

Maeva Pleines a vécu seule en forêt durant une semaine pour son podcast *Une citadine dans la brousse*

# Elle s'est essayée au survivalisme

« CLAIRE PASQUIER

**Expérience** » Parce qu'il « va bien y avoir une couille dans le système, autant savoir survivre ». Ce constat, c'est Maeva Pleines, Bulloise expatriée à Bienne et journaliste au *Journal du Jura*, qui le livre dans l'épisode introductif de son podcast *Une citadine dans la brousse*. Avec son amie de longue date Audrey Bersier, artiste sonore, elle propose une plongée dans le monde du survivalisme. En dix épisodes, elles promettent de dérouler différents thèmes en alliant les côtés informatif de ce format audiophonique.

L'idée de créer un podcast est venue à Maeva Pleines en postulant pour un appel à projets de la RTS en 2020. « Notre projet a été retenu parmi les finalistes sur près de 200 dossiers, mais le Covid est venu interférer avec les budgets », explique-t-elle. Pas découragées, les deux trentenaires choisissent de le réaliser de façon indépendante. Pourquoi aborder le survivalisme? « C'est quelque chose de fascinant, parce qu'il y a le côté hypercool de la débrouille, mais aussi un peu ridicule où l'on imagine des gens ultra-névrosés avec leurs boîtes de conserve. »

**«Le plus difficile à gérer a été le mental: l'ennui et le manque de nourriture»**

Maeva Pleines

*Une citadine dans la brousse* dépeint une fille de la ville caricaturée, interprétée par Maeva Pleines. Elle a joué le rôle jusqu'au bout, puisqu'elle a expérimenté la survie, seule, sept jours dans une forêt helvétique. Pour accentuer le côté « citadine dans la brousse », Audrey Bersier est allée la kidnapper un jour d'avril 2020. Lui a laissé cinq minutes pour préparer ses affaires et l'a entraînée dans un endroit très reculé, sans traces de vie alentour. « Ce jour-là, elle est partie en chaussures de marche et en robe », sourit Audrey Bersier.

Maeva Pleines n'est partie qu'avec des connaissances théoriques dans son sac à dos. « Pour le podcast, j'ai mené plusieurs interviews d'experts avant mon départ, mais je n'ai



Maeva Pleines (à gauche) et Audrey Bersier envisagent de réaliser une saison 2 de leur podcast. « De la survie dans la neige ou en nomade? » s'interrogent-elles. Alain Wicht

suivi aucune autre préparation. » Alors que le monde vit son premier confinement, les deux complices décident que Maeva Pleines garde un téléphone avec elle, en cas d'extrême urgence. « Mais il est resté éteint », assure-t-elle.

## Des débuts cocasses

Le début de la semaine commence de la pire des manières pour la journaliste. « Je me suis perdue le deuxième jour alors que j'étais partie à la cueillette de champignons. » Elle qui pensait pourtant avoir mémorisé le chemin jusqu'à son campement craint le pire. Le soleil commence à se coucher, et elle n'a emporté aucune affaire. « J'ai eu l'idée de me placer en hauteur pour observer les alentours, et j'ai remarqué mon sac à dos orange au loin. En fait, j'étais passée quinze fois devant mon campement! »

Pour s'occuper au bord du feu: un bloc-notes et son micro,

qu'elle surnomme Wilcro en hommage à Wilson, le célèbre ballon de Tom Hanks dans le film *Seul au monde*. « Le plus difficile à gérer a été le mental: l'ennui et le manque de nourriture. » Maeva Pleines se rend compte qu'elle subit une désintoxication express de sa vie de

citadine: exit la malbouffe et les écrans. « J'ai un rythme de vie assez dynamique à la ville. Là, je ne savais pas quoi faire de moi-même. »

Elle ne mange pas beaucoup, mais suit les conseils de l'herboriste Nina Fischer. « Avant de manger une plante, il faut la fro-

ter contre sa peau, contre une muqueuse et la goûter en micro-dose. S'il n'y a pas de réaction, alors c'est comestible. » Les quelques trèfles grignotés seront sa seule nourriture. « Pour compenser, j'ai bu beaucoup d'eau filtrée du ruisseau au bord duquel je m'étais établie. » En une se-

maine, elle perd trois kilos. Audrey Bersier revient sept jours plus tard avec des chips et du saumon, entre autres. « Un vrai festin! » s'amuse Maeva Pleines. « Je l'ai retrouvée dans un état très posé, presque mélancolique », se souvient Audrey Bersier.

## Valoriser son confort

La citadine qui avait en tête ce « cliché transformationnel » s'est-elle découverte? « Non! En une semaine, tu te rends compte que tu es nulle et que ça prend des années pour apprendre à survivre en pleine nature », sourit Maeva Pleines. N'empêche, elle a tiré quelques enseignements de cette expérience, dont le fait de valoriser ses « commodités modernes » à son retour. Le podcast se veut aussi un espace de réflexion, notamment sur l'utilité du survivalisme. »

## PODCAST DISPONIBLE EN JUILLET SUR LES PLATEFORMES

Alors que la partie expérimentale et les interviews sont bouclées, Audrey Bersier et Maeva Pleines arpentent encore la région pour capter une diversité de sons qui rendra l'écoute immersive. « Je suis équipée d'un micro binaural qui imite la position et l'écoute des oreilles humaines », détaille Audrey Bersier. Cette diplômée en cinéma de l'Ecole cantonale d'art de Lausanne s'occupe de mixer les sons et de monter les épisodes.

Distribué gratuitement sur les plateformes d'écoute dès le mois de juillet, le podcast fera intervenir plusieurs experts dont un guide de montagne, un expert en survie, une experte en plantes sauvages, un

psychologue et un sociologue auteur d'un livre sur le survivalisme.

Si les deux Gruériennes ont réalisé ce travail sur leur temps libre, elles inscrivent cette démarche dans un cadre professionnel. Afin de rentrer dans leurs frais et de rémunérer la comédienne qui intervient en introduction, le musicien qui habille le podcast de mélodies et le dessinateur qui a illustré le projet, elles ont lancé un financement participatif sur la plateforme WeMakelt, qui se termine dans une dizaine de jours. Et Maeva Pleines de plaider: « Ce n'est pas parce que c'est immatériel que ça n'a pas de valeur. » CP

VIDÉO [laliberte.ch/videos](https://www.laliberte.ch/videos)

PUBLICITÉ

**Alarme Croix-Rouge**

Une sécurité sur mesure et à portée de main



026 347 39 52

alarme@croix-rouge-fr.ch  
www.croix-rouge-fr.ch

## Fribourg défend sa stratégie de dépistage du Covid

**Pandémie** » Début janvier, deux députés avaient interrogé l'exécutif relevant un manque d'anticipation du canton.

L'Etat de Fribourg défend le dispositif mis en place pour tester les patients potentiellement atteints par le coronavirus. Dans une question parlementaire déposée début janvier, au plus fort de la cinquième vague, les

députés libéraux-radicaux Sébastien Dorthe (Matran) et Savio Michellod (Granges) relevaient notamment « un manque d'anticipation en matière de capacité de tests et de vaccinations conduisant des Fribourgeois à être dans l'impossibilité d'obtenir un rendez-vous dans des délais acceptables, poussant même certains à se faire tester dans d'autres cantons. »

Dans sa réponse, le Conseil d'Etat indique: « En raison de sa haute contagiosité, le variant Omicron s'est propagé de manière fulgurante en parallèle à la vague du variant Delta, de sorte que le nombre de nouveaux cas positifs par jour a été plus de cinq fois supérieur aux pics des dernières vagues. Cela a en effet mis à rude épreuve les capacités de tests. Par ailleurs, si des Fribour-

geois sont allés se faire tester à Berne par exemple, des citoyens du canton de Vaud, notamment, sont venus se faire tester à Fribourg durant les fêtes. »

Le pouvoir cantonal poursuit: « L'Office fédéral de la santé publique a communiqué le 14 décembre 2021 des directives aux cantons afin de tester en priorité les personnes symptomatiques et de casser ainsi au plus vite les

chaînes de transmission. Au moment du dépôt de la présente question, la plupart des centres cantonaux de tests n'accueillaient quasiment plus que des personnes présentant des symptômes. La situation s'est stabilisée début février 2022 et permet aujourd'hui de couvrir la demande en tests, que ce soit pour les personnes symptomatiques ou non. » » NICOLAS MARADAN