

## **Défoulez-vous comme Valérie Trierweiler!**

### **Quelques perles de son récit pour vous inspirer:**

*"En quelques heures de janvier 2014, ma vie a été dévastée et mon avenir a volé en éclats. [...] Il m'est apparu que le seul moyen de reprendre le contrôle de ma vie était de la raconter"*

*"Un jour, j'ai tapissé le mur de notre cuisine de photos de mon ex-mari et de moi, au temps de notre mariage: des photos de bonheurs et de baisers de vacances. [François Hollande] était choqué."*

*"- Alors? - Alors, c'est vrai, répond-il. C'est vrai quoi? Tu couches avec cette fille?"*

*"En moins d'une semaine, j'ai non seulement subi une déflagration dans ma vie, mais je vérifie l'étendue du cynisme du petit monde des amis politiques, des conseillers et des courtisans."*

### **Et comment elle parle de François Hollande:**

*„Goujat”, „froid”, „odieux”, „particulièrement ingrat” et „cruel”.*

NDLR: et moche!!!

### **A VOUS!**

Pensez à une personne vraiment hooooorrrrible que vous avez rencontrée dans votre passé: votre oncle, votre maîtresse à l'école, chef, voisin, collègue au travail...

Pensez à la situation où cette personne vous a vraiment énervé/attristé/blessé.

Décrivez cette situation (où cela a eu lieu? quand? qu'est-ce que la personne a dit, a fait? Elle ressemblait à qui en ce moment? comment avez-vous réagi? qu'est-ce qui s'est passé après?), mais de manière à noircir la personne. Dites du mal d'elle. Ridiculez-la jusqu'à ce qu'elle devienne drôle (nb.: utilisez les adjectifs qualificatifs, les comparaisons, les adverbes!).

Remplissez une demi-page.

Respirez et riez; cette personne ne reviendra plus dans vos cauchemars :)

