



>> Yoneko (à gauche) et sa sœur Gwenny

Une femme aux multiples talents

Yoneko Nurtantio est une femme aux diverses casquettes, jonglant entre les projets. Elle construit un empire composé de livres, sites internet, podcasts, conférences et d'applics. Et en parallèle, elle trouve également l'énergie d'assumer son rôle de coordinatrice Affaires européennes chez Bruxelles Mobilité. Comment parvient-elle à tout combiner ?

Par Dries Gilles (BS)

Vous venez de présenter votre nouveau livre à l'ULB. Et il ne s'agit pas de votre première publication et interview pour le 1035.

En effet, c'est le cinquième livre. J'en ai déjà écrit un sur Manneken-Pis, par exemple. Mais celui qui a rencontré le plus de succès jusqu'à présent est « Zéro Gaspi », édité par Larousse en 2017. Il parle du gaspillage alimentaire et de la façon de faire des économies en jetant moins et en achetant plus intelligemment. En a découlé une application avec des recettes, un site web, des conférences, le tout sous la bannière Just Keep It...

Et vous faites tout cela toute seule ?

Pas du tout. C'est une entreprise familiale. Ma mère, ma sœur ainsi que mon père y contribuent activement. Par exemple, lorsque ma mère a remarqué que je n'étais même pas capable de préparer des macaronis au fromage, elle a noté une série de recettes qui ont finalement été intégrées dans notre app (rires).

Votre nouveau livre « Il en faut peu pour travailler mieux » peut se résumer, selon votre sœur,

comme le livre que vous auriez voulu lire avant d'entrer dans la vie active. Est-ce un livre de développement personnel ?

Il vise avant tout à promouvoir une vie heureuse au travail, basée sur la prévention. Mes origines asiatiques y contribuent également. En effet, comme on dit là-bas, mieux vaut prévenir que guérir. Bien sûr, le livre contient de nombreux conseils,



notamment pour apprendre à dire non ou à réseauter. Mais il va aussi en profondeur, en posant des questions telles que : « Est-il pertinent de travailler un grand nombre d'heures ? »

Est-ce le cas ?

Eh bien, il faut savoir qu'on ne peut être vraiment productif que trois heures par jour... Il s'agit surtout de poser les bonnes questions. D'ailleurs, ce sera l'une des

grandes compétences de l'avenir, surtout compte tenu de l'émergence de l'intelligence artificielle. Toutefois, le livre ne résoudra pas tous les problèmes rencontrés au travail. En effet, il faut aussi tenir compte des questions structurelles qui ont un impact, comme la possibilité de travailler à temps partiel.

Qu'est-ce donc le kooching ?

Ce terme est dérivé du mot chat en indonésien. Le livre vous explique comment apprendre à travailler tel un chat : de manière détendue, tout en gaspillant le moins d'énergie possible.

Bonne chance pour la suite, Yoneko



« Il en faut peu pour travailler mieux » :
www.coachorganisation.com
 L'app : www.justkeepit.be
 Réseaux sociaux : @NurtantioProjects