

## Café-tricot à l'Atelier 21

Une fois par mois, le dimanche après-midi, les fans de tricot et de crochet se retrouvent à l'Atelier 21, à Orbe, pour un moment d'échanges organisé par le magasin de laine *Il était une fois*. Ambiance.

En ce froid dimanche de janvier, c'est à pas de loup qu'une dizaine de participantes, vêtues d'habits plus colorés les uns que les autres, se glissent dans l'univers de l'Atelier 21. De l'autre côté de la porte, une douce chaleur embaumée d'épices les attend. La petite salle, anciennement atelier de menuiserie, héberge désormais divers événements artistiques et culturels, tels que des concerts ou des expositions. Et aussi des ateliers de tricot et de crochet, proposés par les gérantes de la boutique de laine *Il était une fois*, adjacente à l'atelier.

Ainsi, chaque deuxième dimanche du mois, des enthousiastes du tricot et du crochet s'y réunissent afin de partager astuces et techniques – et de délicieux gâteaux ! – dans une ambiance conviviale.

### Bon pour le moral

Des sourires, quelques présentations; puis tricoteuses néophytes et expérimentées s'installent autour de la grande table et sortent leurs travaux. Echarpes, pulls, napperons, il y en a pour tous les goûts, mais surtout de toutes les couleurs.

Mais au fond, pourquoi tricoter ou crocheter? Ces occupations, souvent considérées comme la répétition ennuyeuse de mêmes gestes, sont parfois moquées: «T'as rien de mieux à faire?». Quel est donc l'intérêt des arts de la laine? Nos tricoteuses du dimanche y répondent.

Le plaisir est avant tout celui de la création: à partir de simples fils, on donne naissance à toutes sortes

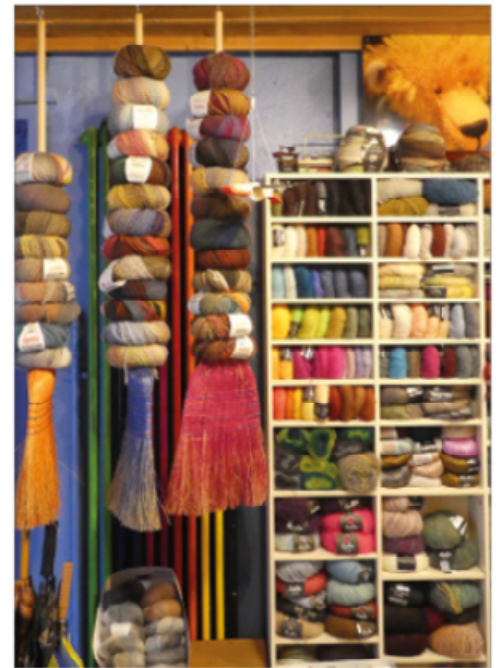
d'objets personnalisés. Du choix de la laine aux délicates finitions, il s'agit de maîtriser l'ensemble du processus.

Mais le fait de se concentrer sur les aiguilles et leur mécanique permet aussi de laisser s'envoler les soucis et tracas du quotidien. Une tricoteuse en témoigne: «Après une journée de travail stressante, quand je rentre chez moi, je tricote, et c'est comme si j'oubliais les soucis du boulot». Une crocheteuse explique que cela l'aide également à canaliser ses propres réflexions – comme si manier ces fils lui permettait aussi de mettre de l'ordre dans ses pensées. C'est par l'exécution de ces petits gestes répétés que s'installe un état de «calme méditatif».

Cette relaxation évoquée par les femmes interrogées est scientifiquement fondée. En effet, la Harvard Medical School, dans une étude publiée en 2007, est arrivée à la conclusion que la pratique du tricot aide à réduire le rythme cardiaque tout en plongeant le sujet dans un état de relaxation proche de celui obtenu par la pratique du yoga! Ce sentiment agréable n'est toutefois pas le seul suscité par le tricot. En effet, à la joie procurée par le processus de création s'ajoute celle suscitée par l'accomplissement d'un projet – et ne négligeons pas la joie d'offrir des cadeaux faits main à des proches, qui, ravis, en redemandent toujours.

### En découdre avec les clichés

Changer l'image du tricot, c'est ce que souhaitent aussi certaines participantes de cet atelier. Bien que dans les faits ce hobby reste particulièrement pratiqué par la gent féminine d'un certain âge, il n'est pas dit qu'il doive en rester ainsi! Il semble d'ailleurs qu'il y ait un regain d'intérêt chez les plus jeunes: grâce à l'influence des réseaux sociaux et des plateformes vidéo, cette pratique considérée comme vieillotte est soudainement devenue *fashion* et attire de plus en



De la laine, de la laine et encore de la laine.

plus de jeunes – garçons et filles confondus. De plus, l'aspect durable et éco-responsable lié à la confection de ses propres vêtements et accessoires suscite l'intérêt d'une population sensible aux enjeux écologiques et sociaux contemporains.

La popularité montante du tricot n'est donc plus une hypothèse. Le festival de la laine qui a animé le Casino d'Orbe à la fin de l'année dernière a d'ailleurs rassemblé quelque 1400 passionnés! Forts de ce succès, les organisateurs planifient d'ores et déjà une deuxième édition, qui aura lieu les 19 et 20 octobre 2024.



Belle ambiance à l'Atelier 21. (Photos Elodie Kleiner)