

20  
minutes

# VIS!ONS

Regarder | Ecouter | Inspirer



**VISIONS**  
Regarder | Ecouter | Inspirer

## “ VISIONS 2019: Mettre le monde sur vibreur pour laisser sonner les baleines ”

Thomas Edison disait de sa surdité qu'elle était un cadeau, celui de la concentration. Ce qui ne l'empêcha pas de chercher, à de nombreuses reprises, à retrouver l'ouïe via d'aventureuses opérations. Notre société n'est pas si éloignée de lui, oscillant entre désir d'hyperconnexion et envie d'isolement. Ce sont ces deux tentations, vieilles comme l'esprit, que nous disséquons aujourd'hui à VISIONS.

Aux cénobites modernes - ces moines vivant en communauté -, on réservera la 5G, l'Internet des objets et les réseaux sociaux. Aux anachorètes du XXI<sup>e</sup> siècle - les moines retirés, les ermites -, les cures de détox numérique, le boom de la méditation et les croisades contre le coq Maurice. Le partage n'est pas toujours aisé.

On pourrait, par exemple, offrir aux premiers le succès croissant du podcast, porté par celui des enceintes connectées. C'est pourtant aux seconds qu'il appartient réellement. Le podcast, chuchotement au creux de

l'oreille, annule le fracas des débats en plateau, le bruit blanc de l'info continue.

Car les médias de flux, bavards 24h/24, conçoivent généralement le silence à la manière d'un concurrent. Comme le sommeil l'est pour le patron de Netflix\*. L'accaparement de notre temps est l'objet d'une lutte assourdissante. Notre intimité, perçue comme la Frontière que les pionniers repoussent à l'océan en multipliant les écrans.

Et pourtant... L'extension du domaine marchand de l'attention n'est pas irréversible. Des plages de silence peuvent être reconquises.

Par la norme? En novembre, des députés déposèrent une proposition de loi pour le droit d'uriner en paix, visant à bouter la publicité hors des wc publics.

Plus sûrement encore, par l'autodiscipline. Marques, médias et tribuns doivent réapprendre le silence. Questionner la notification et l'interruption. Le mouvement est amorcé. Pour preuve l'effort de moins en moins solitaire des repentis du numérique, Tristan Harris en tête, en faveur d'un design éthique pour nos app', sans défilement infini, compteur de pouces levés ou pièges à attention.

Il nous appartient collectivement de porter le combat sur d'autres rives. Car le silence n'est jamais loin. Il est dans la tête du buteur au moment

d'affronter le gardien adverse dans un stade en transe. Il est dans l'expiration d'une sirène yogi, dans l'inspiration d'une autrice géniale. Devant la vie d'une penseuse hors normes, dans le deuil d'un pays encore divisé... Il sera partout sur cette scène où tant d'invités passionnants prendront la parole toute la journée.

Car, quand le silence se tait, reste à donner du sens au bruit. L'aventurier norvégien Erling Kagge raconte\*\* ainsi qu'il a navigué pendant quelques minutes aux côtés d'une baleine de soixante tonnes et que le son du souffle de l'animal est en tout point similaire à celui de son aspirateur traîneau. Aujourd'hui, l'un n'évoque guère pour lui que la routine des tâches quotidiennes. Le bruit du cétacé, lui, continue à l'enrichir intérieurement. Quel plus bel endroit que la Maison des Océans pour espérer l'entendre?

Laurent Bainier, rédacteur en chef 20 Minutes

\*«A la marge, nous sommes en concurrence avec le sommeil», Reed Hastings (avril 2017).

\*\* Erling Kagge, *Quelques grammes de silence* (Flammarion)



# Armelle Le Goff

*Directrice de la rédaction 20 Minutes*

Observer le monde tel qu'il est. Alors que le journalisme et l'univers des médias s'interrogent sur leur rôle et leur utilité, l'enjeu des rédactions et de celle de 20 Minutes en particulier est de revenir à cette promesse peut-être un peu basique. Celle qui nous a amenés au journalisme. Celle qui suscite les envies de découvertes de nos lecteurs.

Le climat de défiance qui s'est développé ces dernières années entre la presse et ses lecteurs ronge les rédactions. Et fait porter à la presse une faiblesse et un poids qu'elle n'a pas. Les médias sont sans aucun doute pour partie responsables de ce climat : l'absence de diversité dans les rédactions a rendu la presse absente de débats dont elle aurait dû depuis bien longtemps s'emparer.

Notre objectif aujourd'hui à 20 Minutes est donc bien de regagner la confiance de nos lecteurs. En nous concentrant sur les faits et les individus. En décalant un peu notre regard, parce que c'est ce qui fait notre identité : travailler sérieusement, mais sans trop se prendre au sérieux. Et en continuant à tisser les liens qui se sont construits années après années avec nos lecteurs: laisser ouverts les espaces de commentaires sous nos articles, faire appel à leurs expériences et leur expertise, créer des communautés thématiques.

Aujourd'hui, il nous faut aussi travailler l'incarnation de nos récits. Aucune intelligence artificielle ne semble devoir réussir à supplanter ces vecteurs de confiance que sont l'engagement humain et son expression. C'est la somme des récits intimes et inattendus notés, rapportés et racontés par les journalistes qui sauvera la presse et les rédactions. Ce sont ces récits, parce qu'ils touchent à quelque chose de plus universel, qui éveillent chaque jour notre attention. Et notre capacité d'émerveillement ou d'indignation de journalistes et de lecteurs.



## Amanda Sthers

Carte blanche à l'autrice et scénariste à qui l'on doit notamment  
Le vieux juif blonde et le film Holy lands

“La vérité autorise l'étrangeté,”

Ce week-end, en plein délit de procrastination, j'ai regardé un épisode de « Modern Love », ces chroniques du *NY Times* adaptées en série. Quelques heures après, j'avais usé mes yeux sur toute la première saison. D'une jeune femme bipolaire en quête de l'âme sœur à la naissance d'une romance entre septuagénaires, ces histoires sont bien plus étonnantes que si elles suivaient les codes classiques de la comédie romantique : la vérité autorise l'étrangeté. Qu'est-ce qui nous touche autant dans ces différentes façons d'aimer ? C'est évidemment l'amour en soi. On pense souvent qu'on s'identifiera à une histoire qui fasse écho à notre propre vie mais la réalité c'est que tout le monde court derrière le sentiment et non derrière son modèle. A quoi ressembleront les familles de demain ? Deux papas, deux mamans, trois amants, une intelligence artificielle comme éducatrice ou des grands-mères porteuses pour que les plus jeunes travaillent ? De nombreux schémas qui nous semblent être ceux de l'horreur se mettent en place et les tabous souvent imposés de manière ancestrale se brisent. Il va falloir évoluer, habituer son esprit à penser à ce qui est bon pour l'être humain à partir d'une page blanche et non selon les règles morales imposées par des siècles de bien-pensance préconçue. L'éthique

sera notre étendard versus la religiosité et ses dérives. Le distinguo entre le désir et l'amour semble se faire par exemple. La fidélité est une invention née avec la sédentarité : il fallait savoir si on faisait bien hériter son enfant et non celui du voisin. Comme les tests ADN n'existaient pas, on a inventé la piété et nous sommes passés d'une mythologie pleine de déesses sexuées et enfantées par plusieurs dieux et quelques beaux mortels à Eve la pécheresse à qui l'on refusait la connaissance puis à l'immaculée Vierge Marie. Peut-on imaginer un monde où l'on ira coucher avec un amant au lieu de faire une partie de tennis sans que cela ne vienne entacher l'amour ? Tout est possible et rien n'est mal si les êtres sont libres et conscients. Mais, quand nos arrières, arrières petits-enfants iront dans des musées voir des photos et des livres sur les familles d'hier avec deux parents, deux enfants, une Renault Espace et un chien, faites par pitié que l'amour ne soit pas un lointain souvenir qu'on a essayé de mettre dans une vitrine...

”

## **Vous dites que la multiplication des fake news doit nous conduire à développer méthodiquement notre esprit critique. Comment fait-on concrètement ?**

Nous croulons, et c'est un fait objectif, sous une masse d'informations qui n'a jamais eu d'équivalent dans l'Histoire et de très loin. Cela crée des perturbations car une part, même infime, de ces informations sont mensongères. Sauf qu'aujourd'hui chacun est devenu un opérateur sur un marché dérégulé. Nous pouvons tous délivrer un message, partager, approuver mais avant cela nous avons besoin de maîtriser certains outils. Ne pas céder trop facilement aux biais de confirmation, ne pas partager un lien sans le lire, faire attention aux raisonnements qui paraissent vrais mais qui sont faux du point de vue de la norme de la scientifique. C'est ça développer son esprit critique.

## **Pourquoi croyons nous aux fake news ?**

Prenons l'exemple des vaccins. Les anti-vaccins sont les plus motivés et donc les seuls à donner leur point de vue. Comme une bonne équipe de VRP de la crédulité, ils font du marketing cognitif. C'est-à-dire qu'ils accumulent les arguments douteux, mais dont la masse donne le sentiment que tout ne peut pas être faux. En réalité, vous croulerez sous un ensemble de faits pseudo-scientifiques. Et comme beaucoup de nos concitoyens sont indécis, troublés et n'ont surtout pas assez de temps à consacrer pour démystifier chaque pseudo-preuve, ils peuvent y croire. C'est ainsi que la crédulité se répand.

## **Si bien que vous vous inquiétez de l'avènement d'une démocratie des crédules, qu'est ce que c'est ?**

La démocratie c'est une arborescence des possibles et il en existe toutes sortes. Dont une démocratie au garde-à-vous devant une opinion publique dévoyée, qui se trompe, mais qui impose son point de vue parce qu'elle est majoritaire. C'est ça la démocratie des crédules, c'est une dystopie. Je ne dis pas que nous y vivons déjà, même si elle a peut-être déjà pris le pouvoir dans certains pays.

“*Savoir ce que nous allons faire de notre attention est l'enjeu des enjeux*”

## **Est-ce la fin des démocraties éclairées comme en rêvaient les auteurs des Lumières ?**

Non, je ne crois pas que l'histoire soit terminée ou écrite mais il y a de quoi être inquiet. Que ce soit grâce à la baisse du temps de travail ou la hausse de l'espérance de vie, nous avons plus de temps de cerveau disponible aujourd'hui. Mais qu'allons-nous faire de ce capital ? L'utiliser pour regarder des vidéos de chat ? Peut-être allons-nous passer un temps de plus en plus important à contempler des fictions. Que va-t-il arriver avec la réalité virtuelle ? Aurons-nous encore envie de vivre dans la vie qui est la nôtre et qui sera peut-être beaucoup plus morne que la vie virtuelle ? Savoir ce que nous allons faire de ce temps d'attention libéré, c'est l'enjeu des enjeux.

*Recueilli par Antoine Magallon, journaliste 20 Minutes*

# Michel Desmurget

*Le directeur de recherche en neurosciences à l'INSERM, auteur de la Fabrique du crétin digital (2019) répond à nos questions.*

“ L'attention fait partie des facultés qui se restaurent ”

**Vous soutenez qu'un enfant exposé aux écrans, ce qui est le cas de la majorité d'entre eux, perd une partie de sa capacité d'attention. Est-ce irréversible ?**

Il y a sûrement, chez les très jeunes enfants, des choses qui vont être difficilement rattrapables mais l'attention fait partie des facultés qui se restaurent. Surtout, si votre enfant passait quatre ou cinq heures devant les écrans et que vous arrivez à le limiter à deux ou à trois c'est déjà pas mal.

**La génération des digital native n'est donc pas perdue ?**

Ah non sûrement pas ! Aucun gamin ne naît idiot, il suffit de mettre en place des règles : pas d'écrans pendant les repas, pas avant de se coucher ainsi que des cadres humains et nourriciers pour qu'il se développe bien.

**Faut-il légiférer sur ce sujet ?**

J'ai l'impression qu'une prise de conscience est en train de s'opérer, notamment dans les médias et chez les professionnels de santé. Certains pays comme Taïwan l'ont fait, considérant la surexposition comme une maltraitance et je trouve que symboliquement cela signifie quelque chose, mais je n'ai pas de religion sur le sujet.

**A défaut, notre cerveau est-il en train de s'adapter à cet environnement numérique ?**

Oui, mais ce que les gens doivent comprendre c'est que ce n'est pas parce qu'il s'adapte qu'il fonctionne aussi bien dans sa condition adaptée que dans l'environnement pour lequel il a été construit. Faisons un parallèle. Un individu qui ne se nourrit pas correctement et ne consomme que des aliments peu recommandables ne va pas s'effondrer tout de suite. Pourtant son alimentation aura un impact sur sa construction et sur sa santé. Et bien le cerveau c'est pareil : si vous lui donnez des aliments frelatés les conséquences ne seront pas brutales mais il y aura des effets. Il existe une étude assez drôle à ce sujet. Je vous fais apprendre une liste de mots. Puis il y a deux cas. Dans le premier je vous laisse jouer aux jeux vidéos. Dans le deuxième vous partez immédiatement vous coucher. Le lendemain vous aurez retenu plus de mots en étant parti dormir ! Et à répéter ce même processus tous les jours, vous finissez par oublier pas mal de choses.

*Recueilli par Antoine Magallon, journaliste 20 Minutes*



## Serge Tisseron

Carte blanche au psychiatre, auteur de *Petit traité de cyber-psychologie* (2018)

### “ Haro sur les réseaux sociaux ”

Après une période où les réseaux sociaux étaient chargés de toutes les vertus, les voici aujourd'hui accusés de tous les vices. Nos adolescents y seraient manipulés par l'économie de l'attention, exploités par le capitalisme sauvage et victimes des appétits des GAFAM. Mais les choses ne sont pas aussi simples. Trois éléments au moins invitent à le penser.

Le premier consiste dans un rapport de l'Unicef publié fin 2017, basé sur un grand nombre de recherches internationales, qui va résolument à l'encontre des idées reçues. Après avoir souligné les dangers sur le sommeil et la socialisation, notamment par le risque de surexposition de soi et de harcèlement, il conclut que l'utilisation par les jeunes des outils numériques aurait des effets essentiellement positifs !

Le second élément concerne les disparités sociales. Deux populations sont particulièrement menacées : les enfants de milieu social défavorisé et ceux qui souffrent de fragilité psychique avant même la découverte de ces outils, notamment du fait de harcèlement ou de maltraitance. Les campagnes « anti-écrans » auraient l'inconvénient de nous cacher ces disparités !



Enfin, n'oublions pas la particularité des adolescents. Confrontés à l'expérience de la dérégulation émotionnelle liée à la puberté, ils tentent de se réguler en ayant affaire à un dispositif qui leur impose son propre rythme. Répondre sans tarder, sur les réseaux sociaux, aux sollicitations des camarades, des inconnus ou des algorithmes, leur permet d'échapper à leur chaos intérieur. Et cette polarisation est aggravée par le fait qu'ils ne peuvent souvent pas rencontrer leurs pairs dans la réalité, faute d'espaces disponibles pour cela !

Bref, tant qu'une alternative n'aura pas été proposée aux réseaux sociaux, ils resteront terriblement attractifs, et le jour où une alternative aura été trouvée, elle risque d'être aussi problématique que les réseaux sociaux du fait des attentes adolescentes. Il reste heureusement une possibilité à la portée de tous : donner le bon exemple. Ne jamais utiliser nos téléphones pendant les repas et ne jamais les emmener dans nos chambres nous permettra d'imposer la même règle à nos enfants. Et privilégions les expériences faisant appel à tous les sens en les y associant aussi souvent que possible. Ils ne s'en porteront que mieux, et nous aussi !

## Tech Trash

*Chronique du livre Les possédés (2019) par Lauren Boudard et Dan Geiselhart, les fondateurs de la newsletter Tech Trash.*

S'ils traduisent la tech, c'est en justice. Depuis 2017, Lauren Boudard et Dan Geiselhart, les fondateurs de la newsletter Tech Trash, ne se contentent pas de nous présenter chaque semaine l'actualité de l'industrie numérique. Ils portent sur le secteur un regard drôle et acide que leurs 28.000 abonnés ont eu à cœur de retrouver dans Les Possédés. On vous touche trois (gros) mots de ce livre pas prise de tech.

Bullshit. A l'origine des Possédés, il y a Tech Trash, un collectif écrivant jusque-là anonymement la newsletter du même nom. Une lettre d'infos hebdomadaire pour rire un peu en attendant la Singularité. « On évoluait dans le milieu de la tech. Et on était confronté à du bullshit en perfusion. Alors on a eu envie d'injecter un peu de dérision dans cet univers », explique Lauren Boudard. La newsletter séduit immédiatement, alimentant les fantasmes du milieu. « Des gens nous écrivaient pour nous demander qui nous étions, nous faisaient part de leurs théories sur la question, se souvient Dan Geiselhart. On répondait n'importe quoi...»

Storylying. Deux ans plus tard, c'est sous leur vrai nom que les deux experts de la tech signent Les Possédés, une plongée dans l'univers des start-ups, leurs petits mensonges et leurs gros mythes. La devise du moment dans la Silicon Valley, c'est Fake It Until You Make It

(littéralement «fais semblant jusqu'à ce que ça marche»), l'art d'affirmer que tout fonctionne avant d'avoir entraperçu les premiers résultats. « Le storytelling, c'est un passage obligé pour monter une boîte mais la question c'est de savoir jusqu'où on va », nuance Dan Geiselhart. Quand on va trop loin, on bascule dans le storylying et, souvent, dans le ridicule. « Ce n'est pas qu'une vaste blague parce qu'il y a des vrais milliards investis et des gens qui travaillent vraiment pour ces entreprises, ajoute Lauren Boudard. Le vocabulaire utilisé fait souvent appel à un monde merveilleux, alors que la réalité est parfois sordide. »

« Quand on va trop loin, on bascule dans le storylying et, souvent, dans le ridicule. »

Blitzscaling. Ce monde merveilleux, c'est celui des licornes. Pour parvenir à cette taille monstrueuse, il faut grossir vite en changeant d'échelle à la vitesse de l'éclair, c'est-à-dire en franco-anglo-allemand « Blitzscaler ». « Le premier arrivé remporte toute la mise, rappelle Lauren Boudard. Donc il faut aller très vite ; avoir des investisseurs qui parient sur soi, pour prendre tout le marché. Parce qu'au final ce sont des modèles économiques qui génèrent peu d'argent à chaque transaction et ont besoin d'atteindre une échelle considérable. C'était le cas pour Uber, ça l'est aujourd'hui pour les trottinettes. »

*Recueilli par Laurent Bainier, rédacteur en chef 20 Minutes*

## Léa Elui

Rencontre avec l'influenceuse française la plus suivie sur Instagram  
(10,2 millions d'abonnés)

« Ma génération est intelligente,  
elle fera bouger les lignes »

Et si pour mieux comprendre Léa Elui, l'influenceuse la plus suivie de France, il suffisait, d'organiser sa venue à VIS!ONS? De multiplier les échanges avec Delphine, sa maman : «Le succès a tout changé mais j'ai la chance d'avoir ma maman qui m'accompagne, nous avouera la jeune fille plus tard . Elle gère la partie business de mon activité, ça m'évite d'avoir à stresser avec ça.»

Et s'il suffisait de trouver un créneau dans un agenda surchargé pour une conversation téléphonique? «Pourtant mes journées sont moins chargées depuis que je prépare mon bac à distance. J'étudie mes cours très tôt le matin pour pouvoir commencer à filmer et poster vers 14h et ça me prend toute la journée.»

De s'assurer qu'il reste une place dans l'un des rares trains reliant sa petite ville des Alpes à Paris pour la faire venir sur notre scène? «Je suis restée en Savoie, c'est mon point d'attache», tiendra-t-elle à préciser.

De confronter, le temps d'une discussion, notre regard sombre sur les réseaux sociaux et leurs haters à sa propre expérience: «Ma communauté est bienveillante avec moi, je pense que c'est donnant-donnant. Si on envoie du positif, on en reçoit. Bien sûr, il peut y avoir

des comportements négatifs mais j'ai été confrontée à du harcèlement scolaire, en vrai on va dire, alors les commentaires désagréables en ligne ne me touchent pas vraiment. »

De lui demander, suspicieux, ce qu'elle pense vraiment de sa génération. «Il y a énormément de défis qui attendent les gens de mon âge mais je vois les lignes bouger, par exemple sur l'égalité hommes-femmes. Cette génération est intelligente, elle tente énormément de choses alors oui, j'ai de l'espoir.» Et finalement de lui soutirer discrètement son secret pour réunir 10 millions de personnes sur Instagram en à peine deux ans : «un mélange de spontanéité totale, de clichés plus travaillés et...» La suite est à entendre sur la scène de VIS!ONS ce mercredi matin.

Recueilli par Laurent Bainier, rédacteur en chef 20 Minutes



# Albert Moukheiber

Interview du docteur en neurosciences, auteur de *Votre cerveau vous joue des tours* (2019)

“Personne ne se dit” quand je serais grand, je veux être jaloux”

**Vous sortez d'un débat organisé par Chiasma sur le thème «La radicalité peut-elle mener à la modération ?» Vous avez trouvé la réponse?**

Ce n'est pas ça, le principe de nos débats. Le but n'est pas d'avoir raison mais de comprendre les arguments de chacun et d'en évaluer la qualité. Avec mon association Chiasma, on essaie de populariser les connaissances en sciences cognitives en préservant leur complexité. Nous cherchons à promouvoir, à travers des événements publics et gratuits, la flexibilité mentale, c'est à dire notre capacité à changer d'avis.

**Donc notre à capacité à lutter contre les biais?**

A mieux comprendre les mécanismes de la pensée. Si moi je crois que les Schtroumpfs sont les plus à même de diriger notre pays, je vais utiliser des biais de confirmation par exemple, qui me permettent de me rappeler uniquement des fois où les Schtroumpfs font de bonnes choses et d'oublier leurs erreurs. Le biais de confirmation, pour ne parler que de celui-là, c'est un moyen pour justifier notre raisonnement. J'ai besoin de défendre cette idée et les biais sont un moyen pour y arriver.

**Rester flexible, cela signifie donc lutter contre les biais qui mettent notre cerveau en mode automatique?**

Non ce n'est pas le but. Les biais, ça ne s'évite pas. Ils se sont mis en place pour une raison valide, ou qui était valide à une certaine période (par exemple pour nous protéger). Mais parfois, ils se retournent contre nous. L'idéal est donc d'avoir une position auto-correctrice. D'être un peu plus vigilant en somme et de ne pas faire confiance à nos pensées automatiques car elles sont souvent dues à des opérations du cerveau visant à faire émerger ce qu'il considère comme la meilleure hypothèse. Et ce n'est pas nécessairement la bonne.

**Chacun peut donc agir contre cette mécanique?**

Oui, ça s'apprend. Il y a des structures qui travaillent d'ores et déjà sur ces sujets, comme La Main à la pâte, qui aide par exemple les plus jeunes à être au courant de ces notions de sciences cognitives. Les grilles de lecture qu'on utilise pour ces pensées automatiques, on ne les a pas choisies. Personne ne se dit «quand je serai grand, je veux être jaloux». Ou «je veux avoir peur de l'autre parce qu'il n'est pas comme moi». Mais quand on a ces pensées, on s'en sent propriétaire, comme si on les avait choisies.

**L'objectif final, c'est de retrouver son libre arbitre?**

Moi, j'appelle ça de l'explicitation. Être plus conscient de ses arbitrages, pour avoir son mot à dire. Encore une fois : une grande partie de nos arbitrages, on ne les a pas choisis.

*Recueilli par Laurent Bainier, rédacteur en chef 20 Minutes*

## Ganaël Bascoul

*Le consultant en prospective, entrepreneur et docteur en mathématiques appliquées, dissèque les liens entre marques et consommateurs*

“Capter l’attention du consommateur demande beaucoup d’efforts humains.”

«Le contenu est roi. Le contexte c’est Dieu.» Belle maxime de Gary Vaynerchuk\* qui a le chic du gourou pour vous remettre les idées d’aplomb par quelque épiphanie. Notre capacité d’attention ne se marchande plus aussi bien qu’à l’époque du « temps de cerveau disponible » : non pas qu’elle ne soit plus à vendre, mais son cours est devenu très variable en fonction du contexte.

Qui dit forte volatilité, comme sur les marchés financiers, dit recettes magiques et outils nanométrés. Du temps des Mad Men, on est passé à celui des brockers de la donnée, à coups d’algos et d’IA, pour que malgré tout, la marque puisse être là tout le temps, sur tous les canaux. Au final, la capacité à interpeller les consommateurs y est, et l’attention d’autant plus vampirisée, on ne peut le nier, mais... Mais cette artillerie lourde promeut davantage la notoriété d’une marque (on pense à moi, parce que je suis là) que l’attachement qu’on lui porte (on pense à moi, parce que c’est moi), alors que l’art du contexte réside bel et bien dans l’à-propos, le propos bien-venu.

Parlons concrètement. Si ma jardinerie veut être entendue, elle saura me vendre une table de jardin alors que j’en ai déjà une, en mobilisant de l’IA et en me proposant par exemple le nouveau modèle tendance qui a attiré mon regard sur Instagram. Mais si elle veut être reconnue pour son savoir-faire, alors elle devra plutôt me dire qu’il est temps de tailler cet arbuste acheté quelques mois auparavant, en accompagnant ce conseil d’une vidéo me dévoilant quelques gestes savants. Alors non seulement je penserai à elle, mais j’en oublierai presque toutes les autres. Ok, ok, tout le monde ne vend pas des fleurs ! Ceci dit quelle que soit l’industrie, les clients souhaitent cultiver leur jardin, avec des préoccupations qui leur sont propres. Donc le noble et beau contenu sera toujours le bienvenu à la conjonction des questions du moment et de la trajectoire du client. Un assureur éclairera mes choix de rénovation pour ma maison, une mutuelle me proposera les meilleurs médecins, ce fabricant de croquette me dira comment prendre soin du chien que je chéris. Le tout, aux moments magiques (comment font-ils ?) les plus appropriés. Et c’est par ces attentions qu’on aura mon attention.

A partir de ce paradigme, tout ce qui semble secondaire devient vecteur d’un entendement meilleur : un commentaire sous un post, une riche interaction lors du service client (qui par pitié ne doit jamais être externalisé, car c’est le canal de communication le plus économique, le plus riche d’enseignements, et le plus



## Thanh Nghiem

*Portrait de l'hacktiviste et penseuse à l'origine du collectif des crapauds fous*

Tout quitter pour changer le monde avec ses crapauds. Voici comment résumer, au plus court, le parcours de Thanh Nghiem. Cette ingénieure de formation, diplômée de l'école des Mines, a débuté sa carrière dans de grands groupes avant de tout plaquer pour monter ses propres projets et aider les autres à faire de même. En 2016 elle rédige, avec Cédric Villani entre autres, *Le manifeste des crapauds fous* (devenu un livre puis un mouvement). «Les crapauds fous, ce sont ces individus qui « hackent » l'avenir. Guidés par leur seul instinct, ils partent dans des directions absurdes et reviennent ouvrir aux autres les tunnels qu'ils ont trouvés », pouvait-on lire. Face à ce qu'elle nomme les 3 tsunamis (dérèglement climatique, fake news, menaces liées à l'intelligence artificielle), elle propose de s'appuyer sur «des entrepreneurs, des makers, des créatifs « ceux qui font un pas de côté et sur les «talents cachés» pour bousculer le monde. « Notre rôle c'est de proposer des solutions crédibles face aux défis écologiques et sociaux et de contribuer à ce que ce pas de côté ne soit pas un coup d'épée dans l'eau mais une proposition d'alternatives sérieuses à un système qui va dans le mur », nous explique-t-elle. Les crapauds fous ce sont aussi des projets concrets comme Right to Repair, qui offre la possibilité à des individus éloignés de l'emploi de fabriquer et réparer des objets durables.

*Antoine Magallon, journaliste 20 Minutes*



“ Il faut s'appuyer sur ceux qui font un pas de côté et sur les «talents cachés» pour bousculer le monde.”

## Sidney Govou

*Nous avons rendu visite à l'ex international de football, vice-champion du monde en 2006*

« Le sport apporte la mixité sociale dont on a besoin, »

International français de foot, joueur majeur du grand Lyon des années 2000, Sidney Govou aurait pu couler une retraite tranquille à astiquer ses trophées de champion de France. Mais non. L'ex-attaquant a choisi de donner de sa personne pour aider des associations « tout au long de ma carrière j'ai reçu beaucoup de sollicitations. Mais malheureusement à chaque fois qu'on faisait appel à moi je ne pouvais pas me déplacer. Donc je me suis dit : quand je m'arrêterai, je prendrai le temps »

Une fois sa vie de footballeur terminée, il rencontre Jeanne Kamariza et Marie José Lallart de l'association Les maillons de l'espoir. « Elle m'ont proposé de partir au Burundi pour aider des albinos (discriminés et parfois tués à cause de diverses superstitions), puis à Bukavu en République Démocratique du Congo pour rencontrer des femmes victimes de viols et les aider, par le sport, à se réinsérer dans la vie sociale. Ces premières missions m'ont marqué. Je repars d'ailleurs à Bukavu en décembre ».

En plus de ces engagements à l'international, Sidney Govou est membre de l'association Dahlir (dispositif d'accompagnement de l'humain vers des loisirs intégrés

et réguliers). « En France, et surtout dans les campagnes, les installations ne sont pas adaptées pour les personnes handicapées alors que je pense, sincèrement, que le sport peut améliorer la société. Dans le foot, on a tendance à ne voir que le mauvais côté, les bagarres, le racisme... Mais le sport apporte aussi du bien-être, de la mixité sociale et aujourd'hui on en a besoin. Ça dépasse les sexes, englobe tout le monde avec pour objectif de transmettre des vraies valeurs et ça c'est magnifique ».

*Recueilli par Antoine Magallon, journaliste 20 Minutes*



# Fanny Taillandier

Rencontre avec l'autrice de *Par les écrans du monde* (2018)

## **Vous étiez professeure de lettres à 22 ans. Pourquoi repasser de l'autre côté du pupitre et vous être formée à l'urbanisme?**

J'ai grandi en banlieue parisienne. La ville est quelque chose qui m'a toujours fascinée. D'abord comme promeneuse, puis comme écrivaine. Et puis, j'avais envie d'être formée à un autre style de métier. In fine, la littérature reste ce qui me convient le mieux.

« Prendre le temps de lire est une forme de résistance dans un monde où le média devient le message. »

## **Pourtant vous avez rejoint une prestigieuse équipe d'urbanistes...**

La Preuve par 7 mène des projets d'urbanisme, mais on y trouve peu d'urbanistes. Ce sont des profils différents, des gens qui ont un autre regard que recherche Patrick Bouchain. Ce qui l'intéresse chez moi, c'est le fait que je sache écrire. Pour mener à bien des projets en urbanisme, a fortiori expérimentaux, on a besoin de beaucoup de discours, d'argumentation. La littérature est utile lorsqu'il s'agit de convaincre.

## **C'est cette force de conviction qui garantit à la littérature de brillants lendemains ?**

De tous les arts, il n'y en aucun qui a disparu. Je ne m'inquiète pas pour la littérature. Elle n'est pas un champ dominant. C'est un champ peu dynamique d'un point de vue économique. Les confrères et les consoeurs – enfin, ce sont surtout des confrères – qui écrivent en pensant qu'ils trouveront la gloire me font rire. Mais la littérature produit autre chose. Elle fait du bien. J'ai enseigné pendant 10 ans et j'ai constaté que tout le monde aime la littérature. Tous les enfants aiment la littérature, ne serait-ce que cinq minutes. Pas sûr qu'on puisse dire la même chose de la physique ou de la chimie...

## **Dans un environnement où le numérique domine, la littérature séduit toujours ?**

C'est une forme de résistance. Prendre le temps de lire est une forme de résistance dans un monde où le média devient le message. La littérature échappera toujours aux horloges universelles. D'ailleurs, si on décale un peu notre point de vue, on peut aussi considérer que Twitter est de la littérature, avec ses formats courts. Ce qu'on lit sur un réseau social finalement, c'est très proche, au niveau de l'écriture, de l'art courtisan, les satires, les envois qu'on lisait à l'époque...

## **Ça, c'est pour l'écriture. Mais la lecture? Les écrans et leur impact sur notre concentration n'auront-ils pas raison d'elle ?**

J'ai plus de mal, comme tout le monde, à me concentrer depuis que j'ai un smartphone dans ma poche. Nous cherchons tous à développer des stratégies pour le domestiquer, ça viendra. La lecture, dans tout ça, crée un espace de paix. Il n'y a pas d'encart pub dans un livre. On est protégé de cela. En lisant, on vit une expérience intime, personnelle qui ne se partage pas à 3, ou à 12. Cela nous reconnecte à ce besoin de paix que l'on a tous.

Recueilli par Laurent Bainier, rédacteur en chef 20 Minutes

# Laetitia Avia

La députée rapporteure du projet de loi contre la cyberhaine nous répond

« Il faut que la dichotomie entre le numérique et la vie réelle cesse. »

## Instaurer une loi pour lutter contre la haine en ligne, n'est-ce pas le signal d'un durcissement de nos relations numériques ?

C'est une vaste question mais je ne le crois pas. Cette proposition de loi ne vient pas lutter contre la haine à proprement parler ou contre les discours de haine. Mais elle vise à lutter contre la propagation de ces discours en ligne. Les outils numériques donnent aujourd'hui une place centrale à la notion de viralité. Quand un internaute publie quelque chose en ligne, il n'est satisfait qu'en fonction du nombre de « j'aime » (ou like) obtenu. Or les modèles économiques développés par les réseaux sociaux ne valorisent pas les propos positifs. Ce sont hélas, les propos haineux qui génèrent de la viralité.

## Réguler ces liens en ligne, est-ce que ce n'est pas aussi prendre le risque de les brider ?

Ce n'est pas brider nos liens en ligne que de dire qu'il faut qu'ils soient les mêmes que ceux entretenus dans « la vraie vie ». Il faut que la dichotomie entre le numérique et la vie réelle cesse. Je n'imagine pas une seconde qu'un individu dans un restaurant se lève subitement pour hurler à une cliente « Retourne dans ton pays, sale noire ! » sans que, fort heureusement, le restaurateur ou les clients protestent, s'opposent ou réagissent. Or, ce type de comportements existent en ligne. S'assurer que notre seuil de tolérance dans la vraie vie soit le même que derrière un écran,

ce n'est pas brider. J'ai entendu trop de gens dire « ce n'est pas grave, c'est en ligne, c'est pas la vraie vie ». Le numérique n'a pas de valeur anesthésiante.

## Des liens en ligne apaisés sont-ils possibles selon vous, ou est-ce une utopie ?

Je suis législateur, si on ne croit pas en cette utopie, on perd toute ambition. Je sais que l'enjeu est de taille et je sais qu'avoir des plateformes numériques vertueuses et positives est un objectif complexe. Si je retourne vingt ans en arrière, lorsque j'étais adolescente et que je découvrais Internet grâce à mon modem 56K, jamais je n'aurai pu penser que j'allais recevoir des années plus tard, avec ce même outil, des torrents de haine en raison de ma seule existence, parce que je suis une femme noire politique. Il y a eu une évolution d'Internet, à la fois dans ce que ça a de plus fabuleux et de plus sombre. Rien ne nous dit ce que sera l'évolution des vingt prochaines années. Ce que je sais en revanche, c'est que toutes les plateformes avec lesquelles j'échange me disent qu'elles n'ont pas voulu devenir des canaux haineux. A elles désormais de changer pour aller dans le sens d'un apaisement. Il en va de leur responsabilité.

Recueilli par Héléne Sergent, journaliste 20 Minutes



## Eric Morain

*La tribune de l'avocat pénaliste défenseur de plusieurs victimes de cyberharcèlement*

### Comment lutter contre le cyberharcèlement ?

Sensibiliser c'est bien. C'est même essentiel puisqu'il faut que la parole soit dite. Mais il reste ensuite le plus important : le recueil de cette parole, la plainte déposée, le suivi de l'enquête, le procès parfois. Il faut que toutes les réformes en matière de cyberharcèlement soient passées au tamis de deux principes : formation et proximité. Il ne sert à rien de déposer une plainte auprès de services qui ignorent complètement le fonctionnement des réseaux sociaux. Si on a mis « le paquet » pendant des années, et encore aujourd'hui, sur le harcèlement moral au travail, sur le harcèlement sexuel, sur le harcèlement scolaire, c'est parce que ce type de harcèlement avait pour conséquences des suicides d'adolescents, de femmes et d'hommes. C'est le même système d'enfermement, de honte et de vulnérabilité qui s'expose sur les réseaux. Il nous faut des enquêteurs spécialisés, gendarmes et policiers. Il faut apprendre à ne pas dire à une victime qui vient déposer plainte de fermer son ordinateur et de couper ses connexions. Il faut connaître les conséquences psychologiques. Il faut donc former enquêteurs et magistrats à ces problématiques.

Et puisqu'il faut un immense courage pour oser porter plainte, il est indispensable de conserver une certaine proximité des lieux de dépôt de plainte. Créer un parquet national numérique éloignerait considérablement les justiciables les plus fragiles d'un réel accès à la justice. Ne laissons pas leurs plaintes devenir, elles-aussi, virtuelles.



# Zahia Ziouani

*La cheffe d'orchestre, fondatrice de Divertimento se présente*

“Je n’ai jamais vu un enfant dire :  
“la musique classique ne m’intéresse pas””

«Nous sommes un des rares orchestres à jouer à la Philharmonie, à l’Opéra de Paris mais aussi à Stains, à Vaulx-en-Velin ou dans la banlieue du Mans. A chaque fois avec le même engagement, les mêmes solistes, les mêmes habits car nous ne faisons pas de distinction entre les petites et grandes salles». Zahia Ziouani est cheffe d’orchestre. Cela fait maintenant 20 ans qu’elle tente de sortir la musique symphonique des temples qui lui sont dédiés.

Au départ uniquement actifs en Seine-Saint-Denis, Zahia Ziouani et son orchestre professionnel, baptisé Divertimento, font aujourd’hui raisonner Bach et Bizet dans les maisons de quartier et les salles polyvalentes de sept régions. « Il n’y a pas une semaine, pas un mois où nous ne nous déplaçons pas ». L’objectif est simple: faire découvrir à tous les publics et notamment aux habitants des banlieues la musique symphonique : ça demande du temps, de l’énergie mais ça fonctionne. Je n’ai jamais vu un enfant dire : “ça ne m’intéresse pas”. Tout le monde est sensible à cette énergie, aux émotions... La musique symphonique comme culture populaire, c’est tout à fait possible et pour toutes les tranches d’âge ». Comme outil pour améliorer le vivre ensemble également, l’idée c’est que cette diversité

que l’on voit quand nous jouons dans les quartiers populaires se retrouve ensuite dans les grandes salles de concert. Il y a quand même eu des progrès en dix ou vingt ans. A cette époque, parfois on me riait presque au nez quand je défendais la culture en Seine-Saint-Denis. Aujourd’hui cela surprend moins, c’est plus ancré dans les consciences même si les moyens ne sont pas forcément à la hauteur des ambitions.

*Recueilli par Antoine Magallon, journaliste 20 Minutes*



## Jean-François Julliard

*Le regard du directeur général de Greenpeace France sur les nouvelles mobilisations citoyennes pour l'environnement*

“ Jamais il y avait une telle diversité d'engagements sur le climat. ”

Depuis un an et demi, nous assistons à un mouvement inédit. Jamais il n'y a eu autant de personnes à se mobiliser sur la question climatique. La jeunesse en particulier. Celle-ci s'est beaucoup engagée par le passé sur tout un tas de sujets, mais c'est bien la première fois sur le climat.

Jamais aussi, il n'y avait eu une telle diversité d'engagements autour de la question climatique. Il y a les marches du siècle, les grèves de l'école, les actions de désobéissance civile, les actions en justice, comme « Notre affaire à tous » portée par une pétition signée par plus de deux millions de personnes...

Cette diversité est le fruit d'un constat : les modes d'actions traditionnels ne suffisent plus pour convaincre les politiques à agir efficacement pour la préservation de l'environnement. Et si nous n'arrivons pas à les convaincre, il faut trouver les moyens de les contraindre à passer à l'action.

Ces nouvelles formes d'engagements ont déjà des résultats. La prise de conscience des enjeux environnementaux est très forte dans la société

française et celle-ci pousse d'ores et déjà des politiques et des industriels à revoir leur copie. C'est l'abandon d'Europacity, du projet Montagne d'or en Guyane, de l'aéroport Notre-Dame-des-Landes... Il ne s'agit que d'une première étape. On n'en est pas encore à remettre en cause notre modèle économique productiviste, qui ne jure que par la croissance. C'est pourtant essentiel au regard des impacts sur l'environnement de ce modèle. Il faudra encore beaucoup d'efforts... et de nouvelles mobilisations.



# Juan Arbelaez

La to-do-list du Chef cuisinier star pour prendre soin de la planète

## 1. Penser aux saisons, sur terre comme dans la mer

On pense aux saisons pour les fraises ou les champignons, jamais pour les poissons. Et pourtant. Juan Arbelaez avait fait grand bruit en déclarant dans 20 Minutes qu'il arrêterait de cuisiner le poulpe le temps de laisser passer sa période de reproduction, au printemps et en été.

«C'était un challenge énorme pour moi qui en passait 1,3 tonne par mois dans mes restaurants. Mais je ne pouvais plus supporter de voir cet animal, fragilisé dans sa période de reproduction, faire l'objet de pêches intensives en été. C'est vrai qu'il n'y a rien de meilleur qu'un poulpe grillé au bord de la mer... Mais c'était plus fort que moi. J'ai tout arrêté pendant neuf mois et attendu la mi-novembre pour le remettre à la carte.» Suivre l'exemple de Juan Arbelaez permettra peut-être de maintenir l'espèce à flot pendant encore de longues années.

## 2. Cuisiner avec sa tête avant de vouloir éprouver ses papilles

Le chef colombien n'est pas un spécialiste du climat, sa démarche fait simplement appel au bon sens : « J'ai vu mon pays la Colombie, j'ai vu la Grèce aussi, se vider de ses richesses agroalimentaires pour satisfaire des pays plus riches qu'eux. » Pour le chef, il est urgent de faire machine arrière. « En Grèce, en dehors des fermes d'élevage, on ne pêche plus rien aujourd'hui.»

## 3. Entre les légumes et la viande, inverser les proportions

Vous trouvez dix viandes à la carte pour un seul plat végétarien ? « Il faudrait convaincre les restaurateurs d'inverser cette proportion », suggère Juan Arbelaez. Et à la maison ? « Supprimez la protéine animale d'un de vos trois repas quotidiens et vous vous sentirez mieux. » Avec le froid qui arrive, le chef recommande les soupes à congeler et à sortir le soir venu. « Avec du fromage, des croûtons ou des sommités de choux-fleurs, c'est un régal. » Pour s'aider, on trouvera 130 recettes « pétillantes et pleines d'amour » dans son livre *Cuisez partagez* qui vient de sortir chez Marabout.

## 4. Mangez moins, mais mangez mieux

Juan Arbelaez propose de retrouver le goût des bonnes choses, en cuisinant un peu moins, mais beaucoup mieux. « Offrez-vous une viande de temps en temps, mais que ce soit une putain de viande ! Achetez de moins grosses quantités, ça vous coûtera moins cher et vous éviterez le gâchis alimentaire ! » Juan Arbelaez croit aux vertus d'une « consommation raisonnée » où l'on n'a pas besoin de se priver. « Bien manger, ce n'est pas du luxe ! »

## 5. Garder l'esprit festif chevillé au corps

Pour l'ancien Top Chef, avoir une attitude responsable ne signifie pas renoncer à l'envie de faire la fête ou de partager un bon repas avec sa famille ou ses amis. « Je l'ai vu cet été en Grèce ou à Tel Aviv : ils avalent des quantités folles de falafels, de houmous ou de légumes grillés et ça ne les empêche pas de danser sur les tables ! Pourquoi pas en France ? »

## 6. Chercher l'origine de ce qu'on mange

Plutôt que de passer le week-end devant des écrans, Juan Arbelaez préconise de faire le marché une fois par semaine en famille. « L'école devrait emmener les enfants au marché », comme on les emmène au théâtre ou au musée. Rien de tel, selon lui, pour prendre conscience de la saisonnalité des produits et comprendre d'où vient ce qu'on mange. « Les jeunes sont curieux de cela. »

## 7. Garder confiance dans l'avenir

Que mangera-t-on demain ? Juan Arbelaez est serein. « Il y a une telle prise de conscience aujourd'hui qu'on ne peut qu'avoir confiance dans les générations futures. Quand je vois des gamins de 5 ans ramasser des déchets sur les plages, je ne peux m'empêcher de regretter d'avoir fait partie de ceux qui en jetaient à leur âge. »

*Recueilli par Stéphane Leblanc, journaliste de 20 Minutes*



# Sello Hatang

Entretien avec le président de la Fondation Mandela

« Comme Mandela, continuons à reconstruire ensemble ! »

## Pour vous, que représente Nelson Mandela ?

Nelson Mandela représente le leadership. Un leadership au service des autres. Il représente ce que la réconciliation peut être. Il représente ce qu'il y a de plus humain en chacun de nous. Il représente l'humilité et la volonté de servir l'humanité entière. Et bien sûr il représente la tolérance. Il a été un exemple de ce que l'humain peut être, de ce que l'humain peut avoir de meilleur.

## C'est le rôle de votre fondation, de montrer le meilleur de l'humanité ?

Nous devons construire ensemble des pays plus tolérants, qui s'entraident plus, et qui respectent les droits humains. Ce que nous a laissé Mandela en héritage peut changer la vie des enfants, des femmes et des hommes. Avec la fondation, nous essayons de mettre en place des groupes de paroles où celles et ceux qui n'arrivent pas à se parler réfléchissent ensemble à une solution. Nous mettons aussi en place une aide sociale pour celles et ceux dans le besoin. Et enfin, nous commémorons la mémoire de Nelson Mandela à travers le monde, pour éviter que son héritage ne disparaisse. La solidarité entre les êtres humains ne doit pas se faire qu'avec les siens. Elle doit s'étendre à celles et ceux qui sont différents.

## Êtes-vous optimiste pour l'avenir ?

Quand il était en prison, Nelson Mandela n'a jamais baissé les bras. Pourquoi devrais-je le faire aujourd'hui ? Je n'ai qu'un souhait : que nous arrivions à vivre tous et toutes ensemble, dans un monde qui accepte les différences, dans un monde en paix qui prend soin des plus fragiles. C'est pour cela que nous travaillons dur avec la fondation Mandela. Nous travaillons pour que la jeune génération ne perde jamais espoir.

## Pourquoi nos sociétés restent-elles si clivées ?

Malheureusement, je pense que nous ne nous parlons pas assez. Que nous ne nous écoutons pas assez. C'est beaucoup plus simple de rester dans son coin, que de dialoguer et d'accepter les différences. C'est plus facile de détruire que de reconstruire. Nelson Mandela a passé sa vie à vouloir reconstruire, et j'espère qu'à travers le monde les populations apprendront de cela. Continuons à reconstruire ensemble !

Recueilli par Elodie Hervé, journaliste 20 Minutes



## Laurent Sciamma

*Le mot de la fin pour l'humoriste pro-féministe, pourfendeur des stéréotypes sexistes*

“Vive la “République des sensibles””

J'ai envie d'être optimiste et de penser qu'on tend vers plus d'égalité. Mais pour qu'elle soit réelle, il va falloir être très volontaire car l'inertie et les résistances sont immenses. Pour que cela change vraiment, il faut le décider et cela ne peut passer que par un engagement de combat. C'est parce que la lutte est dure que je me place en soutien, en supporter même de toutes les militantes car je sais l'énergie que cela leur demande. En tant qu'homme solidaire, c'est ma responsabilité de me battre à leurs côtés.

Quand j'ai des interactions avec des gens de vingt ans ils me donnent l'impression d'être plus déconstruits. Ces jeunes ont grandi dans la crise, peut-être que cela les a rendus plus solidaires, plus radicaux. Indéniablement il se passe quelque chose, comme si on était tous et toutes monté-e-s d'un niveau, pour gagner en hauteur de vue systémique. Moi qui suis passionné par le langage, j'ai pu observer comment le mot «féminicide» est passé d'un outil militant à un terme intégré dans nos esprits. C'est déjà une victoire. C'est comme le mot «féministe» en lui même, il fait moins peur,

il s'est démocratisé car ses enjeux se sont précisés et que nous sommes tous et toutes collectivement plus renseigné-e-s. C'était sous nos yeux depuis toujours, nous commençons enfin à le voir.

A l'avenir, j'espère qu'on se dira que le féminisme a gagné. Pas comme une revanche victorieuse, ça n'a jamais été le projet. J'espère qu'on verra juste comme ce programme a tout changé. Tout changé dans notre rapport aux autres, tout changé dans notre vision du pouvoir, tout changé dans notre façon d'inventer du lien et du plaisir. J'ai envie qu'on se donne les moyens de s'aimer plus, et mieux. Je rêve qu'on réalise enfin la « République des sensibles ».



**2019 20 Minutes - Tous droits réservés**

Conception graphique Atelier Mayanne Trias  
Illustrations couverture © Alice Meteignier  
Illustrations pages interieures © Audrey Hess



© 2014 - 2015

20  
minutes  
avec vous