



Vie Féminine Région Picarde



bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE
7700 Mouscron
5/1058
P605073

COEURS DE FEMMES

Rue Saint-Joseph n°8 - 7700 Mouscron - 056/33 41 27
picarde@viefeminine.be

Hiver 2024

FEMMES
et institutions,
changeons les règles du jeu !

Comprendre pour mieux agir étude 2023

Éditrice
responsable :

Vanessa Pozzebon

P605073

Nous rencontrer :

Bureau Vie Féminine Mouscron - Rue Saint-Joseph n°8 à Mouscron - 056/33 41 27

Bureau Vie Féminine Tournai - Rue de la Citadelle n°124/39 à Tournai - 0488/87 63 78

Responsable régionale : Vanessa Pozzebon - responsable-picarde@viefeminine.be - 0494/52 82 81

Secrétariat régional : Ysaline Vanhamme - picarde@viefeminine.be - 056 33 41 27

Antenne Mouscron-Comines : Marine Van Lancker - antenne-mouscron@viefeminine.be - 0474/57 13 92

Antenne Tournai : Kathy Contreras - antenne-tournai@viefeminine.be - 0488/87 63 78

Antenne Leuze-Péruwelz : Dorothée Duroisin - antenne-leuze@viefeminine.be - 0484/34 49 96

Rejoignez - nous sur Facebook ! : <https://www.facebook.com/vfpicarde>
Visitez notre nouveau site ! : www.viefeminine.be

Vous abonner à « CŒURS DE FEMMES »

Cette revue trimestrielle reprend toute votre actualité : activités, formations, nouveaux projets... ainsi que des échos de ce qui se passe dans la région.

Nous vous proposons 3 formules d'abonnement annuel :

- 1) Vous vous abonnez individuellement. Le prix est de 8€ pour les membres et 10€ pour les non-membres.
- 2) Vous êtes un groupe à vous abonner (c'est le cas notamment des sections, antennes, projets,...). Le prix est également de 8€ par an et par personne.
- 3) Vous vous abonnez individuellement numériquement afin de recevoir le bulletin régional par mail. Le prix est alors de 2€.

Pour vous abonner, merci de contacter Ysaline Vanhamme au 056/33 41 27 ou par mail à picarde@viefeminine.be

Édito

Nouvelle année, nouvelles avancées !

En ce début d'année 2024, nous saluons avec ferveur le chemin parcouru dans la quête de l'égalité des sexes et nous regardons vers l'avenir avec détermination.

L'année qui s'annonce promet d'être le terrain fertile de nouvelles avancées pour les droits des femmes, une année où la voix féminine résonnera encore plus fort.

Nous célébrons les réalisations qui ont marqué l'année précédente, les femmes qui ont brisé les plafonds de verre, les activistes qui ont soulevé leurs voix, et les communautés qui ont uni leurs forces pour faire progresser l'égalité. Cependant, nous reconnaissons également qu'il reste encore beaucoup à faire. La lutte pour l'égalité des sexes est un marathon, pas un sprint, et notre engagement doit demeurer inébranlable.

En 2024, année électorale importante, nous nous engageons à redoubler d'efforts pour lutter contre toutes les formes de discrimination fondée sur le genre. Nous continuerons à défier les stéréotypes, à remettre en question les normes sociales obsolètes et à créer des espaces où chaque femme peut s'épanouir sans crainte ni entrave.

Nous appelons à l'inclusion, à la diversité et à l'équité dans tous les domaines de la vie. Que ce soit dans le monde professionnel, politique, académique ou personnel, nous exigeons que chaque femme ait la possibilité de réaliser son potentiel sans être limitée par des barrières injustes.

En cette nouvelle année, soyons solidaires les unes envers les autres. Soutenons les voix marginalisées, écoutons les histoires qui restent trop souvent dans l'ombre, et ensemble, créons un monde où toutes les femmes peuvent s'épanouir librement.

Que 2024 soit l'année où l'égalité des sexes devient une réalité incontestable, où chaque fille et chaque femme peut rêver sans limites et réaliser ses aspirations sans entraves. Ensemble, nous sommes plus fortes, et ensemble, nous construirons un avenir plus égalitaire pour toutes et tous.

Bonne année à vous toutes, *Femmes inspirantes* qui façonnent notre monde.

Vanessa

Retour sur le Congrès de Vie Féminine

“Pour que chaque voix compte et se tricote avec les autres”

“Bienvenue à notre Congrès, à votre Congrès. Nous nous sommes toutes levées pour nous rejoindre afin de préciser encore plus qui on est ensemble, ce qu'on veut être ensemble. [...] La diversité chez Vie Féminine n'est pas un vain mot. Les us et coutumes, les manières de voir les choses, les priorités, les préoccupations – l'humour même parfois – peuvent varier assez fort, d'un territoire à l'autre. Et c'est une gageure de tenter de tricoter tous ces fils pour en faire un pull qui nous tienne chaud dans les années à venir.” C'est par ces mots que la présidente de Vie Féminine depuis 2018, Aurore Kesch, a ouvert le Congrès de Vie Féminine. La métaphore du tricot est délicieusement subversive pour le mouvement, moqué parfois pour ses activités “tricot”.

Près de 250 femmes se sont retrouvées à La Nef, église namuroise désacralisée qui, pour les plus anciennes du mouvement, constitue peut-être un clin d'œil à une grande décision prise il y a plus de 20 ans (lors de son congrès de 2001), celle de se départir de l'adjectif “chrétien”. Un choix qui avait d'ailleurs fait perdre quelques plumes au mouvement. Ce samedi d'octobre, l'ex-lieu de culte est transformé en agora citoyenne de femmes, intergénérationnelle et interrégionale.

Un processus de deux ans

On ne tricote pas un pull en deux jours, surtout à autant de mains. On n'actualise pas un projet social et politique en quelques heures, mission impossible. Le congrès de Vie Féminine a nécessité deux ans de préparation et de travail. “Nous avons beaucoup travaillé à son accessibilité, pour entendre et donner envie à un maximum de femmes d'y participer, et toucher notre réseau le plus large”, nous expliquait Aurore Kesch en septembre dernier. Un processus qui, pour elle, “loin de n'être que méthodologique, est éminemment politique”. Deux années ponctuées de plusieurs étapes : le temps de la consultation – **plus de 70 consultations auprès de 600 femmes en Wallonie et à Bruxelles** – “pour que chaque voix compte et se tricote avec les autres”, selon les mots de la présidente ; le temps de l'analyse, “nécessaire pour mettre sur la table les échanges, les tensions, les divergences” afin d'aboutir ensuite aux premières conclusions qui ont été présentées et mises en discussion dans les différentes régions.

Témoignage :

“Le processus était très intéressant sur le plan de l'éducation permanente” relève Louise, responsable de la régionale de Bruxelles, pour qui ce congrès est le premier. “Travaillant avec des groupes de FLE [français langue étrangère, ndlr], on a dû faire de nombreuses adaptations lors des consultations, poursuit-elle. En matière de langage d'abord, mais aussi de contextualisation, car beaucoup de femmes viennent chez nous pour apprendre le français et pas vraiment pour être à Vie Féminine. Dans certains groupes, des choses sont sorties dans les consultations, et ont ouvert la réflexion à des thématiques à travailler.”

Des fondements et des tournants

“Accueillir les conflits est fondamental pour un mouvement comme le nôtre”, a défendu Aurore Kesch. “Avec ce long dispositif de consultation, de débats et d'assemblées mises en place, on a dès le départ voulu souligner ce qui faisait consensus, mais aussi identifier ce qui faisait désaccord, lourd ou léger. Identifier du commun tout en reconnaissant la légitimité des spécificités et des particularités sans se dresser les unes contre les autres, c'est très fort comme exercice démocratique. C'est aussi faire vivre nos solidarités politiques.” Le jour même du congrès n'était toutefois pas un lieu de grand débat puisque tout le travail avait déjà été fait minutieusement en amont.

Identifier du commun tout en reconnaissant la légitimité des spécificités et des particularités sans se dresser les unes contre les autres, c'est très fort comme exercice démocratique.

Durant la matinée, l'assemblée a passé en revue 16 articles (voir page 7-8), votés à une large majorité, ainsi qu'une motion. Certains articles ont réaffirmé des choses qui faisaient déjà partie de l'ADN de Vie Féminine, sur lesquelles il était nécessaire de "refaire culture commune", "pour une conscience élargie". D'autres articles relèvent davantage de "pas en avant", voire de "tournants" du mouvement – toujours avec un œil dans le rétro – pour rester connecté aux réalités des femmes qui le composent aujourd'hui. (...)

C'est important de se réapproprier les termes, anciens comme nouveaux, et de voir quel sens ils ont pour nous.

Lors du congrès, certains articles ont fait l'objet d'interventions de différentes régionales appelant à de la vigilance dans leur mise en œuvre concrète. L'article 9 a ainsi suscité une prise de parole autour de l'utilisation de l'adjectif "vulnérables" qui pourrait renvoyer à une "fragilité" des femmes, contradictoire pour un mouvement qui entend émanciper et empussancer les femmes.

Des femmes rappellent également l'importance de "travailler aussi avec les hommes". On le sent, les façons d'agir prennent diverses formes, sans hiérarchie. Et l'espace est ouvert au dialogue et au travail. "C'est important de se réapproprier les termes, anciens comme nouveaux, et de voir quel sens ils ont pour nous", souligne Dominique. Comme... le féminisme par exemple ! L'article 12 stipule : "Il existe différents féminismes. Celui qui fait consensus à Vie Féminine est intimement lié à notre histoire et nos pratiques d'Éducation Permanente : il donne le temps aux expériences individuelles et spécifiques de construire une parole collective pour l'émancipation de toutes les femmes."

Enfin, la motion votée engage le mouvement dans quelque chose d'ambitieux : "Vie Féminine est consciente des oppressions spécifiques et systémiques subies par les femmes lesbiennes, bisexuelles et trans. En tant que Mouvement féministe, nous souhaitons contribuer à une société vraiment inclusive. Dans un premier temps, nous nous engageons à mettre en place, le plus rapidement possible, une sensibilisation de notre réseau (via des formations, des ateliers, des animations, des stands, etc.) basé sur la récolte des vécus, besoins et réalités concrètes de terrain."

Vie Féminine est consciente des oppressions spécifiques et systémiques subies par les femmes lesbiennes, bisexuelles et trans. En tant que Mouvement féministe, nous souhaitons contribuer à une société vraiment inclusive.

Témoignages :

"Je m'attendais à ce que les gens soient contre. Et au final, ça a été accepté et c'est une super nouvelle", s'enthousiasme une participante. "Cela montre qu'on discute de choses importantes concernant la société actuelle. On doit apprendre ces nouveaux langages et ces réalités mises sur la table aujourd'hui qu'on ne comprend pas toujours", abonde sa voisine. Celle-ci souligne aussi le défi désormais de traduire cette motion inclusive en actes : "On ne sait pas encore comment concrètement on va faire ou réagir dans nos groupes. Il y a du boulot."

"Ce projet social et politique va nous mettre en mouvement, c'est sûr. Toute la question sera de voir comment on va faire avancer ça désormais sur le terrain et comment les bénévoles et animatrices continueront d'être impliquées, quel temps et quels moyens on va se donner", observe aussi Louise de Vie Féminine Bruxelles. Aurore Kesch l'a bien souligné : "Nos temporalités en éducation permanente sont vraiment longues, mais elles sont aussi une résistance au "monde qui va trop vite" et qui nous divise." Et de donner rendez-vous aux femmes dans les mois qui viennent "pour concourir à la traduction de ce texte" et "porter haut et le plus loin possible les revendications".

Faire lien avec les services

En seconde partie de journée, le congrès a acté une mise au travail, dans les mois et les années à venir, du mouvement avec ses services. En effet, Vie Féminine, outre ses missions d'éducation permanente, regroupe aussi la Fédération des services maternels et infantiles (FSMI) qui coordonne et fédère 12 associations organisant l'accueil de l'enfance (lire à ce sujet l'interview d'Anne Teheux), Le Déclic, service spécialisé dans l'accueil et l'accompagnement pour les femmes victimes de violences, le CEFM (Centre d'écoles de promotion sociale et de formation socio-professionnelle de Vie Féminine), Mode d'Emploi, centre d'insertion socio-professionnel qui vient de fusionner ses 7 centres régionaux répartis sur la Wallonie et la Frauenliga de la région germanophone.

Le chantier portera autour de quatre grandes questions qui ont été soumises au vote et approuvées : “Qu'a-t-on en commun aujourd'hui ? Et pour demain ? Quels liens entre nous voulons-nous ou ne voulons-nous plus ? Quelles seraient les conditions nécessaires et de réussite pour créer/entretenir ces liens ?”

“Nous avancerons sans tabou. Nous répondrons à ces quatre questions, non pas pour les détricoter mais pour les faire évoluer comme les histoires particulières de chacune des composantes de ce mouvement social, comme a évolué aussi notre histoire commune”, a souligné Hyacinthe Gigounon, secrétaire générale, rappelant la force de Vie Féminine “de jongler entre héritage, son histoire et sa continuité, évolution, avenir et innovations” en vue “de répondre au mieux aux besoins des femmes”.

Être visibles

Aurore Kesch a conclu la journée devant un parterre d'invité·es extérieur·es rassemblant notamment la ministre de la Fédération Wallonie-Bruxelles Bénédicte Liénard (qui compte parmi ses compétences la Culture, les Droits des femmes ou l'Enfance), mais aussi la présidente du MOC Ariane Estenne ou encore Marie-Hélène Ska, secrétaire générale de la CSC ou encore des représentantes du mouvement Soralia (anciennement Femmes Prévoyantes Socialistes). La présidente de Vie Féminine a notamment dévoilé quelques exigences du mouvement en vue des élections de 2024 : l'individualisation des droits, la fin du statut de cohabitant·e, la poursuite de la lutte contre les violences faites aux femmes et les inégalités organisées dans la sphère du travail des femmes qu'il soit gratuit ou salarié, la poursuite de la lutte contre le racisme, l'augmentation significative de places d'accueil pour la petite enfance, etc. Des combats collectifs essentiels pour défendre, arracher et garantir des droits qui, dans un contexte de post-pandémie, de crises multiples, de guerre et de montée de l'extrême droite, sont d'autant plus fragilisés, menaçant les femmes en première ligne.

Comment faire valoir ses droits dans un monde dans lequel on ne compte pas, qui ne nous voit même pas ?

“Il y a ce sentiment lourd de transparence, d'invisibilité aux yeux des pouvoirs publics qui tenaille les femmes avec qui nous travaillons. Comment faire valoir ses droits dans un monde dans lequel on ne compte pas, qui ne nous voit même pas ? Comment avoir envie d'approfondir nos façons de vivre ensemble quand on se sent si peu exister aux yeux des autres ?”, a encore partagé Aurore Kesch.

En ce jour de congrès, les femmes étaient là, réunies, mobilisées et solidaires. Leurs prises de parole, applaudissements, rires et étreintes ont illustré qu'à Vie Féminine, par Vie Féminine, les femmes composent et tissent – ensemble avec leurs spécificités et leurs particularités – un grand filet soyeux et résistant.

16 ARTICLES – 1 MOTION

Art.1 — Vie Féminine reconnaît l'urgence d'éradiquer les causes structurelles du patriarcat, du racisme et du capitalisme, et de transformer, avec les femmes, ces systèmes qui portent atteinte à leur autonomie, à leur sécurité et à leurs droits.

Art. 2 — Dans la continuité de notre projet social et politique de 2001, la lutte contre les trois systèmes de domination [racisme, sexism, capitalisme] doit nourrir toutes nos actions.

Nous nous engageons à faire de la déconstruction de nos pratiques dans le cadre de la lutte antiraciste, une priorité.

Art.3 — Les droits des femmes et les solidarités politiques sont des leviers pour nos actions.

Nous nous engageons à n'oublier aucune femme.

Art.4 — Nous reconnaissions que la solidarité n'est pas une donnée de base, « une complicité automatique » ou un lien « naturel ». La solidarité se construit en permanence pour unir les femmes derrière un projet commun qui tient compte de l'oppression et des injustices que d'autres femmes subissent, même si on ne les subit pas soi-même.

Art.5 — L'éducation permanente féministe désigne les moyens que nous choisissons pour viser l'émancipation de toutes les femmes, en tenant compte de la diversité de toutes les identités.

Art.6 — L'éducation permanente féministe est un outil incontournable pour transformer de manière radicale notre société, en utilisant une approche tenant compte des interactions entre les 3 systèmes de domination [racisme, sexism, capitalisme].

Art.7 — La non-mixité est un outil indispensable à nos missions, sans être une fin en soi.

Art.8 — Depuis 2001, le Mouvement Vie Féminine ne se définit plus comme chrétien et accueille les femmes sans distinction de religion, de croyance ou de spiritualité. Conscientes que nos différences sont riches et nous permettent de dépasser nos préjugés, nous encourageons les échanges et discussions sur le sujet.

Art.9 - Vie Féminine reconnaît les inégalités qui traversent la vie de toutes les femmes et souhaite donc s'adresser à elles toutes, dans leur pluralité et diversité. Si "aucune femme n'est à l'abri" de discriminations systémiques, les femmes les plus vulnérables, les plus invisibilisées et marginalisées sont au cœur de notre attention et de nos missions.

Art.10 - Vie Féminine considère que la liberté des femmes de venir, de venir comme elles sont, de partir, de revenir, à leur rythme, soutient leur participation à notre Mouvement.

Art.11 - Il existe autant de formes de participation que de femmes (et une femme peut participer différemment tout au long de sa vie). Il n'y a donc pas d'échelle de valeurs dans la participation à Vie Féminine. Être là, c'est déjà participer.

Art.12 - Il existe différents féminismes. Celui qui fait consensus à Vie Féminine est intimement lié à notre histoire et à nos pratiques d'Education Permanente : il donne le temps aux expériences individuelles et spécifiques de construire une parole collective pour l'émancipation de toutes les femmes.

Art.13 - Vie Féminine reconnaît que les groupes spécifiques (répondant aux besoins de certaines femmes partageant des réalités ou des discriminations communes) ont toute légitimité. Ces moments sont envisagés comme une étape de renforcement entre pairs pour consolider les luttes collectives.

Art.14 - Notre visibilité, notre communication et notre accessibilité (jargon, vocabulaire, sortie du tout à l'écrit, langues utilisées, contenus / lieux / horaires des activités, attentions spécifiques aux femmes allophones, etc.) sont des facteurs importants pour toucher le plus grand nombre de femmes et pour être les plus inclusives possibles. Vie Féminine s'engage à en faire une priorité.

Art.15 - Il faut un accueil harmonieux, de qualité et convivial, dans tous les lieux de Vie Féminine pour que chaque femme se sente partout la bienvenue dans le Mouvement.

Art.15bis - Pour garantir cet accueil, il faut établir et respecter une charte en deux volets. Un premier stipulant qui est Vie Féminine, un second détaillant les règles de fonctionnement que le groupe veut se donner.

Motion - Vie Féminine est consciente des oppressions spécifiques et systémiques subies par les femmes lesbiennes, bisexuelles et trans.

En tant que Mouvement féministe, nous souhaitons contribuer à une société vraiment inclusive. Dans un premier temps, nous nous engageons à mettre en place, le plus rapidement possible, une sensibilisation de notre réseau (via des formations, des ateliers, des animations, des stands, etc.), basé sur la récolte des vécus, besoins et réalités concrètes de terrain.



Retour sur la manifestation nationale du 26 novembre

La lutte contre les violences faites aux femmes, c'est 365 jours par an !

Le dimanche 26 novembre, Vie Féminine a pris part à la manifestation nationale contre les violences faites aux femmes. Ces manifestations sont de rares occasions de nous approprier l'espace public, afin de dénoncer toutes formes de violences à l'encontre des femmes tant dans les sphères domestiques que publiques. Pour rappel, 98% des femmes déclarent avoir déjà vécu une agression sexiste dans l'espace public.

Comme de nombreuses autres associations féministes, Vie Féminine s'inquiète d'une répression de plus en plus courante des mobilisations contre les violences faites aux femmes et pour les droits des femmes et, ce depuis plusieurs années (Marches "Reclaim the night" en 2017 et 2018, manifestation du 8 mars 2020, etc.).

Quelle ironie de constater que la police agit de manière « préventive » pour interdire l'expression de certaines, quand cette même prévention et cette rapidité d'action font cruellement défaut, lorsque les femmes subissent des violences.

Cette année, Vie Féminine avait décidé de mettre la lumière sur la question de la reconstruction des victimes de violences conjugales, car le combat ne s'arrête pas lorsqu'une femme quitte un conjoint violent. Dimanche, de nombreuses femmes venant de partout en Wallonie ont convergé à Bruxelles, marchant avec des valises, symbole de leurs départs des foyers violents. Sur ces valises, des messages. Et, parmi ces messages recensant tous les besoins de première nécessité pour quitter ces environnements toxiques, voire mortels : celui d'être crue et protégée par les institutions, dont les forces de l'ordre.



Alors écoutez-nous. Vraiment.

Enfin, et parce que nos solidarités ne sont pas exclusives, nous nous inquiétons également de la répression du mouvement de solidarité avec la Palestine. Plus que jamais, et au vu de la situation actuelle, nous tenons à réaffirmer que la Palestine est également un enjeu féministe. Lorsque nous scandons « Solidarité avec les femmes du monde entier », nous n'oublions personne.



Nouvelle étude de Vie Féminine

"Femmes et institutions : changeons les règles du jeu !", tel est le titre de la nouvelle étude de Vie Féminine.

FEMMES
et institutions,
changeons les règles du jeu !
Comprendre pour mieux agir étude 2023

Cette étude s'inscrit dans le cadre de notre campagne « Femmes et institutions : jouons la collaboration ! » Une campagne de terrain menée pendant 2 ans, en 2022 et 2023, avec les femmes, partout en Fédération Wallonie-Bruxelles.

Cette campagne, déclinée au travers d'animations, d'actions publiques et d'outils de communication a poursuivi l'objectif de sensibiliser largement sur les rapports que les femmes entretiennent avec les institutions et sur la nécessité de bénéficier d'institutions répondant favorablement aux besoins des femmes. Citons par exemple l'action « Lettres aux communes » réalisée il y a quelques mois dans la Province du Luxembourg. Une action qui a permis d'ouvrir le dialogue avec les Communes et de leur rappeler l'importance du déploiement de moyens concrets pour lutter efficacement contre les violences faites aux femmes et soutenir activement les victimes.

Notre étude se présente comme **un outil de réflexion et une invitation à l'action**. Elle se décline en deux principaux volets. **Le premier intitulé « Quand les femmes parlent : constats » traite d'un sujet encore relativement méconnu ou incompris : les violences institutionnelles vécues par les femmes les plus vulnérables.** Il y est question de stigmatisation, de procédures inadaptées et excluantes, de droits entravés, etc. Les nombreux témoignages de femmes jalonnant cette partie confèrent un ancrage et une consistance incarnée particulièrement précieuse pour appréhender le plus fidèlement possible les expériences des femmes. **Le second volet intitulé « Recommandations » se présente comme une réponse aux constats évoqués par les femmes, chaque difficulté vécue rencontrant ici une piste de solution.** La lutte contre les stéréotypes, l'accessibilité de l'information, le travail social de proximité, etc. sont autant de leviers de changement à instaurer et renforcer.

Le point fort et innovant de ce projet consiste en la création, l'alimentation et le renforcement du dialogue entre les femmes et les institutions. Il s'agit de contribuer à l'émergence d'une lecture critique collective, par les femmes et pour les femmes, au bénéfice de l'action de transformation.

Un temps régional sera consacré le 26 mars, de 9h à 12h30 à la Maison des Associations de Tournai (25, rue de la Wallonie) avec Laetitia Genin, coordinatrice Nationale.

Vous pouvez trouver l'étude complète ici => <https://www.viefeminine.be/femmes-et-institutions-changeons>

Vous pouvez également nous demander l'étude en version papier auprès d'Ysaline (picarde@viefeminine.be)

FEMMES et institutions, changeons les règles du jeu !



6 recommandations comprendre pour mieux agir



Établir une meilleure compréhension des violences basées sur le genre

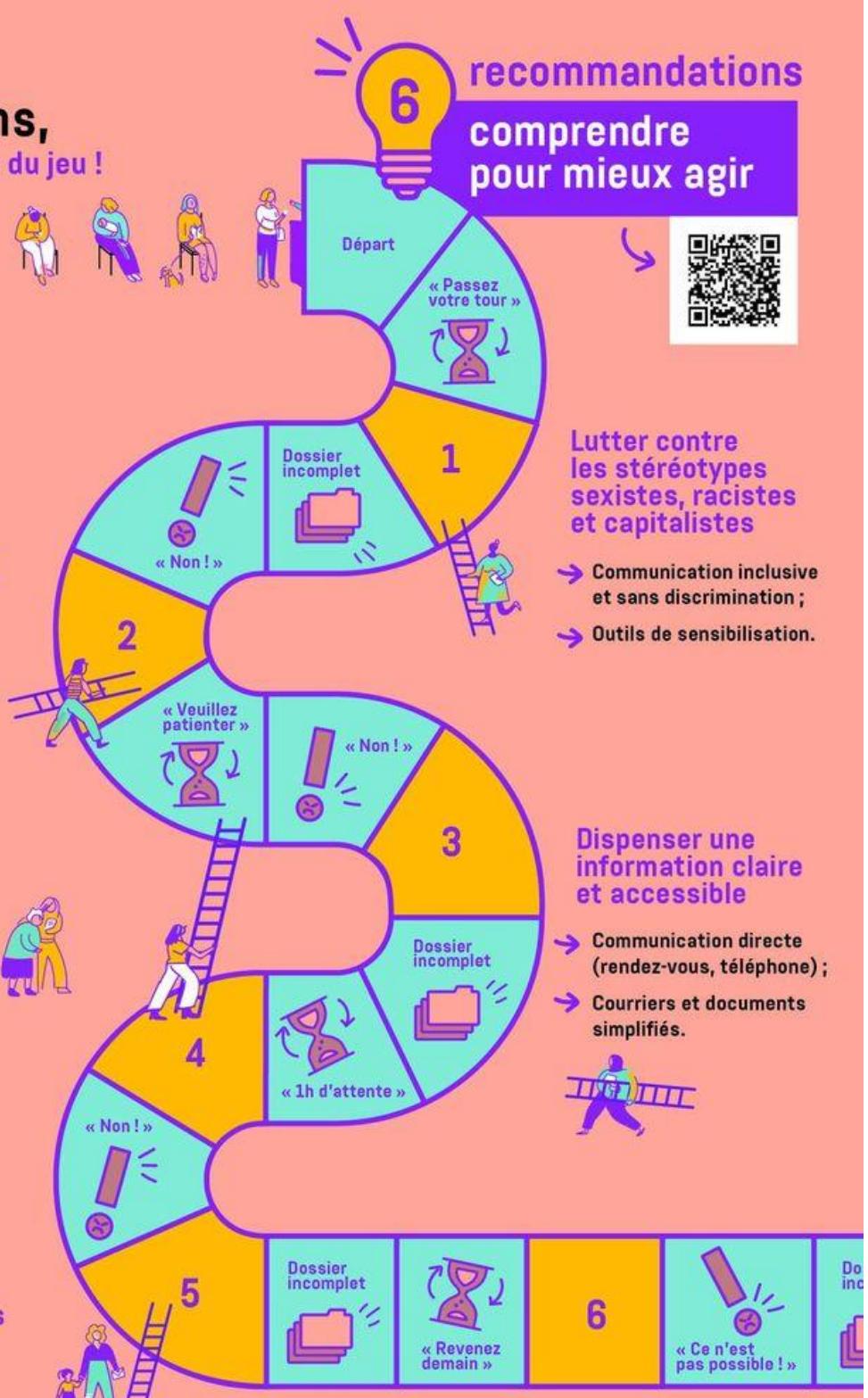
- Formations « clés de lecture » ;
- Intervisions.

Défendre le travail social de proximité

- Personne de contact ;
- Guichets humains.

Garantir des pratiques institutionnelles soutenantes et respectueuses

- Informer sur les procédures ;
- Diffuser des informations utiles aux femmes.



ÉCHOS DE NOS ANTENNES

À Mouscron

Un retour en image d'une semaine trépidante pour la journée du 25 novembre :

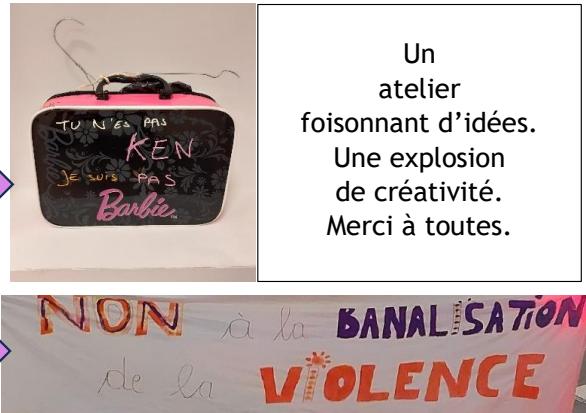
AGENDA Vie Féminine antenne Mouscron
Dans le cadre de la journée internationale contre les violences faites aux femmes 25/11/2023

20/11/2023 09H00-11H30 LOCAUX VIE FÉMININE	"FAIRE SA VALISE" Atelier créatif comme outil d'expression.
24/11/2023 14H00-16H30 BIBLIOTHÈQUE	CRÉATION BANDEROLLES Pour accompagner la marche lumineuse du 25/11/2023
25/11/2023 17H30 CENTRE CULTUREL	MARCHE LUMINEUSE Marche lumineuse à l'occasion du 25/11/2023
2 Rendez-vous proposés par le collectif "La voix des femmes"	
26/11/2023 14H00-16H30 BRUXELLES	MARCHE NATIONALE
28/11/2023 14H00-16H30 64, RUE DU CHALET	"MAPOCHETTE!" Personnalisation de pochette pour y mettre SES papiers importants

Contact : Marine 0474/57.13.92
antenne-mouscron@viefeminine.be



Quels sont les documents importants pour moi que je veux mettre à l'abri !
Création de pochette pour protéger des documents pour me protéger.



Un atelier foisonnant d'idées.
Une explosion de créativité.
Merci à toutes.



Un chouette moment collectif, fédérateur.
Où Vie Féminine était bien présent.
Cela a réchauffé notre cœur.



« Voir autant de monde ! Marcher ensemble
C'était juste WAOUH »

Texte écrit dans le cadre du 25 novembre qui a été lu à la radio RQC (Radio Qui Chifel)

Un conflit engendre un début de négociation... alors que la violence met en jeu des stratégies de domination qui se soldent par l'emprise. De l'un des conjoints sur l'autre...

Le conflit, lui, n'engendre pas de peur paralysante, ni de crainte de représailles... ce n'est pas le cas dans le cadre des violences conjugales. Où la plus petite réaction de la part de la victime pourrait mettre sa vie ou celle de ses enfants en danger. La victime est condamnée à l'impuissance...

La lune de miel... l'auteur demande pardon... assure son amour à la victime...
La victime reprend espoir et se culpabilise...

La victime découragée développe des stratégies d'ajustements à des situations de violences pour survivre...

L'absence d'alternatives en cas de séparation... si la victime ne sait pas où aller ni comment subvenir à ses besoins sans son conjoint... la décision de quitter la relation ne pourra être prise.....

L'emprise > terrifie

L'emprise > invisibilise

L'emprise > efface notre "je"

L'emprise > rend impuissante

L'emprise = un mot à la mode... dont personne ne sait ! Sauf les victimes...

Lydie

Lutte des violences faites aux femmes : une mobilisation par plusieurs rendez-vous

MOUSCRON

Grâce au collectif huru

La voix des femmes porté par sept associations, différentes activités visant à lutter contre les violences faites aux femmes vont être organisées durant ces prochains jours.

La Belgique dénombre déjà 24 féminicides en 2023 et ce, alors que l'année n'est pas en-
VOIX DES FEMMES

Sensibilisation et mobilisation sont au cœur des rendez-vous programmés la semaine prochaine au travers de trois moments : un spectacle, un atelier et une marche.



– Le jeudi 23 novembre : « La pièce Les yeux noirs sera

présentée au centre culturel, à 20 heures. C'est avec Céline Delbecq, metteuse en scène et comédienne. Elle a hésité long-

temps entre faire du social et être artiste : elle a décidé de faire les deux ! La pièce aborde les violences conjugales de façon subtile, c'est-à-dire qu'il n'y a pas de violence physique, mais une tension qui on sent monter. C'est mis en scène par Jessica Gazon qui reviendra plus tard dans l'année. La pièce a été en résidence au Staguet et l'ASBL De maux à mots est venue la visionner à la fin de cette période.

L'équipe a été très touchée par ce spectacle. Au terme de la représentation prévue jeudi, on proposera aussi un moment d'échange entre le public, Céline Delbecq et Samira et Maud, trois des fondatrices du collectif créé voici deux ans et qui s'est progressivement étoffée.

À l'occasion de la Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes organisée le samedi 25 novembre, trois moments sont organisés sur l'ensemble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

demain. Un moment militant et créatif. C'est gratuit et tout le matériel nécessaire sera mis à disposition. »

– Le 25 novembre : « Comme l'an dernier, on fera une marche au parcours un peu réduit, il est de 2 kilomètres. Il se fera au départ du Marius Staquet, à 17h30, et sera une boucle en centre-ville. L'idée est de sensibiliser tout un chacun sur les violences. Pour symboliser les 24 victimes depuis le début d'année dans notre pays, nous allumerons 24 points lumineux. Après des discours sur la place, on reviendra au centre culturel pour partager une soupe et discuter ensemble. »

En marge de cet ensemble et bien que ne faisant pas partie du collectif, on précisera que l'ASBL De maux à mots organise une conférence-débat gratuite, le **mercredi 22 novembre**, à 19 heures, en l'auditorium du Marius Staquet. L'activiste des droits de l'enfant, Arnaud Gallais, abordera la thématique des enfants victimes d'inceste et d'abus sexuels.

Il y a encore pas mal de prévention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au commissariat en première ligne, déplorant 10 % des interventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associations forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La voix des femmes également engagé dans cette lutte. « Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de prévention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au commissariat en première ligne, déplorant 10 % des interventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

gue, déplorant 10 % des inter-

ventions à destination de vio-

lences intrafamiliales, en 2022, et qui a donc monté une équipe dévolue à 100 % à cette problématique à engager. D'où l'importance de porter plainte, que l'on soit moins ou victime, même si ce n'est jamais évident...

Parallèlement, sept associa-

tions forment aujourd'hui le collectif mouscronnois La

voix des femmes également

engagé dans cette lutte.

med 25 novembre, trois mo-

ments sont organisés sur l'en-

semble de la ville. Chacun poursuit un objectif avec sa réflexion que les autres

l'ensemble regroupes, cela s'entre- mèle pour offrir une expertise globale », résument Marine, Daniela, 29 ans, tuée en mars dernier par son père, rue du Bilemont, juste pour une phrase déplaisante...

Il y a encore pas mal de pré-

vention à mettre en place, mais les choses bougent à Mouscron. Notamment au

commissariat en première li-

À Tournai

Les femmes de l'antenne de Tournai ont mis en place une matinée informative et culturelle pour parler de ce sujet malheureusement encore très présent dans notre société : les violences faites aux femmes.

Un comité s'est constitué pour planifier cette matinée. Des ateliers créatifs ont été proposés aux femmes pour manifester leur rage, leur inconformité, son soutien aux femmes en situation de violence. Elles ont pu s'exprimer à travers l'atelier d'écriture, l'atelier d'expression corporelle, l'atelier de création d'une banderole (par le groupe Entr'Elles) et l'atelier de customisations des valises proposée par le Groupe de travail national VF de diffusion d'études (*étude de réparation après violences conjugales).

Une exposition avec des femmes artistes a été également ouvert au public avec les œuvres de Fabesko, Annette Masquilier, Sophie Cuypers, Claire Dandoy et Martine Beghin.

Cette matinée a eu lieu dans la chapelle de l'école secondaire des Ursulines à Tournai. Des élèves de l'école et des autres écoles secondaires ont visité l'exposition et ils ont pu échanger avec les bénévoles de l'antenne de Tournai.

Le programme de la matinée était :

De 10h00 à 12h30 → Plusieurs intervenantes sur la thématique :

- Comprendre quand la vie de couple est faite de conflits, de violences ou d'emprise ? avec la participation du Planning Familial « La Famille Heureuse ».
- Confrontée à la séparation, à la violence, quels sont mes droits ? Maître Macé, avocate.
- Quelles actions mènent La commission Egalité Femme/Homme de la ville de Tournai ? Mme Coralie Ladavid, échevine en charge de l'égalité des chances.

Entre les interventions nous avons pu écouter les textes réalisés par l'atelier d'écriture « Les cris d'Elles » animé par Eliane Vanmellaerts et nous avons pu voir le résultat de l'atelier d'expression corporelle animé par Violine Langlais.

Monique Caucheteux nous a envouté également avec le beau son de son violon. Merci à toutes ces femmes sensibles, généreuses et expressives.

Après cette matinée nous avons rejoint la manifestation avec le collectif 8 mars Tournai. Une prise de parole a été faite à la stèle en hommage aux féminicides qui se trouve en face de la maison de la culture.

Le dimanche 26 novembre nous avons joint la manifestation nationale à Bruxelles. Nous avons porté avec nous toutes les valises qui ont été réalisées dans toutes les régionales de Vie Féminine. C'était un moment fort, une image forte : un exode. C'était la représentation des toutes ces femmes qui doivent quitter leur maison, leur foyer, leurs familles.

Encore beaucoup à faire au niveau collectif pour aider ces femmes fortes dans leur reconstruction après avoir vécu des violences conjugales.

Extrait du dossier de presse élaboré par Monique Collie (membre du comité 25 novembre) :

NON, c'est NON... Fais ta valise.

Se réparer, se reconstruire après des violences conjugales....

VIE FEMININE : 25 NOVEMBRE journée Internationale de lutte contre les violences faites aux femmes

NON, C'EST NON... le consentement dans une relation amoureuse se rappelle trop souvent à nous à travers des drames. Cette année, on déplore encore 24 cas de féminicides enregistrées en Belgique... cela veut dire que 2 femmes perdent la vie chaque mois parce qu'elles sont « femmes » simplement parce qu'elles demandent à exister en tant que femmes et qu'elles osent remettre en question la domination masculine.

S'arrêter pour réfléchir, prévenir, faire face.

Il reste important de s'y arrêter pour réfléchir, prévenir ces situations, mieux comprendre les mécanismes à l'œuvre pour se prémunir et en cas de besoin, pour soi ou en sa qualité de témoin de pouvoir faire appel et trouver de l'aide pour s'en sortir, pour être accompagnée.

Un 25 novembre qui résonne lourdement dans la région... Voici le numéro d'écoute violences conjugales : 0800 30 030.

C'est dans ce contexte que Vie féminine organise à Tournai une matinée d'information, de sensibilisation le samedi 25 novembre prochain à la chapelle de L'ÉCOLE DES URSULINES, 12 rue des Carmes à Tournai, pour porter cette parole de femmes « quand c'est Non, c'est Non » et dans la foulée, en cas de danger oser « Faire sa valise » pour se mettre à l'abri, mais pas seulement ...

Se sauver, ne règle pas tout

Les situations de post-séparation réclament RÉPARATION ...

Il s'agit bien d'aller au-delà de la protection - essentielle- dans le droit de vivre une vie digne à l'abri des violences. Il s'agit de questionner les rapports de domination à l'œuvre, sous-jacente aux violences.

Si la législation a fait des pas en avant, notamment avec la Convention d'Istanbul ratifiée par la Belgique en 2016, qui oblige les Etats à agir et sort la question de la violence d'une simple « affaire privée », elle ne dit rien sur la prévention et la réparation qui doivent nous maintenir en éveil.

Quelques revendications de Vie Féminine à ce sujet :

Dans le cadre de la journée du 25 novembre Vie Féminine plaide pour une réelle politique de soutien à la reconstruction. Elle réclame une prise en charge globale et multidisciplinaire des besoins entourant la REPARATION et LA RECONSTRUCTION. Une sorte de « pack reconstruction » qui passerait par :

1. Une aide financière d'urgence (sous forme don ou prêt à taux zéro) par un fonds d'aide aux victimes de violence, alimenté par les auteurs condamnés par la justice ou par l'Etat
2. Un accompagnement juridico-socio-administratif gratuit
3. 20 séances gratuites avec une psychologue spécialisée
4. Une adresse de référence anonyme permettant de délier les statuts de vie de couple (mutuelle, chômage, fiscalité, etc...)
5. Le droit à un statut de pause dans le processus d'activation durant 1 an, étant établi qu'au sortir d'une relation violente, la victime a besoin de temps, fait face à de nombreux traumatismes et est encore, souvent, victime de violences post-séparation.

Dans la proximité, au niveau communal, Vie féminine attire l'attention des services indispensables pour accompagner au mieux le chemin de réparation des victimes

- Rappeler dans les missions de la police l'importance d'un service d'escorting gratuit et sécurisé pour accompagner les victimes qui quittent un conjoint violent, doivent revenir au domicile chercher des affaires, etc. L'importance pour la police de pouvoir prendre en charge le trajet, ou la gratuité du trajet taxi pour mettre la personne en sécurité.
- Assurer un accompagnement sécurisé aux victimes de revenir dans le logement en vue de récupérer des affaires suite à une situation de violences.
- Faire connaître, le numéro d'appel d'urgence au niveau communal, auquel s'adresser pour pouvoir poser sa valise dans un hébergement d'urgence, - de transit - avec une adresse secrète.
- Interdire aux professionnels intervenants dans les situations de violence la diffusion de la nouvelle adresse d'une victime dans tous les échanges ...notamment entre les avocats avec l'auteur. La création de boîtes postales de référence.

Le 25 novembre continue à être un grand moment de solidarité entre femmes et chez Vie Féminine, antenne Tournai, nous l'avons vécu de tout près.

TOURNAI ET SA RÉGION

Non, c'est non ! Fais ta valise...

TOURNAI

Oser partir et commencer son long parcours de réparation et de reconstruction. Vie féminine appelle à une matinée de sensibilisation ce samedi, lors de la Journée de lutte contre les violences faites aux femmes.



Dans la chapelle des Ursulines, le mouvement Vie féminine prête une oreille attentive aux femmes victimes de violences.

En Belgique, chaque mois, deux femmes perdent la vie parce qu'elles demandent à exister en tant que femmes et remettent en question la domination masculine. « Quand c'est non, c'est non. Il faut pouvoir faire sa valise et se mettre à l'abri, » mais pas seulement... ». Dans ce contexte et à l'occasion de la Journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes, l'antenne tour-chapelle de l'école des Ursulines (12, rue des Carmes) de 9 h 30 à 12 h 30 de ce prochain samedi 25 novembre aux mécanismes mis en œuvre pour les victimes et les person-

Maitre Macé, avocate – « Faire sa valise et prendre le chemin de réparation et de reconstruction » avec Kathryn Contreras, responsable de Vie féminine à Tournai. – « Quelles actions mène la commission Égalité Femme/Homme de la ville de Tournai ? » avec Coralie Ladavid, échevine en charge de l'Égalité des chances.

Se sauver ne règle pas tout

Vie féminine plaide pour une réelle politique de soutien et réclame une prise en charge globale et multidisciplinaire des besoins entourant la réparation (bien souvent en justice) ainsi que la reconstruction.

– « Comprendre quand la flexion se tiendra dans la vie de couple est faite de construction » qui passerait par : une aide financière d'urgence alimentée par les auteurs condamnés avec le collectif 8 mars partira de la place Crombez jusqu'à la stèle érigée au pied de la maison de la culture en hommage aux femmes victimes de féminicides.

Le programme :

– « La Famille heureuse » par la justice, un accompagnement juridico-social administratif gratuit, » antenne-tournai@viefeminine.be

avec une psychologue spécialisée, une adresse de référence anonyme permettant de délier les statuts de vie de couple (mutuelle, chômage, fis- calité, etc.) et un droit à un statut de pause dans le processus d'activation durant un an, étant établi qu'au sortir d'une relation violente, la victime a besoin de temps, fait face à de nombreux traumas et est encore, souvent, victime de violences post-séparation.

LAURE WATRIN

» À noter qu'une exposition de femmes artistes sera accessible dans la chapelle des Ursulines les 22 (11 h-14 h) et 24 novembre (15 h 30 à 18 h 30). Le 25 novembre à 14 h, une marche en collaboration avec le collectif 8 mars partira de la place Crombez jusqu'à la stèle érigée au pied de la maison de la culture en hommage aux femmes victimes de féminicides.

» antenne-tournai@viefeminine.be

Pour la journée du 25 novembre, six d'entre-nous ont sélectionné quelques textes sur le thème « Fais ta valise » de nos ateliers d'écriture : Les Cris d'Elles.

Nous les avons mis en mouvements par le biais de l'expression corporelle.

Tout en douceur, Violine Langlais nous a amenées à exploiter notre corps, à découvrir notre capacité à le mouvoir et à s'exprimer.

Six ateliers durant lesquels elle nous a poussées dans nos limites pour nous "dé"couvrir, nous apprendre à occuper l'espace, à interagir avec les autres corps, apprendre à nous toucher et construire l'histoire à présenter au public.

Violine nous observe, nous guide, nous écoute. Elle éveille en nous des possibilités insoupçonnées jusqu'alors, de nous exprimer.



Les musiques sont inspirantes, nous donnent le rythme et boostent notre créativité.

Et voilà : la trame se dessine, les corps se lâchent et improvisent.

Tout est possible. Tout est beau !



Vendredi : répétition, mise au point, mais beaucoup d'hésitations et de questionnements...

Et le 25 novembre, sur la scène, chacune donne le meilleur malgré le trac et la magie opère : le public nous porte, nous suit des yeux, nous soutient, les émotions sont palpables et nous sommes, au final, applaudies si chaleureusement.

Que de félicitations ! Quelle satisfaction ! Une nouvelle expérience humaine qui nous rapproche plus encore.

Merci Violine !



Thérèse

Nb : merci encore Eliane de nous amener si adroitemment à exprimer nos ressentis et à délier nos plumes 😊

J'ai vécu en 2023 de chouettes expériences d'animation avec les dames de Vie Féminine.

J'ai écrit des textes et appris des chorégraphies pour le 25 novembre.
Je me suis étonnée de m'exprimer autant, de me livrer autant !

J'ai regardé grandir et s'épanouir mes 8 petits enfants.

Ils sont tellement différents mais animés chacun de nouveaux projets (nouvelle école, nouveau sport, création d'un CD...)

J'ai découvert avec joie et émotion ma petite fille de cœur qui me ramène tant à mon enfance personnelle !

J'ai rêvé d'une paix durable dans le monde où les armes se tairaient, où les blessures se guériraient sans plus laisser de traces, où les réfugiés pourraient rentrer chez eux et retrouver leurs villages et leurs maisons dans leur état initial !

Hélas, quand je me suis réveillée, tout était foutu !!!

Bernadette

Ce **10 janvier 2024**, 16 femmes ont fêté la « galette des REINES » à Entr'Elles.

C'est Liliane et Kathy qui ont eu l'honneur de mettre la couronne. Une matinée conviviale avec 2 quizz, dégustation et chants tournaisiens, dans une ambiance très chaleureuse.



2 questions quizz facile :

La préparation de la galette est-elle plus facile et moins longue que celle du gâteau des rois ?

- a) Non
- b) C'est pareil
- c) Oui
- d) Ne sait pas

Que faut-il impérativement pour la crème frangipane ?

- a) De la crème d'amandes
- b) De la chantilly
- c) De la poudre d'amandes
- d) De la crème au beurre

5 questions quizz tournaisien 2009 :

Que mange-t-on le jour du lundi perdu ?

- a) Du « lapin aux preones » cuit dans de l'eau.
- b) De la grosse saucisse cuite dans la bière.
- c) Du kangourou cuisiné au Cabernet Sauvignon.
- d) Du poulet aux raisins mijoté dans de l'alcool de fraise.

Que signifie le terme en patois tournaisien « guernoter »

- a) Dépiauter un lapin
- b) Dénoyauter des pruneaux
- c) Mijoter
- d) Manger goulûment

Que tire-t-on lors du repas du lundi parjuré ?

- a) Le lapin car il doit être mangé très frais.
- b) Les billets des rois afin d'attribuer à chaque convive un rôle déterminé. Lorsque le roi boit, les autres convives doivent faire de même.
- c) Des feux d'artifice car ce banquet est considéré comme étant le troisième réveillon des Tournaisiens.
- d) Des flans qui auront été placés dans le four au début du repas. D'où l'expression « tire- au-flanc » qui, dans un premier temps, désignait les Tournaisiens qui ne travaillaient pas ce lundi-là.

Pourquoi ce lundi de fête est-il perdu ?

- a) Parce qu'il s'agit d'une tradition qui se perd dans la nuit des temps.
- b) Parce qu'il s'agissait d'un jour « chômé », et donc perdu pour le travailleur.
- c) Parce qu'il était de tradition de dire que les lapins qui allaient trépasser pour la plus grande joie des convives étaient perdus (à tout jamais).
- d) Parce que les convives ont coutume de boire beaucoup et il n'est pas rare qu'ils se perdent en retournant chez eux.

Qu'est-ce que le muttiau traditionnellement servi lors de cette soirée ?

- a) Une espèce de tête pressée finement hachée et garnie d'ail et de persil.
- b) De la salade tournaisienne notamment composée de mâche, oignons cuits au four avec la pelure mais épluchés par la suite, pommes, chicons, chou rouge au vinaigre, haricots...
- c) Une boisson typique composée de ballons de Tournai dissous dans de l'alcool blanc.
- d) Une galette fourrée de frangipane et dans laquelle on aura pris soin de placer une fève en forme de croix byzantine.

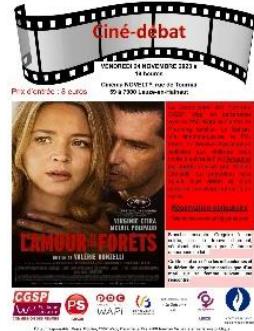
À Leuze

Autour du 25 novembre...

Pendant plusieurs jours, le groupe Chrysalide & Vie Féminine Leuze s'est impliqué pour sensibiliser, informer et mettre en lumière les violences conjugales.

Le vendredi 24 novembre, la commission Femmes de la CGSP nous a conviées à intervenir après la projection du film "Les amours et les forêts". La salle était pleine pour ce film qui expose les mécanismes et la dérive de l'emprise narcissique d'un mari sur sa femme.

Au cours du débat, nous avons écouté le témoignage de X qui a survécu à la tentative de meurtre de son mari. Elle a mis plusieurs mois à se remettre physiquement de ses blessures. À la suite de cet événement, elle a créé une ASBL pour sensibiliser les adolescents en milieu scolaire.



Le public a partagé des témoignages sur leur prise en charge par des institutions, soulignant l'importance de former continuellement les professionnels pour une prise en charge plus efficace des victimes.

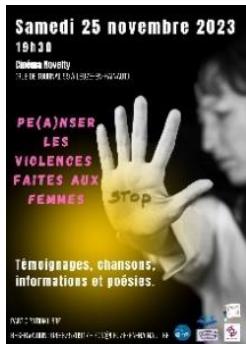
L'ASBL "Femmes solidaires contre les violences" nous a présenté leur outil : le violentomètre, utilisé auprès des jeunes pour évaluer si leur relation est saine ou dangereuse en se basant sur des exemples de comportements.

Nous avons présenté notre groupe Chrysalide, notre lieu d'écoute et de soutien hebdomadaire, ainsi que notre groupe de travail mensuel engagé à soutenir les victimes, se former pour comprendre, identifier et dénoncer les violences, tout en cherchant des pistes de changement.

La soirée s'est poursuivie par des rencontres individuelles avec le public.



Au sein de nos locaux, vous trouverez des brochures des différentes intervenantes (La violence, ce n'est pas tendance - Le service d'assistance policière aux victimes - Planning Le Safran - Espace Chrysalide - Commission Femmes CGSP - Femmes solidaires contre la violence).



Le samedi 25 novembre, le temps d'une soirée, nous nous sommes retrouvés pour partager, réfléchir et panser les blessures physiques, psychologiques, morales et économiques que subissent encore aujourd'hui les filles et les femmes à travers des témoignages, des chansons, des lectures et des informations."

Sur cette photo, nous interviewons avec Amnesty, Madame Marie-Colline Leroy, secrétaire d'Etat à l'égalité des chances et des genres, autour de la loi "Stop Féminicides", et nous demandons à Nicolas Dumont, échevin de la Commune de Leuze, de nous parler de l'implication de la commune. À rappeler que nous avons reçu un subside de la ville pour soutenir notre groupe Chrysalide.

De nombreux invités, partenaires et organisateurs étaient présents pour cette soirée. Vous trouverez sur nos pages Facebook et celle de Notélé "25 novembre, les violences faites aux femmes", les vidéos et photos qui retracent les moments forts de notre soirée, ainsi que les contributions de plusieurs partenaires.



(Cie sur le fils, Thomas Prédour, Zon,Pcs Leuze, Centre Culturel De Leuze, la Bibliothèque communale de Leuze-en-Hainaut, Vie féminine , planning Le Safran, Service d'assistante policière aux victime, Madame Marie-Colline Leroy -secrétaire d'Etat à l'égalité des chances et des genres, Nicolas Dumont échevin de la Commune de Leuze, la slammeuse Rogine Zahedi, Eve-Anne HKS - photographe,, la poétesse Françoise Lison-Leroy, les élèves de Saint-Pierre, Asbl Femmes solidaire)



Le dimanche 26 novembre, certaines d'entre nous ont rejoint la marche nationale à Bruxelles. En amont de cette journée, nous avons proposé plusieurs ateliers créatifs. "Fais ta valise" nous a permis de recueillir les besoins des femmes après/durant des violences conjugales, symbolisés par une valise. Bien que la thématique soit difficile et douloureuse, ce moment créatif a été un exutoire, alternant entre moments de joie et pauses méditatives dans leurs réalisations.



Ça discute en cuisine - CDEC : Notre projet santé

Depuis plus d'un an, notre atelier « Santé & Alimentations » est devenu un lieu privilégié où nous organisons des échanges de savoir-faire autour de l'alimentation, de la santé, le tout agrémenté de réflexions sociétales qui secouent nos neurones !

À force de concocter des petits plats, on a réussi à bâtir un projet collaboratif, tout en se passant la marmite et les idées à la louche. Ces rencontres nous ont déjà apporté une tonne de joie, de réconfort, et même quelques conflits qui nous ont fait grandir. Alors, on a décidé de poursuivre cette année en améliorant le bilan nutritionnel de nos repas, histoire que manger sain rime aussi avec délicieux.

Dorénavant, notre objectif est de privilégier les repas dits anti-inflammatoires, nous invitant à explorer de nouvelles manières de cuisiner et à goûter des aliments qui ne nous sont pas familiers.

"CDEC" sert également de passerelle pour les femmes ; certaines nous rejoignent à travers ces rencontres, établissant ainsi des liens avec notre groupe de lutte contre les violences conjugales, les marches exploratoires et d'autres projets.

La bonne nouvelle ? L'Asbl « Entraide et Fraternité », nous soutiendra financièrement. Cela facilitera l'achat de matériel, la mise en place d'animations autour de l'alimentation, d'ateliers bien-être, ainsi que notre expertise pour politiser la question de la santé.

À partir de février, nous intensifierons nos rencontres à deux lundis par mois, introduisant un cycle "Bien-être" en collaboration avec l'association Fares. Ces sessions seront dédiées à des animations visant à rendre les participantes actrices de leur bien-être et à leur enseigner des outils de relaxation, de lâcher-prise et de méditation !

Les autres lundis seront consacrés à l'inclusion du groupe dans la préparation de ce projet, permettant également des moments de réflexion sur la manière de prendre soin de notre santé au sein d'une société patriarcale, tout en questionnant le rôle du soin envers les autres sans s'exclure soi-même.

En bonus, une photo de notre dernière rencontre : "Poulet à la mexicaine & patates douces" (Recette tirée du livre "Je réussis ma détox sucre Osucre_et_igbas").

Plus d'infos pour les prochaines dates ? : 0484 34 49 96

Sur place, vous retrouverez un « book » avec nos réalisations et le détail des recettes.





La Fabrique
des Solidarités

PERMANENCES JURIDIQUES ET SOCIALES - DROITS DES FEMMES

Gratuites & individualisées pour les femmes

En matière de prestations sociales, de logement, d'accès au travail, de droit de séjour, de droit de la Famille, de droit d'asile, de regroupement familial, de nationalité ...ou en cas de violences.

Pour prendre rendez-vous :

↳ Vous habitez à **Leuze** ?

Permanences :

Merci de téléphoner et/ou laisser un message pour prendre rendez-vous tous les matins (sauf le jeudi) au **0484/34 49 96**

↳ Vous habitez à **Tournai** ?

Permanences :

Merci de téléphoner et/ou laisser un message pour prendre rendez-vous tous les matins (sauf le jeudi) au **0488/87 63 78**

↳ Vous habitez à **Mouscron** ?

Permanences :

Merci de téléphoner et/ou laisser un message pour prendre rendez-vous tous les matins (sauf le jeudi et vendredi) au **0474/57 13 92**

Réervation pour le 17 mars au 056 84 34 02



15/3	20h	<i>Le Chez-Nous</i>	0470 37 98 09
16/3	18h	<i>Foyer Tibériade</i>	056/48 62 42
17/3	17h	<i>Vie féminine</i>	056/84 34 02
22/3	20h	<i>Patro centre filles</i>	0472 84 76 47
23/3	18h	<i>Harmonie Démocratique</i>	0475 76 77 33
24/3	15h30	<i>CCIPH</i>	056/86 02 85
29/3	20h	<i>Gilles de Mouscron</i>	0478 75 53 22
30/3	18h	<i>Soins palliatifs</i>	0499 98 17 77

Salle des fêtes, place du Tuquet, Mouscron.

prix unique des places: 11€ - www.compagnonssaintefamille.be

Agenda de vos antennes :

À TOURNAI

Bureau Vie Féminine

124 rue de la Citadelle – 7500 Tournai
Kathy Contreras - 0488/87 63 78

Lundis : Cours de gym (entretien...cardio-abdo) de 18h30- 19h30 selon calendrier scolaire. Infos avec Monique Collie : moniquecollie6@gmail.com

Mardis : Exercices qui renforcent notre système immunitaire de 10h15 à 11h15 à la Maison des Associations - 25, rue de la Wallonie à Tournai.

Aussi 2 mardis par mois : **Cours de "Dentelle aux Fuseaux"** de 9h30 à 12h00 ou de 13h à 15h30 au 6, rue de sœurs noires à Tournai. Plus d'infos : 0488/87.63.78

Mercredis : Tables de conversations solidaires pour des femmes non-francophones de 13h30 à 15h30 à la Maison des Associations - 25, rue de la Wallonie à Tournai.

Envie d'être bénévole ? N'hésitez pas à me contacter.

Aussi le mercredi : 1 fois par mois le groupe **Entr'Elles** :
Plus d'infos - boulin.therese@gmail.com

3ème mercredi du mois : Atelier d'écriture avec Eliane Vanmellaerts - 25, rue de la Wallonie à Tournai.

4ème mercredi du mois : Petits déjeuners entre mamans.
Plus d'infos : antenne-tournai@viefminine.be

Vendredis : Atelier de tricot de 13h30 à 15h30 avec Anne-Noëlle Vervaet - 25, rue de la Wallonie à Tournai.

Aussi de 13h30 à 15h30 : **Tables de conversations solidaires pour des femmes non-francophones**. À la maison des associations - 25, rue de la Wallonie à Tournai.
Infos : 0488/87.63.78

Samedi permanence juridique : Service gratuit pour femmes. Une fois par mois une avocate répondra à vos questions. Rendez-vous de 9h30 à 11h00 - 25, rue de la Wallonie à Tournai.

Prochaines dates : 17/02, 23/03 & 20/04

***Entr'Elles :**

Anita - 0473/24 85 76
 Thérèse - 069/23 40 10

Templeuve

Sabine Delsaut -
 069/35 20 05

Froidmont

Bernadette Collie -
 069/64 95 08
 Asbl Eaux sauvages - rue du
 Pont vert - Froidmont

Sacré Cœur

Christiane Berthe - 069/22 83 93

Dentelle aux fuseaux

Christiane Masschelein - 069/35 28 47
 Internat de la Communauté française
 6, rue des Sœurs Noires
 06/02 & 20/02, 12/03 & 26/03

Gymnastique douce

Monique Collie - 0479/23 42 75
 École de la Madeleine - Rue de l'Ecorcherie

Activités d'Entr'Elles

Mercredi 7 février : de 9h30 à 11h30 → **Les crêpes de la chandeleur...** « Quand l'hiver se perd ou prend vigueur". Rue de la Citadelle 124 à Tournai

Mercredi 13 mars de 9h30 à 11h30 → **Réflexion** autour de ce qui est difficile à vivre actuellement pour nous. Rue de la Citadelle 124 à Tournai

Mercredi 3 avril : **Marche printanière** : départ et retour de la Rue de la Citadelle 124 à Tournai

Mercredi 10 avril : Suite de la **réflexion** du 13 mars et perspectives de changements. Rue de la Citadelle 124 à Tournai

Mercredi 29 mai : De 9h30 à 11h30 : **Thème à convenir ensemble**. Rue de la Citadelle 124 à Tournai.

Mercredi 5 juin : **Marche du temps des cerises** : Départ et retour de la Rue de la Citadelle 124 à Tournai.

Vendredi 28 juin : **Fête des femmes** de 13h à 17h. Rue de la Citadelle 124 à Tournai

Informations : Anita 0473/24 85 76 et Thérèse 069/23 40 10 ou 0489/56 83 14

À LEUZE

Espace Soror

33b, rue d'Ath - 7900 Leuze - Tous les lundis de 9h à 16h30
Dorothée Duroisin – 0484/34 49 96

- **Pause-Café** : Se détendre, s'écouter et refaire le monde autour d'une boisson réconfortante. Plus d'infos : 0484/34 49 96
- **Permanences juridiques** : Une avocate répond gratuitement à toutes vos questions de droits durant une permanence. Ateliers droits en groupe durant toute l'année ! Plus d'infos : 0484/34 49 96
- **Rencontre Mamans** : Se poser, se reconnecter à soi, se sentir soutenue et prendre soin de nous. Plus d'infos : 0484/34 49 96
- **Labo Créo** : Des Ateliers créatifs, stage de techniques, des sorties culturelles, des projections, des débats. Plus d'infos : 0484/34 49 96
- **Ça discute en cuisine** : Un lieu où on organise des échanges de savoir-faire autour de l'alimentation, de notre santé et le tout saupoudré de réflexions sociétales ! Plus d'infos : 0484/34 49 96
- **Formation « C'est quoi Vie Féminine ? »** : Deux demi-journées pour comprendre le mouvement et nos méthodes de travail ! Plus d'infos : 0484/34 49 96
- **Espace Chrysalide** : Un lieu d'écoute et de soutien lorsqu'on a subi des violences. C'est aussi, un groupe de travail désireux de soutenir les victimes, de se former à comprendre, à identifier les violences, les dénoncer et chercher des pistes de changements. Plus d'infos : 0484/34 49 96

Yoga

Infos : 0499/37 91 13
Salle Saint-Jean de Dieu
126, avenue de Loudun à Leuze
Les mercredis de 19h15 à 20h15 hors vacances scolaires

À MOUSCRON

Rue Saint Joseph n°8 - 3^{ème} étage de la Mutualité Chrétienne - 7700 Mouscron
Marine Van Lancker - 0474/57 13 92

Nos actions 8 mars

- **Rencontre préparation chorale « L'hymne des femmes » :**
01/02 → 15h à 16h30 - Au cercle, au fond du parking 2^{ème} étage
08/02 → 13h30 à 14h30 - Au cercle, au fond du parking 2^{ème} étage
13/02 → 09h45 à 10h30 - 3^{ème} étage - Locaux Vie Féminine
- **Rencontre préparation émission radio :**
05/02 → 14h00 à 15h30 - 12/02 → 15h00 à 16h30 - 26/02 → à définir.
3^{ème} étage - Locaux Vie Féminine
- **Évènement 8 mars avec le collectif « La Voix des Femmes » :**
8 mars 20h au Marius Staquet - Spectacle de Lisette Lombé « Bruler - Danse ».
Poétesse Belge Lisette Lombé.
13 mars - 18h : Vernissage des textes écrits
18h-20h : « Salon de thé » stand/animation autour de la femme
20h : « Iphigénie à Splott » de Gary Owen

Nos activités d'antenne

- **Permanences juridiques :** (Dates à prévoir)
- **Lundi Couleurs Femmes :** Créativité au bout des doigts. Créativité - inventivité - solidarité.
Tous les lundis de 9h à 11h30 - Local du Cercle au 2^{ème} étage.
Infos : Marie-Paule - 0472 92 56 96
- **L'écrit du cœur :** Atelier d'écriture, s'outiller pour s'exprimer, pour porter sa voix : avec Eliane comme animatrice - Le 02/02, 23/02, 30/03, 27/04, 01/06 de 14h à 16h30.
Infos : Dominique - 0475/48 33 82
- **Accueil Minutes Tranquilles :** Jouer, papoter, souffler.
Le mardi matin de 9h45 à 10h30 → on papote et de 10h30 à 12h00 → activité partagée.
3^{ème} étage de la Mutualité Chrétienne - 08, rue Saint Joseph
Infos : Marine - 0474 57 13 92
- **Cercle des débrouillardes :** Ensemble on s'encourage pour l'autonomie et l'indépendance. Cuisine, décoration, construction, partages,...
30/01, 27/02, 26/03 de 13h30 à 15h30 à confirmer
64, Rue du Chalet - 7700 Mouscron
Plus d'information : Marine - 0474/57 13 92
- **Et si les Princes n'étaient pas si Charmants ? :** Partage autour de la thématique des violences conjugales de 13h30 à 15h00.
Le 19/02 → Besoin de réparation
Le 18/03 → Activité créative « Faire ses valises » (exceptionnellement de 9h00 à 11h30)
3^{ème} étage de la Mutualité Chrétienne - 08, rue Saint Joseph

Nouveau-Monde

Détente créative

3ème jeudi du mois

M. Pillyser - Infos : 056/ 33 75 75

Maison de quartier du Nouveau-Monde

Leers Nord

Rose May Jardez - Infos : 056/48 53 11

Salle paroissiale de Leers-Nord

Gym en salle chaque jeudi à 19h

Atelier aquarelle

Christine Delmarre - Infos : 0478/59 84 04

École des Arts - Saint léger

2 lundis par mois de 13h30 à 16h30

Coquinie

Jocelyne : 0473/74 17 84

Marches

1^{er} lundi du mois

Départ restaurant Lucaty

14h : Marche 7km

14h30 : Marche 3KM

3^{ème} lundi du mois départ parking rue de Menin face au Colruyt

14h : Marche 7km

14h30 : Marche 3KM

Art Floral

Jocelyne - Infos : 0473/74 17 84

Cuisine

Jocelyne - Infos : 0473/74 17 84

À COMINES

Les jeudis inspirants - Femmes inspirantes : partages, expressions et créations de 13h30 à 15h30

Date à définir.

Rue de la processions 54 - Comines

Plus d'information : Marine - 0474 57 13 92

REJOINS LA TEAM « Les plumes du Bulletin Régional » !

Tu te sens l'âme d'une reporter ?

Tu as des trucs et astuces à partager ?

Tu as de la poésie en toi ?

Tu souhaites simplement raconter tes aventures et/ou expériences chez **Vie Féminine** ?

Vous êtes celles que nous cherchons !!!

Pas besoin d'être à l'académie Française, juste : être vous, des femmes qui souhaitent s'exprimer.

Le Bulletin Régional sort 3 à 4 fois par an en fonction du moment et de l'actualité.

N'hésite pas à prendre contact avec Ysaline - picarde@viefeminine.be - 056 33 41 27

OU ton animatrice d'antenne !

- Antenne de Mouscron : Marine - antenne-mouscron@viefeminine.be - 0474 57 13 92
- Antenne de Tournai : Kathy - antenne-tournai@viefeminine.be - 0488 87 63 78
- Antenne de Leuze : Dorothée - antenne-leuze@viefeminine.be - 0484 34 49 96



❤️ Un grand MERCI à celles qui participent déjà ❤️



Tuto décorer avec du tissu sur du papier transfert

Matériels :

- Tissus sans élasthanne de préférence.
- Imprimante et ordinateur
- Fer à repasser
- Papier transfert (ici de chez Action)



Comment faire ?

1. Impression pour tissus clair
 - Choisir le motif que l'on veut imprimer.
 - L'imprimer à l'envers
 - o Si c'est une image Option rotation : "retourner horizontalement"
 - o Si c'est un texte créer une zone de texte et répéter l'étape précédente.
2. Travail du transfert
 - Découper autour du motif en laissant à peu près 5mm.
 - S'il y a des angles, couper les en formes arrondis.
 - Laisser sécher le motif quelques minutes
3. Application du transfert
 - Placer le sur le tissu
 - Couvrez d'un papier de cuisson
 - Repasser avec un fer chaud (plus de 160°) en faisant des petits ronds.

Pendant environ 2 minutes (en fonction du mode d'emploi).

 - Attendre que la surface repassée soit froide avant de retirer le papier transfert, zut, moi je l'ai retiré aussitôt.



Voici un petit mandala hivernal à colorier :

