

ENGAGEMENT Association de Sauvetage des Animaux, Végétalisme et Écologie, à Steinbrunn-le-Bas

# L'effet Colibri

Originaire de Cologne en Allemagne d'où elle a sans doute hérité sa fibre écologiste, Heike Woock vit à Steinbrunn-le-Bas depuis vingt ans, dans une maison en limite du village, au bord d'un étang en lisière de forêt. Elle a créé une association, héberge des animaux en détresse, s'est formée à consommer différemment et élabore des projets environnementaux. Rencontre.

Une maison comme une arche de Noé ; une tête foisonnante d'idées, de projets ; une association aux objectifs divers et variés. Un monde à faire progresser. Heike Woock s'est très tôt intéressée à la cause environnementale. Elle se souvient de ses premières actions, à l'école, en faveur du tri des déchets... Aujourd'hui, elle est engagée dans le sauvetage des animaux, la cuisine crue, le bio, le développement durable, etc...

## Une association très éclectique

L'ASAVE, Association de Sauvetage des Animaux, Végétalisme et Écologie, a été créée en juillet 2014 pour œuvrer en faveur du sauvetage des animaux, pour la création d'un biotope dans chaque commune, à commencer par Steinbrunn-le-Bas, pour la protection des hérissons et pour informer et sensibiliser le grand public... Très éclectique, l'ASAVE... Mais c'est que Heike Woock ne voudrait pas abandonner une cause ; et que tout est lié. Ainsi, depuis vingt ans, elle s'est attelée au sauvetage d'animaux : chiens, chèvres, chats, volailles, chevaux, sauvés de ce qu'elle appelle des « stations d'euthanasie internationales », entendez des refuges qui n'en ont que le nom, dans les pays de l'Est et du Sud... et qu'elle, et d'autres personnes membres de l'association, hébergent chez elles, en France, en Allemagne et en Suisse, jusqu'à leur trouver



Heike Woock entourée des chiens qu'elle a recueillis. PHOTOS DNA - MICHELE MARCHETTI

une véritable famille d'accueil. Mais Heike Woock veut également sensibiliser ses concitoyens à leur manière de consommer, que ce soit la nourriture, les vêtements, la lessive, produits de nettoyage, cosmétiques...

## Santé, social et environnement

« Je mets d'abord en avant la santé des personnes... Quand on sait que c'est à la troisième génération que le corps a stocké le plus de toxines ; les allergies

se développent, les maladies explosent... Puis j'essaie de faire prendre conscience de ce qui se passe pour les personnes qui fabriquent ces produits, et pour leur environnement... Un combat comme une goutte d'eau... mais c'est l'effet Colibri, le Colibri du conte, qui tout seul tente d'éteindre l'incendie de forêt et dont l'acharnement convainc tous les autres oiseaux... »

Son association propose aussi des cours de cuisine crue dans son village, qui remportent un succès certain, avec jusqu'à 16 participants. Heike Woock explique, que nous, humains, ne survivons pas dans une eau à plus de 42°C... « Il en va de

même pour les plantes. La chaleur transforme les protéines, les minéraux qui ne sont plus correctement assimilés par le corps ». Et ceci vaut pour toutes les plantes, sauf à la rigueur les tomates et les carottes, qui tirent un avantage à la cuisson. Le blé et la pomme de terre devraient donc pas être consommés, selon les crudistes ou crudivores, qui estiment que « la nature n'a pas prévu ces plantes pour l'homme ; et que les plantes, crues, peuvent également aider à guérir certaines maladies ». Mais comme manger seulement des salades tous les jours ne serait ni très attrayant, ni très ludique, Heike Woock apprend à ses stagiaires



Des idées claires et des projets plein la tête.

à passer en douceur à un tel régime, mais surtout à cuisiner varié et avec aussi des céréales et des légumineuses germées, des aromates...

## À Steinbrunn-le-Bas et plus loin

L'ASAVE cherche également de nouveaux membres, et soutient d'autres associations aux mêmes buts, en Sibérie, Roumanie et en Corse.

Enfin, Heike Woock veut aussi appliquer ses principes dans son village, Steinbrunn-le-Bas. Il y est envisagé l'aménagement d'un jardin au naturel près de la salle communale, en lien avec l'association Haies Vives d'Alsace, sorte de jardin pédagogique pour montrer ce qu'il est possible de faire, sur un tel sol, avec tel ensoleillement, telles possibilités d'arrosage... vidéos tuto à l'appui à venir sur Youtube par exemple. Heike

Woock est aussi en liaison avec la municipalité pour installer des panneaux, très courants en Suisse par exemple : « Attention aux hérissons », ces petits animaux sans lesquels, et sans les insectes, tout deviendrait stérile.

Un dernier projet sur les rails, une participation à l'action « Plan climat, catégorie biodiversité », pour lequel Heike Woock et un autre bénévole ont planché jours et nuits. Un projet qui prévoit donc l'aménagement d'un jardin naturel et la mise en place de ces panneaux à Steinbrunn-le-Bas, mais aussi dans une trentaine d'autres communes, la distribution de brochures « Jardin naturel » d'information sur le sujet animée par un expert...

Un projet de 33000 € de budget, qui s'il est retenu recevrait jusqu'à 70 % de subventions. Un projet que la militante défend auprès des élus de m2A et pour lequel le public pourra bientôt voter sur Internet. Alors, affaire à suivre ! ■ M.M.

HUMOUR Tristan Lopin à l'Entrepot, à Mulhouse, du 12 au 14 avril

## Dépendance affective

L'humoriste parisien Tristan Lopin sera présent sur la scène de l'Entrepot, à Mulhouse, du 12 au 14 avril. Dans *Dépendance affective*, l'intitulé de son one-man-show, il raconte ses déboires amoureux.

Tristan Lopin a débuté sa carrière dans le monde du cinéma. « J'ai intégré l'ESRA, une école de cinéma, pour apprendre le métier de réalisateur », explique-t-il. Une fois sa formation terminée, il réalise deux courts-métrages, puis commence à travailler dans le milieu du 7<sup>e</sup> Art comme costumier et accessoiriste, notamment à New York, où il est parti poursuivre ses études. De retour à Paris, il se fait remarquer pour ses talents de conteur. Mais c'est sa rencontre avec la comédienne et humoriste Bérandère Krief qui le mènera vers le one-man-show. « Elle a lu des rubriques que j'écrivais pour un site Internet et elle m'a conseillé de monter sur scène et d'écrire des sketches parce qu'elle trouvait que j'écrivais

bien et que j'avais une énergie qui était compatible avec la scène », se souvient le comédien.

### Des cours à l'école du one-man-show

Tristan Lopin a alors commencé à prendre des cours du soir à l'école du one-man-show une fois par semaine. « Je suis monté pour la première fois sur scène dans le cadre de ces cours, souligne-t-il. Au début, je ne pensais pas du tout en faire mon métier. Ce n'était pas mon projet. »

Si l'on n'apprend pas à être humoriste, cette formation lui a tout de même permis d'avoir un cadre pour travailler les textes qu'il écrivait. En janvier 2015, Tristan Lopin présente son spectacle, *Dépendance affective*, sur la scène du Théâtre le Bout, à Paris. Puis il enchaîne sur les planches de la Comédie des 3 Bornes, le Théâtre du Marais, et enfin la Comédie de Paris, depuis le mois de janvier.

En parallèle, il poste des vidéos sur Internet. « Les vidéos me permettent d'abor-

der d'autres thématiques que celles que j'aborde dans le spectacle. Mais aussi de faire la promo du spectacle autrement qu'en resservant la soupe que je présente sur scène », précise-t-il. Il y évoque des sujets plus sociétaux comme la manif pour tous, la presse féminine ou encore la pression sociale.

Dans son spectacle *Dépendance affective*, Tristan Lopin aborde une rupture amoureuse. « Naturellement, c'est toujours terrible, surtout la première. » Et de développer : « Dans le spectacle, je parle des jours qui suivent cette rupture et comment on a du mal à penser à autre chose et du coup, je fais la rencontre de personnages qui me ramènent à mon statut de célibataire : une copine qui est enceinte, une autre un peu dépressive, une tante un peu raciste et homophobe. »

### Des chroniques sur les relations amoureuses

L'humoriste s'inspire de sa vie personnelle, « mais les choses sont transformées,



Tristan Lopin à l'Entrepôt de Mulhouse du 12 au 14 avril.

DOCUMENT REMIS

exacerbées. Je crois qu'il y a toujours un peu de soi dans les one-man-show », constate Tristan Lopin.

Ce virage pris par l'artiste l'a éloigné du milieu du cinéma, mais il avoue que pour l'instant, cela ne lui manque pas. « J'y reviendrai peut-être un jour, mais pour le moment, je suis très occupé avec le spectacle », souligne le jeune homme. *Dépendance affective*, qui tourne déjà depuis trois ans, poursuit son aventure sur les scènes de province, à l'instar de l'Entrepôt à Mulhouse. « On a des dates pour tout 2018, mais aussi déjà pour 2019. Il n'y a pas de fin de programmée. » S'il est très accaparé par son spectacle, Tristan Lopin se projette quand même vers l'avenir. « Je continue de poster des vidéos et j'écris un bouquin en parallèle. Il s'agit de chroniques sur les relations amoureuses. Sa sortie est prévue pour cette année. » ■

AUDREY NOWAZYK

► *Dépendance affective*, à l'Entrepôt de Mulhouse, du 12 au 14 avril à 20 h 30.

F31-LMU 05