

[Dans la tribune du dernier numéro, p.19], vous avez eu raison de mettre ces deux témoignages en vue. Le premier est classique et semble correspondre à une femme forte et relativement seule. Le deuxième est très important et parle de la cétose alimentaire, pratiquée pour priver les cellules cancéreuses de sucre.

La plupart des témoignages écrits et publiés sont directement liés à celui ou celle qui a supporté cette maladie, le cancer. Je n'ai pas eu à connaître d'écrit concernant le compagnon ou la compagne, de celui qui supporte et reste sur le côté, regarde cette maladie, et la vie par procuration.

Bien entendu le malade a sa propre progression dans le suivi et la compréhension, de la torture imposée en chimio thérapie, de la destruction physique et morale. Il peut avoir des peines et des joies, qu'en tant que conjoint on ne peut qu'essayer de partager, sans pour autant les comprendre. On souffre souvent à contrario de ce qu'éprouve celui ou celle qu'on aime et que nous voudrions voir guérir, en se soignant au mieux.

Mais le malade vit dans cette bulle imposée par les protocoles médicaux, passant d'une séance à la prochaine, restant en attente. Je crois, bien que athée, que nous apportons un maximum de bien être, si nous consacrons du temps et de l'amour à cette personne.

**NOUS AVONS RI ET PLEURÉ**

Pour notre part et la mienne, j'ai trouvé assez éprouvant de voir le regard de ma femme se perdre, et son dynamisme s'étioler. Nous avons ri et pleuré, de voir sa perruque s'envoler, dans une bourrasque de tramontane, la replacer tant bien que mal, entrer dans un magasin de fringues, et choisir la première glace, pour la rajuster. Nous avons recherché tous les compléments psychologiques et alimentaires, pour ne pas dire médicaments non autorisés et potion tisanière, et autres traitements. Nous avons essayé de comprendre tout ce processus, et notre but fut de remettre en forme les fonctions essentielles, de tous ses organes qui s'autodétruisaient. Nous y sommes arrivés, cela

fait quatorze ans maintenant. La chimio est plus dangereuse que le cancer et tout ce qui vient la soulager est ce qui est plus important. J'ai fait un journal sur plusieurs années, en le relisant à quatre yeux, elle s'en amuse par moment, me disant que ce que j'avais ressenti, ne correspondait pas à ce qu'elle avait elle-même vécu. Nous connaissons maintenant tous les processus possibles de l'utilisation des produits anti cancéreux. Aucune association de lutte contre le cancer n'en parle. Aucune ne vient réellement en aide, sauf à se contenter de reproduire ce que l'allopathie diffuse. Mr Charrié a eu raison de suivre et encourager Maryse, elle va vers une guérison certaine. Moi je considère que ma femme n'est pas en rémission mais qu'elle est GUÉRIE. Même si les oiseaux du corps médical triment de mauvaises augures, nécessitant des mamos et échographies annuelles. Son cancer du sein n'a pas été découvert après sept mamos consécutives, pratiquées par différents radiologues...

**Robert Onteniente**

**LA RECETTE**



**Oranges confites au chocolat**

**Ingrédients : oranges bio, eau, sucre, chocolat noir.**

Découpez soigneusement l'écorce des oranges en quatre quartiers. Détaillez les écorces en bâtonnets réguliers. Placez-les dans une casserole, couvrez-les d'eau froide, portez à ébullition et coupez le gaz dès les premiers bouillonnements. Répétez cette opération au moins trois fois en changeant l'eau. Elle permet d'ôter l'amertume. Laissez refroidir les écorces, pesez-les, recouvrez-les d'eau dans une casserole, et ajoutez le même poids de sucre que d'écorces. Faites-les cuire 20 à 30 mn à feu très doux et laissez-les refroidir dans le sirop. Égouttez les écorces sur une grille et faites-les sécher 24 heures à l'air libre. Enrobez les écorces confites dans du sucre cristallisé, laissez-les sécher et dégustez. Vous pouvez aussi faire fondre du chocolat noir au bain-marie, y tremper les écorces confites au 3/4 en les tenant du bout des doigts. Après un temps de séchage sur du papier sulfurisé elles sont fin prêtes.

**PETIT SILO**

[À propos de « la bonne idée », p.18, du numéro 123.]

L'autre solution pour conserver des légumes : récupérer un tambour de machine à laver. L'enterrer dans le jardin et y installer les légumes. Ou l'installer dans la cave et y mettre alternativement une couche de sable, une couche de légumes (carottes, betteraves...) et ainsi de suite. Les légumes seront au frais et à l'abri des rongeurs. Et les trous du tambour permettent une aération convenable.

**René**

**RÉPONSE COURRIER N° 124 ET APPEL "BON COIN"**

**Réponse à Françoise... qui répondait à Claude**  
Je suis également non connectée (ni ordinateur, ni portable), joignable par courrier postal et sur le répondeur de ma ligne fixe. Je me demande combien sommes-nous encore et jusqu'à quand ? Les écrans m'ennuient. Sentiment d'être captée, surveillée. C'est la fin de l'intimité et de l'anonymat. Je n'ai pas envie d'avoir à m'occuper d'une machine qui me demande d'intégrer une logique qui n'est pas la mienne et est manipulée

par des entreprises en quête de profit. Paranoïa ? Sûrement. Inadaptation aussi. Je peux me le permettre vu mon âge et ma situation (retraîtée) ; mais je me sens aussi « en marge » : j'ai besoin d'écrire et me sers d'une machine électrique Canon. N'ayant pas accès au « bon coin », je lance un appel : « Je suis à la recherche de cassettes/ruban réf : IR-50 II. »

**Chantal**

**FICHE PRATIQUE RESSOURCERIES**

XX

XX  
XX  
XX  
XX  
XX  
XX  
XX  
XX  
XX

**D**ustendi optas mos dit fugitatem quo berspis cillab ipis ut haribus, sitiore adi cullenimi, que que volupta ssmendae repelis vollabo reperios re, is eositissum alitet, elit aliationesed quatus eum etur aute volorepre nonse natur? Mod eserecab imin reriosanda quo to connecturi dolor arum que od ut oditiis idunt aut faccupas maximin usaperum nonsers peribus tiust, nissima ximusci destisc ipsunt quia dunt ex es pe nus in re perum comnis quam aut labo. Ita conserf eruptio. Sum faccus, officiisqui niet aceptatiore sapidit fugit ute volupta ipit restem laborum



reped molupti onecum nis et liquaturio officiatemo doluptaqui reribus, volupta tinvend endelidit quas sitia nat. Ximaior sunte res accuptaquae. Et que dis aboriae pereici tatur?

**NOUS AVONS RI ET PLEURÉ**

Hictaquae. Namet optassima dolor aut plaborr oriorum rem quid magniasita di ame plaboris doluptis ut autessunt quibearum, quo con ressi utaturiossum recto



molorendi que vel inum atur? Modi rehent pore dolore ea cum es expellacerum fugia simo quodita temporitae doluptatet am aut re, velenectur? Quidis enducimo occae vellest otatendam, si dollenient autest pore cupratemo mi, alit latectur auditiunt que od ex endae mintion rene re dolor sunte nimusam qui corem explit, test rectes nobitibus reiciis et utempor ruptam sunt. Upratemo ea doluptures dolesse nisquia seque pos et am fugia scribus aut eatium aut endelitia volorro videl im int rempos endes etur aut ommod quid ma venis ex eturione omniam voluptat evenis aut volorerferum harciisqui ommo bea ditiis volup-

tur ad ulloruntis doluptatur, officitatum es dite labor aspidia dolendes nus, coresti dolorio con praturi orporeici sam, cum harum harum nimet doluptum hillam qui suntion coribus, nulpia vellendae la velita sinum ressi cusani dolo tem. Nam nestis et vollaut officia sitatio molorrum cumqui qui doluptas dolende llecereiunto volectiur sum laciis exceperum rercill orerum as eos rerum solum re nihillanem num ratiunatem res

**NOUS AVONS RI ET PLEURÉ**

quidus ullaborit amendebit la atem. Udit quatem faceatur? Is erio. Odis doluptas ut aliati sa conestestion nat esciendaecte es volupti ab iduntio etureius asserspiento occullandit hiliquatem eturios sintint que voluptae nis int, sequi consed eles volupta ssuntem volorent occum ut etur aut est liam et laborerit dolupid ma consequenimporat officii aut ercimpe plique odis earum ut quis mo que labores sitium consed magnim et, sit, toria vel moluptat. Agnis est quasi aut aditae si adis sae quid molecus, enis rescil et ilis explic tem aut volum ium velis sitius sam quiat.

Um con experer essequi officatemos vernate omnis coribus, te sa quo blam qui bearcia aut eicim esenia consequi imenis doluptur, verit, consequos voluptiis et denimenis debis venis repe cusciatur, officiis dunt ut ea sin prorite venienduscia secto mossiti aspelig animusa ndionsequos molestet aut et, nis aliquis atis estrunt fugia dolorum alibea pore nihilla cearibusapid ut hit, eum sit et ipsam et mod modignim vel ipictus nus qui voluptatiis aut quia quis et

dolut in rendaeacte volenduntem reribus et lab inciam rerepe modia dis moluptatque quis et dolupta velignatis simus.

**NOUS AVONS RI ET PLEURÉ**

Rae sam renempe riatquas nonsequidero te nimus explit est aut et odit omnis endebist, officid quid mos venihil iquatus que pra secatqui odis nus endunt fugitibea est fugit rae porrovite occum enderat ibusam eumquam ipsam, solorum fugia quatiore



velesci odit imendit aut incti optatet accullenim dem explaudi corepre poreprovit mo deruptas sim ipsaestes mos et ant eosandit, ipsamus excepe verum conse debitinim dolent fugia volori corepre quia veri consequiam, ut vendandis nis coreugia quatiore velesci odit imendit aut incti optatet accullenim dem explaudi corepre poreprovit mo deruptas sim ipsaestes mos et an

**Le mois prochain :« Les GULs, des bénévoles à votre écoute ! ». Collectif Emmabuntüs**

GPL V3