

UNE PRODUCTION FRENCH à LA CARTE

# FRENCH

Listen more to speak better

# TO GO

EPISODE 21: TESTIMONIES

אתחיל את הפרק הזה בתודה ענקית! כן, אני מודה לכם מכל הלב. למה? טוב, פשוט כי אתם מקשיבים לפודקאסט הזה. זה אולי לא חשוב לכם (ANODIN), זה אומר ללא חשיבות, זה לא משנה), אבל השבוע הפודקאסט French To Go עלה על 1,000 האזנות. והיום אתם מאזינים לפרק ה-21, הפרק מספר 21! ואני לא הייתי כאן בלעדיכם, אז שוב... תודה!

הפרק הזה שונה מהאחרים כי הפעם אני לא מתכוונת לספר לכם את הסיפורים שלי, או של

Je vais commencer cet épisode par un grand MERCI ! Oui, je vous remercie de tout coeur. De quoi ? Et bien, tout simplement d'écouter ce podcast. C'est peut-être anodin pour vous (anodin, cela veut dire sans importance, qui n'a pas d'importance), mais cette semaine le podcast French To Go a dépassé les 1000 lectures ou écoutes. Et aujourd'hui, vous écoutez le 21ème épisode, c'est-à-dire l'épisode numéro 21 ! Et je ne serais pas là sans vous, donc encore une fois... Merci !

Alors, cet épisode est différent des autres parce que, pour une fois, je ne vais pas vous raconter mes histoires, ou celles de

החברים שלי סלין, פרד, קרולין וסטפן אלא שלכם!  
קיבלתי מספר עדויות - TEMOIGNAGE היא  
כאשר אדם מספר את מה שראה או שמע. מילה זו  
משמשת לעתים קרובות בחקירה פלילית. במקרה  
זה, TEMOIGNAGE הוא מה שמספר עד לפשע,  
מי שראה את הפשע.

כמובן, כאן אני לא הולכת לדבר על פשע, אלא על  
סיפורים אישיים של כמה מהמאזינים שלי.  
(AUDITEUR הוא מישהו שמקשיב - אז אתם  
המאזינים שלי :-). הערה לפני שמתחילים. מכיוון  
שזו הייתה הפעם הראשונה שאני מבקשת סיפורים  
מכם, לא הבנתי שאני צריכה לבקש הבהרות, למשל  
אם אוכל לתת את שמו של האדם. אז שמרתי רק  
על השמות הפרטיים, ואני מתנצלת מראש אם אני  
טועה בהגייה.

הערה נוספת: בפעם הבאה אבקש עדויות מוקלטות,  
ולכן בעל פה. זה יהיה אותנטי יותר.

מתחילים !

ג'וליאן מדבר על חרדותיו, על הפחד שלו בלילה  
הראשון. (ANGOISSE זה פחד חזק מאוד).  
"התינוק שלנו נולד בטרם עת - כלומר לפני התאריך  
המשוער. במחלק הפגים בבית החולים הוא היה  
מחובר כל הזמן למוניטור, 24 שעות ביממה, 7 ימים  
בשבוע. ביום שחזרנו הביתה, אשתי ואני לא ישנו  
הרבה בלילה. (אני מוסיפה ביטוי: "ON N'A PAS  
FERME L'OEIL DE LA NUIT"). כל חמש דקות  
היינו הולכים לבדוק שהתינוק נושם, כי בבית לא היה  
לנו מוניטור שירגיע אותנו. אז למחרת בבוקר  
(LENDEMAIN הוא היום שאחרי), קנינו מוניטור  
שבדק נשימות, זה מכשיר ששמים במיטת התינוק  
והוא בודק את נשימתו. הוא מתריע לנו (שולח  
הודעה) אם התינוק אינו נושם. לאחר מכן, סוף סוף  
הצלחנו לישון. או כמעט. הוא עדיין תינוק ולכן הוא  
מתעורר הרבה בלילה, ולכן לעתים קרובות הוא  
מעיר אותנו בלילה."

mes amis Céline, Fred, Caroline et  
Stéphane mais les vôtres ! J'ai reçu  
plusieurs témoignages - un témoignage,  
c'est quand une personne raconte ce  
qu'elle a vu ou entendu. On utilise souvent  
ce mot dans le cadre d'une enquête  
criminelle. Dans ce cas-là, c'est ce que  
raconte le témoin d'un crime, la personne  
qui a vu le crime.

Bien sûr, ici, je ne vais pas parler de  
crime... mais des histoires personnelles de  
certains de mes auditeurs. (un auditeur,  
c'est une personne qui écoute - donc vous  
êtes mes auditeurs :-). Une remarque avant  
de commencer. Comme c'était la première  
fois que je demandais des témoignages, je  
n'ai pas réalisé que je devais demander  
quelques précisions, comme par exemple si  
je pouvais nommer la personne - donner le  
nom de la personne. Alors j'ai gardé  
seulement les prénoms, et je m'excuse  
d'avance si je me trompe dans la  
prononciation.

Autre remarque : la prochaine fois, je  
demanderai des témoignages enregistrés,  
et donc à l'oral. Ce sera quand même plus  
authentique.

Allez, c'est parti !

Julian parle de ses angoisses, de sa peur la  
première nuit. (une angoisse, c'est une peur  
très forte). "Notre bébé est né prématuré -  
ça veut dire avant la date prévue. Dans le  
service spécialisé à l'hôpital, il était tout le  
temps branché à un moniteur, 24 heures  
sur 24 et 7 jours sur 7. Le jour où nous  
sommes rentrés à la maison, ma femme et  
moi n'avons pas dormi de la nuit. (Je  
rajoute une expression "On n'a pas fermé  
l'oeil de la nuit"). Toutes les cinq minutes,  
nous allions vérifier que le bébé respirait,  
parce qu'à la maison, nous n'avions pas de  
moniteur pour nous rassurer. Alors le  
lendemain matin (le lendemain, c'est le jour  
d'après), nous avons acheté un moniteur de  
mouvements respiratoires, c'est un appareil  
que l'on met dans le lit du bébé et qui  
contrôle ses respirations. Il nous alerte (il  
envoie un message) si le bébé ne respire  
plus. Après ça, on a enfin pu dormir. Ou  
presque. C'est quand même un bébé alors  
il se réveille souvent la nuit, et donc il nous  
réveille souvent la nuit."

אלהיל סיפרה לי על הטיפול האוהב של משפחתו. "כל המשפחה שלי - אמי, שתי אחיותיי אבל גם הנשים בצד של האבא הכינו את דירתנו כמה ימים לפני שחזרתי ממחלקת היולדות בבית החולים (MATERNITE זה המקום בו יולדות). הכל היה מוכן, מסודר. הם אפילו בישלו והקפואו אוכל (CONGELER פירושו הכנסת אוכל למקפיא של המקרר כדי לשמור אותו יותר זמן). כך שלא יהיה לי מה לעשות חוץ מלדאוג לתינוק שלי. אבל זה לא הלך כמתוכנן כי יום אחרי שחזרנו הביתה גלינו שלתינוק יש צהבת וחזרנו למחלקת יולדות (JAUNISSE) היא מחלה שכיחה מאוד אצל תינוקות, קשורה לבעיה בכבד. זה נקרא ככה כי העור של התינוק הופך לצהוב). הייתי שם יותר משבוע עם התינוק שלי. אז בעלי הזמין את חברי ואת משפחתו והם אכלו את כל מה שהוקן!"

נועם סיפרה לי על היום הראשון שלה בבית לבד עם התינוק שלה. "היו לי כבר שני פעוטות (EN BAS-AGE, זה אומר שהם צעירים מאוד) בבית, ולכן הייתי תמימה, חשבתי שעם השלישי יהיה קל. סך הכל, אני יודעת איך זה הולך. יש לי ניסיון. (אני מוסיפה ביטוי: היא ידעה למה לצפות). שלושה ימים אחרי שחזרתי הביתה, נשארתי לבד עם שלושת ילדי, אחר צהריים שלם, כי בעלי היה צריך לנסוע לעבודה והוריי קבעו תור רפואי. הבן הבכור שלי (כך קוראים לילד הראשון שנולד) היה במצב רוח רע, השני שלי היה בהתקף קנאה, והתינוק הקטן שלי לא הפסיק לבכות. אז נשברתי. וכשבעלי חזר הביתה באותו לילה, הייתי על הספה בוכה, התינוק שלי יונק (יונק, זה אומר לשתות חלב של אמא), השני ישן לידי, והבכור נשא את כל הצעצועים שלו מהחדר שלו לסלון. היו צעצועים בכל מקום!"

Elhil m'a parlé des belles attentions de sa famille. "Toute ma famille - ma mère, mes deux sœurs mais aussi les femmes de ma belle-famille ont préparé notre appartement quelques jours avant mon retour de la maternité (c'est l'endroit où on accouche). Tout était prêt, bien rangé. Elles ont même cuisiné et congelé des plats (congeler, c'est mettre un plat dans la partie "congélateur" du frigo pour le conserver plus longtemps). Comme ça, je n'avais rien à faire à part m'occuper de mon bébé. Mais ça ne s'est pas passé comme prévu parce que le lendemain de notre retour à la maison, on a découvert que bébé avait la jaunisse et on est repartis à la maternité (la jaunisse, c'est une maladie très courante chez les bébés, liée à un problème au foie. On l'appelle comme ça parce que la peau du bébé devient jaune). Je suis restée là-bas plus d'une semaine, avec mon bébé. Alors mon mari a invité ses copains et sa famille et ils ont mangé tout ce qui avait été préparé !"

Noam m'a parlé de sa première journée seule à la maison avec son bébé. "J'avais déjà deux enfants en bas-âge (en bas-âge, ça veut dire qu'ils sont très jeunes) à la maison, et donc j'étais naïve, je pensais que l'arrivée du troisième serait facile. Après tout, je sais comment ça se passe. J'ai de l'expérience. (Je rajoute une expression : Elle savait à quoi s'en tenir, ça veut dire qu'elle savait ce qui l'attendait.) Trois jours après mon retour à la maison, je suis restée toute seule avec mes trois enfants, tout un après-midi, parce que mon mari devait aller travailler et mes parents avaient un rendez-vous médical. Mon fils aîné (c'est comme ça que l'on appelle le premier enfant qui naît) était de mauvaise humeur, mon deuxième faisait une crise de jalousie et mon petit bébé n'arrêtait pas de pleurer. Alors j'ai craqué. Et quand mon mari est rentré ce soir-là, j'étais sur le canapé en train de pleurer, mon bébé tétait (téter, ça veut dire boire le lait de la maman), mon deuxième était endormi à côté de moi, et l'aîné était en train de transporter TOUS ses jouets de sa chambre jusqu'au salon. Il y en avait de partout !"

לינה שלחה לי הודעה קצרה כדי ללעוג על בעלה (בקטנה כמובן). "ילדתי בטרם עת, כמעט שלושה שבועות לפני הזמן. אבל אני ובעלי סידרנו הכל הראש: המיטה, שידת ההחתלה (איפה ש מחליפים לתינוק, איפה שמלבישים אותו), בקבוקים, מוצרי טיפוח וכו' וכו'. הכל חוץ מבגדים." (אוסף בצד - FAIRE UN APARTE כלומר לציין נקודה קטנה באמצע הסיפור - לא כל כך הבנתי למה הם לא קנו את הבגדים מבעוד מועד, אבל אני מבינה שזה בגלל אמונה מסוימת במשפחה או בקהילה התרבותית או הדתית שלה.) אני ממשיכה את סיפורה של לינה. "מפני שהייתי בבית החולים, בעלי הלך לקנות את הבגדים. בחנות הוא לא אמר שום דבר מיוחד למוכרת, רק שזה עתה הפך לאבא לילדה קטנה. אז המוכרת המליצה לו לקנות בגדים במידה "3 חודשים" כדי שנוכל להשתמש בהם מעבר לחודש הראשון (AU-DELA, זה אומר שמעבר, אחרי). אבל התינוק שלי שקל בקושי קילו 900! אז היינו צריכים לגלגל את השרוולים (זה אומר לקפל או יותר נכון לגלגל את שרוולי הבגד כי זה ארוך מדי). את שרוולי בגדי הגוף היה צריך לקפל 3 או 4 פעמים (BODY, זה השם שניתן לבגד גוף של תינוקות) וגם המכנסים. הכל היה גדול מדי בשבילה!" (אני מוסיפה ביטוי: היא שחתה בבגדיה!)

חזרה ב"סגר" היא גם המציאות כיום! המילה "CONFINE" נובעת מהחידוש הגדול מאז הגעתו של COVID: סגר. סגר היא כאשר ממשלת מדינה מחליטה שכולם צריכים להישאר בבית כדי להילחם במגיפה. מתיו אמר לי שהחזרה הביתה עם בנו במהלך הסגר הראשון הייתה סוריאליסטית. "קודם כל, הייתי צריך להראות למשטרה אישור לנהוג (כלומר לקחת את הרכב) כדי לנסוע לבית החולים. כך היה גם בדרך הביתה, עם אשתי והתינוק ברכב. היה לנו את כל מה שהיינו צריכים בבית, ולמזלי מכיוון שרוב החנויות היו סגורות, וקנייה של משהו בדחיפות הייתה מאוד מסובכת ... אבל החלק

Lina m'a envoyé un petit message pour se moquer (gentiment bien sûr) de son mari. "J'ai accouché prématurément, presque trois semaines avant la date prévue. Mais mon mari et moi, on avait tout organisé : le lit, la table à langer (là où on change le bébé, où on l'habille), les biberons, les produits de soin etc etc. Tout sauf les vêtements." (Je fais un petit aparté - c'est-à-dire que je fais une petite remarque au milieu de l'histoire - je n'ai pas exactement compris pourquoi ils n'avaient pas acheté les vêtements à l'avance, mais j'ai crû comprendre que c'est en raison d'une certaine croyance dans sa famille ou sa communauté culturelle ou religieuse.) Je continue l'histoire de Lina. "Comme j'étais à l'hôpital, c'est mon mari qui est allé acheter les vêtements. Au magasin, il n'a rien dit de spécial à la vendeuse du magasin, juste qu'il venait d'être papa d'une petite fille. Alors la vendeuse lui a conseillé d'acheter des vêtements de taille "3 mois" pour pouvoir les utiliser au-delà du premier mois (au-delà, ça veut dire après). Mais mon bébé pesait à peine 1 kilo 900 ! Alors on a été obligés de retrousser les manches (ça veut dire plier ou plutôt enrouler les manches d'un vêtement parce qu'il est trop long). Il a fallu replier 3 ou 4 fois les manches des bodies (un body, c'est le nom donné au sous-vêtement porté par les bébés) et aussi des pantalons. Tout était bien trop grand pour elle !" (J'ajoute une expression : elle nageait dans ses vêtements !)

Un retour "confiné", c'est aussi la réalité d'aujourd'hui ! Le mot "confiné" vient de cette grande nouveauté depuis l'arrivée de la COVID : le confinement. Le confinement, c'est quand le gouvernement d'un pays décide que tout le monde doit rester à la maison pour lutter contre la pandémie. Matthew m'a raconté que le retour à la maison avec son fils, pendant le premier confinement, était surréaliste. "Tout d'abord, j'ai dû montrer aux policiers mon autorisation de circuler (c'est-à-dire de prendre la voiture, de rouler en voiture) pour aller jusqu'à l'hôpital. Ça a été la

הקשה ביותר הוא שהמשפחה שלי, המשפחה של אשתי, החברים שלנו, אף אחד לא הצליח להגיע ולבקר אותנו. לא במחלקת היולדות, ולא במהלך השבועיים לאחר שחזרו אשתי ובני הביתה. סבא וסבתא, אחי, אחותה ואחיה של אשתי, חבריי, חברתה הטובה ביותר של אשתי ... כולם ראו את בנו נוח בפעם הראשונה בזום ובסקייפ. זה היה ממש סוריאליסטי. והיה לנו מאוד קשה. וגם להלם. לבסוף, כשהסתיים הסגר, ארגנו יום שלם של ביקורים! כמו אצל הרופא. כל חצי שעה מישהו בא לבקר אותנו!"

אילזה סיפרה לי מה הבינה שבוע לאחר הלידה, שבוע לאחר לידת הילד הראשון שלה. הייתי אומרת שנדלקה לה נורה (AVOIR UN DECLIC פירושו להבין משהו פתאום). "חזרתי הביתה עם בתי קלרה יומיים לאחר הלידה. הימים הראשונים היו מאוד "טכניים": להניק את בתי (לתת חלב), לתת לה אמבטיה, להרגיע אותה, לכבס, לבשל, לאכול, לסדר, לישון כשהיא ישנה ... הייתי כמו במציאות אחרת, קצת כמו במצב אוטומטי. אני לא חושבת שהבנתי מה קורה. ואז כשבוע אחרי שחזרתי, הבנתי את זה. הבנתי שאני אמא. למעשה קיבלתי טלפון מהמרכז הרפואי והאדם בקצה השני (כך קוראים לאדם שאנו מדברים אליו בטלפון) פנה אלי ואמר: האם את אמה של קלרה? פתאום הכל היה הגיוני. זו הבת שלי, אני אמא. שום דבר כבר לא יהיה אותו דבר. למעשה, לא אמרתי לעצמי בראש "אני אמא שלה", אמרתי בקול רם: אני אמא!"

même chose sur le chemin du retour, avec ma femme et le bébé dans la voiture. On avait tout ce qu'il fallait à la maison, et heureusement parce que la majorité des magasins était fermée, et acheter quelque chose en urgence était très compliqué... Mais le plus dur, c'est que ma famille, la famille de ma femme, nos amis, personne n'a pu venir nous rendre visite. Ni à la maternité, ni pendant les deux semaines après le retour de ma femme et de mon fils à la maison. Les grands-parents, mon frère, la soeur et le frère de ma femme, mes copains, la meilleure amie de ma femme... Ils ont tous vu notre fils Noah pour la première fois sur Zoom et Skype. C'était vraiment surréaliste. Et ça a été très dur pour nous. Et pour eux. Finalement, quand le confinement s'est terminé, on a organisé une journée entière de visites ! Comme chez le médecin. Toutes les demi-heures quelqu'un venait nous voir !"

Ilse m'a parlé de ce qu'elle a compris une semaine après son accouchement, une semaine après la naissance de son premier enfant. Je dirais qu'elle a eu un déclic (avoir un déclic, ça veut dire comprendre quelque chose de manière soudaine). "Je suis rentrée à la maison avec ma fille Clara deux jours après l'accouchement. Les premiers jours ont été très "techniques" : allaiter ma fille (donner le lait), la laver, la calmer, faire la lessive, faire à manger, manger, ranger, dormir quand elle dormait... J'étais comme dans une autre réalité, un peu comme en mode automatique. Je crois que je ne réalisais pas ce qui se passait. Et puis environ une semaine après mon retour, j'ai compris. J'ai pris conscience que j'étais maman. En fait, j'ai reçu un appel téléphonique du centre médical et la personne au bout du fil (c'est comme ça qu'on appelle familièrement la personne avec qui on parle au téléphone) s'est adressée à moi et elle a dit : Vous êtes bien la mère de Clara ... ? Et là, tout a pris un sens. C'est ma fille, je suis sa mère. Plus rien ne sera comme avant. En fait, je ne me suis pas dit "je suis sa mère" dans ma tête, j'ai dit tout haut : Je suis maman !"

בואו נדבר קצת על אוצר מילים. Parlons un peu de vocabulaire.

חרדה  
חרדה היא פחד מאוד חזק. אנחנו אומרים שיש לנו חרדה, או שאנחנו חרדים, זה אומר שאנחנו מאוד מודאגים.  
ג'וליאן מדבר על חרדותיו, על הפחד שלו בלילה הראשון.

Angoisse

Une angoisse, c'est une peur très forte. On dit qu'on a une angoisse, ou qu'on est angoissé, ça veut dire qu'on est très inquiet. Julian parle de ses angoisses, de sa peur la première nuit.

Brancher

Ça veut dire normalement connecter un appareil à l'électricité. Je branche mon ordinateur. L'imprimante ne marchait pas parce qu'elle n'était tout simplement pas branchée. Le contraire, c'est débrancher, ou être débranché. Ici, bien sûr, c'est légèrement différent. Le bébé de Julien était branché à un moniteur.

לְחַבֵּר  
בדרך כלל פירושו חיבור מכשיר לחשמל. אני מחברת את המחשב שלי. המדפסת לא עבדה כי היא פשוט לא מחוברת. ההפך הוא ניתוק, או מנותק. כאן, כמובן, זה שונה במקצת. התינוק של ג'וליאן היה מחובר למוניטור.

24 שעות ביממה, 7 ימים בשבוע  
שימו לב לביטוי, מכיוון שהוא טיפה שונה בשפות אחרות. אבל הבנתם מה זה אומר. זה פתוח, או שזה עובד כל הזמן.

24 heures sur 24, 7 jours sur 7

Notez bien l'expression, parce qu'elle est légèrement différente dans d'autres langues. Mais vous avez compris ce que cela veut dire. C'est ouvert, ou ça marche, ça fonctionne tout le temps.

לא לעצום עיניים  
זה אומר לא להיות מסוגל לישון, עם נדודי שינה. זה שלילי, זה אומר שאתה מודאג מדי או לחוץ מכדי לישון. כדי לומר את ההפך, זאת אומרת שישנו טוב מאוד, אנו משתמשים בביטוי "לישון בשקט".

Ne pas fermer l'oeil de la nuit

Cela veut dire ne pas réussir à dormir, avoir une insomnie. C'est négatif, cela signifie qu'on est trop inquiet ou stressé pour dormir. Pour dire le contraire, c'est-à-dire qu'on a très bien dormi, on utilise l'expression "dormir sur ses deux oreilles".

המבוגר ביותר/הבכור  
זה הילד הראשון או הילדה הראשונה במשפחה. זה שם עצם וגם שם תואר.  
הבכור הוא כיום סטודנט.  
לבתם הבכורה קוראים ג'ולייט.

L'aîné/e

C'est le premier garçon ou la première fille d'une famille. C'est un nom et aussi un adjectif.  
L'aîné est aujourd'hui étudiant à l'université. Leur fille aînée s'appelle Juliette.

לדעת למה לצפות  
זה ביטוי כדי לומר שאנחנו יודעים מה עומד לפנינו.

Savoir à quoi s'en tenir

C'est une expression pour dire que l'on sait ce qui nous attend.

AVOIR UN DECLIC  
זה אומר להבין משהו פתאום, כשנורה נדלקת.

Avoir un déclic

Ça veut dire comprendre quelque chose de manière soudaine, prendre conscience de quelque chose, réaliser quelque chose.

להגיד בקול רם

Dire tout haut

Ça veut dire à voix haute, pas dans sa tête.

זה אומר בקול רם, לא בראש.

או קיי, הנה, סיימתי להיום. אני מקווה שנהניתם  
להאזין לעדויות אלה. בכל מקרה, נהייתי מאוד  
לקבל ולקרוא אותם! תודה לג'וליאן, אלהיל, נועם,  
לינה, מתיו ואילזה! ולכל מי ששלח לי הודעה. אני  
מצטערת, לא יכולתי להכניס את הכל לפרק אחד.  
בפעם הבאה, אני מקווה!

Bon, voilà, c'est fini pour aujourd'hui.  
J'espère que vous avez aimé écouter ces  
témoignages. En tous cas, moi, j'ai  
beaucoup apprécié les recevoir et les lire !  
Merci à Julian, Elhil, Noam, Lina, Matthew  
et Ilse ! Et à tous les autres qui m'ont  
envoyé un message. Je suis désolée, je ne  
pouvais pas tout mettre dans un seul  
épisode. La prochaine fois, j'espère !

*Crédits : Les podcasts French to Go sont une production French à la carte - Delphine  
Woda - [frenchcarte@gmail.com](mailto:frenchcarte@gmail.com)*



*Creative Commons Attribution - NonCommercial - NoDerivatives 4.0 International  
License*