

Les médicaments, le potager, mes matous

11.10.2013, Episode 105

L'avis de Marie

Bonjour, bienvenue sur mon podcast « L'avis de Marie ». Nous sommes le 11 octobre 2013 et je vous parle aujourd'hui de médicaments et d'une initiative du gouvernement français. Puis nous irons dans mon potager et je vous présente les deux hommes de ma vie.

L'autre jour, je me suis réveillée avec un mal de tête incroyable. Cela m'arrive heureusement rarement [1], mais quand j'ai des maux de tête, c'est assez horrible. Je n'aime pas prendre de médicaments, mais la journée allait être longue, alors je suis partie à la recherche d'une aspirine. Je ne sais pas vous, mais j'ai des amis qui ont une armoire à pharmacie digne d'une pharmacie. Moi je n'ai qu'une petite corbeille à médicaments dans laquelle se trouvent quelques boîtes : de l'aspirine, des boîtes d'antibiotiques à moitié vides, des crèmes dont je ne me souviens plus de l'utilité et dont j'ai perdu la posologie [2].

Il paraît qu'en France, chaque Français, je dis bien, chaque Français et non pas chaque foyer, c'est-à-dire chaque famille, non, non, chaque Français aurait chez lui un kilo cinq de médicaments. C'est ce qu'a annoncé notre ministre de la santé. Comment arrive-t-on à cette quantité? Souvent ce sont des médicaments qu'on a achetés dans le cadre de l'automédication, c'est-à-dire, quand on va à la pharmacie et qu'on s'achète de quoi soigner une toux, un rhume, sans avoir demandé l'avis d'un médecin. 70 % des Français achèteraient ces médicaments dont on voit la publicité à la télévision et qui sont en libre accès [3] dans les pharmacies. On en prend deux, trois et dès qu'on se sent mieux, le reste de médicaments reste dans sa boîte, et la boîte dans l'armoire à pharmacie. C'est ainsi qu'année, après année, les boîtes s'accumulent pour devenir des kilos. Car bien sûr les années suivantes, quand on attrape un rhume par exemple, on achète de nouveaux remèdes [4].

C'est comme pour les antibiotiques. Quand le médecin nous en prescrit [5], il ne nous demande pas si on en a encore à la maison, et nous revoilà à la pharmacie avec notre ordonnance [6], à acheter une boîte d'antibiotiques qu'on ne finira pas, car souvent, il y en a plus qu'il n'en faut, et voilà comment cette boîte, s'ajoutera à d'autres et qu'on arrive au final à un kilo cinq cent de médicaments par Français.

C'est pour éviter tout ce gâchis, qu'un essai va être fait : la vente de médicament à l'unité. Pour l'instant, seules les pharmacies volontaires feront le test. Le but serait de stopper l'hémorragie [7] de la sécurité sociale, car depuis 11 ans, ce sont environ 21 milliards d'euros de déficit qui se sont accumulés.

La fin de l'été, c'est aussi la cueillette [8] ou la récolte des légumes du potager, c'est l'élagage [9] des arbres du jardin, c'est enlever les plantations, bref c'est dire adieu à l'été, et tout nettoyer pour la période de l'hiver. Alors voilà que depuis trois jours, je coupe, j'arrache, je cueille, je récolte, je blanchis, c'est-à-dire que je passe mes légumes à l'eau bouillante pour les stocker dans le congélateur. Cet hiver je pourrai alors les cuisiner, et retrouver dans mon assiette le soleil de l'été. Bien sûr, ce serait beaucoup plus simple d'aller au supermarché et d'y acheter ses légumes au rayon frais.

Ah ça oui ! Voilà trois jours que je suis en vacances, mais voilà trois jours que je me lève aux aurores, soit très tôt, et que je m'affaire [10] dans le jardin et dans le potager. Mais quelle idée ai-je eu à faire ce potager. Comme si je n'avais pas assez à faire ! Ah c'est clair, quand vous dites aux gens que vous avez un potager, ils sont admiratifs, « Ouah tu manges les légumes de ton jardin ! » Mes amis citadins m'imaginent, chapeau de paille sur la tête, bottes aux pieds, sautiller de bonheur entre les plants, toucher avec émotion les premiers légumes qui sortent de la terre, sentir avec délectation l'odeur de la terre, parler avec chaque légume récolté ! Oui, ils ont une image bien romantique du potager ! Ils n'imaginent pas, les maux de dos, les ongles noirs, les heures passées, accroupie, baissée, à chasser les mauvaises herbes, à récolter les légumes, à les blanchir, à les manger... Moi cela fait quatre semaines, quatre semaines que tous mes repas sont à base de courgettes. Au début on est fier : manger la courgette de son jardin. Au bout de

56 repas.... moi je rêve d'un hamburger-frites !

Et puis j'ai eu la bonne idée, comme si je n'avais pas assez à faire, à faire du pain ! Nous avons un vieux four à pain dans une remise [11]. Mon papa l'a remis en état [12], et nous avons, l'autre jour, cuit nos premiers pains! J'ai préparé la pâte pour deux pains blancs, et j'ai fait l'expérience de deux pains au seigle et au pavot. Mon frère a fait le feu dans le four et mon père qui faisait du pain plus jeune, est venu nous donner des conseils. Une fois le four chaud, on sort les braises [13] et on y glisse le pain. Une petite heure plus tard, voilà 4 bonnes miches [14] ! ... J'avoue avoir été très fière.

Tous les matins, c'est un régal, mes tartines faites avec mon pain ! Mon frère m'a proposé d'en faire plus et d'en vendre ! Non mais ça va pas non ! Entre le jardin, mon travail, mes études, les travaux... c'est quand que je pars en week-end, moi ?

Ils sont arrivés au début de l'été. Une petite boule grise, une petite boule rousse. C'est une copine qui me les a données, car elle ne savait pas quoi en faire, elle les avait trouvées dans une des granges [15] de son village et viennent de deux portées [16] différentes. Ces petites boules, ce sont des chatons. Le petit rouquin était déjà propre et tout gentil, le petit gris était encore sauvage. Une semaine entière je ne l'ai pas vu, il se cachait sous mon canapé et ne se laissait pas attraper. Je n'osais pas me demander où il faisait ses besoins, son petit pipi et ses petites crottes. Au bout d'une semaine, il s'est enfin laissé apprivoiser [17]. Le petit rouquin qui pensait être seul, a dû apprendre à partager les câlins [18]. Alors, est-ce par jalousie, pour se faire remarquer, ou par esprit de solidarité, que lui aussi a commencé à faire ses besoins un peu partout. Pendant un mois, j'ai été Dame pipi [19], et je partais à la chasse de petites crottes dans tout l'appartement. Je ne vous dis pas le nombre de machines à laver que j'ai fait tourner ! Pitou et Miniki m'ont rendue dingue ! Oui Pitou, et Miniki, ce sont leur petit nom. Je pensais d'abord à Pitou et Pita, mais Pita est en fait un petit mâle, mais cela je ne m'en suis rendu compte que lorsqu'il est sorti de sous mon canapé. Pitou le rouquin et Miniki le gris. Pourquoi Miniki ? Car il a la queue cassée. On dirait la queue d'un petit cochon, elle est entortillée, ce qui lui fait une toute petite queue, une mini queue, donc Miniki.



J'aurais pu l'appeler Cochonou, comme la célèbre marque de saucissons, mais bon, les Chinois ont racheté cette entreprise française, alors par esprit de contradiction, j'ai préféré donner un nom à consonance [20] japonaise.

Deux chatons, c'est du travail, mais qu'est ce qu'ils sont attachants, et qu'est ce qu'ils me font rire ! Un matin par exemple, alors que le réveil sonnait depuis au moins 10 minutes, je sens de petites tapes sur mon visage. J'ouvre les yeux et vois les deux chatons assis en face de moi, sur le lit, qui me regardaient et l'un d'eux me donnait des petits coups de pattes, l'air de me dire : « Allez debout, on a faim ». Un autre jour encore, alors que je venais de leur donner à manger, Miniki mangeait et pour profiter tout seul de sa gamelle [21], il tenait Pitou à distance [22]. Il avait posé sa petite patte avant gauche sur la tête de Pitou pour que celui-ci n'avance pas. Ils me suivent comme des petits chiens : je sors, ils sortent, ils ne me voient plus, ils pleurent, je rentre, ils rentrent. Ils grimpent sur mon bureau quand je travaille, se mettent entre ma tête et mon livre quand je lis. Deux chatons, cela demande deux fois plus d'attention, mais c'est deux fois plus de câlins.

Non mais je m'inquiète tout de même. Je ne pars plus, je fais du pain, je m'occupe du potager, et je vis avec mes deux chats. Ce n'est pas possible, je suis encore jeune. Et dire que je voulais prendre des chèvres... je vais bien y réfléchir !

Voilà, je vous retrouve dans deux semaines, sur www.podclub.ch et espère bien d'ici là aller respirer les pots d'échappement, écouter le bruit des klaxons, me faire un bain de foule [23], enfin je vous le raconterai la prochaine fois. En attendant, prenez soin de vous. A bientôt.

Glossar: L'avis de Marie

[1] rarement: pas souvent

[2] la posologie: le petit papier qui se trouve dans la boîte et qui explique les effets du médicament et son dosage, le nombre de médicament à prendre

[3] le libre accès: ce dit de quelque chose qui est à la disposition du public

[4] **le remède:** le médicament

[5] **prescrire:** ordonner, commander quelque chose, le médecin ordonne la prise de tel ou tel médicament

[6] **l(a) ordonnance:** prescription du médecin

[7] **l(a) hémorragie:** ici , la perte, la fuite importante d'argent

[8] **la cueillette:** du verbe cueillir, ramasser, récolter

[9] **élaguer:** couper les branches inutiles des arbres

[10] **s'affairer:** s'agiter, s'activer, se préoccuper de quelque chose, ici je travaille dans le jardin et dans le potager

[11] **remettre en état:** faire en sorte que tout fonctionne

[12] **la braise:** ce qu'il reste quand on brûle du bois, le charbon

[13] **la miche:** le pain rond

[14] **la grange:** endroit où les fermiers stockent le foin, l'herbe séchée

[15] **la portée:** ensemble de petits qu'une femelle mammifère met bas, fait, en une seule fois

[16] **apprivoiser:** le contraire de sauvage

[17] **le câlin:** le geste tendre

[18] **la dame pipi:** dans certains toilettes publics, c'est la dame qui s'occupe des toilettes

[19] **la consonance:** qui ressemble par les sons

[20] **la gamelle:** le récipient où on met le manger

[21] **tenir à distance:** faire en sorte qu'il ne s'approche pas

[22] **la foule:** masse de gens