

# «Sans ma copine, je n'en serais pas là»

Avec Yoann Provenzano, la bonne humeur est garantie. Tout sourire, devant un café crème, le jeune humoriste nous parle de l'importance de sa copine, dévoile ses secrets minceur et la signification de ses nombreux tatouages.

INTERVIEW LAURENCE DE COULON PHOTOS DARRIN VANSELOW

On peut l'écouter tous les matins sur Couleur 3 aux côtés de Laura Chagnat, il s'est fait connaître en postant des vidéos humoristiques sur Facebook, et à 28 ans, il travaille à son deuxième spectacle. Selon ses propres termes, il a toujours «la gueule ouverte», mais boire un café avec lui, c'est un moment d'humour et de tendresse qui ne se refuse pas. Le 24 janvier, il fera la première partie de Vérino à la Salle de spectacles de Renens (VD), et pour 2020, on lui souhaite de continuer sur sa lancée.

## **Je crois que vous vous êtes levé tôt, ce matin. A quoi ressemble une journée type de Yoann Provenzano?**

Réveil à 4h50, petit verre d'eau, je me prépare, je prends mon train à 5h23 à Vevey, pour aller à la radio. De 6h à 9h, on est en live sur Couleur 3, après on travaille pour l'émission du lendemain, donc je finis vers midi, et je mange soit à la maison, soit à la radio. Après je vais faire du sport, de la course ou de la musculation.

## **Est-ce que vous dormez bien?**

Oui, je fais mes sept heures de sommeil. Je n'habite pas encore avec ma copine, et quand je dors avec elle, j'ai peur de la déranger avec le bruit du réveil, et qu'elle n'arrive pas à se rendormir. Du coup, j'ai tendance à me réveiller toutes les demi-heures.

## **C'est un projet, de vivre avec elle?**

Pour l'instant, on n'y pense pas trop parce qu'on est encore jeunes, mais ça pourrait être cool.

## **Comment l'avez-vous rencontrée?**

Au gymnase. Je l'ai repérée à un voyage d'études. J'ai eu toute la semaine pour l'aborder mais je n'ai pas osé, et je lui ai envoyé un Whatsapp à notre retour. C'est comme ça que ça a commencé. Moi, j'étais celui qui faisait le fou pour attirer l'attention, et elle était discrète, mais en la connaissant mieux, j'ai vu qu'elle était tout aussi folle que moi. C'est ça qui est intéressant en amour, découvrir l'autre.

## **Vos parents vous soutiennent-ils dans votre choix de carrière?**

A fond. Mon père était un peu dubitatif au début, parce que je venais de finir le gymnase, et quand tu entends ton fils faire des vidéos tout seul dans sa chambre, tu t'inquiètes un petit peu. Quand il a vu des articles dans les jour-

naux, quand il m'a vu sur un plateau télé, ça l'a rassuré. C'est trop chou, il garde un petit classeur avec tous les articles qui paraissent sur moi, donc je pense que cet article sera sûrement dans ce classeur! J'ai un papa fier et je suis très content.

## **Votre petite sœur et votre petit frère sont-ils aussi fiers de vous?**

Oui, ils me soutiennent depuis toujours, ils sont super fans. J'ai toujours eu de la difficulté à jouer devant ma famille, parce que les plus proches sont ceux devant lesquels on est le plus vulnérable. Tu ne peux pas te cacher derrière un rôle. Ils savent que quand tu fais cette tête, ça veut dire que t'es un peu moins content de la façon dont les gens réagissent.

## **Dans le clip «Rentrez moins vite à la maison», pour l'équipe nationale, vous faites du foot.**

Je voulais être joueur de foot professionnel, comme 95% des petits garçons je crois. Là, je joue en deuxième ligue à Saint-Légier. A l'époque, j'ai fait un centre de formation jusqu'en M17, j'étais dans la structure Team Vaud. Donc j'ai fait des «championnats nationaux». Dans le palmarès des gens contre qui j'ai pu jouer, parce que je n'ai pas gagné grand-chose, il y a Granit Xhaka et Ricardo Rodríguez. Aujourd'hui, ils jouent à Arsenal, et à l'AC Milan, et moi je joue à... la Playstation!

→ Page 27

.....  
**«Je suis toujours la gueule ouverte, à me faire remarquer...»**





Le fringant  
humoriste  
Yoann  
Provenzano  
(28 ans),  
à Ouchy.



→ J'ai vu votre clip sur les régimes intitulé «Summer Body», avec Laura Chagnat, et il m'a fait rire. Vous aimez donc bien manger?

C'est une conclusion qui me fait un peu mal au cœur, mais oui! Mon papa est restaurateur, donc j'ai grandi dans la nourriture à volonté. C'est un bon travail d'autodiscipline, de savoir se réguler. Dans certains moments de ma vie, j'ai un peu moins d'autodiscipline. J'ai perdu une quinzaine de kilos depuis ce clip en avril 2019, parce qu'il m'a fait comprendre que j'avais atteint le point de non-retour. La nourriture a toujours été mon péché mignon. Et une lutte perpétuelle, malheureusement!

**Comment avez-vous fait pour perdre autant de poids?**

J'ai commencé à faire attention à ce que je mange et plus de sport, ainsi que le jeûne intermittent: aucune calorie entre 19h30 et 11h30. Ça me convient, je ne dis pas que c'est pour tout le monde. Je crois que j'ai assez de réserves pour tenir!

**Préparez-vous des petits plats?**

Oui. Ma copine vous dira exactement le contraire, mais je fais de très bonnes penne all'arrabbiata.

**Quel repas prévoyez-vous si vous invitez des amis?**

C'est bien, les crêpes! J'ai juste besoin de remuer le mélange. C'est cuisiner, ça, non, ça compte?

**Ça fait combien de temps que vous êtes avec votre copine?**

Sept ans d'amour. En fait, elle était là avant que je commence à faire des blagues. Elle me soutenait à fond, et aujourd'hui, elle a toujours la même bienveillance. Je le lui dis, et à chaque fois, elle me rit au nez: si elle n'avait pas été là, je n'en serais pas là aujourd'hui. Elle m'a donné une confiance qui m'a permis de m'afficher. Rien que le fait de sentir de l'amour de quelqu'un qui n'est pas obligé de t'aimer parce qu'il n'est pas de ta famille, c'est rassurant.



Yoann Provenzano, ici lors de notre interview à Lausanne, a dix-sept tatouages. «J'ai toujours été fasciné par le dessin», explique-t-il.

**Qu'est-ce qui vous donne la forme?**

C'est un équilibre entre la gestion du sommeil, le sport et la nourriture. Tous les matins, de l'eau avec du jus de citron, c'est une excellente astuce pour se maintenir en forme. Ça et la cocaïne, mais on n'en parlera pas dans l'article. (Rires)

**Que vous souhaitez-vous pour cette année?**

Je me souhaite de continuer ce que je fais, de payer mes impôts à temps, et pourquoi pas un joli voyage.

**Et que souhaitez-vous à tout le monde?**

Dans l'idéal d'avoir une grande lasagne géante pour tout le monde, à partager! Autrement, d'être heureux et de plus voir le soleil que les nuages. C'est une question d'état d'esprit. Beaucoup de gens m'avaient dit, avant que je commence à faire cette matinale: «Tu verras, tu n'auras plus de vie sociale, tu vas grossir.» Et c'est vraiment l'inverse qui m'est arrivé!

**Parlez-nous de vos tatouages.**

J'ai fait le premier en 2014, et aujourd'hui j'en ai dix-sept, je crois. J'ai toujours été fasciné par le dessin, j'ai fait ma scolarité en dessinant. Si je veux faire de la psychologie de comptoir, c'est parce que je ne suis pas très à l'aise avec mon corps, et que j'en serai peut-être plus content si je peux le pimper avec des dessins que je choisis.

**Une histoire autour d'un tatouage?**

J'ai essayé de représenter les quatre éléments à travers les animaux – ça c'est une histoire que je raconte à ma copine pour qu'elle me laisse faire plus de tatouages. Beaucoup rugissent, et ça me symbolise un peu. Je suis toujours la gueule ouverte, à essayer de me faire remarquer. Le dernier que j'ai fait, c'est un léopard sur le ventre. C'était juste après le challenge de perdre du poids, et ça m'oblige à garder cette silhouette. C'est le seul animal avec la gueule fermée, parce que j'étais en paix avec mon corps. ●