La cité des Femmes

Dossier

Allez les filles, on monte sur le ring !

Entre nous

Être femme en famille monoparentale

Nos petits tuyaux

La cuisine des sorcières !

2
Numéro

QUI SOMMES-NOUS ?

Nous sommes des femmes, voisines, copines, amies, mères, grand-mères, d'origines et de parcours multiples. Nous savons que les femmes portent beaucoup de petits ou grands combats dans nos quartiers populaires allant de l'éducation des enfants aux luttes contre les injustices et les discriminations. Nous savons pourtant que les femmes dans nos quartiers sont créatrices de liens sociaux et aussi de culture et de poésie. Nous savons aussi que l'apport des femmes et leurs regards sont souvent invisibilisés. À travers ce journal, nous souhaitons apporter nos regards sur nos quartiers, notre ville et au-delà. La Cité des femmes souhaite valoriser les belles choses qui se passent chez nous, contrairement aux images que peuvent véhiculer les médias dominants. Notre énergie et notre créativité sont sans limites, qu'on se le dise.

PAR **LA CITÉ DES FEMMES**

La rédaction de la Cité des femmes :
Annie, Eliane, Kenza, Lucille, Morgane, Nouria, Zahia.

Avec la contribution de Reporter Citoyen (N'Fanteh Minteh et Anne Bocandé)
Conception maquette : Aurélie Mutel
Mise en page : Jane Mery
Logo et Illustrations : Elisa Carré

Contact : lacitedesfemmes@hotmail.com

Saint Denis · RÉPUBLIQUE FRANÇAISE · AGENCE NATIONALE DE LA COHÉSION DES TERRITOIRES

SOMMAIRE

05 UNE HEURE AVEC...
· À la découverte de l'autodéfense

08 ENTRE NOUS
· Être femme en famille monoparentale

09 CE QUE JE N'AI PAS OSÉ DIRE
· Être maman ne va pas de soi

11 CHRONIQUE
· L'enfantement pour les femmes, un acte créateur ?

12 GRAND ENTRETIEN
· Michèle Laroy : « On s'adressait à toutes les femmes »

14 LE JOUR OÙ...
· La solidarité entre femmes m'a manquée

16 RENCONTRE
· Marion Tillous : « Changer les mentalités, c'est aussi apprendre à se défendre soi-même »

18 CHRONIQUE
· Sophie Pétronin, la puissance d'une vieille dame indigne

19 POÉSIES / NOS VOIX
· S'il n'y avait plus d'hommes sur terre... que ferais-tu ?

20 NOS PETITS TUYAUS
· La cuisine des sorcières !

ÉDITO

PAR **LA CITÉ DES FEMMES**

Allez les filles, on monte sur le ring !

RACONTEUSE

JOIE DE VIVRE

INDIGNÉE

REBELLE

DÉTERMINÉE

JOYEUSE

DYNAMIQUE

Allez les filles, on monte sur le ring ! Nous allons parler de violence aujourd'hui. Enfilez vos gants, mettez vos casques ! Ça va secouer ! Ça va faire mal ! Ou au contraire, elle est ici la promesse d'aller mieux, la promesse de se (re)mettre debout et de le rester, la promesse de refuser, ne serait-ce qu'un mot de travers ! **Allez les filles, on monte sur le ring. On va réfléchir ensemble.**

Mais c'est quoi la violence ? C'est évident, il y a d'abord les coups donnés par des hommes, jusqu'au féminicide parfois. Ici et là, on pleure nos mortes, nos sœurs, nos mères, nos grand-mères, nos amies. Et aux lendemains des larmes qui chantent l'amertume et la colère, on se revoit, on se console, on se relève et on continue de condamner ces assassinats.

Allez, on monte sur le ring ! Pas une de plus ! Et c'est quoi encore la violence ? Les insultes, les humiliations qui tentent de te réduire à néant, qui finissent par te faire penser que tu n'es pas grand chose, qui finissent par te faire croire que si tu disparaissais, ce serait mieux. Mais c'est faux, tu es une grande, crois-moi !

Allez, monte sur le ring, on va inventer et chanter nos propres louanges et s'applaudir nous-mêmes. Est-ce possible de ressentir une violence sans attaque physique, sans injure ? Tu peux ne manquer de rien mais être captive de l'autre. Tu peux suffoquer dans une prison dorée.

Allez monte sur le ring ! Notre liberté, on va la gagner. Et vous y croyez, vous, qu'on peut stopper ces violences ? Souviens-toi des coups que tu as rêvé de donner, ceux qui restent coincés en travers de ta boîte à regrets. J'espère que tu n'en auras jamais besoin, mais au cas-où, entraîne-toi et range ces coups dans ta poche. Mais il n'y a pas que la force physique ! Souviens-toi des mots cinglants que tu aurais rêvé de répondre à une attaque verbale, ceux qui ne sont venus que le surlendemain ! Retiens-les pour la prochaine fois. Souviens-toi des contes, qui relatent des histoires de combattantes. Souviens-toi du rire qui a éteint l'incendie. Souviens-toi du poème qui a ouvert de nouveaux chemins. Souviens-toi du chant qui a insufflé la vie. Souviens-toi de la danse qui a revigoré les corps meurtris. Souviens-toi des onguents de nos grand-mères qui ont soigné nos chairs blessées. **Garde ces mots, ces gestes et ces remèdes comme des armes pour la prochaine fois.**

Allez les filles on monte sur le ring, on va apprendre à se soigner et se défendre ! Et si je ne voulais pas me défendre ? Si je voulais esquiver cette violence ? Si je ne voulais pas l'accepter ? Si je voulais du calme, juste du calme ? Si je voulais vivre SIMPLEMENT sans rage ?

Mais tu n'es pas sans rage, tu as le droit à la colère, toi aussi. En tant que femme, on te veut silencieuse, obéissante. Tu es née pour être la douceur, la bonté, la générosité. Tu es celle qui doit soigner et consoler. C'est comme ça qu'on te veut, qu'on t'accepte, qu'on t'apprend à t'aimer toi-même, en tant que femme. Tu n'aimes pas ta rage et ta colère, car on t'a appris qu'une femme c'est doux. Alors tu aimes les femmes douces. Tu rêves et essayes d'être une femme douce. Ça marche pas et tu es abattue. Ton enfant

©Illustration : Elisa Carré

pleure, tu t'énerves. Epuisée au pied du lit de la prunelle de tes yeux, tu en conclus que tu es une mauvaise mère !

Allez, monte sur le ring ! On va inventer des histoires de mères qui n'y arrivent pas mais qui essayent ! On va inventer des histoires de mères imparfaites ! Mais alors, on fait quoi ? On laisse tomber ? On laisse faire ? On se protège ? On riposte ? Tu as appris à t'éloigner de la violence, ne pas accepter ta violence, te faire petite, rentrer dans ta coquille, ne pas te défendre ! On veut réduire ta parole car elle menace le patriarcat. Et si tu parles, et pire, si tu cries, on te dira hystérique et sauvage. Tu ne fais, pourtant, que répondre à la violence. C'est sûr que nous sommes mieux, parfois, dans nos coquilles comme refuge et protection face aux coups. Mais pendant que nous esquivons la brutalité, la patriarcat se poursuit et conduit encore nos sœurs à la tombe.

Allez les filles, on quitte la coquille, on re-monte sur le ring ! Mais alors on fait quoi? On devient violentes nous aussi ? Faut-il s'unir pour y arriver ? S'unir comme on s'unirait dans un syndicat pour défendre ses droits . Créer de la solidarité entre femmes. Être sorores. Que de notions imposées comme allant de pair avec le féminisme. Encore la douceur, le soin, la consolation, qui collent à la peau des femmes, même dans le combat pour abattre représentations et imaginaires poussiéreux autour des femmes!

Allez les filles, sœurs ou pas, on monte sur le ring ! On va réfléchir en route ! Est-on obligées d'être solidaires ? Le principe de sororité est-il si évident que cela ? Il ne coule pas de source. Il n'y a qu'à se souvenir de petites phrases désobligeantes, entre femmes. Certaines, anodines, mais d'autres qui sonnent comme des balles. Sur des sujets intimes comme la maternité ou le couple : *« Toujours pas d'enfants ? »* ; *« Tu n'as de mecs ? »* ; *« C'est pour quand le mariage ? »* ; *« Et le deuxième enfant ? »* Sur des sujets de société, comme l'illustrent des questions posées plus systématiquement à des personnes supposées *« d'origine »* autre que française : *« Tu viens d'où ? »* ; *« Tu penses quoi du terrorisme ? Et de l'excision ? »* ; *« Et du mariage forcé ? »*

Ces phrases peuvent être plus blessantes quand elles proviennent des femmes, car nous aimerions qu'elles soient nos alliées. Ce n'est pas toujours le cas. Chacune, nous avons nos histoires, nos singularités, nos oppressions. On se promène toutes avec nos balafres, celles qui se voient et d'autres invisibles. Certaines qui se disent facilement, d'autres qui ont du mal à trouver leur place dans l'espace public. On cherche toutes à composer avec nos environnements, certaines pour vivre, d'autres pour survivre. On peut sembler être une alliée et être tout le contraire. On peut sembler ne pas soutenir une femme, mais être dans une forme de protection soi-même, qui nous empêche de soutenir les autres.

Pour certaines d'entre nous, la solidarité entre femmes est limpide. Pour d'autres, les conditions ne la permettent pas. Pour d'autres encore, il va falloir encore apprendre à se connaître avant d'être sœurs ou alliées. Et puis, les sœurs se disputent aussi.

Entre femmes, entre sœurs, il va falloir apprendre à se défendre pourtant. Ensemble face aux violences faites aux femmes, organisons la riposte, construisons des stratégies de défense. Mais voulons-nous vraiment rester entre femmes ? Nous ne voulons pas d'un monde sans hommes non plus. Des espaces de discussion sont encore à inventer.

Ce numéro de la Cité des femmes sur le sujet de la violence, n'a pas de réponse, mais lance la réflexion. Allez les filles, on monte sur le ring, on va réfléchir ensemble ! ■

> **“ Ensemble face aux violences faites aux femmes, organisons la riposte, construisons des stratégies de défenses. ”**

À la découverte... de l'autodéfense

L'AUTODÉFENSE, C'EST QUOI ?
C'est un ensemble de pratiques verbales et physiques pour prévenir ou stopper toutes les agressions faites aux femmes. L'autodéfense a sélectionné certains outils des arts martiaux, des gestes faciles et rapides à retenir, mélangés à des outils d'autodéfense verbale, mentale, émotionnelle. Le but est, au-delà de l'entraînement physique, de proposer un entraînement mental, pour s'imaginer et s'autoriser à se défendre.

Jeudi 21 octobre, 9h. Dans le hall de la mairie de Saint-Denis, une dizaine de femmes attendent le début de l'atelier d'autodéfense Riposte. Cette session est organisée par la municipalité à l'occasion d'une semaine dédiée à la santé des femmes. Les organisatrices, coincées dans les transports, ralenties par la tempête de la veille, sont en retard. Assises sur des bancs, les participantes bavardent. L'une d'elle, professeure d'alphabétisation dans deux maisons de quartier de la ville est accompagnée de ses étudiantes.

9H30 – Karine, chargée de mission à la santé des femmes, arrive, désolée et nous accueille chaleureusement avec thé, café et gâteaux. Nous plaçons les tables contre le mur et constituons un cercle de chaises. Ainsi installées avec nos victuailles, l'animatrice nous décrit le programme de la journée : l'atelier d'autodéfense Riposte avec Sarah de l'association Autodéfense et ressources pour le choix et l'autonomie des femmes (ARCAF) sera suivi d'un repas et d'une visite au centre de santé pour rencontrer un médecin et une gynécologue, avec qui, nous pourrons prendre rendez-vous.

10H – Sarah, animatrice du stage, arrive. Après une brève présentation, elle introduit l'atelier par une invitation à la confidentialité pour que *« chacune puisse parler librement »*. Un cercle se forme, les questions fusent : *« Peut-on se défendre même si on n'a pas de force ? »*, *« Comment se défendre même si on sait qu'on peut faire du mal ? »*, *« Comment faire si on est contre la violence ? »* Sarah, bienveillante, explique que *« l'autodéfense donne des outils pour se sentir plus forte face à des situations d'agression. »* On comprend rapidement qu'en la matière, il n'y a pas une seule solution, mais qu'elle est là pour que chacune puisse trouver celle qui lui convient selon ses capacités. *« Avec Riposte, on pense que le coupable, c'est l'agresseur et pas la victime. »*

10H30 – C'est parti pour une session d'échauffement avec étirements et exercices de respirations. Sarah invite plusieurs fois à respecter ses limites. L'idée n'est pas de faire du sport de haut-niveau, mais de se faire du bien. Puis, elle nous interroge : *« Que peut penser une femme qui est agressée ? Que dit-on d'une femme qui subit une agression ? »* Nos réponses s'enchaînent : *« Que c'est de sa faute ! Qu'elle n'aurait pas dû mettre une jupe ! Qu'il ne fallait pas sortir le soir. »* Sarah continue : *« Que font les femmes pour éviter ça ? »* Chacune à sa réponse. *« Rester chez elle »*, *« Ne pas sortir le soir »*, *« changer de route ou de trottoir »*, *« baisser les yeux »*, *« sortir accompagnée des enfants ou d'un homme »*. Sarah nous fait remarquer que ces exemples illustrent

© Illustration : SapitoVerde

qu'en tant que femme on se sent obligée de changer de comportement pour être tranquille.

11H – Place à la pratique avec un jeu de rôle où nous nous mettons en situation d'agresseur et d'agressée. Sarah met en scène plusieurs situations. Pour la première une participante joue le rôle d'un conjoint qui agresse sa compagne (jouée par Sarah) en lui tenant le bras. *« Comment se défendre dans cette situation ? »* Des femmes suggèrent de donner un coup de genou dans les parties génitales. Sarah acquiesce tout en proposant au travers d'autres mises en scène – allant du propos raciste à la violence conjugale – différentes techniques pour agir. Elle décrit notamment une posture debout, les pieds ancrés dans le sol, une respiration longue et un coup de poing pour déstabiliser l'agresseur. Plus inattendu : l'autodéfense par le cri. *« Regarder l'agresseur droit dans les yeux et émettre un long cri grave, pour déstabiliser l'assaillant et alerter les gens autour. »* Sarah nous encourage à la défense verbale pour poser des limites, nous faisant prendre conscience de la puissance de la parole. Face à un propos raciste par exemple, Sarah invite à rappeler la loi : *« C'est interdit. Je peux porter plainte. »*

Au fil de la matinée, la parole se libère, la confiance s'installe. Chacune contribue en conseils et en partage d'expériences. C'est de ce type d'échanges que Sarah s'inspire aussi pour partager des *« histoires de réussites »*. *« Ces histoires de réussite »*, comme les nomme Sarah sont importantes à partager entre femmes. Ainsi, elle nous raconte qu'une femme qui avait quitté son mari violent, l'a un jour rencontré dans la rue. Elle a réussi à se défendre en donnant un coup de coude et affirmant : *« Tu m'as fait peur pendant longtemps. Maintenant c'est terminé ! »* Dans la foulée, une participante partage avec fierté l'histoire de sa fille qui, un jour a *« jeté à coup de pied un homme qui s'était frotté à elle dans le métro »*. D'autres avouent tout de même avoir du mal à s'imaginer riposter en cas d'agression. À ce sujet Sarah tient à nous rassurer : *« La peur est naturelle. Ce n'est pas une honte. La honte est du côté de l'agresseur. »* En autodéfense, on apprend aussi que la respiration peut aider à ne pas être paralysée par la peur. *« Nous ne sommes pas habituées à voir les femmes se défendre,* explique Sarah. *Dans les films, les femmes agressées ne se défendent pas. On n'a pas d'exemples à suivre. »*

12H – Nous ressortons de l'atelier plus fortes avec des outils concrets, des exercices physiques et mentaux pour défendre nos corps et nos dignités pour que plus personne n'ose nous agresser ! ■

“ Regarder l'agresseur droit dans les yeux et émettre un long cri grave, pour le déstabiliser. ”

Sarah

©Illustration : Unsplash/ Timothy Eberly

L'ARCAF C'EST QUOI ? L'association d'autodéfense et de ressources pour le choix et l'autonomie des femmes a été créée en 2013 en Ile-de-France. Elle dispose d'une antenne à Marseille. L'ARCAF suit la méthode d'autodéfense canadienne Riposte. Elle cherche à améliorer la confiance des femmes en leur capacité à se défendre. Elle repose sur des principes d'*empowerment* (prendre ou reprendre le pouvoir sur ses choix), de solidarité entre femmes et de lutte contre toutes les formes d'oppressions et de discriminations.

3 questions à...

Sarah, animatrice de stages d'autodéfense

©Illustration : Élisa Carré

Nouria – Lors de cette initiation à l'auto-défense, nous avons toutes partagé que nous ne nous autorisons pas à nous défendre, comme si la violence ne serait pas dans *« la nature des femmes »*. Qu'en penses-tu ?

Sarah – L'histoire fondatrice de l'autodéfense, née dans les années 1970 en Amérique du Nord, partait de ce constat : les femmes sont construites depuis l'enfance à ne pas se donner le droit de se défendre, à ne pas écouter leurs propres limites. Dans le milieu des arts martiaux, une réflexion a notamment émergé suite à l'agression d'une sportive de haut niveau par son conjoint. La force physique ne fait pas tout. Le mental joue aussi un rôle. Les universitaires en études de genre observent ce phénomène. Par exemple, lors d'une expérience avec des enfants il a été démontré qu'en leur donnant un yaourt mauvais avec un goût salé, les garçons vont facilement dire : *« Je n'aime pas »*. La plupart des petites filles vont le manger sans rien dire. Les femmes, dès petites, sont encouragées à ne pas exprimer leurs limites. Autre exemple dans les transports en commun : les gars se positionnent souvent les jambes écartées pour être à l'aise. Les femmes, elles, prennent le moins de place possible, apprennent à se faire petites. Ce sont des constructions. Avec l'autodéfense, on essaye de comprendre : pourquoi accepte-t-on de subir ? Pourquoi ne pas s'autoriser à dire stop ? Souvent, parce qu'on a peur des conséquences. Qu'est-ce qui nous fait peur ? Est-ce que c'est une peur réelle ? Des fois oui, il y a des menaces et des violences pesantes.

Comment définir la violence ?

Nous préférons parler d'agressions. La violence peut être l'expression d'une énergie forte, comme la colère. Elle n'est pas forcément un problème si elle n'a pas pour but de dominer l'autre, de l'obliger à faire quelque chose qu'il ne veut pas. Le mot *« agression »* montre davantage l'intention de nuire. Le mot *« violence »* contient une notion de gravité, qui met en danger la sécurité immédiate, mais il ne faut pas ignorer les micro-agressions. Parlons par exemple des violences sociales : ne pas trouver une rampe dans un lieu public quand tu es en fauteuil roulant ou en poussette, être sans cesse interroger sur son origine quand on est une femme noire, se faire questionner sur son anatomie intime ou sa sexualité quand on est une femme trans... Notre expérience de ces micro-agressions, différentes selon notre vécu, va placer nos limites à des endroits qui ne sont pas forcément similaires.

Observez-vous des violences récurrentes chez les participantes à vos stages ?

Les violences psychologiques et verbales. Elles sont au départ moins nommées, minimisées et banalisées. On a donc l'impression qu'elles n'existent pas, qu'elles ne nuisent pas. Il faut sortir des idées reçues sur les agressions faites aux femmes. Quand on parle de violences conjugales par exemple, l'image des campagnes de prévention est souvent une femme avec un coquard. Or, beaucoup de violences – physiques, sexuelles, psychiques – ne laissent pas de traces apparentes. Il y aussi les violences économiques : priver les femmes du choix de ce qu'elles vont faire de leur argent, leur interdire de travailler, détourner des allocations auxquelles elles ont droit... Être rabaissée ou ignorée par un partenaire sont aussi des violences psychologiques. Quasiment à tous les stages, des femmes racontent une histoire de main aux fesses. C'est une agression sexuelle, un délit puni par la loi. Beaucoup ne le savent pas. Il y a aussi ce cliché comme quoi l'agresseur est souvent un inconnu dans la rue. Alors que la plupart des agressions sont du fait d'un proche. L'enjeu de ces stages réside dans ces prises de conscience et ce travail de nommer les agressions. ■

Être femme en famille monoparentale

BEAUCOUP DE VIOLENCES À L'ÉGARD DES FEMMES ONT LIEU AU SEIN DU FOYER. PARMI LES VICTIMES DE VIOLENCES SYMBOLIQUES, NOUS NOUS INTÉRESSONS, DANS CETTE RUBRIQUE AUX MÈRES DE FAMILLE. CES DERNIÈRES SONT DE PLUS EN PLUS NOMBREUSES À NE PAS ACCEPTER D'ÊTRE LE SOUFFRE DOULEUR DE LEUR CONJOINT ET PRÉFÈRENT PARFOIS SE SÉPARER D'EUX, QUITTE À ÉLEVER SEULES LEURS ENFANTS.

Nous avons rencontré Khadija, la trentaine, habitante de Saint-Denis qui élève seule ses trois garçons de 9 ans, 4 ans et un mois. Après cinq années auprès d'un conjoint violent et alcoolique, elle a demandé le divorce, encouragée par ses parents. Si elle a supporté cet enfer si longtemps, c'est parce qu'elle se sentait perdue, nous raconte-t-elle. Non seulement, elle ne voulait pas que ses enfants vivent sans leur père, mais surtout elle pensait, suite aux promesses qu'il lui faisait après l'avoir battue et insultée, qu'il changerait. Elle souhaite faire passer ce message à toutes les femmes qui, comme elles, sont victimes de violences de la part de leur conjoint : *« Parlez-en autour de vous, à votre famille notamment. Il ne faut pas le cacher, ne pas se laisser battre comme moi des années avant de prendre la décision de partir. Je me disais, il va se calmer, il va changer, je suis enceinte, je ne peux pas partir… Osez porter plainte. »* Elle partage aussi les difficultés pour partir et la lenteur, parfois, de l'institution, vécue comme une violence supplémentaire. *« Mon divorce a mis du temps à être validé. Il niait les faits alors que j'avais des preuves qui attestaient les violences commises à mon encontre, des ordonnances de protection, des plaintes… »* Aujourd'hui encore, elle continue à se battre pour obtenir la garde exclusive de ses enfants.

JE N'AI PAS PU ÊTRE AVEC EUX AUTANT QUE JE LE VOULAIS !

Son ex-conjoint n'a jamais respecté l'ordonnance visant la garde alternée et ne lui verse aucune pension. *« Je fais tout, toute seule. La CAF me verse un soutien familial de 100 euros. C'est peu. Heureusement mes parents m'aident ! »* Autres violences notables pour Khadija et ses enfants : alors que le cadet n'a connu son père que lors des séances de médiation, l'aîné a été témoin des violences subies par sa maman. Cela a créé des traumatismes qui ont des impacts certains sur sa scolarité.

Par ailleurs, concilier vie familiale et professionnelle est un parcours du combattant quand on est une femme en famille monoparentale. Pour pouvoir aller travailler, juste après cette séparation, elle confie à sa mère la garde de ses deux enfants. Décision qui l'amène à être moins présente dans leur éducation et à ne pas pouvoir aider son aîné en maternelle. Il a depuis accumulé d'énormes lacunes, notamment en lecture. Khadija se bat avec les responsables de son école pour que son fils, actuellement en CE2, retourne au CE1, mais en vain car le redoublement n'existe plus ! *« Je me suis retrouvée seule avec mes enfants, il fallait faire rentrer un revenu. Mais je n'ai pas pu être avec eux autant que je le voulais. Je me levais, m'occupais d'eux avant d'aller travailler : je les déposais chez une voisine pour qu'elle l'amène à l'école. Je partais très tôt. En rentrant le soir, il faut tout faire : préparer le repas, les faire manger, faire les devoirs, la douche…»*

Quelques années après cette douloureuse expérience auprès d'un mari violent, Khadija refait sa vie. Elle tombe à nouveau enceinte. Son nouveau compagnon finit par la quitter. *« Je ne suis pas prête à revivre en couple de sitôt ! »* Seule avec ses trois enfants, elle se bat pour les élever dignement pour qu'ils ne manquent de rien. *« Je me rends compte que je suis capable de les élever toute seule, et de parvenir à leurs besoins »*, même si elle ressent une grande solitude et une fatigue. Ses démarches auprès d'une assistante sociale pour un soutien financier, moral, n'ont rien donné. Retranchée dans sa vie de mère isolée, elle souhaiterait, nous confie-t-elle *« une meilleure prise en charge des institutions pour retrouver sa dignité en tant que mère… mais aussi de femme »*. ■

> *“ Je fais tout, toute seule. La CAF me verse un soutien familial de 100 euros. C'est peu. ”*
> *Khadija*

© Illustration : Marc Chagall

Être maman ne va pas de soi

MÈRE DEPUIS 2008, J'AI DÉSIRÉ MON ENFANT, JE L'AI ATTENDU LONGTEMPS. DERRIÈRE CETTE JOIE IMMENSE, J'AI BEAUCOUP RÉFLÉCHI PERSONNELLEMENT SUR LES BOULEVERSEMENTS PROVOQUÉS PAR L'ARRIVÉE D'UN BÉBÉ ET J'AI DÉCIDÉ DE M'ENTRETENIR À CE SUJET AVEC DEUX PROFESSIONNELLES : UNE ÉDUCATRICE ET UNE PSYCHOLOGUE.

« Je ne me suis pas toujours sentie soutenue par les femmes pendant mes grossesses et ma maternité. Je repense à ma fausse-couche à l'hôpital : *« Vous avez un bien joli sac à main »*, me dit une jeune médecin en quittant l'établissement. Seule parole réconfortante après m'être vidée de mon sang et de l'enfant qui ne naîtrait jamais. Je n'ai pas été orientée vers une psychologue ni eu aucun soutien de la part du corps médical. Ce jour-là, mon sac à main, je l'aurais bien envoyé à la figure de cette jeune interne qui n'avait pas su me dire autre chose.

CE N'EST PAS FACILE D'ÊTRE MAMAN ! Cela n'a pas été mieux lorsque je suis devenue mère en 2008… Le lendemain de la naissance de ma fille, mon premier et seul enfant, je me souviens d'une scène : mon enfant pleure alors que je tente tant bien que mal de lui mettre la couche. Face à mon désarroi, une soignante à l'hôpital me lance : *« Ah ben, ça promet ! »* Je me suis sentie jugée par cette professionnelle qui était censée me conseiller. Des années plus tard, dans le cadre d'un entretien lié à cet article, une éducatrice m'explique les différents pleurs des bébés : pleurs de faim, de sommeil, de maux de ventre… Comment les détecter et les différencier. J'aurais souhaité l'apprendre aux premiers jours de ma fille. Toute ma vie, la société m'a invitée à faire des enfants, à mettre au monde, à pondre. J'ai rencontré le père de mon enfant *« tardivement »* selon les diktats de la société. J'en ai avalées des questions déplacées de personnes, femmes et hommes confondus : *« Alors, tu as des projets d'enfants ? L'horloge tourne. »* C'est violent. Cela me plongeait dans une grande solitude. Puis je l'ai rencontré à plus de trente ans, l'homme, le mari, le papa. À ce moment-là, la société m'a prise dans ses rangs. Pour ma plus grande joie il est vrai, je suis maman. Mais une fois mère, le monde m'a imposé d'être patiente, aimante, avec un amour inconditionnel pour mon enfant. *« L'instinct maternel était inné, voilà, c'était comme ça depuis la nuit des temps »*, semblait être le leitmotiv normé et accepté. Cela n'a pas été le cas pour moi.

Moi, nouvelle mère en panique arpentant toutes les PMI du secteur, je cherchais du lien, des contacts, de la présence. Il me fallait trouver les ressources pour apprendre à être seule avec mon bébé. Mon bébé, si désiré, si aimé et face auquel j'étais à présent si démunie. Mon enfant m'a mise face à ma violence interne, une violence à apprivoiser, à maîtriser, à transformer pour en faire une force créative. J'étais face à mon ambivalence : heureuse de la présence de mon bébé et complètement dépassée par le tremblement de terre de son arrivée. **Pour comprendre aujourd'hui encore les ressorts de ces bouleversements j'ai décidé de rencontrer deux professionnelles.** ■■■

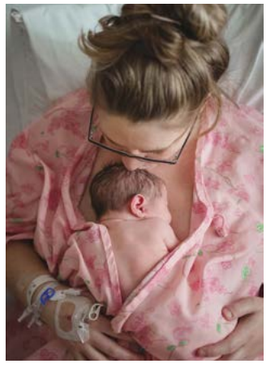
La psychologue et l'éducatrice se rejoignent sur ce point fondamental : pour redonner de la confiance à une maman en difficulté, il faut briser les silences, tout risque d'isolement et l'écouter. Cela peut passer par l'inviter à aller à la rencontre d'autres femmes, intégrer un groupe de paroles par exemple. Des espaces où elles peuvent partager leurs problèmes et se rendre compte que c'est universel de se sentir démunie par son bébé et que des solutions existent. Il y a des lieux gratuits avec des professionnelles à l'écoute comme les centres de protection maternels et infantiles, les accueils pour tous petits en bibliothèques ou en ludothèques. Il y a aussi les amies avec qui l'on peut *« distancier »* nos angoisses en riant et en partageant un bon thé réconfortant, les forums sur le net de mamans. Tous les échanges pour briser le silence sont permis !

À VOIR : Le film *Devenir mères* de Bérangère Hauet sur la difficulté d'être mère et du chemin parcouru pour créer le lien avec son bébé et de l'association Maman blues – **www.maman-blues.fr (disponible en médiathèque)**

LE LIEU : La maison des parents de Saint-Denis, un espace d'échanges et d'écoute. 29 rue Gabriel Péri. Tél : 0149336855. Accueil du public de 14h00 à 18h00 - Ouvert le premier samedi du mois de 10h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00.

CONSEILS DE PROS

Comment accompagner l'arrivée d'un enfant ?



© Unsplash./Jimmy Conover

ANNE VASSEUR
Psychologue en PMI (Protection maternelle et infantile) et en centre médico-psychologique

« L'ARRIVÉE D'UN BÉBÉ BOULEVERSE »

« C'est dur d'être parent. Le bébé vient bouleverser beaucoup de choses. Avant, nous étions un être de droit. À son arrivée, on devient un être de devoir. Cela change le lien avec le partenaire, cela touche le corps qui a été impacté. Cela crée des séparations dans les couples parfois, des bouleversements identitaires, on n'est plus la même. Il y a des choses qu'il est important de savoir quand l'enfant arrive. L'instant juste après la naissance peut être une surprise : "Ce n'est pas celle ou celui que j'attendais, auquel je rêvais." Il faut du temps et de l'accompagnement pour que l'enfant réel prenne la place sur l'enfant rêvé. Une femme ne devient pas mère du jour au lendemain, ce n'est pas inné. »

« VALORISER CE QU'ELLES FONT BIEN »

« Tout est question du maillage de soutiens autour de la maman et de l'enfant. Je conseille de sortir la maman de la solitude et d'organiser avec elle et son entourage, des espaces de respiration quand la fatigue est trop grande, comme prendre une petite heure pour souffler, se promener. Les ami·e·s, la famille peuvent l'aider à avoir suffisamment confiance en ses émotions pour qu'elle trouve la force de dire : "Ça va aller et ça va passer." Peu à peu, elle sera en mesure de trouver le chemin seule. Certaines pensent qu'elles n'y arriveront jamais. Pour d'autres, la naissance d'un enfant peut aussi réveiller d'anciens traumatismes venant troubler le lien. À l'hôpital de jour où j'accompagnais les mamans et les bébés, je les rassurais sur leurs compétences, je valorisais en permanence ce qu'elles faisaient de bien. »

ISABELLE OSDOIT
Éducatrice en hôpital de jour auprès de mères en difficulté maternelle.

L'enfantement pour les femmes, un acte créateur ?

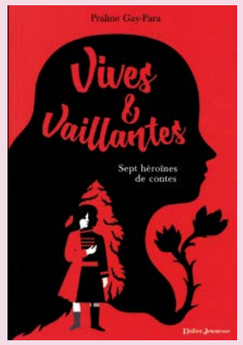
Annie et Zahia plongent dans l'imaginaire des contes pour déconstruire la représentation des femmes et les réinterpréter.

Une femme tendrait, en grandissant, à assouvir un seul objectif : procréer. Celles qui n'en auraient pas envie ou souhaiteraient se réaliser autrement sont soupçonnées d'avoir *« un problème »*. Combien de contes commencent ainsi : *« Le roi et la reine / le vieux et la vieille / le marchand et sa femme sont heureux… aimeraient tellement avoir un enfant qu'après moultes aventures, ils en eurent beaucoup »* ? Dans ces récits la femme qui n'a pas de progénitures pour diverses raisons est systématiquement une *« sorcière »*.

QUE DISENT LES CONTES ET LÉGENDES ? Penchons-nous sur les lieux communs à travers les contes et les épopées religieuses ou populaires. Leur passage de l'oral à l'écrit a moralisé les histoires. N'oublions pas que ce sont des hommes qui, au départ, ont réécrit les contes issus d'une tradition orale et populaire. Généralement, à ce stade, les récits sont moins édulcorés : les femmes n'y sont pas seulement de douces princesses qui attendent en se brossant les cheveux que le prince arrive, n'en déplaise à Charles Perrault et aux frères Grimm. Saviez-vous qu'aux origines des histoires de la création du monde, il y a deux femmes importantes ? Elles s'appellent Lilith et Ève. **Lilith, l'insoumise**, condamnée à ne pas avoir d'enfant après s'être rebellée contre son compagnon, Adam. Et son versus, **Ève condamnée à accoucher dans la douleur pour avoir désobéi.** Deux damnations qui illustrent bien la place de la femme : leur effacement est celui d'un silence sur une histoire de désobéissance à l'autorité, celui d'une *« damnation »* qu'à travers les siècles, les femmes affrontent. Pourtant, l'histoire ne retient qu'**Eve, *« celle qui donne la vie »*, en arabe Ḥawwa et en hébreu Ḥawwāh.** La vocation des femmes est d'assouvir le désir du maître, compagnon ou père divin.

Il est temps de relire les histoires pour déconstruire la représentation des femmes et les réinterpréter. Rappelons-nous **Shéhérazade** dans les *Contes des Mille et une nuits.* Pensons aussi à **la dernière femme de Barbe bleue**, qui en désobéissant à son époux, a sauvé sa vie et celles d'autres femmes. Si elle n'avait pas été curieuse en ouvrant la porte interdite, elle serait morte dans l'illusion, comme les autres femmes égorgées. En cherchant un peu, on trouve dans les contes des femmes régissant leur destin, seules, capables de choisir pour elles-mêmes, de désobéir, ou encore de fuir un père incestueux comme dans ***Peau d'âne***, de déjouer, ruser et triompher du loup dans *Le petit chaperon rouge*.

VIVES ET VAILLANTES C'est ainsi que l'autrice et comédienne **Typhaine D.**, revisite les contes pour redonner la parole aux personnages féminins et dénoncer la violence sexiste. À travers son spectacle *Contes à rebours* créé en 2012, elle nous démontre avec humour combien les femmes ont été assignées à des rôles de sorcières moches et méchantes ou de jeunes filles jolies, belles et dociles. D'une autre manière, en bonne collecteuse de récits, la conteuse **Praline Gay-Para**, dans son recueil *Vives et vaillantes*, met en scène des femmes battantes, des femmes qui voyagent, qui tiennent tête, qui rusent, qui n'ont pas peur de se battre et qui n'attendent pas le prince charmant. Et tant mieux si, à la commune fin *« Et ils eurent beaucoup d'enfants… »*, des récits nous en font découvrir une pluralité d'autres possibles. ■



© Éditions Didier Jeunesse

GRAND ENTRETIEN
PAR LA CITÉ DES FEMMES

ARCHIVISTE ET ACTIVISTE, MICHÈLE LAROY EST ENSEIGNANTE EN ARTS PLASTIQUES À LA RETRAITE, RESPONSABLE DES ARCHIVES, RECHERCHES ET CULTURES LESBIENNES (ARCL). FÉMINISTE RADICALE, ELLE REVIENT SUR CES PREMIERS PAS DE MILITANTE À SAINT-DENIS.

« On s'adressait à toutes les femmes »

©Anne Bocandé

Qu'est-ce que le féminisme radical ?

Je vais d'abord parler de mon histoire, c'est important de savoir d'où on parle. J'ai 69 ans. J'ai grandi dans une cité de Saint-Denis, quartier Mutuelle, dans un deux pièces à cinq ! Mon grand-père était au Parti communiste français (PCF) et maire adjoint pendant des années. C'était un ouvrier, un prolo, pas un intello. Le féminisme du PCF était présent à Saint-Denis avec l'Union des femmes françaises. Puis, il y avait différents journaux, magazines, comme Heures claires. Dans ce bain militant, à 10 ans, j'ai commencé à avoir une pensée politique. J'ai vite compris que quelque chose n'allait pas entre les mecs et les nanas. Pourquoi les filles et femmes sont enfermées quand les mecs sont là, en bas de la cité ? Je dois aussi raconter que, enfant, j'ai subi des attouchements et du harcèlement dans les transports. Plus tard, j'ai vécu avec un mec camé et dépressif que j'ai quitté car sinon j'allais y passer. Ce sont de multiples constats de violences subies par les femmes et par moi-même, qui font que je suis devenue radicale. C'est passé notamment par la création d'espaces de réunion entre femmes, en non-mixité, pour s'entraider. La radicalité, c'est le fait de choisir de ne plus être appropriée par les mecs. J'ai eu des relations tout à fait sympathiques avec certains mecs. Ce n'était pas un problème de sexualité, mais un problème politique. Donc, je me suis construit comme radicale, féministe et lesbienne en fait.

Peux-tu nous parler de ces expériences de groupes de femmes et des actions que tu as menées ?

Dans les années 70, il y a eu une révolution féministe, majoritairement faite par la classe moyenne blanche des grandes villes. De l'autre côté du périphérique, nous nous sommes dits que nous n'étions pas de la même classe sociale, que nous n'avions pas les mêmes histoires, les mêmes études – je me suis arrêté en troisième – mais que nous avions quand même des choses à dire à Saint-Denis. Avant même ces grands mouvements, il existait un réseau de médecins radicaux – hommes et femmes qui faisaient des avortements clandestins à la Cité des Cosmonautes. On pense que les ouvrières avaient beaucoup d'enfants mais, entre les fausses couches liées à leurs conditions de travail dans les usines et les avortements, elles en avaient très peu. C'est plus tard en 1974 qu'on crée un Mouvement de libération pour l'avortement et la contraception (MLAC) à Aubervilliers, qui touche aussi Saint-Ouen et Saint-Denis. Un groupe composé d'une quarantaine de femmes. La loi sur l'avortement passe tout début 1975. La contraception est libre mais pas encore gratuite. Nous avons créé un groupe de femmes, quartier Mutuelle. Le bouche-à-oreille faisait venir des femmes d'autres quartiers. Puis, on a eu un numéro de téléphone. On s'emparait déjà de la question de la double journée des femmes. On s'adressait à toutes les femmes, militantes ou non, qui travaillent ou non. Au marché tous les dimanches, nous distribuions tracts et moyens contraceptifs. On était très pédagogues. Les vieilles dames à l'époque nous disaient : *« Allez-y les filles ! Moi j'ai avorté 10000 fois ! »* On a ensuite démarré une permanence *« pour femme battue »*. On ne disait pas encore *« violée »* ou *« violence »*. Il y avait 10 à 15 femmes tous les lundis. Concrètement, on hébergeait des femmes chez nous, nous allions porter plainte avec elles. Les flics ne voulaient pas spécialement nous recevoir. On ne se gênait pas quand on connaissait le nom d'un violeur pour le nommer en bas de son immeuble. On déboulait dans les appartements, on changeait les verrous des appartements des femmes violentées. Comme ça, le mec, même s'il refusait de rendre les clés, il ne pouvait plus rentrer. Comme autre action coup de poing, nous avons lancé des nuits anti-drague à la fin des années 78/80. On se retrouvait sur Paris, loin de chez nous, pour éviter les représailles. On choisissait un ou deux mecs un peu isolés, on ne le touchait pas, on le chahutait, on l'encerclait. Le but était de leur faire peur, pour que les hommes comprennent la peur qui nous habite. C'était aussi pour l'estime de soi, pour se donner de la force et je pense que c'est à peu à cette époque-là qu'on a commencé l'autodéfense, qu'on appelait le wendo. On rigolait tellement. Mais ça a failli être grave à Aubervilliers, car un mec nous a sorti un flingue…

> *“Les multiples violences subies par les femmes et par moi-même font que je suis devenue radicale.”*
> *Michèle*

Quelles sont tes activités aujourd'hui ?

J'anime toujours des groupes de paroles, depuis presque 20 ans, à la Maison des femmes de Paris. Les femmes racontent les mêmes choses qu'il y a 40 ans sur comment un mec commence par humilier et finit par les violenter. Elles étaient deux sur sept hier soir à avoir été étranglées par leurs amants, après un an de vie commune. Deux nanas très fortes, qui ne pensaient pas vivre ça un jour. Leurs mecs leur a sauté à la gorge ! Sans coquarts…Les mecs agresseurs savent taper en dessous pour ne pas laisser de traces. Il y a dans ce groupe des dizaines de femmes qui viennent toutes les semaines de toute la région parisienne. Des femmes de Saint-Denis aussi qui préfèrent venir là parce qu'elles n'y sont pas connues. Elles n'ont pas envie de colporter leurs histoires, leurs vies… Et autre casquette, je porte depuis un certain nombre d'années un fond d'archives sur l'histoire des mouvements féministes lesbiens.

En tant que femmes, on subit la violence mais avons-nous le droit d'être violentes ?

Il ne faut surtout pas ravaler la violence sinon ça vous fout des saloperies de maladies. Il y a très peu de choses écrites au niveau des archives autour de femmes violentes, seulement quelques histoires pendant la guerre d'Espagne ou les guérillas du Bénin présentées de façon caricaturale. Nous avons pourtant besoin de références. Personnellement, je travaille sur ma violence tout le temps, parce que sinon je suis capable de tout péter et d'une manière déplacée, c'est-à-dire pas devant les bonnes personnes. Il faut parler, trouver une écoute. Dans l'animation des groupes de paroles, nous avons des espaces de supervision pour lâcher un peu. Nous conseillons aussi aux femmes de trouver un exutoire positif, de chanter, d'apprendre à mieux respirer, de sortir les cris, de courir…

Quel regard portes-tu sur les mouvements féministes aujourd'hui ?

L'important dans nos luttes féministes, c'est le rapport de force, la visibilité même s'il faut aller parfois à outrance. Les premiers acquis pour les femmes c'était avant-hier, que ce soit le droit de vote après-guerre ou le premier ministère au droit des femmes qui date de 1981 ! On a commencé à comptabiliser les violences entre 2000 et 2010 ! Depuis combien de temps parle-t-on de de viol conjugal ? Si peu de temps. Et de viol comme arme de guerre ? Depuis les années 80 avec la guerre en Bosnie. Et encore aujourd'hui, les violences qui nous sont faites sont banalisées. Le problème, c'est qu'il n'y a pas un centime de plus pour aider les femmes victimes de violences. ■

RENCONTRE AVEC MICHÈLE LAROY : CE QUI M'A MARQUÉ…

« … c'est l'enfermement des femmes et des petites filles dans le récit d'enfance de Michèle. Je me suis souvenue qu'en tant que petite fille, l'accès à l'extérieur n'était pas chose simple. Chaque sortie des filles de ma génération était gagnée de haute lutte. Il faut une certaine forme de combativité pour affronter le daron ou la daronne pour obtenir le "droit de sortir". Il fallait montrer patte blanche, ce qui n'était pas demandé aux hommes. » **Nouria**

« J'ai été impressionnée par toute cette histoire des luttes féministes dans les quartiers, et entre autres par l'usage de la violence pour lutter contre celle des hommes. Elle m'interroge car je suis fondamentalement pour la non-violence, et pourtant cela résonne avec le renouveau du féminisme aujourd'hui. L'émission de Charlotte Bienaimé "Un podcast à soi : les femmes contre attaquent" que je conseille, en parle très bien. Faire peur en tant que nana à ceux qui agressent les femmes, c'est jubilatoire. » **Annie**

« Comme Michelle, j'ai renoncé à être réduite à une mère, une secrétaire, une génitrice pour ces messieurs qui se disent être du "sexe fort" et qui pourtant ont besoin de nous les femmes pour les aider à avancer dans la vie ; et qui, quand ils se rendent compte qu'on est plus cultivée qu'eux, cherchent à nous rabaisser, quitte à être violents en actes ou en paroles. » **Éliane**

... La solidarité entre femmes m'a manquée

LA CITÉ DES FEMMES EST ALLÉE À LA RENCONTRE DU GROUPE FLE (APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS) DE LA MAISON DE QUARTIER PIERRE SÉMARD À SAINT-DENIS. LES FEMMES DE CE GROUPE ONT ÉCRIT CES TÉMOIGNAGES RÉPONDANT À CETTE CONSIGNE : « RACONTE UN MOMENT DE SOLIDARITÉ ENTRE FEMMES QUE TU AS REÇU, QUE TU AURAIS AIMÉ RECEVOIR OU UN MOMENT OÙ LA SOLIDARITÉ DES FEMMES T'A MANQUÉE.»

© Morgane Cagnon

« Heureusement que ma belle-sœur était là »

2020, dans le RER avec ma belle-sœur. Une femme portant une petite fille crie après un homme, qui, soudain, la frappe dans le dos. Ma belle-sœur réagit : *« Tu fais quoi ? »* L'homme : *« Tu veux quoi ? T'as un problème ? »* Ma belle-sœur continue de lui parler et il finit par baisser les yeux. Nous allions partir, quand la femme nous a rejoint : *« Je veux de l'aide, mon mari me bat et m'enferme dans la maison. »* Nous avons revu cette femme, sommes allées chez l'avocate et l'assistante sociale. Aujourd'hui, elle est divorcée, elle travaille et habite avec sa fille. Heureusement que ma belle-sœur était là. Seule, je n'aurais pas su l'aider. Je ne connaissais pas la langue ni les lois de la France. Mais aujourd'hui, je me sens capable d'aider autrui dans une telle situation, j'ai vu comment faire. ■

Hanane 31 ans

حنان 31 سنة - "لحسن الحظ كانت أخت زوجي هناك ،لوحدي لم أكن لأتمكن من مساعدة هذه السيدة.لكننيالأن أشعر بالقدرة لأنني رأيت كيف أفعل ذلك"

2020 RER ,مع أخت زوجي،امرأة تحمل طفلة صغيرة وتصرخ على رجل ,الذي فجأة قام بضربها على ضهرها.تتفاعل أخت زوجي قائلة"ماذا تفعل"الرجل"ماذا تريدين" " هل لديك مشكلة" واصلت أخت زوجي في الكلام إلى أن أخفض الرجل عينيه. ذهبنا إلى أن لحقتنا السيدة وقالت"أنا بحاجة إلى المساعدة زوجي يضربني ويحبسني في المنزل". رأيناه مرة أخرى وتوجهنا إلى المحامي والأخصاءي الاجتماعي ،الان هي مطلقة،تعمل وتسكن مع إبنتها. لحسن الحظ أخت زوجي كانت هناك، لوحدي لم أكن لأتمكن من مساعدة هذه السيدة التي تعاني مع هذا الرجل لأنني لا أعرف اللغة ولا القانون الفرنسي. لكنني الآن أشعر بالقدرة لأنني رأيت كيف أفعل.

« Les gens ont fait semblant de ne rien avoir vu »

Mars 2020, je viens d'arriver à Paris. Un jour, je prends le métro, un homme me touche les fesses. Je me suis sentie abusée et le pire, c'est que les gens qui étaient à côté de moi ont tout vu mais personne n'a rien fait. Ce jour-là, et aujourd'hui encore, je ne sais pas comment me sentir : *« dois-je être triste ou avoir honte ? »* Comme j'avais une jupe, je me dis que c'est peut-être de ma faute, que c'est la raison pour laquelle les gens ont fait semblant de ne rien voir. J'avais juste envie de connaître Paris. Je suis sortie du métro en larmes. Depuis, j'ai peur de prendre les transports et de sortir seule. Je ne me sens pas en sécurité. J'aimerais que les hommes arrêtent de faire ça et que les gens soient plus solidaires. ■

Negra Araujo, 40 ans.

Hola ,hoy voy a contar mi historia. En el mes de marzo del 2020, acababa de llegar a Paris. Yo Sali y tome el metro, cuando tuve una mala experiencia por que un hombre me toco mis gluteos. Yo me senti abusada y lo peor es que las personas que estaban ami lado vieron todo y no isieron nada .ese dia y aun hoy yo no se como me siento (no se si trizte o tener verguenza ??como yo tenia una falda ,yo pense que podia ser mi culpa ,y por eso la gente veia todo y fingia de no haber visto nada.yo Sali en lagrimas del metro,yo queria salir para conocer a paris pero ese mal momento me dio miedo de salir en metro sola .Ahora es dificil para mi salir sola por que me siento insegura .me gustaria que los hombres dejaran de hacer eso ,y yo pienso que la gente deberia ser mas solidaria en casos como estos.

LE JOUR OÙ...
PAR NOURIA AVEC LE GROUPE FLE

« Un jour j'ai décidé de partir. Je ne connaissais personne »

Je me suis mariée en Algérie et je suis venue en France avec mon mari. J'ai découvert sa méchanceté. Il ne me laissait pas sortir de la maison. Je ne faisais que le ménage. Je n'avais pas le droit de prendre des cours de français ni faire des stages, ni travailler. Il m'a fait la misère. Un jour j'ai décidé de partir. J'ai pris mes deux valises. Je ne connaissais personne. Je suis allée chez ma tante. J'ai tout raconté. Mais elle m'a dit de retourner chez lui pour avoir les papiers. Mais je ne pouvais plus. Plus tard, j'ai rencontré mon copain qui m'a beaucoup aidé. Il m'a payé un loyer et un avocat. J'ai réussi à divorcer. Depuis, nous sommes fiancés. ■

Amel, 25 ans

أمال 25 سنة - <<جعلني بائسة. ذات يوم قررت المغادرة. أخذت حقيبتين .أنا لا أعرف أي شخص.>>

تزوجت في الجزائر وبعدها مباشرة جئت على الفور إلى فرنسا مع زوجي. اكتشفت أنه لئيم.لا يسمح لي بالخروج من المنزل.كنت أظل أنظف فقط المنزل . لم يُسمح لي بأخذ دروس في اللغة الفرنسية لتعلم اللغة،والقيام بالتدريب والعمل .جعلني بائسة .ذات يوم قررت المغادرة أخذت حقيبتي ، لم أكن أعرف أحداً. ذهبت إلى خالتي. أخبرتها بكل شيء لكنها طلبت مني العودة إليه للحصول على الأوراق لكنني لم أعد قادرة على ذلك. لاحقاً قابلت صديقي الذي ساعدني كثيراً. دفع لي الإيجار والمحامي. تمكنت من الطلاق. من بعدها نحن الان مخطوبين

« J'aurais aimé que les gens disent quelque chose »

C'est un jeudi matin. Nous sommes en 1983. Je pars travailler dans une usine textile. En retard, je cours pour attraper la ligne 13. Soudain, un homme me frappe au visage, un autre m'arrache mon sac et ils s'enfuient dans le métro. Je me suis évanouie, j'ai dévalé les escaliers. Personne ne m'a aidé. Tout le monde a pris le métro. Seule une dame âgée, sur le quai d'en face, a crié et m'a demandé si j'allais bien. J'ai encore les cicatrices sur la tête et les jambes. ■

Katy, 61 ans

ي 61 سنة - "تمنيت أن يقول الناس شيأ"

كان صباح يوم الخميس عام 1983 ،كنت ذاهبة للعمل في مصنع النسيج, كنت متأخرة لهذا كنت أركض إلى محطة المترو خط 13.فجأة ضربني رجل على وجهي وقام آخر بتمزيق حقيبتي وهربوا في المترو.أنا أغمي علي،ركضت على الدرج ولم يساعدني أحد أخد الجميع المترو،سيدة كبيرة في السن كانت تسير حول الرصيف المقابل صرخت وسألتني إذا كنت بخير. مازلت أعاني من الندوب على الرأس والساقين ،تمنيت أن يقول الناس شيأ

« La famille, c'est important»

Un jour, j'ai croisé ma voisine devant l'ascenseur en panne. Elle avait une poussette et quelques sacs de course. Je suis au 2e étage, elle au 4e. Je lui ai proposé de l'aider : elle a pris la poussette et un sac. J'ai pris le bébé avec le reste des courses. Elle m'a remerciée infiniment. La solidarité entre voisins et voisines est importante, même des petits gestes. La famille est souvent loin. Entre voisin·e·s, on doit pouvoir compter les uns sur les autres. Un jour j'ai eu un vertige, je suis tombée sur un miroir. Une chute qui m'a valu dix points de suture. Heureusement, j'ai appelé le fils de ma voisine qui m'a amené à l'hôpital. Les voisin·e·s, c'est précieux. ■

Houria, 63 ans.

حورية 63 سنة أعتقد أن الأسرة ثمينة خاصة عندما تكون بعيداً عن العائلة،

ذات يوم قابلت الجارة أمام المصعد مع عربية أطفال وبعض أكياس التسوق. اكتشفنا أن المصعد معطل ,أنا أسكن في الطابق الثاني والجارة بالطابق الرابع ,إقترحت عليها المساعدة : هي أخذت عربة الأطفال مع كيس التسوق وأنا أخذت الطفل وباقي أكياس التسوق. صعدنا الدرج إلى الطابق الرابع ، شكرتني كثيراً. أجد أن التضامن بين الجار والجار مهم للغاية ، حتى لو كانت صغيرة. غالباً ما تكون الأسرة بعيدة ولكن الجيران يجب أن نكون قادرين على الاعتماد عليهم. في يوم من الأيام أصبت بدوار سقطت على المرآة ، مما جعلني بفعل عشر غرز على رأسي. لحسن الحظ ، اتصلت بابن جارتي الذي نقلني إلى المستشفى. الجيران ثمينون خاصة عندما تكون الأسرة بعيدة

« Changer les mentalités, c'est aussi apprendre à se défendre soi-même »

MARION TILLOUS, DITE MAJE, EST CHERCHEUSE EN GÉOGRAPHIE ET ÉTUDE DE GENRES À L'UNIVERSITÉ PARIS 8 VINCENNES SAINT-DENIS. SES TRAVAUX PORTENT SUR LE RAPPORT HOMME/FEMME ET LES VIOLENCES DANS L'ESPACE PUBLIC. RENCONTRE.

© Les Expertes

Comment décrire les études de genre ?

Le genre est la construction socioculturelle des rôles masculins et féminins et des rapports entre les hommes et les femmes. En géographie du genre, par exemple, on travaille sur la répartition de la place des garçons et des filles dans la cour de l'école, qui prend le plus de place et pour y faire quoi. Les études de genre concernent aussi la transidentité et la non-binarité.

En tant que femmes, nous sommes éduquées à ne pas être dans la violence. Comment expliques-tu cela ?

Nous grandissons avec l'idée qu'on est moins fortes que les hommes. Donc on ne voit pas comment on peut imaginer d'autres manières de faire. Alors qu'il y a des techniques pour se défendre. Ce n'est pas juste une question de force. Ensuite, beaucoup de choses dans l'éducation font que les mouvements de violence ou de colère vont être mieux acceptés pour les garçons que pour les filles.

Comment fait-on pour changer les mentalités ?

Par l'exemple ! Quand on élève des enfants, on peut ainsi récompenser les petites filles qui vont se défendre, être autonome et aussi déconstruire les rôles qui peuvent être assignés à la maison ou dans l'espace public. Changer les mentalités, c'est aussi apprendre à se défendre soi-même, connaître des techniques et se les transmettre entre femmes. Une amie qui faisait des stages d'autodéfense m'a montré comment faire pour retenir un agresseur, le tenir par un genou et appeler la police avec son autre main. J'ai ainsi appris, non seulement que mon amie était forte, mais que moi aussi je pouvais l'être. Ce lien entre femmes est un sentiment extrêmement rassurant.

Toute femme devrait faire un stage d'autodéfense selon toi ?

Que toutes les femmes fassent des stages d'autodéfense, c'est super ! Mais comme c'est difficilement atteignable, il est important aussi de parler de représentation : représenter la force des femmes, voire la violence des femmes.

Est-ce que les femmes sont moins violentes que les hommes ou est-ce qu'elles contiennent cette violence ?

Elles apprennent à être moins violentes. Je pense qu'il faut vraiment penser le rapport homme/femme comme un rapport de domination, assis par la violence. C'est à dire qu'en tant que dominée, contrairement aux hommes, nous n'avons ni les outils, ni la légitimité d'être violente.

Peut-on être solidaire de toutes les femmes ?

Quand existe un rapport de domination, cela peut être utile, oui. Cela commence par des actions comme ne plus rire aux blagues sexistes des hommes. Il y en a d'autres. Nous, on essaye de faire des actions collectives. Certaines femmes ne misent pas forcément sur la solidarité ; on peut prendre des exemples de femmes riches qui s'en sont sorties individuellement en faisant alliance avec les puissants. C'est une stratégie.

En fait, c'est accepter parfois la reproduction du système de domination pour s'en sortir ?

C'est essayer de se trouver une place où on ne va pas prendre trop de coups et éventuellement avoir des bénéfices matériels. C'est ce qui ressort du travail de la chercheuse Andréa Dworkin. En tant que femme, dans un système hyper binaire, où chacun et chacune a son rôle, il arrive qu'on trouve des avantages matériels à ne pas remettre en cause ce système. Et oui, ça passe éventuellement par écraser certaines femmes ou ne pas être solidaire d'autres.

Y-a-t-il un moment dans ta vie où tu ne t'es pas sentie soutenue par une femme ?

Dans l'hétérosexualité, dans la compétition entre femmes pour avoir un homme, dans beaucoup de situations en fait, j'ai vu des femmes ne pas être solidaires entre elles alors qu'elles auraient eu intérêt à se parler, à voir qu'elles étaient manipulées de la même manière.

Trouves-tu qu'il y a un manque de solidarité entre différentes générations de femmes ?

Parfois, il arrive qu'entre générations, on légitime la violence. Cela arrive à beaucoup de gens dans des cas de violences ou d'inceste par exemple. J'ai moi-même vécu une agression sexuelle, enfant, par mes cousins. Quand je l'ai dit à ma mère, elle a dit : *« Merci, tu gâches l'ambiance »*. Et ensuite, elle a ajouté : *« Mais ça arrive à tout le monde. »* Elle voulait en fait partager : *« Ça m'est arrivée aussi à moi. Juste, je ne peux pas le gérer. »* À ce moment là, il y avait aussi ma tante qui était en train de fumer et sa fille de 14 /15 ans. Je me suis mise à pleurer. J'avais 35 ans. C'est la petite qui s'est levée et qui m'a prise dans ses bras. Ça, c'était vraiment un beau moment de solidarité intergénérationnelle.

Comment expliques-tu que les femmes, contrairement à une certaine époque, n'hésitent pas à divorcer dès qu'elles sont déçues par leur conjoint, quitte à élever toutes seules leurs enfants, malgré les énormes difficultés qu'elles rencontrent ?

D'abord, sur le plan matériel : les femmes travaillent davantage, elles ont moins besoin de leur conjoint pour payer leur loyer, leur alimentation. Sur le plan social, c'est de moins en moins mal vu de se séparer. Le divorce était très mal vu, jusqu'aux années 80-90. C'était considéré comme un trauma, une grosse boîte noire, quelque chose pouvant être très déstabilisant. Ce qui est en jeu encore aujourd'hui : c'est l'autonomie affective. On n'apprend pas tellement à savoir être autonome pour soi-même.

Comment se départir de dépendances affectives qui empêchent parfois de se libérer de relations violentes ? Comment être autonome ?

En s'assurant qu'il y ait d'autres personnes pour nous comprendre, d'autres personnes qui nous aiment. C'est très important. Ça demande de consacrer beaucoup de temps et d'espace à nos ami.e.s, de libérer du temps pour en partager avec eux. Tout en ayant un conjoint aussi, on peut essayer de construire des choses avec d'autres personnes. Ça libère de la dépendance affective.

Allons-nous vers une évolution des relations de couples et de genre ?

C'est une énorme question. Trouver des gens, accueillir les personnes qui ne souhaitent pas forcément être homme ou femme. Inventer, innover, imaginer aussi des relations qui ne soient pas juste à deux. Savoir laisser la place à d'autres choses. On revient souvent à des choses auxquelles on est habituées, parce que c'est plus rassurant. Aller plus vers l'invention, avoir des tas de relations qui sont différentes et certaines dans lesquelles on partage une intimité sexuelle et certaines non et essayer d'identifier les automatismes que cela va déclencher tout autour. ■

RENCONTRE
PAR LA CITÉ DES FEMMES

“ Il est important aussi de parler de représentation : représenter la force des femmes, voire la violence des femmes. ”

La puissance d'une vieille dame indigne

Sophie Pétronin a été détenue par des jihadistes pendant près de quatre ans, du 24 décembre 2016 au 8 octobre 2020. En ces tristes jours, on se divertit comme on peut après de longs mois d'abstinence de culture imposée avec la crise sanitaire. Plus de concerts, plus théâtre, plus de cinéma... Alors, on fait son cinéma chez soi où l'on nous fait entrer par la lucarne de la télé et on exulte à l'unisson à chaque sortie d'un bouffon comme au temps des puissants.

Ce samedi 06 novembre 2021, se joue *L'île de la tentation malienne* sur le plateau d'Antenne 2 dans l'émission *On est en direct* animée par Léa Salamé et Laurent Ruquier. Ça commençait pourtant bien. L'humoriste, Philippe Caverivière, rappelait à Léa Salamé que depuis mercredi à 9h22 exactement, elle travaillait bénévolement. On ne sait pourquoi, elle semble désarçonnée mais rebondit et retrouve son sourire en lisant une fiche que l'on suppose préparée à l'avance, rappelant les inégalités salariales qui font que, du 3 novembre jusqu'à la fin de l'année, les femmes travailleront gratuitement. Elle est bonne fille Léa. *« Elle a, elle a ce je ne sais quoi /Que d'autres n'ont pas/Qui nous met dans un drôle d'état »*, c'est comme un vieil air qui me revient de loin. Elle continue son bénévolat consenti tout en sourire, et à pleines dents.

On continue le déroulé tel qu'il avait été ordonné. Laurent Ruquier évoque l'échappée belle de Sophie Pétronin, une femme de 74 ans, détenue par des jihadistes durant près de quatre ans du 24 décembre 2016 au 8 octobre 2020, retournée dans son pays de cœur, le Mali, au nez et à la barbe des autorités françaises. Et là, ce n'est pas qu'on rit. Le bouffon est là pour ça. C'est qu'on rit *« gratis »* et jusqu'à la fin de l'année 2021, on en rira encore gratis, nous les femmes, à gorge déployée comme notre Léa nationale, révélant ses belles dents d'une blancheur écarlate avec en arrière plan, discrètement, des hommes renommés aux rires béats. J'ai alors pensé à Sophie Pétronin, l'objet des rires des belles personnes sur le plateau aux belles dents *« Cheese »*, elle *« l'irresponsable »*, la *« bouffonne »*, la *« cinglée »*. C'est ainsi que les gentes et gents de France et de Navarre la qualifient. A-t-elle eu le cœur à rire à l'unisson de celui de Léa Salamé quand Philippe Caverivière, qui *« accessoirement »* en rajoute jusqu'à la lie *« mamie Stéradent »*, *« zinzin au Mali »*, pour son *« addiction pour le malien »* et finir par un clin d' œil à Sarkozy *« l'homme africain est (enfin) rentrée dans Mamie »* ? C'était à mourir de rire et gratis à défaut de mourir d'aimer pour les enfants de Gao.

Sophie Pétronin née à Bordeaux le 7 juillet 1945 est une travailleuse humanitaire franco-suisse, fondatrice de l'ONG Association d'aide à Gao (www.aide-gao.org) qui œuvre dans le domaine de l'aide à l'enfance dans le nord du Mali. Elle découvre Gao au Mali en 1996, à l'âge de 51 ans. Prise de passion pour cette ville et ses habitants, elle se spécialise en malnutrition et médecine tropicale et s'y installe définitivement.

POÉSIE
PAR NOURIA

Rosa, Rosae, Rosam...
Femme objet, femme séductrice,
Femme soumise, femme godiche,
Femme fragile, mère castratrice,
Femme au foyer, femme potiche

Je ne serais rien de tout ça !
La dingo vous dites !

Femme étrange, femme hystérique
Femme mystérieuse, femme maléfique
Femme sauvage !

Femme folle je raffole de vous effrayer.
Cri, hurlement ! Sorcière solitaire, je n'irai pas aux congrès ! Assise sur mon banc,
Tranquillement, Je signe moi-même ma mise au banc !

Je vous fuis, je fuis vos prisons, vos cases, vos menottes, vos hameçons ! Courez si le cœur vous enchante, dansez la valse de l'inutile.

Moi je reste tranquillement assise sur mon banc. Je me branche au futile, à l'utile et à l'agréable, Amen ! Je chante et je danse mais vraiment ! Pas comme vous qui valdinguez en dansant un tango de dingue.

De mon banc, je vous lance mes cris en fléchette. Je vous rends tous vos mots laids dont vous m'affublez ! Attrapez-les, car, miroir magique, tout ce que tu dis ça revient sur toi ! Et puis c'est celui qui dit qui est !

La dingo vous dites !

La dingo a coupé tous les cordons, cordon ombilical, cordon de CRS, cordon bleu,
La dingo a scié la branche sur laquelle elle était assise. La dingo a déboulonné les statues de l'horreur !
La dingo ne veut plus trace de cette histoire qui est là présente dans la moindre interstice de ligne du cahier d'école à la clé de sol !

La dingo va réinventer la géographie, elle va scier les frontières à la tronçonneuse.

La dingo va créer un nouvelle boussole pour guider, une boussole qui sera moins à l'ouest, qui aimera plus le sud ! Assise sur mon banc, je chante et c'est vous qui errez !

Je veux vous tordre vous, vos drapeaux, vos comptes en banque, vos billets. Craquement du sol, je vous ensevelis, la lave vous emporte et charrie vos guerres. J'ai franchi la ligne des marginaux.

La dingo vous dites !
La dingo a besoin de Freud vous dites !
Freud est trop complexe !
Balance ton Œdipe !

S'il n'y avait plus d'hommes sur terre... Que ferais-tu ?

QUESTION VOLONTAIREMENT PROVOCANTE ET DRÔLE QUE NOUS AVONS CHOISIE POUR FAIRE UN PAS DE CÔTÉ ET RÉVÉLER AUSSI DES PROBLÈMES DE SOCIÉTÉ. PLUSIEURS RÉPONSES COMMUNES, RÉCOLTÉES DANS NOS ENTOURAGES ET À DISTANCE, PROUVENT QU'IL EXISTE ENCORE DES PROBLÈMES CONCERNANT LES RAPPORTS DE DOMINATION ET DE FORCE FAVORABLES AUX HOMMES DANS L'ESPACE PUBLIC.

*« Je mettrai mes plus belles tenues, je ne me soucierai plus du regard des hommes. **Je prendrai les transports le soir**. J'irai au Mexique, pays réputé dangereux, pour une femme seule. »*
Lucille, 20 ans.

*« On ne pourrait rien faire, on a besoin d'une présence masculine. **Les hommes sont nos frères, nos pères, nos amis...** On a besoin d'eux comme eux ont besoin de nous. Sans hommes, il n'y aura plus de génération future. »*
Marie

*« **Je sortirai la nuit où je veux.** Je ferai des balades dans des lieux désertés. Je voyagerai toute seule dans des pays en guerre car s'il n'y a plus d'hommes, il n'y aura plus de guerres. »*
Kenza, 20 ans.

*« La première chose que je ferai, c'est de courir dans la rue sans mon voile. **J'irais me baigner à la mer et je ferai du vélo.** Je vis dans une société conservatrice au Bahreïn et ce que j'ai mentionné précédemment serait inimaginable dans mon pays. »*
Nebras, 21 ans

***« J'aurai le plaisir de pratiquer des sports qui étaient normalement réservés aux hommes** ou jugés comme étant masculins. Je vivrai tout simplement librement et sans aucun jugement. »*
Perla, 20 ans.

*« Je pourrai sortir dehors **dans la tenue que je veux** sans pouvoir me faire juger et mal regarder. »*
Julie, 19 ans.

*« J'irai prendre un café avec ma fille de 20 ans. **Les filles pourront s'habiller comme elles veulent** et se sentiront plus en sécurité. »*
Tasnime, 45 ans

*« Je mettrai une tenue chic que je n'ose pas mettre actuellement à cause des regards des hommes. **J'irai en soirée et en boîte de nuit** sans me soucier du danger d'être importunée dans la rue. »*
Morgane, 20 ans

*« Je serai toujours fidèle à moi-même. Ça ne changera rien. **Si les hommes ne sont plus là, c'est mieux, c'est sûr, pour ma sécurité et la tranquillité.** Mais ce n'est pas pour autant que je m'habillerai différemment dans la rue. Je garderai mon style et mon comportement actuels. »*
Sania, 22 ans

*« J'irai à une soirée légère et courte vêtue et **je rentrerai par le dernier RER**, en prenant bien mon temps sur le parvis de la gare de Saint-Denis. »*
Sophie

**Certains prénoms ont été modifiés pour respecter l'anonymat des personnes interviewées*

POÉSIE
PAR CLAUDINE

Vent de Nord Est sur la place Grimau
Ils sont vivants ces nuages
Comme un voile qui s'étire entre ciel et réalité virale
Comme un bec blanc déchirant l'azur
Comme des êtres épuisés qui tentent d'évoluer vers la guérison
Comme une dent qu'on arrache et qu'on remplace lentement, très lentement par une couronne
Comme un vent de nord-est qu'on intube et qui revitalise
Comme des soignants oeuvrant à la guérison
En bas, quelques galopins se prennent pour des étoiles intouchables.

La cuisine des sorcières !

NOUS AVONS TOUTES UNE OU DEUX RECETTES POUR SE FAIRE BELLE OU POUR SE SOIGNER, QUI NOUS PROVIENNENT D'UN HÉRITAGE TRANSMIS PAR LES FEMMES DE GÉNÉRATION EN GÉNÉRATION. ALORS, EN HOMMAGE, NOUS RESSORTONS NOS CHAUDRONS ET NOS PRODUITS NATURELS !

POUR SE SOIGNER

· Pour éviter les bosses !

Étaler du beurre sur la partie du corps qui a subi le choc. Le beurre a les mêmes effets que l'arnica.

· Pour soulager les piqûres de moustiques

Vaporiser du parfum sur la piqûre et frotter.

· Pour soulager les piqûres d'abeilles

Mixer un oignon et frotter la piqûre d'abeille avec le jus d'oignon.

· Pour soulager la fièvre

Mouiller la tête et les cheveux avec de l'eau de fleur d'oranger.

· Pour calmer la toux nocturne des enfants

Poser des oignons coupés dans une assiette tout près du lit de l'enfant.

· Pour les rhinites, sinusites, bronchites et autres maux de l'hiver

Faire des inhalations et boire des infusions de thym. Vous pouvez ajouter d'autres ingrédients : miel et/ou citron.

· Contre les poux

Étaler une substance grasse comme du beurre de karité sur les cheveux toute une nuit, en mettant un foulard pour étouffer les bêtes. Le lendemain, faire glisser les poux et lentes avec un peigne fin.

· Pour nettoyer le corps

Boire une cuillère à café d'huile de ricin avec un jus d'orange. *« En Martinique, les enfants buvaient cette potion qu'on appelait "la purge" avant chaque rentrée scolaire pour donner de l'énergie et bien travailler à l'école. »* **Éliane**

Préparer un verre d'eau avec sept grains de Fenugrec, laisser reposer toute la nuit et le boire au petit matin. Le fenugrec donne de l'appétit, pour les personnes qui veulent prendre du poids. Attention, l'odeur est forte. *« C'est une recette pour éloigner vos maris s'ils vous embêtent disaient les grand-mères marocaines sur le ton de l'humour ! »* **Sana**

· Contre les mycoses vaginales régulières

Bouillir de la lavande dans de l'eau. Comptez une cuillère de lavande par verre d'eau. Deux solutions au choix ou les deux : boire un verre par jour en infusion. Nettoyer les parties vaginales avec cette eau florale.

POUR SE FAIRE BELLE

· Pour un gommage du visage

Mélanger une cuillère à café de sucre en poudre, une cuillère à café de marc de café et une cuillère à café d'huile d'olive. Frotter votre visage. Rincer.

· Pour hydrater son visage

Découper une demi-tomate, mettre de l'huile d'argan dessus, poser sur le visage pendant 30 minutes et rincer.

· Pour empêcher la chute des cheveux

Dans un flacon vaporisateur, mettre de l'eau (500 ml) et une cuillère à soupe de clou de girofle. Laisser infuser une semaine. Vaporiser et masser le cuir chevelu régulièrement. Cette recette empêche la chute de cheveux et favorise la repousse

· Enduire le cuir chevelu d'ail mixé.

Une autre version : mixer de l'ail, un oignon, de l'huile d'olive et enduire le cuir chevelu. Laisser agir une heure. Attention : cette recette peut donner des sensations de brûlure. Pour enlever les odeurs, utiliser le marc de café pour le lavage. *« Comme le disent les grand-mères, si vous voulez que vos époux vous laissent tranquilles un moment, gardez l'odeur de l'ail ! »* **Sana**

La cité des Femmes

À vos plumes !
Si vous voulez contribuer au journal *La Cité des Femmes*, écrivez-nous :

lacitedesfemmes@hotmail.com