



Partir chez soi

Changer de regard, s'ouvrir à l'inattendu
Sébastien de Fooz

Instagram : [@slowcity.brussels](https://www.instagram.com/slowcity.brussels)

Facebook : [SlowCity](https://www.facebook.com/SlowCity)

Twitter : [@SlowCity_BXL](https://twitter.com/SlowCity_BXL)

Youtube : [SlowCity](https://www.youtube.com/SlowCity)

Site internet : <https://www.sebastiendefooz.com/>

Éditions Racine
Couverture souple
140 x 120 mm
128 pages
Parution : octobre 2019
19,95 €

Disponible dans toutes les bonnes librairies
et sur www.racine.be

Partir chez soi

Changer de regard, s'ouvrir à l'inattendu
Sébastien de Fooz

**Comment trouver du sens dans une vie routinière ?
Comment trouver du sens là où l'on est ? Comment
retrouver de l'inspiration quand nous sommes
désorientés ? Une vie routinière est-elle forcément
vouée à l'absence de sens ?**

Parti pendant un mois dans sa propre ville, sans rentrer chez lui ni sonner aux portes de ses amis, Sébastien de Fooz s'est donné pour objectif d'observer quel changement de perspective s'avère possible à partir du moment où un autre regard est posé sur ce qui nous entoure. Au travers de cette expérience, l'auteur donne des pistes de réflexion pour réinvestir, en changeant de regard, son quotidien sans nécessairement devoir changer de vie. Ce voyage est une métaphore de la vie de l'homme moderne qui ne sait pas vers où il va et qui doit faire face à l'anxiété que cela génère.

« Je marche pour tous les visages rencontrés dans ce périple confrontant. Ils ont été une occasion de traverser un espace intérieur, souvent nouveau et inattendu. Ils offrent à ce périple urbain une dimension vertigineuse et infinie. »

Sébastien de Fooz est auteur, conférencier et animateur. Suite à des marches au long cours (Jérusalem, Rome et Saint-Jacques), il anime des ateliers sur le thème de la confiance et de l'inspiration, ainsi que des ateliers sur le changement de regard pour contribuer à rendre le déplacement urbain plus serein. Après une maîtrise en Sciences de l'information (IHECS) il s'est formé à l'analyse de crise, de management de risques et à la gestion du stress et de l'agressivité (Vesalius, INC).

Racine // CONTACT // POUR TOUT RENSEIGNEMENT OU DEMANDE DE SERVICE DE PRESSE, MERCI DE VOUS ADRESSER À Michelle Poskin | +32 (0)2 646 44 44 | michelle.poskin@racine.be

Éditions Racine | Tour & Taxis, Entrepôt Royal - Avenue du Port, 86C / bte 104A, B-1000 Bruxelles.

www.racine.be |    

Si vous ne souhaitez plus recevoir nos newsletters, n'hésitez pas à nous en faire part à info@racine.be www.racine.be/fr/la-vie-privee