

Feng shui, pour des bureaux zen

Selon les spécialistes, le feng shui contribue au bien-être et peut favoriser la créativité et la concentration. Une aubaine pour les entreprises qui cherchent à améliorer la rentabilité de leurs salariés.

texte : Élodie Martinez photo : DR

Pratiqué en Chine depuis plus de quatre mille ans, le feng shui a fait son apparition sous nos latitudes au début des années 2000. « Cet art est basé sur des calculs complexes mêlant des données spatiales et temporelles, comme la disposition d'un bâtiment par rapport à son environnement et sa date de construction », explique Marie-Pierre Dillenseger, maître de feng shui. Il s'agit ensuite de trouver un équilibre entre les différents éléments (bois, feu, terre, métal et eau) pour améliorer l'harmonie d'un bâtiment. Comment ? En jouant sur la disposition des pièces, les formes du mobilier, les matériaux et les couleurs. Vous ne pouvez pas déplacer votre porte d'entrée pour mieux faire circuler l'énergie ? Dommage... « Mais on obtient tout de même d'excellents résultats en travaillant sur l'aménagement intérieur », lance Michèle Ferréol, consultante auprès d'entreprises et de constructeurs immobiliers. Commencez donc par dégager portes et fenêtres, privilégiez les formes arrondies, rangez les dossiers inutiles... « La circulation dans l'espace doit être aisée. Imaginez une vague : si elle rencontre un obstacle, elle s'arrête... », ajoute Eve Purdew,



Les bureaux d'Advens, entreprise de négoce international, réaménagés par Eve Purdew selon les principes du feng shui.

consultante auprès de particuliers et d'entreprises. Exit donc les piles de papiers sur le bureau et les étagères qui obstruent le passage !

Une pratique de plus en plus prisée

« Il est difficile de mesurer l'impact du feng shui, explique Eve Purdew, mais on constate souvent une hausse de la rentabilité dans les entreprises qui l'ont adopté. »

« Le feng shui a eu un impact très positif sur notre activité. Et les clients qui viennent nous voir s'étonnent de l'harmonie qu'ils ressentent dans nos locaux. »

Éric Manfrino, fondateur de Trait vert

De fait, de plus en plus de sociétés se tournent vers des spécialistes de la discipline. C'est le cas d'Éric Manfrino, fondateur de Trait vert, une agence de paysage et d'urbanisme. Basé à Asnières, il a fait appel à Eve Purdew en 2001. « Nous sommes souvent sous pression, il nous faut donc un cadre de travail apaisant. Le feng shui a eu un impact très positif sur notre activité. Et les clients qui viennent nous voir s'étonnent de l'harmonie qu'ils ressentent dans nos locaux. »

Et à La Défense ? Personne ne l'utilise... officiellement. « J'ai travaillé pour un groupe de protection sociale qui s'est installé à La Défense en 2005, mais c'est confidentiel. Les entreprises n'aiment pas dire qu'elles font appel au feng shui, car cela n'est pas bien accepté dans notre culture occidentale, très rationnelle », analyse Marie-Pierre Dillenseger. En Asie pourtant, toutes les grandes entreprises utilisent le feng shui. ■

Quelques références :

Purdew & Associés SA,
Eve Purdew, tél. : 01 34 80 90 30
www.feng-shui-europe.com
Power Spaces,
Marie-Pierre Dillenseger,
tél. : 01 45 80 62 08
www.powerspaces.com
Michèle Ferréol, consultante
indépendante, tél. : 04 78 37 20 41

Au pas de course

Hervé,

INGÉNIEUR, 33 ANS

« Je cours tous les deux jours, vers 13h, avant le déjeuner, pendant une trentaine de minutes : je pars du pont de Neuilly, traverse le cours Michelet, remonte sur le Parvis pour faire le tour de la Grande Arche. Je retourne ensuite à mon point de départ et je recommence cette boucle deux ou trois fois de suite, selon ce que me dit mon estomac. Plus il y a de monde, plus je suis motivé et plus je cours vite et bien. Sans doute la crainte d'être jugé... Je retourne ensuite au travail, calme et détendu. Le seul souci reste l'absence de douches aménagées pour les joggers. »



WILLY LABRE

Shopping

Beauty Monop' s'installe à La Défense

► Plus besoin de parcourir des kilomètres pour dénicher vos produits de beauté préférés : vous les trouverez désormais au Beauty Monop' des Quatre Temps. L'enseigne, ouverte en juin au niveau 2 du centre commercial, propose sur 200 m² un concentré des meilleurs produits de marques généralistes, alternatives (produits bio ou naturels) et de créateurs. On y trouve également un rayon homme. ■

Beauty Monop' :
Centre commercial des Quatre Temps,
niveau 2, pôle Est.

LE CONSEIL FORME 10 minutes pour...

► ...prévenir le mal de dos

L'exercice proposé par les coaches du Club Med Gym doit se pratiquer trois fois par semaine, discrètement derrière votre bureau. Assis sur une chaise, grandissez-vous au maximum, les épaules basses en regardant devant vous (comme si vous cherchiez à toucher le plafond avec le sommet de votre tête). Maintenez la contraction durant 30 secondes, puis relâchez 30 secondes. En répétant l'exercice cinq fois, vous renforcerez vos muscles intervertébraux ainsi que les muscles superficiels de votre dos. Variante possible : placez les mains sous les fesses et essayez de les décoller du siège. www.clubmedgym.com ■

Remise en forme

Le fitness au féminin

Vous avez envie d'un programme adapté entièrement à la morphologie féminine ? Lady Fitness vous propose des circuits thématiques pour atteindre votre objectif : perte de poids, buste tonique, fesses fermes, cuisses galbées, ventre plat ou endurance cardio-vasculaire. Entièrement réservé aux femmes, cet établis-

sement vous accueille pour des séances de 45 minutes, à tout moment de la journée... puisqu'il n'impose pas d'horaires fixes ! Vous changez d'appareil et d'exercice toutes les minutes, au son du gong. Le programme, lui, change tous les quinze jours. On ne s'en lasse pas... ■

Lady Fitness : 1, patio de la Pyramide,
92800 Puteaux. Tél. : 01 47 75 19 40
Du lundi au vendredi, de 10h à 21h.

