



**Lutte
contre les
violences
faites aux
femmes
et
empowerment
2024**

Sommaire

Sommairep.1

Introductionp.3

Présentation de l'association p.4

Le séjour organisé à destination des femmes victimes de violences ... p.5

Remerciementsp.6

.

Programme du séjourp.7

Description du séjour p.8

Description des activitésp.9

Bilanp.13

Conclusionp.15

Les autres actions thématiques p.17

L'action à l'occasion de la journée de mobilisation internationale contre les violences faites aux femmesp.18

L'accompagnement vers le retour à l'emploip.20

Annexe p.23

Témoignages de femmes victimes de violences p.24

Introduction

L'une des étapes du processus de mise en sûreté des victimes de violences intrafamiliales est d'assurer l'éloignement des auteurs des actes de violences afin d'assurer la sécurité de leurs victimes, dans la majorité des cas des femmes et des enfants, et de limiter au maximum les risques de récidives. Cependant, après cette mesure de mise en sécurité physique indispensable, commence le long et difficile processus de reconstruction pendant lequel, paradoxalement, le lieu de vie, pour ne pas dire la nouvelle vie, peut devenir une autre prison.

En effet, si ce processus est souvent décrit comme un double mouvement de rétablissement et d'autonomisation, c'est parce que la fin des violences s'accompagne nécessairement d'une réorganisation du quotidien et de la perception du monde ainsi que de la mise en place de nouveaux arbitrages relationnels mais aussi sociaux, économiques et personnels. Or, ce processus n'est ni linéaire, ni acquis. Il est même tentant pour une personne déjà fragilisée par le doute, la honte ou la culpabilité, de lui préférer le repli sur soi ou le déni.

C'est dans ces situations de ruptures évolutives mais aussi à tous les moments de la reconstruction physique et psychologique des victimes que des ateliers ou des interventions à visée thérapeutiques peuvent se révéler d'une importance déterminante. Ils offrent en effet des occasions non seulement d'exprimer, dans un environnement sécurisé et sécurisant, des ressentis et des émotions mais aussi d'apprendre à se dissocier du statut de victime en se distanciant des violences subies. Enfin, en permettant de briser de fait le sentiment d'isolement, ces actions autorisent les participantes à s'ouvrir à la solidarité et peuvent leur permettre de développer un réseau de soutien auprès d'autres personnes ayant vécu des expériences similaires.

C'est avec cet objectif de soutien que l'association Nénuphar Médiation a mis en place non seulement un séjour à destination des femmes victimes de violences, qui célèbre sa première reconduction en 2024, mais aussi différentes actions de sensibilisation, de reconstruction et de prise de parole sur la thématique au sein de la ville de Pantin.

Pour elles, pour tous et pour l'avenir de la société, notre objectif est simple : que ces femmes ne soient pas plus écoutées mortes que vivantes.

Présentation de l'association

Créée en 2011 par un groupe de femme déterminé à faire naître au sein de la ville de Pantin un espace de rencontre multiculturel, l'association Nénuphar Médiation porte haut, depuis 2018, les valeurs de la médiation sociale et culturelle.

Son objet social est clair : promouvoir l'épanouissement et le rôle de la femme dans la société au niveau social, professionnel et culturel et proposer, à ses membres, orientation et accès aux droits, à la domiciliation, à la dématérialisation des services publics et à un accompagnement dans les démarches administratives.

En effet, convaincue que l'on peut tirer les meilleures expériences, ainsi que les meilleurs fruits, du terreau fécond de l'interculturalité et l'intergénéralité, l'association propose son aide mais aussi de multiples activités (sorties culturelles, petits déjeuners thématiques, groupes de parole, ateliers cuisine...) à ses adhérents comme à ses bénéficiaires afin de tisser et de consolider le lien social.

Tous les âges, toutes les origines, toutes les sensibilités peuvent ainsi trouver une place et surtout un accès, grâce à l'inclusion, à l'autonomisation et à la solidarité, à un plus grand épanouissement personnel et social.

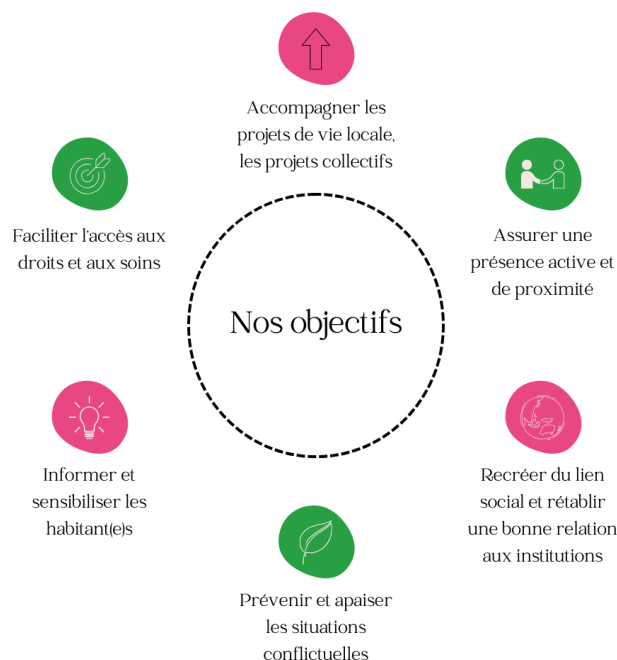
L'association propose à toutes et tous,

une écoute,

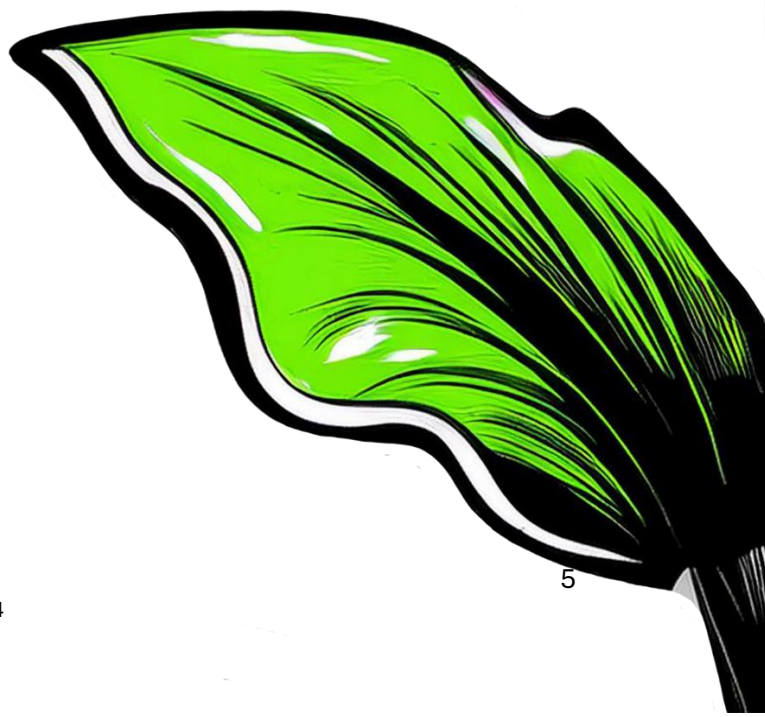
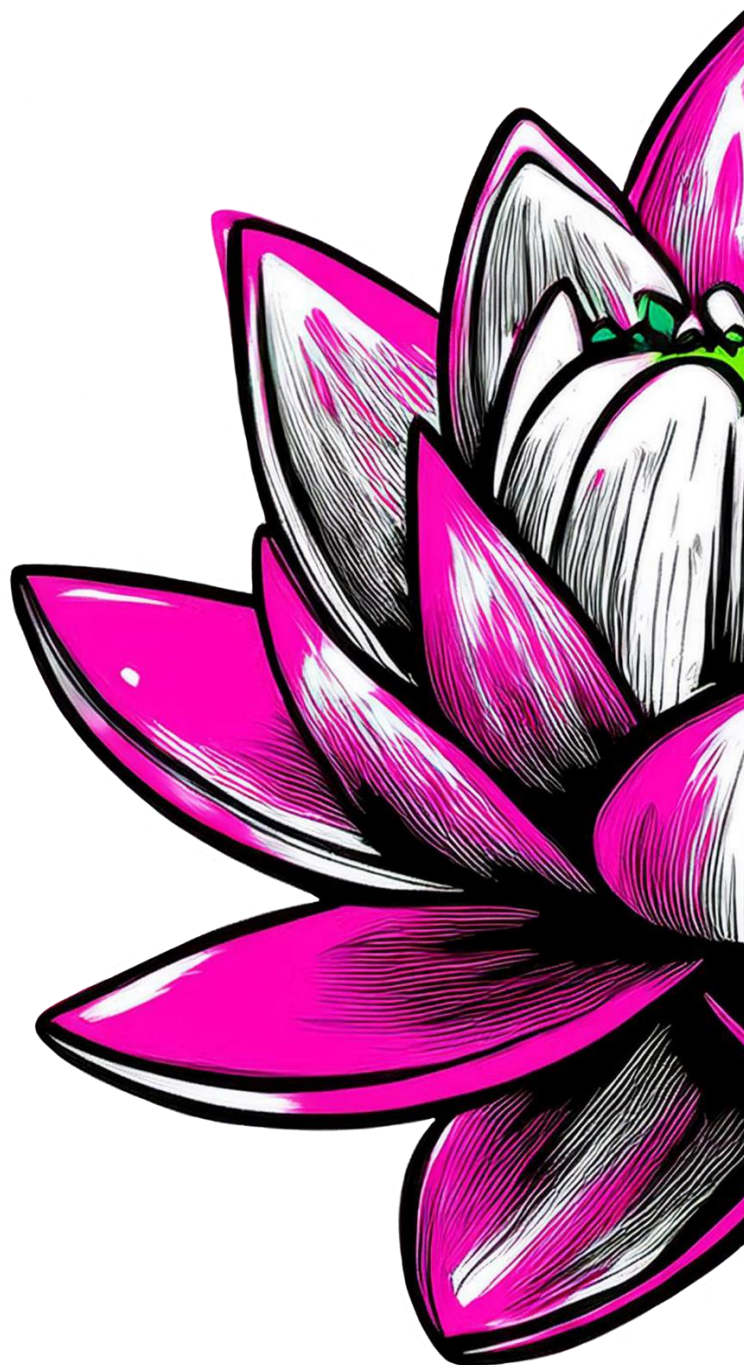
un accompagnement

et une orientation

avec des objectifs clairs, destinés à trouver des solutions positives et constructives au sein de quotidiens parfois très orageux et instables.



**Le séjour organisé à
destination des femmes
victimes de violences**



Remerciements

Avant toute chose, l'association Nénuphar ainsi que toute son équipe aimerait remercier sincèrement l'ensemble de nos partenaires pour leur engagement et leur soutien lors de l'élaboration de ce second voyage à destination des femmes victimes de violence :

La ville de Pantin

Est Ensemble

La Caisse d'Allocation Familiale de Seine-Saint-Denis (CAF 93)

La Maison de quartier des Courtilières et sa directrice Mme Samah Hosny

La Maison des Femmes de Pantin

Le Relais des Parents et en particulier Mme Alexia Touris

L'association Marici et sa présidente Mme Kaira Mili

Madame Annie Bernier

Les bénévoles de l'association Nénuphar Médiation

Grâce à votre aide, nous avons été en mesure de proposer trois jours d'une très grande richesse pour toutes les participantes et nous sommes impatients de continuer à travailler ensemble à l'avenir.

Merci.



Programme du séjour

	Vendredi 25/10	Samedi 26/10	Dimanche 27/10
Matin		<ul style="list-style-type: none"> . Yoga pour les femmes . Atelier bijoux avec les adolescents . Atelier artistique pour les enfants 	<ul style="list-style-type: none"> . Yoga et marche silencieuse pour les mamans . Atelier avec les jeunes filles. . Temps de jeux en extérieur pour les enfants
Après-midi	<ul style="list-style-type: none"> . Atelier sensoriel . Atelier bijoux 	<ul style="list-style-type: none"> . Atelier de théâtre participatif (mamans et adolescents) . Temps de jeux de société pour les plus jeunes 	<ul style="list-style-type: none"> . Méditation . Restitution et remise des cadeaux . Temps libre et de rangement
Soir	Jeux de société par groupes, en fonction des âges	Soirée dansante et défilé de mode	

Description du séjour

L'édition 2024 du séjour s'est déroulé du vendredi 25 au dimanche 27 octobre à Saint-Martin-d'Ecublei, dans le département de l'Orme, entre les murs du Château du Mesnil Saint Martin, un centre de loisir mis à la disposition de l'association par la ville de Pantin.

Entourée d'un vaste jardin clos de 12 000 mètres carrés, cette vaste bâtisse a permis d'accueillir les 43 participantes du voyage parmi lesquels 20 femmes pantinoises, 23 enfants, 10 encadrantes et 5 intervenant.e.s.

Chacune des femmes inscrites, ainsi que leurs enfants qui les accompagnaient, avaient la particularité d'avoir connus une situation de violence conjugale et intrafamiliale et d'être suivi par l'association Nénuphar Médiation dans le cadre de sa mission de médiation sociale. Toutes avaient donné leurs accords concernant leurs participations aux activités prévues au cours de ces trois jours.

Parallèlement, comme un fil rouge tout au long du séjour, une artiste, Adélaïde, a proposé et organisé la réalisation d'une fresque collective et artistique sur laquelle chaque participante était libre d'intervenir en utilisant le médium qu'elle choisissait.

Il est cependant important de souligner qu'au-delà des temps collectifs, planifiés et orientés vers un objectif précis, d'autres moments importants, de restauration de l'estime de soi ainsi que de formes de normalité, ont émaillé l'ensemble du séjour.

Ainsi, la visite de madame Hawa Touré, de madame Leila Slimane et de monsieur Haikel Khouadhria, à l'occasion du déjeuner du samedi, a non seulement permis de concrétiser physiquement deux partenariats précieux, avec la ville de Pantin et Est ensemble, mais aussi de prouver et faire éprouver à nos participantes à quel point elles étaient reconnues et respectées.

Plus émouvant encore, l'ensemble des collations prévues (petit déjeuner, déjeuner, goûter et dîner) ont permis à certaines familles de toucher du doigt, avec bonheur, une réalité qu'on a tendance à considérer à tort comme totalement normale, celle d'avoir accès à trois voire quatre repas par jours.

Description des activités

. Les ateliers créatifs

Atelier bijoux

Cet atelier animé par Mounia, une bénévole de l'association Nénuphar Médiation, a rencontré un très grand succès aussi bien auprès des enfants que des adultes. Il avait pour but non seulement d'offrir à toutes une parenthèse créative mais aussi de permettre aux participantes de se créer les parures qu'elles porteraient lors de la soirée dansante organisée le samedi soir.



Atelier artistique

Sur papier ou sur des boîtes en bois, les plus jeunes ainsi que les adolescents du groupe ont laissé libre court à leurs imaginations au cours de cet atelier de peinture animé par Naïla, professeur des écoles et bénévole de l'association Nénuphar.

. Les ateliers bien-être

Atelier yoga

Accompagné par Annie Bernier, professeur de Yoga, les participantes ont pu s'initier à la pratique d'une activité qui allie performances physiques et mentales. Une véritable découverte pour un certain nombre d'entre elles et pour toutes l'occasion d'apprendre à se détendre et à se recentrer sur elles-mêmes.

Certaines d'entre elles ont d'ailleurs rapportés être significativement plus détendues et apaisées après les séances : « *Je me suis endormie, j'ai relâché mon stress* » témoignait l'une des femmes.

Une séance destinée aux encadrantes, aux bénévoles et aux intervenantes a aussi été organisée le samedi en fin d'après-midi. Un véritable coup de pouce morale et énergétique pour toute cette équipe qui se consacrait par ailleurs totalement à l'encadrement et au bien-être des participantes.

Soirée dansante



Tout en proposant un intermède festif, la soirée dansante organisée le samedi soir a été, sous des dehors informels, une occasion pour chacune de travailler sa confiance en soi en se confrontant au regard des autres ainsi que sa capacité à faire confiance au groupe afin de suffisamment lâcher prise pour être capable d'apprécier la soirée.

. Les ateliers thérapeutiques

Atelier fresque

Cet atelier de fresque participative avait pour objectif de proposer aux participantes un espace sécurisé et bienveillant où elles pourraient, le temps d'un week-end, s'exprimer librement à travers l'art. L'artiste qui accompagnait la réalisation avait proposé un fil conducteur sous la forme de trois mots : sur le chemin. Une occasion pour chacune de témoigner concrètement de leurs parcours et de s'exprimer via un média plutôt inattendu.



Atelier sensoriel

Alexia Touris, psychologue au Relais des parents, a proposé à toutes les participantes un atelier aussi ludique que réflexif qui reposait sur l'utilisation de leur odorat. En effet, en essayant d'identifier différentes épices présentées dans des boîtes métalliques anonymes, chacune devait associer autour des souvenirs et des idées qui s'imposaient à elles dans le sillage de ces effluves.

Atelier avec les jeunes filles

L'association Marici a développé une action spécifique à destination des jeunes filles qui accompagnaient leurs mères pendant ce séjour. Elle leur a proposé un temps de promenade collectif qui s'est, au fil des pas, mué en groupe de parole informel ayant pour but de créer du lien avec et entre ces jeunes. Une jolie occasion de créer, en parallèle des adultes, des amitiés et de solidarités qui perdureront peut-être longtemps.

Atelier de théâtre participatif

Dans le théâtre participatif, le spectateur n'est pas que spectateur, il est invité à intervenir dans le spectacle qui se déroule sous ses yeux. C'est à partir de ce dispositif très particulier que l'association Marici, avec l'aide d'un comédien invité, a proposé aux participantes du séjour de réfléchir sur la thématique des violences faites aux femmes.

Ainsi, après que les intervenants de l'association ont eu joué des scènes illustrant différentes modalités de violence, les spectatrices ont été invité à proposer des scénarios alternatifs et certaines ont même accepté de jouer elles-mêmes les solutions proposées pour s'opposer à la violence. Une expérience riche en réflexions mais aussi en émotions.



Marche silencieuse en forêt

Pour clore le week-end, Annie Bernier a proposé un temps de marche silencieuse dans la forêt qui borde la propriété. Une activité propice à la réflexion, à la relaxation mais aussi au lâcher prise. Certaines participantes ont ainsi ressenti le besoin d'étreindre les arbres pour s'imprégner de leur sérénité et d'autres ont pu profiter d'un moment de cri collectif pour libérer les émotions liées soit aux événements du week-end, soit à la perspective du retour. Quelques-unes enfin ont préféré rester totalement seule pendant ce temps de promenade afin de se recentrer sur elles-mêmes.

. Les temps d'écoute individualisés

Tout au long du séjour, à la demande ou quand l'intensité des émotions ressenties en imposait la nécessité, Alexia Touris, psychologue diplômée, était présente pour écouter et accompagner individuellement les participantes qui en ressentait le besoin.

Chacune d'entre elles a ainsi pu bénéficier d'une écoute attentive, personnalisée et adaptée à ses besoins spécifiques.

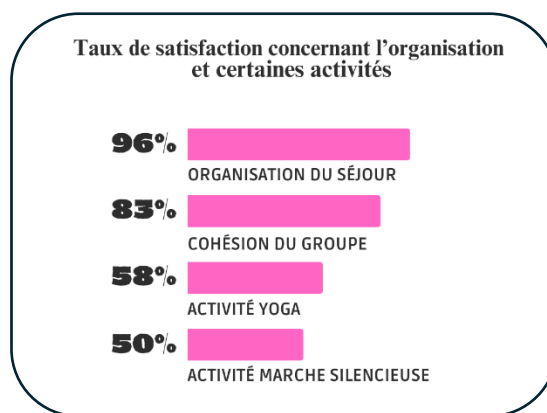


Bilan

. Les retours des participantes

Les participantes ont non seulement exprimé leur satisfaction au cours du week-end mais aussi à travers les questionnaires, distribués à l'issus de ces trois jours et destinés à recueillir plus précisément leurs impressions.

Ainsi, en ce qui concerne la qualité et la diversité des activités proposées, le résultat est sans appel :



Il peut sembler étonnant que l'atelier de théâtre participatif n'est pas donné lieu à un plébiscite manifeste mais il ne faut pas oublier que la thématique des violences intrafamiliales et les situations auxquelles elles donnent lieu sont encore des sujets très sensibles pour nos participantes. Par conséquent, le fait pour elles de s'y retrouver confronter est non seulement un véritable travail mais qui de plus il n'est pas forcément des plus agréables. Et pourtant, bien que difficile à constater et à dépasser, c'est dans ce type de résistance que notre action trouve toute sa justification et son intérêt.

Ces retours cependant globalement très positifs sont confirmés par les observations de tous les intervenants qui peuvent témoigner des effets évidents sur les participantes et en particulier sur celles dont c'était le second séjour. Elles font preuve de plus d'assurance et confiance en elles, ce qui leur permet d'être d'autant plus investies dans les activités proposées et de jouer un rôle réellement moteur au sein du groupe.

. L'analyse de pratiques

En ce qui concerne la logistique et l'organisation du séjour, plusieurs points ont émergé qu'il semble important de garder à l'esprit dans l'optique de l'organisation de prochains week-ends. Tout d'abord, la réussite du séjour reposant avant tout sur une bonne dynamique de groupe, la constitution des chambres est un enjeu important et la place de chacune au sein de ces espaces doit être déterminé avec leur participation active. En effet, respecter les affinités déjà existantes permet une plus grande fluidité dans l'installation le premier jour et évite les tensions inutiles.

Ensuite, le public adolescent a exprimé un certain désappointement quant à l'attractivité des activités proposées. Celles-ci ne leur étant pas exclusivement destinées, ils ne se sont pas sentis en capacité de s'y investir et ont souvent préféré rester entre eux, à l'écart à la fois des enfants plus jeunes et des femmes plus âgées. Il semble important à l'avenir de penser une série d'activités qui leur sera dédiée spécifiquement et qui peut-être pourrait même être imaginée avec eux.

Enfin, concernant la gestion des nuits et notamment des enfants les plus jeunes (de moins de trois ans), un encadrement professionnel semble à envisager afin de faire peser moins de contraintes sur les encadrants.

Conclusion

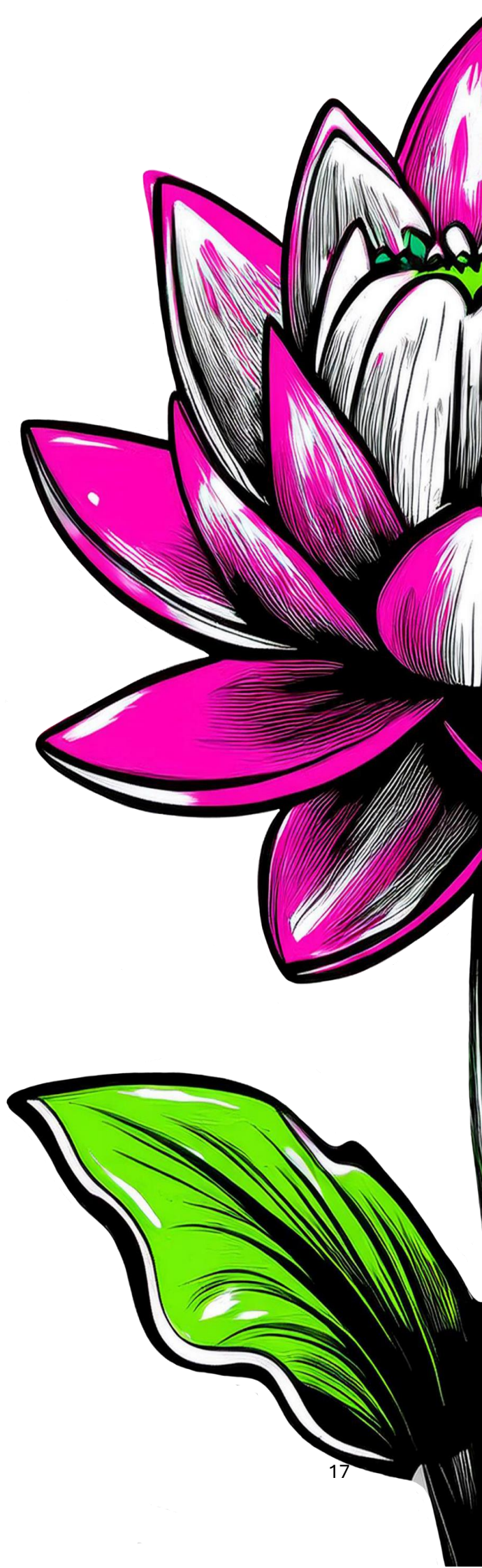
Pour dresser le bilan de ce second voyage, les chiffres et les questionnaires sont utiles mais très insuffisants pour décrire l'impact évident que ces quelques jours a eu sur les bénéficiaires et sur leurs vies quotidiennes. En effet, alors que, sur les papiers, la plupart des objectifs ont été atteints (bonne participation aux ateliers, dynamique de groupe efficace, satisfaction des participantes), ce sont les changements dans les attitudes et les états d'esprits qui permettent de dresser un bilan extrêmement positif de cette action.

Ainsi, certaines participantes semblent presque métamorphosées et sont désormais capables de sortir de leurs réserves habituelles pour s'investir non seulement dans les activités évoquées entre ces pages mais aussi dans une toute nouvelle vie sociale ainsi que dans nos activités associatives et même dans la vie de leurs quartiers. Un véritable déclic qui se traduit aussi à travers un état d'esprit globalement plus ouvert notamment en ce qui concerne le jugement qu'elles portent sur elles-mêmes et sur leurs parcours mais aussi sur les partenaires institutionnels qu'elles sont amenées à côtoyer. Elles sont visiblement plus à leur aise dans les environnements collectifs, au sein des locaux de notre association ou dans les Maisons de quartier et sont moins réfractaires en particulier vis-à-vis des accompagnements psychologiques. Il est clair que le travail remarquable des intervenants sur ce plan a fait évoluer les mentalités et désormais, pour ces femmes et peut-être aussi pour tous ceux avec qui elles échangeront sur le sujet, solliciter un soutien auprès d'un psychologue ne sera plus aussi stigmatisant.

Mais le constat que l'association Nénuphar fait avec le plus fierté, c'est celui de la mise en place d'une solidarité entre ces femmes qui se développe en dehors du contexte du voyage et même de leurs accompagnements. En effet, les moments partagés ont réussi à tisser un lien si solide entre ces femmes qu'elles ont désormais pris toute la responsabilité de son entretien, se retrouvant notamment à l'occasion de repas.

Nous, les encadrants, ne sommes plus des soutiens nécessaires pour ces femmes qui avancent désormais avec une force nouvelle sur leurs propres chemins. Cette réussite est une force dont nous devront nous souvenir pour aider d'autres femmes à les imiter.

Les autres actions thématiques



L'action à l'occasion de la journée de mobilisation internationale contre les violences faites aux femmes

Si le voyage organisé en faveur des femmes victimes de violence est l'une des actions phare de l'association Nénuphar sur cette thématique, elle n'est cependant pas la seule. En effet, on le sait, seules les actions de sensibilisation régulières et empruntant différents supports peuvent permettre de faire évoluer les mentalités sur les thématiques sociétales.

C'est pour cette raison qu'a été imaginée, en partenariat avec le centre social des Courtilières et l'association Licentia Poetica, une demi-journée d'action, le mercredi 27 novembre 2024 dans le sillage de la journée d'action internationale du 25 novembre consacrée au même sujet. Celle-ci avait pour objectif de mettre en avant les acteurs et les ressources du territoire de la ville de Pantin en ce qui concerne la lutte contre les violences faites aux femmes tout en gardant ces mêmes femmes au cœur du dispositif.



Pour ouvrir l'après-midi, l'association Licentia Poetica a présenté un court métrage intitulé « Amour Mortifère » réalisé en partenariat avec les associations Nénuphar Médiation et la Casa des pantinois. Il explore ainsi grâce à des images aussi oniriques que saisissantes le dialogue intérieur d'une femme victime de violences conjugales, ses croyances, ses aspirations et les choix qui en découlent.

Ensuite, certains membres de l'association ont lu des témoignages anonymes retraçant le parcours de vie de femmes victimes. Ces récits poignants avaient été récoltés par l'Association Nénuphar au cours d'un atelier d'écriture mené dans les semaines qui ont précédé la fin du voyage organisé fin octobre 2024 à destination des femmes victimes de violences et la tenue de cette demi-journée d'action.



Audacieux mais aussi peut-être provocateur, le choix d'emprunter la voix de ces jeunes hommes pour rendre audibles les récits de ces femmes a avant tout été pensé pour faire réagir en brisant la barrière des sexes et pour souligner que tous nous avons un rôle à jouer pour mettre fin au cycle des violences .

Enfin, il y a eu un temps d'échange avec la salle et les professionnels de la ville de Pantin sur l'information et l'orientation des femmes victimes de violence. Face à la salle, les cinq participantes à cette table ronde représentaient l'ensemble du réseau partenarial pantinois en matière de lutte contre les violences :



- . Lydia Caillaud
- . Marie Force
- . Agnès Vallet Sandre
- . Alexia Lerond
- . France Lise Antoinette

Une séance de question réponse a conclu cette journée riche en émotions et en informations. Toutes les parties-prenantes se sont ensuite retrouvées autour d'un thé et de crêpes à l'espace bar de la Maison des Courtilières pour continuer à échanger de manière plus informelle et admirer la fresque réalisée pendant le séjour organisé à destination des femmes victimes de violence.



L'accompagnement vers le retour à l'emploi

L'association Nénuphar, en partenariat avec l'association Imani, a mis en place un programme intitulé "(Ré)Exister et devenir autonome par l'emploi !" destiné aux femmes des QPV (Quartiers Prioritaires de la Ville).

L'objectif de ce programme est de permettre aux participantes de reprendre confiance en elles, d'améliorer leur estime d'elles-mêmes, de devenir financièrement autonomes grâce à leurs projets et de se réinsérer socialement grâce à l'emploi.

Il est composé de 6 ateliers collectifs, pensés pour aider à reconstruire progressivement les bases de la confiance en soi, à déconstruire les schémas victimaires ou les injonctions sociétales et à se projeter vers une autonomie financière acquise grâce au développement de projets personnels et professionnels.



Les ateliers proposés incluent la création de CV et de lettres de motivation, des jeux de rôle entre participantes pour renforcer la confiance en soi, des recherches sur les formations et les qualifications spécifiques à chaque secteur d'activité ainsi que des exercices de pitch pour améliorer la posture professionnelle.

Douze femmes ont participé à ce premier cycle, qui s'est conclu le lundi 1er juillet 2024 par une cérémonie de remise de diplômes, célébrant leurs progressions et leurs accomplissements.

Les résultats ont été plus que satisfaisants puisqu'avant même la fin de l'année 2024 1/3 d'entre elles ont déjà retrouvé une activité tandis que d'autres ont persévéré dans leurs démarches de retour vers l'emploi.

Fort de ce succès, l'association a donc mis en place un second cycle de formation en novembre 2024. Il a accueilli le même effectif de femmes et proposé un programme totalement similaire à l'exception de l'ajout de l'intervention d'un des partenaires de l'association, Est ensemble.



En effet, Marlène Le Guiet, coordinatrice de projets emploi au sein de la direction de l'emploi et de l'économie a profité de la première journée de la formation pour présenter avec deux intervenants les ressources que représentent les forums emploi, la Maison de l'emploi de Pantin et le PLIE (Plan Local pluriannuel pour l'Insertion et l'Emploi).

Ce second programme s'est conclu le 09 décembre 2024 par une cérémonie de remise de certificats, validant pour les sept participantes de cette session le parcours et le travail accomplis.

Cet évènement s'est déroulé au sein de la Maison de quartier des Courtilières en présence de toutes les intervenantes à la formation mais aussi de nos partenaires financiers et institutionnels. Ainsi, après un discours d'introduction de madame Fatma Sel, directrice de l'association Nénuphar, ce sont Geoffrey Carvalhinho (représentant de la région Ile-de-France), Diane Nicoué Larue (représentant la Fondation Orange) et Sandrine Lébossé (bénévole et référente parcours à l'association IMANI) qui ont pris la parole.

Chacun et chacune a exprimé leurs félicitations aux femmes ayant suivi le programme de coaching et leurs espoirs quant à l'avenir et aux suites positives pour leurs vies personnelles et professionnelles.

En réponse, chaque participante a ensuite pris la parole, individuellement, pour témoigner de son parcours, de ce que lui a apporté la formation et de ses aspirations futures. Un dernier exercice de prise de parole très révélateur des progrès de chacune et émotionnellement très dense qui a permis à toutes les personnes présentes de mesurer l'impact réel de l'action sur la vie de ces femmes :

« Je suis comblée de joie, je suis très heureuse, je suis fière de moi »

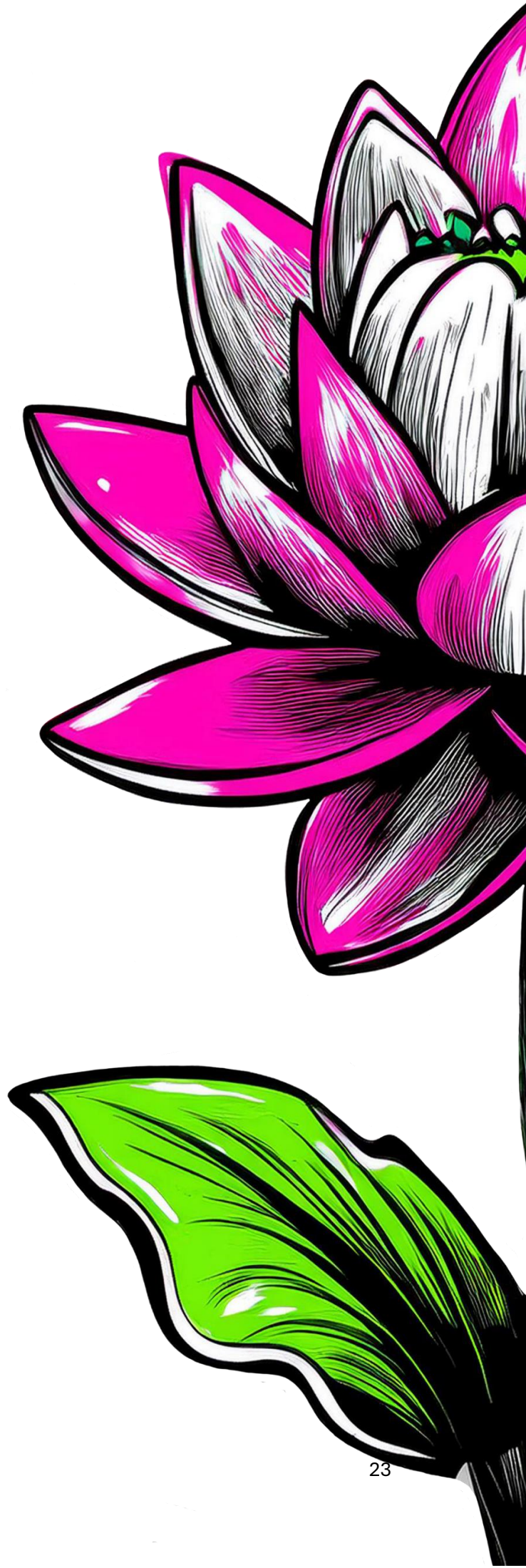
« Je n'ai plus peur parce que maintenant je sais que je suis capable, que je peux le faire, je peux reprendre une activité professionnelle »

« On a pris beaucoup de valeur, on n'aura plus de complexe »



Enfin, la cérémonie a été clôturée par un moment de partage convivial autour d'un buffet.

Annexes



Témoignage de madame F.

J'ai grandi entre l'Asie et le Moyen-Orient, dans un foyer où se rencontraient deux cultures et dans un pays qui me méprisait pour cela et aussi pour mon sexe.

Ma mère était femme de ménage, c'est à ses côtés que j'ai appris ce métier et lorsqu'elle est tombée malade, je l'ai assez naturellement remplacé. J'ai travaillé dans les mêmes maisons où elle avait l'habitude de travailler mais dans l'une d'entre elles, profitant du fait que nous étions seuls et que j'étais sans défense, le propriétaire m'a violé et mise enceinte.

Trop jeune, trop meurtrie pour prendre la mesure de ce qu'il avait fait, je savais cependant que je ne pouvais me tourner vers ma famille pour trouver du soutien. Par honte, par culture, par manque de courage, ils m'auraient rejeté. C'est pour cette raison que, tout en gardant le secret, j'ai décidé de m'exiler loin de mes racines.

A mon arrivée à Paris, j'étais sans papier, sans ressource, je ne parlais pas un mot de français et mon état m'imposait des besoins dont j'avais à peine conscience. J'ai fini à l'hôpital, prise en charge au terme de ma grossesse et forcé, par la seule famille que j'avais alors provisoirement retrouvé, à abandonner mon enfant dès sa naissance. Le choix pour moi était clair : c'était soit ma famille, soit mon enfant. J'ai choisi la première, contrainte et forcée.

Pourtant, il fallait que j'essaie de me construire une nouvelle vie, à partir de rien. Le plus souvent, je dormais dehors, en hiver, dans les couloirs de la gare de Lyon et, en été, dans les parcs environnants. Rien de glamour, ni de touristique dans mon expérience parisienne, seulement beaucoup de violence, de détresse et de peur dans un paysage dominé par la drogue et la perspective de ma propre vulnérabilité. Parfois, le 115 me trouvait une place dans une structure d'hébergement d'urgence, un havre illusoire car s'ils protègent du froid ou de la pluie, ces endroits concentrent aussi entre leurs murs toutes sortes de violence tout en vous mettant à la porte au matin sans autre perspective que d'attendre l'heure où les portes de cet abris paradoxal s'ouvriront à nouveau.

Malgré tout, je tentais d'apprendre le français ou de suivre des formations de femme de chambre mais ces portes là se refermaient toujours devant moi. Enfin, je suis parvenu à décrocher quelques heures de ménage, à peine payées mais qui m'ont permis de me joindre à une collocation. C'était à 1h de RER de Paris mais peu importait, je persévérais, quitte à parcourir, à pied et en pleine nuit, la distance qui séparait mon nouveau logement de la gare RER où m'attendais le premier train.

Mais la violence semblait me poursuivre partout. Ainsi, mes colocataires de fortune n'hésitaient pas à me proposer la prostitution comme moyen de subsistance et j'étais terrifiée quand souvent je trouvais des hommes dans la douche de notre appartement.

Pourtant, la chance finit par me sourire, un peu.

Avec l'aide d'une assistante sociale, je suis parvenu à obtenir des papiers et un appartement. Je me sentais enfin un peu à l'abri, libérée du danger que représentait le fait de partager mon espace de vie. A cette époque aussi, il y eu une rencontre. Un homme très insistant, il se disait portugais, il se disait sincère et amoureux de moi. Je lui ai fait confiance et nous nous sommes mariés.

Avec ce mariage, c'est la violence qui ressurgissait dans ma vie, à travers ses poings comme à travers ses mots. Ma vie était redevenue un enfer. Il m'insultait, me rabaisait sans cesse, ne me

laissant travailler que pour subvenir, seule, à nos besoins. Il me frappait aussi, souvent et me privait de la moindre parcelle de liberté, m'interdisant jusqu'à l'accès à notre boîte aux lettres. Son manque de respect ira même jusqu'à me tromper avec l'une de mes seules amies alors qu'il refusait de reconnaître deux de nos trois enfants. J'ai fini par apprendre qu'il était en fait libanais et que notre mariage était avant tout pour lui un arrangement administratif et la certitude d'avoir un toit sur la tête.

J'étais pourtant, moi, une épouse fidèle, je prenais soin de mon conjoint comme je pensais devoir le faire. Je prenais aussi soin de mes enfants, seule, sans aucun soutien qu'il soit moral ou financier.

Finalement, sans autre explication et alors qu'il fallait assumer la charge de nos trois enfants, mon mari a quitté notre domicile un matin. Il voulait fonder une autre famille avec une autre femme et a accepté le divorce sans aucune difficulté.

Chez moi, désormais le calme est revenu. Je suis présente pour mes enfants et leur donne une éducation qui, je pense, leur permettra d'affronter la vie en évitant les écueils que j'ai traversé. Je reste célibataire, volontairement un peu à l'écart du monde car c'est pour moi une question de sécurité. Je l'ai appris à mes dépens, un homme ne se contentera sans doute pas de donner, il sera surtout là aussi pour prendre.

Témoignage de madame R.

Ma lune de miel a été rapide, elle a duré exactement deux semaines. C'est après ces quatorze jours que mon mari a commencé à se montrer violent, scellant notre engagement mutuel par des coups et des insultes.

Pourtant, j'étais irréprochable dans mon rôle d'épouse : je travaillais, je prenais à ma charge la majorité des dépenses de notre foyer comme le coût du loyer, celui des courses ou encore celui de l'habillement. Je finançais même les formations professionnelles de mon mari, à savoir l'intégralité de ses trois permis lui permettant de conduire au choix un taxi, un camion ou un véhicule de transport en commun. Et pourtant, nous n'allions jamais nulle part ensemble.

Je tenais tous mes engagements, m'occupait de lui alors qu'il dilapidait notre argent dans des futilités, exigeant par exemple de changer chaque mois de portable pour avoir toujours le dernier modèle à la main.

Il menait sa vie en célibataire, repoussant les critiques que lui faisait parfois ses amis, discréditant toute accusation de méchanceté à mon encontre. De mon côté, je tenais bon, pour notre famille qu'il affirmait parfois vouloir agrandir et pour qu'on ne parle pas en mal de nous. Malgré la violence et la peine, je maintenais les apparences coûte que coûte, ne parlant à personne, ni à des amis, ni à ma famille, de ce qui se passait derrière les portes closes de notre appartement.

Après cinq ans de cette vie conjugale, je tombais enceinte mais ce bonheur fut de courte durée car je fis malheureusement une fausse couche au bout de trois mois de grossesse. Accablée par la tristesse et la fatigue, sans aucun soutien de la part de mon mari, j'acceptais la proposition de mes parents de m'installer pour quelques jours chez eux. Présents et prévenants, ils ne pouvaient cependant s'empêcher de souligner l'attitude de mon conjoint qui non seulement était totalement absent mais qui, de plus, ne se souciait absolument pas de mon bien-être et refusait même de m'acheter les médicaments qui m'étaient pourtant nécessaires.

Alors que je continuais à lui trouver des excuses, il me fit alors savoir qu'en raison de mon incapacité lui donner un enfant, il souhaitait que nous divorcions. J'étais sous le choc. Je refusais tout autant de croire en ma culpabilité qu'en la légitimité de sa démarche. Pour moi, c'était impossible, personne ne pouvait se comporter ainsi.

Ma famille fit office de médiateur mais finalement, après une courte période de cohabitation où il reprit ses habitudes violentes, nous nous sommes séparés.

Désormais, j'avance vers un autre bonheur et une toute nouvelle liberté même si sur le moment, je n'en avais pas du tout conscience.

Témoignage de madame S.

Nous nous sommes mariés en 2001, nous étions heureux et tout se passait très bien entre nous jusqu'au moment où il a voulu des enfants. Trois mois après l'annonce de la bonne nouvelle, les violences ont commencé : il buvait, il m'insultait, il me frappait.

J'étais isolé, sans moyen d'échapper à la situation. Je ne parlais pas français, je n'avais pas de papier et je ne connaissais personne. Mon mari s'assurait de plus que la situation demeure ainsi en m'enfermant dès qu'il quittait l'appartement. Parfois, je pouvais rester emprisonnée, seule, pendant 10 ou 20 jours.

Mon suivi de grossesse m'a cependant contrainte à sortir plus souvent, tous les jours pendant quelques semaines, mais comme il ne m'accompagnait pas, ses instructions étaient strictes : en dehors de la consultation, je ne devais parler avec personne, sous aucun prétexte ou sinon...

Pour limiter mes trajets quotidiens, j'ai même été hébergée un temps chez une parente. Elle s'étonnait de l'attitude distante de mon mari, de son manque de soutien. Elle essayait de le convaincre d'être plus présent et moi, je temporisais, minimisant son indifférence pour le protéger. Lui pourtant s'illustrait dans des registres de violences psychologiques que je ne lui connaissais pas jusque-là, allant jusqu'à faire semblant de me donner un peu d'argent pour aller faire les courses avant de me subtiliser les fonds.

Au retour de l'hôpital avec ma fille, les violences physiques ont rapidement recommencé. Dès le matin, des coups, tous les jours, accompagnés d'insultes et de menaces. L'isolement reprenait aussi et si les voisins commençaient à s'inquiéter, les discussions à la sauvette, derrière une porte toujours close, n'accusaient finalement que mon attitude passive. Qu'aurais-je pu faire, sans soutien, prise dans un engrenage de silence et de violence ?

A l'orée de ma seconde grossesse, les coups pleuvaient toujours. Ce sont d'ailleurs certains, mieux porté que d'autres, qui me révélaient mon état, avec d'impressionnants saignements pour preuve. J'implorais son aide pour qu'il m'emmène à l'hôpital mais il refusait, obstinément, pendant toute une semaine.

Finalement admise aux urgences, le verdict médical était sans appel, j'étais donc enceinte mais les coups avaient provoqué un déplacement du fœtus qui mettait en danger ma santé. Pour me sauver, il a fallu opérer et mettre fin à ma grossesse. Pour compliquer encore la situation, le médecin émettait par ailleurs de grandes réserves sur ma version des faits évoquant un accident. Il m'interrogea, me référa à une assistante sociale mais je m'accrochais à ma version, l'estomac tordu par la peur des représailles.

Le retour à la maison fut synonyme d'une accalmie passagère mais rapidement la violence refit surface. Cette fois-ci, les assiettes volèrent à l'occasion d'un repas servi trop tardivement mais ce fut ma fille qui se retrouva par accident dans la ligne de mire. Frappée de plein fouet à la tête, elle fut rapidement couverte de sang. J'étais terrorisée, j'implorais encore une fois mon mari pour obtenir une assistance médicale mais il restait inflexible et je passais la nuit à la veiller. L'école quant à elle signala cette blessure et ne crut pas à la version de l'accident. La pression montait.

Quelques mois, plus tard, j'étais à nouveau enceinte.

Un matin, mon mari rentrant fatigué de sa nuit passée dehors, se met à me frapper sans raison, dans le ventre et les côtes. Cette fois-ci, s'en était trop et j'appelais la police.

Commença alors un long et difficile processus fait d'interrogatoires, de dépositions et d'examens médicaux. Les preuves s'accumulaient, la langue de ma fille aînée se délia, m'incitant moi aussi à sortir de ma réserve. Je ne voulais pas que le père de mes enfants fasse de la prison mais je ne voulais pas non plus qu'il revienne semer la terreur dans nos vies et c'est ce que j'ai dit au juge.

Forte de quelques nouveaux soutiens, je décidais de demander le divorce. Pendant un an, mon mari refusa de signer les papiers puis de payer une quelconque pension alimentaire sous prétexte d'un prétendu accident de travail. Le juge ne crut pas à sa version, ni pour l'accident de travail, ni pour l'absence de violences domestiques.

Je prenais donc définitivement les choses en main et pour pouvoir élever mes filles, j'améliorais mon français et je trouvais de l'aide pour régulariser ma situation administrative et obtenir un nouveau logement. Après 10 ans d'isolement, de peur et de violences, les frontières de mon univers commençaient enfin à s'élargir petit à petit.

Désormais, pour mon mari et pour moi, je ne souhaite qu'une chose : que chacun suive sa route, lui de son côté, moi avec mes filles du notre avec les blessures qu'il nous reste encore à soigner.



72 rue Victor Hugo

93500 Pantin

01 57 14 92 30

nenuphar.asso@gmail.com

<https://association-nenuphar.fr>

