

JULIE GOUDOT : TISSER DES LIENS, CRIER DU SENS

LA PRO DU BULLET JOURNAL EN FRANCE VIENT D'Auvergne !



© Evelyne Mester

Très compliqué d'expliquer avec précision ce que fait cette auvergnate d'adoption, basée à Laps près de Vic-le-Conte. Elle se définit elle-même comme « accompagnante », mais ses compétences vont bien au-delà. Julie à 36 ans, 2 enfants et à travers un blog nommé Zunzun « propose aux gens des moyens pour mettre du sens dans leur vie » à travers ses expériences y compris en terme de parentalité, à travers ses « réflexions, ses recherches, ses inspirations sur la bienveillance, sur la présence au monde, la quête de soi et les liens humains à travers des billets, des livres, des chroniques radio, des conférences ou des ateliers en ligne. » Mais c'est à travers l'édition de deux livres sur le bullet journal*, dont le premier tome s'est écoulé à 14000 exemplaires, que Julie est aujourd'hui reconnue en France comme

la pro de l'organisation. Sponsorisée par Dalbe elle propose des ateliers pour apprendre à mettre artistiquement en œuvre son propre journal. Interview d'une jeune femme dynamique et inspirante !

Comment définirais-tu ce que tu apportes aux gens à travers ton métier ?

J'aide les gens à trouver des ressources afin de pouvoir se recentrer sur eux-mêmes ; sachant qu'elles sont très diverses ces ressources, d'une part parce que les gens sont très différents et d'autre part parce que j'ai moi-même plein d'inspirations différentes. Cela passe donc par la créativité, par des méthodes de développement personnel, par des outils du quotidien pour pouvoir prendre du temps pour soi, par l'organisation... je passe par tout un tas de choses qui

permettent aux gens d'être apaisés, de retrouver l'essence de ce qui leur fait du bien et donc de prendre soin d'eux.

Mais pourtant à la base tu es artiste.

A la base je suis musicienne. Je jouais de la flûte traversière et faisais beaucoup de scène et de studio. J'étais également professeur de flûte et intervenante en milieu scolaire. En 2010 pourtant, j'ai décidé de changer de voie en montant une entreprise de développement web, car j'étais aussi dans ce domaine depuis l'âge de 14 ans à travers un blog que je tenais depuis lors. J'ai donc eu cette opportunité de mettre ces compétences techniques à profit et ai opéré un virage à 180° pour être développeuse en freelance pendant sept ans.

●
« *Ce qui importe ce n'est pas le temps que l'on vit, mais ce que l'on fait du temps qui nous est accordé.* »

Martin Luther King



Mais qu'est-ce qui t'a emmené à te focaliser sur le fait d'aider les gens ?

En 2011 j'ai ouvert un blog qui s'appelait « Working Mama », dans lequel je parlais de parentalité, car j'étais enceinte de mon premier enfant. Cette grossesse avait généré pas mal de questionnements sur les méthodes éducatives, sur ce que j'avais vécu et que je ne voulais pas reproduire. Ce blog a reçu un très bon accueil, mais à la naissance de mon deuxième enfant je me suis retrouvée à traverser une dépression post-partum et un burnout assez violents assortis d'une situation émotionnelle dramatique deux ans durant. J'ai trouvé à travers un éventail de choses différentes comme la créativité, la communication non-violente, les lectures de développement personnel, les ressources dont j'avais besoin pour remonter la pente. Cette expérience, aussi désastreuse fut-elle, devait servir un but plus grand que moi et il me semblait important de la partager. J'ai donc ouvert un autre blog dont le but était de donner de l'amour, de l'envie et de la joie. C'est comme ça que Zunzun est né.

Qu'est-ce qui a fait le succès de ce nouveau blog ?

La sauce a pris, parce qu'une partie de la communauté de l'ancien blog était encore là et comme je nourrissais Zunzun avec mon parcours, avec la façon dont je me reconstruisais, partageant beaucoup de choses, glissant tout doucement vers une activité d'accompagnement. Maintenant je vends des programmes en ligne pour ma communauté pour apprendre la communication non-violente, pour apprendre à s'organiser, pour apprendre à faire des choses qui nous font du bien en fait et apprendre à

prendre le temps.

Tu es considérée en France comme LA référence sur le bullet journal. Comment es-tu venue à ça ?

En juillet 2016 je voyais la rentrée scolaire arriver, mes enfants allaient reprendre l'école et j'avais envie de trouver un « truc » pour bien m'organiser. Et là je suis tombée sur le bullet journal et j'ai eu comme une révélation divine ! Dès le lendemain je m'y suis mise.

Comme je suis créative et que je voulais apporter des choses aux gens au niveau de leur organisation, j'ai ouvert une catégorie supplémentaire sur le blog et j'ai commencé à partager mon carnet. Là ça a été la folie ! Mon blog est devenu le blog référence sur le sujet. Je prenais soin il est vrai d'aller au-delà du simple côté créatif visible sur Pinterest et en avais fait quelque chose de pédagogique expliquant mes choix à l'intérieur du carnet, comment je choisisais mes outils, comment ils fonctionnaient entre eux et je pense que c'est ce qui a fait que ça a bien marché.

Quel est le lien avec tes livres ?

Cinq mois plus tard une maison d'édition qui s'appelle le Temps apprivoisé m'a envoyé un mail me demandant si je serais intéressée à faire un livre sur le bullet journal. J'ai eu deux mois pour écrire ce livre ! Aujourd'hui c'est devenu le best-seller sur cette thématique avec 14000 exemplaires écoulés.

A travers le bullet journal j'ai trouvé une façon de laisser s'exprimer ma créativité et j'adore retrouver des gens qui ont envie d'apprendre sans forcément être bons en

dessin. Je ne suis pas bonne en dessin, mais par contre j'aime les jolies choses et j'essaie de faire avec mes « petites » capacités artistiques. J'aime montrer aux gens que c'est possible. Mon objectif à travers tout ça c'est un grand prétexte ; c'est de dire aux gens qu'il n'y a aucune raison de ne pas se faire plaisir, il n'y a pas besoin d'avoir un prérequis, ni un niveau quelconque pour faire des choses qui nous font du bien et dont on peut être fiers. Mes ateliers sont sponsorisés par Dalbe.

Comment s'est mise en place ta collaboration avec Dalbe ? Et quel est le lien avec Bureau Service à Issoire ?

A l'époque de mon premier livre j'avais besoin de matériel et j'ai donc proposé à Dalbe de devenir mon partenaire permanent sur cette question-là. Ils ont tout de suite accepté et notre partenariat sur le premier livre s'est très bien passé. Ils l'ont donc reconduit sur le volume 2 l'année dernière. Bureau Service à Issoire a pris contact avec Dalbe pour mettre en place cet atelier.

Quels sont tes projets aujourd'hui ?

J'en ai tellement ! Je suis sur un troisième projet de livre ...

*Bullet journal : Le **bullet journal**, *bujo* pour les intimes ou *journaling*, est un système d'organisation et de gestion de tâches à la mode depuis quelques années. Il permettrait d'améliorer sa productivité, d'éviter la procrastination, d'être plus organisé(e) ET en plus, d'avoir une activité (ré)créative puisque c'est un système 100% DIY (do it yourself).

●

Atelier le samedi 25 mai 2019 à Bureau service 6 av. Pierre Mendès France 63500 ISSOIRE
5 sessions sur la journée sur inscription : 9h30, 10h45, 14h30, 15h45 et 17h.
www.zunzunblog.fr