



THE GIRLY

SANITAMTAM



Lutte Fast-

Par Pih Poh

Le mois des muguet est enfin arrivé ET les projets reflorissent de plus belles ! Depuis janvier 2021, Pih-Poh soutient des habitantes du Sanitas dans leurs projets, en lien avec l'Expérience Sanitas Solidaire, une démarche d'expertise transdisciplinaire en lien avec la participation citoyenne sur trois ans, portée également par le centre social Pluriel(le)s.

Si au mois de juin dernier nous avons eu l'honneur de découvrir le projet d'Illham Idriss sur l'embellissement des balcons, nous nous tournons cette fois-ci vers une toute autre initiative pour ce mois de mai...mais DE QUI, DE QUOI S'AGIT-IL ?

Nous avons posé la question à Fatma Gassama, la coordinatrice de l'action « POUVOIR D'AGIR AU- FÉMININ » :

Fatma : « Alors, il s'agit du projet d'Eva qui tourne autour de ce qu'on appelle aujourd'hui la «FAST-FASHION ou encore l'ULTRA FAST-FASHION »

Pouvez-vous nous en dire un peu plus sur cette initiative?

Fatma : avec plaisir !!L'idée vient tout d'abord d'une envie personnelle, celle d'une habitante qui souhaite organiser un grand défilé engagée composé exclusivement de vêtements recyclés dans l'optique de lutter contre la fast-fashion. Proposer d'autres alternatives pour favoriser l'existant en valorisant la re-création textile, c'est la finalité souhaitée. Mais la principale concerné et là, elle va pouvoir vous répondre en détails !

Oui et on vous remercie eva d'être parmi nous ! Avec vos propres mots pourriez-vous nous expliquer votre initiative ?

Eva : oui en fait, l'idée c'est surtout de sensibiliser les jeunes issus des quartiers populaires à la Slow-fashion / l'Upcycling, car ce sont a priori les + concernés par la surconsommation de vêtements vendus par les marques telles que

H&M, Shein, Bershka, ZARA,.. de part leur prix bas et du fait que leurs offres soient toujours «tendance».

Pourquoi est-ce si important pour vous ?

Eva : Parce que moi même j'en ai fait l'expérience et j'en ai déduit qu'on en veut toujours plus en pensant qu'il y aura un bon impact social sans tenir compte des impacts environnementaux. Tout ceci dans le but d'être plus acceptés, plus considérés, par exemple dans nos cercles d'amis, au collège, au lycée..

Comment vous expliqueriez cela ?

Eva : Bah pour la majorité, nous cherchons par tous les moyens à assouvir ce « besoin d'acceptation » quitte à sacrifier nos goûts et nos choix véritables au profit du regard des autres, de la société, des réseaux sociaux,.. Ce qui fait de nous,



-Fashion

inéluçtablement, les principaux consommateurs. Puis, la réflexion sur nos manières de consommer, à nos âges, n'est pas forcément la priorité, elle n'apparaît que bien plus tard. C'est pourquoi, j'aimerais, à travers cet événement, en plus de mon objectif initial de sensibilisation à d'autres formes de consommation vestimentaire, inspirer chacun à retrouver son style, en somme, retrouver l'individualité dont nous prive le phénomène de la Fast-Fashion.

Intéressant, et plutôt ambitieux ! Ça donne envie d'en savoir plus sur les temps que vous allez mettre en place. Pour avoir plus de détails, comment on fait ?

Fatma : le projet commence par un premier temps fort, le mercredi 18 mai 2022, autour d'un grand troc vêtement «Échanges ta Fripe» à la Galerie Neuve de 10h à 18h qui devrait permettre de récolter des tissus/vêtements avec lesquels recréer et inviter les personnes à venir aux temps de présentation/ création prévus les samedi 21 et 28 mai 2022 dès 15h.

Ah super et quels types de vêtements on peut déposer ?

Fatma : des vêtements de femmes exclusivement,

Vous pourrez contacter Fatma au 06 01 73 10 03, par mail fatmapihpoh@gmail.com Facebook « Ip-Op Fatma » ou directement sur la page de l'association PIH-POH.

il y a d'ailleurs possibilité de déposer les vêtements dès le lundi 16 mai 2022 toujours à la Galerie Neuve.

Nous n'y manquerons pas ! Mais finalement c'est quoi l'action paf ?

-PAF ! Haha, je me demandais quand est-ce que vous alliez me la question !
« POUVOIR d'AGIR au FÉMININ », c'est tout simplement accompagner & mettre en avant des projets d'habitantes du Sanitas, ce sont des initiatives personnelles qui viennent nourrir le collectif. Le PAF, c'est aussi relier ces expériences à d'autres dynamiques aussi bien locales que hors quartier. En ce qui nous concerne, vous n'êtes pas sans savoir que le Sanitas est en train de vivre sa deuxième grande rénovation urbaine. ET bien, il faut veiller à ce que cette rénovation aille en faveur des habitants et surtout des habitantes ! c'est pourquoi anticiper sur les questions du genre, celles relatives à l'égalité femme-homme ou encore des droits culturels dans la configuration de ces nouveaux espaces est une préoccupation pour ne pas dire une mission chez Pih-Poh.

Merci pour ce rappel! On va maintenant se quitter. Merci à vous deux, on vous souhaite bonne chance et de profiter au maximum de cette expérience qui promet d'être enrichissante! Fatma & Eva... Merci à vous!

La Galerie Neuve a accueilli du 16 au 28 mai deux projets des habitantes du quartier : celui d'Eva bien sûr et celui autour de la cuisine guinéenne. Miam ! Miam !



Vole au premier

L'enveloppe s'envole de la clef dans la serrure
 Tu prends les clefs dans ta main, tu ouvres
 ta boîte aux lettres et là!
 Tu me laisses l'envoler.
 Moi l'enveloppe si précieuse pour ta santé
 Vole au premier coup de vent, toi qui m'oublies.
 Vole comme ça t'enchant, tu m'oublies encore et
 encore
 Dans mon jardin tu as tellement planté de plantes
 à couper que tout ton vase vide se remplit et tu es
 en joie.
 Bonjour tu sais qu'on pourrait bien apprendre à se
 connaître?
 Voler, vous tous les plus beaux pétales aux mille
 couleurs de mon jardin d'éden.
 Alors tu cueilles un superbe bouquet pour mon
 vase?
 Je n'oublie pas que c'est aussi la saint Valentin que
 pour toi.
 Sais-tu qui je suis?
 Connais-tu mes premières lettres?
 Ah! Tu as cueilli dans mon jardin d'éden, le gros
 bouquet de muguet porte bonheur.
 Vole encore mais essaie de t'arrêter.
 Trouve mes premières lettres.
 Tu te rappelles que ton enveloppe est la troisième.
 Pense à un gros bouquet d'amour qui vient de mon
 jardin d'éden, sur une rosée du matin gouttelettes
 sur tous tes bouquets mélangés et super fleuris.
 Bonjour, m' dame, bonjour monsieur le facteur,
 voici enfin une autre lettre pour ta santé florale.
 Chère amie prend rendez-vous.
 Ma femme se fut dur aussi, avant de se décider!
 Si tu as trop peur, Élise regarde ton calendrier
 et prend le jour où c'est une fête des fleurs.
 Au revoir.
 Les deux mots sont fort et donne
 la peur. CANCER et DEPISTAGE
 CANCER: La mort, l'horreur alors
 ce mot se transforme en fleur.

DEPISTAGES : cellules mortes, certaines bien
 vivantes et nos cellules qui se régénèrent.
 Alors, Dépistes= nos Chercheurs puis le MOT AGE.
 Il n'y a pas d'âge pour se faire dépister à la nouvelle
 fleuraison.
 La clef de la boîte aux lettres s'ouvre.
 Le bouquet d'enveloppes s'envole.
 Vivre, le bouquet de magnolias,
 Les magnolias sont en fleurs et ta vie reste en att
 ente!
 Magnolia d'amour pour toujours.
 La nouvelle formule pour la FEMME serait: LE
 CAMELIA du DESPISTAGE des SEINS.
 La chanson superbe de CLOCCLO:
 MAGNOLIA FOR EVER
 Le jour J, Je pars de bon matin à bicyclette, j'arrive
 devant mon rendez vous, à bicyclette, cadenas.
 Sans voix je monte les marches,
 dehors des bacs fleuris,
 j'entre, ma bouche s'ouvre, un rendez-vous
 madame.
 Le cadenas, je repars à bicyclette.
 Je me réfugie dans mon jardin.
 Je hume les parfums de mille couleurs de pétales.
 Le deuxième jour J, le cadenas, je
 repars à bicyclette de bon matin, j'arrive.
 je suis dans la salle d'attente.
 Madame martin c'est à vous.
 Plaquer vos seins, comme on nous le dit
 pour les radios. Fini. Retour, salle d'attente.
 Le médecin.
 L'attente c'est non ou un oui que le médecin nous
 dévoile la formule.
 Je retourne à bicyclette vers mon
 jardin d'éden de mille fleuraisons.
 Pour le OUI J'attendrai ma réponse avec mon
 facteur cette fois.

Elisabelle Dhellin



coup de vent

Andrée Chédid

Par Elisabeth Dhellin

Belle jeune fille qui commence à être une femme qui va vivre comme une femme poétesse, romancière et femme de lettres.

Elle est née au Caire (Égypte) le 20 mars 1920 .

Elle se forge dans les écritures, la littérature des connaissances sur ses romans, ses livres , ses poésies, les pièces de théâtre. Sa vie se remplit de bonheur dans tous ces domaines.

La guerre sur le Liban va la ramener sur une réalité brutale de la violence des hommes.

Cela va l'inciter à écrire encore un superbe roman. Le message. Une femme séparée de son amant très loin, une tuerie, une barbarie. Le message sera écrit en l'an 2000.

Elle est engagée sur la parité. Elle encourage les hommes à l'altérité.

L'Orient lui procure la sensualité des parfums. Les prix de toutes catégories lui offrent des récompenses majestueuses.

Deux de ses livres lui permet de recevoir des prix; l'un le prix Goncourt de la poésie 2002 et l'autre une médaille de la plus haute distinction.

Grand officier de la légion d'honneur. Pour son livre promotion de Pâques.

Je vous invite dans son univers en rattrapant, en dévorant ses livres de mille et une façon le 1 et 2 on arrive à 4. PAS oubliés qu'elle fut journaliste en 1942 avec son baccalauréat Université du Caire.

Bonjour je t'attends, tous ce que tu va rechercher dans ta librairie, j'y serai ou ce sera une jolie commande.



Amitié Toxique

Propos recueillis par Assia LAZAR

Comment est née votre amitié ? Et comment la décreriez-vous ?

On s'est connu à la maternelle. On peut dire depuis toujours, du bac à sable jusqu'à l'âge adulte. J'avais un léger ascendant sur Solène, car de nature ouverte j'allais vers les autres alors que Solène était suiveuse et timide.

Et déjà enfant, elle se montrait jalouse. On peut dire que notre amitié était fusionnelle.

Jalouse de vous ? Comment se traduisait cette jalousie ?

Pas tout à fait, ou plutôt plus tard. Là il s'agissait plutôt de possession. Solène ne supportait pas que je puisse avoir d'autres amies qu'elle. Je lui devais l'exclusivité de la relation amicale. Je subissais ses crises de jalousie dès que je m'avisais de discuter avec une autre fille. Pour elle c'était de la trahison.

Par contre, je pouvais me lier d'amitié avec des garçons. Ça ne lui posait aucun problème car elle ne ressentait pas de concurrence par rapport à eux. D'autant que Solène me connaissait très bien : elle savait que je ne développerai pas une amitié privilégiée avec un garçon.

Sa crainte, qu'elle soit remplacée par une fille plus intéressante.

Visiblement vous la connaissiez bien, est ce que vous jouiez de sa jalousie ?

Je n'en jouais pas mais quelque part j'en étais flattée, je me sentais unique et importante à ses yeux. Jeune, j'avais aussi besoin de reconnaissance. Je ne me doutais pas que cette histoire allait me jouer des tours à l'avenir.

Comment a évolué votre amitié à l'adolescence ?

Nous étions toutes les deux en surpoids. Complexée, Solène manquait de confiance en elle, alors que moi, bien plus ronde qu'elle (rires) je n'en faisais pas une maladie.

Mais suite à un régime drastique elle a perdu beaucoup de poids. Sa nouvelle image, suscitant des compliments, lui a donné plus d'assurance. Elle s'est tournée davantage vers les autres et a prit plus d'indépendance par rapport à moi.

Elle se découvrait des centres d'intérêt qu'elle partageait avec ses nouvelles amies : beauté, maquillage, soin etc

Par contre il n'était pas question pour Solène que j'intègre son «groupe». Chaque copine à sa place, pas de mélange, surtout me concernant. Toujours cette même crainte qu'un lien se noue entre moi et l'une de ses connaissances. Elle pouvait



se permettre ce

comportement puisque je me gardais de le lui reprocher.

De mon côté, je lui présentais mon cercle d'amis comme n'importe qui l'aurait fait. Solène restait ma meilleure amie.

Ce comportement aurait dû vous séparer ou du moins étioler votre relation ? Qu'en était-il ?

Je suis une personne de nature emphatique donc je cherchais plus à comprendre la situation. Je me remettais en question : si Solène avait changé c'était de ma faute. Je changeais aussi. Moi qui jusque là avais été toujours entière je n'étais plus moi-même, je voulais coller à ses attentes.

Dorénavant, elle détenait le pouvoir sur notre relation, elle avait imposé ses règles insidieusement.

À vouloir tout comprendre on perd le contrôle et c'est ce qui s'est produit.

À partir de quand avez vous remarqué que cette relation était anormale ?

Je me suis plutôt rendue compte de l'originalité de notre amitié, au moment des études supérieures, alors que nous étions jeunes adultes.

J'ai rencontré des étudiants qui venaient de tous horizons. Ils ne comprenaient pas pourquoi Solène se trouvait en permanence avec moi et ils me le faisaient savoir.

Mais pour moi, c'était normal, nous étudions dans une grande ville, on ne

connaissait personne et personne ne nous connaissait.

Je ne voyais pas de mal et en quoi cela pouvait déranger les autres.

Ça restait quand même une amitié d'adolescentes plus que d'adultes ?

En quelque sorte oui. Nous n'étudiions pas dans la même fac. Mais Solène connaissait mon emploi du temps par cœur. Elle m'attendait à la sortie des cours, juste devant la salle. Comme lorsque nous étions encore au lycée. Elle était toujours présente même aux inter-cours de cinq minutes. On mangeait ensemble, on sortait ensemble on dormait chez l'une ou chez l'autre. Toujours par paire.



En échec dans sa filière, elle n'assistait pas à ses cours et avait donc tout le temps de vérifier où je me trouvais et avec qui.

C'est quand même étrange et étouffant comme situation ?

Ce comportement m'empêchait de

Amitié Toxique

*J'étais enfermée,
prisonnière de cette
relation.*

développer des liens avec d'autres personnes, c'était le but de Solène. Et je le savais. Mais comme d'habitude je justifiais son attitude par son manque de confiance en elle. Je pensais qu'elle avait besoin de plus de temps pour s'intégrer dans cette ville et que j'étais son seul repère.

De plus, je n'avais pas assez de recul ni d'espace pour réfléchir à la situation.

À quel moment ce comportement vous a-t-il vraiment dérangé ?

J'ai découvert que Solène me mentait.

Elle me cachait ses relations amoureuses. Je la surprénais en compagnie de son petit ami alors qu'elle m'assurait se trouver seule. Pourquoi ne pas être clair, il suffisait de me dire qu'elle voyait quelqu'un et basta.

Jusque là notre amitié, malgré ses travers, était une sorte de bulle, exclusive, où tout était limpide : le moindre secret entre nous était inacceptable. Elle a trahi ce contrat implicite et moi je faisais mine de ne rien savoir. La franchise n'était plus une règle au sein de notre amitié.

A l'inverse, je suis restée transparente. Je n'avais aucune raison de cacher quoi que ce soit. Ce n'est que bien plus tard que je lui ai dissimulé certains côtés de ma vie.

Pourquoi ne pas en avoir profité pour vous éloigner d'elle au lieu de vous contenter de cette amitié biaisée ?

Après, des années d'amitié fusionnelle, wSolène était comme une sœur.

J'étais habituée à sa compagnie quasi permanente, à tout partager avec elle.

D'autant plus que je n'avais pas d'autre ami proche.

Alors nous sommes restées dans cette amitié ambiguë durant des années. Nous avons pris des chemins de vie différents mais, même éloignées géographiquement, nous étions souvent en contact. Je savais qu'elle me cachait beaucoup de choses mais je l'acceptais car j'avais fini par en faire autant : l'éloignement était une couverture à nos mensonges.

Je m'étais complètement adaptée à ce mode d'amitié et je n'en suis pas fière, je me suis perdue. Ça ne me ressemble pas d'être hypocrite.

Vos proches ne vous ont ils pas mis en garde contre cette soi-disant amie ?

Si et à maintes reprises. Mais je n'arrivais pas à prendre les devants pour couper court à cette mascarade. Je ne voulais pas être le bourreau mais plutôt la victime : c'est plus facile à vivre.

A quel moment cette relation à commencer réellement à vous peser ?

Lorsque je me suis fiancée, j'ai ressenti sa jalousie. De son côté sa vie sentimentale s'apparentait au chaos. J'essayais d'amoindrir mon bonheur pour ne pas la blesser. C'est ce qui a marqué un tournant dans notre relation. Elle dénigrerait mon mari, m'assurait que je valais mieux que lui. Elle ne me soutenait pas comme une amie de longue date doit le faire. Au contraire,



Et voilà tout simplement. « 30 ans d'amitié » terminés par un simple SMS.

Solène semblait se réjouir quand j'allais mal et s'attristait des bonnes nouvelles.

Elle a tenté de me faire douter de mon conjoint en me conseillant de me méfier de lui car il risquait de me tromper. J'avais beau lui répéter que je faisais confiance à mon mari elle réitérait ses conseils empoisonnés.

Avec le temps sa manipulation devenait plus acérée : elle tournait en dérision mes rêves et en catastrophe mes projets. Après chaque discussion avec elle, je me retrouvais à la limite de la dépression.

Comment avez vous mis un terme à cette relation ?

Cela faisait un moment que je souhaitais me libérer de cette relation qui portait préjudice à ma famille aussi.

Je ne savais pas comment m'y prendre et surtout je voulais être claire et juste. J'attendais le moment approprié. Il a mis du temps à venir mais il est venu.

Cela faisait des semaines que j'organisais le baptême de ma fille et on en parlait tous les jours. Non seulement elle ne m'a pas aidée pour les préparatifs, mais le jour de l'événement elle m'a fait savoir par SMS qu'elle ne serait pas présente et ce, sans m'en donner la raison.

Là c'était la goutte d'eau qui a fait déborder le vase : me faire faux bond sans excuses à cet événement qui était un des plus importants de ma vie et s'en prendre la peine de m'appeler.

Je lui ai donc envoyé un SMS, comme elle, lui expliquant qu'elle ne faisait plus partie de ma vie.

Elle ne m'a pas répondu.

Et voilà tout simplement. «30 ans d'amitié» terminés par un simple SMS.

Comment vous sentez vous aujourd'hui, loin de cette personne ?

Je me sens libérée d'un poids, j'étais enfermée, prisonnière de cette relation. J'ai perdue une « amie » mais je me suis retrouvée et je suis en paix avec moi-même. En aucun cas elle me manque.

Aujourd'hui j'ai une famille je ne peux plus me permettre le luxe d'avoir une amie toxique qui mette mon équilibre et celle de ma famille en péril .

Depuis j'ai plusieurs amies équilibrées (rires), même si j'ai tendance à vérifier que l'on n'abuse pas de ma gentillesse.

Pourquoi avez vous souhaité témoigner de cette histoire ?

Parce que je voudrais dire aux personnes qui se trouvent dans cette situation de fuir. Vous avez beaucoup à gagner à quitter ces prétendu(e)s ami(e)s.

Si vous ne vous sentez pas bien dans une relation amicale éloignez-vous, prenez les devants, reprenez votre liberté.

Sachez qu'un(e) ami(e) est une personne à qui on peut ouvrir son cœur sans devoir penser aux conséquences. ●

Se sentir belle malgré...

Quand on est une femme, il faut (on doit) être belle et bien apprêtée, comme on dit. Quelquefois, la vie fait qu'on se sent moche, on perd alors confiance en nous. Le CODES forme des socio-esthéticiennes, qui sont là pour rendre notre estime de soi perdue plus agréable, d'abord pour

Je prends contact avec Gloria, socio-esthéticienne, qui intervient pour le CODES. Gloria est aide-médoco-psychologique de formation et ; en 2016, elle a entamé sa reconversion professionnelle pour devenir socio-esthéticienne. C.A.P. obtenu en 2017, en janvier 2019, elle intègre le CODES et décroche le fameux titre de socio-esthéticienne CODES reconnu RNCP.

C'est un métier qui regroupe tout ce qu'elle apprécie, le travail avec un public en difficulté, la pratique de l'esthétique, la créativité, la diversité...

C'est quoi le CODES ?

Le CODES, c'est une école qui forme les socio-esthéticiennes. Elle existe depuis plus de 40 ans (1978) et elle est basée sur TOURS sur le site de l'hôpital Bretonneau. Elle donne un titre reconnu le RNCP (Répertoire National de certification professionnelle). CODES signifie « cours d'esthétique à option humanitaire et sociale » (seule école à délivrer ce titre).

Pour y entrer, il faut avoir un diplôme dans le domaine de l'esthétique (C.A.P. ou / et B.T.S.) et avoir un an d'expérience professionnelle au minimum. La formation est payante (4 900 €) et peut être prise en charge selon la situation.

Plus de 1 500 socio-esthéticien(ne)s ont été formés depuis son ouverture.



Par Ingrid AVERTIN

La socio-esthétique est la pratique professionnelle de soins esthétiques auprès de populations souffrantes et fragilisées par une atteinte à leur intégrité physique (maladie, handicap, vieillesse...) psychique ou en détresse sociale (chômage, détention...).

Quel est la différence entre une esthéticienne et une socio-esthéticienne ?

Une esthéticienne travaille dans un institut et utilise des produits « de grandes marques ». Elle rencontre tout public.

Une socio-esthéticienne travaille dans le social. Elle rencontre un public fragilisé, qui n'a plus confiance en lui de par sa précarité, sa maladie ou son âge. Elle intervient dans les hôpitaux (auprès des malades du cancer), dans les centres sociaux, auprès de la ligue contre le cancer et plus rarement à domicile. Elle utilise des produits dermo-cosmétiques à base d'eau thermale (comme LA ROCHE POSAY). Elle permet une reconstruction de l'image et redonne confiance en l'autre puis en soi (la peur d'être touché quand le corps est meurtri ou malade).

Le métier de socio-esthéticienne est un métier à part entière, un métier où la routine n'existe pas ! Et il faut surtout avoir l'envie de travailler autrement...

Gommage visage « maison »

1 cuillère à café de marc de café
1 cuillère à soupe d'huile d'amande douce
Quelques gouttes de miel liquide.

Dans un bol, mélanger le tout et appliquer
sur votre visage en évitant le contour
des yeux.

Massez délicatement avec l'extrémité
de vos doigts et avec des petits
mouvements circulaires

Rincez à l'eau claire et essuyez
votre visage.

Masque « maison »:

Chocolat noir en tablette / Miel liquide

Faire fondre au bain marie quelques
carrés de chocolat, ensuite ajoutez
une cuillère à café de miel liquide.

Une fois le mélange tiédi, appliquez-le
sur votre visage (attention aux contours
des yeux et de la bouche).

Laisser reposer 10 à 15 minutes
et rincez à l'eau !

**Masque comestible
pour les plus gourmands !**



Astuces pour entretien cheveux crépus par Caroline DONGMO

Toujours humidifier avant
de les manipuler.

Éviter d'utiliser le sèche cheveux, laisser
les cheveux sécher naturellement après un
essorage à la serviette ou drap de bain

Pour humidifier les cheveux

Eau + vinaigre de cidre

(1/10 de vinaigre de cidre pour 9/10 d'eau)

Eau et glycérine végétale

(2/10 de glycérine pour 8/10 d'eau)

Appliquer le liniment oléo calcaire
après le shampoing pour hydrater
et nourrir le cheveu.

Au coucher toujours faire une coiffure
protectrice (quelques tresses au fils ou
quelques nattes couchées).

Si les cheveux sont laissés au vent
les hydrater tous les jours avec une lotion
hydratante dans un vaporisateur.

Éviter les tresses trop serrées
même queue de cheval qui cassent
les cheveux tout autour.

CODES

CHRU de TOURS

**2 boulevard Tonnellé
37044 TOURS cedex 9**

0247647122

contact@se-codes.fr

<https://socio-esthetique.fr/index.php>

Le premier âge d'or de l'épilation date de -3000 avant notre ère. En Égypte, l'épilation intégrale des pieds à la tête, sourcils inclus, était de mise, pour les hommes et pour les femmes.

En Rome antique, comme en Grèce antique, les poils du corps étaient associés au statut socioéconomique.

La Grèce antique. Les poils du corps étaient considérés comme barbares.

L'Asie ancienne et l'Inde. La mode de l'épilation au fil en Asie ancienne et en Inde s'est très rapidement propagée au Moyen-Orient.

La chute de l'Empire romain va stopper la mode de l'épilation. Ces dames ne s'épilent plus, la religion catholique l'interdit. Se faire une beauté est une diablerie, alors autant éviter. Pendant 500 ans environ le poil reste tranquille, il n'est plus épilé.... Idem pour ces messieurs, la mode est aux velus, c'est une marque de virilité.

À la préhistoire Saviez-vous que même les hommes des cavernes enlevaient leurs poils ?
moins d'acariens sur le corps.

La Reine Elizabeth Ier était une avant-gardiste au Moyen-âge et a rajouté les esprits concentrant le poil. Elle préconisait d'épiler seulement les poils du visage et de laisser ceux du corps intacts.

La résine fut utilisée dès l'ère chrétienne, les croisés ramènent du monde musulman des recettes s'inspirant des méthodes du monde musulman pour la gente féminine : un mélange de colophane (résine de pin), de la cire d'abeilles chaude,

Le 16^{ème} siècle en Amérique du Sud, les Aztèques en Amérique Centrale et du Nord utilisaient des sortes de rasoirs fait à partir de verre obsidienne volcanique, qui étaient pointus et très efficaces.

Le 17^{ème} siècle au Moyen-Orient, le gommage du corps impliquait l'application d'une pâte à base de sucre, qui était communément utilisée pour enlever les poils.

Au 18^{ème} siècle en Europe, Jean-Jacques Perret, un barbier Français, a créé le premier rasoir pour homme, dont les femmes se servaient aussi pour se raser.

Le 19^{ème} siècle en Amérique furent un grand moment pour les innovations en matière de technique d'épilation laser. In 1844, le Docteur Gouraud créa une des premières crèmes dépilatoires. En 1880, King Camp Gillette conçut le premier rasoir moderne pour homme.

Le début du 20^{ème} siècle en Amérique Gillette conçut le premier rasoir pour femme en 1915 et commença rapidement à faire de la publicité pour les rasoirs et les crèmes dépilatoires dans la rue.

Les années 1940 En 1940, Remington lança le premier rasoir électrique pour femme. En raison d'une pénurie de nylon à cause de la guerre, beaucoup de produits dépilatoires sont arrivés sur le marché à ce moment là car les femmes devaient porter les jambes nues, sans collants ni bas.

Histoire de poil

Par Sophie Péresse

gentie féminine : un mélange de colophane (résine de pin), de la cire d'abeilles chaude, de sucre que l'on fait fondre dans un pot de terre et que l'on applique à l'aide d'un linge.

Portrait de

Jenny

Par Ingrid AVERTIN

Bonjour, peux-tu te présenter ?

Je suis née par miracle d'un papa stérile (ce qui montre déjà ma force de vie), en région parisienne, un matin de printemps. J'ai vécu dans

différentes villes et régions de France comme : la Haute Savoie où j'ai passé la moitié de ma vie, en Alsace, où sont nés mes 2 premiers enfants, et puis ici, en Indre-et-Loire.

Je suis une maman de 5 enfants que j'ai élevé pratiquement toute seule et ils sont ma plus belle réussite !

Sinon, j'aime voyager ... Une inconditionnelle sentimentale, passionnée au caractère bien sculpté par la vie, une écorchée vive au grand cœur. Artiste dans l'âme qui aime les choses simples, qui s'émerveille encore des petits bonheurs.

J'aime transmettre mes émotions à travers différentes choses, comme l'art et toucher les gens, ça me nourrit et me fait du bien. J'aime faire du bien autour de moi et apporter des touches de bonheur et d'affection dans ce monde de brutes.

Un peu sauvage, je mets du temps à faire confiance et à me livrer car écorchée vive et parfois malmenée.

Malgré tout, j'essaye de retenir ce qu'il y a de bon et beau dans l'humain et j'ai la rage de vivre. Libre, je ne suis pas quelqu'un qu'on peut emprisonner. Fidèle à ceux que j'aime, courageuse et forte, volontaire et persévérante. Quand j'aime, j'aime vraiment et je cesse seulement après maintes souffrances sinon c'est pour l'éternité...

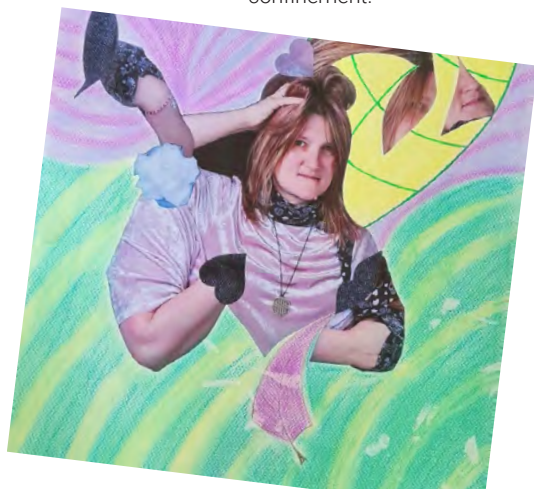
Je me sers de ma douleur comme carburant pour avancer et de l'amour que j'ai en moi pour tout surmonter...

Comment as-tu connu le centre social PLURIEL(LE)S ?

Par l'intermédiaire de l'association « les 3 casquettes », suite à ma formation, en octobre 2017, j'ai suivi les ateliers du mardi matin au 2 avenue du Général de Gaulle au centre social.

Qu'est ce qui t'a amené à être bénévole au T.I.P.I. (Tente d'Intervention Pour Inventus – cf centre social PLURIEL(LE)S) ?

L'amour ! Je ne pouvais pas vivre un énième confinement et être privée de sa présence. À l'époque, passer une semaine sans le voir, c'était l'enfer pour moi, et ça avait été trop difficile pour moi durant le premier confinement.





Comme ça m'a été proposé, j'ai accepté pour éviter de souffrir et ça m'a aidée à surmonter beaucoup de choses.

Comment es-tu venue à la musique et joues-tu d'un instrument ?

À l'école, j'ai appris le solfège de base, car à mon époque en primaire, on avait des cours de musique et chant et je jouais un peu de la flûte. Ensuite, adolescente, je jouais un peu d'ocarina et un peu de piano.

Chez moi, il y avait souvent de la musique, mon père, ma mère et mes frères écoutaient tous des styles différents et je me cultivais avec tout ça. En grandissant, j'ai affirmé mes propres goûts musicaux, mes préférences. À 13 ans, j'ai eu mon premier poste lecteur cassettes et à 14 ans, mon premier Walkman cassette. Plus tard, le lecteur CD portable a suivi puis le téléphone portable avec YouTube. D'aussi loin que je me souviens, j'ai souvent eu un casque ou des écouteurs sur les oreilles.

Je chante depuis longtemps mais je ne me suis jamais prise au sérieux, c'est juste vital, un truc qui prend aux tripes, un truc indispensable. J'ai voulu pendant plusieurs années mettre mes textes/poèmes en musique mais personne n'y voyait d'intérêt, j'essayais des refus constants Jusqu'à ce que je fasse connaissance d'un certain médiateur... Il m'a aidé à réaliser mon rêve de gosse, ça n'a pas de prix et c'est indéfinissable comme sensation, pour moi, c'est un cadeau qui m'a réellement rendue heureuse même si lui, n'a fait que son

travail....

Pour écrire tes chansons où trouves-tu l'inspiration ?

Dans mon cœur ! Des émotions très fortes qui explosent, qui débordent, des sentiments que je n'ai pas le droit d'exprimer ou que je ne peux pas exprimer autrement qu'en les écrivant. Je trouve la plupart du temps l'inspiration dans l'être aimé, je pense à lui et en ressentant l'amour et ce qu'il me fait ressentir, tout s'exprime !

Où peut-on écouter tes chansons ?

Bonne question ! Nulle part concrètement... Des enregistrements de « la nuit des diamants bruts » (sur YouTube je suppose) ; des enregistrements sur téléphone portable ; un enregistrement au TiStudio (au centre social PLURIEL(LE)S)...

As-tu d'autres talents artistiques ?

Je suppose que oui vu qu'on me le dit ! La photographie, l'écriture, le chant sont les principaux.

Plus jeune, je dansais beaucoup et très bien. J'ai toujours eu un penchant pour les couleurs/dessins/peintures/arts manuels que je pratique sans conviction de mon talent. Je n'ai jamais pris de cours, à part pour la photographie.

As-tu des photos de tes œuvres afin d'illustrer cet article ?

Oui quelques-unes certainement.

3 mots pour te définir :

Passionnée
Résiliente
Inconventionnelle

LE SEXE FAIBLE ??

Par Nadège PRIEUR

- Vous avez dit... **le sexe faible** !!!?
- **Le sexe quoi** !!! Mais qu'est-ce que c'est !!!
- C'est un genre affublé de plein de mots qui font peur, que l'on ne comprend pas...
- Genre quoi ?
- Genre... : *aménorrhée*!
- **Améno**quoi ?
- Ça veut dire quand on n'a pas ses menstruations.
- Ses quoi ?
- Les règles. C'est quand on n'a pas de règles, qu'on est dérégulée en fait !
- Dérégulée toi même.
- Elles peuvent provoquer des *dysménorées*, les règles...
- Hein ?
- Dis plus simplement, c'est quand elles font mal !
- Ah ça ! Ce n'est quand même pas agréable ce petit rendez-vous mensuel !
- Et ça ! Dès la *ménarche*!
- La *ména*quoi quoi ?
- La période des premières règles.
- Une des causes de l'*aménorrhée*, ce n'est pas quand on est enceinte ?
- Si. Et quand la femme accouche... elle devient une *parturiente*.
- Encore un mot sympa !!!
- Et il y en a d'autres... *L'hystérectomie* par exemple.
- C'est la maladie des *hystériques* ?
- Non, c'est quand on retire l'utérus, pour des raisons médicales...
Et dans le genre pas drôle, il y a aussi l'*endométriose*. C'est une maladie chronique, douloureuse, qui peut causer des problèmes d'infertilité.
- Ah oui. Là, il vaut mieux en parler avec des spécialistes. C'est un sujet sérieux...
- Et il y a la *menopause*...
- Ah oui... avec toutes ses joyusetés... bouffées de chaleur, irritabilité, et j'en passe !
- Période qu'on appelle aussi l'*âge climaterique*...
- Ah ça me fait penser à Agécannonix
- **Agé**quoi !!!
- Non lui c'est le vieux dans Astérix...
- Mais qui nous a affublé d'autant de maux imprononçables.
- Mouais... **Le sexe faible** ! A d'autres !
- Rien qu'en orthographe ! pour écrire ces mots compliqués.... Il faut être fortiche !
- *Non mais genre* !!! Et sans *potion magique* !



GÉNÉRATIONS FEMMES

Par Nadège PRIEUR

Petit condensé, en trois questions, d'échanges avec plusieurs femmes d'âges différents.



À 6 ANS

C'EST QUOI UNE FEMME ?

C'est une petite fille, quand elle est devenue grande.

C'EST QUOI UNE FEMME EN 2022 ?

Ben ça dépend de son âge, je ne sais pas. Mais elle peut mettre des chaussures avec des talons.

C'EST QUI LA FEMME À QUI TU AIMERAIS RESSEMBLER ?

Ma maman.

À 18 ANS

C'EST QUOI UNE FEMME ?

C'est plus de la moitié des êtres humains.

C'EST QUOI UNE FEMME EN 2022 ?

C'est une femme qui a envie d'être heureuse et qui veut se donner les moyens d'y parvenir, mais c'est pas facile.

C'EST QUI LA FEMME À QUI TU AIMERAIS RESSEMBLER ?

Je ne sais pas... j'aimerais déjà réussir à être moi.

À 47 ANS

C'EST QUOI UNE FEMME ?

C'est une personne qui a du courage et qui sait faire plusieurs choses en même temps sans en avoir l'air.

C'EST QUOI UNE FEMME EN 2022 ?

Ben ça dépend où ! Et de sa possibilité à être une femme pour elle même.

C'EST QUI LA FEMME À QUI TU AIMERAIS RESSEMBLER ?

Rosa Park. J'aimerais oser.

À 73 ANS

C'EST QUOI UNE FEMME ?

Ouh lala c'est beaucoup de chose. Et je pourrais aussi dire qu'une femme le reste, même vieille, même quand on n'en parle plus dans les magazines féminins.

C'EST QUOI UNE FEMME EN 2022 ?

Ça dépend de son âge...
J'espère que c'est une femme qui peut accomplir de belles choses pour ses enfants et avoir un travail, qui aime et qui est aimée... qui peut penser à elle et penser par elle-même.
Mais tout ça, ce n'est pas gagné !

C'EST QUI LA FEMME À QUI TU AIMERAIS RESSEMBLER ?

Une magicienne.

Quelle est la différence entre le genre et le sexe ?

Par Ingrid AVERTIN

Présentation du Centre LGBTI+ de Touraine.

LGBTI+ signifie Lesbiennes / Gays / Bisexuel-le-s / Trans / Intersexes.

Le Centre LGBTI de Touraine est situé 11 bis rue des Tanneurs à TOURS. Il a été créé en 2005 et se compose de 4 pôles :

- **Pôle social** : PAE (permanence d'accueil et d'écoute) / Breakfast Meeting (permanence pour public demandeur d'asile / Café d'échange parentalité / Groupe de paroles pour parents d'enfants ou ados trans ou en questionnement / Ateliers d'écriture / Groupe d'auto soutien en non mixité pour personne trans ;

- **Pôle intervention en milieu scolaire et professionnel** : (collèges, lycées, universités, CFA, milieu professionnel...) sensibiliser aux discriminations liées à l'orientation sexuelle et à l'identité de genre ;

- **Pôle actions extérieures** : sensibilisation du grand public aux LGBTI+phobies (17 mai / marche des fiertés / journées de visibilitées LGBTI+...) ;

- **Pôle marche des fiertés** : visibiliser la communauté LGBTI+ et faire évoluer leurs droits (organisation de la « Marche des fiertés » généralement tous les ans au mois de juin). Les permanences d'accueil et d'écoute qui restent une des actions phares du Centre LGBTI de

Touraine, ont lieu chaque mercredi de 17h à 19h30 et chaque samedi de 14h à 16h30.

Un accueil bienveillant et convivial est assuré pour chaque personne qui franchit la porte du Centre. La confidentialité et le non jugement sont des valeurs importantes portées par l'association notamment durant les échanges en collectif et en individuel avec les personnes accueillies.

L'objectif de ces temps de permanence est de lutter contre l'isolement social et les crises suicidaires.

Plusieurs lieux dit « safe » à TOURS permettent de se rencontrer et de se retrouver comme les bars Les Beaux Gosses, La Petite Chose, Le Chesterfield, Le Feeling...

Pour avoir réponses à ma question, j'ai discuté avec 4 personnes trans qui m'ont donné, avec leurs mots, la différence entre le genre et le sexe. (Attention au vocabulaire ! Le terme transsexuel a longtemps été utilisé pour définir le questionnement sur l'identité de genre comme une maladie psychiatrique. Un terme pathologisant qui a été retiré des affections psychiatriques en 2010, la France étant le 1^{er} pays à le faire. On parle alors de transidentité et non plus de transsexualité. Puis en 2019, c'est au tour de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) de retirer la transidentité des maladies mentales.

Premier entretien avec -A-, 31 ans, étudiant en physique en année sabbatique.

Il a su dès ses 4 ans qu'il était un garçon. Mais c'est en arrivant à Tours, à 26 ans qu'il a commencé les démarches. Au niveau de l'entourage, catastrophe. Il vient au centre LGBTI+ de Tours depuis 2017.

Il y a trouvé du lien social car il souffre de troubles autistiques. C'est un ancien bénévole.

Différence entre le genre et le sexe avec ses mots : Le genre définit qui on est alors que le sexe nous a été assigné à la naissance.



Rouge = VIE
Orange = SANTÉ
Jaune = SOLEIL
Vert = NATURE
Bleu = SÉRÉNITÉ
Violet = SPIRITUALITÉ



Deuxième entretien avec -E-, 21 ans, agente de service hospitalier.

Dès l'âge de 6 ans, le questionnement sur son genre a commencé. Elle se demandait si elle pouvait être une "fille manquée". Il était donc évident que le genre assigné à la naissance n'était pas le bon.

Les amis ont très bien pris ce changement mais la famille...

Elle vient ici depuis ses 18 ans et est bénévole et adhérente. Elle anime les permanences, est dans l'organisation de la marche des fiertés...

Différence entre le genre et le sexe avec ses mots : Une TOMATE ! C'est comme la différence entre un légume et un fruit. Un légume, c'est culinaire, un fruit, c'est biologique. Une tomate est pour certain-e-s un fruit mais est considérée comme un légume... Pour résumer, on colle une identité de genre sur un sexe biologique.

Troisième entretien avec -S-, ni âge, ni métier.

Mais me dit qu'elle a été opérée le 12 octobre 2020, visage féminisé en février 2022, changement de genre prévu niveau administratif en juin 2022 mais son prénom est déjà changé sur ses papiers. Depuis l'adolescence, le changement de sexe et de genre s'est fait ressentir mais les démarches ont été concrétisées en 2015. L'entourage l'a bien vécu sauf sa mère. Elle vient au centre depuis 2013 et se revendique adhérente militante.

Différence entre le genre et le sexe avec ses mots : Pour elle, c'est le ressenti et la façon de se voir. L'opération médicale est nécessaire pour retirer cette ambiguïté.

Quatrième entretien avec -N-, 46 ans.

Elle fait différents métiers sur l'année entre missions audit et cueillettes des pommes. Son

genre et son prénom sont changés sur ses papiers. Plus jeune, elle se pensait homosexuelle et se travestissait le week-end. Elle se plaisait en femme plutôt qu'en homme. Elle est en transition depuis 11 ans. Au niveau de l'entourage, catastrophe... Elle n'est en lien qu'avec sa nièce de 15 ans et 3 fois dans l'année, par téléphone, avec son père. Elle vient au centre car elle est très timide et est une adhérente active. Elle vient aussi pour avoir du lien social et se sentir utile.

Différence entre le genre et le sexe avec ses mots : Le genre et le sexe n'ont rien à voir. Le sexe est anatomique et psychologique, c'est le changement entre le corps et la tête. On peut changer de corps et pas de sexe.

Chaque
31 mars :
Journée de
la visibilité
trans

Pour être prise en charge lors des interventions médicales, la personne trans passe en ALD 31.

Pour résumer, le sexe est l'appareil génital assigné à la naissance auquel va être attribué un genre (sexe "mâle" = genre "masculin" / sexe "femelle" = genre "féminin"). Alors que nous devrions différencier les deux : le sexe est biologique alors que le genre définit qui nous sommes. Nous ne devons pas présumer de l'identité sexuée et de genre d'une personne parce qu'elle nous renvoie une expression plutôt féminine ou plutôt masculine (exemple : une femme n'a pas forcément les cheveux longs, un homme n'a pas forcément les cheveux courts...)

Aux permanences d'accueil du centre, on se présente en donnant son prénom et son ou ses pronoms.

Je suis donc Ingrid pronom elle, et vous ?

Le plus « + » est rajouté pour inclure toutes les autres lettres existantes en lien avec la communauté : Queers / Asexué-e-s / Pansexuel-le / Bispirituel-le / Non binaire...

Paloma

Par Ingrid AVERTIN

Paloma, je la connais bien.
Je la connais à travers l'amitié
qui la lie à ma fille depuis très
longtemps mais finalement, je
la connais peu... Aujourd'hui, je
m'adresse à Paloma l'Artiste !

Qui es-tu ?

Je m'appelle Paloma MAKOSSO MOSCOL, j'ai 20 ans et je suis étudiante. Je suis d'origine congolaise et péruvienne et je vis en France à Tours (plus particulièrement dans le quartier du Sanitas) depuis 12 ans maintenant.

Tes études ?

Alors, j'ai fait une scolarité plus ou moins classique. J'ai étudié à l'école Claude Bernard puis au collège Michelet avec option anglais/allemand/latin-grec et j'ai eu mon Brevet. Ensuite, j'ai eu mon Bac L avec option LV1 anglais, LV2 allemand et LV3 japonais au lycée Balzac. Comme études supérieures j'ai fait une année de prépa artistique aux Beaux-Arts de CHATEAUROUX où j'ai obtenu mon certificat, puis aujourd'hui je suis en 1ère année à l'ENSA de BOURGES.

Depuis quand dessines-tu ?

Depuis toujours je dirais. Je dessine depuis très jeune et j'ai été rapidement sensibilisée à la peinture grâce à des livres (*Les tableaux de Marcel, Marcel le Rêveur* d'Anthony Browne entre autres). Du côté de ma mère, ma grand-mère et mon oncle sont peintres, puis mon grand-père est architecte, c'est comme si j'avais l'art dans le sang.

Tu préfères dessiner ? Sculpter ? Et pourquoi ?

C'est à partir de l'année dernière que j'ai pu expérimenter différentes pratiques mais ma préférée est et restera le dessin, parce que c'est celle qui m'est la plus familière, avec laquelle, j'ai le plus de facilités à exprimer ce que je peux ressentir et celle qui me procure le plus de plaisir à la tâche. C'est ce qu'il y a de plus économique aussi (un papier et un crayon). On n'a jamais fini d'apprendre à dessiner, c'est de la pratique constante voire quotidienne pour perfectionner sa technique, que ce soit avec ou sans modèle. Tout est possible, les seules limites qu'on a sont celles que l'on s'impose...

Comment as-tu connu l'exposition *Bienvenue chez moi* à laquelle tu as participé ?

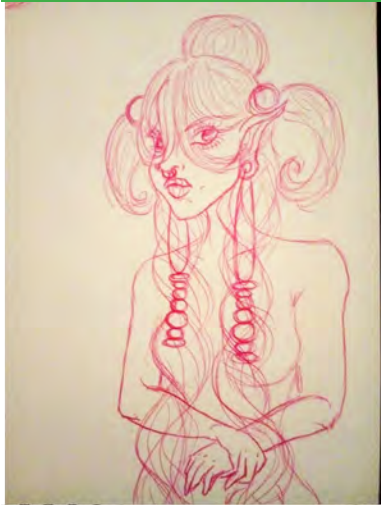
Grâce à ma mère ! Elle reçoit souvent des mails de Plurielles et elle m'a transféré celui-ci pensant que ça pouvait m'intéresser. Et elle avait bien raison ;)

Dans 10 ans, tu te vois...

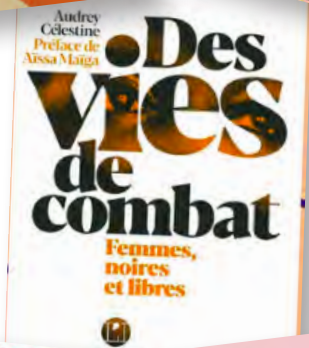
Dans 10 ans, je me vois bien gagner ma vie en faisant ce que j'aime en tant qu'artiste plasticienne accomplie. Pas forcément célèbre, mais assez reconnue pour pouvoir faire pleins d'expositions à l'étranger et donc pouvoir voyager partout dans le monde ! J'aimerais aussi publier des bandes dessinées, faire du militantisme et de l'humanitaire...

3 mots pour te définir

Passionnée
Rêveuse
Battante



Portraits de Femmes



Violences physiques & psychologiques



*Une plus
grande sélection
à retrouver sur
la page dédiée sur
bm-tours.fr*



Par Sylvaine Viel-Notte
Bibliothécaire section jeunesse



Merci aux membres du projet social de territoire du Sanitas pour l'ensemble des contenus rassemblés dans ce numéro.

Merci à Pih Poh, Nadège Prieur, Jenny Dufils, Caroline Dongmo, Sylvaine Viel-Notte, Elisabeth Dhellin, Ingrid Avertin, Sophie Péresse, pour leurs écrits et implications dans la fabrication de ce journal.

Merci à celles et ceux qui rendront ce numéro accessible dans leurs accueils, leurs loges ou de la main à la main.

La sortie de ce numéro est possible grâce au soutien financier de la **Préfecture d'Indre-et-Loire**, de la **Ville de Tours** et de **Tours Habitat**.

Conception graphique : Yasmina Azzi
avec la grande aide de Vincent Lever
Couvertures et illustrations : Guillaume Buisson

Collecte des contenus et mise en page :
Espace Passerelles / Le 13

Sommaire

Lutte Fast-Fashion 2

Vole au premier coup de vent 4

Andrée Chédid 5

Amitié Toxique 6

Se sentir belle malgré...10

Histoire de poil 12

Portrait Jenny 14

Le sexe faible?? 16

Génération Femmes 17

C'est quoi la différence entre le sexe et le genre ? 18

Portrait Paloma 20

Portrait de femmes 22

Violences Physiques et Psychologiques 23