

# EUROCOMPATIBLE

## Ière partie : le recyclage

Schatzeli !! Schatzeli !! Schatzeli !! Hey, vous l'avez vu mon mari? Un joli garçon , vous avez dû le voir forcément. Heureusement vous l'avez pas vu, après c'est encore dangereux pour moi, il est tellement joli.

Ca me fait plaisir vous êtes là, aujourd'hui c'est ma journée de <sup>Usages</sup> ~~recycling~~ <sup>à recyclage</sup> -

Peut-être vous avez quelque chose je peux rajouter à la pile?

René-Louis vous le voyez tout à l'heure je vais vous le présenter, il est super. Il est déjà <sup>c'est un garçon</sup> parti, il est allé poser une installation du recycling. Ca c'est depuis toujours une question importante pour nous. On s'est rencontré en Suisse allemande : sa boîte l'avait envoyé là. On était à une soirée chez un copain, et là ça a tout de suite fait clic-clac-dans-l'oeil-de-l'un-de-l'autre hein, le coup de foudre s'est presque vu dans la pièce. Le lendemain, au bureau, j'avais 3 roses, une carte, l'invitation pour le souper déjà là il faisait bien à manger, viens chez moi, j'habite chez un copain" mais le copain il était sorti. Six mois plus tard on avait l' appartement. Mais vraiment petit 1 1/2 pièce vous voyez comme c'était..... enfin à l'époque on avait pas besoin de tellement de la place. Sauf que tout de

suite on a dit : on doit faire le <sup>recyclage -</sup> recycling pour la planète. Wouai, une fois, <sup>Alors là une fois j'ai</sup>  
<sup>j'ai une crise de nerfs -</sup> j'ai fait une crise, mais alors là ! On avait tellement de sacs, de cornets  
 partout, les sacs avec le pain sec, les piles, les boîtes, les bouteilles enfin  
 bref ~~vous connaissez quoi, je devenais folle~~. Tout d'un coup j'ai pris les  
~~sacs de poubelles~~, j'ai dit : "maintenant j'en ai marre de ce chenis", <sup>j'ai pris les pds</sup> je les ai  
<sup>des poubelles je les ai rempli et je les ai jeté sur le trottoir</sup> remplies ces grandes poubelles et je les ai foutues sur la route. Mon  
 Schatzeli, ~~il~~ m'avait jamais vue comme ça. "Aïe Trésor, mon Trésor, tu  
 peux pas faire ça ! Moi, je comprends le problème Trésor, il faut qu'il y ait  
 la place pour travailler dans la cuisine, ça je comprends très bien, alors je  
 veux faire quelque chose pour toi mon Trésor". Woui, il me dit toujours  
 Trésor. Avant il me disait Bijou, mais depuis j'ai entendu c'est un nom de  
 chien, j'ai dit alors non merci !, appelle-moi autrement. Il a dit OK Trésor.  
 J'aime bien, ça me fait : grouiiiiipp quand il me dit ça.  
 Quand sa boîte mère l'a rappelé en Suisse romande, moi je suis venue  
 avec biensûr, moi j'aime bien les Welches, je suis bien placée pour le dire.  
 Au retour justement il a fait un petit héritage, on a pu acheter la maison, et  
 là, tout de suite il a inventé un truc dingue. Il m'a dit "Ecoute, toi tu sors  
 un demi jour et quand tu reviens il y aura une surprise" J'ai dit bon. Alors  
 je reviens, je sonne exprès à la porte. Il ouvre et "Bonjour Madame, je  
 vous prie entrez, attention, arrêtez-vous, fermez les yeux et il m'amène  
 dans cuisine et "Voilà. Regarde !" Vous pouvez pas croire ! Une

installation extraordinaire! Il avait collé au plafond des plaques de charbon actif, à cause des mauvaises odeurs. Il avait fait tout un système avec un cadre et des boîtes. Deux semaines avant il m'avait <sup>dit</sup> demandé :-

Écoute

"Trésor, tu me laisses tout le chenis recycling d'une semaine" . Après il avait tout calculé le poids et le volume moyen pour chacun du matériel, le verre, le fer blanc etc. il <sup>avait</sup> construit des boîtes de différentes grandeurs

au plafond. Et de là

selon les calculs et tout ça, ça remontait au plafond comme ça. Il y avait

partaient

des câbles comme ça qui ~~partaient de chaque caisse qui arrivaient~~ <sup>partaient</sup> contre

le mur de la cuisine , je peux dire *un centrale de câbles*, hein. Avec des

<sup>manettes</sup> manettes pour bloquer, pour débloquer, des poids des contre-poids. J'ai dit

mais où tu as acheté tout ça toi. "Tu as entendu parlé on a démonté un

théâtre en ville ? Eh ben j'ai tout ça récupéré là-bas" Ca on peut dire c'était

du spectacle, tout ça bougeait, ça montait ça descendait. Il y avait une

marque rouge sur chaque câble, et quand toutes les marques rouges

étaient arrivées sur la même ligne, ça voulait dire toutes les caisses elles

étaient pleines alors on bloquait tout, et on <sup>ici on le fait le</sup> pouvait descendre tout dans le

même temps et alors là ça faisait comme ça : plop! <sup>après on mettait sur le</sup>

chariot, et on <sup>roule de la casse</sup> avait plus qu'à rouler jusqu'au garage, crouc dans le coffre,

<sup>manette offic</sup> on ferme et Hop départ. Bon "départ" et "hop" ça c'est vite dit . le faire

c'était encore autre chose hein !. Quand il fallait traverser <sup>aller de là à là</sup> de ce village-là à

~~ce village-là et après à cette ville-ci~~ pour apporter ici les vieux habits, ici

l'huile, là-bas le PET etc. Et des fois on trouvait à l'époque même pas le

container pour le sagex p.e. ou seulement un par canton. Alors !

<sup>le miracle</sup>  
L'expédition hein! Mais bon... Cette installation a été juqu'au jour ou le

soir on mangeait dans la cuisine. Tout à coup on entend crac carc crac

<sup>alah</sup>  
...on a dit on a encore les spectateurs au balcon. Les souris.... plein la

boîte du pain sec. Ces sales bêtes elles avaient réussi de passer par en-

dessus hein. Il y en avait pas qu'une... <sup>et pas seulement une</sup> un armada de souris dans cette

~~maison~~ <sup>maison</sup> On a dû faire venir <sup>un</sup> monsieur. Alors donc le jour où on a plus

~~eu~~ la sauna, parce que ici c'était la sauna avant (mais ça je vous raconte

encore après) Schatzeli m'a dit : "Ecoute je veux encore faire quelque

chose pour ce recycling et je veux arriver à la perfection. Et c'est la

perfection !

Je vous dis franchement : ça c'est maintenant dix ans d'expérience. C'est

pas un truc absolument impossible à faire. J'ai fait des photocopies pour

<sup>confesse</sup> vous, vous pouvez l'acheter, <sup>à l'éc</sup> je vous le fais 15ct. la feuille. C'est le prix

qu'on me fait, je veux pas profiter! Alors si je peux encore vous dire

quelque chose sur René et moi, ça c'est lui et ça c'est moi. On pourrait

croire c'est encore le contraire, ça c'est la -Suisse allemande et ça la Suisse

romande, mais non non non hein c'est pas si simple, il y a partout du

moche et du joli. Voilà. ~~Regardez ! La première chose, ça c'est maintenant~~



*Vous voyez* 5  
Da - devant moi 2,08

de  
l'habitude, je peux vous dire là il y a, à peu près, 2,08 frs. de matériel cette

~~semaine~~. René-Louis. quand il est parti ce matin il a dit "Ecoule Trésor.

<sup>25</sup>  
Tu vas faire 20 min. pour recycler." Parce qu'on fait des paris, hein.

*l'ancien ça*  
~~Wouai, alors, celui qui perd il paie une amende et ça on le met aussi pour~~

~~les vacances comme le recycling, mais ça je vous l'explique encore après.~~

*J'ai dit d'abord d'ici pour collecter*  
~~Alors il m'a dit 20 minutes, donc moi aussi je fais mon pari et je dis : "Toi~~

pour *collecter* (mais ça je vous raconte encore après comment ça marche)

<sup>20</sup>  
tu fais 25 min. . On aime bien, on rigole avec ces paris, de toute façon ça

*but*  
tombe dans la même caisse !!

Capital le matériel !1. le tablier, c'est mon Schatzeli il a fait le concept, il

*à mesurer les couts après ça de bon, et a dit*  
est super il fait tous les concepts, il m'a dessiné un plan, voilà tu fais une

*tu fais une poche comme ça, ici de là*  
poche là une poche ici, et moi je l'ai cousu. Il aurait pu le faire aussi, il

*comme* *les jours* *total de travail*  
sait, je lui ai appris. Une fois il est rentré du travail il avait pas le moral, il

*voilà bien aller*  
m'a raconté d'un copain divorcé qui se laissait complètement aller, il m'a

*peut un peu comme moi être*  
dit ça je veux jamais ça m'arrive, je peux toujours pouvoir me débrouiller

et être nickellito, tip top terrylène. Tu veux m'apprendre SVP de laver,

*faire*  
repasser, coudre un bouton, coudre un ourlet. J'ai dit OK mais troc troc tu

veux m'apprendre SVP de visser, dévisser, planter un clou, changer une

*comme ça*  
prise électrique. Et on a fait et bien entendu il m'a aussi appris le recycling

méthodique ce qui aux jours d'aujourd'hui est déjà utile.2. Les chaussures,

<sup>prend on travaille avec le verre le jet de</sup>  
étanches, biensûr, mais surtout résistante, parce qu'alors une fois j'ai pris  
une bouteille sur le pieds, ah vous aussi Madame, oui mais moi j'avais le <sup>il faut le dire ça se fait</sup>  
gros orteil là il était tout noir tout le tour alors j'ai dit c'est trop injuste il <sup>dit Madame. faudrait un je verre plus faibles ça peut</sup>  
<sup>avoir se faire un petit ustensile</sup> faut faire quelque chose et maintenant avec ces bottes le problème est <sup>heureusement ça daime</sup> <sup>pour aujour</sup>

<sup>dit</sup> réglé. 3. Les accessoires (elle les met en place) les gants, ah oui encore ça

je dois vous expliquer, vous pouvez le trouver dans le commerce, mais  
<sup>vs pour avoir le fabriquer est un peu plus difficile et surtout beaucoup plus cher</sup>  
c'est facile et surtout moins cher de le fabriquer soi-même, je vous <sup>mais pas facile</sup>  
~~la recette~~ <sup>je fais ça pour p. le verre</sup>  
explique pas tout maintenant, parce que le croquis pour réaliser cet objet  
<sup>15 min pour réaliser tout ça c'est bien c'est le point</sup>  
vous trouverez aussi sur la photocopie. Est-ce que là maintenant je suis  
<sup>si on me fait je verre pas profiter - et si on me demande j'ai un verre un peu resté j'ai</sup>  
prête pour commencer ? Schatzeli a dit 20 min., je fais toujours un petit  
<sup>j'aime bien je me fait avec un petit</sup>  
concours, c'est pour moi hein, regardez ma petite tomate je l'ai reçue

quand j'ai commandé un livre de cuisine. J'aime bien me chronométrer ça

<sup>c'est un peu plus de 15'</sup>  
me fait encore rire. Là on dit maintenant c'est parti 20 min. Top Chrono! <sup>c'est pas</sup>

<sup>le papier</sup> Vous voyez le carton, tout ça les premières années on a fait le recycling, <sup>c'est la belle l'opération</sup>

alors (elle scie carton) c'était pas tellement organisé hein, mais on pouvait

<sup>Ce directeur soi-même aussi le</sup> des fois soi-même le vendre hein ? Ca faisait l'argent pour la fête <sup>un peu</sup>

des mères ou pour la grande promenade ou bien on donnait pour les

<sup>je me demande</sup> aveugles, je ne sais pas comment ils font maintenant les aveugles.... enfin <sup>meint mais bon</sup>

~~bon tout ça c'était comme ça, un peu... idéaliste, les années 68, on pouvait~~

rien faire que être juste de bonne volonté. <sup>By 15</sup> Plus tard, qu'est-ce qui

<sup>Ils ont</sup> s'est passé ? <sup>ça c'est déjà bien</sup> On a mis les bennes. <sup>seulement</sup> On pouvait tout apporter. ~~Bon il y avait~~

retrast

Quand

le problème du parcours . Il fallait aller de là, à là, à là, à là, donc

forcément avoir une voiture parce que si on faisait ça encore avec le bus,

c'était carrément un jour <sup>un</sup> pour arriver au bout, et à pieds je parle même

pas. Alors voilà. Et finalement arrive <sup>mais après</sup> la taxe poubelle, <sup>avec lui ou est</sup> Moi je suis déjà

pour, mais quand même, ~~on a réfléchi avec René~~, on a dit, là y'a quelque

chose qui joue pas avec cette histoire. Regardez-<sup>le</sup> voir par ex. une boîte

comme ça. Dans la grande époque de la consommation, vous avez payé

~~une fois à celui-ci et à~~

~~cette boîte au fabricant qui l'a fabriquée, après vous avez payé encore~~

~~une fois à ceux qui l'ont remplie, ensuite au transporteur, puis aux gens~~

~~de la municipalité - après et l'avez~~

qui l'on mis dans le grand magasin . Après vous l'avez vidée ~~et ou bien~~

vous l'avez jetée, <sup>ou</sup> bien, si vous avez <sup>le</sup> sens écologique, vous l'avez mis

dans une benne et ~~alors~~ là, ~~il y avait~~ <sup>beaucoup de revendeurs</sup> des gens, ils allaient chercher la

benne ~~et revendre ces boîtes...~~ <sup>et à l'époque les gens dans les boîtes cherchaient et y avait des marges comme</sup> et ça rapportait encore pas mal, comme le

~~pour le carton - le fabricant n'est-ce qui n'est pas - on fait aussi quand on jette~~

~~papier, c'était un bon prix. Tout à coup maintenant, on doit encore payer~~

~~pour la jeter. Alors je dis ça joue pas. On paie quand on la jette~~

~~l'ancien papier dans la benne et qui après de toute façon c'est revendu.~~

commune politique. OUI MAIS, on paie aussi quand on doit aller

l'apporter dans la benne et que de toute façon c'est revendu. Et le problème

vous comprenez, <sup>et</sup> on a dit avec Schatzeli quand même au niveau de

l'écologie il y a quelque chose qui joue pas avec ça, parce que si je prends

par exemple notre quartier, 600 personnes, ça fait 200 ménages.

Chaque ménage prend sa voiture pour aller à la benne qui en général est  
très à l'extérieur des quartiers - au bout de quelques km on paie des frais ça fait  
toujours à l'extérieur des zones d'habitations hein, pour apporter tout ça.

Au bout de quelques temps en plus des frais ça fait beaucoup de pollution.

Donc on a pensé : maintenant on paie, on paie, on paie, on paie, on paie,

déjà 10 fois sur une boîte, on veut pas payer une 11ème fois. René-

Louis il a inventé un concept, il en fabrique beaucoup ça marche très bien

et on a créé une Association : L' A R U du Q E :

Association de Recyclage Unifié du Quartier Ecologique.

René-Louis lui il doit aller collecter les boîtes, chez les 30 membres de

l'association. On a une benne pour les boîtes, une pour le carton et papier,

et une pour le verre, ça aussi je vous montre encore vite après, et quand

elles sont pleines, l'association revend et on partage... au quota. Moi je sais

pas les autres ce qu'ils font avec le bénéfice, mais nous on met dans

l'enveloppe pour les vacances comme ça on a du plaisir de faire du

recyclage. Je sais pas si je vous ai déjà dit que le papier se vend au poids.

Alors les petits ruisseaux font les grandes rivières. Mais vous dites à

personne et surtout pas aux membres de l'ARUduQUE sinon ils vont dire

elle triche celle-là, mais bon qui ne triche pas aux jours d'aujourd'hui ? Par

exemple ça c'est l'aluminium ça c'est encore quelque chose à part, on a pas

encore le container, alors nous on le vend pour nous. Le plastique, c'est

il est compliqué, y'a l'aspect de différents notes, mais

pas tout à fait au point, pour le moment on s'occupe juste du PET. On le

fait pour l'écologie pure si je peux dire parce qu'on y gagne rien. Je dis <sup>avait l'air de</sup>

toujours le PET c'est du vent. (Elle ouvre la première boîte de conserve)

Et puis le fer blanc, ça c'est vraiment super, bon maintenant je dois dire

nous personnellement on en a plus tellement des boîtes, à l'époque <sup>on avait plus</sup> on

~~avait plus parce qu'on avait le chien, ça c'était quelque chose ce chien,~~

~~quelle histoire, ah la la, wouiii, parce que... je vous raconte vite encore.~~ <sup>se souvient encore</sup>

~~René-Louis, il m'a offert un chien parce que j'ai toujours..... on aime bien~~ <sup>On aime bien</sup>

manger ~~hein les deux.... on aime bien se faire des petits plats, et je me~~ <sup>les bons moi</sup>

~~plaints toujours parce que, voyez, j'ai un peu tendance de mettre de côté, si~~

~~je peux dire.~~ <sup>le jour</sup> Donc René me dit une fois "Ecoute je veux faire quelque

chose pour toi à Noël, une surprise! Arrive Noël. Mais ce Schatzeli ! Il

m'avait offert, dans un petit carton avec un ruban, un petit chien, comme <sup>fidèle comme se il était</sup>

ça il était grand, avec des poils partout, vif, vif, alors il m'a dit voilà <sup>tout le monde</sup>

maintenant la surprise Trésor, tu es obligée d'aller promener deux heures

par jour, <sup>et ça te fera le plus</sup> ça va te faire grand bien et je <sup>de</sup> l'ai fait des fois e'était même plus

que deux heures. Ça jusqu'au jour ou est arrivé ce qui est arrivé hein.

Quelle histoire hein! Mais je vous raconte encore vite après je parle plus

de ça parce que chaque fois ça me fait bloop. Je suis allée à la poste, <sup>mais j'y pense</sup>

j'avais reçu un recommandé j'ai pensé j'ai peut-être gagné quelque chose.

et là

le rallye, les sacs le barto

Je marche, et j'avais une de ces laisses avec, on pèse sur un ressort et ça fait WRUPP comme ça et ça s'étend pour le chien. Le chien était plus en

et le chien il part en avant

je marchais dans la rue

avant et tout d'un coup j'entends Hou Hou !! Je me retourne, ma copine

Huguette, je lui dis "HOU HOU, j'ai pas le temps je vais vite à la poste, et

au même moment j'entends un grand cri de pneus... un véhicule arrive en

plein vitesse alors j'ai pesé sur le bouton, mais le ressort était cassé ! J'ai

c'était

fait pour le rattraper, mais c'était déjà trop tard. Excusez ! Maintenant je

Excusez c'était

parle plus de ça, c'est seulement pour dire, on a moins de boîtes maintenant

maintenant.

pour le chien et l'enveloppe de recyclage -

L'avantage : on était plus libres pour partir en vacance : pas le chien et

ou j'oublie

l'enveloppe du recycling. On part toujours seulement René et moi. Une

année.

fois on a été en Grèce avec un autocariste allemand, c'était tout sauf

rien

typique, et il y a 2 ans... je vous raconte encore vite ça. On va à une soirée

je fait que je

On était

chez des gens, c'était une soirée de démonstration d'un aspirateur qui

ça

parle... mais là, une toquerie vous avez jamais vu un machin comme ça,

parce

un aspirateur qui dit "Le tapis est propre" ou bien " Je rentre la brosse sur

il

le linoleum" on est quand même pas bêtes à ce point, moi le ménage

mais

comme ça on lui

c'est quand même mon métier, je suis une professionnelle. Oui, ça je veux

encore vous l'expliquer: Quand on est arrivé en Suisse romande, René m'a

devant

dit écoute Trésor tu devrais penser la chose suivante de rester à la maison

de

Moi j'ai dit je veux faire mon métier, gagner mon argent, être



<sup>l'argent</sup>  
 indépendante, je veux pas devoir te demander... Non non non non c'est  
 pas ça que je veux dire ~~il fait~~. Tu es d'accord que nous on aime bien  
 vivre, manger, la bonne qualité, faire attention à la santé. Si tu vas  
<sup>Écoute</sup>  
 travailler qu'est-ce qu'on fait avec ton salaire ? On paie une deuxième  
 voiture, la femme de ménage, des impôts. Qui est-ce qui fait à manger ?  
 Une fois toi, une fois moi, des boîtes, des surgelés, le micro-onde, la  
 vaisselle, on en a marre, on va au bistrot. J'ai une proposition pour une  
 meilleure qualité de vie. Toi tu restes à la maison tu peux faire tout bien,  
<sup>ouais</sup> le jardin, prendre des cours ils t'intéressent. J'ai dit oui bon, mais..... J'ai  
<sup>affreux</sup>  
 pas fini : "C'est ton travail, tu es professionnelle et tu reçois pour ça un  
 salaire. Moi je gagne assez, on a pas d'enfants, on s'occupe de nous. ~~Alors~~  
~~là j'ai encore réfléchi~~, au début j'étais pas tellement convaincue <sup>de moi, j'ai peur</sup> mais,  
<sup>put-eh j'essaie aussi -</sup>  
 peut-être j'essaie encore j'ai pensé, et maintenant je peux dire : C'est  
<sup>l'occupation il faut</sup>  
 vraiment un ~~métier~~ : occupation à 120%, je peux réfléchir et avoir les  
<sup>prendre toute les</sup> responsabilités pour la maison. C'est pour ça l'histoire de l'aspirateur <sup>voilà cet</sup> qui <sup>qui parle</sup>  
<sup>avec l'opérateur pas mal mais bon!</sup>  
 c'est vraiment une toquerie ! ~~Enfin bref~~, donc on rencontre ces gens ils  
<sup>non</sup> disent nous ça fait quinze ans qu'on va dans le sud de la France...  
<sup>ça le c'est 2 bkinh pour c'est 3-4-5 c'est pour me le</sup>  
 Je vous montre encore vite les bouteilles de PET avant de vous raconter  
<sup>meur volume - Très rationnel pour la bouteille -</sup>  
 cette histoire. Regardez là parce que là c'est hyper rationnel (elle compare  
 les bouteilles encastrées avec le même nombre de bouteilles non



recyclées), alors donc, on voit ces gens ils disent on a acheté un

caravaning pour 4 personnes si ça vous intéresse on partage tous les frais.

On s'est dit ~~on réfléchit encore~~ on dort dessus ~~hein~~. Le lendemain on s'est

~~dit après tout~~ pourquoi pas? Essayons! Alors ils sont venus nous chercher

à l'heure dite, on avait reçu un formulaire, un <sup>feuille</sup> feuille de route presque,

qu'est-ce-qu'il fallait prendre avec, tout et aussi la bonne humeur, alors on

a encore dit ~~c'est~~ <sup>On a voulu</sup> super. On part et on s'est arrêté juste avant la frontière,

on a encore fait les commissions en Suisse parce que la dame elle préfère,

des fois il y a des produits elle trouve pas en France et comme ça elle a pu

remplir le placart de la réserve de guerre. Après on a roulé, mais alors

c'était organisé, mais là je dois dire fantastique! Vous savez depuis des

années ils savent exactement là où ils s'arrêtent, ils calculent les Km et ils

notent chaque année le timing alors on a vu vraiment l'augmentation de la

circulation. Mais quand même on a fait des haltes précises. Toujours ils

arrivaient près de l'endroit où il y avait le robinet pour remplir la réserve

d'eau, tout <sup>Incroyable</sup> extraordinaire! Le soir on est arrivés assez tard aux Saintes-

Maries. Et alors là ils ont dit si ça vous fait rien on soupe ici ce soir,

on a dit "Mais wouai!" Elle a fait un truc au micro onde, ~~ma fois~~

c'était encore étonnamment bon je dois dire, mais surtout je dois vous

raconter quelque chose, une chose incroyable! Même René il était

impressionné pour dire ! Ecoutez, ils disent on mange dehors, il faisait

beau. Alors sur le toit, je vous fais maintenant la démonstration, il y avait comme ça des tubes qui montaient, une barre qui passait derrière, on pouvait la décrocher comme ça, ensuite ça se ramène devant, ploup, un petit palan, une petite chaîne, alors là il tire dessus, un plateau vient comme ça, après il fait plup, là ça fait pluupfe le plateau descent lentement et alors là mes amis! Le gazon hein, un gazon déjà tout précollé comme ça, avec ici, parce que ça là maintenant c'est l'entrée du salon, un gazon un peu plus épais pour bien essuyer les pieds. ~~Et alors là encore mieux, 5 petites bâches, on fait schrutsch avec un velcro et là la chaise directement, avec ici un petit ressort, on fait cloc, les pieds ils descendent, 4 chaises comme ça, la table la même chose avec deux petits ressorts cuic les pieds ils tombent.~~ On était installés en deux temps trois mouvements et pour ranger c'est tout aussi facile. ~~On a mangé et~~ après nous on voulait faire un petit tour au bord de la mer "en amoureux". Mais ils ont dit "Ca nous ferait plaisir de vous passer les vidéos des autres vacances, alors on a fait ça .....jusqu'à 2 h du matin.....les 15 dernières années aux Saintes-Maries.....La plage c'était pour le lendemain. Mais ça valait la peine d'attendre. On a été de bonne heure, fantastique!!... on a marché un peu plus loin....et après il y avait personne, c'était tranquille... formidable, on s'est baignés, on a pris un coup de soleil tellement il faisait beau, extra

quoi. Le soir, on arrive au caravaning, eux ils étaient pas venus parce qu'ils disent "On connaît, depuis 15 ans, on préfère jouer aux cartes la journée, on se repose". Nous on arrive, la dame elle dit attention avant de monter sur le gazon SVP! Vous vous secouez à cause du sable. .... wouai bon... on s'est secoués , aussi les linges et après on est rentrés se changer dans notre petite chambre pour se mettre beaux pour le souper et puis alors là, la dame tape dans la porte "Ecoutez c'est pas possible! Vous avez mis du sable partout sur le chemin, il y en a plein dans le caravaning, maintenant je dois encore passer l'aspirateur"...Alors moi j'ai dit "Mais non madame, je vais le faire moi-même". Je mets en branle cet aspirateur, celui qui parle justement, alors là! Qu'est-ce-qui s'est passé ? Quelque chose peut-être avec ce petit peu de sable hein! Tout d'un coup il parlait il parlait de plus en plus vite, dans toutes les langues,il avait la cassette de voix en folie, on se serait cru sur la place St-Pierre à Noël ou à Pâques hein...et tout à coup ça a fait pffuuuf il y a eu une étincelle, il s'est arrêté et ça a senti le brûlé. Bonjour l'ambiance! Alors là je vous raconte pas la soirée! Oh bon ...on a été se coucher... et puis là ma foi Schatzeli et moi on était un peu, voilà quoi ça nous avait pour ainsi dire rapprochés toutes ces histoires, alors ça c'était encore du sport...Heureusement les deux là ils ronflaient alors on surveillait et quand le rythme et le volume ont été bons on a dit hop là! Ils arrêtaient de ronfler je disais "arrête maintenant" puis

(elle ronfle) alors on recommençait et le caravanning dans le feu de l'action !! ( secoue chariot recycling).

Voilà hein, le reste de la semaine on rentrait de la plage à la nuit. René il a été acheté des petites brosses en crin de cheval et juste avant d'arriver au gazon on a tout bien brossé l'un l'autre, ensuite on mettait nos habits dans un sac de poubelle, on restait donc un moment comme Adam et Eve sur le gazon avant de vite mettre les pyjamas, les sacs sous la caravanning et hop au lit ! Le dernier soir: Ils ont dit "On veut aller manger dehors, on a été dans une pizzeria, ils connaissaient le patron depuis 15 ans, il leur fait du 10%. Bon quand ils ont partagé les frais on a pas vu le dix sur la facture...bon. 3 semaines plus tard le summum : on reçoit dans le courrier contre remboursement, une cassette video "Souvenir de Camargue" 35francs - Alors là !!! J'ai dit à René-Louis mais payons ça! Je vais même encore cet après-midi même à la poste hein, je ne veux plus rien avoir à faire avec ces gens. On a quand même notre fierté!! <sup>Qu'quoi</sup> ~~Ah lala lala!~~ Alors ça <sup>meurt d'rire. René-Louis</sup> ~~c'était fini pour toujours.~~ Maintenant on part comme ça et on improvise <sup>et c'est très bien comme ça. Pour je ne recommande</sup> sur place René et moi. Voilà les piles ça va toujours dans un récipient qui résiste aux chocs et à l'eau parce qu'ici il y a du mercure ...pffuitpffuit impossible à rattraper. ( elle trouve la carte de Loèches) ah oui c'est ma copine Eliane elle m'a envoyé cette carte de Loèches, ah Loèches, on a

toujours pensé d'aller là-bas avec René, mais les prix on a dit on peut oublier. Dommage, parce que en plus d'être agréable c'est bon pour la santé. Un jour il revient du travail : Ecoute Trésor j'ai vu dans un catalogue de Do it yourself, on achète la sauna on la monte nous-même on a Loèches à la maison. Cric crac on a loué la camionnette et on a été la chercher. Un très beau modèle en bois massif, bon alors aussi assez lourd à porter, mais bon. Chaque petite pièce , chaque vis, chaque boulon ou chaque bout de bois, en tout il y avait 57 paquets, tout était emballé dans du plastique et cautérisé, pas un microbe pouvait passer, moi j'ai trouvé ça vraiment hyper hygiénique. J'ai dit à René-Louis "Tu veux je te donne un coup de main ? ""Ecoutes-non, je préfère tu vas en haut et tu nous prépares le souper. Après on fait l'apéritif d'inauguration. Arrivent 6h30 toujours pas là . 7h00 il vient dans la cuisine il était blanc/vert ...Ecoutes-voir Trésor, quel chenis, je suis allé chez des copains, j'ai fait le tour du quartier. C'est made in Taiwan, c'est pas eurocomoppatible, j'ai pas une seule clé qui allait, Adolphe il m'a *usiné* une pièce. Je mange vite quelque chose et après je vais faire ce montage. A minuit j'entends "Trésor, champagne " Il m'a ouvert la porte, on a mis la vapeur et on a bu notre coupe et même un peu plus. Après, ça a été quatre jours de folie. On a fait que ça :Sauna, manger, boire des petits coups, dormir, c'était vraiment super. Le mois qui a suivi on a pas eu le

temps de la déclencher la sauna. Comme René il avait été chez ses copains ils sont venus essayer, c'était sympa, puis tout le quartier était au courant finalement, alors dans le mois on a eu 150% taux d'occupation, 329 personnes sont passées (le chiffre impair c'est parce qu'il y avait une dame âgée qui est venue seule) autrement c'était tous des couples avec enfants. Wouai ça c'était une période encore. Les gens téléphonaient, dans les bons cas, et ils disaient "On vient vers 5h". Là vous vous méfiez toujours. 5h c'est la mauvaise heure, ils disent "On apporte l'apéritif" et ils viennent avec les cacahuètes, et alors après vous voyez ils vident la cave et il faut encore préparer à souper et le plus souvent ils prenaient pas leurs linges...ça a été ma fois ...c'était comme ça... on a fait avec.... mais la goutte d'eau qui a fait déborder, alors ça! Des gens-là sont venus, on les connaissait vaguement, des amis des amis des amis et vous pouvez pas croire ....Tout à coup on a entendu des bruits bizarres, des *gémissements* , ils ont encore fait l'amour dans notre sauna. La colère m'a monté ,j'ai explosé j'ai entièrement désinfectée la sauna de haut en bas et heureusement j'ai encore pensé de mettre des gants, avec le SIDA hein! Le jour d'après on a acheté un répondeur : "Bonjour la sauna est en panne nous ne savons pas quand elle sera réparée mais si vous voulez cependant nous parler pour une autre raison, laissez un message sur l'appareil après

le bip et nous vous rappelons". On a encore eu des téléphones 3-4-jours et puis après c'était déjà bon. Wouai... enfin ..BON. Un mois plus tard René et moi on a eu des allergies , mais le nez écomme ça et les yeux qui coulaient on a été chez l'*allergologue*, et il est ressorti de ça qu'on avait une allergie à des champignons. J'ai dit "René-Louis ça c'est les trompettes de mort que ton copain il nous a apporté l'autre jour j'ai encore fait la polenta avec , je les fous loin ces trucs je les veux plus les voir". Ca n'a rien fait: Alors des tisanes et des petites gouttes et des pommades, on a tout eu et justement un soir j'étais au salon dans le noir, j'attendais que l'eau elle bout pour une tisane et tout à coup j'entends des bruits bizarres, ça faisait comme ça frou froup je saute sur l'interrupteur et je vois la tapisserie flouououp qui fait comme ça en bas des murs .....ils étaient couverts de petits champignons jaunes verts et gris/bleus ...achch . René il m'a dit "Bon alors on sait qu'est-ce-qu'on fait les 3 prochains week-end !" Nettoyer, broser les murs, acheter une tapisserie blanche, c'était l'occasion de faire la pièce plus claire, woui alors là le vendeur nous a dit 20 rouleaux ça suffit pour la grandeur de la pièce. J'veux encore vite vous montrer comme ça va avec ces rouleaux *préencollés* : vous faites tremper comme ça, ensuite le deuxième il mesure il coupe (elle fait la démonstration de la pose pour 3 bandes) et là vous entendez vroup c'est votre morceau il vient de se renrouler sur lui-même votre morceau il est



foutu. 50 rouleaux !! Et la moquette, vous voyez cette matière gris souris, qu'il y a dessous pour qu'elle glisse pas sur le parquet ? Des plaques entières collaient au parquet quand on a voulu l'enrouler et ça puait, le propriétaire précédent avait un chien on a vite fait le rapprochement. A la spatule on a tout raclé des sacs entiers on a mis sur le trottoir. On a dit avec René-Louis c'est clair :  $1+1=2$  .150% de taux d'occupation de la sauna c'était aussi 150% de taux d'humidité en plus. On a décidé de poser des catelles au salon , comme ça tout était réglé. Mais vous voyez finalement on a fait les calculs : la sauna, l'électricité, l'eau, le vin, les repas, l'usure des linges, la lessive, le répondeur, l'eau de Javel, la tapisserie, le carrelage et sans compter le travail et qu'on avait perdu le plaisir, tout ça additionné, c'était au moins 10 week-end à Loèches dans un trois étoiles. On l'a vendue et mon Schatzeli m'a installé la pièce du recycling. Alors maintenant je vous montre encore la dernière chose : le verre. C'est une super technique vous allez voir , l'association on a notre benne pour qu'on puisse la rentabiliser le mieux, René il a inventé ce système, il faut pour ça un changement de l'équipement, le verre est dangereux à manipuler, c'est clair. C'est un concept qui réunit l'écologie et le profit, c'est toujours mieux hein? Alors je vous montre maintenant, attention, on met les verres dans le sac. On ferme, ne craignez pas de

frapper vigoureusement, voilà, on met maintenant un petit 3 mm d'eau froide pour dissoudre les fonds de vins et les miettes d'étiquettes, on frotte un peu croup croup et voilà il ne reste plus qu'à vidanger. C'est Monsieur Luigi il viendra chercher ça, il est responsable du ramassage verre pour l'ARUduQE(Association de Recyclage Unifié du Quartier Ecologique). Maintenant la dernière chose avant le pesage, ce qui finit le tout avec une activité physique avant de passer à l'intellectuel : elle écrase les boîtes, c'est bon hein ? Et maintenant le pesage. la liste des prix vous la trouvez également sur les photocopies. AHAH c'est magnifique, extra ! Alors là je peux déjà vous dire que j'ai sous-estimé le tas, c'est chénial!! C'est un monstre bénéfice! Combien j'ai dit tout à l'heure ? 2.05 et maintenant j'arrive à 2.55, vous vous rendez compte ça fait p.e. 500 mètres de déplacement en plus pour les vacances. C'est formidable !

**\* numero Money\***

## 2 ème partie : Maigrir

Dans le quartier on a des problèmes avec la terre glaise, voyez comme c'est, pauvre petit gazon, il se retrouve avec la graine étouffée dans un fond de trou avec la glaise qui le colle, il peut pas monter comme il faut et après il est pas régulier, c'est très moche. Regardez un peu les gens, en principe ils croient ils ont un joli gazon, mais si vous regardez un petit peu de près, y'a rien à faire, ça manque de travail, de concentration, de l'analyse je dirai même de la *technicité* hein, on peut pas faire comme ça on a pas à peu près un joli gazon, on est pas à peu près joli, on a un joli gazon, on est joli. Ça tombe pas du ciel comme pas, pas tout le monde il est Alain Delonnet même je dirais, même! On dirait quelqu'un comme lui il est né beau hein, la beauté grecque hein, mais on voit très bien vers 40-45 ans il a commencé de faire de la musculation, il a pas pu rester un Dieu grec tout fin toute la vie, il a dû faire quelque chose pour entretenir. Eh ben le gazon c'est pareil, il faut l'entretenir. C'était comme ça, l'été passé j'avais vraiment pas le moral. J'ai essayé le bikini et René me dit : "Dis donc Trésor donc on voit tu as plus le chien, tu as de nouveau la culotte de cheval". Je savais déjà, mais ça m'a tourné la couteau dedans la plaie. ~~C'est clair à l'époque du chien je faisais des fois plus que 2 heures de~~

~~X~~ Bien sûr que j'ai fait du bricolage d'aller promener avec le  
chien, mais maintenant j'ai le <sup>22</sup> plaisir de travailler avec cet animal.  
promenade par jour, on montait dans la forêt on redescendait, c'était du

training hein. Je vous raconte encore vite ça ! J'avais de nouveau une fois

un petit peu de trop et René il dit il faut faire attention, vous allez le voir

tout à l'heure comment il est toujours <sup>Tu l'as</sup> Nিকেlette, lui il prend juste un peu

du ventre, il dit non non non ça je laisse pas venir. ~~C'est~~ comme pour les

cheveux, il met tous les jours un produit pour entretenir. Il dit c'est comme

pour le gazon, pas de Glatz sur le gazon. Alors un jour il m'a dit "Ecoutez

voir Trésor, je veux faire quelque chose pour toi" et il m'a offert un chien,

dans un petit carton comme ça avec un ruban, un petit chien grand comme

ça, plein de poils, et vif vif vif. J'ai eu du plaisir avec cette bête. Jusqu'au

jour où, ma foi est arrivé ce qui est arrivé. J'étais en ville pour chercher un

<sup>faire un</sup> recommandé à la poste, j'ai pensé j'ai peut-être encore gagné quelque

chose. J'avais une de ces laisses avec la rallonge le chien il peut aller en

avant, j'entends HOUHOU, un grand cri le pneu. Excusez.....Un jour

René m'a dit je peux encore faire quelque chose pour ta culotte mais troc

troc, tu sais le problème j'ai avec la terre glaise pour le gazon, alors je

peux rien faire pour toi pour le moment mais tu attends l'automne et tu

verras. Nous, on commande toujours les graines, je dois encore

vous expliquer ça, on a un catalogue de Hollande, alors vous avez

vraiment une liste incroyable, si vous voulez c'est des graines

eurocompatibles et il y a juste quelques sortes qui viennent encore

d'ailleurs. Il y a le gazon français ou le anglais ou le irlandais mais attention pas mélanger ces deux, vraiment les deux verts sont tellement différents, ça jure si on fait ça! Ou bien qu'est-ce qu'il y a encore? Le gazon belge, on l'a pris une année ça mais avait pas été terrible, je dirais voyez il pousse dans le début bien hein et puis tout à coup, ça veut toujours se séparer en deux ça fait des fourches comme ça dans le brin. Alors qu'est-ce qu'on a encore essayé...ah oui, justement un pas eurocompatible. Le gazon japonais, heu lalala, il poussait de ça tous les jours, le travail, on a dit non merci. C'était justement le gazon "retard", René m'avait dit "Tu vois celui-ci on le sème dans l'automne et ça sort au printemps, je veux passer la commande lundi, ça veut dire avec le courrier prioritaire on a jusqu'à mercredi pour préparer le terrain. Et il m'a montré ça, il m'a dit "Tu comprends le clou est là pour creuser dans la terre, pour la transpercer et créer le couloir idéal qui permettra à la graine d'atteindre la profondeur maximale et ensuite de croître dans les conditions optimales. "Attention il te faut garder le rythme et la souplesse pour que l'aération soit idéale, sinon ça retombe". Bon alors je veux peut-être vite encore vous faire la démonstration : vous voyez là il faut mémoriser bien le mouvement de base links rechts links rechts et alors, c'est comme ça que si vous voulez on peu rajouter des figures

supplémentaires pour bien faire tout marcher. Je vous montre peut-être encore. Vous voyez l'extension, le mollet, l'abdominal, le trapèze; je montre peut-être encore dans l'autre sens vous voyez bien. J'ajoute les bras, alors hein j'ai pas besoin de vous faire une page de résumé sur la photocopie hein on voit on comprend ! Et ensuite, clic clic (elle presse sur les guiguelets des bâtons) Là vous avez vu ? (3 fois comme ça) De ça je suis contente, ça c'est mon concept hein ! Là je peux dire parce qu'avant j'avais pas les bâtons, ça je vous raconte encore vite après pourquoi, alors quand j'ai dû les avoir j'ai dit moi je veux aussi participer de ce concept et c'est la première fois si vous voulez c'est un concept commun. Alors voyez là, ça c'est creux c'est le réservoir pour les graines, vous vous pouvez dire Monsieur au premier rang, regardez après vous pourrez raconter aux autres, je vous mets encore l'éclairage. Clic clic et crouc la petite graine elle tombe droit en bas dans le trou qui est le couloir idéal à la profondeur maximale pour la croissance optimale. Et tout est ainsi réglé. Cette année René m'a dit "Ecoute Trésor, on veut arriver dans la perfection, dans le catalogue il y a une nouvelle sorte de graines, c'est un gazon Helvetia". Alors voyez c'était plein une page pour la promotion de cette graine là. C'était marqué sous les photographies, dix témoignages, des gens ils ont signé, ils ont marqué c'est un gazon tip top terrylène il est garanti à *croissance contrôlée* hein. Y'a pas un brin qui dépasse l'autre

c'est tout la même hauteur. Vous comprenez ça pour mon Schatzeli c'est l'idéal , moi je m'occupe de l'aération, ça me prend à peu près 2h1/2 de faire tout le terrain et alors René lui il passe la tondeuse, mais attention version écologique et mécanique et sportive. Comme ça, lui il se fait aussi la musculature hein. Il passe 6h par semaine, il fait tout à bras et vous voyez les bordures à la limite du goudron, il fait tout avec les ciseaux pour les coiffeurs, vous savez pour *effiler* comme ça on voit vraiment pas la différence avec la tondeuse, c'est impeccable. Alors je veux vous raconter vite ce Hübeli alors ça c'était quelque chose encore. J'étais donc sur la petite bosse derrière le garage, ce jour d'automne tant attendu avec le brouillard mais vraiment épais hein. Je vous fais la démonstration. Et tout à coup han hein *englaisée*. Je vais pour renlever mes sabots...wouaaaaaaa!!Le brouillard il était givrant et j'avais même rien dans les poches pas le briquet pas le petit spray pour les serrures rien. Schatzeli Schatzeli Schatzeliiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiii il était déjà parti. Je commençais d'avoir froid je voulais pas encore attraper une crevée avec ça. Donc j'ai pensé de la *gravitation terrestre* : voilà la solution. Alors je vous montre encore comment j'ai fait, je veux me décontracter, heureusement on avait beaucoup vu les images des skieurs à la TV...Hop. J'étais libérée. Le lendemain j'ai tout de suite proposé les bâtons et le jour



d'après l'éclairage, parce qu'alors bien sûr quand j'ai appelé René tout le quartier est venu aux fenêtres et j'pouvais pas ni aller dans la poste, ni dans l'épicerie sans entendre derrière moi ..Schatzeli.....Schatzeli.... Donc maintenant je le fais de nuit, ça ne regarde personne, je suis tranquille et c'est tout aussi bien comme ça. C'est vraiment idéal pour le fitness. Je peux dire j'ai vraiment derrière moi dix ans de régime. C'est pas rien, je peux vous raconter en long en large en travers. Alors là si vous voulez une heure de gazon c'est *l'équivalent* de 3 heures de natation, c'est bon , il y a 12kg à chaque pied. J' ai dû me résoudre de ça parce que à travers mes diverses expériences rien n'est ressorti de ça. Voyez on vous dit pour tous les régimes garantie de perdre, wouai wouai mais garantie de reprendre aussi chaque fois presque 25% de plus qu'on avait au départ dès qu'on arrête le régime. Moi j'ai fait régime mayo, mayonnaise, des oeufs tout ça, la crise de foie, la cure de sureau de l'abbé Souris que j'avais pensé s'il sourit c'est encore bon signe, après 4 jours crise d'hémorroïdes, la cure de sirop d'érable, alors vous buvez pendant au moins une semaine de l'eau avec jus de citron, sirop d'érable et poivre de Cayenne, j'avais profité de faire ça pendant que mon Schatzeli il avait sa semaine de cours de *remise à jour* pour l'informatique. Fantastique, 5 jours 7 kg dans le miroir tout à coup c'était super , j'étais très contente de moi. Mais quand il est revenu : "Tu es folle! Tu te rends pas compte comme tu as perdu, tu as mauvaise

mine, faire du régime pour ça ça vaut vraiment pas la peine, la peau elle pend, on dirait un sac à os. Le couteau dans la plaie, j'ai repris 9 kg mais j'ai pensé je veux montrer je peux encore. J'ai lu dans un magazine pour l'été perdez vos bourrelets superflus j'ai fait 1.100 kcal par jour. Ah lala, quel travail, il faut tout peser, calculer, il y a presque rien dans l'assiette, on a toujours faim, on perd beaucoup plus lentement il faut la patience, mais c'était sain, je mangeais des légumes, des fruits, des tas de fruits exotiques je connaissais pas encore, et puis après 6 jour j'avais quand même perdu 350 gr. Et là un soir je vois à la télévision un reportage des consommatrices : tous les fruits exotiques sont radioactifs, j'ai dit non mais vraiment alors! On se moque de nous! Vous vous rendez compte hein?!! Moi je veux pas devenir un déchet radioactif de plus dans la nature! Et là j'ai dit "René-Louis maintenant je dois te parler, franchement jusqu'où on va pour ça, pour perdre 4-5kg de trop là, que je deviens radioactive presque. Ecoute voir c'est vraiment si grave que ça ?" "C'est pas grave mais quand même il faut faire attention. C'est comme ça! Trouve un autre régime que je peux aussi le faire, parce que tu vois, personne est à l'abri de ça, regarde Yves Montand avec Simone Signoret, à peine elle avait pris peut-être à peu près 7kg en trop et floup il a été avec la Monroe hein. Ca c'était marqué... noir sur blanc hein. Tu vois personne

est à l'abri, même les grands amours". Alors voilà case départ. J'ai été à l'épicerie acheter une plaque chocolat et je vois ma copine Lilly ." Heuille j'devrais pas manger ce chocolat, hein, mais j'ai pas tant le moral alors ma foi ça aide""Mais woui tu as raison, tu peux le faire! Je veux te passer un bouquin "Je mange donc je maigris" . C'est un régime dissocié et tu peux même boire un peu du vin. J'ai lu ça et j'ai raconté à René il m'a dit OK on le fait. J'ai un début de ventre. j'agis, je réagis. Alors on le fait, on perdait 1kg par semaine, pas mal hein, et je dois dire, pleine forme, ça marchait. C'est pour ça René il a décidé de donner son sang. Il revient il était un peu vert/blanc "Wouai quelle merde ce truc, j'ai le taux du cholesthérol il est monté dans l'alerte rouge, va vite toi aussi faire un contrôle" Pareil pour moi. Le médecin il m'a dit "Vous vous rendez pas compte qu'est-ce que vous avez fait depuis des mois des régimes, ça dérègle, on peut pas faire comme ça et toutes ces protéines animales dans ce régime, ça c'est vraiment pire que tout. Il vous reste une chose de faire : la gymnastique. Mais vous y aller vite vite vite. Demandez à votre assurance, ils font des rabais sur certains fitness-club. On en a trouvé un joli, avec une jolie moquette, toujours de la musique moderne, et là les gens ils étaient très joli habillés avec des petits costumes comme ça avec des couleurs fluos. Super. René il est venu avec moi il voulait remettre sa santé en ordre et on a parlé avec le moniteur, il nous a fait un plan pour chacun, pour les

exercices combien de temps, tout organisé sur un mois avec les augmentations des poids etc. Alors au début on allait 4 fois par semaine. C'était vraiment bien. Je veux peut-être vous montrer moi personnellement un des exercices que j'avais. René il vous montre le sien après quand il viendra. J'avais un double appareil, alors là il y avait une barre avec des poids contre-poids et vous devez soulever hein, il faut faire attention de rester bien droit et décontracté. Pousser.....relâcher. Il faut respirer bien hein. Je vous montre encore vite les jambes parce que ça c'est le mouvement complémentaire. Pousser.....relâcher. Et le plus dur c'est quand vous faites les deux en même temps, je montre encore une fois vite, alors ça fait .....relâcher! Je montre encore si jamais vous avez pas bien vu.....relâcher !! (parle avec essoufflement comme vidéo) c'est très bon...pour la musculature....le dos, l'abdominal et tout.....alors hein..... on a fait hein, mais malheureusement la troisième semaine, bon je vous montre vite il y a eu un petit problème technique avec le ressort de *l'extenseur de l'entre-jambe*. Alors je vous montre vous comprenez bien qu'est-ce-qui s'est passé. ....et ça a relâché comme ça !!!!!!!!!!!!!!! ah j'ai eu une déchirement total de là à là 3 semaines des poches de glace, des pommades, des douleurs!!! Je dormais pas et en plus biensûr abstinence totale . J'ai dit mais je peux plus

faire tout ça. Des journées j'ai passé devant la télé , heureusement j'ai pu toucher l'indemnité vu que je suis salariée à la maison, et c'est sur Euronews j'ai vu cet appareil de gymnastique pour faire à la maison, parce que biensûr j'avais dû voir le médecin et il m'a dit vous devez continuer Madame. Un appareil, j'ai acheté frs.49.90 c'était marqué 30 par jour et les semaines suivantes vous augmenter de 5 par semaine. Alors bon ! Maintenant vous voyez de ça j'ai plus besoin, avec mon gazon, mais quand même je veux vous faire la démonstration comment c'était. On était comme ça et là il y avait un petit chariot comme sur les avirons, on tire Hop....haaaaaah hop.....haaaaaah hop.....haaaaaah hop.....haaaaaah..hop..haaaah alors je vous passe les prochaines et je reprends la démonstration à la 28ème hop..haaaah et la 29ème HOP paf la barre dans les dents, deux dents cassées!! Aie René m'a engueulée ! Mille balles pour ces deux dents ! Tout ça pour un machin de frs.49.90 du chenil. Le bon marché est toujours cher !!

Regarde-moi ça et tu as vu comme tu es devenue, d'accord tu a presque perdu la culotte mais tous ces muscles c'est vraiment pas joli, tu exagères! Le couteau dedans la plaie. Un soir je vois à la télé un film avec Gingers Rodgers et Fred Astair, le swing les claquettes je me suis sentie comme une gamine,et ça m'est revenu que j'avais rêvé de danser comme ça. J'ai décidé de prendre des cours, j'ai pensé c'est encore une

jolie façon de bouger. Ma copine Chanine elle m'a dit où. René-Louis il voulait pas venir il m'a dit "Mais non tu sais, j'aime pas ça. Vas toi le soir où je vais jouer aux cartes." C'était dans un petit appartement, joli, contre les murs des posters avec des palmiers, des cocotiers, la dame elle était très gentille. C'était comme ça que tous les autres ils étaient venus en couple, moi j'étais seule et il y avait aussi un monsieur espagnol.

Monsieur Gonzales. La prof elle a dit ça vous fait rien de danser avec Monsieur Gonzales? "Mais non, volontiers" Alors voilà on a commencé ensemble, aie mais ce Pablo vous pouvez pas croire comme il dansait !!! C'était magique, il savait déjà bien et surtout il aimait tellement !!!!

Et moi avec lui je savais danser, j'avais ailes! C'était comme dans le rêve. Pour dire on avait des fois l'impression on était Ginger et Fred .

Alors le premier soir je l'ai accompagné à la gare pour attendre son bus et là on a encore discuté discuté discuté.

Il m'a parlé qu'il avait toute une collection video de comédies musicales, bref... il a encore manqué son bus. on a rit ! Finalement je l'ai vite raccompagné chez lui. Et là, trois jours après, une lettre dans ma boîte, 5 pages enflammées hein! Il me disait il rêvait depuis toujours de rencontrer une femme comme moi, il aimait me voir danser et rire et il trouvait je devais rien changer de comme je suis, j'étais parfaite, il me

trouvait tellement sensuelle...Il était quelqu'un de sincère...tellement gentil...mais je pouvais pas croire ça...à ce moment j'avais encore 5kg de plus que maintenant. J'ai écrit à Pablo il devait plus compter sur moi à la danse ni ailleurs, je le remerciais et je lui souhaitais qu'il rencontre une fois quelqu'un, mais que j'étais mariée et je voulais pas de malentendu, que c'était mieux comme ça. Voilà. Derrière ça j'ai eu une période vraiment dure, la déprime hein, j'avais toujours ma culotte de cheval et j'étais vraiment fatiguée. Pour faire tous ces régimes il faut vraiment une santé physique et psychique. Wouai...un soir j'étais à un cour de macramé et là, mais un truc de rien je vous dis, j'ai fait quelque chose faux et...je suis commencé de pleurer, de pleurer pendant une 1/2 et ma copine Marianne elle m'a dit je devais pas rester comme ça, que j'étais fatiguée, je devais parler à quelqu'un qui pouvait m'aider. Je trouvais ça vraiment c'est trop bête! Pour ces quelques kilos de trop! Elle m'a donné une adresse.

"Tu prends le train, personne sait où tu vas, il est au 3ème, tu prends l'ascenseur jusqu'au 5ème tu redescends 2 étages à pieds et voilà, ça va te faire du bien tu verras". J'ai vu ce monsieur, je lui ai raconté de ma culotte de cheval, à un moment il m'a regardée fixe , et il me dit : "Ecoutez nous allons fixer un rendez-vous pour la semaine prochaine, je suis d'accord de vous aider, pour autant que vous vouliez vous en sortir, là j'ai pensé quoi m'en sortir ?, j'ai dit oui oui je veux, et lui "Je dois vous avertir Madame,



cela pourrait remettre en question toute votre vie et créer de grands *chambardements*....alors j'ai pas osé dire non pour le prochain rendez-vous, j'ai pris, mais bon heureusement dans la semaine j'ai lu une annonce dans le journal "Vous êtes devant des problèmes sans solutions, vous êtes fatiguée de vous battre, venez nous rejoindre, un groupe de femmes qui discutent, méthode douce . Alors j'ai pensé je veux aller là parce que l'autre avec son grand *chambardement* il m'a dérangé hein. Alors la première fois on a toutes dû parler et là j'étais vraiment impressionnée, ça m'a changé la façon de regarder les gens hein, je me suis rendue compte j'ai vraiment de la chance avec mon Schatzeli. Il y en a elles vivent des trucs, mais vous savez....je peux même pas le répéter ici....pas normal.....bizarre.....horrible parfois. C'est pour ça je suis encore allée la semaine prochaine, ils nous avaient demandé de venir avec un petit miroir et une robe ou une jupe. Deuxième réunion : "Mettez le miroir par terre, vous vous posez en-dessus en écartant légèrement les jambes pour être bien confortables, on vous donne une phrase à méditez de Monsieur Henri Béraud "Les femmes sont comme les miroirs, elles réfléchissent mais elles ne pensent pas", vous vous la répétez dans la tête et maintenant pour pleinement prendre conscience de votre féminité, vous enlevez votre slip et vous regardez votre sexe dans le miroir". Aie mais j'ai dit ça va trop

loin! Je suis partie. Fini. Terminé. Ecoutez voir! Mais heureusement j'ai une vraie amie dans la vie et je vous dis maintenant qui c'est : une qu'on critique toujours, on dit wouai celle-là elle fait seulement du business avec la cuisine, mais qui m'a sauvé la vie je peux le dire, c'est Betty Bossy. C'est une autre philosophie vous comprenez, "Manger oui, mais bouger aussi". C'est très sérieux, je vous explique tout, ça veut dire je vous fais un résumé parce que c'est assez *complexe* et tout le détail vous pouvez acheter j'ai fait des photocopies je les tiens à votre disposition, elles sont aussi 15 centimes, c'est normal je veux pas profiter. Ecoutez, par exemple, si vous dormez pendant 1h vous employez 70 kcal, une nuit moyenne ça fait 8h donc pour une nuit vous pouvez manger le soir 1 tasse de riz avec 65 gr de bolets séchés, mais attention hein !! Si vous faites l'insomnie alors il faut vite recalculer tout le matin et diminuer la portion du petit déjeuner. Autre exemple, si vous marchez une 1h pour faire les commissions vous pouvez manger à midi 110 gr. d'escalope de porc, ou bien si vous fendez le bois pour la cheminée, moi j'ai demandé à René-Louis il m'a appris, comme ça après une heure j'ai droit à 100 gr. de cervelas, j'aime encore bien pour les 4 heures hein, ou alors la télévision ça c'est le bon exemple, si vous regardez le film le soir p.e. un film de 1h30 alors là vous pouvez manger 150 gr. de pruneaux en boîte ou 22 gr. de cacahuètes, ma foi, il faut choisir selon le film est bien ou pas bien. Et

la chose je préfère, je vous raconte encore vite, ça c'est après le dîner, je fais tous les jours ça et c'est aussi bon contre les varices : 1 heure debout dans l'eau froide vous pouvez manger 126 gr. de framboises surgelées sucrées. Donc je me mets debout dans la baignoire, Schatzeli m'a fabriqué une petite table à la bonne hauteur, alors la première 1/2 heure je calcule mon plan d'alimentation en rapport aux activités pour les prochains 24heures et pendant ce temps les framboises elles se dégèlent et je peux les manger pendant que je téléphone en Suisse allemande à ma famille.

Une dernière chose ça maintenant c'est exprès utile pour les vacances dans le sud, les escaliers pendant 1 heure c'est 920 Kcal, 1dl huile d'olive c'est 930 Kcal, alors avec René-Louis quand on a été à Rome, <sup>J'ai vu les escaliers.</sup> je peux dire que je connais par coeur chaque marche de la Piazza di Spagna !!

Si vous voulez, maintenant, telle que vous me voyez, j'ai maîtrisé la situation. C'est clair il y a toujours un moment que tout le bois est fendu, tout le repassage fait etc etc mais entre le gazon et la méthode "Manger oui, mais bouger aussi" je tiens une certaine stabilité, ça j'ai vu après six mois c'était bon : on a un joli gazon et on est joli, et mon Schatzeli aussi il m'a dit "Trésor je te félicite, je suis fier de nous ! on a réussi de régler la *technicité* pour nous comme pour le gazon.

On est joli. On peut être fiers de nos concepts et de notre travail.

Ca fait plaisir hein ? Wouai ça fait plaisir.

**\*\*Numero : Les bourrelets d'antan\*\***

### 3ème partie : Les magazines

A Sylvianne : tu vois j'ai reçu quelque chose, j'aimerais changer de programme, tu crois que tu peux jouer quelque chose un moment toi. Oui ? Oh merci infiniment.

Au bar : non y'a pas de problème pour vous, vous faites tout pareil, je vous explique tout de suite.

Installe pied puis parasol.

Reviens avec corbeilles et cartons et explique changement de programme, a gagné quelque chose aimerait partager sa chance avec tous, Sylvianne va jouer pendant qu'elle va vite à la poste. Fais passer les corbeilles dans salle et explique le principe.

Alors je vais je viens, merci Sylvianne.

C'est bien qu'est-ce que j'avais pensé de gagner. Vous avez pu avancer avec les tickets du concours ? Pour que vous pouvez finir je vous expliquer peut-être vite encore mon concept des concours, ça c'est le mien, René il est pas au courant. Vous vous faites aussi les concours ? Qu'est-ce qu'on en reçoit hein, chaque jour une pile dans la boîte. Alors moi je les fais, mais seulement ceux où c'est marqué un tirage officiel officiel devant un notaire et quand c'est marqué les résultats du tirage.

Moi je trie pas mal avec ça, j'ai un budget mensuel de 50,--, 12,-- pour la loterie à numeros, 38,-- pour les PTT, parce que j'envoie toujours avec le timbre, même quand c'est marqué affranchi à forfait. Il faut mettre le timbre de 0.90 comme ça vous êtes sûrs ça arrive et vous perdez pas la chance de votre vie pour une connerie de courrier B qui met du temps à arriver. Alors donc 38,-- ça veut dire j'arrive à faire 42 concours mensuels et tous les 4 mois 43 concours. Alors vous voyez là 1 2 3 4 .....10 qu'est-ce que c'est ? Dans un délai de 10 jours, 9 jours etc. Et là c'est ma sélection des meilleurs concours de la semaine. Là c'est "Gagnez une carte d'anniversaire pour vous et votre conjoint ou la personne de votre choix, envoyées chaque année par les Telecom PTT chaque jour de vos anniversaires pendant toute votre vie", j'ai fait pour mes beaux-parents, je trouve c'est encore un bon truc. Délai 3 jours. Ici "Concluez dès maintenant une assurance-maladie dans notre caisse. Arrêtez de fumer aujourd'hui. Faites-vous radiographier les poumons dans 5 ans, envoyez-nous votre radio et vous participerez ainsi à notre tirage au sort qui vous permettra de gagner une assurance-vie en faveur de vos proches d'une valeur 20.000,--". Ca c'est un super concours. mais alors j'ai un problème avec le délai je vais le mettre sur 10 jours et ma fois il va tourner quelques fois. Ah celui-là il est seulement pour des gens qui ont mûrement réfléchi, il faut signer un papier qu'on est disponible, vous voyez le hasard hein ?

J'ai reçu ça hier dans la boîte et hier aussi justement j'ai retrouvé la laisse vous savez Wrupp eh ben le ressort il était même pas cassé, j'ai pensé c'est un signe, je vais sûrement gagné alors j'ai décidé de le faire. Délai 7 jours. "Venez ouvrir un compte d'épargne dans notre banque, dépôt minimum 10.000,--, ça on a fait avec mes beaux-parents, on partage les frais, et vous aurez ainsi la chance exceptionnelle de participer au tirage au sort qui vous permettra avec un peu de chance de recevoir un Vreneli.". Là c'est un voyage de 15 jours en Chine à dos de yack "Tente mongole pour 10 personnes minimum, couches sur des peaux de bêtes, attention ce concours s'adresse uniquement à des couples échangistes, ça il faut encore je contrôle dans le dictionnaire mais je crois ça veut dire des gens qui aiment bien de changer d'endroit pour dormir. Celui-là aussi il est chouette c'est pour gagner un ensemble rustique pour les toilettes en bois massif, j'ai vu l'autre jour dans un magasin rien que la petite poubelle avec le truc pour lever la couvercle flop flop creusé dans le chêne massif ça c'est déjà presque cent francs hein. Voilà, maintenant on veut passer à la pratique, vous avez rempli les boîtes, c'est bon ?

Elle fait les différents tirages au sort avec pour gagner, puis pour perdre.

Improvisations.

Concours : Je dis toujours la meilleure façon de gagner quelque chose c'est d'accepter aussi de perdre. Alors vous voyez (Madame, Monsieur)



vous avez tout de suite gagner cette bière, vous êtes d'accord c'est pas n'importe laquelle...

Ce que vous avez perdu c'est 25,-, ça c'est le bulletin de versement qui fera de vous l'heureux (heureuse) 325 ème membre de l'association des amis de ce théâtre. Parce que vous comprenez, le théâtre c'est comme la mousse de cette bière. Ca n'intéresse pas les banques mais il ne faut pas attendre que ça retombe pour comprendre que c'est nécessaire à la soif du coeur. Alors santé Madame, Monsieur.

Si d'autres ils ont aussi la soif du coeur j'ai des bulletins verts, vous pouvez les acheter, je les fais 25,-, c'est le prix je veux pas profiter.

Ah mais c'est mon Schatzeli il arrive, je ferme vite le parasol lui il trouve

c'est de la toquerie ces concours. Je vais vite voir, je vais enfin pouvoir

vous le présenter. C'est bizarre il a pas mis la voiture dans le garage.

Schatzeli ? Quoi ? Le souper d'entreprise, dans 25 minutes ? Comment ça

tu savais pas on pouvait prendre les femmes avec ? Quoi, sois la plus belle

? Mais oui hein biensûr facile !! Mais c'est quelle heure maintenant, les

tops modèles elles ont dix personnes pour les aider et des heures de

travail, et moi clic clac en 20 minutes je dois être la plus belle, même pas

été chez le coiffeur, merci Sylvianne, je me mets quoi moi maintenant ?

Heilandtonnerwetter, chier de merde .....

Ah oui ça ce costume haute couture japonaise, ça ira très bien.

(défilé - le bide, elle sort)

Deux fois à la teinturerie et c'est déjà plus que du papier, papier

japonnais voilà ce que c'est rien d'autre, c'est toujours pour moi ces

histoires, mais c'est pas vrai. La dernière fois je l'ai mis c'était nickelitto.

La voilà la solution l'incontournable tailleur.

Défilé no 2 - Menu gastronomique 5 plats . Elle sort.

Oh mais c'est pas possible, ça j'étais sûr c'était marqué donner à la teinturerie, René m'a dit je suis sûr ça peut se laver, j'ai encore demandé à sa mère elle m'a dit pas de problème! Une laine non dégraissée, tu l'as payé cher cet habit, tu fais à 30 degrés ça risque rien. Eh voilà ça a rétréci, biensûr !! Juste pas écouter les autres !! Alors bon qu'est-ce que j'ai dans le genre élégant souple qu'est-ce que j'aurais ? Ah voilà, ça c'est bien, ça c'est très très bien, bon René-Louis il aime un peu moins mais tant pis ! Pour une fois, pas grave, au moins ça changera des autres femmes qui sont là-bas. ça me fait plus jeune, c'est bien après tout je suis jeune.

Défilé no 3.(se gomme les cheveux). Voilà, ça vous fait penser de personne? Je vous donne un indice "Comme un ouragan" hein ?

Stef de Monaco avant qu'elle laisse pousser les cheveux.

Mais qu'est-ce-----ah merde !!! Quelle merde, oh quelle merde de merde de chewing-gum de merde !!!!!!!!!!!Oh merde !!!!! Oh j'ai plus le temps j'ai plus le temps!!!! Ah je déteste, je déteste, l'année prochaine s'il me dit au dernier moment je dis non, je dis non. Toujours la même chose.

Ah voilà, c'est chic choc et cher, ça ira très bien, c'est assorti avec son veston pied de poule, très classique.

Défilé no 4.

**\*\*numéro I feel pretty\*\***

#### 4ème partie : la torture

Je vous dis pas la soirée hier soir. J'avais la même robe que la femme du patron. Heureusement j'avais encore dans la voiture une jaquette de l'époque du chien (wrupp) Je l'ai mise. De toute la soirée j'ai pas osé de regarder personne. A peine dans la voiture René m'a engueulée "Tu te rends compte qu'est-ce que ça veut dire pour moi. La promotion et l'augmentation ça sera pour une autre fois et c'est en tout cas pas de ma faute. Depuis là il m'a plus parlé. Alors aux grands problèmes les grandes solutions. J'ai décidé de prendre les choses en main pour l'année prochaine. Je veux me faire une robe moi-même. J'ai déjà vu le tissu. Un modèle personnel, original et sexy.

40-42-38 comment je veux être sexy comme ça !

no de la torture.

