, à la fois calendrier et horloge, qui subit une impulsion toutes les 3 minutes, détruisant progressivement le jour présent pour afficher le nouveau, condamné au même traitement. Les jours détruits s'empilent au bas de la structure, symbolisant le passage du temps et l'impossibilité du retour en arrière (l'aspect irrécupérable du papier déchiqueté).



### Doc 2 : Odes, HORACE (65 av. JC. - 8 av. JC), trad. Leconte de Lisle

Grand épicurien, le poète romain défendit le détachement des passions et le juste milieu dans la recherche des plaisirs. Ses Satires offrent, sous forme de conversations libres et ironiques, un tableau amusé des mœurs contestables de ses contemporains. Voici un extrait tiré de *Philosophie magazine*, L'art de ne rien faire, Hors-série, été 2023.

« Ne cherche pas à connaître,  
il est défendu de le savoir,  
quelle destinée nous ont faite  
les Dieux, à toi et à moi, ô Leuconoé ;  
et n'interroge pas les Nombres  
Babyloniens. Combien le mieux  
est de se résigner, quoi qu'il arrive!  
Que Jupiter t'accorde plusieurs  
hivers, ou que celui-ci soit le dernier,  
qui heurte maintenant la mer  
Tyrrhénienne contre les rochers  
immuables, sois sage, filtre tes vins

et mesure tes longues espérances  
à la brièveté de la vie. Pendant  
que nous parlons, le temps jaloux  
s'enfuit. Cueille le jour,  
et ne crois pas au lendemain. »

**Doc 3 : Les vanités**



Head of a Skeleton with a Burning Cigarette, Vincent van Gogh, Janvier 1886 - février 1886



"Vanité" Philippe de Champaigne, milieu XVIIe siècle



For the Love of God, Damien Hirst, 2007.



Jean-Michel Alberola, Rien, 1995.

Jadis dans un autre pays  
Un chevalier aima une dame.  
Tant que la dame fut à son avantage,  
Elle lui refusa son amour,  
Jusqu'au jour où elle lui dit : « Ami,  
Je vous ai longtemps amusé par mes paroles ;  
Or votre amour est connu et prouvé,  
Désormais, je serai toute à votre gré. »

Le chevalier la regarda bien en face,  
Il la vit pâle et décolorée.  
« Dame, fait-il, je n'ai pas de chance  
Que dès l'autre année, vous n'avez eu cette pensée.  
Votre beau visage qui ressemblait à la fleur de lis  
Me paraît avoir tellement changé de mal en pis  
Qu'il m'est avis que vous n'êtes plus la même à mes  
yeux.  
Vous avez pris bien tard cette décision, madame. »

Quand la dame s'entendit railler (1) de cette manière,  
Elle en eut honte, et elle dit étourdiment :  
« Par Dieu, vassal (2), croyez-vous qu'on doive vous aimer  
Et que je parle sérieusement ?  
Cela ne m'est pas venu à l'esprit.  
Jamais je n'aurai daigné vous aimer  
Vu que vous avez souvent plus grande envie  
D'embrasser un bel adolescent. »

- Madame, j'ai bien ouï (3) parler  
De votre beauté, mais ce n'est pas d'aujourd'hui.  
J'ai ouï conter de Troie  
Que cette ville fut jadis de très grande puissance,  
Et maintenant on en trouve à peine l'emplacement.  
Pour ce, je vous conseille d'excuser  
Que soient accusés de tricherie  
Ceux qui désormais ne voudront vous aimer. »

- Vassal, vous avez eu une fâcheuse idée  
De me reprocher mon âge ;  
Si ma jeunesse est tout à fait passée,  
Je suis d'autre part riche et de haut parage (4) ;  
On m'aimerait avec un peu de beauté.  
Il n'y a pas un mois

Que le marquis m'envoya son messenger  
Et le Barrois a jouté (5) pour l'amour de moi. »

- Par Dieu, dame, cela doit bien vous ennuyer  
De regarder toujours à la haute situation.  
On n'aime pas une dame pour sa parenté,  
Mais on l'aime quand elle est belle et sage ;  
Vous en saurez un jour la vérité :  
Car il y en a bien cent qui ont jouté pour l'amour de  
Vous,  
Qui, fussiez-vous la fille du roi de Carthage,  
Ne le voudraient plus aujourd'hui. »

1. Entendit qu'on se moquait d'elle.

2. Chevalier ayant juré fidélité à un seigneur, en échange d'un fief, d'un territoire.

3. Entendu.

4. Famille, lignée.

5. Le marquis a combattu.

**Doc 5 : Le Paresseux, Marc-Antoine Girard de Saint-Amant, in Suite des œuvres du sieur de Saint Armant, 1631, orthographe modernisée.**

*Le poète baroque Saint-Amant se veut épicurien. Célébrant avec panache les joies de manger, de boire et de ne rien faire, il connaît le succès avec des poèmes aux titres cocasses : « Les Goinfres », « Le Fumeur ».*

Accablé de paresse et de mélancolie,  
Je rêve dans un lit où je suis fagoté (1)  
Comme un lièvre sans os qui dort dans un pâré,  
Ou comme un Don Quichotte en sa morne folie (2).

Là, sans me soucier des guerres d'Italie,  
Du comte Palatin (3), ni de sa royauté  
Je consacre un bel hymne à cette oisiveté  
Où mon âme en langueur est comme ensevelie.

Je trouve ce plaisir si doux et si charmant,  
Que je crois que les biens me viendront en dormant,  
Puisque je vois déjà s'en enfler ma bedaine (4)

Et hais tant le travail, que, les yeux entrouverts,  
Une main hors des draps, cher Baudoin (5) à peine  
Ai-je pu me résoudre à t'écrire ces vers.

1 : ficelé, attaché

2 : Allusion au héros picaresque du roman de Miguel Cervantes, qui sombre peu à peu dans la folie

3 : titre de comte attaché à la cour de l'Empire carolingien

4 : gros ventre

5 : un des premiers membres de l'académie française, à laquelle St Armant a aussi appartenu.

**Doc 6 : De l'homme, livre XI, éléments 101 et 137, Les Caractères ou les Mœurs de ce siècle, Jean de La Bruyère, 1688.**

*Jean de La Bruyère l'est l'auteur d'une œuvre unique : Les Caractères ou les Mœurs de ce siècle, dans laquelle le moraliste brosse le portrait de ses contemporains et fait la satire de leurs défauts.*

L'ennui est entré dans le monde par la paresse ; elle a beaucoup de part dans la recherche que font les hommes des plaisirs, du jeu, de la société. Celui qui aime le travail a assez de soi-même.

La plupart des hommes, pour arriver à leurs fins, sont plus capables d'un grand effort que d'une longue persévérance : leur paresse ou leur inconstance leur fait perdre le fruit des meilleurs commencements ; ils se laissent souvent devancer par d'autres qui sont partis après eux, et qui marchent lentement, mais constamment.

**Doc 7 : Passage d'une lettre de Benjamin Constant à Mme de Charrière, 21 mai 1791**

[...] Le sentiment profond et constant de la brièveté de la vie me fait tomber le livre ou la plume des mains toutes les fois que j'étudie... De sorte que je passe ma vie dans une pénible et inquiète paresse, avec le sentiment que je pourrais mieux employer mon temps, le regret vague de le voir s'écouler et de ne rien faire, et la conviction que tout ce que je ferais ne servirait à rien, et qu'au bout de cinquante ans tout revient au même [...] Peut-être ai-je tort de sentir trop que toutes nos poursuites, tous nos efforts, tout ce que tentons, faisons, changeons, ne sont que des jeux de quelques moments [...], que le temps indépendant de nous va d'un pas égal et nous entraîne également, soit que nous dormions ou veillions, agissions ou nous tenions dans une inaction totale. Cette vérité triviale et toujours oubliée est toujours présente à mon esprit, et me rend presque insensible à tout.

**Doc 8 : Aider à écosser des petits pois, Philippe DELERM, in La Première Gorgée de bière et autres plaisirs minuscules, Éditions Gallimard, coll. « L'Arpenteur », 1997, p. 13-15.**

C'est presque toujours à cette heure creuse de la matinée où le temps ne penche plus vers rien. Oubliés les bols et les miettes du petit-déjeuner, loin encore les parfums mitonnés du déjeuner, la cuisine est si calme, presque abstraite. Sur la toile cirée, juste un carré de journal, un tas de petits pois dans leur gousse, un saladier.

On n'arrive jamais au début de l'opération. On traversait la cuisine pour aller au jardin, pour voir si le courrier était passé ...

« Je peux t'aider ? »

Ça va de soi. On peut aider. On peut s'asseoir à la table familiale et d'emblée trouver pour l'écosage ce rythme nonchalant, pacifiant, qui semble suscité par un métronome intérieur. C'est facile, d'écosser les petits pois. Une pression du pouce sur la fente de la gousse et elle s'ouvre, docile, offerte. Quelques-unes, moins mûres, sont plus réticentes - une incision de l'ongle de l'index permet alors de déchirer le vert, et de sentir la mouillure et la chair dense, juste sous la peau faussement parcheminée. Après, on fait glisser les boules d'un seul doigt. La dernière est si minuscule. Parfois, on a envie de la croquer. Ce n'est pas bon, un peu amer, mais frais comme la cuisine de onze heures, cuisine de l'eau froide, des légumes épluchés - tout près, contre l'évier, quelques carottes nues brillent sur un torchon, finissent de sécher.

Alors on parle à petits coups, et là aussi la musique des mots semble venir de l'intérieur, paisible, familière. De temps en temps, on relève la tête pour regarder l'autre, à la fin d'une phrase ; mais l'autre doit garder la tête penchée - c'est dans le code. On parle de travail, de projets, de fatigue - pas de psychologie. L'écosage des petits pois n'est pas conçu pour expliquer, mais pour suivre le cours, à léger contretemps. Il y en aurait pour cinq minutes, mais c'est bien de prolonger, d'alentir le matin, gousse à gousse, manches retroussées. On passe les mains dans les boules écosées qui remplissent le saladier. C'est doux ; toutes ces rondeurs contiguës font comme une eau verte tendre, et l'on s'étonne de ne pas avoir les mains mouillées. Un long silence de bien-être clair, et puis :

« Il y aura juste le pain à aller chercher. »

**Doc 9 : A la ligne : feuillets d'usine, Joseph Ponthus, 2021, Gallimard. Chapitre 13, p.57-58**

J'en chie mais à l'usine on se tait

C'est le week-end

Je ne sais pas dormir

À cette heure-ci je devrais être sur ma ligne

Il devrait me rester deux heures de boulot

Deux heures de boulot de merde

De chaîne

De ligne

C'est le week-end

Je devrais reconstituer ma force de travail

C'est-à-dire  
Me reposer  
Dormir  
Vivre  
Ailleurs qu'à l'usine  
Mais elle me bouffe  
Cette salope

Je viens de sortir fumer ma clope à la maison

Je retrouve les gestes machinaux de la nuit à la pause  
Tirer vite fait et allumer un mégot au mégot de  
l'autre  
Je reprends après-demain  
C'est comme si c'était  
Demain  
Commencer à préparer son rythme de sommeil  
Son rythme de vie  
Que l'usine impose

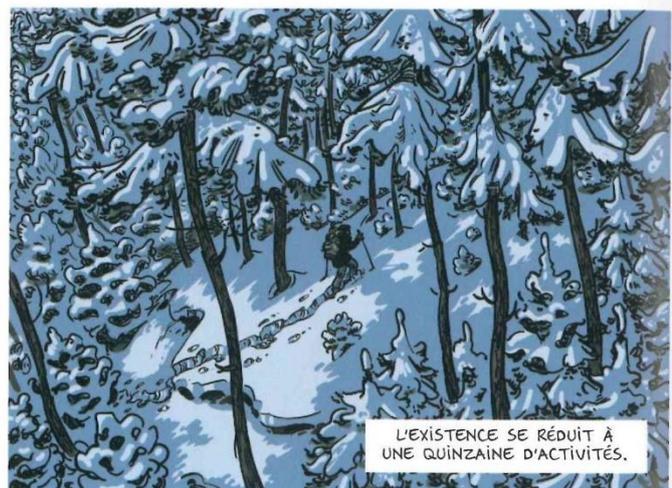
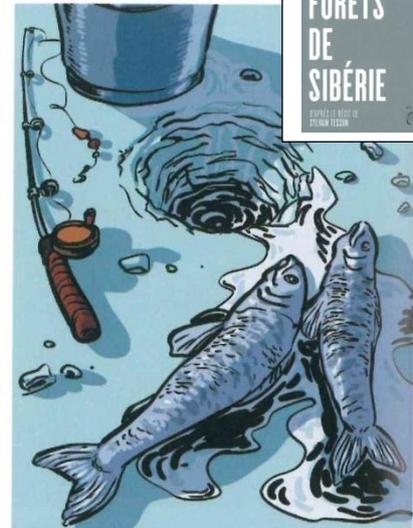
Il faut y aller  
Il faut dormir  
Il faut

J'en chie de cette usine  
De son rythme à la con  
De ses trucs insensés à faire tous les soirs

Ne pas le dire  
L'écrire

**Doc 10 : Dans les forêts de Sibérie, BD de Virgile Dureuil, d'après le récit de Sylvain Tesson, Edition Casterman**

*Pendant quelques mois entre la fin de l'hiver et le début de l'été, Sylvain Tesson s'installe dans une cabane isolée au bord du lac Baïkal. L'écrivain entreprend alors la plus riches des aventures : un voyage intérieur au bout du monde, dans les forêts de Sibérie (p.50)*



26 juillet.- C'est la « guerre des boutons » là-haut : les gosses ont construit une cabane dans la colline, sous le feuillage hanté d'un acacia. Bien sûr ils sont encerclés mais ils vont tenir, au moins jusqu'au soir. Et puis, avec les armes qu'inventent leurs jeux, ces trouvailles qui défient le laser...

En bas, à hauteur du seuil, c'est calme : portes et fenêtres sont ouvertes, le livre que je ne lis pas est posé sur la pierre à côté de moi. Une poignée de poèmes, une volée de mots et le coq, là, toujours lui, qui rôde dans l'arc-en-ciel de son nom.

Ce n'est qu'un jour d'été. On peut en faire le tour, ne montrer que ce qui est : quelques poèmes, un homme cerné d'images, une voix qui raconte et invente l'histoire des mots dans un fracas d'ailes, quelque chose comme une naissance, quelque chose comme une mort. Une voix heurtée, cassée, qui se risque à être mémoire dans ce qui n'est qu'urgence et besoin, et qui a lieu, là, dans les écritures.

9 août. - Les gosses dessinent dehors, sous le parasol. Ils me donnent à voir ce qu'est un jour : une offrande d'oiseaux apportés par les craies, une mêlée d'arcs-en-ciel... Et peut-être, et sûrement un espace foudroyé. Saccagé. Où sont les hommes.

Dimanche des petites mains rieuses, ocellées de couleurs, tigrées. Dans un silence qui n'enferme pas, où l'enfant a planté ses arbres, a osé un soleil habité. Seul chante l'oiseau rouge ou bleu du rayon sur la feuille difficile, toujours prête à s'envoler, inspirée par les vents. Trop petite.

Dimanche.

Un vent de sud, très chaud. La source qui alimente le puits est à sec. Mais l'ortie a trouvé de l'eau. On fera une soupe ce soir. Avec le cri du coq.

J'ai choisi de rester dans la colline, sous le feuillage d'un tilleul. Le soleil est si haut que l'arbre n'est plus qu'une ombre dans la mémoire de l'arbre. Mais d'ici on voit la route où passe quelques voitures.

Aucun nuage.

Des chardons, des ronces.

Plus loin : la Garonne. On attend quelque chose qui ne viendra pas...

Pourtant le coq fait sa tournée comme un vieux shérif. Les hirondelles bavardent sur un fil de téléphone.

Des bateaux se suivent et se croisent sur le canal. Et près du pont de pierre qui enjambe la parole on voit l'âme des pêcheurs qui sert d'appât et de signal...

Mon dimanche est un pays simplifié.

Tu viens de me rejoindre. Tu es là. Je t'aime.

Tu m'apportes quelques beignets dans une assiette. Du cidre. On parle un peu. On a le temps aujourd'hui.

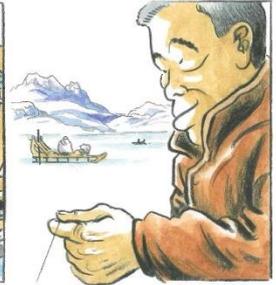
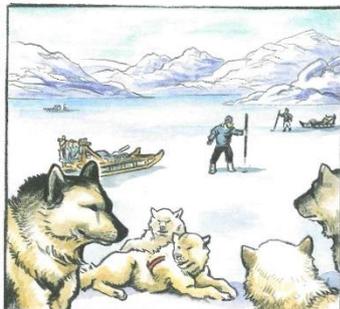
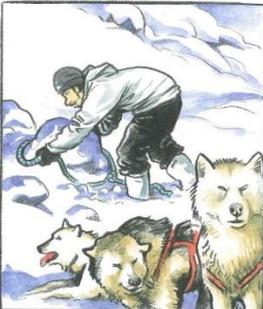
Qui pourrait venir ? Et moi je n'ai pas à m'absenter...

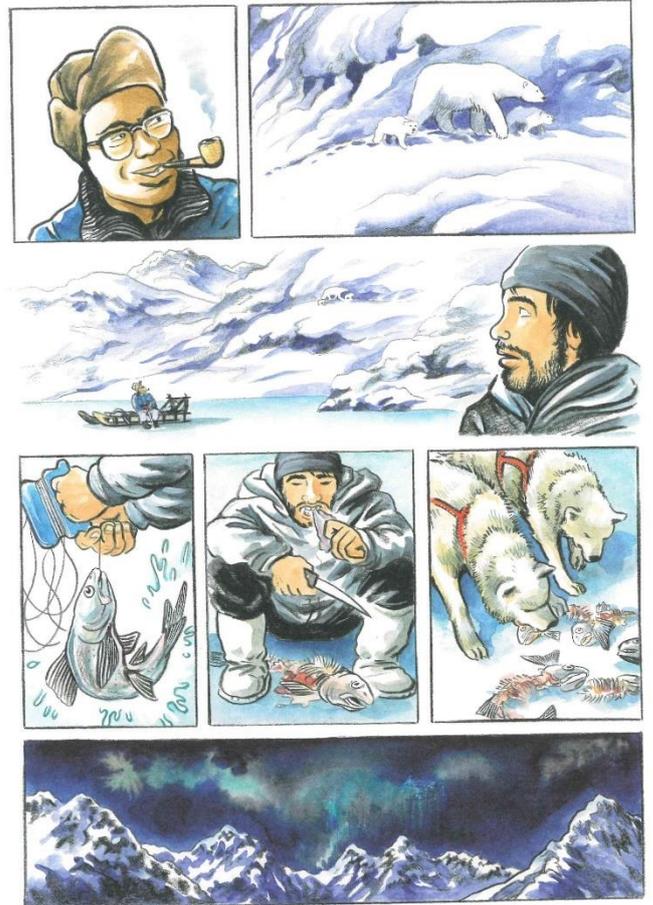
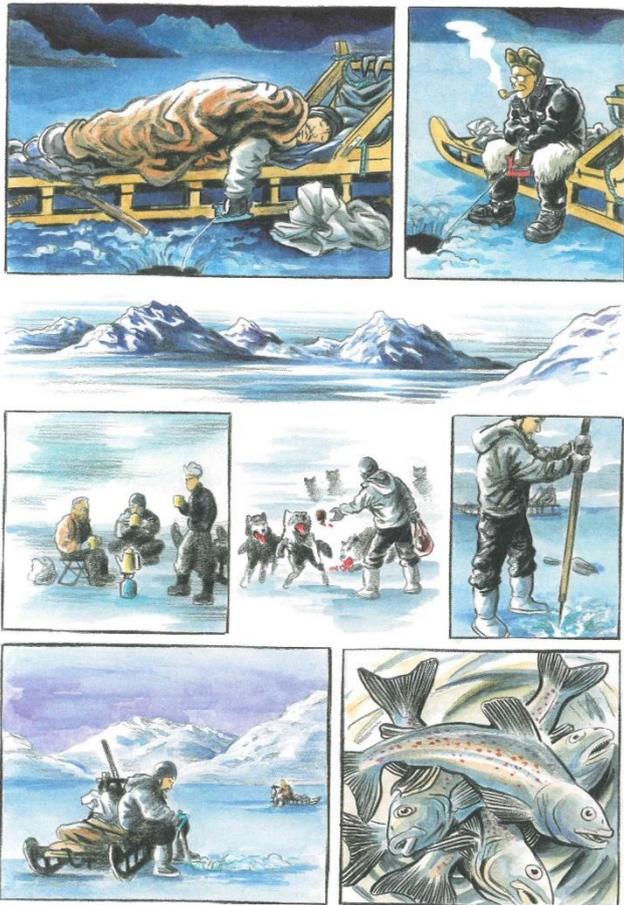
Te regarder

T'écouter.

C'est tout.

À 18 ans, Max a décidé de quitter Marseille pour s'installer sur la côte Est du Groenland.  
Dans le village isolé de Tiniteqilaaq, où il habite depuis trente ans, il a appris des Inuits leur mode de vie particulièrement rude, à l'aune d'une nature aussi magnifique qu'impitoyable. Un parcours quasi initiatique, fait de moments intimes ou épiques, dont Max a confié le récit à Simon Hureau.  
L'auteur de L'Oasis nous propose ici la biographie d'un homme ordinaire qui a choisi de vivre son rêve dans l'un des endroits les plus inhospitaliers de la planète ...





Doc 13 : Le Square, Marguerite Duras, Gallimard, Folio Théâtre, 2008, extrait p.68-69

#### HOMME

C'est pourtant une aventure très courante que je vous raconte là, mademoiselle, et vous en entendrez bien d'autre pareille au cours de votre vie. J'ai, comprenez-vous, une existence ainsi faite que parler, par exemple, pour moi, est une sorte d'aubaine.

Eh bien, j'ai été tout à coup aussi à l'aise dans ce jardin que s'il avait été fait pour moi autant que pour les autres. Comme si, je ne saurais vous dire mieux, j'avais grandi brusquement et que je devenais enfin à la hauteur des événements de ma propre vie. Je ne pouvais pas me décider à quitter ce jardin. La brise s'était donc levée, la lumière est devenue jaune de miel, et les lions eux-mêmes, qui flambaient de tous leurs poils, bâillaient du plaisir d'être là. L'air sentait à la fois le feu et les lions, et je le respirais comme l'odeur même d'une fraternité qui enfin me concernait. Tous les passants étaient attentifs les uns aux autres et se délassaient dans cette lumière de miel. Je me souviens, je trouvais qu'ils ressemblaient aux lions. J'ai été heureux, brusquement.

#### JEUNE FILLE

Mais heureux comment, comme quelqu'un qui se repose ? Comme quelqu'un qui trouve la fraîcheur après avoir eu très chaud ? Heureux comme chaque jour ils sont, les autres ?

#### HOMME

Plus que ça, je pense, sans doute parce que je n'en avais pas l'habitude. Une force considérable m'est montée à la tête, dont je ne savais que faire.

**Doc 14 : La vitesse foudroyante du passé, Raymond Carver, Collection Points, 2008, recueil de poèmes.**

*Né en 1938 à Clatskanie (Oregon), mort en 1988, Raymond Carver a d'abord été considéré comme le chef de file des « minimalistes » avant de s'imposer comme le plus grand nouvelliste depuis Hemingway. Il sait, mieux que personne, décrire l'univers des petites gens qui, au départ, n'attendaient pas grand-chose de l'existence. Grâce à Robert Altman, qui a adapté au cinéma plusieurs de ses nouvelles, dont Shortcuts, son œuvre a fait le tour du monde.*

La vitesse foudroyante du passé

Le cadavre nourrit l'angoisse des  
hommes qui croient  
au Jugement dernier et de ceux qui n'y  
croient pas.

ANDRÉ MALRAUX

Il enterra sa femme qui était morte dans  
la misère. Dans la misère, il  
gagna le porche, où il regarda  
le soleil se coucher et la lune se lever.  
Les jours semblaient ne passer que pour revenir  
encore. Comme un rêve dans lequel on pense,  
J'ai déjà rêvé cela.

Rien de ce qui arrive ne demeurera.  
Avec son couteau il pela  
une pomme. La pulpe blanche, corps  
de la pomme, s'assombrit  
et vira au brun, puis au noir,  
sous ses yeux. Le visage usé de la mort !  
La vitesse foudroyante du passé.

Paresser

J'ai examiné la chambre il y a quelques instants  
et voilà ce que j'ai vu -  
mon fauteuil à sa place, près de la fenêtre,  
le livre ouvert retourné sur la table.  
Et sur le rebord, la cigarette  
en train de se consumer dans le cendrier.  
Simulateur ! c'est ce que m'avait crié mon oncle  
autrefois. Il avait raison.  
J'ai mis de côté du temps, aujourd'hui,  
comme tous les jours,  
pour ne rien faire du tout.

Le meilleur moment de la journée

Fraîches nuits d'été.  
Fenêtres ouvertes.  
Lampes allumées.  
Des fruits dans le bol.  
Et ta tête sur mon épaule.

Ce sont les moments les plus heureux de la journée.

Avec les premières heures du matin,  
bien sûr. Et juste  
avant le déjeuner.  
Et l'après-midi, et  
les premières heures du soir.  
Mais j'aime vraiment

les nuits d'été.  
Davantage, je crois,  
que tous ces autres moments.  
Les tâches du jour accomplies.  
Quand personne ne peut plus nous joindre alors.  
Ni jamais.

Doc 15 : Slow life garden, Interview de V. Magnano, ingénieur agronome, Angers Ma ville, 10/05/2024

## Slow life au jardin avec Victoria Magnano

Un jardin sobre, conceptualisé dans le respect de la biodiversité et aménagé avec esthétique dans la nature qui l'entoure, tel est le leitmotiv de Victoria, paysagiste écoresponsable et ingénieur agronome. Cette angevine de cœur conçoit et aménage des jardins écologiques et durables dans la région et aux quatre coins du monde.

**«Accepter les lois de la nature, sans chercher à manucurer son jardin mais l'envisager dans sa biodiversité»**

Jardiner en pleine conscience, de manière écoresponsable, c'est une philosophie qui s'érige quasiment en art de vivre pour Victoria, celle d'accepter les lois de la nature, sans chercher à manucurer son jardin mais l'envisager dans sa biodiversité.

Née dans un village rural des plaines de l'Argentine, Victoria a été bercée par l'agriculture, secteur de prédilection de sa famille. Fille d'ingénieurs agronomes, elle a très tôt été initiée aux joies et aux responsabilités de la terre par sa mère, entrepreneuse passionnée par le paysage local. Ensemble, elles ont créé un arboretum dédié aux plantes indigènes argentines, un projet qui lui a valu une reconnaissance internationale des années plus tard.

Poussée par son désir d'explorer et d'apprendre, elle a décidé de poursuivre ses études en France, une rareté à l'époque pour une Argentine. Ses stages dans les Pays de la Loire, puis ses études à Toulouse, ont été le prélude à un amour inattendu avec Angers, où elle s'est installée après un double diplôme en MBA à l'ESA d'Angers.

**Où puisez-vous vos inspirations ?**

Les voyages, l'art sous toutes ses formes et la nature elle-même, sont souvent les sources de mes inspirations. Les rencontres, notamment avec d'autres professionnels et lors des voyages d'étude m'ont fortement influencée dans ma façon de concevoir le paysager. Ma mère, Dina, une professionnelle pionnière et généreuse, qui m'a toujours sensibilisée à l'environnement et au monde du paysage, est l'architecte paysagiste qui m'inspire le plus. Le respect de l'environnement, la fonctionnalité et l'esthétique sont les principaux piliers de mes conceptions.

**Quels sont vos préceptes pour concevoir un jardin écologique ?**

Quand je découvre un nouvel espace à aménager, les premiers ressentis sont très importants car ce sont souvent la base de la conception. Le fil conducteur de l'histoire que je veux raconter s'empaigne de l'histoire du site, des utilisateurs de l'espace et du paysage emprunté...

**«Pour concevoir un jardin écologique, il y a trois piliers importants : l'observation, la sensibilité et l'écoute»**

Donc, pour concevoir un jardin écologique je dirais qu'il y a trois piliers importants : l'observation, la sensibilité et l'écoute.

**Vous concevez des jardins à effets thérapeutiques, pouvez-vous nous en dire plus ?**

J'ai toujours eu une affinité avec les personnes âgées. A chaque projet, j'essaie de n'oublier personne, et que le jardin soit le plus inclusif possible. Après quelques expériences personnelles, j'ai décidé d'étudier davantage le sujet des jardins à effets thérapeutiques. A l'époque, en Argentine et en France le sujet n'était pas très développé, donc j'ai effectué des recherches chez les Anglo-Saxons. C'est très complexe comme sujet, c'est important de travailler en étroite relation avec le personnel de santé. J'ai eu l'occasion de contribuer à plusieurs projets dans des hôpitaux, maisons de retraites. Pour ce type de jardin, il faut également adapter la conception de chaque projet aux patients et aux pathologies. A Angers, j'ai fait un bénévolat pendant 2 ans pour un EHPAD : on a aménagé le jardin avec les patients et le personnel, et tous les 15 jours je menais un atelier en hortithérapie. Mais même un jardin familial ou une terrasse aménagée ont des effets thérapeutiques : c'est prouvé, tous les espaces verts ont des bienfaits sur la santé !

**Quelle est votre plante de prédilection au jardin ?**

J'ai beaucoup de mal à choisir, car j'aime beaucoup les plantes et j'ai une relation particulière avec chacune d'entre elles. À chaque saison, j'ai une nouvelle plante « fétiche » : une variété qui vient de sortir, une découverte, une espèce méconnue... Cependant, si je dois en choisir une, c'est la Verveine de Buenos Aires (*Verbena bonariensis*) : elle vient d'Argentine comme son nom l'indique, elle est rustique, s'adapte à tous types de sol, très économe en eau, résistante aux canicules, attire la biodiversité, sa silhouette est légère et élégante, son feuillage odorant, jolies et de longue floraison... charmante !

**Parmi vos réalisations : le jardin d'expression au Roi René. Quelles améliorations avez-vous apportées aux espaces verts ?**

Le jardin *Le Roi René se met au Vert !* a été créé dans le cadre du Jardin d'expression au château de Pignerolle, lors du concours «Le jardin c'est la santé» (édition 2021).