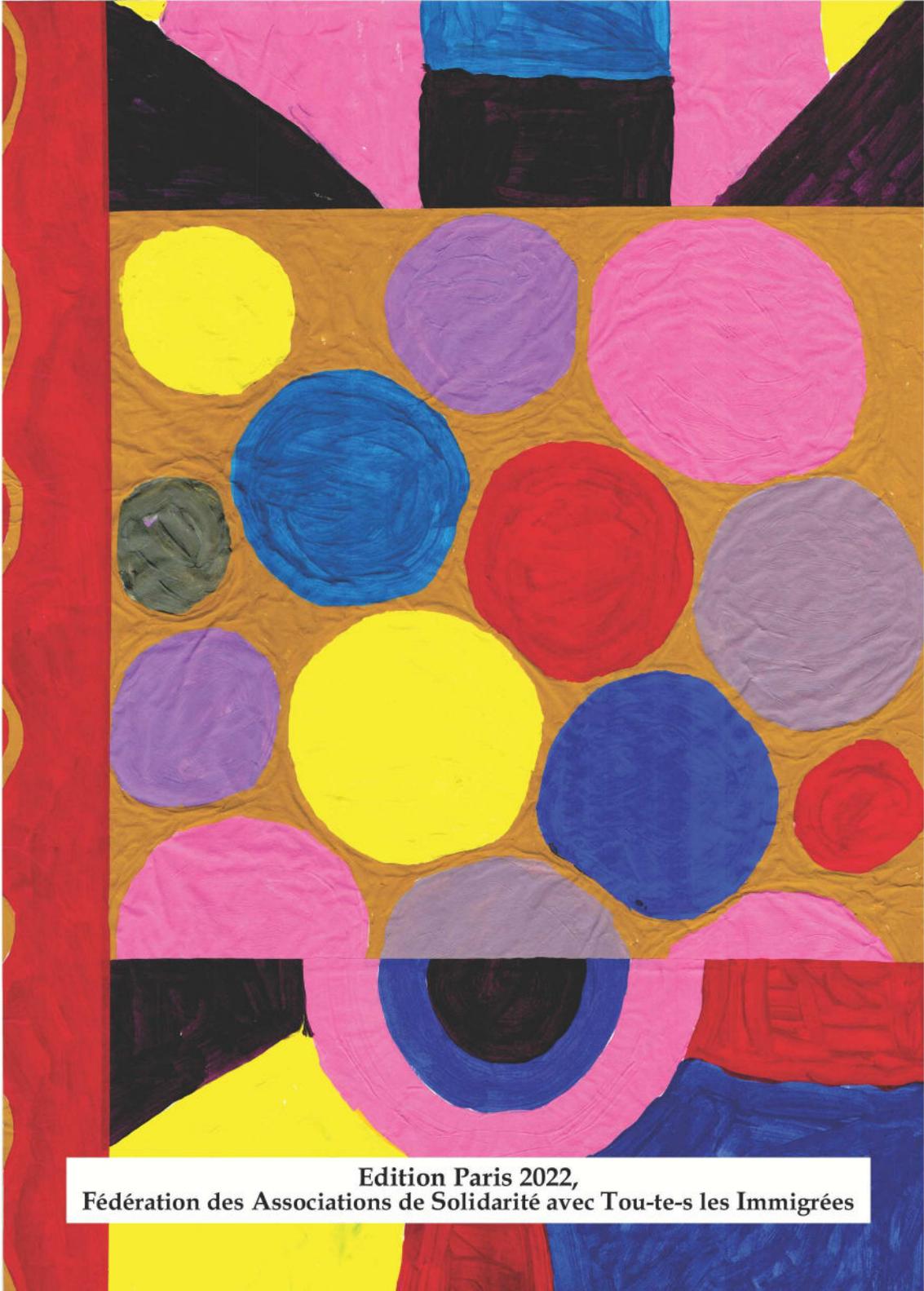


HISTOIRES DE FEMMES

Ouvrage collectif

fasti



**Edition Paris 2022,
Fédération des Associations de Solidarité avec Tou-te-s les Immigrées**



LA RONDE DES FEMMES

« NOUS NOUS SOMMES RETROUVÉES, D'ABORD POUR PARLER DE NOUS, DE NOS VIES, DE NOS ESPOIRS, NOS PEURS, NOS RÊVES POUR NOUS ET NOS ENFANTS.

ENTRE NOS SOUVENIRS, NOS VIES LÀ-BAS ET NOS VIES ICI, ENTRE NOTRE PASSÉ ET NOTRE FUTUR NOUS AVONS COMMENCÉ À DESSINER NOS VIES.

LA CRÉATION DE CHACUNE S'EST ENTREMÊLÉE ET, FINALEMENT, SOLIDARISÉE AVEC CELLE DES AUTRES ET NOUS AVONS TRAVAILLÉ DES TEXTES ET D'AUTRES ÉLÉMENTS POUR DÉCORER ET FAIRE RESSORTIR LE MONDE JUSTE ET D'ÉGALITÉ DES DROITS DANS LEQUEL NOUS VOULONS VIVRE. UN MONDE DANS LEQUEL LES FEMMES AURONT TOUTE LEUR PLACE.

NOUS AVONS ÉGALEMENT RENCONTRÉ DES ASSISTANTES SOCIALES, DES JURISTES, DES MEDECINS, DES SAGE-FEMMES POUR MIEUX CONNAÎTRE NOS DROITS.

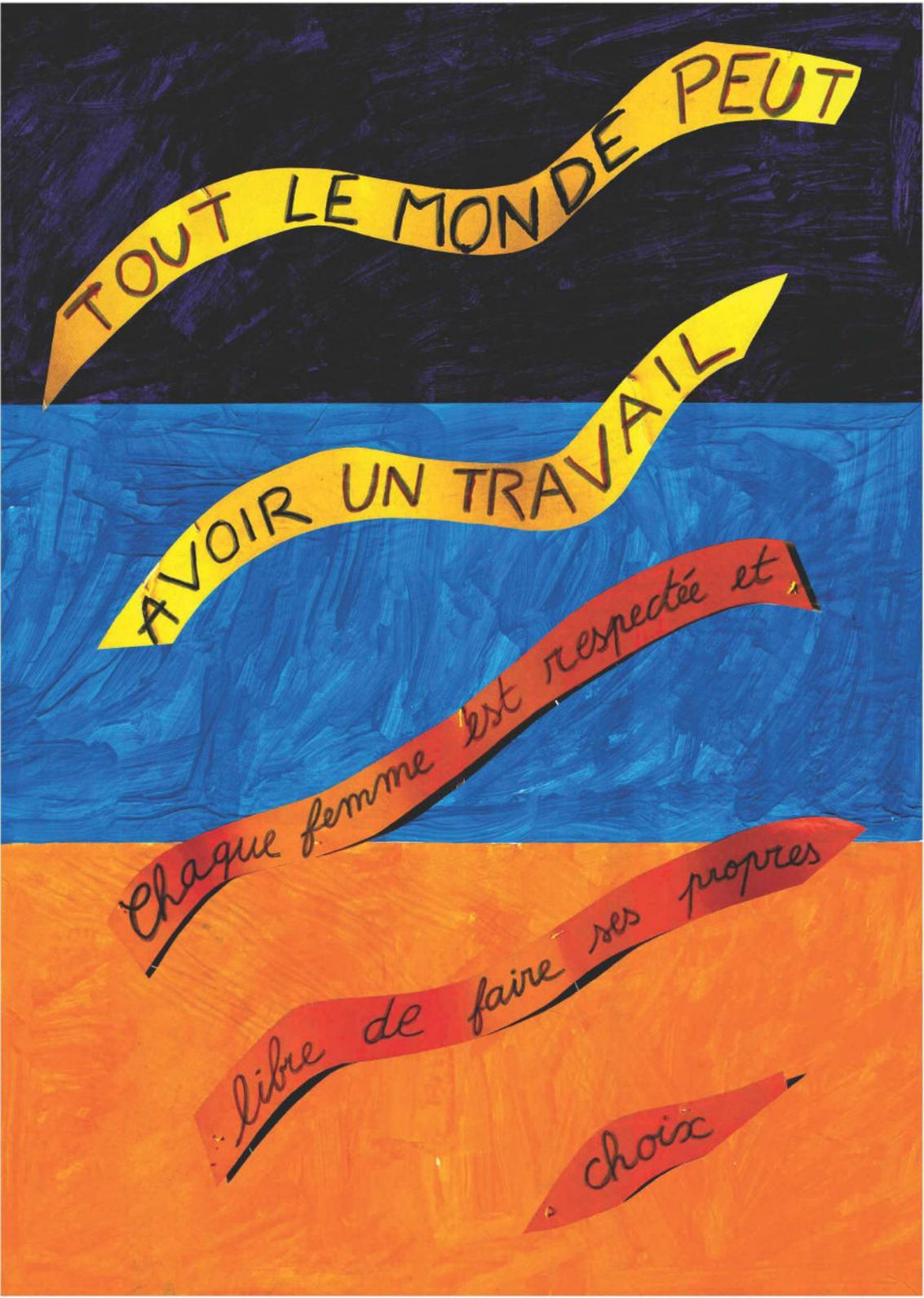
TOUS LES LUNDIS APRÈS-MIDI, À LA FASTI, DANS UNE AMBIANCE DE SORORITÉ NOUS AVONS BEAUCOUP ÉCHANGÉ, RI AUSSI ET CRÉÉ.

CELA NOUS A PERMIS À PARTIR DE NOTRE SITUATION D'ÉLARGIR NOTRE HORIZON ET DE VOIR EN QUELQUE SORTE LE MONDE EN GRAND.

NOUS AVONS VOULU PARTAGER NOS « BONS PLANS », LES LIEUX RESSOURCES QUE NOUS AVONS IDENTIFIÉS POUR QUE CELA VOUS SERVE AUSSI.

NOUS SOMMES FIÈRES DE PRÉSENTER UN PEU DE CETTE HISTOIRE, UN PEU DE NOUS-MÊMES. »





TOUT LE MONDE PEUT

AVOIR UN TRAVAIL

Chaque femme est respectée et

libre de faire ses propres
choix



CHAQUE ENFANT PEUT AVOIR UN AVENIR

ETRE SOIGNE, FAIRE DES ETUDES

MON MONDE JUSTE

La valeur de chaque

femme, homme, enfant,

est reconnue





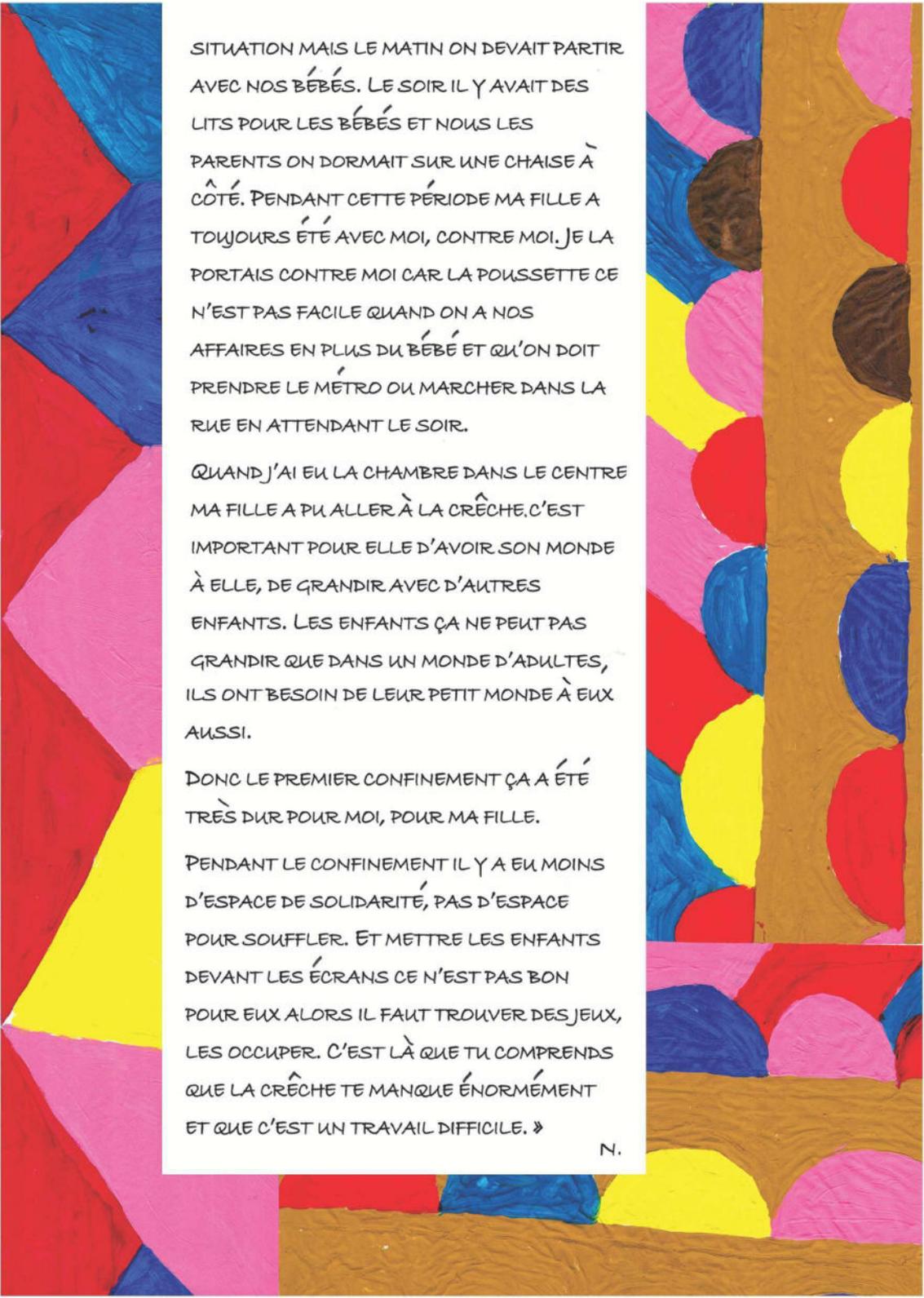


« LE CONFINEMENT C'EST COMME SI TU ÉTAIS EN PRISON.

TU ES OBLIGÉE DE RESTER À LA MAISON AVEC L'ENFANT, DE LE GÉRER, GÉRER SES FRUSTRATIONS. MA FILLE, LE CONFINEMENT L'A RENDUE DE PLUS EN PLUS NERVEUSE. DANS LE CENTRE OÙ JE SUIS HÉBERGÉE ON N'AVAIT PAS LE DROIT D'ALLER LES UNES CHEZ LES AUTRES À CAUSE DU COVID. LA SALLE OÙ LES ENFANTS JOUENT D'HABITUDE, ET SE RETROUVENT, ÉTAIT AUSSI FERMÉE.

C'ÉTAIT DUR DE SE RETROUVER SEULE. C'ÉTAIT TRÈS DUR AUSSI POUR LES ENFANTS. MA FILLE AVAIT UN AN, CELA FAISAIT JUSTE QUELQUES MOIS QU'ELLE ALLAIT À LA CRÈCHE ET ELLE COMMENÇAIT TOUT JUSTE À S'HABITUER À LA SÉPARATION ET À SON MONDE.

À SA NAISSANCE ON A PASSÉ 3 MOIS DANS LA RUE. LA MATERNITÉ NOUS LAISSAIT REVENIR DORMIR LE SOIR DANS UNE SALLE AVEC D'AUTRES PARENTS DANS LA MÊME



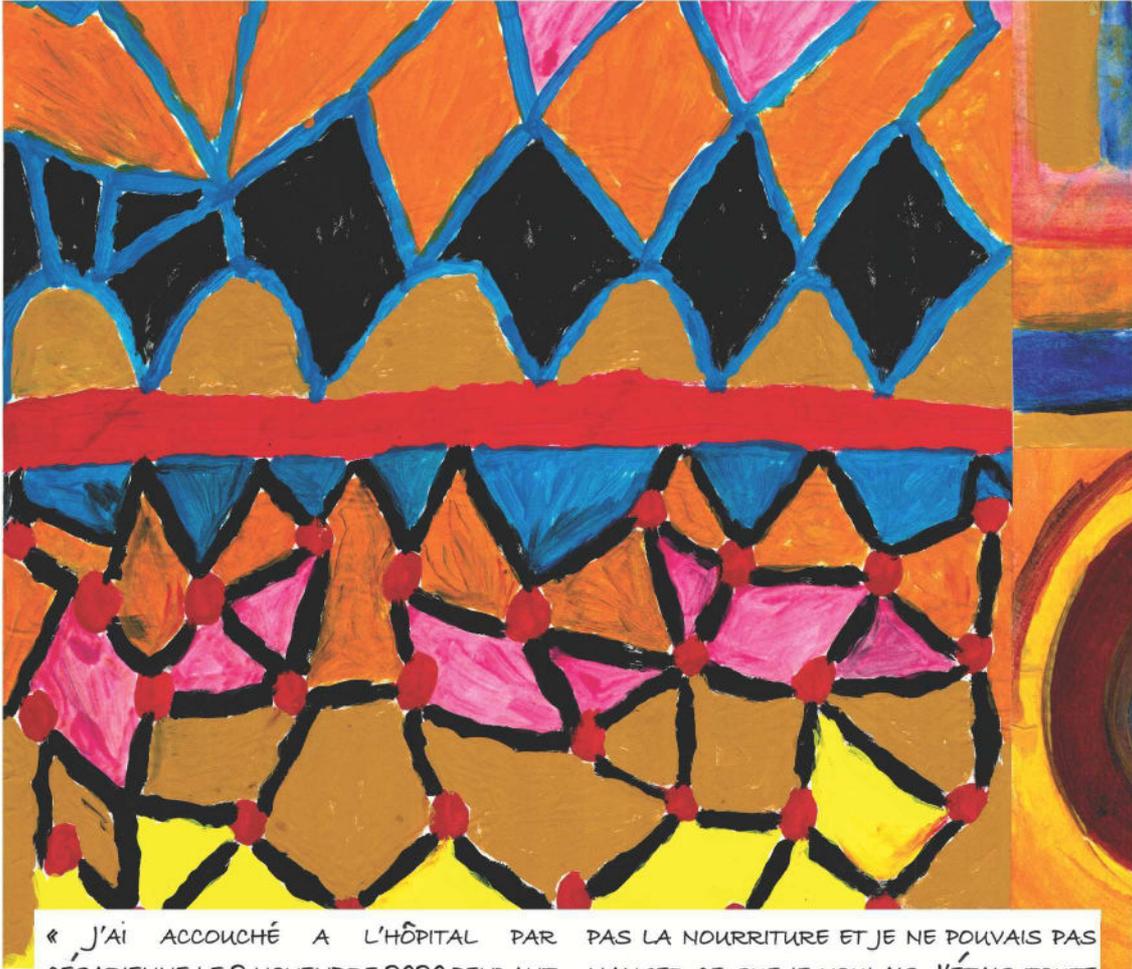
SITUATION MAIS LE MATIN ON DEVAIT PARTIR AVEC NOS BÉBÉS. LE SOIR IL Y AVAIT DES LITS POUR LES BÉBÉS ET NOUS LES PARENTS ON DORMAIT SUR UNE CHAISE À CÔTÉ. PENDANT CETTE PÉRIODE MA FILLE A TOUJOURS ÉTÉ AVEC MOI, CONTRE MOI. JE LA PORTAIS CONTRE MOI CAR LA POUSETTE CE N'EST PAS FACILE QUAND ON A NOS AFFAIRES EN PLUS DU BÉBÉ ET QU'ON DOIT PRENDRE LE MÉTRO OU MARCHER DANS LA RUE EN ATTENDANT LE SOIR.

QUAND J'AI EU LA CHAMBRE DANS LE CENTRE MA FILLE A PU ALLER À LA CRÊCHE. C'EST IMPORTANT POUR ELLE D'AVOIR SON MONDE À ELLE, DE GRANDIR AVEC D'AUTRES ENFANTS. LES ENFANTS ÇA NE PEUT PAS GRANDIR QUE DANS UN MONDE D'ADULTES, ILS ONT BESOIN DE LEUR PETIT MONDE À EUX AUSSI.

DONC LE PREMIER CONFINEMENT ÇA A ÉTÉ TRÈS DUR POUR MOI, POUR MA FILLE.

PENDANT LE CONFINEMENT IL Y A EU MOINS D'ESPACE DE SOLIDARITÉ, PAS D'ESPACE POUR SOUFFLER. ET METTRE LES ENFANTS DEVANT LES ÉCRANS CE N'EST PAS BON POUR EUX ALORS IL FAUT TROUVER DES JEUX, LES OCCUPER. C'EST LÀ QUE TU COMPRENDS QUE LA CRÊCHE TE MANQUE ÉNORMÉMENT ET QUE C'EST UN TRAVAIL DIFFICILE. »

N.



« J'AI ACCOUCHÉ A L'HÔPITAL PAR CÉSARIENNE LE 2 NOVEMBRE 2020 PENDANT LE DEUXIÈME CONFINEMENT.

MON FILS S'APPELLE MAMADOU.

JE SUIS RESTÉE 3 SEMAINES À L'HÔPITAL. POURQUOI ? PARCE QUE JE VIVAIS DANS UN HÔTEL QUI NE POUVAIT PAS ACCEPTER 3 PERSONNES, C'EST À DIRE MON MARI, MON FILS ET MOI. JE SUIS SANS-PAPIERS.

CES 3 SEMAINES À L'HÔPITAL ONT ÉTÉ DURES, TRÈS DURES. C'EST MON PREMIER ENFANT, LA CÉSARIENNE EST DOULOUREUSE ET JE NE POUVAIS VOIR PERSONNE. MON MARI N'ÉTAIT PAS AUTORISÉ À VENIR. JE N'AI EU DE CONTACTS QUE PAR TÉLÉPHONE AVEC LUI, AVEC MA COUSINE AUSSI ET UNE AMIE.

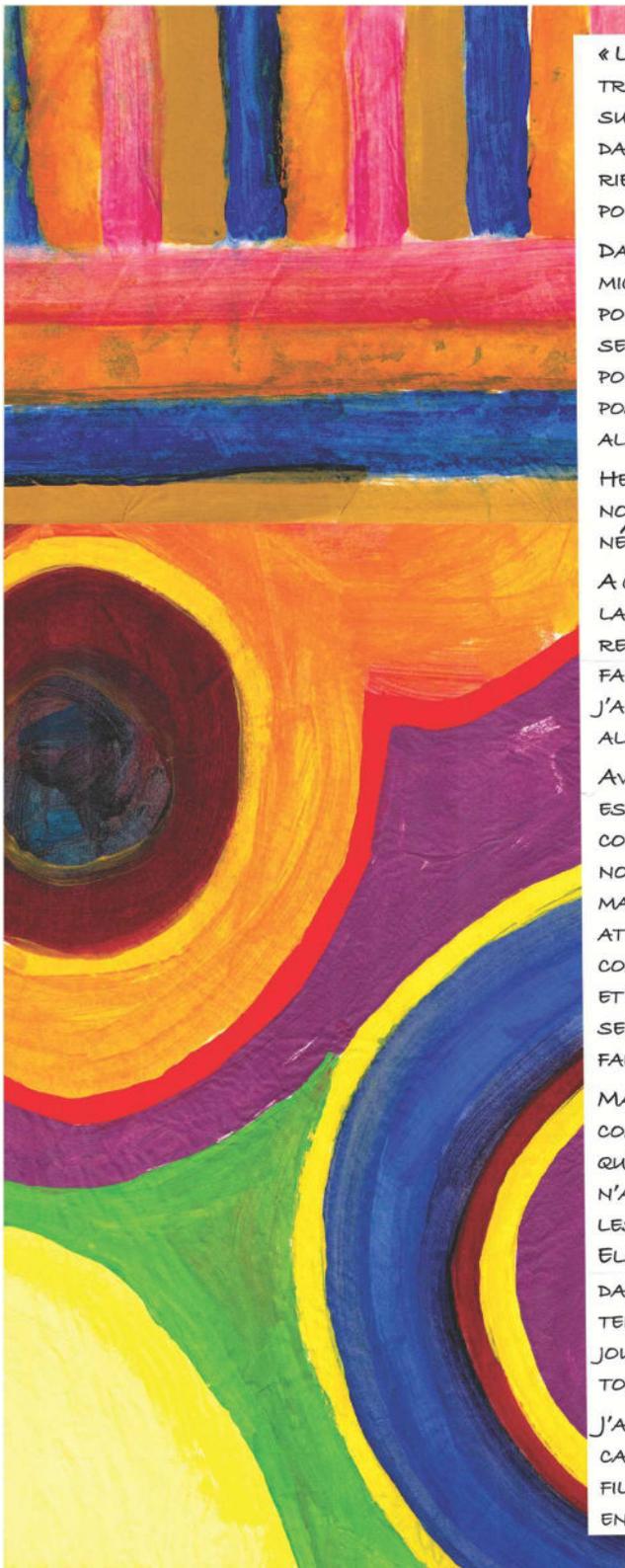
JE PLEURAIS TOUTE LA JOURNÉE. JE N'AIMAIS

PAS LA NOURRITURE ET JE NE POUVAIS PAS MANGER CE QUE JE VOULAIS. J'ÉTAIS TOUTE SEULE DANS UNE CHAMBRE ET PERSONNE NE S'EST VRAIMENT OCCUPÉ DE MOI PENDANT CES 3 SEMAINES. JE PARLE FRANÇAIS MAIS PAS TRÈS BIEN, C'ÉTAIT TRÈS DIFFICILE DE PARLER AVEC LES MÉDECINS. J'AI DU M'OCCUPER DE MON ENFANT TOUTE SEULE.

A LA FIN, EN ME VOYANT PLEURER TOUTE LE TEMPS, L'HÔPITAL A FINI PAR TROUVER UNE SOLUTION D'HÉBERGEMENT POUR QUE MON FILS ET MOI SOYONS RÉUNIS AVEC MON MARI.

QUAND ON N'A PAS D'HABITATION À SOI, LE CONFINEMENT C'EST TRÈS DUR. »

F.



« LE PREMIER CONFINEMENT C'ÉTAIT DUR, TROP DUR. DU JOUR AU LENDEMAIN JE ME SUIS RETROUVÉE SEULE AVEC MA FILLE DANS LA CHAMBRE D'HÔTEL DE 9M2, SANS RIEN, MÊME PAS DE PLACE POUR UN BERCEAU POUR MA PETITE.

DANS LA CHAMBRE IL N'Y A RIEN, PAS DE MICRO ONDE, PAS DE FRIGIDAIRE. ON NE POUVAIT PAS DESCENDRE DANS LE HALL OU SE PROMENER. TOUT CE QUE JE FAISAIS AVANT POUR ASSURER NOTRE SURVIE N'ÉTAIT PLUS POSSIBLE, MÊME ALLER CHERCHER UN COLIS ALIMENTAIRE.

HEUREUSEMENT QUE LE 115 A COMMENCÉ À NOUS AMENER DES PRODUITS DE PREMIÈRE NÉCESSITÉ.

A CETTE PÉRIODE, TOUT ÉTAIT FERMÉ MÊME LA PRÉFECTURE. JE VENAIS D'AVOIR UN REFUS ET JE NE SAVAIS PAS CE QU'IL FALLAIT FAIRE. J'ÉTAIS TENAILLÉE PAR L'ANGOISSE, J'AI PENSÉ UN MOMENT À PARTIR MAIS OÙ ALLER ? TOUT ÉTAIT FERMÉ...

AVEC LES VOISINES DE CHAMBRE ON ESSAYAIT DE SE PARLER, SE DONNER DU COURAGE MAIS NOUS ÉTIONS TOUTES AVEC NOS PROBLÈMES, NOS INQUIÉTUDES SUR LA MALADIE ET ON ESSAYAIT DE FAIRE ATTENTION QUAND MÊME ... EN FIN DE COMPTE, ON ÉTAIT REPLIÉE SUR NOUS-MÊME ET NOS ENFANTS. LE TÉLÉPHONE ÉTAIT LE SEUL MOYEN DE S'ÉVADER MAIS ON DEVAIT FAIRE ATTENTION AU CRÉDIT.

MA FILLE DE 2 ANS N'A PAS DU TOUT COMPRIS QU'ON NE POUVAIT PAS SORTIR, QU'IL FALLAIT RESTER ENFERMÉE ET QU'ON N'AVAIT MÊME PAS LE DROIT DE SORTIR DANS LES COULOIRS. ELLE A TRÈS MAL SUPPORTÉ. ELLE ÉTAIT SUREXCITÉE, ELLE BOUGEAIT DANS TOUS LES SENS, IMPOSSIBLE DE LA TENIR. ELLE N'ARRIVAIT PAS À SE POSER, À JOUER UN MOMENT TOUTE SEULE, JE DEVAIS TOUT LE TEMPS M'OCCUPER D'ELLE.

J'AI FAIT APPEL AU CMPA. CELA A PERMIS DE CANALISER UN PEU TOUTE L'ÉNERGIE DE MA FILLE ET DE POUVOIR SE POSER UN PEU, ENSEMBLE. »

M.



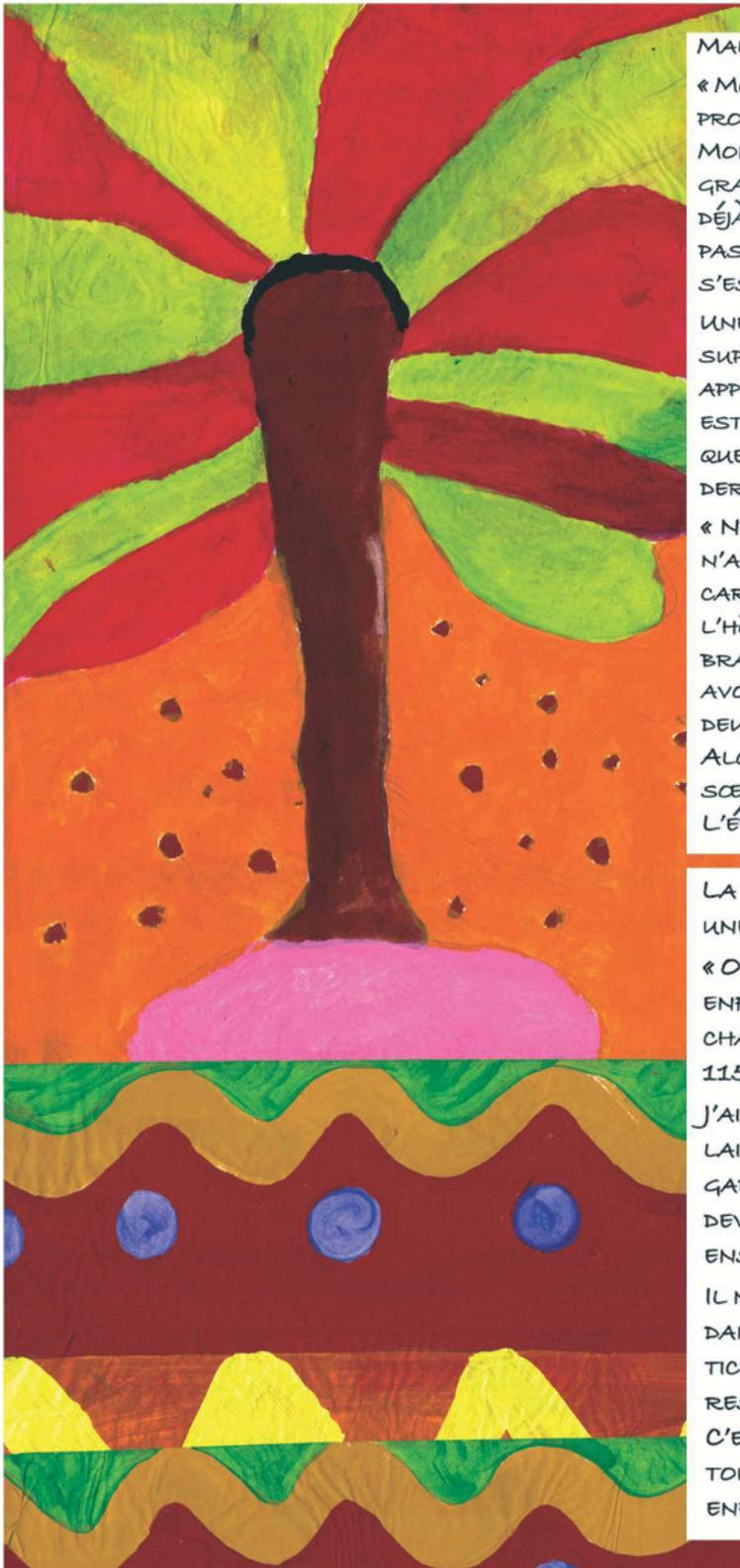
« LE PREMIER CONFINEMENT JE L'AI PASSÉ AVEC MES 4 ENFANTS DANS UNE PIÈCE. JE SUIS LOGÉE A L'HÔTEL PAR LE 115. AVEC LA FERMETURE DES ÉCOLES J'AI DU ORGANISER L'ÉCOLE À LA MAISON, LES DEVOIRS. C'ÉTAIT DIFFICILE J'AI DEUX ENFANTS QUI SONT AU COLLÈGE (12 ET 13 ANS), UNE FILLE EN PRIMAIRE ET UN BÉBÉ QUI AVAIT TOUT JUSTE 4 MOIS À CETTE PÉRIODE.

HEUREUSEMENT LE COLLÈGE NOUS A PRÊTÉ UNE TABLETTE, LA MAÎTRESSE NOUS APPELAIT ET NOUS ENVOYAIT DES DOCUMENTS MAIS JE N'AVAIS PAS D'IMPRIMANTE POUR IMPRIMER LES DOCUMENTS ENVOYÉS ET CE N'EST PAS POSSIBLE D'EN ACHETER UNE AVEC LES TICKETS QUE NOUS DONNE LE 115.

HEUREUSEMENT MES ENFANTS ONT L'HABITUDE DE BIEN TRAVAILLER DONC NOUS NOUS SOMMES DEBROUILLÉS AVEC LES TÉLÉPHONES PORTABLES POUR LES LEÇONS DE LA PETITE ET LA TABLETTE FOURNIE PAR LE COLLÈGE POUR LES GRANDS ET ILS ONT RÉUSSI À SUIVRE.

CE N'ÉTAIT VRAIMENT PAS FACILE DANS UN PETIT ESPACE DE NE PAS SE GÉNER, ET ENTRE TOUT ÇA JE N'AVAIS PLUS DE TEMPS POUR MOI, MAIS L'ÉCOLE C'EST IMPORTANT. LE 115 NOUS A DONNÉ DES TICKETS POUR ACHETER À MANGER MAIS SINON TOUT ÉTAIT FERMÉ, LES PARCS, LES ASSOCIATIONS, LA PRÉFECTURE ALORS QUE J'ATTENDAIS LA RÉPONSE D'UNE DEMANDE DE TITRE DE SÉJOUR. »

A.



MALCHANCE

« MON FILS ET MOI, ON AVAIT PROGRAMMÉ D'ALLER À MONTPELLIER PENDANT LES GRANDES VACANCES. ON AVAIT DÉJÀ LES BILLETS. MAIS ON N'A PAS PU PARTIR CAR MON FILS S'EST CASSÉ LE BRAS.

UNE SEMAINE APRÈS, J'ÉTAIS AU SUPERMARCHÉ, ET JE REÇOIS UN APPEL QUI ME DIT « VOTRE FILS EST AUX URGENCES ». JE RÉPONDS QUE C'ÉTAIT LA SEMAINE DERNIÈRE.

« NON MADAME, IL EST LÀ ». JE N'AI PAS PU FAIRE LES COURSES CAR JE SUIS RETOURNÉE À L'HÔPITAL. IL S'ÉTAIT CASSÉ LE BRAS GAUCHE. DONC NOUS AVONS PASSÉ L'ÉTÉ TOUS LES DEUX À PARIS AVEC LE BÉBÉ. ALORS QUE SES FRÈRES ET SŒURS ÉTAIENT À MONTPELLIER. L'ÉTÉ A ÉTÉ TRÈS DIFFICILE. » A.

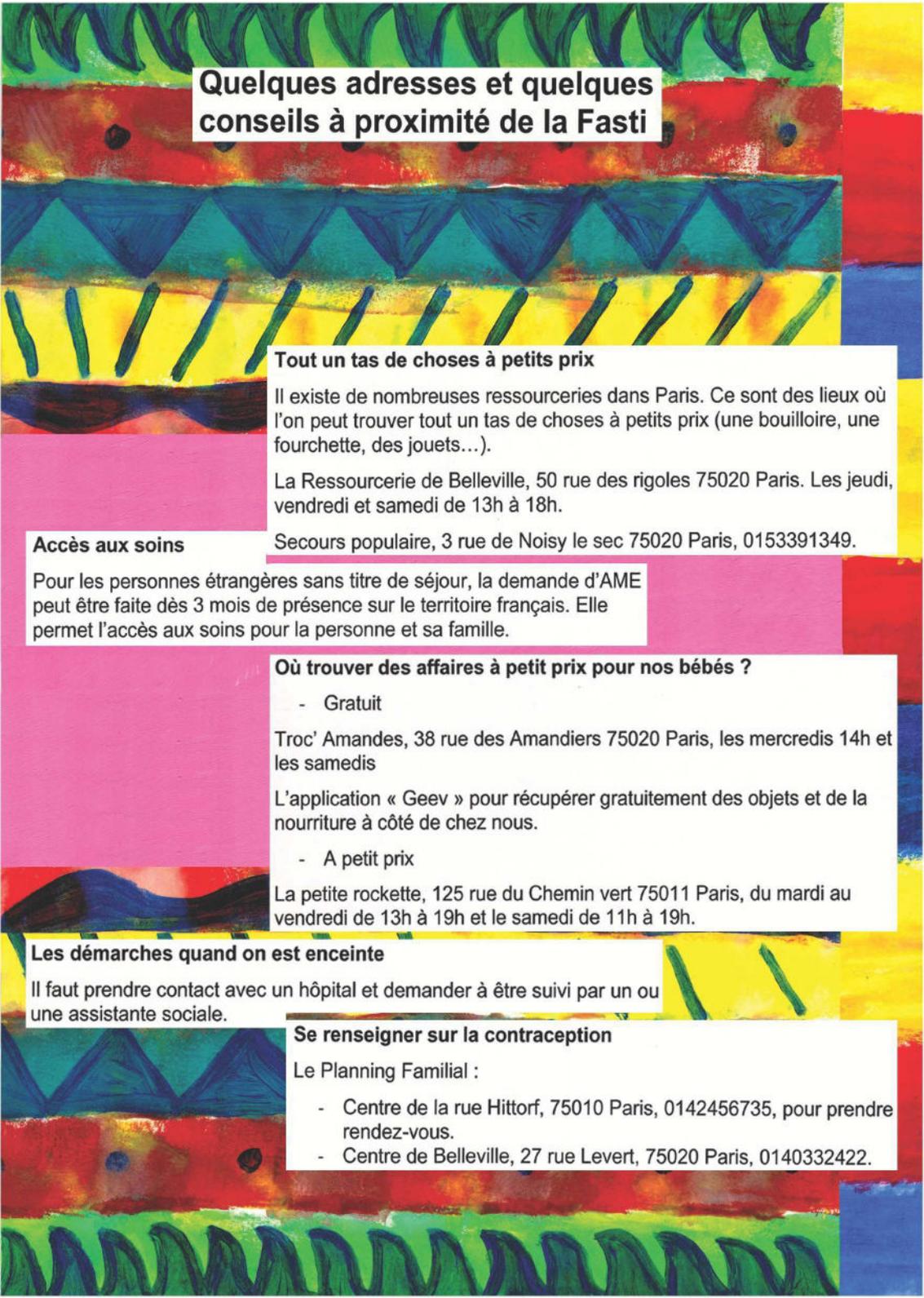
LA VIE D'HÔTEL C'EST TOUTE UNE HISTOIRE

« ON NE PEUT PAS LAISSER UN ENFANT TOUT SEUL DANS UNE CHAMBRE ATTRIBUÉE PAR LE 115.

J'AI 4 ENFANTS, JE NE PEUX PAS LAISSER LE GRAND POUR GARDER LES PETITS. NOUS DEVONS NOUS DÉPLACER TOUS ENSEMBLE.

IL N'Y A PAS DE MICRO-ONDE DANS LA CHAMBRE. ON A DES TICKETS POUR ALLER DANS UN RESTAURANT DE LA MAIRIE. C'EST GRATUIT, NOUS Y ALLONS TOUS LES SOIRS AVEC MES 4 ENFANTS. »

A.



Quelques adresses et quelques conseils à proximité de la Fasti

Tout un tas de choses à petits prix

Il existe de nombreuses ressourceries dans Paris. Ce sont des lieux où l'on peut trouver tout un tas de choses à petits prix (une bouilloire, une fourchette, des jouets...).

La Ressourcerie de Belleville, 50 rue des rigoles 75020 Paris. Les jeudi, vendredi et samedi de 13h à 18h.

Accès aux soins

Secours populaire, 3 rue de Noisy le sec 75020 Paris, 0153391349.

Pour les personnes étrangères sans titre de séjour, la demande d'AME peut être faite dès 3 mois de présence sur le territoire français. Elle permet l'accès aux soins pour la personne et sa famille.

Où trouver des affaires à petit prix pour nos bébés ?

- Gratuit

Troc' Amandes, 38 rue des Amandiers 75020 Paris, les mercredis 14h et les samedis

L'application « Geev » pour récupérer gratuitement des objets et de la nourriture à côté de chez nous.

- A petit prix

La petite rockette, 125 rue du Chemin vert 75011 Paris, du mardi au vendredi de 13h à 19h et le samedi de 11h à 19h.

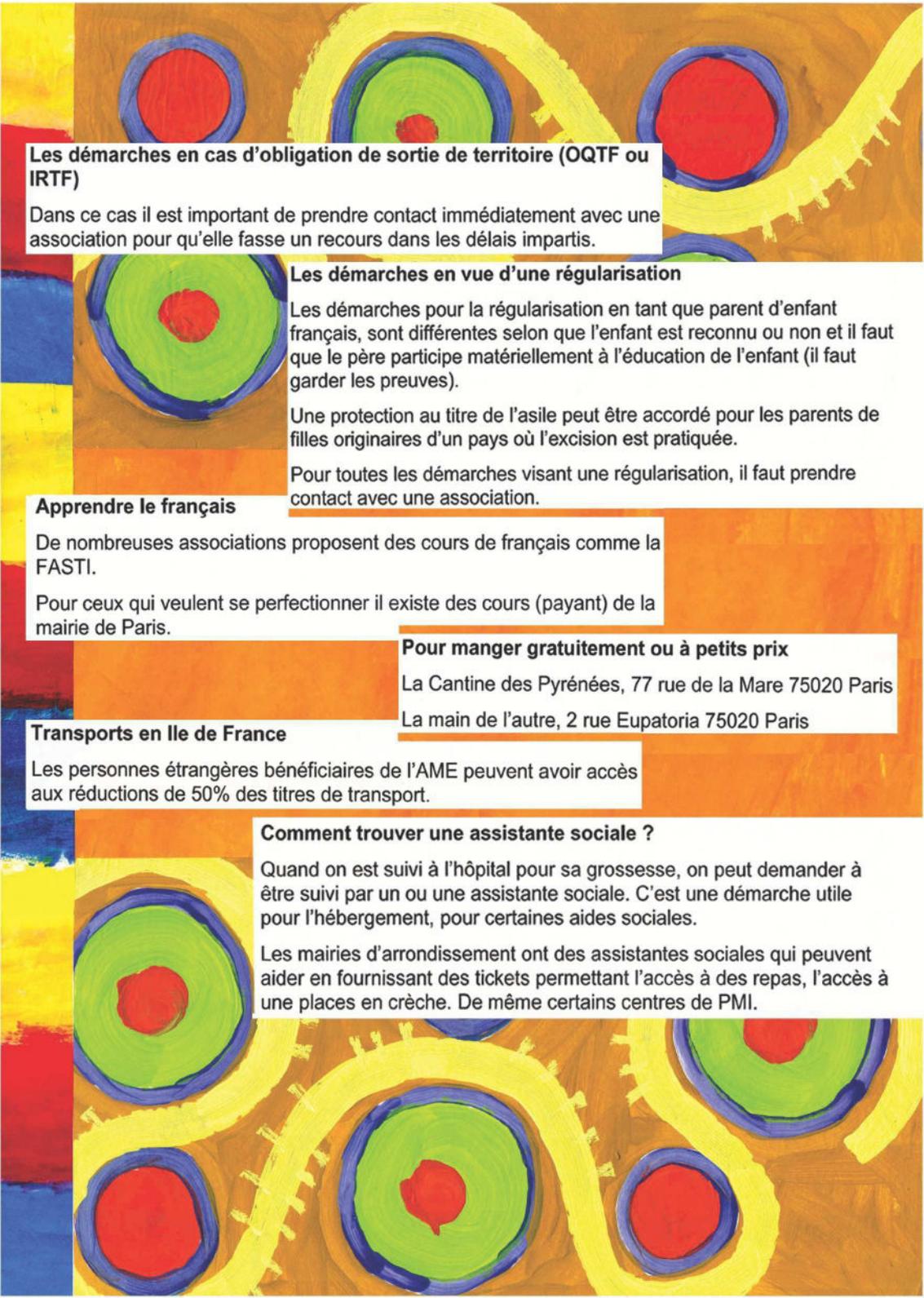
Les démarches quand on est enceinte

Il faut prendre contact avec un hôpital et demander à être suivi par un ou une assistante sociale.

Se renseigner sur la contraception

Le Planning Familial :

- Centre de la rue Hittorf, 75010 Paris, 0142456735, pour prendre rendez-vous.
- Centre de Belleville, 27 rue Levert, 75020 Paris, 0140332422.



Les démarches en cas d'obligation de sortie de territoire (OQTF ou IRTF)

Dans ce cas il est important de prendre contact immédiatement avec une association pour qu'elle fasse un recours dans les délais impartis.

Les démarches en vue d'une régularisation

Les démarches pour la régularisation en tant que parent d'enfant français, sont différentes selon que l'enfant est reconnu ou non et il faut que le père participe matériellement à l'éducation de l'enfant (il faut garder les preuves).

Une protection au titre de l'asile peut être accordé pour les parents de filles originaires d'un pays où l'excision est pratiquée.

Pour toutes les démarches visant une régularisation, il faut prendre contact avec une association.

Apprendre le français

De nombreuses associations proposent des cours de français comme la FASTI.

Pour ceux qui veulent se perfectionner il existe des cours (payant) de la mairie de Paris.

Pour manger gratuitement ou à petits prix

La Cantine des Pyrénées, 77 rue de la Mare 75020 Paris

La main de l'autre, 2 rue Eupatoria 75020 Paris

Transports en Ile de France

Les personnes étrangères bénéficiaires de l'AME peuvent avoir accès aux réductions de 50% des titres de transport.

Comment trouver une assistante sociale ?

Quand on est suivi à l'hôpital pour sa grossesse, on peut demander à être suivi par un ou une assistante sociale. C'est une démarche utile pour l'hébergement, pour certaines aides sociales.

Les mairies d'arrondissement ont des assistantes sociales qui peuvent aider en fournissant des tickets permettant l'accès à des repas, l'accès à une places en crèche. De même certains centres de PMI.



Permanences « droit au séjour » de la FASTI (sans rendez-vous)

- Les mardis et jeudis de 14h à 16h30 dans les locaux de la Fasti au 58 rue des Amandiers 75020 Paris, 06 85 67 02 02
- Les mercredis (tous les 15 jours) à la bibliothèque Assia Djebar, 1 rue Reynaldo Hahn 75020 Paris, 01 84 82 19 50

Permanences pour les femmes enceintes ou avec de jeunes enfants

- Permanence d'accès aux droits les lundis de 14h à 17h dans les locaux de la FASTI au 58 rue des amandiers 75020 Paris, 06 85 67 02 02
- Atelier pour se rencontrer entre jeunes et futures mères, échanger et partager ses expériences, conseils et questions avec d'autres femmes. Les lundis de 14h à 17h dans les locaux de la FASTI au 58 rue des amandiers 75020 Paris, 06 85 67 02 02

Permanences pour les travailleurs et travailleuses sans-papiers :

- Solidaires Paris : <http://solidairesparis.org/Droit-du-sejour>
31 rue de la Grange aux Belles 75010
- CGT Paris : <https://www.cgtparis.fr/2021/09/13/accueil-des-travailleuses-sans-papier-en-ile-de-france/>
Bourse du travail 85 rue Charlot 75003





Les Espaces solidarité insertion

Les ESI accueillent de manière inconditionnelle les personnes en situation de très grande précarité et d'exclusion. Les ESI offrent un **accueil de jour, l'accès à des douches, machines à laver, services informatique, domiciliation...** des permanences de **l'assurance maladie, la mise en relation avec les services sociaux, un espace pour les jeunes enfants.**

ESI Mendelssohn : 17 rue Mendelssohn 75020 PARIS

Pour le logement, s'organiser collectivement

Pour répondre aux difficultés rencontrées par chacune, les associations, les assistantes sociales peuvent aider. Mais si nous nous réunissons ensemble avec les autres femmes dans les hôtels ou centres d'hébergement nous pouvons aussi faire avancer les choses. Commencer déjà par faire appliquer la loi. En effet, la loi reconnaît le droit de constituer des comités de résident·es qui peuvent ainsi discuter des conditions de logement, de la nourriture ou toute autre question pour améliorer le vécu des femmes hébergées.

Sites utiles

Informations pratiques pour les personnes exilées à Paris : guide multilingue de l'association WATIZAT

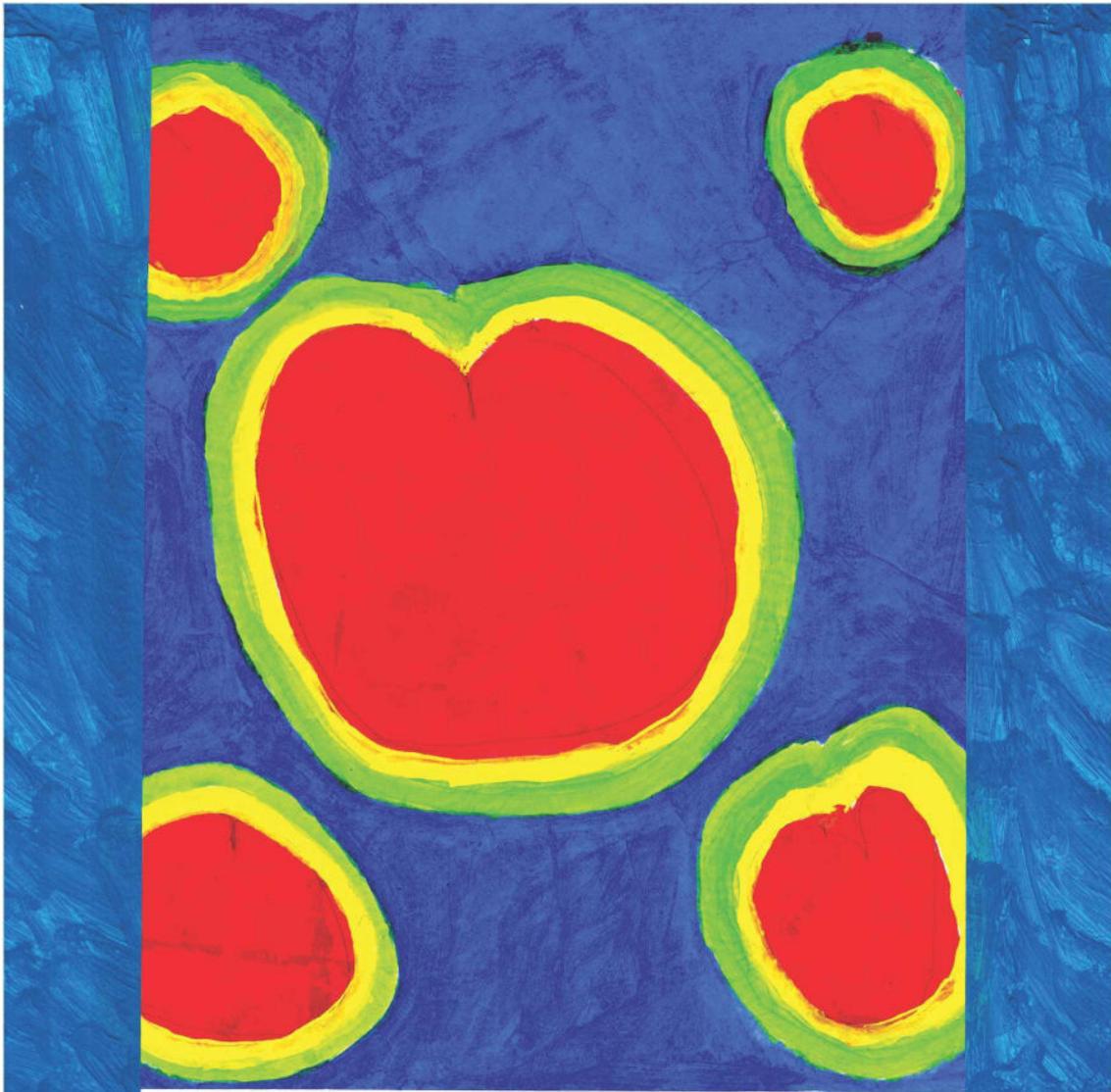
<https://watizat.org/wp-content/uploads/2022/01/WatizatParisFR-05janv22-web.pdf>

Formations pour adultes de la ville de Paris : (cours de français et perfectionnement)

<https://cma.paris.fr/>

Information Covid : <https://www.ameli.fr/assure/covid-19>





L'HISTOIRE DES DEUX KUMBA

IL ÉTAIT UNE FOIS DEUX KUMBA QUI VIVAIENT
DANS LA MÊME MAISON. L'UNE ÉTAIT ORPHELIN
ET L'AUTRE ÉTAIT LA FILLE DE LA MAISON.
KUMBA L'ORPHELIN FAISAIT TOUTES LES
TÂCHES MÉNAGÈRES ET L'AUTRE NE FAISAIT
RIEN DU TOUT ET VIVAIT COMME UNE PRINCESSE.
UN JOUR, UN RICHE COMMERÇANT ARRIVE AU
VILLAGE. IL REMARQUE LA SITUATION, LA

TRouve INJUSTE ET EMMÈNE AVEC LUI EN VILLE
KUMBA L'ORPHELIN POUR LUI OFFRIr UNE VIE
DANS LAQUELLE ELLE NE MANQUE DE RIEN.
VOICI LA MORALE DE L'HISTOIRE. NOUS SOMMES
TOUS ÉGAUX ET DEVONS DONNER À CHAQUE
ENFANT SES DROITS : DROIT À LA VIE, L'AMOUR,
L'ÉDUCATION. SI NOUS Y MANQUONS, LE DESTIN
NOUS RATTRAPERA.

A.



LA MAISON DE MA GRAND-MÈRE A GOLMY
AU SUD DU SÉNÉGAL

TÔT LE MATIN, LES COQS COMMENÇAIENT À
CHANTER. COCORICO, COCORICO... ET LES
GRANDS PARENTS SE LÈVENT POUR PRÉPARER
LE PETIT DÉJEUNER. TOUT LE MONDE SE RÉUNIT
AUTOUR DE LA BOUILLIE DE MIL SUCRÉE. APRÈS
AVOIR FINI DE MANGER, LES ENFANTS JOUENT.
CERTAINS COURENT, D'AUTRES DANSENT. LES
FEMMES FONT LEURS TÂCHES MÉNAGÈRES ET

LES HOMMES VONT AUX CHAMPS CULTIVER DU
MAÏS, DU SORGHO, DU RIZ, DES GOMBOS ET DES
ARACHIDES PENDANT L'HIVER, ET L'ÉTÉ, DES
OIGNONS, DES TOMATES, DES SALADES, DES
CONCOMBRES ET DES HARICOTS VERTS.

LE SOIR, TOUT LE MONDE SE RÉUNIT AUTOUR DU
FEU POUR RACONTER DES HISTOIRES ET PARLER
DE CE QUI S'EST PASSÉ AU VILLAGE.

LA-BAS AU VILLAGE, ON VIT TOUS EN
COMMUNAUTÉ.

F.



LA RECETTE DE FÊTE DE N.

« LES ŒUFS FARCIS »

INGRÉDIENTS POUR 5 PERSONNES :

- 10 ŒUFS
- 2 BONITES (PETITS THONS)
- 1 LITRE ET DEMI D'HUILE D'ARACHIDE

ÉPICES :

- 30 G DE POIVRE BLANC
- 2 GOUSSSES D'AIL
- 1 PIMENT AFRICAIN
- 30 G DE GINGEMBRE

FARCE DES POISSONS :

- 5 ŒUFS FRAIS
- 3 BOUILLONS CUBE CREVETTE
- 2 PINCÉES DE SEL

1/ LES ŒUFS DURS

FAIRE BOUILLIR 5 ŒUFS PENDANT 15 MN ET METTRE DE CÔTÉ.

2/ PRÉPARATION DE LA PÂTE DE POISSON.
NETTOYER ET RINCER LES POISSONS. LES METTRE DANS L'EAU FROIDE ET PORTER À ÉBULLITION PENDANT 25 MN.

LES SORTIR DE L'EAU ET ENLEVER LES ARRÊTES, PUIS ÉCRASER LES POISSONS SUR UNE PIERRE OU SUR UNE PLANCHE. METTRE LE POISSON ÉCRASÉ DANS UNE CASSEROLE, AJOUTER LES 5 ŒUFS CRUS RESTANT, LES ÉPICES, LE BOUILLON CUBE (SANS EAU) ET LE SEL.

LAISSER MIJOTER PENDANT 10 MINUTES EN MELANGEANT.

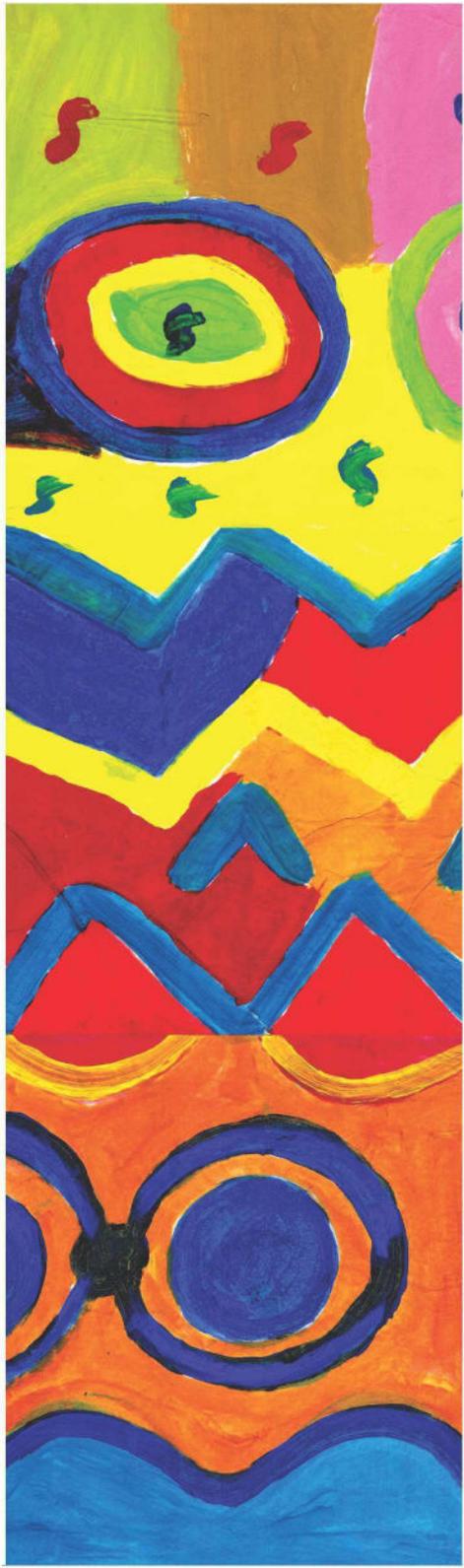
3/ LES ŒUFS FARCIS

ENLEVER LA COQUILLE DES 5 ŒUFS DURS, ENROBER CHAQUE ŒUF AVEC LA PÂTE DE POISSON.

VERSER L'HUILE DANS UNE CASSEROLE PROFONDE POUR QUE LES ŒUFS SOIENT RECOUVERTS.

CHAUFFER L'HUILE À FOND.

C'EST PRÊT QUAND LES ŒUFS ENROBÉS CHANGENT DE COULEUR. LES SORTIR ET SERVIR AVEC DU PLANTAIN TAPÉ ET DU PIMENT.





4/ RECETTE DU PLANTAIN TAPÉ

INGRÉDIENTS :

- 5 DOIGTS DE BANANE PLANTAIN
- 1/2 LITRES D'HUILE D'ARACHIDE

PRENDRE CHAQUE PLANTAIN, L'ÉPLUCHER, LE COUPER EN 4 DANS LE SENS DE LA LONGUEUR, ET DÉTAILLER EN RONDELLES EN COUPANT EN BIAIS.

FAIRE CHAUFFER L'HUILE (1/2 LITRE) ET FAIRE FRIRE LES RONDELLES PENDANT 3 MINUTES (LES RETIRER QUAND ELLES ONT UN PEU CHANGÉ DE COULEUR).

LES APLATIR DÉLICATEMENT AVEC UNE SPATULE ET LES REPLONGER DANS L'HUILE CHAUDE JUSQU'À CE QU'ELLES SOIENT DORÉES ET CROUSTILLANTES.

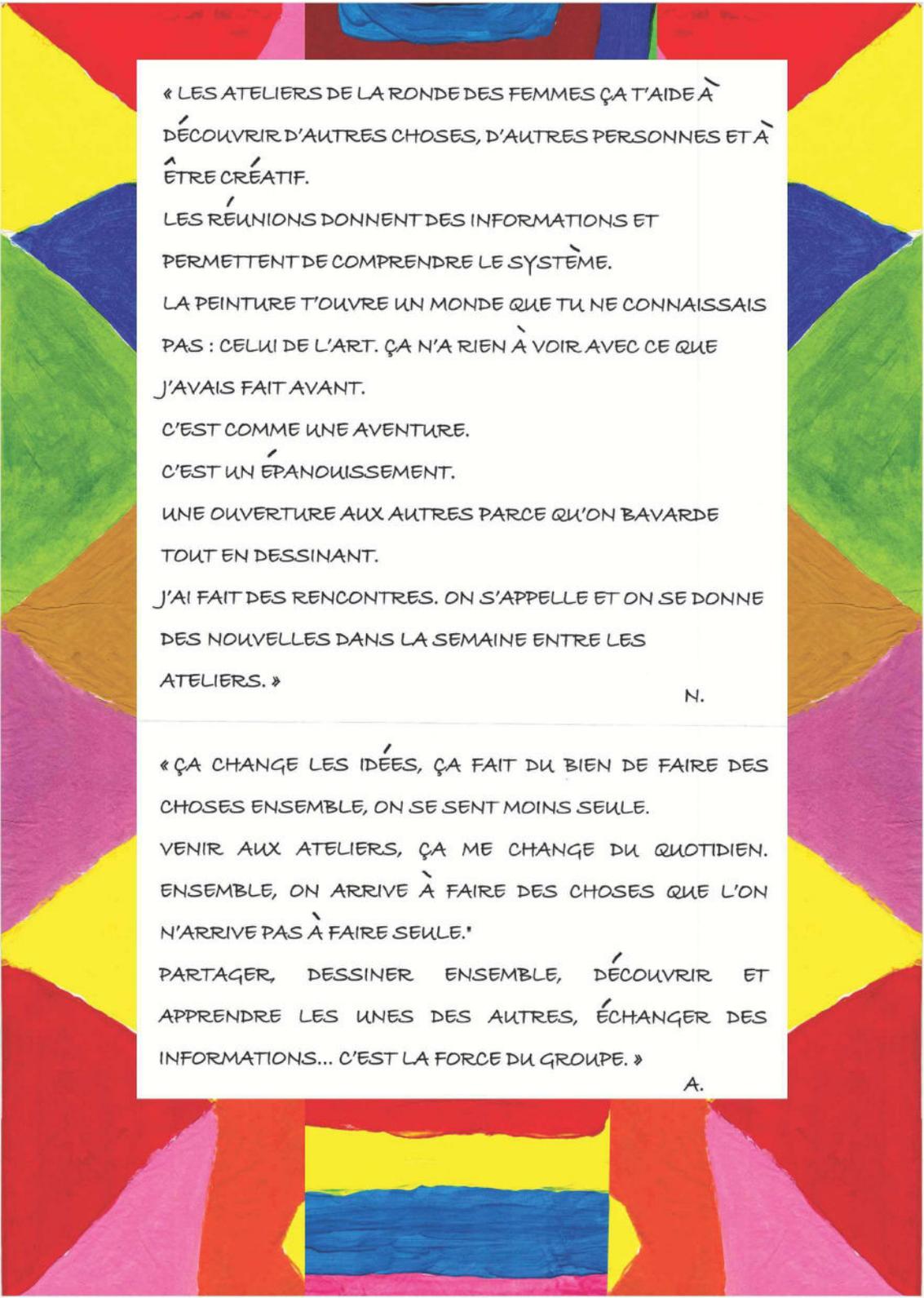
5/ PRÉPARATION POUR 100 G DE PIMENT AFRICAIN

- 5 GROS OIGNONS
- 30 G DE POIVRE BLANC
- 10 G DE RONDELLE (CONDIMENT AFRICAIN)
- 10 G DE PÉPÉ (CONDIMENT AFRICAIN)
- 5 C À SOUPE DE BOUILLON CUBE DE BŒUF EN POUDRE
- 2 PINÇÉES DE SEL.

METTRE 50 CL D'EAU DANS UNE CASSEROLE AVEC TOUS LES INGRÉDIENTS ET FAIRE BOUILLIR PENDANT 15 MN EN REMUANT. RETIRER DU FEU ET TOUT ÉCRASER À LA MOULINETTE.

VERSER DANS UN BOCAL ET VERSER UN PEU D'HUILE D'ARACHIDE AU-DESSUS ET CONSERVER AU FRAIS.





« LES ATELIERS DE LA RONDE DES FEMMES ÇA T'AIDE À DÉCOUVRIR D'AUTRES CHOSES, D'AUTRES PERSONNES ET À ÊTRE CRÉATIF.

LES RÉUNIONS DONNENT DES INFORMATIONS ET PERMETTENT DE COMPRENDRE LE SYSTÈME.

LA PEINTURE T'OUVRE UN MONDE QUE TU NE CONNAISSAIS PAS : CELUI DE L'ART. ÇA N'A RIEN À VOIR AVEC CE QUE J'AVAIS FAIT AVANT.

C'EST COMME UNE AVENTURE.

C'EST UN ÉPANOUISSEMENT.

UNE OUVERTURE AUX AUTRES PARCE QU'ON BAVARDE TOUT EN DESSINANT.

J'AI FAIT DES RENCONTRES. ON S'APPELLE ET ON SE DONNE DES NOUVELLES DANS LA SEMAINE ENTRE LES ATELIERS. »

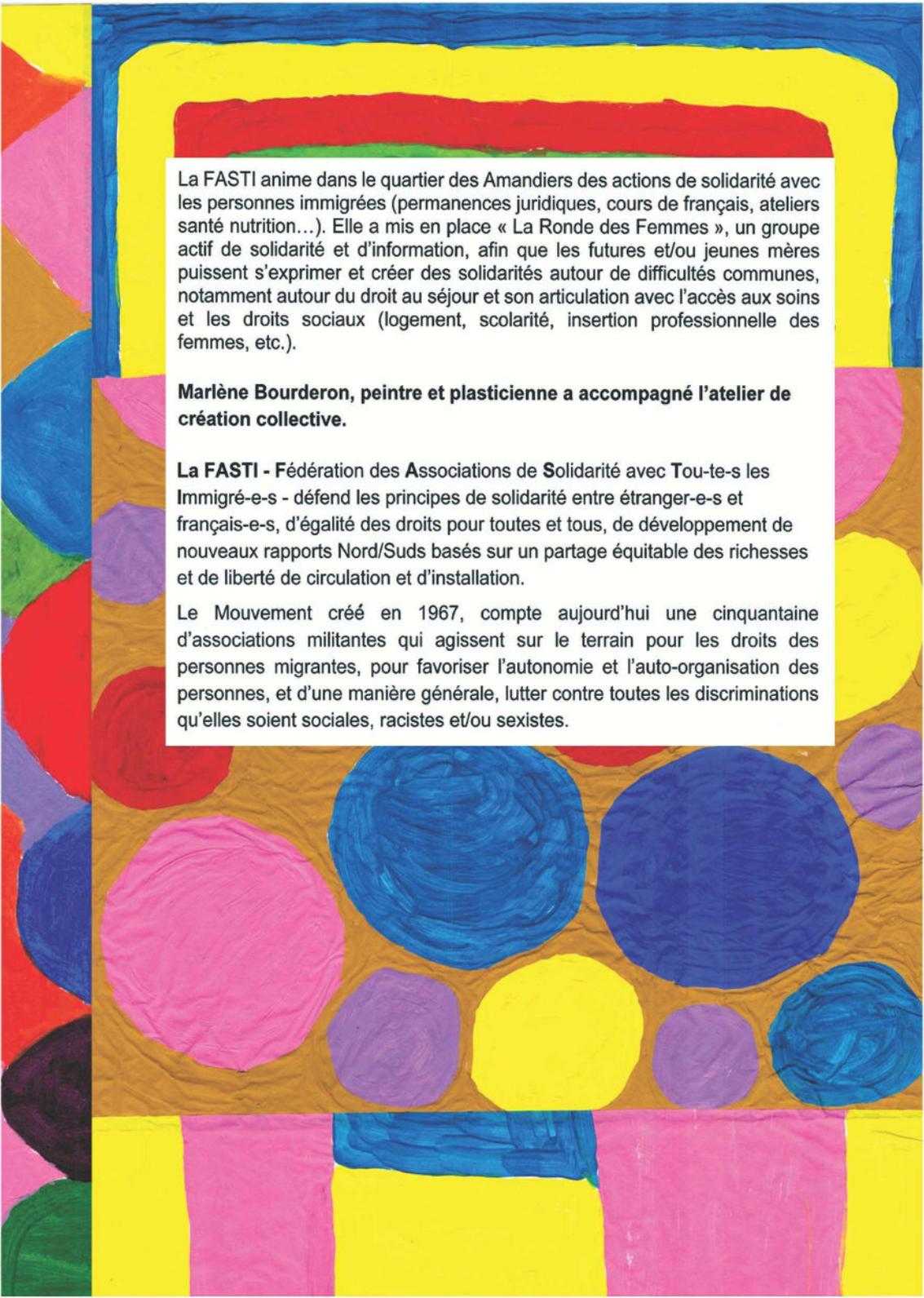
N.

« ÇA CHANGE LES IDÉES, ÇA FAIT DU BIEN DE FAIRE DES CHOSES ENSEMBLE, ON SE SENT MOINS SEULE.

VENIR AUX ATELIERS, ÇA ME CHANGE DU QUOTIDIEN. ENSEMBLE, ON ARRIVE À FAIRE DES CHOSES QUE L'ON N'ARRIVE PAS À FAIRE SEULE. »

PARTAGER, DESSINER ENSEMBLE, DÉCOUVRIR ET APPRENDRE LES UNES DES AUTRES, ÉCHANGER DES INFORMATIONS... C'EST LA FORCE DU GROUPE. »

A.

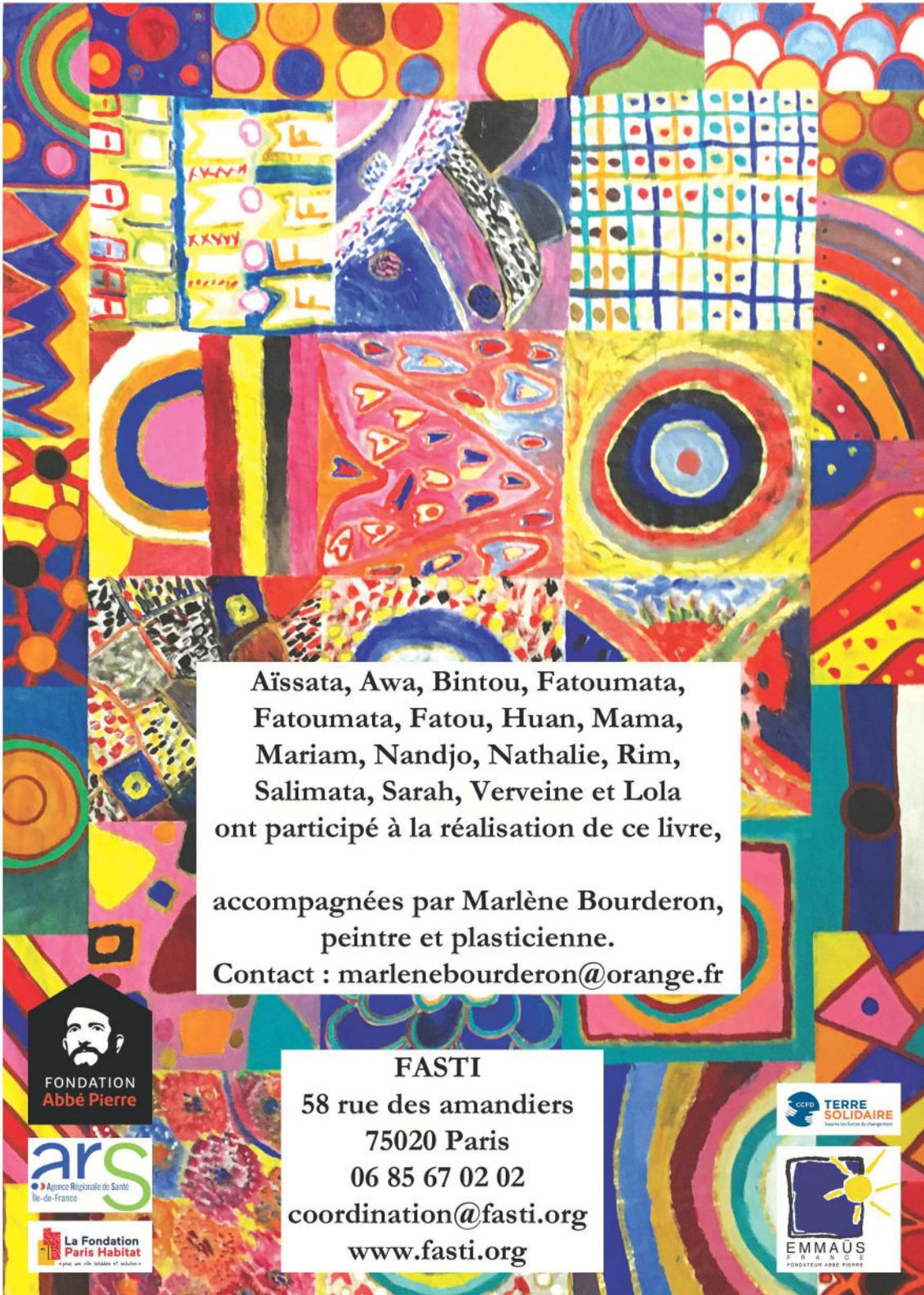


La FASTI anime dans le quartier des Amandiers des actions de solidarité avec les personnes immigrées (permanences juridiques, cours de français, ateliers santé nutrition...). Elle a mis en place « La Ronde des Femmes », un groupe actif de solidarité et d'information, afin que les futures et/ou jeunes mères puissent s'exprimer et créer des solidarités autour de difficultés communes, notamment autour du droit au séjour et son articulation avec l'accès aux soins et les droits sociaux (logement, scolarité, insertion professionnelle des femmes, etc.).

Marlène Bourderon, peintre et plasticienne a accompagné l'atelier de création collective.

La FASTI - Fédération des Associations de Solidarité avec Tou-te-s les Immigré-e-s - défend les principes de solidarité entre étranger-e-s et français-e-s, d'égalité des droits pour toutes et tous, de développement de nouveaux rapports Nord/Suds basés sur un partage équitable des richesses et de liberté de circulation et d'installation.

Le Mouvement créé en 1967, compte aujourd'hui une cinquantaine d'associations militantes qui agissent sur le terrain pour les droits des personnes migrantes, pour favoriser l'autonomie et l'auto-organisation des personnes, et d'une manière générale, lutter contre toutes les discriminations qu'elles soient sociales, racistes et/ou sexistes.



Aïssata, Awa, Bintou, Fatoumata,
Fatoumata, Fatou, Huan, Mama,
Mariam, Nandjo, Nathalie, Rim,
Salimata, Sarah, Verveine et Lola
ont participé à la réalisation de ce livre,
accompagnées par Marlène Bourderon,
peintre et plasticienne.
Contact : marlenebourderon@orange.fr



FASTI
58 rue des amandiers
75020 Paris
06 85 67 02 02
coordination@fasti.org
www.fasti.org

