

CONCOURS D'ÉCRITURE

Pour l'égalité...
contre les violences faites aux femmes

Recueil des écrits

8 mars 2016



LE CONCOURS D'ÉCRITURE

« Pour l'égalité... contre les violences faites aux femmes »

a été lancé à l'occasion de la Journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes, le 25 novembre 2015 par

- l'association Développement féminin agricole moderne (Dfam 03),
- l'Observatoire des violences faites aux femmes du Conseil Départemental de l'Allier,
- le Centre d'information sur les droits des femmes et des familles (CIDFF 03).

Chacun(e) était invité(e) à participer de manière individuelle ou collective en produisant un écrit pouvant aborder le sujet complet ou seulement l'une de ses deux parties.

L'écrit pouvait éventuellement être accompagné d'illustration(s) et apporter un regard particulier sur le monde rural.

Les organisateurs et les membres du jury ont été touchés par le nombre de participant(e)s (24 en individuel et 12 en collectif) et par la qualité des écrits qui répondent parfaitement à l'objectif initial : sensibiliser à l'égalité et aux violences faites aux femmes.

Symboliquement, la remise de prix a eu lieu le 8 mars 2016, Journée internationale des droits des femmes, à l'Hôtel du Département à Moulins.

Composition du Jury :

- **Michèle DEBORD**, présidente de l'association Dfam 03 ;
- **Laurence RAMBERT**, référente de l'Observatoire des violences faites aux femmes du Conseil Départemental de l'Allier ;
- **Mireille BERNARD**, juriste et référente unique violences conjugales de l'association CIDFF 03 ;
- **Nicole BARBIN**, présidente mondiale de l'association des Femmes leaders mondiales ;
- **Véronique CLOITRE**, auteure-photographe.

Gagnants individuels

Rappelle-toi !

Rappelle-toi, ta femme ! Au regard effaré,
Son cœur broyé, sa vie que tu as condamnée.
De chaudes larmes traversaient ses joues rouges vifs,
Ses yeux mouillés de honte te fixaient l'air fautif.
Ses lèvres sanglotaient mille pardons implorés.
Tes plaintes répétées, l'accusant de toutes choses,
Sans nul doute, persuadée qu'elle en était la cause,
Excusaient le carnage de ta férocité.

Ses espoirs balayés, ses rêves négligés
Avaient laissé la place aux travaux ménagers.
Le lavage, le ménage étaient ses seuls loisirs.
Pour la récompenser de servir tes désirs,
Tu la ruais de coups et l'assommais d'injures.
Et pour ne pas faiblir, elle pensait ses blessures
Dans l'arôme du café, qui fut sa seule douceur
De toutes ces années passées dans la douleur.

Tes pas lourds transperçaient violemment son cerveau,
Tout n'était que prison dont tu fus le bourreau.
Chaque ustensile prenant l'effet d'une menace,
Valsait de tous côtés, ravivait son angoisse.
Les couteaux aiguisés, déposés sur la table,
Se métamorphosaient en armes redoutables.
La chambre, consumée sous l'oppression ardente,
Déplorait les ravages d'une noirceur foudroyante !

Il y a bien longtemps, un soleil de printemps
Avait fait naître en elle un amour débutant,
Un espoir rayonnait pour l'enfant qu'elle portait.
Mais ce fils, grandissant dans cette violence amère
Du foyer conjugal, prit exemple sur son père.
Croyant faire la fierté du maître qui l'accablait,
Il bousculait sa mère irrespectueusement,
La méprisait sans cesse, l'insultait à tout vent !

Mais une nuit d'hiver, par un geste brutal,
Ton exploit quotidien, fut ton acte fatal !
Sa tête avait cogné contre un mur de béton,
Son corps frêle et tremblant tomba de tout son long.
N'ayant trouvé aucun appui comme réconfort,
Abandonnée, elle se laissa vouer à son sort.
Elle n'avait trouvé de repos que dans la mort.
Rappelle-toi ! Même s'il est tard pour les remords !

À sa voix étouffée on devinait sa peine,
Ses cris sourds à l'oreille qu'on entendait à peine.

Nous sommes tous complices par nos silences glaciaux,
Mais tu es bien coupable de son destin tragique !
Alors qu'elle attendait le secours d'une main,
On l'a tuée lentement par nos cœurs hermétiques.



Jyoti Bhatnagar
Jan 2016

« Mon amour ? Qu'est-ce qu'il se passe, tu ne dors pas ? »

La femme a entrouvert la porte en entendant les petits sanglots difficilement étouffés par l'oreiller. Des cheveux en bataille émergent timidement, précédant les yeux humides de la fillette. « - Oh non ma puce, ne pleure pas... Tu as entendu Papa crier c'est ça ? » murmura la mère en s'asseyant difficilement au bord du lit. Ne t'inquiètes pas, tu n'as rien fait de mal, ce n'était pas contre toi, c'est juste la télé qui ne marche plus. - Mais t'as fait une bêtise, pourquoi il te fâche toi ? » La petite ne comprend pas, elle regarde sa mère qui baisse les yeux, qui baisse sa garde. Sa mère si fatiguée, si lasse de ramasser pour satisfaire des pulsions de colère, d'être la décharge quotidienne d'une frustration malsaine, de se dévouer à un homme qui a été son mari, et qui n'est plus qu'une coquille vide de douceur dont même l'absence remplit son esprit de crainte. - « Tu sais mon amour, Papa travaille dur, il se lève très tôt pour aller s'occuper des bêtes, il nous nourrit et on lui doit beaucoup, je n'aurais pas pu continuer d'enseigner avec mes horaires et l'aider correctement ici, ça prend du temps de tenir une maison, et... »

Elle continue de se confondre en excuses factices en se demandant dans quelle mesure sa fille y croit pour l'instant, et sans se convaincre vraiment elle-même. Elle regarde son enfant, fruit d'un amour révolu, et espère qu'elle arrivera à force de patience et de douceur à ramener l'homme qu'elle a épousé, que les coups ne se feront pas toujours plus durs, que les bleus auront le temps de guérir, que la voisine qui pourtant habite à quelques centaines de mètres arrêtera de la regarder avec mépris le peu de fois où elle la croise. Elle espère juste se réveiller de ce cauchemar sans fin, qui a grignoté insidieusement son quotidien il y a presque 6 ans déjà.

Derrière le flot de paroles de sa mère, l'enfant regarde. Elle voit les traces qui dépassent du col, les mains qui se serrent et se tordent, les genoux serrés, les yeux qui se perdent dans le passé, et elle sait que rien ne s'arrangera. Elle se souvient de la mère de sa copine, si gaie, si souriante quand elle était partie en vacances chez elle, du bonheur et de la sécurité du foyer, des rires qu'elle n'entend pas ici, des petits gestes qui l'ont transportée, les caresses sur ses cheveux, les bisous avant de dormir, et la fillette repense à tout ce bonheur ambiant, et regarde la solitude suintant du corps de sa mère, et elle devine déjà la solution, celle qui redessinerait le sourire sur ce visage pâle. Elles doivent s'enfuir, comme les princesses, elles doivent se sauver loin du monstre qui les retiennent, et tant pis si elle doit laisser ses peluches en partant, tant pis pour les livres et pour sa chambre, elle veut juste que sa mère revive.

Celle-ci a fini de parler, elle la regarde. Elle comprend qu'on ne cache rien à un enfant, que sa fille est lucide, elle a honte, pendant un instant elle prend la décision de s'offrir une nouvelle vie, une vie digne d'elle, de ses rêves, une vie qui leur offrira la joie sur un plateau, des nuits sans le nœud dans son ventre, cancer de peur qui la ronge plus encore que les hématomes. Mais le nœud est le plus fort, les coups et les cris l'ont trop serrée, il déverse la peur en elle comme un torrent qui la punit d'avoir osé y croire, d'avoir envisagé un changement. Les larmes aux yeux, elle ravale son amertume, et caresse le front sans défaut de son enfant, sa peau si lisse, exempt de cicatrices.

Où mettre toute cette peur de voir un jour le poing s'abattre sur elle ? Elle est si fragile, si innocente... Comment la protéger quand on ne peut qu'à peine se relever, quand on peut tout juste espérer que demain sera différent ?

- Dors mon cœur, ça va aller, tu verras, on va s'en sortir, abrège-t-elle en l'embrassant. En s'éloignant dans le couloir cette nuit-là, ni elle, ni sa fille ne se doutaient que quelques mois plus tard, elle resterait étendue dans la cuisine, baignant dans son sang au milieu du verre cassé, enfin libre de quitter son bourreau. Parce qu'elle n'a pas trouvé la force de reprendre sa vie en main, un autre a décidé de sa mort et elle abandonnera sa fille à ses grands-parents effondrés, laissant sa voisine sous le poids de la culpabilité, ses proches abasourdis et un homme déboussolé, confus d'avoir perdu le seul être qui servait d'exutoire à sa misérable vie.

Dans cette église cérémonieuse, la petite fille regardera autour d'elle ces gens qui ont laissé sa mère souffrir en silence, qui n'ont pas été la voix qu'elle n'avait plus, qui ont laissé ses parents s'autodétruire dans leur spirale de violence, et en pleurant cette vie volée elle apprendra à craindre les hommes.

Ténèbres

Il a jeté son dévolu sur elle, mais elle ne sait pas encore que c'est un manipulateur hors pair. Elle va se laisser embobiner par ses discours, son verbiage, sa diarrhée verbale.

Elle est séduite par sa grande culture, ses nombreux voyages, son habileté et son empressement à réparer les choses de la vie domestique.

Il va tisser sa toile, tout doucement, insidieusement. Il va être partout. Où qu'elle aille, il lui fait face, effronté ; c'est un vampire.

Il est partout cet homme. Il la regarde manger ; il est dans son assiette, dans son verre, dans sa tête.

Il est partout ; il lui prend sa vie. Il la fait pleurer, l'assassine. Il se gausse d'elle, après il s'endort près d'elle. Au petit matin, il se moque d'elle ; elle veut fuir.

Elle a mal, elle veut disparaître. C'est impossible. Il téléphone sans arrêt, l'inonde de S.M.S, il la suit à la sortie de son travail. Elle va perdre la raison, elle va perdre la vie. Elle veut oublier son nom.

Il veut la récupérer avec de l'or, des ferrailles, des voyages.

Elle n'y croit plus ; il fait du théâtre une sorte de comédie immonde. C'est un monstre, ses sourires sont pleins de mort. Elle a peur. Un soir, elle est muselée, bâillonnée. Ses membres sont entravés. C'est un corps nu abandonné. C'est devenu une bête.

Celui qu'hier elle aimait est devenu son prédateur. Elle souffre, elle est écorchée.

Les yeux hagards, seule, triste et isolée.

Elle est au bord de la folie, sa tête est devenue pesante. N'en peut plus de cette vie désespérante, dévorante !

Que faire ?

Le regard de l'homme est devenu mauvais, car il pressent qu'elle veut s'échapper.

Il l'étouffe, l'enferme pour qu'elle pleure.

Il veut l'enterrer.

Épilogue

Enfin elle se réveille. Il y a eu un sursaut, un déclic, une conversation, une rencontre et une oreille amicale. Il faut qu'elle sorte, qu'elle respire encore une fois, rien qu'une fois.

Elle est enfin délivrée, dans la lumière. Son corps est parfois douloureux, son cœur triste mais elle a su se dresser sous le joug de son bourreau.

Le chemin a été long pour retrouver la paix, la dignité, la liberté.

La violence, je l'ai rencontrée et je ne veux plus la rencontrer.

C'était à la fin de mon adolescence.

La violence de mon père, alors je me suis interposée pour protéger maman.

Un soir, nous avons eu la visite de la police, des hommes, ils ont parlé, ils ont écouté mais pas entendu ou entendu mais pas écouté, ce qui est vrai, ils sont repartis, nous n'avons plus eu de leurs nouvelles, j'espère qu'ils vont bien.

Nous avons continué à vivre dans la peur.

Nous nous en sommes sorties indemnes physiquement, c'est vrai, moralement ???

J'ai été longtemps en conflit avec maman, trop longtemps.

Je voulais savoir, comprendre, pourquoi la violence de mon père, que maman me dise.

La vie m'a fait comprendre.

À mon tour, j'ai eu une vie de couple, et j'ai rencontré tout ce que maman ne m'avait pas dit.

Les violences verbales, les violences physiques, les injures, la haine de certaines personnes.

J'ai la chance d'être en vie, je dois avoir une belle étoile qui brille au-dessus de ma tête. Merci à elle.

Le chemin de ma liberté a été long, difficile, éprouvant physiquement et moralement. Sur ce chemin, j'ai rencontré de belles personnes, essentiellement des femmes, un regard, un sourire, une main tendue, un geste, merci à elles.

Aujourd'hui je comprends mieux maman.

Aujourd'hui, j'écoute mon corps, je n'en supporte pas plus que ce que mon corps et ma tête peuvent en supporter.

Aujourd'hui, je marche en relevant la tête, bien droite, je souris, je ris, je vis, j'ai juste envie de vivre, de profiter de la vie, de me faire plaisir, d'être heureuse tout simplement parce que j'en ai le droit.

Aujourd'hui, je tourne la tête aux personnes qui m'ont fait du mal, je les ignore et oui, j'y arrive et j'évite les gens remplis de haine, les gens méchants.

Aujourd'hui, je me reconstruis, j'essaie de ne pas regarder en arrière, j'avance et je laisse la vie faire le reste.

Aujourd'hui, physiquement je vais bien, moralement ???

Mon regard sur les hommes a changé, je les regarde, je les observe, je leur parle, je réponds à leur sourire, je me méfie, je les méprise ??? Je les déteste ??? Je ne sais plus.

Vous voyez messieurs, moi aussi je peux être capable de violence, mais je m'y refuse, je ne le veux pas, répondre à la violence par la violence, c'est aussi se rendre coupable, je vous aime.

Pourquoi les hommes sont-ils si violents alors qu'ils ont été élevés par des femmes ???

À partir de quel moment la violence sur les femmes est-elle prise au sérieux, 1 mot, 2 phrases, 3 insultes, 4 assiettes brisées, 5 gifles, 6 coups de poings, 7 bleus, 8 membres brisés, 9 semaines d'hôpital, 10 vies brisées, 11 vies perdues ???

J'ai ma réponse à toutes les questions que je me pose.

Nous n'avons pas tous la même définition du malheur, des pleurs, de la tristesse, de la souffrance, de la peur, des coups, de la violence.

Malheureusement cela existe bien dans la réalité !!!

Ma vie à moi ce n'était pas un concours !!!

Maman je t'aime.

Constantina SALTON

1, 2, 3, soleil !

S'il n'y avait pas eu cette émission à la radio, je n'en aurais jamais eu le courage.

Mais ce matin-là, devant la glace de ma salle de bain, essayant tant bien que mal de tartiner de fond de teint la marque bleue auréolée de jaune qui s'affiche sur ma mâchoire comme une preuve évidente de ma culpabilité, j'ai soudain été happée par l'annonce du journaliste. Entre le compte-rendu d'une énième réunion des grands pontes planétaires et une guerre lointaine essaimant des foyers de haine absolument partout, il présenta son invité : « Et maintenant Bernard AUBERT, qui vient nous parler de son livre « Dans l'ombre du père », témoignage tristement banal d'une violence familiale ».

Le temps de m'essuyer les mains et de me tourner vers le poste pour lui couper le sifflet, la voix du Bernard en question était déjà là, pas très assurée au début, répondant aux questions d'abord brièvement, comme à contrecœur, égrenant une enfance face à un père qui ne s'embarrassait pas de discours mais abrégait toute discussion avec sa mère par de grandes baffes sans discernement. Les enfants figés à leur place, un peu comme au jeu « 1, 2, 3, soleil » mais sans l'euphorie de la cour, stoppés net dans leurs existences d'enfants, ratatinés, se faisaient minuscules et invisibles, battant en retraite dans leur unique chambre dès qu'ils le pouvaient. Jusqu'au jour où l'aîné, Bernard, qui allait avoir onze ans, pourtant loin d'être frondeur, plutôt timide et fuyant, s'en est pris une, la première. Qu'avait-il fait, il ne sait plus, mais coupable, ça c'est certain et cette culpabilité ne l'a plus quitté.

À 17 ans, il est parti faire un stage en région parisienne. Par chance, il a assez vite été embauché et s'est installé rapidement, arguant de la distance et du manque d'argent pour distendre les visites.

En quelques années il a fait son trou, son refuge, son nid et il a fini par rencontrer Vanessa, une petite blonde pas très vive mais au moins pas excentrique, ça lui allait suffisamment pour envisager une famille qui est arrivée sans tarder, deux garçons. La vie n'était pas facile, c'est sûr, et la fatigue, et la lassitude. Qu'est-ce qui a fait qu'un jour il a levé la main, crachant des mots secs et aussi tranchants que cette main qui tombe sur sa femme, sous les yeux écarquillés des garçons qui ont 4 et 5 ans, début d'un quotidien sans échappatoire...

J'ai éteint le poste. Je me dis que c'est la première fois que je prends un coup au visage, d'habitude, ce sont les avant-bras qui prennent, et le ventre aussi parfois. Les coups qui pleuvent, dans l'abri douillet de notre chambre tout au bout du couloir, puis inmanquablement il me demande pardon, il me prend dans ses bras, me berce, m'embrasse, me dit qu'il ne peut se passer de moi.

Mais hier la porte était mal fermée, et j'ai vu le visage stupéfait de Gaétan, notre fils de 8 ans.

Alors j'ai appelé le numéro de cette assistante sociale que j'ai noté l'autre jour. Je la vois cet après-midi. J'ai peur, j'ai le vertige face à ce que ma parole va pouvoir déclencher. Si j'étais seule, je supporterais, mais le regard de mon fils me hante, je veux qu'il échappe à cette spirale.

Agnès REIGNEAUD



Oser « dénoncer les violences faites aux femmes »

Cela s'est passé en juillet 2015, par une belle soirée d'été.

Qui aurait pu imaginer, qu'à côté de ma maison, existait une réelle prison...

Des cris raisonnait... Il s'agissait de cris d'une femme. Je ne comprenais pas ce qui se passait, mais j'étais affolée par ces hurlements qui provenaient du fond de mon jardin.

Je me suis déplacée et c'est là que j'ai constaté une vraie réalité : ma voisine était frappée ! Je la voyais : son mari lui portait des coups à la tête et la poussait contre le mur de la maison.

Une fillette, apeurée, cachée derrière un pilier de la maison m'a aperçue ; elle a couru se cacher, mais je l'apercevais accroupie, prostrée, dans l'herbe.

Cette scène de la maman et de la fillette m'était insupportable. Sans réfléchir, j'ai appelé les policiers. Ils sont arrivés, ont interpellé le mari.

Une fois la police sur place, d'autres voisins se sont approchés !! Je n'ai pas compris pourquoi personne n'avait bougé avant ? La peur ? L'indifférence ? Le chacun pour soi ?

Cette situation je l'avais lue et/ou vue dans des films ou reportages, mais cette fois ce n'était pas du virtuel mais une réalité : pour la première fois j'étais confrontée à une scène de violence envers une femme !!

Ceci est un témoignage pour faire prendre conscience à tous (hommes et femmes) qu'il faut **RÉAGIR** si l'on se trouve face à une situation identique, ne pas rester indifférent, se sentir concerné(e).

Ne pas attendre de vivre une telle situation mais en parler autour de nous, au cas où certaines personnes auraient connaissance de violences **sans jamais avoir pensé et/ou osé dénoncer les faits...**

Isabelle

Gagnants collectifs

Des mots qui tuent, des mots qui libèrent

Comment poser des mots sur des maux ?

Gifles, hématomes, os brisés, strangulations... C'est terrible, brutal, mais simple aussi. On parle de violences physiques et de violences conjugales. Car ce n'est pas un étranger qui distribue les coups mais bien un petit copain, un compagnon, un mari. Et contrairement à ce que l'on pourrait croire, il n'est pas forcément sans emploi, toxico, mais aussi avocat, flic, médecin, banquier... Par contre pour nommer les violences plus sournoises, plus méconnues, celles qui tuent à coups de mots, c'est compliqué. On parle de violences psychologiques mais ce sont des violences sans coup de poing, sans marque visible : des violences qui ne se voient pas et la victime comme elle ne saigne pas on ne la croit pas et elle n'en parle pas. Mais pourtant cette violence feutrée, tue à coups de mots. Le champ lexical des insultes est riche et varié : « saloperie, connerie, bonne à rien, traînée... ». Ces mots sont comme des gifles, des coups au psychisme. Aux premiers mots on ne comprend pas, on perd l'équilibre. On le déteste, on pleure beaucoup. On parle peu. Puis ne pas mettre les mots sur ce qui se passe, cela évite de réagir car c'est tellement dur ! Et la peur est si présente. Puis les mots ont bien fait leur boulot, le lavage de cerveau opère et entraîne d'autres mots : honte, culpabilité, peur, déni de soi, détresse, envies suicidaires. On ne parle plus de soi, car l'estime de soi n'existe plus. On s'enferme dans le silence, dans la détresse, et les mots tournent dans la tête, fracassent le cerveau, accompagnent nuit et jour, jour et nuit. Comment partir avec les enfants, aller où ? Il me l'a dit, si je pars, il me retrouve. Je n'en peux plus. Ce midi, il a beaucoup crié les enfants ont eu peur. Je revois la scène :

« C'est dégueulasse ton repas », les assiettes qui volent en éclats, les enfants qui se bouchent les oreilles. « Tu n'as pas répondu au téléphone, tu étais où salope... ma chemise n'est pas repassée, feignasse ! » Et les mots tournent, tournent, tournent. Je deviens folle. Stop, stop, stop. Oui c'est de ma faute. Je suis une mauvaise mère, une mauvaise femme, une grosse conne. Je ne le mérite pas.

Et on passe à une autre étape : on devient sublime dans l'art de la dissimulation, perfectionniste, afin que tout soit parfait, et qu'il redevienne gentil. Car de temps en temps il est gentil. Il dit même qu'il m'aime. Et pendant ce temps de pause, on culpabilise encore davantage. Il est gentil. C'est moi qui fais mal les choses et le met en colère. Puis le film reprend en accéléré comme s'il fallait rattraper le temps, le temps où il ne s'est rien passé, où tout était normal. Les mots redoublent de violence, l'envie de vivre n'est plus, c'est une petite mort dans une extrême souffrance. Certaines tentent de fuir mais les mots les rattrapent : « Tu es l'amour de ma vie, reviens tu me manques... ». Souvent elles reviennent ; d'autres s'éteignent jusqu'à n'être plus qu'une ombre ; quelques-unes se suppriment pour faire taire l'enfer des mots et dans le déni total on dira à voix basse : « elle était dépressive ».

Pourtant si les mots tuent ils peuvent également sauver : « Tu es une victime, nous allons t'aider ».
« Victime » : tiens un nouveau mot ! C'est moi la victime ?

Des chiffres aussi peuvent sauver : 39 19 Violences femmes info.

Régie Moulins sud, atelier de mobilisation personnelle

Dessine-moi un papa et une maman

Le Petit Prince dit : « Dessine-moi un papa et une maman ! ».

Alors, je lui dessinais une femme qui va être mère. La future maman est assise, calme, souriante. Ses mains entourent son ventre arrondi et elle murmure des mots d'amour à son petit. Le papa entre dans la pièce et embrasse tendrement sa femme. Il se penche pour mettre la main sur son ventre et sent le bébé bouger. Tous les deux sont heureux et l'enfant est nourri d'amour.

Le Petit prince demande : « C'est ça, un papa et une maman ? ».

Et je lui réponds : « Pas encore ! ».

Je reprends mon dessin quelques semaines plus tard. La maman est assise, son ventre bien arrondi. Elle semble anxieuse, pensive et regarde au loin. Le papa entre dans la pièce, énervé et lui demande : « Mon repas est-il prêt ? ». La maman répond : « Je me sens très fatiguée ». Il la bouscule en criant « Tu es une bonne à rien, j'ai faim ! ». La maman se précipite pour préparer le repas. Ils mangeront en silence sans échanger un regard. Le papa repart en claquant la porte et la maman pleure. L'enfant est nourri de violence et de tristesse.

« C'est ça, un papa et une maman ? » rétorque le Petit Prince attristé.

Je réponds : « Oui ça arrive mais je vais te dessiner la famille ».

L'enfant joue avec sa mère, complices et joyeux. Quand soudain un homme entre dans la pièce en criant. L'enfant a peur et la maman se tait. L'homme ordonne à l'enfant d'aller dans sa chambre alors qu'il s'en prend violemment à sa mère, il hurle : « Où étais-tu ? Tu n'as pas répondu au téléphone ! ». La femme se défend timidement. Il l'interrompt, l'insulte : « trainée, connasse, putain » et la gifle. L'enfant est caché sous son lit et se bouche les oreilles.

Le Petit Prince pleure et demande : « Mais c'est ça, une famille ? Pourquoi le papa est méchant et pourquoi la maman ne dit rien ? ».

Je lui réponds que le papa souffre de jalousie, qu'il est fragile et qu'il veut que sa femme se soumette. Cela le rassure.

Le Petit Prince insiste : « Mais pourquoi elle se laisse faire et pourquoi elle reste avec lui ? ».

Je lui réponds : « Parce qu'elle a peur et qu'elle l'aime malgré tout ».

Le Petit Prince demande : « C'est ça l'amour ? ».

Je lui réponds : « Non ! L'Amour ne domine pas, ne soumet pas, il rend l'autre libre, il ne possède pas ni ne veut être possédé. L'amour est authentique, tolérant, respectueux, universel et fort. Il émerveille, rend heureux, chacun s'épanouit dans la relation avec l'autre. »

Le Petit Prince dit : « Mais alors la famille ne vit pas dans l'Amour ? ».

Je lui réponds : « Non ! Ils ne sont pas dans l'Amour et pourtant ils s'aiment. Ils sont tous trois malheureux... ».

Chère Moi,

Aujourd'hui j'ai décidé de m'écouter.

Tu me crois bête, capable de rien, tu m'accuses de ne pas faire attention, me disant souvent que tout est de ma faute, que je le mérite... J'en ai assez ! **STOP !** C'est pas vrai. Je m'aime suffisamment pour savoir que cela doit changer. J'ai brisé le miroir, je me suis vue et j'ai compris.

Je réalise que je me suis laissée manger la tête et qu'à présent je désire aller au bout de mes envies et de mes projets.

Je suis libre... ! Je ne t'appartiens plus... !

J'ai des droits !

Je t'ai aimé, j'y ai cru... seulement voilà, ce n'est pas ça l'amour... L'Amour c'est le don de Soi, d'accord ! Mais il faut pas abuser. Je me suis déman-dée où est la limite.

Avec ce que tu as fait, elle est dépassée !



Post-Scriptum :

Je te quitte, sors de ma vie, sors de ma tête.



3° PRIX EX-AEQUO



Avant, j'étais triste, fragile, opprimée.

Sa violence fût d'abord psychologique !

Il criait, je me taisais... Il me manipulait, je me soumettais. Il m'aimait, mais me dévalorisait, me harcelait.

Puis de ce fléau invisible est née sa violence physique !

Je me plaignais, il me battait... Je me débattais, il m'insultait. De peur, j'étais paralysée.

Je ne le savais pas, mais le premier coup que j'ai reçu était le début d'un combat, et ce combat contre lui, si je le menais seule, j'allais le perdre !

Maître de moi, de son pouvoir il me méprisait, tout n'était que violence et incohérence, j'étais perdue, paumée, je culpabilisais !

J'étais victime mais je me sentais coupable ! La victime n'est pas responsable des coups qu'elle reçoit !

Pour me défendre, j'ai des droits... Pour me défendre il y a des lois !

Le premier pas vers la liberté c'est d'en parler, alors un jour j'ai dit STOP !!!

SERVICE VIOLENCE CONJUGALE INFO 3919

Aujourd'hui, je suis libre, j'ai retrouvé le calme, la paix et la sérénité ! Je suis forte !

Pour cela, j'ai été écoutée, entourée, conseillée.

On m'a redonné confiance ! Être soutenue, c'est déjà revivre !

Je me coiffe comme je veux, je m'habille comme je veux, je parle librement à mes amies, à ma famille.

Être aidée, c'est redémarrer ! Plus de larmes, plus de pleurs.

De mon bourreau, je n'ai pas eu pitié, mes peurs et mes craintes se sont envolées.

Que serais-je devenue si j'étais restée ? Désormais la vie et le bonheur sont devant moi.

Je vis maintenant pour moi-même, avec le sourire !

Laure et Thierry GARNIER



Berceau des Illusions

1^{er} couplet

Pour toi l'amour était un rêve,
voilà qu'il devient cauchemar,
entre les coups peu de trêve,
tout ça à cause d'un connard.

2^e couplet

Vampirisée par ta moitié
t'arrives pas à te faire entendre
lui qui ne cesse pas de hurler
te laisse des larmes au goût de cendre.

3^e couplet

Il te dit qu'il n'est pas fautif
je t'en prie, ne l'écoute pas
pour lui ce n'est que maladif
pourtant il est tombé bien bas.

4^e couplet

Cours à SOS femmes battues
fuir est parfois la solution
quitte le berceau des illusions
avant que tu ne puisses plus.

5^e couplet

Laisse la justice faire son boulot
tu vas oublier tes maux
plus de salaud pour te détruire
une épaupe pour te reconstruire.

6^e couplet

Tous les hommes sont pas des bourreaux
trouve en un au cœur sublime
qui saura faire ton bonheur (et)
te fera remonter de l'abîme.

Refrain (tous les 2 couplets)
N'accepte pas cette condition
ici, tu n'as pas d'avenir
Évade toi de cet enfer
tu as droit au bonheur sur terre
trouve toi un autre ailleurs
marqué par les élans du cœur

Le Rock au secours des femmes victimes de violence

Paroles : Pierre SUCHET

La Belle au bois dormant, revisitée

La Belle au bois dormant parfaitement reposée dort depuis cent ans.

Elle attend le prince charmant. Le prince pas si charmant, arrive plein d'allant en pédalant, et d'un ton fracassant balance : « Et meuf t'abuses ! Bouge-toi de là, et vas gagner des tunes. À la fin du mois, il y a les prélèvements du crédit auto et du crédit conso ». La Belle au bois dormant, hallucinant lui rétorque : « Eh gentilhomme, le comté as-tu libéré de l'ennemi ? ». Le Prince répond : « Alors je t'explique, le conté c'est devenu un fromage et l'ennemi c'est l'État, celui des vils qui se prennent pour des Seigneurs. Donc, les gonzesses bossent et gagnent du flouze. Je t'ai emporté de nouvelles fringues, un Levis® et un sweat, tu seras plus à l'aise pour conduire la Mini® ». La Belle au bois dormant bondit du lit, enchantée et enfile ses vêtements délaissant sa lourde robe de princesse poussiéreuse et ornée d'or. Elle est si contente d'aller travailler, elle qui se morfondait des jours durant à broder, et se poudrer. « Alors c'est quoi ce travail ? » demande-t-elle impatiente. Le Prince lui répond : « Je t'ai trouvé un intérim dans une centrale d'appel. Tu devras faire le 06 de 15 000 personnes dans ta journée et vendre au moins 1 500 produits. Le produit c'est un anti-dépresseur que tu peux acheter sans ordonnance car maintenant c'est trop compliqué d'aller voir un toubib. Il faut une carte et une exclusivité avec lui sinon tu n'es pas remboursé. Tu as un chiffre à réaliser fixé par le boss. Si tu le fais, tu touches ta paye, sinon t'es virée ». « C'est quoi les anti-dépresseurs ? » « Ma Belle, tu vas vite être au jus. Demain soir, je te file Lexomil® tellement tu vas être HS avec la pression du patron. S'il te drague, ne te laisse pas faire car il y a des nanas qui pètent les plombs. Ils appellent cela le harcèlement : c'est la fille qui est obligée de coucher avec son boss pour garder son boulot. Sache que pendant que tu ronflais, les choses ont changé. En effet, maintenant les filles font des grandes études comme les mecs. Elles sont chercheuses, professeures agrégées ; tout un tas de boulots où l'on rajoute un e à la fin pour « l'égalité des sexes » comme ils disent si bien. Mais c'est juste pour la forme car comme elles sont le sexe faible, elles sont victimes du plafond de verre ». « C'est quoi ton plafond en verre ? Je suis perdue avec tous ces nouveaux mots ». « C'est une expression qui vient des US : tu regardes le ciel pour t'élever dans la hiérarchie mais tu es bloquée par une barrière invisible qui t'écrase. En clair, même si tu es bardée de diplômes, vu que tu es une meuf, tu restes cantonnée à un grade inférieur avec un salaire inférieur et les honneurs, c'est pour les mecs. Et puis les nanas, il ne faut pas qu'elles soient en pantalon car on les accuse d'être féministes et si elles sont en jupe sexy, on les accuse d'être provocantes ». « Mais c'est quoi ce monde de fous ? » « C'est le résultat de siècles de patriarcat où les hommes ont peur du pouvoir des femmes alors ils les soumettent dans tous les domaines de la vie. Mais revenons à ton job : la journée c'est 8 heures sans les transports. Tu peux prendre une pause de 30 minutes. Le mieux, c'est que tu prépares un Tupperware® avec une salade parce que si tu bouffes un sandwich tous les jours, tu deviens énorme et le patron, il n'aime pas ça pour l'image de marque de l'entreprise. Quand tu auras fait ta journée, tu t'occupes de mes mômes et du repas. Ah oui ! J'oubliais, on est une famille recomposée comme ils disent ».

La Princesse s'exclame : « C'est carrément un cauchemar. Je veux juste me rendormir et redevenir une princesse »...

ADEM Montmarault, atelier de mobilisation personnelle

Écrits individuels

Violence faite aux femmes Sur air de « à la claire fontaine »

Un soir en boîte de nuit
M'en allant m'amuser
Soudain un nouvel ami
Est venu me charmer

Il m'a longtemps enjôlée
Jamais je ne l'oublierai

Sous la musique douce
Il m'a fait danser
Dans ses bras plein de force
Il me tenait enlacée

Il m'a longtemps câlinée
Jamais je ne l'oublierai.

Avec ses beaux yeux verts
J'ai bien vite craqué
Dans ses bras grands ouverts
Je n'pouvais que tomber

Il y a longtemps qu'son regard
m'a foudroyée
Jamais je ne l'oublierai.

Dans son magnifique veston
Et dans ma robe blanche
C'est l'plus beau jour de ma vie
Avant la naissance du fiston

Il y a longtemps que je l'aime
Jamais je ne l'oublierai

Avec son verbe acerbe
Et sa force colossale
Je me suis faite humilié
De façon magistrale

Il y a longtemps que ma maison
Est devenue une prison

Il a abimé ma beauté
J'ai perdu ma santé
J'ai le coeur à pleurer
Sans l'avoir mérité

Il y a longtemps que ma liberté
Est devenue une utopie.

J'ai été déshonorée
Mais je peux bien compter
Sur ma grande résilience
Qui n'a pas de défaillance

Il y a longtemps que je suis partie
Jamais je ne l'oublierai.

Donatienne CHRISTOPHE

Mon copain, le père de mes enfants, me battait.

Il m'a même mis le fusil au cou et il a même pris un couteau pour m'en mettre un coup au ventre. Il a même tapé un de mes fils, le plus âgé.

Il a même voulu m'étrangler. Mon fils m'a vue par terre et a demandé à son père « pourquoi tu étrangles maman ? »

Je n'ai pas voulu porter plainte parce que j'avais peur de ses réactions.

C'est grâce à ma sœur que je m'en suis sortie. Elle a essayé de le raisonner mais il fallait mieux qu'on se sépare.

Donc on est allé au tribunal pour la garde des enfants. C'est l'assistante sociale qui m'a accompagnée.

J'ai eu la garde des enfants et maintenant je touche une pension pour mes enfants.

Je me sens mieux et maintenant je revis.

Si ma sœur ne m'avait pas aidée je ne serais peut-être pas là aujourd'hui.

Anonyme

« Take your chance and be a Warrior »

Qu'est-ce-que l'égalité ? Un joli mot qui aujourd'hui ne veut pas dire grand-chose dans le langage français, hormis lors d'attaques terroristes où il est fortement présent. Cependant, cette valeur républicaine, connue depuis 1789, est primordiale en France et quelque peu oubliée notamment dans le domaine de l'éducation. Pourtant, chaque lieu d'accueil petite enfance inculque cette valeur que représente l'égalité ainsi que les responsables légaux. En effet, l'égalité est un concentré de respect, de politesse, d'éducation en somme, mais celle-ci n'est malheureusement pas en adéquation avec le système scolaire qui considère comme en cours d'acquisition les valeurs de la République et délaisse ainsi ce domaine au détriment du savoir. Néanmoins, après d'innombrables efforts pour lutter contre l'inégalité, peu de résultats en découlent. De plus, cette notion d'égalité comprend une partie infime de fraternité et de liberté. Chaque individu doit respecter des règles pour bien vivre ensemble et favoriser une cohésion sociale entre tous. C'est pourquoi, chacun a le droit à l'égalité. Par exemple : l'égalité des chances ; l'égalité homme/femme, communément appelée parité, est maintenant reconnue dans la législation française mais, du moins, peu appliquée. En effet, au travail, les femmes sont souvent négligées et reçoivent peu de reconnaissance pour leur prestation, prestance ou leur participation à la vie collective.

Aussi, au quotidien, les femmes subissent parfois des violences conjugales mais celles-ci ne s'en aperçoivent pas forcément. Elles ne savent pas qu'il s'agit de violences de ce type, même lorsque ces dernières sont un tant soit peu physiques. Lorsque ces sévices conduisent ou ont toujours été mentaux, la femme s'isole au fur et à mesure, se renferme mais aime, malgré tout, son mari, fiancé, copain ou autre. Il est indispensable pour ces femmes de ne pas avoir peur d'oser parler, de poser des mots sur ce qu'elles subissent comme torture, de croire en elles-mêmes, de ne pas se sous-estimer, de contrer les attaques par la sagesse d'esprit et le courage que toute humaine a en elle-même, mais également de rendre justice dans la mesure où personne ne doit vivre ou survivre à ce genre de violences. Comme le disent si bien les régions anglophones « To be a Warrior » ce qui signifie « Être une Guerrière ». Mais, pour accéder à ce statut symbolique de « Guerrière », il faut avoir une épaule sur laquelle se reposer lorsque tout va mal. À deux, nous sommes plus forts que tout seul, c'est bien connu !

C'est pourquoi, l'Observatoire des violences faites aux femmes, inscrit dans l'Allier, étant le deuxième département de France à posséder cet organisme, peut et veut vous aider – vous, femmes victimes – à oser parler de ce que vous subissez. Les professionnels ne sont pas là pour vous juger, bien au contraire. Ils sont là pour vous accompagner tout au long du parcours vers la paix et le bonheur, vers la renaissance, vers la justice et la sérénité, vers la vie tout simplement. Ils ne vous traiteront pas comme des objets – comme lorsque votre mari, fiancé, copain ou autre vous frappent, vous insultent, vous blessent, vous meurtrissent –, ils ne sont pas là pour cela. Il s'agit des héros du vingt-et-unième siècle, des héros du quotidien, des sauveurs en tout genre, qui peuvent vous offrir un semblant de vie intérieur, qui peuvent vous faire revivre, qui peuvent vous aider à guérir si cela reste votre souhait.

Faites-le pour vous, pour vos enfants – si vous en avez –, pour votre avenir, pour votre famille, pour votre bonheur, pour retrouver les plaisirs de la vie, pour guérir, pour ne plus souffrir : alors, osez parler, brisez le silence qui vous tue à petit feu... Le chemin sera long mais la fin n'en sera que plus belle. Bon courage à toutes et lorsqu'une main se tendra, pensez toujours bien à la prendre ! Take your chance and be a Warrior – Saisissez votre chance et soyez une Guerrière – !

Lia FLY

S'il suffisait de comprendre

Être une femme, c'est se reconnaître l'une d'entre elles. Être femme, c'est être ce que d'autres – hommes et femmes confondus – attendent d'elle. Laquelle de ces sources prévaut pour la révéler ?

Entre exaltation et déception, les hommes ne peuvent parler des femmes que de l'extérieur. Fruit des entrailles d'où ils viennent, prenant sens et vie dans la chair et l'esprit de l'une d'elles : leur mère.

C'est d'ailleurs à l'instant où ils en sont le plus proche - à terme ! - qu'ils s'en séparent, - nature oblige avec tendresse ou brusquement, avec méthode ou sans ménagement.

Alors, Boomerang insatisfait, l'homme entretient-il le désir de retourner à ses origines ? Ne quitte-t-il pas à regret ce ventre singulier, au point de pleurer à sa naissance ? Ne souhaite-t-il pas retrouver ce qu'il recherche désespérément à travers un autre corps sans jamais vraiment l'atteindre ?

Source d'impuissance vécue en véritable drame, les hommes – pluriels – souffrent et font souffrir, en retour, celles qu'ils destinent à devenir femmes tout en désirant qu'elles re-deviennent (leur) mère.

Étape de vie ? Statut pourquoi pas ? Passage obligé ? Posture peut-être ?... Autres attributs ? Avec ou sans prouesse, ces états échappent, s'imposent – à eux, à elles – plus qu'ils ne sont choisis.

Entre possession et déconvenue, la violence n'est jamais très éloignée : le brutal accaparement, si désiré, tant redouté, est apprentissage, risque-t-il de devenir résolution ?

Être ou évoluer : loin de la seule apparence exigée par les codes d'une civilisation. Utopie que ce fort désir à vouloir vivre comme nous le voudrions, cernant à peine la manière dont les autres voient et vivent la représentation qu'ils se font de nous et d'eux-mêmes. Et comment ils (se) l'imposent !

Que d'incompréhensions entre humains appelés à féconder. La liberté en ligne de mire, en toile de fond, en règle de vie, faussée par les apparentes facilités à l'atteindre. Que d'attitudes provoquant gestes et propos déclinés et approfondis chez les spécialistes de l'analyse des comportements !

Dans l'exercice demandé de parler des femmes maltraitées, il me plaît d'évoquer les hommes qui seraient ainsi dédouanés de leur responsabilité historique à vouloir (se) soumettre...

Que ma contribution soit de reconnaître ma faiblesse, exacerbée par la volonté, toute légitime, à l'égard des femmes désireuses d'exister pour ce qu'elles sont et non pour ce que nous voudrions – les hommes – qu'elles fussent.

Comment, parvenant à me confondre dans cette réelle introspection, poursuivre un parcours où la femme se découvre une éternelle espérance que je me dois en retour d'être pour elle ?

À vouloir les aimer, je me suis pris à leur être attentif. À trouver salutaire pour elles et pour les hommes que mieux elles existent, plus l'humanité y puise du mieux-être. Source, vous dis-je !

Sans doute reste-t-il un fossé à combler pour abattre des chaînes de montagnes de préjugés, des siècles de droits bafoués ? Et, à moins que ce ne soit qu'une perspective, atteindre une juste reconnaissance afin d'avancer, la main dans la main, vers ce qui nous permet de poursuivre l'aventure promise : « devenir ce que nous sommes » les uns pour les autres, les uns avec les autres.

La première violence serait de naître. La seconde, qui en découle étrangement et douloureusement, est la difficulté d'exister. Hommes et femmes y sont confrontés. Reste la manière d'y répondre.

Violences Faites aux Femmes

Je vais vous raconter une histoire. C'est l'histoire d'une femme qui avait 38 ans quand elle décéda suite à une longue maladie qui se déclara trop tard.

Elle était très fatiguée, aussi bien moralement que physiquement. Elle avait eu 5 enfants qu'elle aimait par-dessus tout. Cette femme se prénomma Bernadette, elle était brune, coiffée court, mince. Elle était très belle.

Quand elle rencontra son futur mari, elle n'avait que seize ans et elle ne le connaissait pas. Ça, ce n'est pas comme maintenant.

C'est ses parents qui lui présentèrent. C'était comme ça, avant. Ça s'appelait les mariages arrangés. Ce n'était pas la femme qui décidait.

Ils se rencontrèrent dans une ferme où ils travaillaient tous les deux.

Le garçon faisait ce qu'il voulait mais pas la fille. Elle devait faire ce que les parents avaient décidé, sinon elle était répudiée et elle devait partir de chez eux. C'était déjà ça avant, ils avaient leur mentalité. Donc Bernadette rencontra cet homme elle a dû apprendre à le connaître car elle n'avait jamais été avec un garçon plus loin.

Mais quand la famille du garçon disparut elle a dû le suivre. Ils quittèrent le village pour aller trouver du travail. Le travail était dur à trouver aussi bien pour les garçons que pour les filles.

De notre temps ce n'est plus pareil, les 2 travaillent. Ce n'est pas un problème, mais avant, la fille devait rester à la maison s'occuper des enfants et du mari. Elle n'avait pas le droit de travailler en dehors, ça ne se faisait pas.

C'était mal vu. Aujourd'hui la vie des femmes est un peu mieux. On peut disposer de notre corps comme on veut.

Avant, les femmes n'avaient pas la pilule. Avant, les femmes lavaient à la main au lavoir ou dans une bassine. Elles n'avaient pas tout ce qu'il y a : machines, réfrigérateur, aspirateur. Elles faisaient tout à la main, et le travail était très dur.

On n'allait pas au médecin pour rien, on allait le voir que quand c'était grave.

Je me rappelle d'une anecdote : ma mère un jour s'était ouvert le genou en fauchant de l'herbe avec une faux. Elle a attendu 3 jours avant d'y aller il a fallu que notre voisin l'emmène avec sa jument et la carriole.

Il n'avait pas de voiture il fallait savoir se débrouiller.

Anonyme

A A a A
 e E e e F
 J j J j
 n N N
 r R R
 R R R
 V V

K L
 P Q
 U V

Ligne de Vie

*Fille ou Garçon, enfant ou adulte,
 Tu sais l'alphabet... apprends également ces deux alphabets.*

Fais tout pour ne pas subir, ni faire subir le premier :

**Anéantir, Blessure, Coup, Détruire, Ecchymose, Faute, Gifle,
 Honte, Insulte, Juron, Kidnapper, Larme, Mort, Nocivité,
 Offense, Peur, Querelle, Raclée, Souffrance, TUER,
 Usée, Violence, Wassingue, «X», Yo-yo, Zéro.**

D D d D
 H I i I
 H i
 i M

Et fais que ta vie s'accorde avec le second :

**Amour, Bonheur, Confiance, Douceur, Emancipation, Franchise,
 Gaieté, Honneur, Idéal, Joie, Karma, Loyauté, Magnifique, Naturel,
 Originalité, Paisible, Quiétude, Respect, Sérénité, Tranquille,
 Unique, VIVRE, Working- girl, Xérès, Yoga, Zygômatique.**

M
 R S T
 W X Y Z

A B C
 F G H

b c c c
 g G g h
 K L I L L M
 J
 O O P P P Q Q Q
 S S T t T t U U U
 I
 N
 X
 E
 D

À vous les femmes, mes sœurs de par le monde...

Je pense à vous toutes aujourd'hui, mais je me souviens aussi de celles qui nous ont précédées, souvent douloureusement, sur le long chemin des luttes pour nos droits.

Je pense à toi Olympe qui ce funeste 3 novembre 1793, perdis la tête parce que les hommes l'avaient trouvée trop « politique », toi qui brandis haut et fort l'étendard tout neuf du féminisme. Reniée par ton fils, jugée folle par Michelet, Guillois qui médicalisèrent tes engagements, tu as été la voix de celles qui n'en avaient pas. Je pense à toi Louise Michel, qui payas de l'exil la vigueur de tes opinions, à toi, Caroline Rémy, qui signais Séverine tes articles du premier journal féministe que tu fondas. Puis avec Jules Vallès et son « Cri du peuple », tu osas parler du droit à l'avortement. Aurais-tu pu imaginer qu'au XXI^e siècle, alors que ce droit paraissait acquis depuis des années grâce à une femme courageuse face à des députés aux réactions inélégantes, naissent des tentatives pour le remettre en cause ?

Et je pense à tant d'autres connues ou inconnues qui dans le quotidien de leur travail, de leur famille, luttent pour que leur vie soit meilleure, soit plus juste que celle de leur mère ou de leur grand-mère, et surtout à ces paysannes dont le nom dit assez qu'elles font vivre le pays. Votre travail si important dans les fermes est si peu reconnu, si souvent considéré comme banal et ne méritant pas de salaire, c'est une femme qui en a dénoncé le scandale dans un ouvrage considéré aussi comme scandaleux à sa parution : « Le deuxième sexe ».

Et toi, Molière qui sauvais par un épatant coup de théâtre, les jeunes filles de tes comédies, des griffes de barbons d'au moins trois ou quatre fois leur âge, auxquels des pères avides les avaient promises en mariage, que penserais-tu aujourd'hui de toutes ces enfants parfois, mariées de force à des vieillards ? Tu serais sûrement étonné que cette pratique existe encore de par le monde. Aucune pirouette théâtrale ne peut, hélas ! leur épargner ces nuits qui s'apparenteront à des viols « légaux », et rien ne sauvera non plus les petites filles de la douleur et de la mutilation de l'excision, ni les femmes de la lapidation...

On sait que depuis des temps immémoriaux, les guerres ont eu aussi le corps des femmes comme champ de bataille, et Voltaire ne dit pas autre chose quand il décrit Candide fuyant le conflit des Arabes et des Bulgares et le spectacle des chairs mutilées de femmes de tous âges. Le viol comme récompense du soldat, pour qui le corps féminin est un butin, et en temps de paix, le viol en réunion car ce corps sert à humilier et châtier celles qui osent braver de pseudo-interdits vestimentaires sont des pratiques sur lesquelles se ferment pudiquement beaucoup trop de regards. Comme se ferment aussi trop souvent les lèvres des femmes battues quand des lunettes noires ne suffisent plus à cacher les bleus de leur impuissance.

Alors qui reprendra la plume ironique et puissante de célèbre philosophe ? Les femmes ont aussi besoin d'hommes de bonne volonté à leurs côtés pour les aider à porter haut l'étendard de l'égalité ...

Monique RIVOLI

Souffrance interne

Elle se souvient de ce premier soir chez toi à regarder des films romantiques, de cette lumière orange qui brillait au-dessus de vous, de ce temps d'attente pour que tu prennes sa main dans la tienne.

Puis de l'impatience qu'elle avait de pouvoir t'embrasser.

Elle se souvient de ton regard amoureux posé sur elle, de tes yeux brillant de bonheur, de la tendresse à vos débuts,

Puis de cette passion qui vous envahissait en parlant du futur

Elle se souvient de vos câlins matinaux et de vos petits déjeuners au lit, de vos moments complices en ouvrant les volets chaque matin, puis des photos prises de vous deux, jamais l'un sans l'autre.

Mais tout s'est transformé.

Tu la regardais avec la haine imprégnée en toi, lui reprochant tout ce qu'elle faisait.

Volets fermés, plus d'ouverture, tu as fait ton choix dont elle ne fait plus partie, fini alcoolique et toxicomane, tu l'as mise de côté pour toutes ces autres femmes,

En l'insultant, en l'humiliant, en la rabaissant.

Tu lui as fait ce qu'aucun homme ne s'est permis de lui faire

En lui faisant du chantage, si elle ne faisait pas ce que tu souhaitais, pour toi, c'est qu'elle ne t'aimait pas.

Alors qu'elle comblait tes plaisirs, pour te prouver son amour, dans l'espoir que tu t'adoucisses, tu l'as trompé sous ses yeux et l'as abandonné.

Lui faisant croire que tu aimais la vie et resterais près d'elle et non shooté et alcoolisé toute la journée, lui avait promis que tu ne lui ferais jamais de mal ne voulant pas la perdre, « cette princesse », « le soleil de ta vie »,

Avec les larmes aux yeux rien qu'en t'imaginant une heure sans elle, ce qui l'empêchait de travailler ou de sortir faire les courses.

Tu lui as mentis et finis par la tromper avec toutes ces femmes.

A chaque fois qu'elle croise tes maîtresses, on lui rit au nez.

Tu as fait le lâche, elle baisse la tête et culpabilise, croyant que tout est de sa faute.

L'obligeant à faire le ménage du matin au soir, tu criais qu'elle n'allait pas assez vite !

Elle faisait de son mieux, paniquée elle renversait la tasse de café,

Tu la giflais et l'insultais de tous les noms, « cette bonne à rien ».

Tu l'as mise plus bas que terre, la poussais dans tous les sens

Alors qu'elle devenait soumise, tout était prétexte pour l'humilier.

Et aujourd'hui encore, cela lui fait mal de te croiser seul ou accompagné

Cette femme a mal de te voir faire le « prince charmant » avec les autres filles,

Alors que tu reproduiras tes habitudes avec elles-aussi.

Elle a mal de voir comment tu t'es moqué d'elle tout ce temps,

De voir toutes ses souffrances gardées en elle par ta faute et s'en veut de t'avoir fait confiance.

Cette jeune femme a mal d'avoir cru en vous deux alors que toi tu pensais déjà à conquérir les autres filles,

Car depuis le début tu n'avais d'yeux que pour tes propres désirs,

Elle ne devait parler à personne, et devait n'avoir de regards seulement pour toi.

Or elle pensait pouvoir être heureuse avec toi,

Ses souffrances lui brûlent le ventre, ses mauvais souvenirs hantent sa mémoire, ses douleurs lui poignent le cœur.

Elle n'arrive pas à oublier et regrette ces fameux soirs où vous regardiez des films romantiques sous cette lumière orange.

Cette jeune femme finissait par être ton objet parmi les décorations de la maison,

Tu ne voyais plus ses larmes.

Anéantie, elle avait perdu son identité.

Combien de temps lui faudra-t-il pour guérir de ses blessures ?

Pourrait-elle avoir, de nouveau, confiance en l'amour ?

Réussira-t-elle à se construire un bonheur, alors que tu l'as détruite ?

La femme battue trahie

Pleurer sans savoir s'arrêter !

Ton orgueil me méprise
Ton chantage est indigné
La volonté de partir

Se battre donner des coups !
Rabaisser sans regarder devant soi !
Insultée, Résister, Faiblesse se révolter
Se cacher, sans rien dire, sans un mot !
Justice, sourire, épanouie
Violence conjugale amour

Secourir ses proches
Des cauchemars sans chaîne marqués à vie
Mensonge avec gravité avec ardeur
Culpabiliser face à des mots interdits
Si fragile, sensible ; touchante
Le malheur je te dis soit heureuse
Justice je te dis la loi
Colère je te dis respect

Christelle JOUANDON

Petite chanson à chanter sur l'air de « Jeanneton prend sa faucille, la rirette, la rirette », chanson très ancienne et très populaire qui, à elle seule, symbolise les violences faites aux femmes, puisque sous son air guilleret et entraînant, elle décrivait en réalité le viol collectif d'une femme. Quelle meilleure façon de lutter contre ces violences que d'en remplacer les paroles pour en faire un symbole de lutte pour les droits des femmes ?

Chanson pour les droits des filles

J'ai grandi dans une famille, où les filles, où les filles
J'ai grandi dans une famille, où les filles n'avaient pas d'droits,
Où les filles n'avaient pas d'droits
Pas le droit de jouer aux billes, car les billes, car les billes
Pas le droit de jouer aux billes, car les billes c'était pour les gars,
Car les billes c'était pour les gars

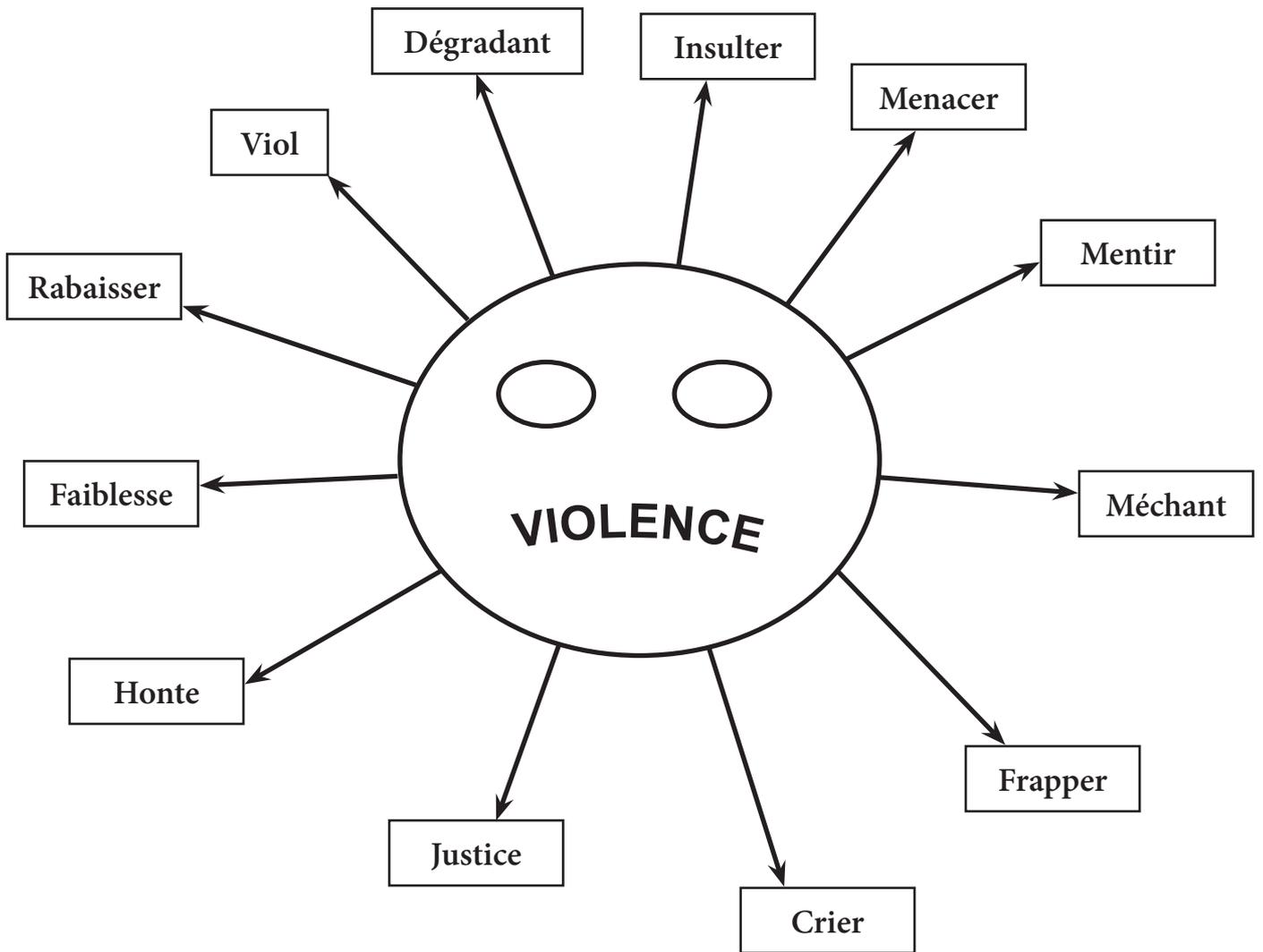
Elles devaient juste être dociles, et gentilles, et gentilles
Elles devaient juste être dociles, même quand les coups pleuvaient bas,
Même quand les coups pleuvaient bas
Le ménage et la famille, les broutilles, les broutilles
Le ménage et la famille, on n'leur réservait que ça
On n'leur réservait que ça

Ce sexisme aujourd'hui vacille, oui les filles, oui les filles
Ce sexisme aujourd'hui vacille, car maintenant la loi le combat
Car maintenant la loi le combat
Alors toutes, osons fort le dire, mère ou fille, mère ou fille
Alors toutes, osons fort le dire : « cette violence ne passera pas par moi »
Cette violence ne passera pas par moi

Tous les enfants dans nos familles, gars ou filles, gars ou filles
Tous les enfants dans nos familles, désormais auront les mêmes droits
Désormais auront les mêmes droits !

Isabelle DIAN

Contre la violence



Julie

La souffrance des femmes

S, se réveiller avec la peur au ventre tous les matins.

O, plus ouverte du tout.

U, tous s'unir pour la souffrance.

F, faire tous les moyens possibles pour arrêter de souffrir.

F, facile à dire mais pas à faire.

R, rapporter ses peurs.

A, aller au travail en pleurant.

N, nuit assez longue.

C, comment se protéger ?

E, Envies...

F comme fragile

E comme élégante

M comme aimer

M comme mariage

E comme heureux

Aimable, Brillant, Caresse, Divin, Étincelle, Fragile, Gentil, Honte,

Irrésistible, Joyeux, Karma, Lucide, Malade, Non-violence,

Optimiste, Puissance, Quand, Regret,

Souffrance, Traitement,

Ultra-malade,

Violence,

etc.

Kelly Brenda TRIALLOUX

Harcèlement moral, comment le déterminer et se défaire d'une relation perverse

Il n'est pas aisé de distinguer une relation perverse d'un abus de pouvoir, d'une envie de dominer. Il n'y a souvent pas de violences apparentes. Que le harcèlement soit sexuel, professionnel, familial, il ne cesse de monter, de créer une surenchère, un aller-retour, un bio feedback de casse et de défense, et plus il existe de défense, plus il y a de prise jusqu'à ce que l'une des deux personnes se retrouve à terre, désarçonnée, seule.

La violence perverse se met en place souvent de façon sournoise avec douceur et bienveillance, enfant, et ou plus tard à l'âge adulte avec une séduction assurée. Le but n'étant pas de s'approprier l'autre mais de le vider de sa substance, de lui faire perdre pied, de l'enrouler de filets imaginaires, une séquestration mentale en quelque sorte. L'agresseur peut se servir d'une fêlure de l'autre, qu'elle soit dépressive, hystérique, caractérielle ou dans une période de changement de sa vie, mais il ne faut pas croire que la victime sera « choisie » uniquement à cause d'une pathologie, d'une faiblesse, d'une impossibilité, au contraire tout le monde peut être visé surtout si la personne présente une capacité à résister aux harcèlements, cela en fait d'autant plus un sujet sur lequel le persécuteur pourra agir.

Quand une personne perverse a trouvé sa proie, il ne la lâche plus et son seul but est d'empêcher l'autre de vivre. Il ne supportera aucun bonheur sans lui, aucune ascendance sans lui, il brisera l'échelle sur laquelle est perchée sa victime. Qu'il en soit conscient ou pas, il prendra du plaisir à apeurer sa proie comme s'il était le seul maître à bord et décidera de donner comme de prendre, de câliner comme d'offenser. Il y a un mélange d'amour ou de faux amour et de haine mélangés dans les sentiments qu'exprime une personne exerçant des violences morales, car c'est bien de cela qu'il s'agit. Et c'est tout simplement une peur viscérale que ressentira la personne sous influence allant jusqu'au traumatisme si la victime a eu une enfance brimée, brisée, ou meurtrie psychiquement.

Peu importe l'objet du délit, si délit il y a le « vio'lenteur » aura toujours des excuses pour agir comme il le fait. Il se dira victime faisant ainsi culpabiliser davantage la personne violentée. Le persécuteur déclenchera chez sa victime un phénomène d'anxiété qui la rendra agressive et sur la défensive, on peut parler alors de confusion mentale. La victime paraîtra à son entourage comme ayant un comportement caractériel voire obsessionnel. Elle acceptera une sorte de violence punition et plus elle cherchera à se justifier plus elle sombrera.

En justice, il est très difficile de prouver une manipulation perverse car le pervers ayant poussé « son partenaire » à la faute, les deux antagonistes peuvent se retrouver alors à s'accuser mutuellement.

Je citerai le stratège d'Einstein, qui n'a pas fait exception. Lorsqu'il a voulu éloigner son épouse Milena, mère de ses deux enfants, il lui a intimé deux listes de choses à faire et à ne pas faire, ce qui avait pour but de la réduire à des conditions humiliantes, ceci afin de ne pas être à l'origine de leur rupture espérée. Mais ici, l'abus de pouvoir est clair puisqu'écrite.

Plus la personne est docile plus elle pense qu'elle est aimée et appréciée, une sorte de quête amoureuse sans fin avec un besoin de reconnaissance qui n'est jamais comblé, ce qui souvent amène à la haine et au sadisme le pervers. Le pervers narcissique cherche à fasciner sans se laisser prendre. Dans l'idéalisation amoureuse, la victime ne voit pas les défauts ou défaillances de l'autre.

Comme Hubert Félix Thiéfaine le chante dans sa chanson Les Ombres du Soir : « Il faut séduire pour mieux détruire ».

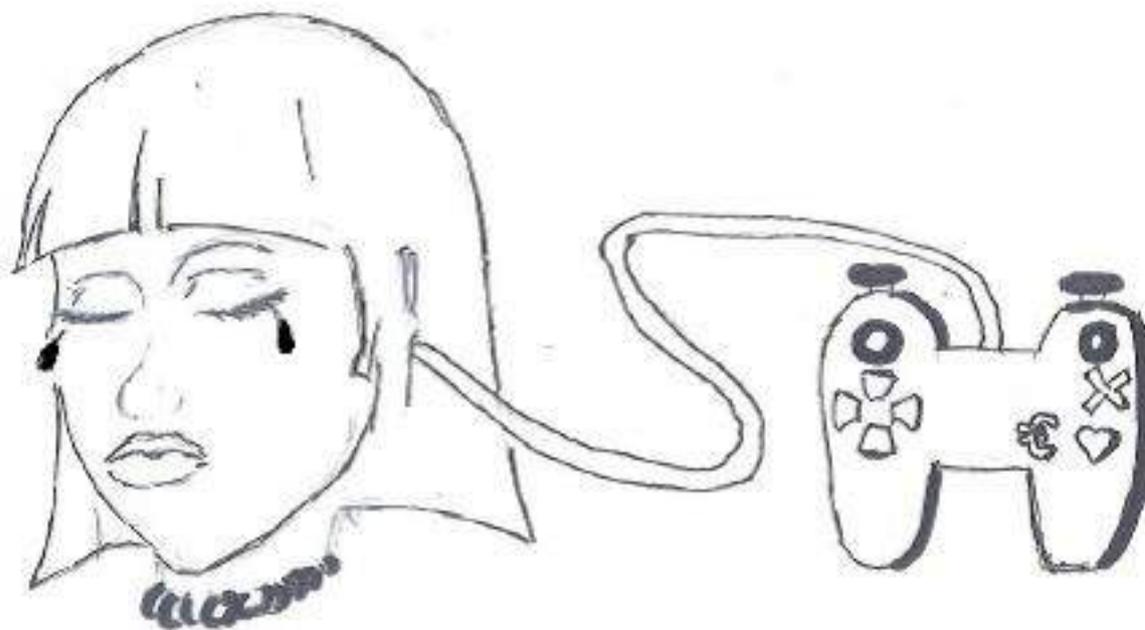
Le manipulateur fait croire à sa victime qu'elle est libre mais il retire en fait les capacités à s'opposer ou à se défendre par de la perversion idéologique. La victime ne se rend pas toujours compte qu'elle est comme anesthésiée et auto-guidée. Elle obéit pour faire plaisir et « sauver » l'autre qui paraît malheureux. Le manipulateur a une forte recherche de performance, il se sent vide sans véritable empathie, il est moralisateur, paraît supérieur, distant. Son regard suffit parfois à rendre l'autre coupable. Le pervers jouit de la souffrance des autres. Pour grandir, il détruit et recherche son reflet dans la vie des autres.

Je reprendrai les paroles et écrits de Pierre Desproges :

Un mot qui vient bien, ça peut tuer ou humilier, sans qu'on se salisse les mains, une des grandes joies de la vie, c'est d'humilier ses semblables.

Par cet écrit, j'aimerais protéger, mettre en garde toute femme afin qu'elle n'hésite jamais à prendre du recul, qu'elle s'oblige même à méditer, à essayer de comprendre ce qui se passe et qu'elle ne peut être coupable de couper un lien pervers et annihilant. Cf. Loi n° 2014-873 du 4 août 2014 pour l'égalité réelle entre les femmes et les hommes.

Violences Femmes Info 3919 Appel Anonyme et gratuit



NLM

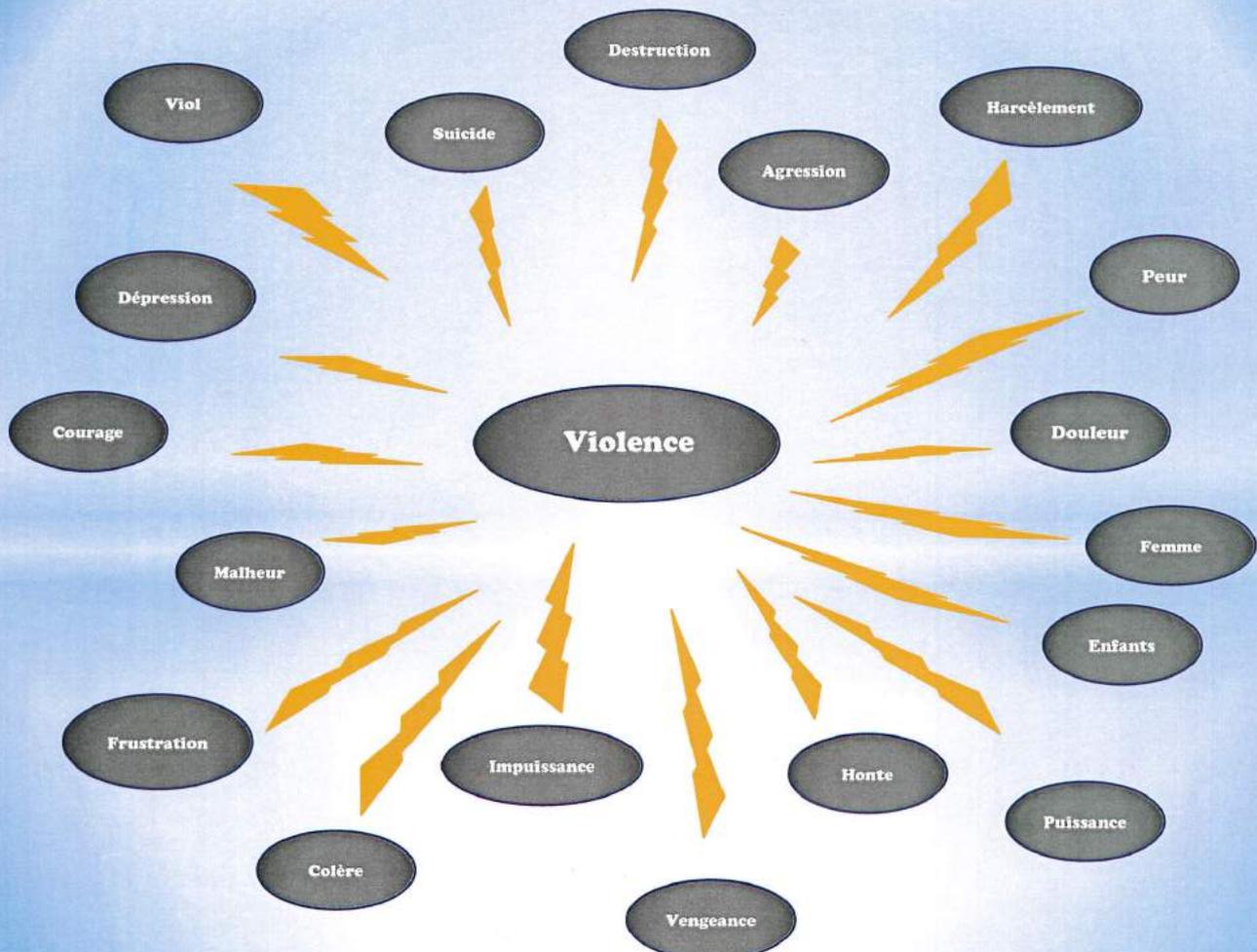
Dans la braise, il y a la colère.
 Dans l'année, il y a le courage.
 Et dans l'azur, la vengeance.
 Dans la brume, il y a l'agression.
 Dans l'amour, il y a puissance.
 Et dans le sang, des larmes.
 Dans la peine, il y a la honte.
 Dans le feu, il y a la douleur.
 Et dans la vie la frustration.

J'ai peur.
 Je n'ai pas le courage.
 Je n'ai jamais eu de vengeance.
 J'ai eu parfois de la frustration.
 J'ai eu souvent de l'impuissance.
 Si j'avais eu de la puissance.
 J'aurais encore honte.
 Aurai-je enfin la paix ?

POURQUOI...

Agression Bête Courage Douleur
 Dépression Enfants Femme Furieux
 Gueulard Honte Harcèlement Impuissant
 Jaloux Karma Lâche Maltraiter Narquois
 Obsédé Puissant Paranoïaque Quinieux
 Rabaisser Sadique Tabasser Ultra-violent
 Vengeance Violence Vaniteux Vulnérable
 Wergelb inexcusable Y faut agir Zinzin

Je te l'ai dit pour moi.
 Je te l'ai dit pour eux.
 Pour chaque peur, pour les violences dans la colère.
 Pour les enfants.
 Pour les femmes.
 Pour toute l'humanité.
 Pour la féminité.
 Pour la gloire et pour l'honneur.
 Je te l'ai dit pour tes horreurs, pour tes malheurs.



Un aiR iRRespiRable

Isabelle tient la carte fraîchement déposée par le facteur. Elle la lit, la tourne, la retourne et la relit : bon baisers de la plage, temps superbe, l'eau est excellente, bisex soeurette adorée.

Une immense tristesse envahit Isabelle. Quelle chance elle a sa sœur. Libre, comme l'air, indépendante financièrement, sans homme. À l'opposé de sa vie qui depuis qu'elle a épousé Romuald se décline sous la règle des trois R.

Renonciation : quelques mois après son mariage, son agriculteur de mari a réussi à la convaincre d'abandonner son emploi de secrétaire ; pour qu'elle puisse se consacrer pleinement à l'éducation des enfants qu'ils avaient prévu d'avoir et pour le seconder légèrement sur la ferme.

Légèrement en effet : pour compenser la baisse de revenus qu'avait occasionnée la perte de son emploi il lui avait imposé la conduite d'un élevage de poulet de chair. Pffff... quelle aubaine, elle qui rêvait d'élever des ânes pour conduire une activité de balades dans la campagne environnante.

Et puis allez créer un lien amical avec un poulet !

Rebuffades : lorsqu'elle accompagnait Romuald au travail rien n'allait jamais ; avec les vaches il lui reprochait de ne pas savoir se comporter. Mais s'il y'avait un vêlage la nuit il n'hésitait pas à la tirer de son lit douillet. De plus il lui en voulait de ne pas avoir réussi à conduire le tracteur.

Ou plutôt elle avait essayé mais ces gros engins lui faisaient peur.

Souvent il lui lançait qu'elle était plus une charge qu'une aide, qu'elle était une entrave.

Le summum c'était quand il la traitait de parisienne ; elle était née à Montluçon !

Mais le pire c'était quand ses railleries ou remarques acerbes lui étaient adressées en présence d'interlocuteurs qui souvent masquaient leur gêne en détournant leurs regards.

Résignation : le pompon, Isabelle l'avait décroché il y a deux ans après la mort de son beau-père.

Elle avait perdu un allié, c'était un peu comme son propre papa si doux et gentil, le contraire de son fils Romuald qui avait hérité du caractère de chien de la mère.

La belle-mère avait réussi à s'imposer quotidiennement à leur table et ce, deux fois par jour.

Tout doucement, sans bruit, à pas feutrés, au début une à deux fois par semaine ; puis trois à quatre et enfin tous les jours.

Elle avait tenté de s'en plaindre à son mari qui avait rétorqué qu'elle n'avait pas de cœur, qu'il fallait comprendre sa mère, lui laisser du temps et l'épauler dans son chagrin.

Tu parles : c'est tout juste si Romuald avait pris du temps pour enterrer ses beaux-parents.

Toujours le travail, la ferme, les vaches...

Mais elle avait tenu bon ; pas de belle maman le dimanche qui était le jour de réception.

Enfin les rares fois où cela était possible : tout au plus quatre à cinq dimanches par an.

Toujours un empêchement, des foins à faire ou des semis à terminer ; le pire c'était en automne il travaillait le jour du seigneur pour pouvoir chasser l'esprit tranquille le lundi avec ses copains.

Et puis la belle-mère non contente de s'imposer à table mangeait comme quatre mais prétendait que pourtant la cuisine n'avait rien d'extraordinaire : « la faim fait tout avaler » était sa formule phare.

Alors les vacances au bord de mer elle y avait renoncé par désir de paix, pour ne pas avoir la tête pendant des jours, par habitude, par résignation, par acceptation d'un état qui loin de la satisfaire lui faisait moins peur que l'inconnu. Elle avait ses repères dans cette vie fade et insipide.

Mais si sa vie était bien régie par la règle des trois R, cela était-il définitif ?

Ber....

À toutes les femmes qui subissent et qui n'osent...

Égalité

Égalité, ce grand mot qui, dans beaucoup de domaines, engage de nombreuses réflexions. Aujourd'hui nous le sollicitons pour LA FEMME.

Égalité, parce que l'homme n'a pas compris, le comprendra-t-il un jour ? Au lieu de se compléter avec le sexe qui l'oppose, seulement pour des questions de plaisir, qui n'est pas toujours partagé, là encore... il prend goût à la rabaisser quel que soit le sujet, l'endroit, sont-ils tellement si rares ces hommes qui savent reconnaître à haute voix qu'il faut l'écouter, la gratifier, l'honorer... Elle est là, l'a toujours été, le sera de plus en plus... Et aujourd'hui elle sait imposer un NON ou un avis défavorable au sexe opposé.

Pour une bonne démarche de développement il faut absolument prendre en compte l'égalité entre hommes et femmes, leur participation à TOUS et TOUTES, dans tous domaines.

Le logo ENTREPRISE POUR L'EGALITE devrait s'afficher de plus en plus sur les lieux de travaux, super motivant NON ?

Une loi apparait le 4 août 2014, papa peut prendre un congé parental comme maman, un grand PAS car on ne se rend jamais mieux compte que d'être sur le terrain !!! L'égalité, pour créer ce petit être, est présente dans sa création et bien, elle doit l'être aussi pour la suite. On a évolué, mais encore beaucoup de prise de conscience pour l'HOMME...

Pour ce qui est des différents milieux de vie de la femme, l'égalité n'est pas du tout la même en milieu urbain : elle est privilégiée car elle bénéficie de plus de moyens, moyens de transport, aide à la garde de ses enfants, d'activités pour eux-mêmes, ce qui fait qu'elle peut plus s'octroyer des loisirs. Quant à la femme de la campagne, milieu rural, elle ne bénéficie pas de tout, bien que les crèches voient quand même le jour de plus en plus. Mais il faudrait amener des activités extrascolaires (sport, théâtre, etc.) dans ces milieux, pour les enfants, mais aussi pour les parents et la vie de l'exploitation en partenariat avec son époux qui lui ne partage pas vraiment tout...

L'homme lui peut s'impliquer dans la prise de décisions au niveau de sa localité, voire de sa région, elle-même aimerait certainement y prendre part. Il exerce souvent une activité extérieure style la chasse voire le foot mais, elle, où se trouve son créneau de distraction ? Je pense quand même que nous avons évolué, tous ne sont pas dans cette opinion bien heureusement, mais il faut vraiment aider le monde rural et lui apporter des moyens pour que la FEMME au même titre que l'HOMME puisse bénéficier d'une bonne qualité de vie, le monde en général ne s'en sentira que mieux ÉVOLUONS ENSEMBLE POUR MIEUX AGIR.

Partage inégal des tâches, obstacle important à l'égalité entre HOMMES et FEMMES dans le développement rural.

Laure FOUQUET

3919 n'est pas le numéro de ma boucle !

Dans mon pré, **moi la vache**, on me laisse paître.
Dans ta maison, Toi, on te bride...

Dans mon auge, **moi la vache**, j'ai du foin.
Dans ta maison, Toi, les placards sont bouclés

Dans ma bétailière, **moi la vache**, on me déplace.
De la voiture, Toi, tu ne t'en sers pas, tu n'as pas le droit de passer le permis.

Dans un concours, **moi la vache**, on me fait belle.
Toi, tu n'as pas le droit au maquillage et au coiffeur

Dans mon étable, **moi la vache** on me caresse et me parle.
Toi, tu as encore peur des coups et des insultes.

Moi la vache,

Dans ma vie, on m'aime, on me cajole, on me parle, on me nourrit, on me sort.

Et TOI, on t'empêche de t'exprimer, de respirer, de vivre... tout simplement

Alors APPELLE LE 3919, si ce n'est pas maintenant, ce sera quand ?

Le jour où on t'amènera à l'abattoir ?

Christine

Écrits collectifs

Neige Blanche et les 7 mains.

C'était en plein été, le soleil brillait et pourtant Neige Blanche se sentait bien seule. Sans cesse, elle usait ses sept mains. Dans l'une, elle plaçait le balai, dans l'autre la serpillère, dans la troisième le seau, la suivante portait la raclette, la cinquième le torchon, la sixième le Fébreze®, la septième l'éponge. Les trois dernières étaient utilisées pour essuyer les larmes et se moucher.

Un jour de grand ménage, elle rencontra le Prince et ses sept moufflets se prénommant crasseux, vermine, malsain, odieux, pervers, tristounet, colérique. Neige Blanche amoureuse en secret du Prince, passa avec lui un moment délicieux à discuter. Puis lorsqu'elle regarda le soleil se coucher, elle fut prise de panique : il fallait faire toutes les vitres du château avant les 12 coups de minuit ! Elle leur demanda alors de l'aide. Ils s'exécutèrent, tous sous le charme. La fragilité de cette toute jeune fille les excitait. Ils se disaient « aujourd'hui les vitres, demain elle sera à nous et on en fera ce que l'on voudra ». Mais la méchante reine coupa court à ces réflexions. Elle attrapa Neige Blanche par les cheveux, la traînant à terre. En furie, elle l'insulta : « Traînée ! Comment oses-tu mettre mon fils Le Prince et ses légitimes, aux tâches ménagères ? Tu fais régner la honte sur le château et tous les serviteurs vont rire de nous. Tu payeras pour ton inconscience ! » Et elle chassa violemment Neige Blanche.

Neige Blanche menacée, sans travail, sans nourriture errait dans la forêt. Le Prince attristé de la situation mais sous l'autorité de sa mère, la faisait rechercher secrètement. Lorsqu'il la retrouva enfin, il lui dit : « Si tu veux un jour m'épouser, tu dois plaire à ma mère. Il te faudra la servir et lui obéir... »

Cette histoire nous la laissons sans fin...

La morale s'adresse à nous les femmes : nous devons éduquer nos enfants dans le respect, leur donner le bon exemple. Quel crime y a-t-il qu'un fils participe aux tâches ménagères ? Il y a du grand ménage à faire dans les schémas qui nous emprisonnent et dont finalement nous nous rendons complices en les reproduisant. Et puis, combien de femmes, ici et ailleurs, sont victimes de la jalousie et du despotisme de leur belle-mère, qui refusent que leur fils ne leur appartienne plus exclusivement ?

C'est à chacune d'écrire la fin de l'histoire...

Régie Moulins sud, atelier de mobilisation personnelle

Les inégalités hommes femmes

Les inégalités hommes femmes handicapent les pays en voie de développement et contaminent également les pays développés. C'est inadmissible à notre époque. La raison ? Toute inégalité a une origine, celle liée au genre existe depuis la nuit des temps et dans quasiment tous les pays. Nos sociétés sont encore basées sur un modèle patriarcal ! Et les religions ont été un des facteurs les plus puissants pour conforter la discrimination entre homme et femme. Nous avons relevé quelques exemples au sein des trois grands courants religieux monothéistes.

Dans la religion chrétienne, pas question pour une femme de prêcher ou de donner la communion. De même, pas de divorce possible puisqu'il est considéré comme adultère si la personne divorcée retrouve un(e) conjoint(e). La contraception et l'avortement ne sont pas autorisés. La femme est soumise à l'homme. « Femmes soyez soumises à vos maris, comme au seigneur ». (Ephésiens 5 :21-25). Le mari est le chef de famille, comme le Christ est le chef de l'Église. Lorsqu'on sait que nombre de femmes élèvent seules leurs enfants aujourd'hui, la doctrine chrétienne n'est plus adaptée aux sociétés modernes. La femme chrétienne a un but bien défini : procréer et servir son mari (Épître aux Colossiens / 3:18). C'est Adam qui aurait été créé le premier, Eve ensuite. Et ce n'est pas Adam qui se laissa séduire, mais la femme qui séduite, a désobéi mais « néanmoins, elle sera sauvée par la maternité ». (1 Tim 2, 15).

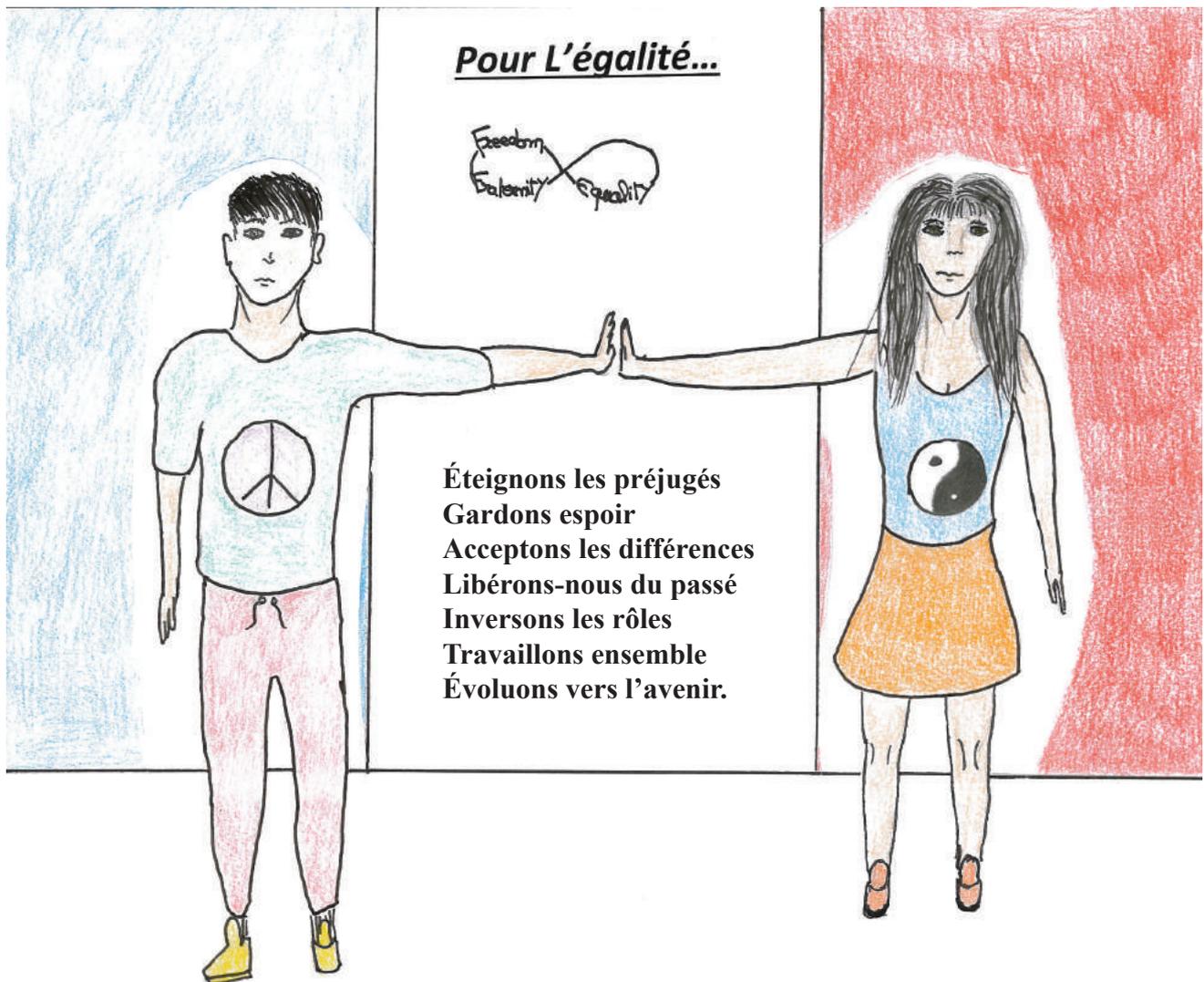
Dans la religion musulmane, la fidélité n'est pas réciproque puisque l'homme peut être polygame. Elle est le reflet d'une société patriarcale où la femme, asservie, peut être remplacée, répudiée, « jetée ». Quant au port du voile, il est lié à ces règles de pudeur selon lesquelles les parties honteuses du corps doivent être couvertes. Pour lutter contre le désir des hommes et ne pas le provoquer, la femme cache sa beauté, « toute femme qui prie ou parle sous l'inspiration de dieu sans voile sur la tête, commet une faute identique, comme si elle avait la tête rasée. Si donc une femme ne porte pas de voile, qu'elle se tonde ; ou plutôt, qu'elle mette un voile puisque c'est une faute pour une femme d'avoir les cheveux tondus ou rasés. » (1 Cor 11, 10). Dans certains pays, c'est le voile ou la mort.

Dans la religion juïque, la femme n'a généralement pas accès au Rabinat, sauf quelques exceptions : Pauline Bebe en 1990, Célia Surget en 2007, Delphine Horvilleur 2008. C'est donc relativement récent mais très encourageant. Chez les Juifs, le divorce et la répudiation sont permis mais découragés, l'avortement est autorisé seulement si la vie de la mère est en danger. La contraception et la polygamie sont interdites. Le symbole de l'impureté, lié à la période de menstruation et après un accouchement est le plus éloquent : les femmes sont exclues de toute activité religieuse et même sociale pendant leurs règles, puisque les objets touchés par la femme deviennent impurs. Lorsque la femme accouche d'un garçon, elle est impure pendant sept jours et doit attendre quarante jours pour redevenir pure, alors que si elle accouche d'une fille, elle est impure pendant quatorze jours et redevient pure après soixante-dix jours.

Cette subordination des femmes au sein des traditions religieuses constitue en soi une forme de violence.

Et nos enfants dans tout ça ? Ils sont conditionnés à la naissance par des stéréotypes. Les filles jouent à la dinette et avec des poupées ce qui les prépare à leur maternité et aux tâches ménagères ; les garçons jouent à la voiture, à la guerre. Ces schémas et conditionnements ont la vie dure et sont souvent transmis par les contes, les manuels scolaires (rapport de la Halde de 2008) les publicités et même les parents !

Régie Moulins sud, atelier de mobilisation personnelle



Gardons espoir par l'égalité, partageons les mêmes responsabilités et prenons nous-mêmes les décisions et ce n'est pas l'homme qui décide pour nous. Travaillons pour avancer et libérons-nous de nos pensées du passé et oublions tous ensemble les différences.

Homme et femme, aucun d'eux ne peut vivre sans l'aide indispensable de l'autre, alors soyons égaux, un pour tous, tous pour l'égalité.

On peut faire toute seule sans homme réveille-toi pour travailler, arrête de t'enfermer. La femme doit toujours rester forte et garder ses valeurs, ne pas se laisser avoir et toujours défendre ses droits. Tu peux travailler, être libre, avoir tes choix, tes règles, tes décisions, choisir ce que tu veux faire, toujours être là, ne pas te laisser avoir. Une femme peut travailler, une femme peut gérer plusieurs choses, une femme résiste toujours, une femme c'est ta mère, c'est ta sœur...

Une femme vivant dans la peur.

Tous les jours vivant au côté de son enfant et son compagnon, pensait vivre le pur bonheur d'une famille parfaite. Son compagnon travaillait en 3/8 dans une usine et elle s'occupait de son enfant et de l'entretien de sa maison durant la journée.

Jusqu'au jour où tout bascule en cauchemar. Son compagnon perd son emploi et se met à boire, son caractère et ses réflexions deviennent ingérables à un point qu'il s'en prend à elle en la frappant. Cette jeune femme ne sait plus quoi faire pour que tout redevienne comme avant. Un jour il lui dit « tu es une bonne à rien » - et un autre jour c'était « je t'aime ma chérie, je ne peux pas vivre sans toi ».

Cette femme l'aimait de tout son cœur et était prête à tout pour l'aider à se sortir de cette maladie qu'est l'alcoolisme. La journée, son homme ne gérait plus rien ni ménage, ni cuisine. Il ne faisait même plus attention à son enfant.

Et un soir, il prit sa voiture pour faire une virée avec ses copains et sa femme en profita pour sortir décompresser avec ses amies. Malheureusement, au retour elle voit son compagnon en voiture s'arrêtant sur le bas côté de la route. Il était dans une colère noire à cause de l'alcool, Il l'attrapa par les cheveux en la ruant de coups et en l'insultant de tous les noms.

Ses amies, témoins de la scène, appellent les gendarmes qui interviennent sur les lieux ainsi que les pompiers. Son compagnon est emmené au poste pour des explications sur son comportement mais il est tellement saoul qu'il ne sait quoi dire.

Cette pauvre femme est transportée aux urgences avec de nombreuses fractures et plusieurs hématomes au visage.

48 heures plus tard, elle se rend à la gendarmerie avec la peur au ventre, accompagnée de sa meilleure amie avec l'intention de porter plainte contre son compagnon. Mais elle perd tout courage en le voyant pleurer sur son sort.

Au final, ils se séparèrent pour essayer de vivre chacun de leur côté. Ce jeune homme a été dans l'obligation de faire une cure dans un centre de désintoxication pendant des mois. Cette jeune femme suivit une aide psychologique pour évacuer cette peur et cette angoisse subies pendant plusieurs mois.

Un an plus tard, elle réussit à refaire sa vie, seule avec son enfant, a trouvé un emploi, passé son permis et retrouvé le vrai bonheur qu'elle croyait avoir trouvé pendant tout ce temps, mais qui n'était pas réel.

AMP du Mayet-de-Montagne
(atelier de mobilisation personnelle)

Lettre ouverte

À vous les femmes,

Filles d'hier, d'aujourd'hui et de demain, à force de combat pour l'indépendance, l'égalité, nous sommes maintenant libres de faire nos choix et de nous assumer !

Mais devons-nous nous contenter de cela ?

Les discriminations sont encore trop présentes dans notre quotidien : dans les cours d'école, au travail, sur le pavé ou encore dans nos chemins de terre...

Combien de femmes sont encore victimes d'inconnus, de leurs pères, de leurs frères, de leurs conjoints...

Ailleurs, nos sœurs doivent se cacher, subir, se taire pour faire semblant d'avoir une existence.

La solidarité n'a pas de frontières. Quelles différences y-a-t-il entre une femme d'ici ou de là-bas ?

Au fond, seules quelques générations de pensées et d'évolutions nous séparent.

Il ne faut pas oublier que les hommes nous dominaient avant.

Mais la rancune ne nous fera pas avancer. Le monde de demain ne sera que meilleur si nous le construisons ensemble.

Notre liberté gagnée s'arrête là où celle des autres commence !

Pour toutes les femmes, pour tous les hommes, pour nos enfants !

Nous sommes au yeux de la loi tous égaux alors main dans la main, marchons vers une égalité parfaite !

Les filles de Durdar

Regards de Femmes

Hier : soumises, non respectées, plutôt esclaves hélas...
Trop souvent dans la violence sous toutes ses formes...
(Dans nos campagnes, des drames ont marqué...)

Aujourd'hui : les femmes se réveillent, c'est la RÉVOLTE, les choses changent,
les femmes veulent L'ÉGALITÉ dans la société, le couple, la famille
mais hélas trop de VIOLENCES ENCORE...
Les hommes ont trop d'incompréhensions pour accepter les réelles positions FÉMININES.

Demain : face aux hommes enfin évolués et détachés de ces éducations lointaines et archaïques



- respectées
- libres
- pour une nouvelle construction
- de la vie sans violences
- dans l'égalité

Femmes et hommes dans l'Amour et la Paix
Le plus beau futur pour nos descendants...

Regards de Femmes

Écrits hors concours*

*Possibilité ouverte aux personnes ne souhaitant pas participer au concours, souhaitant proposer un second texte ou étant membre du Jury.

Pour l'égalité... Contre les violences faites aux femmes

À toi qui a essayé de détruire ma vie. Parce que nous étions jeunes, parce que notre histoire avait si bien commencé, parce que notre amour était fusionnel et plus fort que tout, parce que tu étais ma joie au quotidien, jamais je n'aurais cru que tout basculerait pour un détail, un banal SMS que je n'ai pas voulu te montrer. Je subissais déjà tes humiliations et tes dénigrement mais jusque-là je n'avais jamais voulu le croire, je n'avais jamais voulu croire que tu faisais partie de ces hommes. Et ce jour-là, pour la première fois tu t'es révélé au grand jour, j'ai enfin pu voir ton vrai visage, celui que je refusais de voir en face. Les coups de poing ont plu sur mon visage, les coups de pied dans mon ventre, et puis tes parents qui prennent ta défense, parce que oui je l'avais quand même bien cherché. Ce jour-là mais aussi les autres, j'ai vu dans tes yeux que si je restais un jour tu me tuerais. Mes animaux ont eu bon dos : « je suis tombée de cheval », « il m'a donné un coup de tête ». Ce n'était pas eux mais bien toi qui laissais ces traces sur mon corps. Tu as voulu me faire croire que tout était de ma faute et que tu étais une pauvre victime, moi je t'ai cru. Et puis, tu voulais te faire pardonner, tu voulais te marier, tu voulais avoir un bébé, j'étais heureuse d'être enfin aimée, tu voulais me contrôler, que je ne puisse plus t'échapper. Malgré cela il a été dur pour moi de te quitter, tu étais partout, oppressant, harcelant, le seul moyen d'être tranquille était de céder. Puis, un dilemme s'est imposé à moi : l'amour à en mourir ou repartir à zéro et être enfin heureuse. Moi j'ai choisi la vie et pour cela il a fallu te quitter. Dix ans se sont écoulés et pourtant je n'arrive pas à oublier, aujourd'hui ces mots sur cette feuille comme une thérapie parce que la honte m'a empêchée de parler. Tu n'as pas réussi à me détruire, maintenant sans toi je suis heureuse. J'ai rencontré un homme qui accepte mes amis, ma vie, nos différences de point de vue, qui m'aime comme je suis tout simplement. Aujourd'hui je peux le dire, c'était moi la victime. Même si je n'ai jamais oublié les horreurs que tu m'as fait subir je veux que tu saches que tu ne m'as pas détruite. Tu as voulu me tuer, j'ai réussi à revivre.

À toi qui vit ce que j'ai vécu. Toi, femme qui souffre face aux mots et aux actes de ton conjoint, tu es belle, tu as sûrement aussi plein de qualités et de compétences malgré ce qu'il peut te faire croire. Ne reste pas là à subir ta vie et à la rêver parce que rêver tue, ou devrais-je dire : rêver ne te sauvera pas ! Prends ta vie en main pour que ces rêves deviennent ta réalité, que tu ne vives plus dans la peur et que tu sois enfin heureuse et reconnue pour ce que tu es vraiment ! Avec l'aide de tes proches et de professionnels, quitte cet homme qui ne fait qu'empoisonner ta vie. J'ai réussi à revivre alors pourquoi pas toi ?

À vous qui m'avez soutenue. Je ne vous remercierai jamais assez, vous, mes proches, qui m'avez soutenue sans même le savoir car je n'ai pas réussi à vous parler, parce que sans vous je serais morte. Vous, oui vous, même si vous ne le savez pas encore, vous pouvez peut-être sauver un de vos proches, des fois peut-être même sans le savoir, parce que l'amour peut aussi faire des miracles et qu'une présence peut tout changer.

Quand les fantômes me hantent et me hanteront, mais que la vie sera plus forte que tout, ces quelques mots pour tout ce que j'ai accompli et que j'accomplirai encore, pour mes amis que j'ai dû délaisser pour lui et que j'ai retrouvés, pour ma famille qui a souffert en même temps que moi, pour toutes ces femmes qui vivent l'enfer à cause d'un homme qui n'en est pas un. Pour que plus jamais un homme ne croit qu'une femme puisse être sa propriété. Pour qu'hommes et femmes vivent enfin égaux et que l'amour ne soit plus une souffrance.

Anonyme

« Contre les violences faites aux femmes »

Matin et soir, toute l'année, c'est moi qui fais la traite. Mon mari, lui, panse les bêtes, c'est-à-dire leur met la paille, le foin, puis il monte sur son tracteur et part aux champs la plupart du temps.

Ça ne me déplaît pas de faire la traite. C'est un moment en-dehors de la maison, de la cuisine, du ménage. Je retrouve mes bêtes, je les connais toutes, quarante frisonnes au poil rutilant. Je les fais rentrer par groupe de six dans la salle de traite, elles ont chacune leur ration spécifique. Elles se bousculent un peu mais en général elles passent presque toujours dans le même ordre. Je désinfecte les pis et j'installe les trayeuses électriques. D'ordinaire, ces gestes automatiques m'apaisent. Je leur parle beaucoup, les houspille, les récompense de la voix. Une fois leur lait tiré, je leur ouvre et fais rentrer les suivantes. Quand tout est fini, il faut tout laver, tout nettoyer. Jeter un regard au tank à lait, vérifier la température, tout va bien. Enfin, j'aimerais bien que tout aille bien.

Je suis fille d'agriculteurs, je suis née dans ce milieu. Je n'imagine pas vivre ailleurs qu'à la campagne, Quand je vais en ville, je veux dire la grande ville comme à Paris où on a passé quatre jours chez une tante pour visiter la « Capitale », j'étouffe, à m'enfoncer sous terre dans ce métro qui pue ! C'est vrai, on voit de belles choses, mais je suis soulagée de retrouver mon village. Ici, tout le monde se connaît, ou presque. C'est l'inconvénient, rien de ce qui arrive ne passe longtemps inaperçu. Moi, je me fais discrète, je fais mon boulot, je suis aimable avec tout le monde. Je ne vais pas trop aux réunions, je n'aime pas beaucoup prendre la parole, ni me montrer. Il y a quelque temps, j'ai surpris la conversation de deux voisines « qu'est-ce qu'elle est terne, cette fille ! Et t'as vu, toujours en manches longues et en pantalon, l'autre jour elle avait même un foulard, par cette chaleur ! » J'ai fait demi-tour avant qu'elles ne me voient, les larmes me sont montées aux yeux. Et pourtant, je ne suis pas chochote comme on dit, je suis dure à la douleur. Mais là, c'était différent. Qu'est-ce qu'elles savent de ma vie pour juger comme ça ! C'est vrai, je ne suis pas expansive, je sais bien que je ne me suis jamais totalement « intégrée ». Avec Michel, mon mari, on s'est connu au lycée agricole. Quand on s'est marié, il a repris la ferme de ses vieux parents. Maintenant, ils sont décédés et les miens sont de l'autre côté du département, il faut plus d'une heure, on n'y va pas souvent. Alors, on vit un peu sur nous-mêmes, enfin surtout moi, lui il a des responsabilités dans un syndicat agricole, il part souvent en réunion. Et quand il rentre, quelque-soit l'heure, il faut que je sois disponible, enfin vous voyez ce que je veux dire. Au début, je me suis rebiffée, deux heures du mat, j'aimerais bien dormir ! Mais bon, je l'ai vite fermée, parce qu'en plus, il aime bien boire un coup, alors il monte vite dans les tours comme on dit, je n'ai pas intérêt à la ramener. Je pleurais mais ça le foutait encore plus en rogne. Avec le temps, j'ai appris à mettre de la distance, à supporter en me disant que j'pouvais rien y faire, de toute façon j'irais me plaindre à qui ? On passait quand même de bons moments, même s'il est très exigeant sur tout, j'ai pas intérêt à laisser cramer une casserole ou oublier une facture. L'autre jour, il y avait un bon film à la télé, il était même détendu. Mais hier il s'est encore énervé et il s'est pas retenu, je vais le sentir un moment, surtout la cuisse et une côte que je me suis froissée sur le coin de la table en tombant. Il m'a dit que j'étais une bonne à rien, même pas bonne à élever un môme ! C'est pas ma faute si je l'ai perdu, ce bébé... Tiens, j'ai à nouveau les larmes. Et ensuite, rien à faire, je n'en ai plus jamais attendu.

Ce soir, je voudrais que la traite ne finisse jamais, ne pas avoir à retraverser la cour, rentrer dans l'arrière-cuisine, enlever mes bottes, me laver les mains. Et rentrer dans la cuisine, un nœud dans le ventre.

Agnès REIGNEAUD

L'animal - la femme est un homme comme les autres

Contexte : En France, un animal domestiqué est reconnu comme « un être sensible, qui doit être placé par son propriétaire dans des conditions compatibles avec les impératifs biologiques de son espèce ». (Article 9 de la loi n°76-629 du 10 juillet 1976). La réglementation protégeant les animaux d'élevage est sous-tendue par la reconnaissance de leur sensibilité, c'est-à-dire de leur capacité à ressentir le plaisir, la souffrance, des émotions.

En France, c'est l'article L214 du code rural qui mentionne leur caractère d'êtres sensibles.

[Les agricultrices de Dfam 03 se sont amusées au fil de leurs recherches, à remplacer le terme « animal » par le terme « femme ». Cherchons l'erreur !](#)

Bien-être (animal) de la femme.

(L'animal) la femme est un homme comme les autres

Parlons Bien-être de (l'animal) la femme et ouvrons les yeux sur la condition de (l'animal) la femme !

Il est temps de rompre avec l'habitude de voir les (animaux) femmes systématiquement reléguées à l'arrière-plan. Faisons avancer le débat ! Si les (animaux) femmes sont sensibles - c'est-à-dire capables de ressentir ce qui leur arrive, de souffrir ou de jouir de la vie - il est juste de s'opposer à leur oppression et ce, quel que soit le niveau de préoccupation à leur sujet dans l'opinion publique.

Comme tout vertébré doté d'un système nerveux central, les (animaux) femmes ressentent ce qui leur arrive. Elles éprouvent des émotions (la peur, la joie, l'inquiétude, la satisfaction...) et parfois des sentiments complexes (la jalousie, l'empathie...). Elles expriment ainsi des préférences, issues tant de leurs besoins physiologiques et comportementaux biologiques que de leur propre expérience d'individu « sentient ». Les (animaux) femmes sont intelligentes et capables de ressentir des émotions telles que la peur et la douleur ainsi que le plaisir et le bonheur. Parce que les (animaux) femmes sont des êtres sensibles, respectons leurs besoins comportementaux !

Au cours de votre vie de couple, vous aurez à prendre position sur des sujets qui affecteront la condition de votre (animal) femme :

Le bien-être de (l'animal) la femme fait référence à « la qualité de vie telle que (l'animal) la femme en fait l'expérience ». Le bien-être de (l'animal) la femme au sens large englobe non seulement la santé et le bien-être physique de (l'animal) la femme, mais aussi son bien-être psychologique et la possibilité d'exprimer les comportements importants propres à son espèce. Le bien-être peut être décrit comme satisfaisant si les (animaux) femmes sont en bonne santé physique et psychologique, se sentent bien et ne souffrent pas, selon les Cinq Libertés.

Les Cinq Libertés pour le bien-être de (l'animal) la femme :

1. Ne pas souffrir de la faim ou de la soif – accès à de l'eau fraîche et à une nourriture adéquate assurant la bonne santé et la vigueur des (animaux) femmes
2. Ne pas souffrir d'inconfort – environnement approprié comportant des abris et une aire de repos confortable.
3. Ne pas souffrir de douleurs, de blessures ou de maladies – prévention ou diagnostic rapide et traitement.
4. Pouvoir exprimer les comportements naturels propres à l'espèce humaine – espace suffisant, environnement approprié aux besoins des (animaux) femmes, et contact avec d'autres congénères.
5. Ne pas éprouver de peur ou de détresse – conditions n'induisant pas de souffrances psychologiques.

En attendant l'abolition des violences conjugales...

les associations de protection des (animaux) femmes se focalisent sur les diverses violences exercées afin de réaliser des avancées plus rapides. De nombreuses pages proposent des ressources pédagogiques sur le thème du bien-être de (l'animal) la femme, législation, cahier des charges, chartre de bonnes pratiques, numéro vert et autres dispositifs.

EXTRAIT D'ÉCONOMIE DOMESTIQUE POUR LES HOMMES,

revu et corrigé par les agricultrices du GFDA des Combrailles, publié en 2016

Faites en sorte que le dîner soit prêt. Préparez les choses à l'avance, le soir précédent s'il le faut, afin qu'un délicieux repas l'attende à son retour du travail. C'est une façon de lui faire savoir que vous avez pensé à elle et vous souciez de ses besoins. Lorsqu'elle rentre à la maison, la perspective d'un bon repas fait partie de la nécessaire chaleur d'un accueil.

Soyez prêts ! Prenez quinze minutes pour vous reposer afin d'être détendu lorsqu'elle rentrera. Retouchez votre look, mettez parfum et déodorant et soyez frais et avenant. Elle a passé la journée en compagnie de gens surchargés de soucis et de travail. Soyez enjoué et un peu plus intéressant que ces derniers. Sa dure journée a besoin d'être égayée et c'est un de vos devoirs de faire en sorte qu'elle le soit.

Rangez le désordre. Faites un dernier tour des principales pièces de la maison juste avant que votre épouse ne rentre. Rangez le bureau, ne laissez pas traîner slip et chaussettes et vérifiez la propreté des toilettes.

Pendant les mois les plus froids de l'année, il vous faudra préparer et allumer un bon feu dans la cheminée, auprès duquel elle puisse se détendre. Votre femme aura le sentiment d'avoir atteint un havre de repos et d'ordre et cela vous rendra également heureux. En définitive veiller à son confort vous procurera une immense satisfaction personnelle.

Réduisez tous les bruits au minimum Au moment de son arrivée, éliminez tout bruit de home cinéma, machine à laver, sèche-linge ou aspirateur. Essayez d'encourager les enfants à être calmes après avoir vérifié leurs devoirs et leçons. Accueillez votre femme avec un chaleureux sourire et montrez de la sincérité dans votre désir de lui plaire.

Écoutez-la. Il se peut que vous ayez des choses importantes à lui dire, mais son retour à la maison n'est pas le moment opportun. Laissez-la parler d'abord, souvenez-vous que ses sujets de conversation sont plus importants que les vôtres. Faites en sorte que la soirée lui appartienne.

Ne vous plaignez jamais si elle rentre tard à la maison.

Si elle sort pour une soirée entre filles, restaurant, cinéma, discothèque ou bowling, essayez de faire en sorte que dans votre maison, votre épouse puisse détendre son corps et son esprit.

Proposez-lui de se détendre sur le canapé, préparez-lui un apéritif. Parlez d'une voix douce, apaisante et plaisante. Ne lui posez pas de question sur ce qu'elle a fait et ne remettez jamais en cause son jugement ou son intégrité.

Lorsqu'elle a fini de dîner, débarrassez la table et remplissez rapidement le lave-vaisselle.

Si votre épouse se propose de vous aider, déclinez son offre car elle risquerait de se sentir obligée de la répéter par la suite et après une longue journée de travail, elle n'a nul besoin de contraintes supplémentaires. Encouragez votre femme à se livrer à ses passe-temps favoris, lecture, sudoku, jeux en ligne et réseaux sociaux et à se consacrer à ses centres d'intérêt. Montrez-vous intéressé sans toutefois donner l'impression d'empiéter sur son domaine. Si vous avez vous-même, des petits passe-temps, faites en sorte de ne pas l'ennuyer en lui parlant, car les centres d'intérêts des hommes sont souvent assez insignifiants comparés à ceux des femmes.

Bien que l'hygiène masculine soit d'une grande importance, pensez à lui préparer un bon bain moussant et relaxant. Assurez-vous d'être à votre meilleur avantage en allant vous coucher, posez vos chaussettes.... Essayez d'avoir une apparence sexy et aguicheuse.

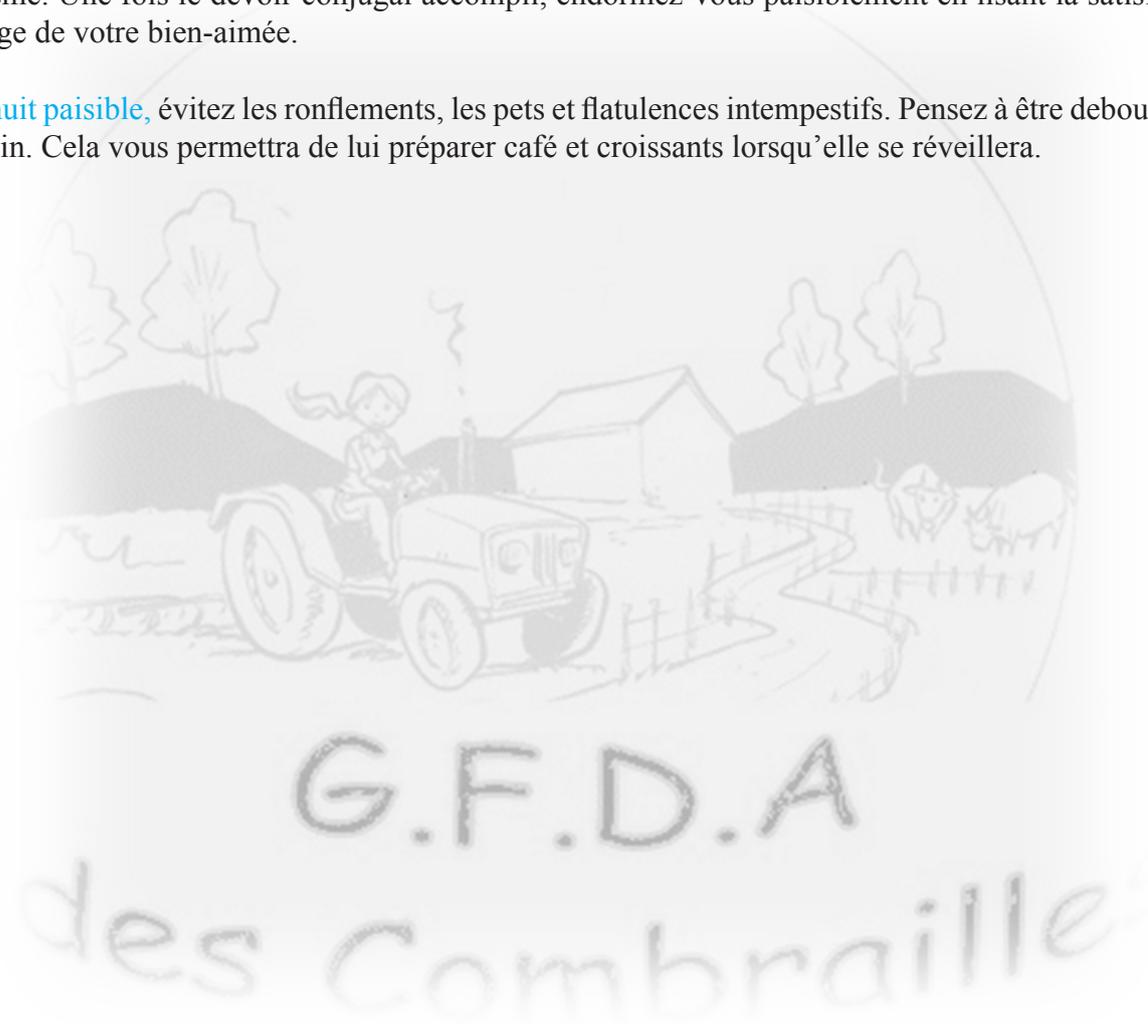
À la fin de la soirée une fois que vous êtes tous les deux retirés dans la chambre à coucher, préparez-vous à vous mettre au lit aussi promptement que possible.

En ce qui concerne les relations intimes avec votre épouse, il est important de vous rappeler les liens qui vous unissent et en particulier votre obligation de lui obéir. Si elle estime qu'elle a besoin de dormir immédiatement, qu'il en soit ainsi. En toute chose, soyez guidé par les désirs de votre femme et ne faites en aucune façon pression sur elle pour provoquer ou stimuler une relation intime.

Si votre femme suggère le rapport sexuel, acceptez-le avec humilité tout en gardant à l'esprit que le plaisir d'une femme est plus important que celui d'un homme. Lorsqu'elle atteint l'orgasme, un petit mot tendre susurré à l'oreille encouragera et sera tout à fait suffisant pour indiquer toute forme de plaisir que vous avez pu avoir.

Si votre femme suggère une expérience plus coquine, ne cachez pas votre engouement et indiquez votre enthousiasme. Une fois le devoir conjugal accompli, endormez-vous paisiblement en lisant la satisfaction sur le visage de votre bien-aimée.

Pour une nuit paisible, évitez les ronflements, les pets et flatulences intempestifs. Pensez à être debout avant elle le matin. Cela vous permettra de lui préparer café et croissants lorsqu'elle se réveillera.



**Authentique extrait d'un manuel scolaire catholique
d'ÉCONOMIE DOMESTIQUE POUR LES FEMMES, publié en 1960.**

Faites en sorte que le souper soit prêt. Préparez les choses il l'avance, le soir précédent s'il le faut, afin qu'un délicieux repas l'attende à son retour du travail. C'est une façon de lui faire savoir que vous avez pensé à lui et vous souciez de ses besoins. La plupart des hommes ont faim lorsqu'ils rentrent à la maison et la perspective d'un bon repas (particulièrement leur plat favori) fait partie de la nécessaire chaleur d'un accueil.

Soyez prête, prenez quinze minutes pour vous reposer afin d'être détendue lorsqu'il rentre. Retouchez votre maquillage, mettez un ruban dans vos cheveux et soyez fraîche et avenante. Il a passé la journée en compagnie de gens surchargés de soucis et de travail. Soyez enjouée et un peu plus intéressante que ces derniers. Sa dure journée a besoin d'être égayée et c'est un de vos devoirs de faire en sorte qu'elle le soit.

Rangez le désordre. Faites un dernier tour des principales pièces de la maison juste avant que votre mari ne rentre. Rassemblez les livres scolaires, les jouets, les papiers, etc. et passez ensuite un coup de chiffons à poussière sur les tables.

Pendant les mois les plus froids de l'année il vous faudra préparer et allumer le feu dans la cheminée, auprès duquel il puisse se détendre. Votre mari aura le sentiment d'avoir atteint un havre de repos et d'ordre et cela vous rendra également heureuse. En définitive veiller à son confort vous procurera une immense satisfaction personnelle.

Réduisez tous les bruits au minimum au moment de son arrivée, éliminez tout bruit de machine à laver, séchoir à linge ou aspirateur. Essayez d'encourager les enfants à être calmes. Soyez heureuse de le voir. Accueillez-le avec un chaleureux sourire et montrez de la sincérité dans votre désir de lui plaire.

Écoutez-le, il se peut que vous ayez une douzaine de choses importantes à lui dire, mais son arrivée à la maison n'est pas le moment opportun. Laissez-le parler d'abord, souvenez-vous que ses sujets de conversation sont plus importants que les vôtres. Faites en sorte que la soirée lui appartienne.

Ne vous plaignez jamais s'il rentre tard à la maison. On sort pour dîner ou pour aller dans d'autres lieux de divertissement sans vous. Au contraire, essayez de faire en sorte que votre foyer soit un havre de paix, d'ordre et de tranquillité où votre mari puisse détendre son corps et son esprit.

Ne l'accueillez pas avec vos plaintes et vos problèmes. Ne vous plaignez pas s'il est en retard à la maison pour le souper ou même s'il reste dehors toute la nuit. Considérez cela comme mineur, comparé à ce qu'il a pu endurer pendant la journée. Installez-le confortablement. Proposez-lui de se détendre dans une chaise confortable ou d'aller s'étendre dans la chambre à coucher. Préparez-lui une boisson fraîche ou chaude. Arrangez l'oreiller et proposez-lui d'enlever ses souliers. Parlez d'une voix douce, apaisante et plaisante. Ne lui posez pas de question sur ce qu'il a fait et ne remettez jamais en cause son jugement ou son intégrité. Souvenez-vous qu'il est le maître du foyer et qu'en tant que tel, il exercera toujours sa volonté avec justice et honnêteté.

Lorsqu'il a fini de souper, débarrassez la table et faites rapidement la vaisselle. Si votre mari se propose de vous aider, déclinez son offre car il risquerait de se sentir obligé de la répéter par la suite et après une longue journée de labeur, il n'a nul besoin de travail supplémentaire. Encouragez votre mari à se livrer à ses passe-temps favoris et à se consacrer à ses centres d'intérêt et montrez-vous intéressée sans toutefois donner l'impression d'empiéter sur son domaine. Si vous avez des petits passe-temps vous-même, faites en sorte de ne pas l'ennuyer en lui parlant, car les centres d'intérêts des femmes sont souvent assez insignifiants comparés à ceux des hommes.

À la fin de la soirée, rangez la maison afin qu'elle soit prête pour le lendemain matin et pensez à préparer son petit-déjeuner à l'avance. Le petit-déjeuner de votre mari est essentiel s'il doit faire face au monde extérieur de manière positive. Une fois que vous êtes tous les deux retirés dans la chambre à coucher, préparez-vous à vous mettre au lit aussi promptement que possible.

Bien que l'hygiène féminine soit d'une grande importance, votre mari fatigué, ne saurait faire la queue devant la salle de bain, comme il aurait à le faire pour prendre son train. Cependant, assurez-vous d'être à votre meilleur avantage en allant vous coucher. Essayez d'avoir une apparence qui soit avenante sans être aguicheuse. Si vous devez vous appliquer de la crème pour le visage ou mettre des bigoudis, attendez son sommeil, car cela pourrait le choquer de s'endormir sur un tel spectacle.

En ce qui concerne les relations intimes avec votre mari, il est important de vous rappeler vos vœux de mariage et en particulier votre obligation de lui obéir. S'il estime qu'il a besoin de dormir immédiatement, qu'il en soit ainsi. En toute chose, soyez guidée par les désirs de votre mari et ne faites en aucune façon pression sur lui pour provoquer ou stimuler une relation intime.

Si votre mari suggère l'accouplement, acceptez alors avec humilité tout en gardant à l'esprit que le plaisir d'un homme est plus important que celui d'une femme, lorsqu'il atteint l'orgasme, un petit gémissement de votre part l'encouragera et sera tout à fait suffisant pour indiquer toute forme de plaisir que vous ayez pu avoir.

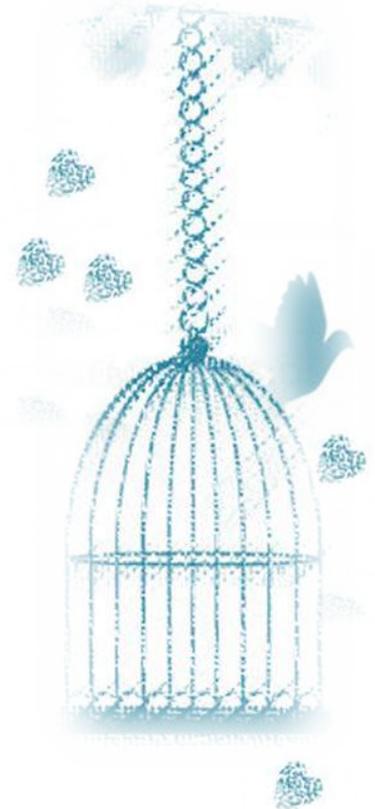
Si votre mari suggère une quelconque des pratiques moins courantes, montrez-vous obéissante et résignée, mais indiquez votre éventuel manque d'enthousiasme en gardant le silence. Il est probable que votre mari s'endormira alors rapidement ; ajustez vos vêtements, rafraîchissez-vous et appliquez votre crème de nuit et vos produits de soin pour les cheveux.

Vous pouvez alors remonter le réveil afin d'être debout peu de temps avant lui le matin. Cela vous permettra de tenir sa tasse de thé du matin à sa disposition lorsqu'il se réveillera.

Concours « Pour l'égalité... contre les Violences faites aux Femmes »

Coup de poing final...

Moi, je suis un oiseau sauvage, rebelle et sensible
Libre d'aller, de chanter et de voler, imprévisible...
Moi, je me pose, je t'ouvre mon cœur, je deviens ta cible !
Toi, tu veux m'apprivoiser... plausible ?
Toi, tu me vois inaccessible...
Mais à Toi rien d'impossible !
Toi, ta délicatesse, ta tendresse, ta gentillesse, mon Prince invincible
Moi, séduite et couronnée Princesse par tes caresses... infaillible
Moi, un torrent passionnel, premier coup à mon cœur... irrésistible
Eux, Elle semble enchantée, désir ! Elle va vite déchanter, l'avertir ?
Toi, tu m'attrapes, me captures, me mets en cage ... incompatible !
Toi, tu enfermes ma vie, tu me prends mon ciel, insensible !
Toi, tu me voles ma joie, inflexible !
Toi, tu me mets à l'écart, tu fais le vide autour de moi, en moi forteresse
Toi, ta passion me dévore, ivresse, ivrognesse, rudesse ou ...faiblesse
Moi, tristesse désenchanteresse imperceptible
Toi, une première fois, ta main s'égare... rien de visible !
Moi, je souris pour rassurer, pour camoufler, Invisible
Moi, mon visage tuméfié, c'est Ma faute ? C'est pour Mon bien Crédible !
Toi, bon prince, tu t'confonds en remords, tu ne le feras plus ! Possible ?
Toi, tu entrouvres la forteresse, tu as peur que je ne reprenne mon envol Nuisible !
Toi, tu jettes la clé, la cage devient prison, enfer irascible
Moi, je veux partir, revenir, repartir ... Je veux en finir paisible ...
Eux, ils n'ont pas su me prévenir, n'ont pas voulu me soutenir, m'aider à m'enfuir
Toi, tu es devenu Crapaud, tu m'abîmes, tu me salis, me prends et me possèdes...Répréhensible !
Toi, tu coupes mes ailes, je ne peux plus voler Impassible ?
Moi, les coups, les claques je ne les ai pas volés Reproductible !
Moi, je souffre, j'endure, je pleure en silence ! Inaudible !
Toi, tu m'envoies des fleurs... Risible ?
Toi, une autre fois, ta main s'envole et se lève sur Moi... Horrible !
Toi, tu me fais tomber Terrible !
Eux, ouï-dire ... Ils ont fermé les yeux, laissé, aidé la rumeur à grandir
Eux, ils t'ont laissé me détruire, m'avilir, me démolir
Eux, ils m'ont laissée m'affaiblir, défaillir, dépérir.
Moi, encore des bleus, des entailles à mon âme, à mon cœur, des ecchymoses
Toi, tes coups marquent mon cou Destructible !
Toi, tu regrettes, tu m'envoies des roses Risible ?
Toi, une pluie de coups pour un oui, pour un non et puis ce coup de trop en apothéose ?
Moi, mon corps douloureux et meurtri au sol se recroqueville puis se fige ...Indescriptible !
Toi, un ultime coup de poing, tes roses n'ont plus que des épines...
Moi, point final Irréversible !
Toi, tu m'aimais à la mort, jusqu'à la mort.
Maman déposera des fleurs ce matin ... Putrescible !



Les organisateurs du concours

Observatoire départemental des violences faites aux femmes du Conseil Départemental de l'Allier

L'Observatoire est une instance départementale mobilisant toutes les institutions et associations intervenants dans la lutte contre les violences faites aux femmes.

Ses objectifs : observer, analyser, innover en qualifiant les réponses apportées aux femmes victimes de violences conjugales. Il n'intervient pas dans l'accompagnement des situations individuelles.

Les pages internet de l'observatoire sur allier.fr regroupent les informations utiles pour les personnes victimes, témoins et pour les professionnels (contacts utiles, conseils, outils...).

Page internet : www.allier.fr/116-ovff03.htm
Contact : 04 70 34 16 79, obs.violences.femmes@allier.fr

Association développement féminin agricole moderne, Dfam 03

Des agricultrices et des femmes du milieu rural à la recherche de moments de dialogue et de partage !

- Répondre aux préoccupations des agricultrices, les aider à s'épanouir dans leur métier, à se former, à affirmer leur identité d'agricultrice mais aussi de femme, pour évoluer professionnellement et personnellement.
- Favoriser les échanges et permettre aux femmes du milieu agricole de s'exprimer sur leur place dans l'agriculture.
- Tenir compte de la féminité dans le développement des exploitations agricoles.
- Former dans les domaines professionnel et personnel, informer.
- Proposer des voyages d'étude, des visites d'exploitations, des échanges et des rencontres avec des agricultrices d'autres départements ou pays.
- Détente, convivialité et liens d'amitié...

Blog : <http://fdgeda03allier.canalblog.com>
Contact : 04 70 51 73 80, debord.michele@orange.fr

Centre d'information sur les droits des femmes et des familles de l'Allier, CIDFF 03

Pour une écoute, des informations juridiques (droit de la famille, droit social, droit bancaire, droit des biens, droit des procédures...), professionnelles, économiques, sociales et familiales. Aide et accompagnement dans les démarches.

- Un suivi-accompagnement spécifique (individuel et de groupes) pour les femmes victimes de violences
- Des lieux d'accueil et d'écoute : À portée d'Elles

Anonyme, confidentiel et gratuit

Site internet : www.infofemmes.com
Contact : 04 70 35 10 69 - cidff.03@orange.fr
Siège : 14 rue Jean-Jacques Rousseau, 03000 MOULINS
Permanences à Moulins, Vichy, Montluçon, Le Montet, Lapalisse