

FRENCH-ENGLISH TRANSLATION

Je cherche à préserver le sens, le ton et les nuances culturelles
d'un texte d'une langue à l'autre

Vendredi 8 mai 2026

Un sondage de vie dans un café

Chaque jour, je me mets au défi de travailler comme en France : avec rigueur, persévérance, concentration maximale et une recherche constante de qualité dans l'efficacité.

Mais c'était sans compter sur les interruptions des membres du CCAB, qui transforment ce défi en un pur moment de partage et dans le vivre-ensemble.

Même après un mois et demi, je n'ai toujours pas totalement assimilé pourquoi ma manifestation s'est matérialisée ainsi.

En France, nous avons l'habitude de rester chez nous ; les sorties sont réservées aux plaisirs et aux excès, rarement au travail ou aux études.

Les cafés sont des lieux où l'on échange nos histoires de vie, des potins et des ragots sur les voisins, des plaintes sur nos vies communes, des jugements sur l'apparence des passants, tout en forçant cette idée d'être chacun dans sa propre bulle. Les cafés sont rarement un lieu pour travailler, réviser ensemble, préférant ce temps à la concentration totale dans un endroit calme.

Je m'en rends compte à présent : dans mon pays, nous aimons nous penser comme un peuple libre, ouvert d'esprit, bienveillant envers les autres cultures. Pourtant, derrière cette image se cachent parfois des vies enfermées dans des bulles invisibles, où chacun protège son espace, son confort et sa tranquillité, avec une certaine méfiance envers ce qui vient de l'extérieur.

Ici, en Tunisie, j'ai l'impression que l'autre est perçu différemment. Non pas comme une intrusion, mais comme une opportunité de rencontre, d'entraide et de partage.

Dans ce café avec mes amis du CCAB, nous avons plusieurs ordinateurs à charger. L'un d'eux avait apporté une multiprise, posée presque innocemment au milieu de la table.

Et là, quelque chose de simple, mais profondément révélateur, s'est produit. Les gens du café sont venus les uns après les autres demander s'ils pouvaient charger leur téléphone, leur vape ou leur ordinateur. Certains demandaient même timidement si nous avions un câble à prêter.

Et à chaque fois, la réponse était la même : "Oui, bien sûr, prends."

On se poussait pour faire de la place. On débranchait un appareil pour en brancher un autre. Les inconnus devenaient une table commune le temps d'une batterie à recharger. Personne ne soupirait. Personne ne

MON UNIVERS D'ÉCRITURE

RÉCITS PERSONNELS · OBSERVATION · RÉFLEXION

01

RACONTER LE VÉCU

Ce texte est extrait de mon récit personnel consacré aux découvertes et aux chocs culturels vécus lors de mon stage en Tunisie. À travers des scènes du quotidien, j'explore les différences culturelles, les relations humaines et les transformations personnelles qu'elles peuvent susciter.

02

DONNER DU SENS AUX EXPÉRIENCES

Mon écriture mêle observation, introspection et narration. À travers des anecdotes concrètes et des images évocatrices, je développe une réflexion sur le lâcher-prise, la pression personnelle et notre manière d'appréhender le monde. Je sais raconter, observer, transmettre une émotion et faire évoluer une idée au fil d'un récit.

(Extrait de mes écrits)

DU FRANÇAIS À L'ANGLAIS

TRADUIRE LES MOTS, PRÉSERVER LE SENS.

01 AU-DELÀ DES MOTS

Traduire ne consiste pas simplement à trouver des mots équivalents. C'est préserver le sens, les émotions et la voix personnelle qui se cachent derrière chaque phrase. Je ne traduis pas les mots mécaniquement, je cherche à transmettre ce qu'ils expriment.

02 UNE VOIX NATURELLE ET LITTÉRAIRE

À travers ce récit personnel, j'explore comment adapter un texte français en un anglais naturel et fluide, tout en restant fidèle au ton, aux images et aux réflexions du texte original. Une approche concrète à travers mon propre récit, avec son ton personnel, ses observations et sa dimension introspective.

Extrait de la traduction en
anglais

I was supposed to be working on a satisfaction survey to help prepare a workshop on best practices in event organisation. In France, I would probably have put immense pressure on myself: wanting to get everything right, to be productive straight away, to control every detail, to pursue perfection before I had even begun.

But that scene around the power strip changed something in me. As I watched these strangers naturally share their space, their chargers, and their time, I became a spectator of the moment instead of trying to control it.

So I let go of the rope.

And the moment I stopped forcing things, everything began to fall into place naturally. The survey questions took shape in my mind on their own. Ideas flowed freely, as though my mind finally had enough room to breathe.

I then took a moment to look at Maël, my French colleague, who had come to do the same internship as me. He, too, was trying to do things right. And as I reflected on the pressure I had placed on both of us, I realised that I had been projecting my own struggles onto him: asking him to accomplish what I felt unable to manage myself, passing some of my pressure on to him as though it might lighten the weight I was carrying.

I smiled, almost childlike, and started the survey again from the beginning. I calmly explained its structure, outline, and formatting, then delegated the rest of the process.

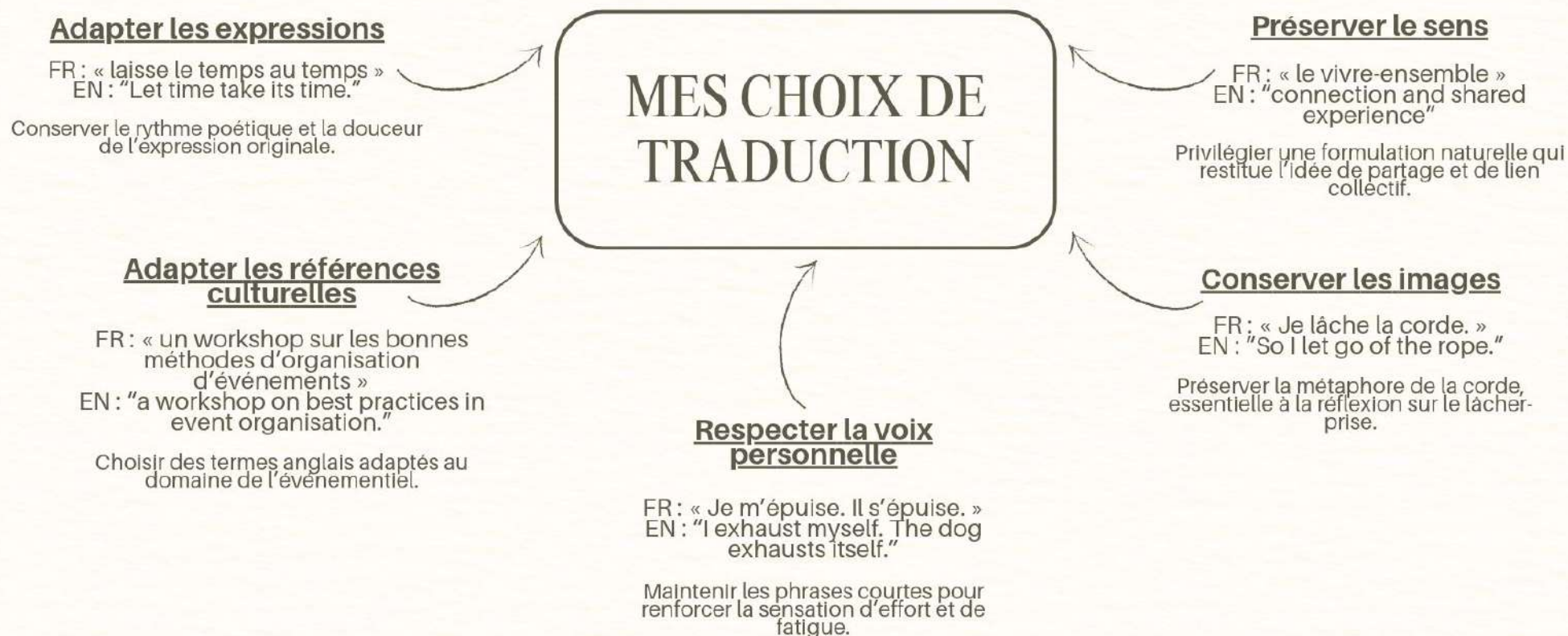
By the time we sent the document to our supervisor, the sun had given way to the moon. Night had fallen gently, almost as softly as my anxieties had faded a few hours earlier, leaving a new sense of calm in their wake.

Without even realising it, the hours had passed differently: without pressure, without struggle, without that constant urgency to control everything.

Perhaps letting go does not mean abandoning our problems, but simply stopping the struggle against them with all our might.

MÉTHODOLOGIE

DES CHOIX RÉFLÉCHIS POUR UNE TRADUCTION FIDÈLE ET NATURELLE.



LE PASSAGE D'UNE LANGUE À L'AUTRE

LES PASSAGES SURLIGNÉS METTENT EN ÉVIDENCE LES CORRESPONDANCES ENTRE LE TEXTE ORIGINAL ET SA TRADUCTION ANGLAISE, RÉVÉLANT COMMENT LES IDÉES, LES IMAGES ET LES NUANCES SE PROLONGENT D'UNE LANGUE À L'AUTRE.

CHACQUE COULEUR RELIE UN PASSAGE FRANÇAIS À SON ÉQUIVALENT ANGLAIS, ILLUSTRANT LES CHOIX EFFECTUÉS POUR PRÉSERVER LE SENS ET LA VOIX DU RÉCIT.

Vendredi 8 mai 2026

Un sondage de vie dans un café

Chaque jour, je me mets au défi de travailler comme en France : avec rigueur, persévérance, concentration maximale et une recherche constante de qualité dans l'efficacité.

Mais c'était sans compter sur les interruptions des membres du CCAB, qui transforment ce défi en un pur moment de partage et dans le vivre-ensemble.

Même après un mois et demi, je n'ai toujours pas totalement assimilé pourquoi ma manifestation s'est matérialisée ainsi.

En France, nous avons l'habitude de rester chez nous : les sorties sont réservées aux plaisirs et aux excès, rarement au travail ou aux études. Les cafés sont des lieux où l'on échange nos histoires de vie, des potins et des ragois sur les voisins, des plaintes sur nos vies communes, des jugements sur l'apparence des passants, tout en forçant cette idée d'être chacun dans sa propre bulle. Les cafés sont rarement un lieu pour travailler, réviser ensemble, préférant ce temps à la concentration totale dans un endroit calme.

Je m'en rends compte à présent : dans mon pays, nous aimons nous penser comme un peuple libre, ouvert d'esprit, bienveillant envers les autres cultures. Pourtant, derrière cette image se cachent parfois des vies enfermées dans des bulles invisibles, où chacun protège son espace, son confort et sa tranquillité, avec une certaine méfiance envers ce qui vient de l'extérieur.

Ici, en Tunisie, j'ai l'impression que l'autre est perçu différemment. Not pas comme une intrusion, mais comme une opportunité de rencontre, d'entraide et de partage.

Dans ce café avec mes amis du CCAB, nous avions plusieurs ordinateurs à charger. L'un d'eux avait apporté une multiprise, posée presque innocemment au milieu de la table.

Et là, quelque chose de simple, mais profondément révélateur, s'est produit. Les gens du café sont venus les uns après les autres demander s'ils pouvaient charger leur téléphone, leur vape ou leur ordinateur. Certains demandaient même timidement si nous avions un câble à prêter.

Et à chaque fois, la réponse était la même : "Oui, bien sûr, prends". On se poussait pour faire de la place. On débranchait un appareil pour en brancher un autre. Les inconnus devenaient une table commune le temps d'une batterie à recharger. Personne ne soupçonnait. Personne ne

regardait l'autre comme un dérangement.

À cet instant, j'ai compris que la richesse d'un pays ne se mesure pas seulement à son économie ou à ses infrastructures, mais à la place qu'il reste dans le cœur des gens pour accueillir quelqu'un d'autre.

Après cette révélation, je ne pouvais plus continuer à travailler sur le sondage demandé par mon tuteur avec la même rigueur qu'en France. Cette rigueur qui m'enferme dans une organisation presque militaire me fait parfois perdre mon humanité, celle-là même du pourquoi je suis ici.

Alors, je marque un temps de pause. Un arrêt pour devenir spectatrice, du film qui se joue devant moi. Je laisse les conversations, les rires, les questionnements et même les échanges houleux exister naturellement sous mes yeux afin d'en comprendre le sens.

Le lâcher-prise permet d'avancer plus sereinement, laisse le temps au temps.

La voilà, cette petite voix qui guide mes pas depuis mon arrivée... Le lâcher-prise.

Des années que je travaille dessus, des années que je mène un combat interne incessant pour m'en délivrer. Peut-être que le lâcher-prise ressemble simplement à un jeu de corde avec un chien. Pendant longtemps, je pensais que lâcher-prise signifiait abandonner, perdre, renoncer. Mais aujourd'hui, dans ce café de Mahdia, au milieu des rires, des téléphones branchés à une multiprise devenue collective et des inconnus qui se rapprochent naturellement les uns des autres, j'ai compris autre chose.

L'anglais ressemble à ce chien qui attrape une corde entre ses dents. Moi, de l'autre côté, je tire de toutes mes forces pour reprendre le contrôle. Alors le chien tire plus fort.

Je m'épuise. Il s'épuise. Aucun de nous ne gagne vraiment. Puis arrive un moment de lucidité : le chien ne lâchera pas la corde. Alors, au lieu de continuer cette guerre absurde, je desserre simplement mes doigts et je lâche.

Soudain, le chien part en courant, fier de sa victoire, jouant seul avec cette corde qu'il voulait tant. Il se dépense, tourne en rond, s'excite... puis finit par revenir vers moi, apaisé, presque reconnaissant que le combat soit terminé.

C'est exactement ce que j'ai ressenti ce jour-là. J'étais censée travailler sur un sondage de satisfaction pour préparer un workshop sur les bonnes méthodes d'organisation d'événements. En France, je me serais probablement mis une pression immense : vouloir bien faire,

Friday, May 8, 2026

A Little Survey of Life in a Café

Every day, I challenge myself to work as I would in France: with discipline, perseverance, unwavering concentration, and a constant pursuit of quality and efficiency.

But I had not counted on the interruptions from the CCAB team members, who turn this challenge into a genuine moment of connection and shared experience.

Even after a month and a half, I still haven't fully understood why my intention has unfolded this way.

In France, we are used to staying at home. Going out is usually reserved for pleasure and indulgence, rarely for work or study. Cafés are places where we exchange stories about our lives, gossip about our neighbours, complain about our shared circumstances, and judge the appearance of passers-by, all while clinging to the idea that each of us exists in our own little bubble. Cafés are rarely places where we work or study together. Instead, we tend to seek out quiet places where we can concentrate completely.

I am beginning to realise that, in my country, we like to think of ourselves as a free-minded, open-minded people, welcoming of other cultures. Yet behind this image, there are sometimes lives enclosed within invisible bubbles, where everyone protects their own space, comfort, and peace of mind, with a certain wariness towards anything that comes from outside.

Here in Tunisia, I feel that others are perceived differently. Not as an intrusion, but as an opportunity for connection, mutual support, and sharing.

That day, I was sitting in a café with my friends from the CCAB. We had several laptops that needed charging. One of them had brought a power strip, which was placed almost casually in the middle of the table.

And then something simple, yet deeply revealing, happened. One by one, people in the café came over to ask if they could charge their phones, vapes, or laptops. Some even shyly asked whether we had a cable they could borrow.

And every time, the answer was the same: "Yeah, of course. Go ahead."

We shifted around to make room. We unplugged one device to plug in another. For the time it took to recharge a battery, strangers became

part of the same shared table. No one sighed in annoyance. No one looked at anyone else as though they were a nuisance.

At that moment, I understood that a country's wealth cannot be measured solely by its economy or infrastructure, but also by how much room people still have in their hearts to welcome someone else.

After that revelation, I could no longer carry on working on the survey my supervisor had requested with the same level of rigour I would have applied in France. That almost military-like discipline, which keeps me confined within rigid structures, sometimes makes me lose sight of my own humanity — the very reason I am here in the first place.

So I pause. I stop and become a spectator of the scene unfolding before me. I let the conversations, the laughter, the questions, and even the heated exchanges happen naturally before my eyes, allowing myself to understand what they mean.

Letting go allows us to move forward with greater peace of mind. Let time take its time.

There it is again, that little voice that has been guiding my steps ever since I arrived... Letting go.

For years, I have been working on it. For years, I have been fighting a relentless inner battle to free myself from the need to hold on. Perhaps letting go is as simple as playing tug-of-war with a dog. For a long time, I thought letting go meant giving up, losing, surrendering.

But today, in this café in Mahdia, surrounded by laughter, phones plugged into a power strip that had become everyone's to share, and strangers naturally drawing closer to one another, I understood something different.

Anxiety is like a dog gripping a rope between its teeth. I stand at the other end, pulling with all my might, desperate to regain control.

So the dog pulls harder. I exhaust myself. The dog exhausts itself. Neither of us truly wins. Then comes a moment of clarity: the dog is not going to let go of the rope.

So, instead of continuing this absurd battle, I simply loosen my fingers and let go.

Suddenly, the dog runs off, proud of its victory, playing alone with the very rope it wanted so badly. It runs around, spins in circles, gets carried away... and eventually comes back to me, calmer, almost grateful that the struggle is over.

That is exactly how I felt that day.

FRANÇAIS

ENGLISH

CONCLUSION

MA VISION DE LA TRADUCTION

Pour moi, traduire ne consiste pas seulement à transposer des mots d'une langue à une autre. C'est transmettre une voix, des émotions et une manière de percevoir le monde, tout en respectant l'intention du texte original.



UNE HISTOIRE, DEUX LANGUES

À travers ce récit personnel, j'ai souhaité montrer comment une expérience vécue peut conserver sa profondeur et sa sensibilité au-delà des frontières linguistiques. Chaque choix de traduction participe à faire vivre le texte autrement, sans lui faire perdre son essence.

LES MOTS CHANGENT DE LANGUE, MAIS L'ÉMOTION RESTE.



+216 28 331 545



ALYSSIA35@LIVE.FR



WWW.LINKEDIN.COM/IN/ALYSSIA-DEL