

Exercice n°00 :

Ce livre est-il fait pour vous ?



Parmi les propositions ci-dessous, cochez celles qui vous correspondent.

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Quelle différence entre un baptême, une communion, une confirmation ? Dans tous les cas l'intégrale de Black Sabbath en cadeau ça va bien, non ? | <input type="checkbox"/> Tante Ginette vous accueille invariablement d'un : « Alors ? Toujours célibataire hein ? » |
| <input type="checkbox"/> À l'enterrement de Papi René, vous avez fait péter le champagne et pleurer Mamie Denise. | <input type="checkbox"/> Rencontrer le petit dernier de Ghislaine au moment du fromage c'est un peu comme être projeté au cœur de <i>L'Exorciste</i> . Avec beaucoup plus de vomis. |
| <input type="checkbox"/> Tonton Jean-Louis est un « décroissant » : il recycle les mêmes blagues racistes depuis 20 ans. | <input type="checkbox"/> Dans l'enthousiasme des retrouvailles, vous cédez facilement à l'appel des petits fours défraîchis. |
| <input type="checkbox"/> L'idée de vous retrouver à parler « tuning » avec vos cousins vous colle des sueurs froides. | <input type="checkbox"/> Au mariage de Katy les sévices musicaux (<i>All by myself/Danse des canards/Florilège de l'accordéon</i>) vous ont conduit à revoir l'ORL. |
| <input type="checkbox"/> Avant, vous étiez un farouche opposant à l'euthanasie. Après 5 heures à côté de l'Oncle Anatole, vous êtes moins catégorique. | <input type="checkbox"/> Vous avez payé vos enfants pour qu'ils mettent le feu à la salle des fêtes aux noces d'argent de Mamie (autant rentabiliser les compétences). |

Aucune réponse : vous n'avez pas de famille ? Ou bien vous avez simulé votre enlèvement au Kazakhstan pour échapper aux invitations ?

1 à 5 réponses : certes, vous n'avez pas choisi votre famille, dont certains membres sont un peu... spéciaux. Mais réfléchissez, en vous asseyant sur vos principes, vous pourriez être couché sur le testament de Tante Liliane.

6 à 10 réponses : être parachuté au milieu de la jungle amazonienne sans armes ni médicaments n'est rien comparé à la perspective d'un rassemblement familial. Les créatures qui gravitent autour de la pièce montée sont extrêmement venimeuses. Voici le kit de survie qui vous permettra d'affronter dignement bébés hurleurs, nièces gothiques et menus indigestes.

50  EXERCICES POUR

**SURVIVRE AUX
RÉUNIONS DE
FAMILLE**

Groupe Eyrolles
61, Bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Avec la collaboration de Charlène Charillon

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre Français d'Exploitation du Droit de Copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Groupe Eyrolles, 2012
ISBN : 978-2-212-55480-9

Guillaume Clapeau

50  EXERCICES POUR

**SURVIVRE AUX
RÉUNIONS DE
FAMILLE**

EYROLLES

Dans la même collection :

Philippe Auriol et Marie-Odile Vervisch,

— 50 exercices pour apprendre à s'engager.

— 50 exercices pour changer de vie.

— 50 exercices pour penser positif.

— 50 exercices pour s'affirmer.

Sophie et Laurence Benatar, 50 exercices de relooking.

Laurence Benatar, 50 exercices de confiance en soi.

France Brécard, 50 exercices pour savoir dire non.

Christophe Carré,

— 50 exercices pour maîtriser l'art de la manipulation.

— 50 exercices pour résoudre les conflits sans violence.

Catherine Cudicio, 50 exercices de PNL.

Hélène Dejean, Catherine Frugier, 50 exercices d'Analyse transactionnelle.

Émilie Devienne, 50 exercices pour prendre la vie du bon côté.

Gilles Diederichs, 50 exercices de Zen.

Gilles Diederichs, 50 exercices de spiritualité.

Laurie Hawkes, 50 exercices d'estime de soi.

Bernadette Lamboy, 50 exercices pour être bien dans son corps.

Laurence Levasseur,

— 50 exercices pour gérer son stress.

— 50 exercices pour profiter du moment présent.

— 50 exercices pour prendre la parole en public.

Sophie Mauvillé, Patrick Daniels, 50 exercices pour décrypter les gestes.

Mireille Meyer, 50 exercices d'auto-hypnose.

Paul-Henri Pion, 50 exercices pour lâcher prise.

Géraldyne Prévot-Gigant,

— 50 exercices pour développer son charisme.

— 50 exercices pour savoir méditer.

— 50 exercices pour sortir du célibat.

Jacques Regard,

— 50 exercices pour ne plus subir les autres.

— 50 exercices pour ne plus tout remettre au lendemain.

— 50 exercices pour retrouver le bonheur.

Virgile Stanislas Martin,

— 50 exercices pour convaincre.

— 50 exercices pour pratiquer la loi d'attraction.

— 50 exercices d'Ho oponopono.

Jean-Philippe Vidal, 50 exercices pour mieux communiquer avec les autres.

Dans la même série :

Emilie Devienne, 50 exercices pour rater sa thérapie.

Philippe Noyac, 50 exercices pour terrasser ses ennemis.

Tonnie Soprano et Billie Alto, 50 exercices pour éduquer son homme.

Sommaire

Introduction	11
1 • Une réunion de famille oui, mais de quel type ?	15
Exercice n° 1 : Le mariage	16
Exercice n° 2 : L'anniversaire de mariage	18
Exercice n° 3 : Le baptême	19
Exercice n° 4 : La première communion	21
Exercice n° 5 : Le renouvellement des vœux	22
Exercice n° 6 : Le décès	24
Exercice n° 7 : Noël	26
2 • Organiser les préparatifs dans la bonne humeur	29
Exercice n° 8 : L'annonce de la réunion	30
Exercice n° 9 : La réception du faire-part	31
Exercice n° 10 : L'achat d'un cadeau	33
Exercice n° 11 : La recherche d'un hébergement	35
Exercice n° 12 : Le voyage en voiture	37
3 • Survivre aux moments clés	39
Exercice n° 13 : L'accueil le jour J	40
Exercice n° 14 : La cérémonie	43
Exercice n° 15 : Le cocktail	44
Exercice n° 16 : La découverte du plan de table	46
4 • Affronter le menu avec dignité	49
Exercice n° 17 : L'entrée	50
Exercice n° 18 : Le plat de résistance	51

Exercice n° 19 : Le dessert	53
Exercice n° 20 : Note sur un potentiel abus d'alcool	54
Exercice n° 21 : Le café.	55

5 • Braver ses voisins de table 57

Exercice n° 22 : Le grand-oncle sourdingue	58
Exercice n° 23 : La vieille tante très riche	60
Exercice n° 24 : La petite cousine qui pose des questions compliquées	61
Exercice n° 25 : L'oncle raciste	64
Exercice n° 26 : Le cousin de droite	65
Exercice n° 27 : Le cousin de gauche	67
Exercice n° 28 : L'oncle qui raconte des blagues lourdes	69
Exercice n° 29 : L'oncle alcoolique	70
Exercice n° 30 : Le grand-oncle qui fume à mort	71
Exercice n° 31 : Le bébé	73
Exercice n° 32 : Le beau-frère qui manque d'hygiène	75
Exercice n° 33 : La tante hystérique	77
Exercice n° 34 : La grand-mère antisémite	78
Exercice n° 35 : La grand-tante trop parfumée	80
Exercice n° 36 : La cousine intello	81
Exercice n° 37 : Le beau-frère super sportif	83
Exercice n° 38 : La belle-sœur écolo	84
Exercice n° 39 : La nièce gothique	87
Exercice n° 40 : Le grand-oncle parkinsonien	88
Exercice n° 41 : La cousine par alliance trop bavarde	90

6 • Gérer l'imprévu 93

Exercice n° 42 : La soirée karaoké	94
Exercice n° 43 : La soirée dansante	95
Exercice n° 44 : Le repas anglais	97
Exercice n° 45 : Vos enfants vous mettent la honte	98
Exercice n° 46 : Vos parents vous mettent la honte	101

7 • Et après ?	103
Exercice n° 47 : Les au revoir	104
Exercice n° 48 : Médisance sur le chemin du retour ...	106
Exercice n° 49 : Les remerciements	108
Exercice n° 50 : Les invitations évoquées.....	110
Conclusion	113
L'auteur	115

Note

Toute ressemblance avec des personnes, des lieux ou des situations existant ou ayant existé serait totalement fortuite. Ou pas...

Aucun animal n'a été blessé ou tué durant la rédaction de cet ouvrage. Enfin, si l'on ne compte pas les innombrables moustiques écrasés (c'est ça d'écrire la nuit avec la fenêtre ouverte pour aérer...), les cafards écrabouillés (c'est ça de manger des sandwiches en ne ramassant pas les miettes) et le rat estropié par un lancer de dictionnaire (il faut vraiment que je pense à faire un peu de ménage).