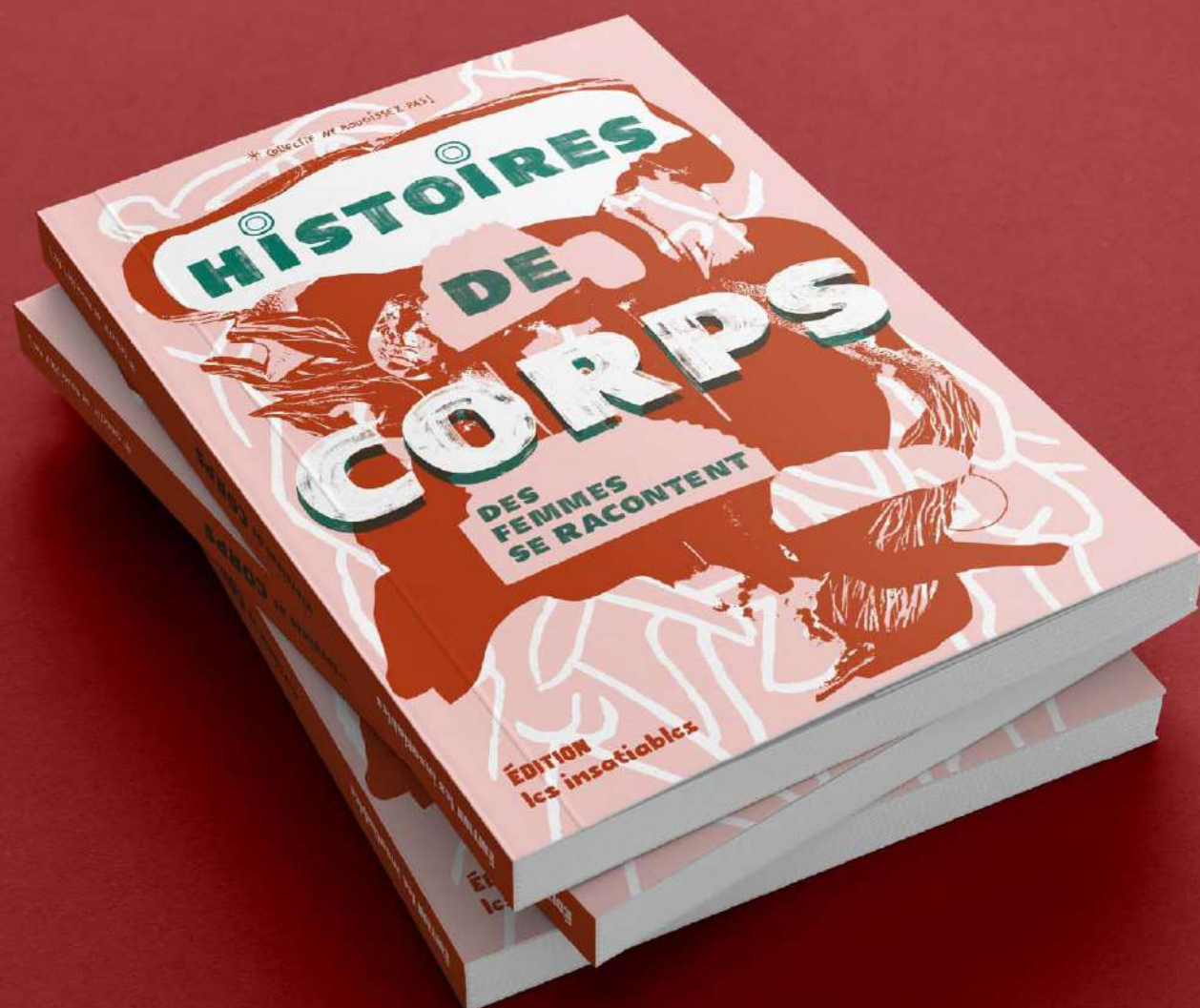




CONCEPTION ET SUIVI ÉDITORIAL
CONCEPTION GRAPHIQUE MAQUETTAGE
Collectif Ne Rougissez Pas!
avec le concours d'Alice Rocq pour le suivi éditorial.

TÉMOIGNAGES
• Des femmes de la Maison de Quartier du Petit-Ivry
• Des femmes de l'Antenne Ivraysenne de Femmes Solidaires
• Des jeunes Ivraysennes accompagnées par l'association
Espoir (Club de prévention spécialisée)

TEXTES RECUEILLIS ET RETRANSCRITS
Collectif Ne Rougissez Pas!

CORRECTION DES TEXTES ET RELECTURES
Hugues Calvet-Lauvin • Blandine Leducq
• Véronique Roussière

CRÉDITS IMAGES
Illustrations réalisées par le Collectif Ne Rougissez Pas!
Collages et gravures réalisés par des femmes de la
Maison de Quartier du Petit-Ivry, de l'Antenne Ivraysenne
de Femmes Solidaires et par des jeunes Ivraysennes
accompagnées par l'association Espoir

COUVERTURE EXTÉRIEURE
Création originale du Collectif Ne Rougissez Pas!

COUVERTURE INTÉRIEURE
Paroles de participantes recueillies lors des
cafés-discussions et des cycles d'expositions
organisés à la Tracterie entre 2021 et 2022.

ÉDITIONS
les insatiables
* COLLECTIF NE ROUGISSEZ PAS!

© ÉDITIONS "LES INSATIABLES"
Amans du Collectif Ne Rougissez Pas!
ISBN ■ 9 782958 673703
DÉPÔT LÉGAL ■ 1^{er} trimestre 2023
IMPRESSION ■ Mars 2023 Imprimerie
Nexe Impressions à Girona



Auteurs

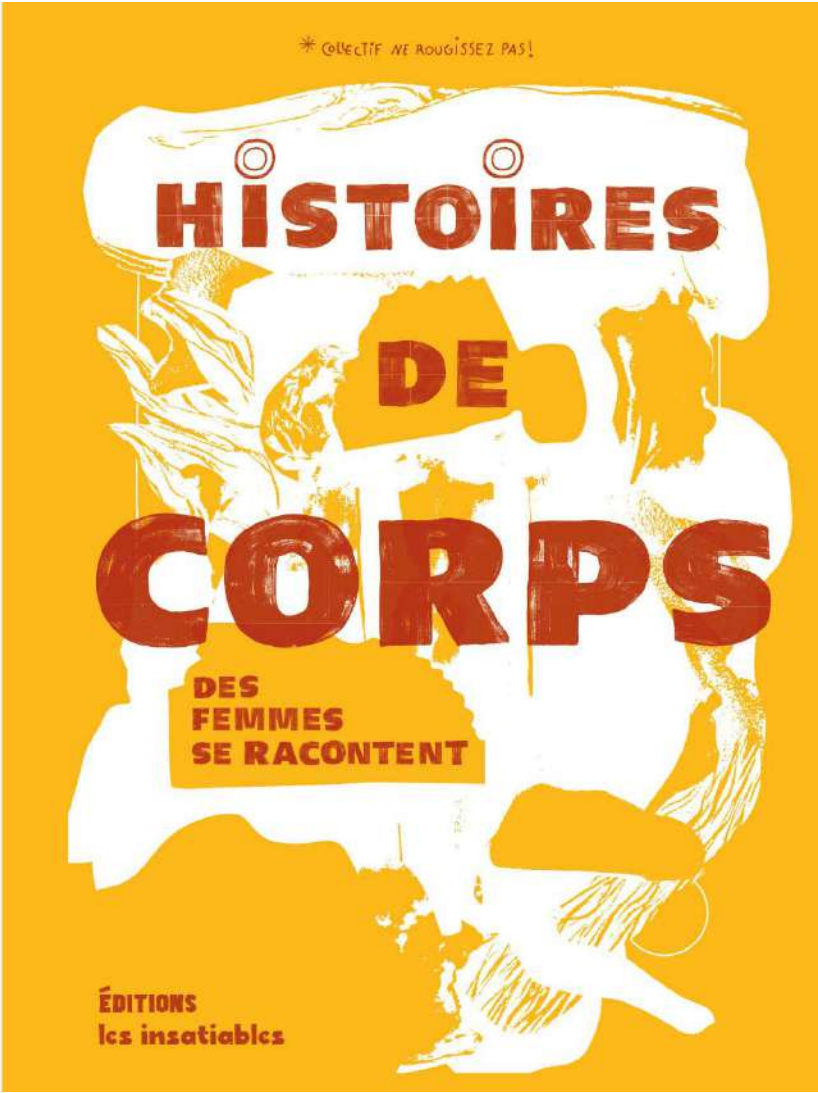
Installé à Ivry, Ne Rougissez Pas! est un collectif
de graphistes, designers et cinéastes. Créé en 2011
avec pour volonté : de diffuser l'art dans l'espace
public et de rendre la pratique artistique accessible à
toutes. Nous mutualisons nos idées, nos moyens de
créations et de productions. Faire ensemble struc-
ture notre pratique artistique et notre manière de
travailler. Faire à plusieurs mains en croisant les
voix permet de créer une richesse sociale commune.
Nous désirons et nous sommes insatiables.



Sage-femme et sexologue

Je m'appelle Alice Rocq. Je suis sage-femme, sexologue
et féministe. Cela n'a pas toujours été facile de me
sentir bien dans mon travail avec mes idées. Mais
depuis quelques années, je travaille en libéral à Vitry-
sur-Seine où je reçois des femmes pour du suivi de
grossesse, la préparation à l'accouchement mais aussi
de la rééducation du périnée, du suivi gynécologique,
tout ce qui est contraception, IVG médicamenteuse
et aussi pour parler de sexualité. J'adore ce que je
fais dans ce cadre là et je trouve que c'est aussi très
important de pouvoir parler en groupe, que ce soit avec
des groupes de femmes lors de ces cafés-discussions,
dans des maisons de quartier ou en milieu scolaire. Ça
nous aide à identifier ce qu'on a vécu, ce qui n'était pas
normal, des choses qui parfois nous laissent un senti-
ment bizarre, ça nous aide à partager des ressources
et à nous sentir plus fortes. C'est en discutant avec
d'autres qu'on se rend compte, qu'on arrive à nommer
les choses et à s'ajuster pour faire les choses comme
on l'entend et ne pas se laisser marcher dessus.

SORORITÉ • PARTAGE • AUTONOMIE



L'ORIGINE DU PROJET

Depuis plusieurs années, de nombreux témoignages évoquent les violences gynécologiques et obstétricales subies par les femmes. Dans ce contexte, notre collectif **Ne Rougissez Pas!** a imaginé **un projet artistique autour du corps des femmes**. Nous avons recueilli des témoignages à travers des temps de rencontres et de création mise en œuvre de notre atelier-café *La Tracterie* situé à Ivry-sur-Seine.

Cette démarche s'appuyait sur la **volonté de se réunir entre femmes pour parler librement de notre corps et de tous les enjeux auxquels il nous confronte**. Les temps de discussions se prolongeaient par la création d'objets graphiques, car nous croyons aux pratiques artistiques comme moyen d'émancipation individuelle et de construction collective.

LE PROCESSUS DE CRÉATION

De mars 2021 à octobre 2022, en coopération avec Alice Rocq, sage-femme et sexologue, nous avons proposé **12 cafés-discussions** à *La Tracterie* avec différents groupes de femmes pour parler du corps, de la santé, de la sexualité et du suivi gynécologique et obstétrique. Ces cafés-discussions s'articulaient autour de trois thématiques : « Mon corps se transforme », « Mon corps me fait du bien » et « Mon corps me fait mal ». Chaque session se déroulait en deux temps :
● un premier temps de **discussion libre et collective** sur une des thématiques, qui a été enregistré sur le moment.
● un deuxième temps de **création graphique** avec la découverte de techniques de production artistiques : gravure, collage, typographie et sérigraphie.

Les échanges et témoignages recueillis se retrouvent en grande partie dans ce livre sous la forme de discussions, de récits ou encore d'anecdotes. Pour cela, nous avons retranscrit manuellement les 11 heures de discussions enregistrées puis nous les avons sélectionnées, réorganisées et harmonisées suivant des thématiques distinctes pour créer la trame narrative du livre. Les 80 productions graphiques, réalisées en ateliers par les participantes ont été scannées et nettoyées pour constituer la base iconographique du livre. Une fois ce travail d'écriture et d'archivage effectué, nous avons construit le chemin de fer, le système graphique et la maquette, dessiné les typographies de titrage, illustré le contenu narratif et scientifique.

Nous sommes parties de nous toutes, de nos corps, de la somme de ce "nous", pour fabriquer collectivement ce livre, *Histoires de corps*.



POINT DE VUE

Ce livre est le reflet des temps d'échanges et des partages d'expériences qui ont eu lieu lors des cafés-discussions. Nous avons souhaité rester fidèles à la parole des femmes rencontrées. Aussi, cet ouvrage n'aborde pas l'ensemble des problématiques concernant le corps des femmes. Nous précisons que nous avons réalisé ces temps de discussions en région parisienne, avec des femmes cisgenres et majoritairement hétérosexuelles. Les récits et les images représentées sont donc à l'image des femmes présentes lors des rencontres.

●
Cet ouvrage s'inscrit dans une démarche pédagogique pour informer et transmettre, tout en proposant une dimension narrative, pour faire trace d'une vision plurielle à travers les témoignages de femmes qui racontent leurs expériences et leurs vécus. La volonté de ce projet est de **mettre en lumière et de sensibiliser sur des thématiques propres au corps des femmes**, sujet souvent invisibilisé dans la sphère publique, médiatique et culturelle. Le livre que vous tenez entre vos mains présente un processus de construction collective esthétique, artistique et féministe.

●
Enfin, **nous avons choisi de rédiger les textes en écriture inclusive car nous sommes persuadées que cela participe à visibiliser les femmes et à défendre l'égalité entre les sexes**. Nous avons également modifié tous les prénoms de chacune des participantes afin de respecter l'anonymat choisi par les femmes.

●
Cet objet est fait pour être partagé, questionné et s'augmentera, nous l'espérons, de vos propres échanges.

SOMMAIRE

CORPS PUISSANT P.9

Premières transformations	p.10
○ Le syndrome prémenstruel	p.12
○ Le cycle menstruel	p.14
○ Les douleurs	p.18
○ Glossaire	p.20
○ L'anatomie féminine	p.22
○ L'utérus	p.24
○ La vulve	p.25
○ Le périnée	p.25
○ La puberté	p.26
○ Les pertes blanches	p.27
○ Les protections périodiques	p.28
Complexes et acceptation	p.30
○ Corps à corps	p.31
○ Injonctions et transformations	p.33
○ S'accepter	p.38
Ménopause	p.42
○ Un autre cycle	p.43
○ Se raconter	p.45
○ Un autre regard	p.48

CORPS DÉCIDANT P.53

Si je veux, quand je veux	p.54
○ Les contraceptifs mécaniques	p.56
○ Les contraceptifs hormonaux	p.60
○ Les autres contraceptifs	p.62
○ La non-envie de maternité	p.64
○ L'avortement	p.66
○ Corps dissident	p.70
La maternité	p.72
○ La grossesse	p.73
○ Nos accouchements	p.78
○ Par césarienne	p.82
○ Lieux d'accouchement	p.84
○ L'allaitement	p.88
○ Rééducation du périnée	p.90

CORPS SOUFFRANT P.97

Pathologies	p.98
○ Glossaire	p.100
○ Le vaginisme	p.101
○ L'endométriose	p.102
○ Les ovaires polykystiques	p.104
Les I.S.T	p.106
○ Glossaire	p.108
○ Les modes de contamination	p.110
○ Les méthodes de dépistage	p.112
Arrêts de grossesse	p.114
○ Arrêt naturel de grossesse	p.115
○ Grossesse extra-utérine	p.116
Corps abimés	p.118
○ Douleurs sexuelles	p.120
○ L'épisiotomie	p.122
○ Corps maltraité	p.126
○ Post-partum	p.128
Violences gynécologiques	p.130
○ Le spéculum en métal	p.132
○ La pose du stérilet	p.133
○ Des violences verbales	p.134
Alternatives et conseils	p.138
○ Contrer les violences	p.140
○ D'autres consultations	p.141
○ D'autres soignant·es	p.144

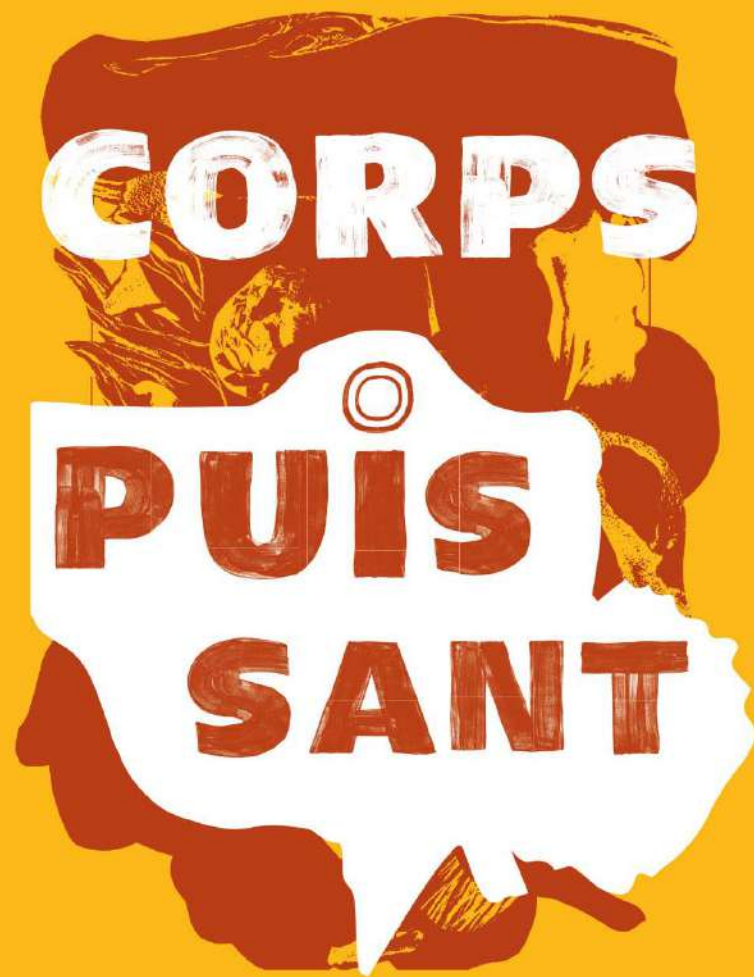
CORPS FRÉTILLANT P.149

Découverte de la sexualité	p.150
○ La virginité	p.152
○ La première fois	p.154
○ Manifestation du désir	p.155
○ Découverte du sex-toy	p.156
Le plaisir féminin	p.158
○ Le clitoris	p.160
○ Re-visiter son plaisir	p.164
Enjeux dans la sexualité	p.168
○ Difficultés sexuelles	p.170
○ Et si l'autre ne veut pas ?	p.171
○ Et si je ne veux pas ?	p.173
○ Disponibilité	p.175
○ Injonctions	p.178
Parler de sexualité	p.182
○ À ses amies	p.183
○ En famille	p.184
○ Avec son/sa partenaire	p.187
○ Avec des soignant·es	p.188

EN FIN P.194

○ Les coulisses du projet	p.195
○ Les matériaux	p.196
○ Historicité thématique	p.197
○ Répertoire des ressources	p.198
○ Pour aller pour loin	p.198
○ Remerciements	p.199





PARTIE 01

PREMIÈRES TRANS FORMATIONS

ALONE WE ARE POWERLESS...
TOGETHER WE ARE STRONG

ALICE

Si vous avez des questions, il ne faut pas hésiter. Dans mon bureau, je vois beaucoup de femmes qui ont entre 30 et 70 ans qui n'ont jamais vu comment c'est fait à l'intérieur.

Parfois, on ne sait pas trop comment est le sexe féminin, notre corps à l'intérieur pour plein de raisons. Les hommes peuvent plus voir facilement leur sexe en entier que les femmes. Ce n'est pas seulement une histoire de configuration, c'est une histoire de société qui n'encourage pas les femmes à connaître leur corps, ni à comprendre ce qui s'y passe, ni à gérer tout un tas de choses au niveau de leur sexe.

ALICE

Tout au long du livre, quand le symbole ci-dessus associé au prénom Alice apparaît, c'est pour signifier qu'il s'agit de la voix de la sage-femme et sexologue qui a mené les conférences retranscrites dans ce livre.

SIBYLLE

Oui, mais le poids, c'est pas moche, je trouve.

LAÏLA

Quand on me dit ça, et qu'on n'en a pas du tout en trop, ça me dérange un peu...

SIBYLLE

Non mais tu plaisantes, je rentre mon bide depuis tout à l'heure !

LAÏLA

Oui, mais les kilos c'est dur à porter dans tous les sens du terme. Dans le sens symbolique et physique.

SIBYLLE

Mais ça ne veut pas dire que c'est moins désirable.

LAÏLA

En tout cas, je comprends tout à fait ce que vous dites, parce qu'à la ménopause, justement, ça a été un moment où j'ai pris beaucoup de kilos et c'était très dur. Parfois, tu as du mal à te porter. Après il faut apprendre, comme tu disais Séverine, à être bienveillante avec soi-même et à se regarder. Moi, je suis plus vieille que vous et d'une autre génération, le poids de l'éducation que j'ai reçu est assez lourd. On ne nous apprenait pas à nous aimer, ni à aimer nos corps. Je pense que cela existe toujours, il y a quand même beaucoup d'injonctions concernant le corps des femmes.

SÉVERINE

Je pense que quand tu es une jeune femme, tu passes d'abord par toute cette phase de puberté, puis très vite par l'injonction à faire corps sociétal avec l'image qu'on te demande. On pense qu'on est censée se faire accepter dans un système qui exige qu'on réponde à des critères de beauté délirants. Alors, il faut avoir un peu de recul pour être capable de s'écouter avec plus de bienveillance et c'est compliqué car l'injonction de départ est très lourde. Tu es rarement dans les critères de ces injonctions, car ce n'est qu'un fantasme qui n'existe pas. Et tu vis plus ou moins bien, en fonction de ta personnalité, de ne pas être conforme à ce fantasme impossible.

ALICE

Oui, ça prend plus ou moins de temps, en fonction de si tu es bien accompagnée, de tes ressources et de si tu as la capacité de le faire.

SÉVERINE

Sur plein de sujets, on se sent mieux quand on s'accepte et quand on se revalorise. Le fait de s'assumer, d'être plus en confiance et d'accorder avec ses envies, cela te permet d'être « mieux dans ta peau ». Mais aussi de t'imposer davantage dans différents contextes, y compris sexuellement, c'est-à-dire là où peut-être tu manquais de capacité à aller vers ce dont tu avais envie.

VICTOIRE

Moi j'ai pu m'assumer et mon rapport au corps a commencé à s'améliorer quand je me suis émancipée de mes parents. Ma mère est très attachée à son poids, elle veut paraître jeune, elle veut être apprêtée d'une certaine manière et du coup les autres ne sont jamais assez bien ou pas assez féminines. J'ai été élevée là-dedans et je ne corresponds pas aux critères de beauté qui satisfont ma mère. Et puis, je n'ai jamais eu envie d'être de la manière dont elle est. Quand je me suis émancipée de ça, avec une bonne dispute et une grosse distance géographique, cela a été beaucoup mieux. Jusque-là, j'étais partagée entre deux choses : entre le fait de vouloir satisfaire ma mère et lui plaire, et le fait d'être moi. Après, je savais où j'étais, mais surtout où j'avais envie d'être.

Des critères de beauté fantasmes ?



PARTIE 01

SI JE VEUX, QUAND JE VEUX

LUTTE PROLONGÉE

FOCUS

SARAH

Qu'est-ce que c'est la contraception ?

ALICE

La contraception, c'est toutes les méthodes qui permettent d'empêcher d'avoir une grossesse qui s'installe, quand on a des relations hétérosexuelles. Il existe plusieurs méthodes, qui sont mécaniques ou hormonales.

CLARA

Est-ce que c'est possible de tomber enceinte malgré le contraceptif ?

⚡

Alors oui, il n'y a pas de contraception qui soit fiable à 100 %. Mais si la femme a choisi sa contraception en fonction de ce qui est le mieux adapté pour elle, à ce moment là de sa vie, ça augmente l'efficacité de la contraception qu'elle a choisie.

⚡

Malheureusement, jusqu'à présent ce sont les femmes qui ont le plus la charge mentale de la contraception, même s'il y a des avancées petit à petit.

PARTIE 02

LA MATERNITÉ



E S P O I R



UNE PETITE QUESTION



PEUT-ON TOMBER
ENCEINTE QUAND ON
AVALE DU SPERME ?

A ALICE

Non on ne peut pas tomber enceinte quand on avale du sperme, ni quand on a du sperme dans le rectum.

Les femmes enceintes sont-elles obligées d'avoir des nausées ?

A

Non, pas du tout. C'est lié aux hormones de la grossesse, mais elles ne s'expriment pas de la même façon chez toutes les femmes. Il y a des femmes qui ont mal aux seins, d'autres qui ont des nausées, d'autres qui ont beaucoup de salive dans la bouche ou ont des petits vertiges au premier trimestre, certaines des brûlures d'estomac. Ça dépend !

LA GROSSESSE

Moi je n'aime pas qu'on me pose la sonde lors d'une échographie ! On est obligée de faire ça ?

A

Quand on est enceinte, au deuxième ou au troisième trimestre, on n'a pas forcément besoin de passer par le vagin, on pose la sonde d'échographie sur le ventre. Quand on veut vérifier l'appareil génital hors grossesse ou au premier trimestre, il faut passer une échographie endovaginale. On met une espèce de tige dans le vagin et ça permet de visualiser les organes. On peut l'insérer soi-même. Parce que si c'est le ou la médecin qui le fait, que l'on n'a pas confiance ou qu'on ne le ou la connaît pas, on peut se crispier et c'est douloureux, alors que c'est vraiment très simple de faire ça soi-même. Il n'y a que nous-mêmes qui ressentons nos propres sensations, c'est pourquoi nous sommes les mieux placées pour le faire.

ON NE NAIT



PAS FÉMINISTE



ON LE DEVIENT

MALADIES ET INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES

Le VIH ou HIV

Le virus VIH (virus de l'immunodéficience humaine), une fois dans l'organisme, se multiplie jusqu'à affaiblir totalement le ou la malade, il ou elle commence alors à développer d'autres maladies, dites « opportunistes », contre lesquelles son système ne peut plus développer d'anticorps et donc se défendre. C'est à ce stade que la personne infectée est malade du sida et que son espérance de vie est limitée.

● On dit souvent sida mais ce n'est pas correct parce que le terme sida désigne la phase terminale de cette maladie. Avant ce stade la personne infectée est « séropositive », c'est-à-dire porteuse du virus VIH.

Syphilis

La syphilis est une IST causée par une bactérie appelée tréponème pâle (*treponema pallidum*). Chez certaines personnes, elle évolue silencieusement sans provoquer de symptômes. Chez d'autres, des symptômes apparaissent. Ceux-ci sont parfois peu spécifiques, ce qui a valu à la syphilis le surnom de « grande simulateuse ». Dans tous les cas, symptômes ou non, la personne infectée par la syphilis est contagieuse et peut transmettre la maladie.

Hépatites

Les hépatites B et C sont des maladies virales pouvant être graves car pouvant entraîner une cirrhose et une cancérisation du foie. Pour l'hépatite B, il existe une vaccination efficace et le vaccin n'est pas contre-indiqué pendant la grossesse. En revanche, il n'existe pas de vaccination efficace pour l'hépatite C. Elles se transmettent par voie sanguine ou sexuelle.

● L'hépatite B est l'infection sexuellement transmissible la plus répandue au monde, parce qu'elle peut se transmettre à l'accouchement. Quand une maman est porteuse de l'hépatite B, il y a des risques qu'elle la transmette à son enfant à la naissance. On fait tout de suite un vaccin à son bébé, après l'accouchement, pour éviter qu'il soit porteur de la maladie.

LES MALADIES SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES (M.S.T.) ET LES INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES (I.S.T.) SONT TRANSMISES ENTRE PARTENAIRES LORS DE DIFFÉRENTES FORMES DE RAPPORTS SEXUELS : RAPPORTS GÉNITAUX, ANAUX ET DRAUX.

Condylomes

Appelés aussi « Crêtes de coq », ils sont dus à des virus comme les papillomavirus. Ce sont des sortes de verrues situées sur la vulve, dans le vagin, le pénis ou l'anus. Des lésions invisibles existent souvent au niveau du col de l'utérus et ne peuvent être détectées que lors d'examens gynécologiques. Pour se débarrasser des condylomes, il faut les détruire à l'aide de crèmes ou de la chirurgie.

● Ces verrues génitales qui ressemblent à des crêtes de coq sont liées à la présence de papillomavirus non oncogène (qui ne peut pas être responsable de l'apparition de cancers). Ces lésions peuvent être gênantes si elles sont volumineuses mais en général elles sont non douloureuses. Le préservatif réduit le risque de transmission mais ne l'annule pas à 100%.

Gonorrhée

La gonorrhée, ou blennorragie, est une IST causée par la bactérie *Neisseria gonorrhoea* (ou gonocoque), qui touche principalement la région des organes sexuels et de l'anus. Cette bactérie s'installe non seulement dans les organes sexuels (muqueuse du vagin chez la femme, pénis chez l'homme), mais aussi dans le tube urinaire (urètre), le gros intestin (rectum) et la gorge.

● La gonorrhée ressemble très fort à une autre IST : la chlamydia qui est plus fréquente encore. Dans environ 40% des cas, une infection par la bactérie *Neisseria gonorrhoea* va de pair avec une infection par chlamydia et vice-versa. Généralement, à court terme, peu de symptômes se manifestent, surtout chez la femme. Difficile donc de savoir qu'on est contaminé.

À long terme, sans traitement, cette infection peut entraîner chez la femme une infection chronique des organes situés dans le bas-ventre, c'est-à-dire la matrice (endomètre), les ovaires et les trompes de Fallope. Si elle n'est pas traitée, la gonorrhée peut aussi causer une infertilité tant chez la femme que chez l'homme, lorsqu'elle touche la prostate ou les testicules. Enfin, la bactérie peut provoquer une grossesse extra-utérine ou un accouchement prématuré.

Chlamydia

La chlamydia est une infection sexuellement transmissible due à la bactérie *chlamydia trachomatis* qui est transmise lors d'un rapport sexuel non protégé. La transmission de cette bactérie se fait par voie vaginale, orale ou anale, provoquant une infection qui touche principalement l'appareil urogénital (salpingite), mais qui peut se propager dans d'autres parties du corps (yeux, péritoine, foie, articulations).

● La Chlamydia et la gonorrhée sont des IST qui ne sont pas graves et qui se soignent très facilement. Le problème c'est qu'elles ne provoquent pas toujours de symptômes donc on ne peut pas se rendre compte qu'elles sont là. Mais si on détecte une chlamydia, c'est très facile de la traiter. Il suffit de prendre quatre comprimés d'antibiotique. La chlamydia n'est pas une infection grave mais elle peut poser des problèmes de fertilité. Si on a une chlamydia pendant plusieurs années et qu'on ne s'en est pas rendu compte, au bout d'un moment ça peut abîmer les trompes (salpingite). Quand l'ovule est fécondé par un spermatozoïde, au lieu d'aller jusqu'à l'utérus pour s'accrocher dedans, il reste dans la trompe, ce qu'on appelle une grossesse extra-utérine.

Papillomavirus

Les virus du papillome humain sont également connus sous le nom de papillomavirus ou HPV. Ce sont des virus qui se transmettent soit par contact cutané, infectant alors la peau, soit par la voie sexuelle, infectant les muqueuses génitales. À ce titre, ils font partie des IST. Il existe environ 200 types différents d'HPV et parmi ces types, on distingue des virus à risque faible responsables d'infections bénignes (comme les verrues par exemple) et des virus à risque élevé.

L'infection par des HPV de haut risque peut s'accompagner de lésions malignes (formation de tumeur) dont la plus connue est le cancer du col de l'utérus.

● Le virus HPV est l'une des IST les plus répandues chez les femmes, car il peut provoquer des cancers du col de l'utérus. Chez les femmes, le dépistage est recommandé tous les cinq ans, entre 25 et 65 ans, parce qu'il se transmet même avec des préservatifs. Pour les hommes, cette infection ne pose pas de problème, mais ils sont porteurs et le transmettent aux femmes. Quand on fait des frottis pour les femmes, c'est pour vérifier qu'il n'y a pas de lésions au niveau du col de l'utérus. En France, on propose aux jeunes filles de pouvoir se faire vacciner contre le cancer du col de l'utérus, en prévention contre le papillomavirus. Depuis peu, la vaccination est possible aussi pour les garçons.

Pour aller plus loin

www.gynandco.fr

L'ensemble des définitions de cette double page provenant de ce site. Pour plus d'informations et pour des explications complètes n'hésitez pas à vous y référer.

LOLA

Un jour lors d'une consultation, une gynécologue m'avait balancé comme ça, sans m'avoir auscultée alors que c'était la première fois que je la voyais : « vous, c'est sûr, vous n'aurez plus jamais d'enfant ». Quand je suis partie du rendez-vous, j'avais un nœud dans le ventre. J'ai appelé ma mère pour lui raconter et elle a explosé. Mais moi, je n'avais pas du tout explosé, même si je ne me sentais pas bien. Je me disais qu'en même temps j'avais un problème à la trompe. Mais ma mère s'est énervée en me disant : « mais c'est qui cette femme, pour se permettre de te dire ça, sans même en plus t'avoir auscultée, ni rien regardé de ton dossier ! ». J'avais juste mentionné à la gynécologue que j'avais une suspicion d'**hydrosalpinx*** et pour elle, c'était fini. Alors que bon, on a deux trompes non ? Cinq ans après, avec le recul je peux dire que c'est une des phrases les plus violentes que j'ai entendues à mon égard. C'était juste une parole, sans me regarder, sans connaître mon passif. J'avais vingt ans à l'époque, et je n'étais pas armée pour me dire que ce n'était pas normal. Je l'ai compris bien après, en entendant plein de femmes témoigner et dire que ce n'était pas du tout normal et que ce que j'ai vécu était considéré comme de la violence gynécologique.

ROKIA

C'est horrible pour les jeunes filles qui connaissent à peine la puberté d'aller voir une gynécologue. Si on leur dit tout ça, elles ne vont pas y aller.

AMEL

Je pense qu'à partir du moment où elles doivent aller chez une gynécologue, il faut vraiment bien choisir parce que sinon elles vont garder des mauvaises expériences toute leur vie, cette horreur, cette angoisse...

EDMÉE

Moi je me souviens que je suis allée voir une gynécologue pour la première fois vers 16-17 ans. Elle m'a parlé tout de suite de mon poids. C'était très intrusif, mais justement pas par rapport à l'examen. Je me rappelle avoir dit à ma mère : « Je ne veux plus aller la voir ! Comment ça se fait qu'elle se permette de dire ça ? ».

Définition**Hydrosalpinx**

Un hydrosalpinx est une cause d'obstruction et d'accumulation de liquide dans les trompes de Fallope.

Ressource

www.stop-vog.fr

Ce site a été créé pour en finir avec le tabou des violences obstétricales. On y trouve des conseils, et un annuaire de gynécologues et de médecins fiables.



PARTIE 04

PARLER DE SEXUALITÉ



ALICE

**La transmission orale
est très importante, il
ne faut pas avoir honte,
et réussir à en parler
simplement.**

LOLA

En primaire, on ne parle pas de la sexualité et au collège ou au lycée, c'est beaucoup sous l'angle du risque : la grossesse, les infections sexuellement transmissibles... Et c'est triste.

JEANNE

Ce n'est pas lié au plaisir.

À

Non, ce n'est pas fun. Alors que bon, heureusement que la sexualité c'est fun !

LOLA

Avec vos amies, vous arrivez à en parler ou c'est compliqué ?

ÉLISABETH

Ça dépend. Il y a des gens qui sont très ouverts et d'autres non.

LOLA

Quand j'étais jeune, j'ai mis beaucoup de temps à parler de ma propre sexualité, de mon intimité, de mon désir personnel ou encore de la masturbation. Je ne sais pas si c'est le contexte de l'époque, mais depuis quelques années, on sent qu'on est plus en confiance entre nous, entre femmes et j'arrive à parler de manière plus libérée à mes amies. Avant, j'avais une sorte de tabou pour expliquer ce que j'aimais ou ce que je n'aimais pas, ce n'était pas du tout facile.

À

Oui, parce que les choses bougent. La parole des femmes se libère autour du sexe. Tout le mérite te revient, de te trouver bien avec toi-même et de ne pas te sentir mal d'exprimer ce que tu ressens.

À SES AMI·ES



ALICE

Il ne faut pas oublier que même si le reste du clitoris n'est pas accessible à l'œil nu, c'est très sensible comme endroit. C'est en grande partie lié au fait qu'il soit doté de

3000 terminaisons nerveuses quand le pénis n'en possède que 6000.

Alors ce n'est pas pour comparer, mais c'est pour dire la puissance de cet organe !

JEANNE

Et les terminaisons sont présentes partout ?

ALICE

Elles sont très concentrées au niveau du gland. Quand on est excitée, le clitoris entre en érection et la vulve gonfle. Le clitoris est composé du même tissu que le pénis. C'est aussi un organe érectile, ce qui explique la différence de taille quand il est excité ou pas. Il est vraiment beaucoup plus volumineux en érection qu'au repos. Au repos, en hauteur, il fait six à huit centimètres environ et en érection jusqu'à dix à douze centimètres.

AGNÈS

Oui, c'est énorme par rapport à ce qu'on a pu imaginer.

ALICE

Il faut juste parfois mener une petite recherche entre soi et soi pour voir comment il fonctionne, parce que tous les clitoris ne sont pas émus par les mêmes stimulations. Et ça peut être chouette de rechercher des sensations toute seule et avec son, sa ou ses partenaires.



ALICE

Le clitoris a été très décrié et méconnu. On entend souvent dans les magazines, et ailleurs malheureusement,

la fameuse question : « Est-ce que tu es plutôt vaginale ou clitoridienne ? ». Alors que c'est ridicule, la jouissance du vagin est liée à la présence du clitoris qui est très proche de la paroi avant du vagin, à l'endroit qu'on appelle le point G. Dans notre société, on sépare le plaisir du vagin et le plaisir du clitoris, il y a une dichotomie qui vient, à mon avis, de ce qu'a écrit Freud. Il a fait des choses importantes, mais il a aussi écrit de grosses bêtises.

VICTOIRE

Oui, c'est vrai que maintenant on parle des écrits de Freud surtout pour dire que c'est misogynie et que ce sont des explications très limitées...

ALICE

Oui, et je constate tous les jours que son travail a encore beaucoup de poids dans notre société. Je suis soignante, c'est peut-être pour ça que j'ai cette vision là, mais j'ai l'impression que c'est très présent. Freud a écrit que la source de plaisir primaire était le clitoris chez les petites filles et le vagin chez les femmes adultes... Et que celles qui n'arrivaient pas à opérer leur transmutation du clitoris au vagin, c'était celles qui s'étaient

trop masturbées quand elles étaient petites ! Je vois bien qu'en consultation de sexologue, il y a plein de femmes hétérosexuelles pour qui la pénétration n'est pas intéressante et qui ne s'autorisent pas à caresser leur clitoris en même temps, pour que ça puisse devenir plus intéressant pour elles. Il y a cette idée ancrée qu'on ne peut pas se caresser en même temps, peut-être à cause de la virilité toxique, par peur de mettre en difficulté son partenaire masculin ou encore par manque de communication.

LOLA

Un manque de confiance aussi peut-être ?

JEANNE

Et de connaissance, aussi, pour nous ! De ne pas avoir, ou connaître les espaces pour apprendre et en parler.



DISCUSSION

ALICE

Oui, le manque de connaissance vient beaucoup du fait de ne pas s'autoriser. Le lien avec son propre sexe existe depuis toujours, les enfants se masturbent dès l'école maternelle à la sieste. Puis il y a quelque chose qui fait que les filles sont coupées de leur sexe à un moment donné, dans leur construction.

Parfois, elles mettent des années à y revenir et elles recommencent à se toucher quand elles ont 20, 40 ou même 60 ans, alors que pour les hommes, j'ai l'impression que c'est plus fluide. Globalement, ils sont en contact en continu avec leur sexe et apprennent comment il fonctionne. Puis après, ils vont interagir en contexte sexuel avec d'autres personnes et reproduisent des choses de leur masturbation. Alors que chez les femmes, il y a du plaisir et de la masturbation dans l'enfance, puis en grandissant, souvent, il y a une coupure avec son corps et parfois c'est super long pour renouer avec. C'est sûrement dû aux idées qu'on nous met dans la tête à l'école ou aux représentations stéréotypées de genre avec lesquelles on a grandi. Ça dépend aussi des rencontres qu'on fait, des forces qu'on trouve en soi, mais c'est un vrai travail de reconquête.







● 34 femmes ○ 11 filles ○ 6 garçons ● 11 heures de cafés-discussions enregistrées ○ 12 cafés-discussions
 5 ateliers avec des groupes de femmes de la Maison de Quartier du Petit Ivry ○ 4 ateliers avec Femmes
 Solidaires ○ 2 ateliers avec des jeunes filles d'Espoir ○ 1 atelier en mixité avec Espoir ● 129 pages retrans-
 crites ○ 30 heures d'ateliers et de discussions ● 30 papillons-verbatims ○ 10 affiches-slogans sur calque
 avec typographies ○ 42 affiches au papier découpé ○ 1 affiche collective en sérigraphie ○ 10 gravures ●



Le livre a été achevé d'imprimer
en mars 2023 sur les presses
de l'imprimerie Nexe Impressions
à Girona (Catalogne – Espagne)
www.nexeimpressions.com



La couverture est imprimée
sur papier offset 250 grs
L'ouvrage intérieur est imprimé
sur papier offset 90 grs



Le texte de labeur

Work Sans Light créée par Wei Huang (2015)

La police de titrage

Work Sans Black créée par Wei Huang (2015)

Les titres des glossaires

EbonyBI créée par Veronika Burian,
José Scaglione et éditée par TypeTogether

Les titres des chapitres

sont dessinés à la main par le collectif NRP! (2023)

Les légendes des schémas

CORNICHON créée par le collectif NRP! (2023)



Conception et réalisation graphique

Collectif Ne Rougissez Pas !

www.nerougissezpas.fr • nerougissezpas@gmail.com



1^{er} tirage - Mars 2023
1000 exemplaires

ISBN 9 782958 673703

