

ΔGORA Δ

N°6 | MARS 2023



LE FEMININ SANS TABOU : S'ASSUMER EN TANT QUE FEMME !

Mars 2023



03 —

SANG TABOU

Entretien avec Andreia Lima



05 —

PARLONS POIL!

Entretien avec Charlotte Ducate



07 —

CASSER LES CODES ET LES TABOUS

Interview avec Justine

SANG TABOU : S'ASSUMER EN TANT QUE FEMME !

La femme et son corps... C'est une relation qui n'est pas toujours fusionnelle. Sexualité, menstruations, poils (...), il semble que ces sujets rendent parfois mal à l'aise ou préoccupent notre esprit. À l'occasion de la journée des femmes le 8 mars prochain, notre team a souhaité mettre en lumière le féminin et toutes ses facettes. Une manière d'accepter que son corps évolue, change et qu'il ne faut pas oublier de le chouchouter. Dans ce nouveau numéro, c'est sans filtre et sans tabou, mais avec légèreté !

Mars 2023



Avoir ses règles est une étape importante dans la vie de chaque femme. C'est tout à fait normal, mais certaines peuvent se sentir gênées ou ont du mal à accepter que leur corps change. Pourtant, c'est tout à fait naturel ! Léa, lycéenne de 17 ans, en sait quelque chose. « J'ai eu mes premières règles à l'Age de 11 ans. Au début, j'avais du mal à accepter que mon corps change et je voyais surtout cela comme une contrainte. J'avais toujours très mal au ventre, je me sentais fatiguée et souvent énervée. En plus, j'étais la première de mes copines à les avoir. J'avais honte et je n'ai pas osé en parler tout de suite. J'ai attendu que mes amies les aient avant de pouvoir en discuter », confie-t-elle. « Lorsque ma meilleure amie a eu ses menstruations pour la première fois, je me suis sentie soulagée. Je n'étais plus la seule. Nous en avons discuté ensemble. À partir de ce moment-là, j'ai accepté la situation et je n'étais plus du tout mal à l'aise. Je peux comprendre les personnes pour qui le sujet est encore tabou, mais libérer la parole est important. De plus, qu'aujourd'hui certaines filles n'ont pas les moyens pour se procurer des protections. » , ajoute-t-elle. Si vous ne le saviez pas, au total, nos périodes de menstruations au cours d'une vie sont équivalentes à 6 mois de règles non-stop. À ce stade pourquoi encore en faire un tabou ?

Une précarité qui perdure

Selon l'ONG [Plan International](#), « au moins 500 millions de filles et de femmes ne disposent pas de ce dont elles ont besoin pour gérer leurs règles, qu'il s'agisse de serviettes hygiéniques ou de l'accès à des toilettes propres ». Les mythes et les fausses informations sur les règles sont courants et conduisent souvent à la stigmatisation des filles et des femmes. Mais ces chiffres prouvent bien qu'il y a un véritable sujet à prendre en considération.

SANG TABOU : S'ASSUMER EN TANT QUE FEMME !

Mars 2023

« La précarité menstruelle c'est le fait que des personnes réglées n'aient pas accès aux produits hygiéniques nécessaires pour pouvoir se protéger. J'englobe aussi le fait que défois tu n'as pas prévu assez de protections ou que tu ne savais pas que tu allais les avoir. Dans ce genre de situations, on se retrouve également en difficultés », nous fait part Andreia Lima conseillère socio-juridique chez l'association Ni putes, ni soumises dans le Pays de Gex.

Il s'avère que beaucoup de femmes n'ont pas les moyens pour se procurer le nécessaire pendant cette période mensuelle. **Existerait-il une solution afin de lutter contre cette précarité importante ? D'où vient-elle ?** Nos investigateurs se sont posé la question et ont mené l'enquête.

« Je suis convaincue que la précarité menstruelle existe aussi parce qu'il existe tout ce tabou autour des règles. Si demain, je n'ai pas de protections périodiques, mais que je me sens à l'aise pour demander à d'autres femmes ce dont j'ai besoin même si je ne les connais pas ; du coup, je ne suis plus en précarité étant donné que d'autres personnes peuvent m'aider. En revanche, tant que ce tabou persiste, cela reste compliqué. C'est pourquoi il est important d'en parler, pourquoi pas accompagner les parents afin qu'ils puissent en parler librement avec leurs enfants, filles comme garçons », explique la conseillère socio-juridique. « En Écosse, les protections sont désormais gratuites. Cela serait l'idéal chez nous », renchérit-elle.



Le salon d'accueil à Ferney-Voltaire
Crédit photo : Ni Putes Ni soumises, pays de Gex.



Crédit photo : Ni Putes Ni soumises, pays de Gex.

PARLONS POIL : S'ASSUMER EN TANT QUE FEMME !

Mars 2023



Dans une société où les femmes sont largement incitées à se débarrasser de leurs poils, des féministes revendiquent la liberté de ne pas s'épiler, assimilant cette pratique à une forme de diktat patriarcal. Sur les jambes, les aisselles, le pubis ou le visage, que nous révèlent ces poils féminins sur notre rapport culturel au corps ? On ne vous apprend rien, les hommes et les femmes ont des poils ! Mais l'idée qu'une femme devrait être intégralement épilée pour être féminine est ancrée dans notre société depuis toujours. Charlotte Ducaté, jeune femme, nous parle de son rapport aux poils. « *M'exprimer par rapport à ma pilosité ne me dérange pas. Je pense que c'est normal. Tout le monde a des poils, des cheveux... Je ne vois pas le problème. Par contre, c'est vrai que lorsque j'ai eu mes premiers poils, ma mère ne m'a jamais expliqué que ce n'était rien. C'est mon père qui m'a créé ce complexe et qui finalement m'a poussé à m'épiler les jambes, etc. Alors qu'en fait si à un certain âge, ma mère aurait pris le temps de me dire qu'avec la puberté, j'allais avoir des poils peut-être que je n'aurais pas été aussi mal à l'aise pendant quelques années* », nous confie-t-elle.

« *Personnellement, je me suis très peu épilée dans ma vie. J'ai la « chance » d'avoir des poils de jambes et de bras blonds. C'est plutôt le fait que mon père m'ait rabaissé en me traitant de Choubaka qui a changé la donne. Je ne me suis jamais posé la question de si je devais garder mes poils ou non, pour moi, c'était normal. Ma mère m'a emmené chez l'esthéticienne, mais en sortant, je ne voyais pas forcément la différence et je me suis rendu compte que je ne devais pas être complexé. J'ai dû m'épiler 3 ou 4 fois au final. Après, j'ai arrêté, j'aime bien mes jambes avec mes poils. Je peux m'épiler pour mon propre confort, mais mes jambes ça doit faire 4 ou 5 ans que je ne les ai pas touché, mais j'aime bien et maintenant, je passe outre les critiques ou les moqueries !* » « *À chaque fois que j'ai eu des copains, je leur ai dit que je ne m'empilerais pas les jambes et ils ont très bien compris. C'est tout bête, mais le fait qu'ils me confortent dans l'idée de ne le pas le faire, m'a permis de me rendre compte que je ne devais pas être complexé* », renchérit la jeune femme.

LE FEMININ SANS TABOU : S'ASSUMER EN TANT QUE FEMME !

Mars 2023

poil par poil vers la fin de ce tabou

Attends, tu es brune et tu ne t'épiles pas ? Ce genre de phrases, beaucoup de femmes l'ont entendu. Mais comment se défaire d'un sujet qui depuis des siècles perdure. Chaque année, le combat des femmes grandit et permet de casser les codes de la pilosité dite « masculine ».

« Je pense qu'aujourd'hui cela reste un sujet tabou pour certaines personnes. Avec ma mère, nous n'en parlons toujours pas. Il y a beaucoup de sujets que l'on n'aborde pas alors que ce sont des sujets tout bêtes finalement. J'ai une sœur qui a 8 ans de moins que moi. Elle commence sa puberté. Directement, je lui en ai parlé en essayant de la décomplexer. Je lui ai dit que c'était normal et qu'elle ne devait pas hésiter à m'en parler. Je trouve que c'est un sujet banal au final », explique Charlotte. Depuis quelques années, on en parle davantage. Peut-être peut-on espérer une évolution... La clé ? « Être bien dans son corps ! Si vous êtes heureuses avec vos poils, il n'y a pas de soucis. Après, on peut aussi le faire partiellement, s'épiler le maillot ou bien les aisselles et ne garder que certains poils. Surtout, il faut faire abstraction du regard des autres. Le plus important, c'est comment on se sent», explique Charlotte.



INTERVIEW : CASSER LES CODES ET LES TABOUS

Briser les tabous, faire réfléchir sur nos rapports au corps féminin. C'est le combat que mène la youtubeuse Justine, âgée de 29. Depuis l'année dernière, celle-ci crée des contenus en ligne permettant aux femmes de s'exprimer librement. Coup de projecteur sur l'influenceuse engagée.

Interview à retrouver sur YouTube.

(<https://www.youtube.com/watch?v=iWHZQGYO2c8&t=3s>)

Mars 2023



Pouvez-vous nous présenter votre chaîne Youtube ainsi que son but ?

J'ai créé ma chaîne YouTube Sans Filtres Sans Tabous Pour les Femmes en octobre 2022. J'ai également un compte sur Tik Tok, Instagram et un groupe sur Facebook. Avec ces différents médias, je souhaite parler librement de tous les sujets, que ce soit de l'ordre de la femme, de la féminité et de la sexualité ! Même si des hommes peuvent suivre mes contenus, l'intérêt est surtout que chaque femme regarde mes vidéos, se sent libre d'échanger.

Pourquoi avoir opté pour du contenu lié aux sujets qui touchent les femmes ?

C'est en atteignant mes 29 ans, que j'ai eu un déclic ! Un peu comme une crise de la quarantaine en avance. Je me suis dit que j'en avais marre des tabous. J'ai vécu avec toutes sortes de tabous durant mon enfance et je pense que c'est le moment de dire stop ! Encore beaucoup de femmes ne connaissent pas leur corps et se privent d'avoir une sexualité épanouie comme si c'était exclusivement réservé aux hommes. Un homme qui se masturbe ça ne choque pas, mais une femme tout de suite cela devient tabou.

INTERVIEW : CASSER LES CODES ET LES TABOUS

Mars 2023

Côté pilosité.. Quel est ton point de vue ?

C'est un débat qui est de plus en plus discuté. Personnellement, je pense que chaque femme est libre de faire ce qu'elle veut. C'est son corps, il lui appartient. Si tu ne veux pas d'épiler, c'est ton choix ! Les hommes ont des poils, pourtant, on ne dit pas qu'ils sont sales. C'est la même chose pour le sexe féminin. Les poils et l'hygiène, aucun rapport !

« La vérité dérange les autres mais elle libère énormément »

Mes vidéos incitent les femmes à prendre confiance en elles et à se défaire de tous ces tabous liés à leur sexe. Comme moi, beaucoup de femmes ont grandi dans un univers où on ne parlait pas de sexualité, du corps de la femme de manière générale. On a dû se débrouiller toutes seules. Par le biais de mes contenus, je préconise de faire abstraction du regard des autres. Ce que les gens pensent m'est égal. Je dois apprendre à m'aimer et à m'accepter telle que je suis. Prendre soin de soi est également très important. D'ailleurs, j'ai sorti une vidéo sur le sujet : " prendre soin de soi pour avoir confiance en soi". C'est un tout. Nous nous assumons entièrement si nous prenons soin de nous. Mon raisonnement m'amène à conclure, qu'il faut stopper tous ces tabous liés aux femmes. Parler librement est essentiel. La vérité dérange les autres, mais elle libère énormément.

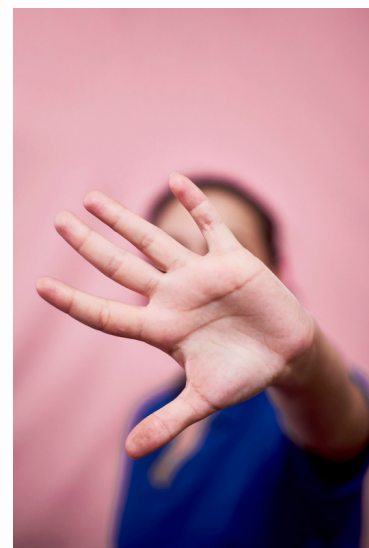
La petite fille que tu étais autrefois avez-elle cette même vision ?

Non pas du tout ! Je n'avais pas ce regard à l'époque. Je suis née dans un monde de tabous. Personne ne m'a parlé de sexualité lorsque j'étais enfant. Les règles, rapidement. Je me suis véritablement la question de pourquoi le corps de la femme, finalement, était aussi tabou. La petite fille que j'ai été autrefois, était timide. Elle ne connaissait ni son corps ni tout ce qui touche à la sexualité. Au collège, certaines évoquaient ces sujets et j'étais perdue. Je ne connaissais rien. Je me suis découverte seule. À l'heure actuelle, je peux affirmer que je suis fière de la femme que je suis devenue : épanouie.

VIOLENCES SEXUELLES

Mars 2023

Comment trouver les mots pour parler des violences sexuelles et conjugales ? Comment lutter contre ? L'association Ni Putes Ni Soumises mène ce combat depuis quelques années. « La majorité de notre temps consiste à tenir des permanences. On écoute, on conseille et on soutient toute personne qui vient à notre rencontre. En parallèle, nous nous déplaçons dans divers endroits comme les écoles pour évoquer l'égalité filles-garçons, le consentement, l'évolution du droit des femmes dans le temps. On construit nos interventions en fonction de la demande des équipes pédagogiques » explique Andreia Lima.



**Les violences sexuelles désignent tous actes sexuels commis avec violence, contrainte, menace ou surprise. Ces violences portent atteinte aux droits fondamentaux de la personne. Personne n'a le droit de vous imposer un acte sexuel que vous ne désirez pas. (<https://arretonslesviolences.gouv.fr/>)

Sans Oui c'est Non

À l'heure où les jeunes font leur éducation sexuelle uniquement par le biais de sites pornographiques, cela perturbe les repères de chacun. De ce fait, le consentement n'est pas perçu de la même façon pour tout le monde et peut engendrer des agressions. « Les gens n'ont pas toujours pas conscience que ce sont des violences sexuelles. On a toujours l'image du viol où une jeune fille se fait agresser par un inconnu le soir. Alors que majoritairement, cela se passe au sein d'un couple. Souvent, la victime met un certain temps avant de se rendre compte de ce qui s'est passé réellement. On voit beaucoup de personnes qui en prennent conscience en parlant ou en regardant un film. Il faut vraiment qu'il y ait une évolution dans la tête des gens au niveau de ce sujet. On doit tous prendre conscience de la limite du consentement. C'est finalement ça la question. Dès que la personne n'a pas dit oui, elle n'est pas consentante même dans un couple marié », affirme l'intervenante de Ni Putes Ni Soumises du Pays de Gex.

ΔGORAΔ



Carte à détacher



JE VOUS SOUHAITE
BEAUCOUP D'AMOUR ET DE
POÉSIE POUR CE MOIS DE
MARS

ΔGORAΔ

ΔGORAΔ

Carte à détacher



JE VOUS SOUHAITE
BEAUCOUP D'AMOUR ET DE
POÉSIE POUR CE MOIS DE
MARS

ΔGORAΔ



N°6 | MARS 2023