Profil

Nom: Pascale Roux.

Profession: psychologue, coach pour les adolescents et leur famille, chroniqueuse radio.

Actualité: elle sort son premier livre, aux Editions Favre: *Les ados: le mystère expliqué*. Le 9 mai, à Morges, et le 6 juin, à Genève, elle animera des ateliers pour les parents. Toutes les infos sur: www.pascale-roux.com

Etat d'esprit: «Mon livre vient de sortir et j'ai le baby-blues.»

Pascale Roux

«J'ai une belle vie»

«Je vis une période intense, avec Zora, ma chatte, pour témoin privilégié.» La fille de Roselyne Fayard évoque avec passion son travail de coach pour ados et la sortie de son premier livre.

COMPLICES
«Avec ma mère, nous sommes très proches. On partage de nombreux centres d'intérêt. Il m'arrive aussi de partager avec elle des découvertes que je fais sur moi…»

«Je suis un être d'habitudes»

Elle a le soleil dans le regard. Pascale Roux, fille de la journaliste Roselyne Fayard, signe son premier livre dédié à son travail avec les adolescents, à qui elle offre son optimisme et son enthousiasme.

Texte: Céline Fossati
Photos: Claude Glunz

«J'avais quelques douleurs au dos liées au stress. Alors, je me suis offert un premier massage. Et, depuis, je suis devenue complètement accro!» Pascale Roux, coach et chroniqueuse radio, est du type passionné. Une passion qui se traduit volontiers par des heures de travail entre ses bureaux de Nyon et de Carouge (GE). En quelques années, elle s'est imposée comme l'une des références dans la compréhension du monde des adolescents, à qui elle dédie son premier livre. Partageant la même passion pour les sciences humaines que sa mère, elle donne consultations et ateliers sans compter. Alors, quand la fatigue la rattrape, elle lâche tout pour enfiler des perles et créer des colliers multicolores. Ou alors elle retrouve son frère, Olivier, coach lui aussi, pour une balade à rollers sur les quais. La famille, c'est sacré! Zora la rousse, sa chatte, incluse. «J'ai toujours vécu avec des chats. J'aime leur indépendance. Et ils sont, comme moi, des êtres d'habitudes. Ils ont besoin de rituels pour rythmer leur vie.» De solitude aussi. «Ma façon de déconnecter? Les séries télé. Là, je débranche!»

SPORT FUN

«Si je dois bouger, autant que ça soit dans la bonne humeur. Enfiler des baskets et partir courir, ce n'est pas mon truc. Il me faut un supplément de sourire. Les rollers, la grimpe… j'adore!»

Plaisirs «La notion de plaisir est essentielle à ma vie»

ELLE SE DÉTEND

«Je m'offre un massage par mois avec Sylvia Muni-Testuz. Son centre, Les sens du ciel, est à deux pas de mon bureau de Carouge.»

ELLE CRÉE

«J'ai besoin de nourrir mon côté artistique. Je peins, je crée des bijoux et je vais bientôt commencer la sculpture.»

ELLE BRONZE

«Je suis une fille du Sud et le soleil est essentiel à mon équilibre. Je suis à l'affût du moindre rayon!»

ELLE DÉCORE

«Je n'aime pas déménager. Par contre, j'adore bouger les meubles dans tous les sens, redécorer mon intérieur suivant mon humeur, y ajouter quelques fleurs…»