

**170
PAGES POUR
MIEUX GÉRER
SON TEMPS**

BUSINESS

Analyse : plus facile de faire les
bilans que les 4 chiffres

COLLÈGES

Collègues, le plaisir
en mode start-up

ENTREPRENDRE

Mettre sa tête sur
épaule pour en valoir

COACHING

Revenir à 50 ans,
après un burn-out

CHARGE MENTALE

**LES MÉTHODES
DES EXPERTS
POUR L'ALLÉGER**

Les sources de
stress à éliminer

Les bonnes
habitudes
à prendre

Les recettes
pour gagner
en efficacité

+
Pourquoi les
femmes sont les
plus touchées

ET LES HOMMES DE PLUS
EN PLUS CONCERNÉS

Le magazine coach pour progresser dans son job

20 idées pour se mettre à son compte

Consultant, informaticien, détective... Les possibilités ne manquent pas pour devenir indépendant. Quelques pistes prometteuses.

Free-lances, professions libérales, exploitants agricoles, artisans, commerçants ou chefs d'entreprise, l'Hexagone compte 2,8 millions de travailleurs non salariés. Si, comme eux, vous rêvez d'indépendance, voici quelques secteurs où vous pourrez vous affranchir d'un patron et créer votre propre activité.

/ Aide à domicile /1/ Garde d'enfants, assistance à la personne ou petits travaux : plus de 2 millions de particuliers sollicitent du personnel qualifié pour les aider au quotidien. De quoi booster un secteur qui compte 1,4 million de professionnels, selon Bercy. Le travail se fait directement chez le client.

/ Animal-sitter /8/ Gardien de chat, promeneur de chien ou laveur d'aquarium : avec 63 millions d'animaux de compagnie, la France caracole en tête des pays qui adorent les bêtes. N'hésitez pas à inventer de nouveaux services : prêt ou échange de toutous, accompagnement de fin de vie...

/ Artisan /5/ Après le numérique, l'artisanat est le deuxième secteur le plus porteur en matière de reconversion professionnelle. L'artisanat d'art, en particulier, attire de jeunes diplômés créatifs qui veulent dépoussiérer des activités traditionnelles. La mode ou le commerce de bouche voient également leurs pratiques renouvelées. La cheffe Rougui Dia a ainsi créé Un amour de baba, un concept-store pâtisseries qui remet au goût du jour le fameux gâteau au rhum.

/ Artisan du bâtiment (second œuvre) / La construction a besoin de monde : le nombre de créations d'entreprises dans ce secteur a augmenté de 10% entre mars 2018 et mars 2019. «Et les autoentrepreneurs

se portent bien», souligne la Fédération nationale des autoentrepreneurs et microentrepreneurs (FNAE). Sont demandés en particulier les maçons, couvreurs, plombiers, menuisiers et électriciens.

/ Coach / Ils seraient au moins 4 000 en France. Le métier, qui n'est pas réglementé, regroupe toutes sortes de spécialisations : développement personnel, sport, langues, rangement et même amour... Pour trouver sa clientèle, il faut connaître son sujet sur le bout des doigts et suivre une formation.

/ Commerçant ambulant /7/ Après le succès des food trucks, on redécouvre le commerce ambulant avec ces «colporteurs» qui vendent sur les foires, les salons et les marchés. L'activité nécessite moins d'investissement qu'une boutique. La carte de commerçant ambulant, délivrée par le Centre de formalités des entreprises, est obligatoire.

/ Consultant / Que ce soit en communication, en stratégie ou en informatique, les consultants sont très recherchés par les entreprises, à condition d'afficher une belle expérience. Ils sont 38 500 en France, selon Syntec (+ 10% chaque année). Les indépendants experts en marketing, e-commerce et sécurité informatique peuvent notamment prospecter le marché des TPE-PME : seules 11% d'entre elles utilisent des outils numériques et elles ne s'en servent pas de manière efficace.

/ Détective privé /4/ Sherlock Holmes vous fait rêver ? De 2010 à 2016, le chiffre d'affaires des enquêteurs privés est passé de 50 à 67,5 millions d'euros en France, selon l'Insee. Adultère, fugue, enquête informatique : à chacun de choisir sa spécialité.

/ E-œnologue / On recense 200 start-up dans l'univers du vin. Les petits producteurs ou cavistes indépendants sont friands de solutions capables de doper leur business. Lancée par l'amateur de vin naturel Jean-Hugues Bretin, l'application Raisin promeut, par exemple, les vins issus d'une agriculture respectueuse de l'environnement.

/1/



/2/



/3/



/4/



Services personnalisés, anciennes activités remises au goût du jour, un zeste de passion... Et le tour est joué!

/5/



/6/



/7/



/8/



/ Free-lance IT (informaticien) / «Ils gagnent mieux leur vie en solo qu'en étant salariés», assure Grégoire Leclercq, président de la FNAE. Développeurs, codeurs ou motion designers, ils seraient près de 31 000 dans l'Hexagone, selon le site spécialisé Le Hibou.

/ Gérant de chambre d'hôte / On compte en France 60 000 chambres d'hôte pour 23 000 loueurs, qui doivent respecter une réglementation et un cahier des charges précis (lire *Management* n° 276). Selon les zones géographiques, il existe des subventions départementales et/ou européennes.

/ Green businessman / Le changement climatique et la sauvegarde de la planète génèrent de nouvelles activités prenant en compte les coûts financiers et environnementaux, l'utilisation d'énergie, le stockage et l'élimination des déchets. Economie de la mer, produits bio, énergie propre... à vous de trouver votre créneau. Comme Alexis Krycève, ciblez une clientèle professionnelle, plus rentable que le grand public. Sa start-up Gifts for Change propose des objets promotionnels écoresponsables. Monoprix, EDF, Chanel et Air France lui font déjà confiance.

Economie de la mer, produits bio, recyclage... N'hésitez pas à mettre une touche de vert dans votre business.

/ Happiness officer / Son job : proposer des solutions innovantes pour que les salariés se sentent plus heureux au travail et favoriser une ambiance qui permette aux entreprises de recruter les meilleurs candidats. Charlotte Pignal **/3/**, la fondatrice d'Inspire Morning, organise par exemple des séances de musique live, de méditation, de yoga ou des petits déjeuners bonne santé le matin, entre 7 et 10 heures, dans les locaux de ses clients.

/ Manager de transition / Pour amorcer ou accompagner une phase de changement, les petites et moyennes entreprises sont souvent à la recherche de ces «patrons par intérim» dotés d'une bonne expérience en gestion de projet. Des spécialistes des

urgences que la crise n'affecte pas, bien au contraire. Leur boulot, c'est de la gérer...

/ Producteur de contenus / En format vidéo, audio ou simple texte, les entreprises misent sur les contenus. Non sans raison : 95% des consommateurs les estiment importants dans leur décision d'achat, d'après l'étude américaine Shotfarm Product Information. Rédacteurs, traducteurs, vidéastes et pros du référencement ont donc une carte à jouer.

/ Recycleur / Créer des produits valorisés à partir de rebuts, tel est le principe de l'*upcycling* ou «surcyclage». Prenez des chutes de toiles publicitaires, d'uniformes ou de sièges d'avion et faites-en des sacs à main ou des accessoires. C'est l'histoire singulière de Bilum, fondée par Hélène de La Moureyre.

/ Restaurateur solidaire / Vous avez une fibre sociale ? Inspirez-vous de Flore Lelièvre, qui a fondé Le Reflet, à Nantes. Son restaurant cartonne (240 000 euros de chiffre d'affaires en 2018) en faisant travailler une majorité de personnes trisomiques. Elle ouvre un second établissement cet automne, à Paris.

/ Taxidermiste /2/ Un métier de passionné qui se pratique presque toujours en solitaire. Sur les 300 ateliers français, seul un petit nombre emploie des salariés. Attention : toute naturalisation est soumise à autorisation. Le Syndicat des naturalistes taxidermistes de France propose des stages de formation.

/ Thérapeute «alternatif» /6/ Un secteur en plein boom : en 2017, 58% des Français ont eu recours à ce type de thérapies. Dans l'Hexagone, le nombre de naturopathes augmente de 20 à 25% chaque année, les diététiciens sont environ 11 000 (de +5 à +10% par an) et les kinésithérapeutes (renforcement de la tonicité musculaire) entre 5 000 et 6 000.

/ Traiteur végétal / En grandes surfaces, le marché de l'alimentation végétale est en hausse de 20%. Et ce n'est qu'un début : pour l'instant, seuls 3% des Français sont passés au véganisme. Des opportunités voient le jour à condition d'allier inventivité et éthique. Ce qu'a réussi Beena Paradin avec *Beendi*, un site Internet de plats végétariens. *

➡ Par Bruno Askenazi, Laura Makary et Sébastien Pierrot