



L'ART DE CRÉER *de bons moments*

Cette année pour les Fêtes, si on cassait la routine et tentait de partager des moments vraiment marquants? Entre rires autour du repas, confidences au pied du sapin et chansons traditionnelles, Noël est l'occasion parfaite pour laisser jaillir la magie et les souvenirs.

TEXTE **CHRISTELLE GILQUIN**



Les fêtes de fin d'année, ce sont les lumières scintillantes, les odeurs de cannelle et de sapin, les retrouvailles en famille ou entre amis... Mais aussi, et avant tout, la chaleur humaine, des occasions uniques de créer du lien, des émotions, des souvenirs... Et pourtant on passe parfois à côté: le dîner où tout le monde a le nez plongé sur son téléphone, la soirée identique d'une année à l'autre où chacun arrive et repart sans vraiment se sentir connecté, les conversations superficielles... "Avez-vous déjà eu la sensation frustrante de perdre votre temps lors d'un événement?", demande Priya Parker, au début de son livre *L'art d'être avec les autres*. Oui? Alors son ouvrage devrait vous intéresser. Elle y explique comment donner du sens à nos moments partagés, comment créer de véritables liens et des expériences qui laissent une empreinte durable. "Pour moi, affirme Adelaïde De Vos, fondatrice de Cabale Exquise, qui organise des surprises sur mesure, ce qui rend un moment mémorable, ce sont les émotions. Celles qui naissent d'un excellent vin, d'une conversation passionnante ou d'un moment 'waouh'. C'est propre à chacun. Ce qui compte, c'est d'en repartir en se disant: 'J'ai vraiment passé un super moment.' On ne peut pas forcer cette impression, mais on peut créer les conditions pour qu'elle surgisse." La preuve en 9 pistes, à appliquer sans attendre pour les Fêtes!

1. Le cœur de vos retrouvailles

Organiser les fêtes de fin d'année, c'est souvent avant tout du pratico-pratique: déco, repas, cadeaux... Bien sûr, tout cela compte – selon Valérie Pels, organisatrice d'événement, une soirée où les gens mangent bien et ne s'embêtent pas est déjà une soirée réussie! – mais ce qui rend vraiment un moment mémorable, c'est de réfléchir aux raisons qui nous poussent à nous réunir. "Lorsqu'on ne s'interroge pas sur les motifs profonds pour lesquelles on se réunit, écrit Priya Parker, on finit par revenir trop rapidement aux formats habituels et formels." Valérie Pels confirme: "Pour chaque moment festif, il faut réfléchir plus loin que l'objectif initial: s'agit-il d'exprimer de la gratitude envers quelqu'un, de renforcer le sentiment d'appartenance, de s'offrir un moment de détente, de se créer des souvenirs autour d'une activité insolite...? La soirée ne sera pas la même en fonction." L'objectif choisi agit en effet comme un filtre: c'est lui qui va orienter le choix de l'ambiance, des activités, même du repas.

EN PRATIQUE

Qu'est-ce qui va rendre cette fête de Noël différente des autres? Imaginez ce que vous aimeriez voir se produire pendant votre soirée et bâtissez votre objectif à partir de là. Voulez-vous profiter de Noël pour aider votre nouveau beau-frère à s'intégrer? Prévoyez par exemple quelques activités pour mieux vous connaître: des questions piochées au cours de la soirée (ex.: "Quel est ton film de Noël préféré?", "un talent caché?"), un petit discours sur les us et coutumes de votre famille, les spécialités culinaires de chacun, un jeu de "Qui est-ce?" familial... Voulez-vous axer sur la créativité plutôt que la consommation? Pourquoi ne pas remplacer les décors de Noël et les cadeaux par du fait-main? Voulez-vous créer une fête solidaire? Proposez à chacun d'apporter des objets et créez des paquets que vous offrirez à une association dès le lendemain...

2. Une attention pour chacun

"Pour une fête qui ne ressemble à aucune autre, il faut penser personnalisation", conseille Valérie Pels. L'idée: créer une célébration qui reflète vraiment les personnes présentes. "Partez des passions de vos invités, de leurs traits de personnalité, de leur histoire ou même de leurs couleurs préférées pour construire une soirée à leur image."

EN PRATIQUE

Pour les fêtes de Noël, Adelaïde De Vos nous suggère de glisser de petites attentions sur mesure: une photo d'enfance ou un objet fétiche pour marquer la place de chaque invité, une playlist où chacun retrouve sa chanson préférée, en dessert, offrir à chacun sa pâtisserie préférée. Vous pouvez aussi imaginer un petit rituel familial créé pour l'occasion: écrire un vœu pour chacun pour l'année à venir, partager un souvenir drôle ou émouvant de l'année écoulée, offrir un minicadeau symbolique qui a du sens pour chacun... "Penser à ces détails n'est pas compliqué, assure-t-elle. Cela prend un peu de temps, mais l'émotion qu'ils créent en vaut la peine." →



→ 3. Avec un peu d'avance

Certes, votre événement aura lieu le 25 décembre, le 31, ou à une autre date précise, mais 90 % de sa réussite se joue avant le jour J. "Pour qu'un événement soit réussi, souligne Adelaïde De Vos, il faut que tout paraisse fluide dès l'arrivée des invités." "Une bonne préparation crée une base solide, ajoute Valérie Pels, ce qui permet de garder son calme face aux couacs inévitables." L'astuce d'Adelaïde De Vos: "J'aime terminer les préparatifs de mes cabales une ou 2 semaines avant la date. Cela crée un petit sas de décompression qui permet d'ajuster les détails et de peaufiner l'ambiance." Profitez aussi de ce laps de temps préalable pour déjà plonger vos invités dans l'ambiance. Comme le rappelle Priya Parker, un événement commence dès qu'on en parle: dès l'invitation, vos invités l'imaginent déjà. Pourquoi ne pas les impliquer en faisant déjà appel à eux ?

EN PRATIQUE

Prévoyez d'être prête, autant que possible, quelques jours avant la fête. Pour déjà impliquer vos invités, vous pouvez par exemple leur demander une photo d'enfance, un bricolage en lien avec la thématique, un texte court ou le titre de leur chanson préférée...

4. Le plein d'ondes positives

Connaissez-vous les molécules du bonheur ? Dopamine, ocytocine, sérotonine et endorphines (D.O.S.E. en abrégé). Certaines activités les stimulent naturellement: l'activité physique et les interactions sociales pour la dopamine, le contact physique et les compliments pour l'ocytocine, la nature et la lumière du jour pour la sérotonine, le rire, la chaleur et la - musique pour les endorphines.

EN PRATIQUE

Bonne nouvelle, certaines activités peuvent booster ces 4 molécules simultanément. Pour un réveillon, vous pouvez par exemple lancer un petit atelier créatif partagé - décorer une boule de Noël, écrire un vœu pour l'année à venir ou préparer une bannière collective. Ces moments stimulent la dopamine (le plaisir de créer), l'ocytocine (le lien), la sérotonine (le calme) et les endorphines (le rire). Autre idée toute simple: une courte balade tous ensemble pour regarder les illuminations de Noël dans votre quartier. Grâce à la lumière, au mouvement et aux échanges, vous aurez une dose de joie complète.

5. Soirée fluide

Pendant les fêtes de Noël, on a souvent envie que tout roule tout seul: que les conversations se lancent naturellement, que chacun soit à l'aise, que l'on passe à table "au bon moment" et que la soirée trouve son rythme sans effort. Mais, comme le rappelle Valérie Pels, un moment fluide est rarement le fruit du hasard. "Il faut clairement quelqu'un qui mène la danse, explique-t-elle. Quelqu'un qui sente l'ambiance: est-ce que les gens ont envie de musique ou de calme? Est-ce qu'on passe à table maintenant, ou vaut-il mieux prolonger l'apéritif? Est-ce que quelqu'un a l'air isolé et mérite qu'on l'intègre davantage?"

Autrement dit, un chef d'orchestre discret, qui garde un œil tendre sur tout ce qu'il se passe, pour que les invités n'aient rien à gérer et puissent simplement profiter. Cette idée rejoint ce que décrit Priya Parker: beaucoup d'hôtes veulent tellement être "cool", "détendus", "non intrusifs", qu'ils finissent par ne plus exercer aucune forme de guidance. Mais renoncer complètement à ce rôle crée un vide. Et ce vide, ce sont les invités eux-mêmes qui doivent le combler... ce qui peut générer des flottements, des malaises ou des soirées qui "ne décollent pas".

EN PRATIQUE

Accueillez chaque invité personnellement, même si vous êtes derrière les fourneaux. Cela met immédiatement à l'aise. Lancez la première conversation, puis relancez doucement si nécessaire: une question drôle, un souvenir, un petit jeu... Il est important de faire circuler la parole, surtout dans les familles où certains parlent beaucoup plus que d'autres - "et toi, Clémentine, qu'en penses-tu?" Ou détourner une conversation qui prend un tour un peu vindicatif. Observez les signes: quelqu'un semble isolé? Une conversation tourne en rond? Certains consultent leur téléphone depuis plus de 10 minutes? Intervenez subtilement. N'hésitez pas aussi à annoncer les moments-clés: "On passe à table dans 5 minutes", "On ouvre les cadeaux après le dessert"... Cela évite les flottements.



6. Esprit de partage

L'un des signes d'une réunion réussie, selon Priya Parker, est que les liens entre les invités se sont approfondis à la fin de la soirée. Or, ceux-ci ne s'approfondissent pas tout seuls, même lorsque les gens se connaissent déjà. Personne mieux que l'hôte ne peut susciter des moments boosteurs de liens.

EN PRATIQUE

Vous pouvez inviter les gens à changer de place à chaque plat, ou susciter des conversations profondes en posant des questions qui créent le dialogue : quel est ton souvenir le plus drôle de Noël ? Quelle chanson de Noël te fait changer immédiatement d'humeur ? Quel cadeau t'a le plus marqué enfant ? Quel rituel familial de Noël adores-tu... ou souhaites-tu secrètement modifier ? Quel a été ton petit ou grand moment de fierté cette année ? Quel rêve ou projet te ferait vibrer l'année prochaine ?

7. Magie de la surprise

Qu'est-ce qui rend un événement mémorable ? L'effet de surprise, pardi ! À Noël, c'est même l'un des ingrédients les plus puissants. Une attention inattendue, un geste symbolique, une activité qui sort du cadre... De quoi créer de vrais instants de magie. "Les surprises viennent casser la routine, et bousculer la vie de leurs destinataires, confie Adelaïde De Vos. On est proche du voyage intérieur. C'est un moment de pause où l'on réalise tout ce qu'on a traversé au cours de l'année, et à quel point on compte pour les personnes qui nous entourent."

EN PRATIQUE

Pas besoin d'en faire beaucoup : une petite touche de surprise suffit déjà. Pourquoi ne pas instaurer des règles éphémères ? Par exemple, le soir du réveillon, vous ne pouvez pas vous servir à boire tout seul : demandez à quelqu'un de le faire pour vous. Ou encore placez des photos de vos invités sur le sapin de Noël ou sur les cadeaux... Créez des premières fois, car ce sont celles dont on se souvient le plus : première fois qu'ils goûtent un ingrédient insolite de Noël (chocolat aux épices rares, insectes comestibles version festive), première fois qu'ils écrivent un poème ou une lettre surprise pour un autre invité et le déposent dans une "boîte aux lettres magique"...

8. Accueil chaleureux

Des études montrent que l'on se souvient surtout des 5 premiers pourcents de la soirée, des 5 derniers, et d'un moment culminant au milieu. Soigner l'arrivée des invités est donc essentiel. "L'arrivée des invités est clairement un moment-clé, estime Adelaïde De Vos, car elle donne la première impression de la soirée." Elle répond aussi aux questions qu'ils se posent : "Que va-t-il se passer ici ? Suis-je entre de bonnes mains ? Est-ce que cela en vaut la peine ?" Autre raison pour laquelle le début d'une soirée est primordial : vous ne savez pas ce que vos invités ont vécu juste avant de venir. Une mauvaise nouvelle ? Un embouteillage ? Une dispute conjugale ? "Si vous ne créez pas de transition avec ce que ces personnes ont vécu auparavant, soutient Priya Parker, elles risquent d'être ailleurs au moment crucial de votre événement."

EN PRATIQUE

Soyez prête avant l'heure H pour pouvoir souffler un moment et être toute à vos invités lorsqu'ils arriveront. "Ma consigne, pour tous les événements que j'organise, c'est d'être fin prête une demi-heure avant l'arrivée des invités – on ne sait jamais qu'un invité arrive plus tôt." confie Valérie Pels. Ce n'est pas le cas ? Pas de stress. "Rien de pire que de débarquer chez quelqu'un qui est stressé parce que le repas n'est pas prêt, glisse Adelaïde De Vos. Au contraire, prenez-le à la légère, continuez à préparer le repas tout en discutant avec vos invités. Cela changera la donne."

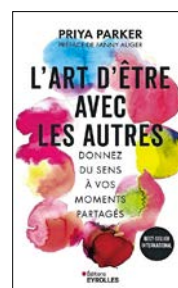


9. Fin en douceur

De la même manière qu'il y a un moment d'accueil en début de soirée, il doit y avoir un moment de préparation à la fin. Cette étape se fait en 2 temps : regarder vers l'intérieur (se remémorer ce qu'on a vécu, resserrer les liens une dernière fois) et se tourner vers l'extérieur (se préparer à se séparer et à reprendre le cours de sa vie, enrichie de tout ce qui vient de se passer).

EN PRATIQUE

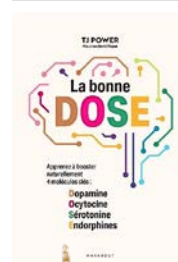
Offrez un petit cadeau d'adieu aux participants, citez une phrase marquante prononcée par vos invités durant la soirée ou demandez à chacun quelle bonne résolution il s'engage à tenir dès le lendemain... C'est également le moment idéal pour rappeler subtilement l'objectif de la soirée : "L'idée de cette soirée était de mettre de la chaleur dans nos cœurs. J'espère que ce que nous avons vécu ensemble ce soir continuera de nous accompagner, comme une braise qui réchauffe longtemps encore après la fête. ●"



ALLER PLUS LOIN

À lire

- *L'art d'être avec les autres. Donnez du sens à vos moments partagés*, Priya Parker, éd. Eyrolles.
- *La bonne DOSE. Apprenez à booster naturellement 4 molécules clés : dopamine, ocytocine, sérotonine, endorphines*, TJ Power, éd. Marabout.



Contacts

Cabale Exquise : des surprises sur mesure avec comédiens, décors et lieux insolites, cabaleexquise.com et cabaleexquise sur Instagram.
Creativ'Event : organisation de mariages et d'événements, creativevent.be.

