

Travail de fin d'études[BR]- Travail de fin d'études: "En prison : le corps sous contrôle, la femme dans la résistance"[BR]- Séminaire d'accompagnement à l'écriture

Auteur : Georges, Raphaëlle

Promoteur(s) : André, Sophie

Faculté : Faculté de Droit, de Science Politique et de Criminologie

Diplôme : Master en criminologie à finalité spécialisée en organisations criminelles et analyse du crime

Année académique : 2022-2023

URI/URL : <http://hdl.handle.net/2268.2/17438>

Avertissement à l'attention des usagers :

Tous les documents placés en accès ouvert sur le site le site MatheO sont protégés par le droit d'auteur. Conformément aux principes énoncés par la "Budapest Open Access Initiative"(BOAI, 2002), l'utilisateur du site peut lire, télécharger, copier, transmettre, imprimer, chercher ou faire un lien vers le texte intégral de ces documents, les disséquer pour les indexer, s'en servir de données pour un logiciel, ou s'en servir à toute autre fin légale (ou prévue par la réglementation relative au droit d'auteur). Toute utilisation du document à des fins commerciales est strictement interdite.

Par ailleurs, l'utilisateur s'engage à respecter les droits moraux de l'auteur, principalement le droit à l'intégrité de l'oeuvre et le droit de paternité et ce dans toute utilisation que l'utilisateur entreprend. Ainsi, à titre d'exemple, lorsqu'il reproduira un document par extrait ou dans son intégralité, l'utilisateur citera de manière complète les sources telles que mentionnées ci-dessus. Toute utilisation non explicitement autorisée ci-avant (telle que par exemple, la modification du document ou son résumé) nécessite l'autorisation préalable et expresse des auteurs ou de leurs ayants droit.

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

GEORGES Raphaëlle

Guide d'entretien semi-directif ciblé

Rappel de l'objet d'étude et de l'objectif d'entretien

Ma recherche consiste en l'étude du contrôle opéré par la prison sur votre corps de femme détenue, et les moyens dont vous vous servez pour résister à ce contrôle. L'objectif est de démontrer si malgré les restrictions de liberté qui vous sont imposées, vous pouvez parfois, tout en étant dépourvue de moyens, mettre en œuvre des pratiques pour vous réapproprier votre corps.

Ces entretiens ont pour but de vous donner la parole sur ce sujet afin de vous comprendre, pour démontrer comment vous êtes contrôlée, et comment vous pouvez résister à l'oppression de l'incarcération lorsque cela est possible.

Vos réponses seront anonymisées.

Consentement et autorisation d'enregistrement de l'entretien

La personne interrogée

- Prénom
- Âge
- Vie avant incarcération (famille, métier)
- Temps d'incarcération déjà écoulé

<i>Le corps de la femme incarcérée, entre contrôle et résistance</i>	
THÈMES ABORDÉS	QUESTIONS
<u><i>Généralités</i></u>	
APPARENCE	<p>Je m'intéresse au corps des femmes en prison, est-ce que pour vous votre corps est quelque chose d'important ? Comment est-ce que vous le percevez ? Est-ce qu'il y a des changements entre votre corps et la manière dont vous le percevez maintenant, et avant l'incarcération ?</p> <p>Comment décririez-vous votre apparence aujourd'hui ?</p> <p>Est-ce que votre apparence est importante pour vous ? comment est-ce que cette importance se manifeste ? (Par exemple est ce que vous prenez soin de vous à travers le maquillage, la coiffure, les vêtements ?) et si non, pourquoi ne le faites-vous pas ?</p> <p>Y-a-t-il des différences dans vos vêtements, votre maquillage, votre coiffure, entre avant l'incarcération et maintenant ? (limites ROI, envies etc)</p> <p>Quelles sont ces différences ?</p>
<u><i>Le corps extérieur</i></u>	
TATOUAGES - PIERCINGS	<p>Est-ce que vous avez des tatouages ou des piercings ?</p> <p>Est-ce que vos tatouages et piercings sont un élément important pour vous, pour votre identité (montrer qui vous êtes, votre appartenance) ? ont-ils une signification particulière ou sont-ils purement esthétiques ?</p> <p>Sont-ils différents maintenant ?</p> <p>Quelles sont ces différences ?</p>
HYGIÈNE	<p>Comment décririez-vous votre routine d'hygiène aujourd'hui ? Comment y avez-vous accès ? (Fréquence)</p> <p>Est-ce que cette routine / l'hygiène est importante pour vous ?</p> <p>Qu'est ce qui a changé dans vos habitudes d'hygiène par rapport à l'extérieur ?</p> <p>Avez-vous mis en place des astuces/ habitudes pour vous adapter au fait d'avoir une hygiène limitée ?</p> <p>Est-ce que vous avez déjà développé des problèmes de santé à cause d'un manque d'hygiène lié à vos menstruations ? (Insuffisance de changement de protections périodiques par exemple, pas suffisamment accès à douche/eau pour se laver etc)</p>
INTIMITÉ	<p>Sous quelle forme se présente l'intimité en prison ?</p> <p>Est-ce que c'est un élément important pour vous ? comment cette importance se manifeste ? : est-ce que vous trouvez des moyens pour conserver cette intimité ?</p> <p>Est-ce que vous trouvez des différences dans votre intimité entre avant votre incarcération et maintenant ?</p> <p>Quelles sont ces différences ? Comment vivez-vous la promiscuité avec votre/ vos codétenues et la surveillance permanente par les agents ? Comment vous réussissez à garder une part de « secret/discrétion » quant à vos menstruations ?</p>
SEXUALITÉ	<p>Comment décririez-vous votre sexualité aujourd'hui ? (Présente, absente, rare, partagée, individuelle)</p> <p>Est-ce que c'est quelque chose d'important pour vous ? Si oui, comment se manifeste cette importance chez vous ? : est-ce que vous faites un maximum pour conserver une sexualité, est ce que ça ne vous pèse pas de ne pas pouvoir l'exercer comme vous le voulez ?</p>

PRATIQUE SPORTIVE	<p>Est-ce qu'il y a des différences entre maintenant et avant l'incarcération ?</p> <p>Si oui lesquelles ? Comment elle vous est limitée ?</p>
	<p>Comment décririez-vous votre pratique sportive / votre activité physique ici ?</p> <p>Est-ce que c'est important pour vous ? et si oui que faites-vous qui manifeste cette importance ?</p> <p>Est-ce que vous pratiquiez déjà du sport avant l'incarcération ?</p> <p>Est-ce que le fait d'être incarcéré a changé quelque chose dans votre envie ou besoin de pratiquer du sport ? Qu'est-ce que ça vous apporte ? Pourquoi le faites-vous ?</p>
AUTOMUTILATION	<p>Plusieurs recherches démontrent que certains détenus pratiquaient la mutilation ou scarification durant leur incarcération, est-ce que ça vous est déjà arrivé de le faire, ou de penser à le faire ?</p> <p>Si oui, est ce que c'était déjà le cas avant votre incarcération ?</p> <p>Qu'est-ce que ça vous apporte, qu'est-ce que ça vous fait ressentir ?</p>
<u>Le corps intérieur</u>	
ALIMENTATION	<p>Comment décririez-vous votre alimentation ici ? Est-ce que vous arrivez à avoir une alimentation saine ?</p> <p>Est-ce que c'est important pour vous ? comment se manifeste cette importance ? (Attention aux calories, équilibré etc)</p> <p>Est-ce que vous aviez une alimentation saine avant d'intégrer le milieu carcéral ?</p> <p>Qu'est ce qui a changé dans votre alimentation en prison ? Et qu'est-ce que ça a causé sur votre corps ?</p>
PATHOLOGIES PHYSIQUES	<p>Que diriez-vous du suivi au niveau des soins de santé ? Vous sentez-vous correctement accompagnée ?</p> <p>Est-ce qu'un suivi régulier de votre santé est important pour vous ?</p> <p>Est-ce qu'il y a des différences dans votre santé, et votre suivi de santé, entre maintenant, et avant votre incarcération ?</p> <p>Est-ce que vous avez facilement accès à des médicaments ? Est-ce que vous avez des astuces pour remplacer certains médicaments ? Quand vous avez des douleurs par exemple ?</p>
ESPRIT	<p>Qu'en est-il de votre santé mentale depuis que vous êtes incarcérée ?</p> <p>Est-ce important pour vous de protéger votre esprit ? comment le faites-vous ?</p> <p>Est-ce qu'il y a des différences entre maintenant, et avant votre incarcération, en ce qui concerne votre bien être mental ? (Développement de pathologie ? ou au contraire, guérison ?)</p> <p>Quelles sont ces différences, est ce que la prison a changé quelque chose à votre état d'esprit ?</p> <p>Comment faites-vous pour vous sentir mieux/vous libérer/vous aérer l'esprit quand vous ne vous sentez pas bien, seule dans votre cellule ?</p> <p>Quand vous avez vos règles, est ce que vous êtes plus irritable/sensible etc que quand vous n'étiez pas incarcérée ?</p>

but de l'éducateur
= rendre le tps de déten^o
le + constructif possible
→ que les détenues
utilisent bien ce tps...
= Objectif normalisa^o

→ sport, atelier beaux
arts, atelier écriture,
cell learning, forma^o,
cuisine, cours couture,
yoga ...

animer act socio-culturel
& sportive
→ par ce biais
= accompagnement / écoute
des détenues
réparer liens familiaux
si possible
cell learning +
anglais, gestion, dessin
sculpture, formel & couleur
= act qualifiantes
→ les prof viennent des
écoles de promo^o sociale

un APP : aide les
détenues qui le
souhaitent, à trouver
forma⁹ qui correspond
une détenue à eu diplôme
à distance au unif

act par : [redacted]
- musculation 2x semaine
- atelier écriture
1x 15j pers ext
- atelier bijoux
1x 15j pers ext
- yoga 1x sem
- atelier ennéagramme
= apprentissage connaissance
de soi
cycles de 8 séances

- app à mieux comprendre
ses réac⁹ face à ce
qui peut se passer
app à mieux appréhender
réac⁹
- atelier pâtisserie / cuisine
- repas communautaires
noël, pâques, bbq, repas
Boire de liège,
- concerts, spectacles

- formal foot, pers
fin reine, chaises
par directeur, soumis
ministre justice
- act court metrage
Resolu conflict

24
i-care
x accès au soin
x santé mentale
x précarité menstruelle
= accès prod menstruels
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°1 : *Laetitia, le 24/03/2023 à 14h45, Lantin, durée de l'entretien : 1h15*

Moi : Alors, pour te rappeler un peu comment je travaille, je vais m'intéresser à la façon dont tu es contrainte en prison dans la façon dont tu t'occupes de ton corps, comment tu es limitée, et comment tu le vis et y résistes. Donc d'abord j'ai des questions plus générales sur ton apparence en prison. Donc est-ce que pour toi ton corps c'est quelque chose d'important, l'image que tu as de ton corps et la façon dont tu perçois est-ce que c'est important ou pas ?

Laetitia : Ah oui oui pour moi c'est important

Moi : Et est-ce que tu ressens des différences dans la manière dont tu perçois ton corps entre maintenant et avant ton incarcération, des changements par exemple dans la façon dont tu vois ton corps ?

Laetitia : Oui

Moi : Ok et alors comment tu décrirais ton apparence aujourd'hui ?

Laetitia : Ben on se laisse aller un peu, enfin c'est pas qu'on se laisse aller mais on a pas les privilèges qu'on a dehors du coup bah donc t'as l'impression de entre guillemets pouvoir moins prendre soin de toi ouais carrément. Et on sait pas prendre soin de nous ici.

Moi : Et comment tu le vois ça ? Comment ça se manifeste le fait que tu puisses moins prendre soin de toi ?

Laetitia : La peau ! j'ai plein de boutons je sais pas d'où ça vient enfin tu vois y a tout plein de choses que t'avais pas avant ouais

Moi : Et est-ce que t'as des différences aussi dans les vêtements, le maquillage, la coiffure par rapport à avant ?

Laetitia : La coiffure pas spécialement mais voilà au niveau vestimentaire c'est pas comme ça que je m'habille dehors tout le temps, je suis jamais en training dehors je suis toujours en jean bien habillée quoi. Là ici je suis toujours en training

Moi : Et c'est parce que tu as moins l'envie ou parce que tu ne peux pas t'habiller comme tu veux ?

Laetitia : Parce que déjà il peut y avoir de la jalousie on peut avoir des vols. Non l'envie non, j'ai envie de bien m'habiller mais je le fais pas pour me protéger, pour pas montrer aux autres.

Moi : D'accord !

Maintenant je divise mes questions en deux parties. Il y a le corps extérieur donc tout ce qui est vraiment l'apparence avec les tatouages les vêtements etc... Et puis le corps intérieur donc avec par l'alimentation etc...

Donc là dans le corps extérieur en premier j'ai les tatouages et piercing, est ce que tu en as ?

Laetitia : Ouais !

Moi : Et est-ce que c'est un élément important pour toi, dans ton dans ton identité et dans ton apparence ?

Laetitia : Oui parce que je fais des tatouages par rapport à ce que j'ai vécu et mon état d'esprit tout ça, je vais pas faire un bête papillon, c'est pas juste pour faire beau quoi ça a vraiment une histoire et un symbole. Un piercing c'est plus esthétique

Moi : Et est-ce que t'en as fait des nouveaux en prison ?

Laetitia : Non mais quand je vais sortir je vais en faire

Moi : Ah ok d'accord t'as déjà prévu !

Laetitia : Oui oui c'est sur !

Moi : Ok maintenant, au niveau de de l'hygiène, à moins que tu aies encore des choses à me dire sur les tatouages n'hésite pas ! Comment tu décrirais ton ta routine d'hygiène aujourd'hui là dans ton incarcération par rapport à la fréquence etc... Qu'est ce que tu as à me dire comme ça là sur ta routine d'hygiène ?

Laetitia : Je la change pas de d'habitude, le matin je me lave le soir je prends ma douche, mes dents toujours, aux toilettes, mais c'est vrai qu'ici je me lave plus souvent les mains parce que on touche beaucoup des poignées de porte et c'est comme à l'école il y a un enfant qui est malade on tombe toutes malades, tout se refile plus vite ! Aux toilettes par exemple je me promène avec mon petit spray pour désinfecter les toilettes, quand je vais aux douches je prends toujours mon truc de javel, donc t'as plus de tics

Moi : tu dirais que tu as plus d'appréhensions ?

Laetitia : Si c'est ça c'est de l'appréhension, ici il y a des gens sur l'hygiène ils sont pas top, ça fait peur donc limite ici je suis encore plus à cheval là-dessus qu'avant.

Moi : Ok ouais je comprends, et donc du coup est-ce que cette routine d'hygiène elle est importante pour toi ?

Laetitia : Ah oui !

Moi : Et du coup tu me disais y a rien qui a changé dans ta routine d'hygiène par rapport à avant ton incarcération, je veux dire juste des tics que t'as plus, mais du coup est ce que t'as mis en place des astuces pour t'adapter au fait d'avoir une hygiène limitée ? Mais je crois que vous là-haut vous avez les douches tous les jours ?

Laetitia : Ouais

Moi : ok donc ça, ça te concerne plus la restriction de douche

Laetitia : vraiment faut que ce soit propre parce que tu maîtrises moins l'endroit où t'es donc c'est pas comme quand t'es chez toi dans ta salle de bain quoi donc c'est vrai que des fois je *paranoïe* ouais. Quand je vois la dernière fois y a une fille elle était toute transpirante comme ça avec ses mains elle sortait du médecin elle passe la grille donc elle y touche, après elle s'appuie comme ça sur la grille elle tousse dessus, je le dis même aux filles lavez-vous les mains je sais pas moi ça me dégoûte je deviens folle quoi

Moi : Oui donc t'as encore plus de d'habitudes sur ça que quand t'étais à l'extérieur ok
Et tu as déjà développé un problème de santé par rapport à un manque d'hygiène pendant tes menstruations ?

Laetitia : Pour le moment non ça m'est jamais arrivé mais j'ai déjà entendu que ça arrivait ouais donc ouais faut faire attention.

Moi : Ok.

Laetitia : Maintenant c'est personnel ce que je vais te dire tu peux le marquer de toute façon c'est anonyme, ici je mets pas de Tampax. J'ose pas mettre de Tampax parce que bah je sais pas je paranoïe hein je me dis je vais mettre le Tampax il y a quelque chose qui va rentrer en même temps donc je mets des serviettes.

Moi : Tu te sens plus en sécurité en mettant des serviettes ?

Laetitia : Ouais y a rien qui rentre en gros voilà c'est le mot.

Moi : Est-ce que tu penses que ça c'est lié à tout le reste, à tous ces trucs d'hygiène dont on parlait tout à l'heure ?

Laetitia : Oui oui c'est ça.

Moi : Ok oui donc t'es vraiment plus méfiante vis-à-vis de tout toutes les bactéries les microbes et tout, parce que t'es plus consciente des saletés ? Quand on est chez nous on pense pas forcément à tout ça, enfin tu te dis pas que la personne avant toi était peut-être sale.

Laetitia : Oui chez moi ouais c'est ça n'a rien à voir, donc en fait tu paranoïe.

Moi : C'est peut-être grand mot mais tu penses que tu développes un stress vis-à-vis des microbes et de tout ça quoi ?

Laetitia : Oui vraiment.

Moi : Ok, maintenant par rapport à l'intimité donc le fait d'être en permanence sous surveillance jamais toute seule quand tu veux aller aux toilettes, enfin voilà, en plus t'es en t'es en duo toi donc toilettes devant la codétenue etc, comment tu parlerais de ça ? De l'intimité en prison, t'en as pas du tout ?

Laetitia : Ah bah on en a pas du tout.

Moi : Et est-ce que c'est quelque chose d'important pour toi ou alors est-ce que maintenant c'est devenu banal ?

Laetitia : Bah maintenant on en rigole quoi on s'écoute. Oui au début c'était compliqué le temps de s'adapter il y a quelqu'un avec toi dans 9 m² oui c'est chaud.

Moi : J'imagine... et puis je pense que de toute façon dans un sens ça devient être entre guillemets banal parce que voilà vous êtes tous dans la même situation mais ça te manque quand même ?

Laetitia : Quand même ouais quand même, il y a des moments où j'en ai marre. C'est surtout au moment des douches ça parce que maintenant la cellule bon caca pipi, ben ça en fait moi ça me fait plus rien C'est les douches qui sont chiantes parce qu'on est là on prend une douche je prends encore l'exemple de G* elle vient à la douche raconter sa vie on est en train de se laver quoi elle prend la chaise elle s'assoit devant quoi enfin je sais pas, donc ça les filles elles en ont marre aussi j'imagine.

Moi : T'as jamais un moment à toi en fait ?

Laetitia : Il y a toujours quelqu'un c'est vrai que si tu penses que tu vas voir un petit moment à toi, là oui je suis en ITT j'ai mal à l'épaule j'ai une tendinite, là oui j'ai un moment ouais t'es tranquille t'es toute seule là-haut et encore des fois on vient toquer voir si ça va, pour parler, je suis pas quelqu'un qui parle du coup

Moi : Oui c'est vrai que tu maîtrises pas du tout si tu vas être tranquille ou pas.

Laetitia : Non ouais c'est vraiment compliqué

Moi : Donc du coup si je te demande des différences dans ton intimité entre avant et maintenant bah tout en fait t'as plus d'intimité ? T'as l'impression de plus en avoir du tout ? Et du coup comment tu vis ça ? Cette promiscuité avec la codétenue le fait d'être en permanence surveillé sauf peut être la nuit vous êtes pas surveillé mais vous savez que vous pouvez l'être, que n'importe quand on peut ouvrir votre porte rentrer enfin voilà, est-ce que c'est douloureux vraiment une souffrance ? Où un truc qui pèse ? Ou est-ce que c'est plus « j'en ai marre quoi » c'est plus un ras le bol ?

Laetitia : Oui c'est plus un ras le bol, surtout les fouilles là ici ça va, mais en bas c'était les fouilles quasiment tous les 3 jours. Bon ils essayent de ranger mais ils rangent pas bien et ça c'était chiant parce que j'aime bien quand c'est carré quand c'est rangé. Et être surveillée je pense que faut avoir un état d'esprit, il faut être quand même assez fort pour venir ici donc je peux pas dire que je le vis mal mais c'est pas un plaisir non plus, c'est pas un plaisir.

Moi : Et par rapport du coup aux menstruations dont on parlait tout à l'heure, au niveau de l'intimité c'est quand même un vrai sujet, est-ce que t'arrives à entre guillemets garder secret ou alors voilà « j'ai mes règles » tout le monde est au courant ?

Laetitia : Ouais c'est ça tout le monde est au courant

Moi : Parce que les menstruations c'est un sujet qui est quand même relativement tabou dans la société, les gens en parlent moins facilement, ici vous en parlez ouvertement entre vous et de toute façon vous avez entre guillemets pas le choix parce que voilà tu dis tout le monde est au courant, mais est-ce que pour toi c'était déjà comme ça avant ou est-ce que t'as l'impression que ça a changé ? Est-ce que t'as du devenir libre sur ce sujet à cause de ton incarcération ?

Laetitia : J'étais libre là-dessus mais j'allais pas le crier sur tous les toits non, je vais pas voir ma mère lui dire j'ai mes règles non

Moi : Donc t'as pas l'impression que la prison ça t'a obligé à débloquer ce truc ?

Laetitia : Non la prison ce qu'elle aurait débloqué c'est avoir peur de nous montrer et tout on a pas le choix oui on est aux toilettes t'as l'agent qui regarde quoi donc il referme vite mais bon on est là sur la toilette quoi.

Moi : Ouais donc pour toi c'est l'intimité qui est plus touchée par l'incarcération, c'est ce qui est le plus le plus lourd et ce qui y a le plus de répercussions quoi. Est-ce qu'on l'accepte ? peut-être pas ?

Laetitia : Si. C'est comme ça. Je veux dire il faut se laver tous les jours, les toilettes faut y aller tous les jours

Moi : Oui de toute façon c'est devenu votre quotidien et votre façon de vivre, donc on s'adapte ?

Laetitia : Voilà c'est le mot : s'adapter.

Moi : Et au niveau de la sexualité, s'il y a des choses auxquelles t'as pas envie de répondre tu me le dis hein ! Ma question elle peut paraître un peu bizarre mais comment tu décris ta sexualité ici ?

Est-ce que t'arrives à avoir quand même une sexualité ou est-ce que c'est t'as rien du tout et la prison elle t'empêche vraiment d'en avoir une ?

Laetitia : Ici je suis bloquée mon homme il me manque mais j'irai pas...., je suis bloquée j'ai même pas d'envie en fait.

Moi : Ok donc ça a vraiment un effet sur ton corps cet enfermement et cette distance ? Est-ce que en temps normal c'est quand même quelque chose qui est important pour toi à l'extérieur du moins ? Enfin ça l'est peut-être toujours important maintenant mais du coup tu ne l'exerce pas ?

Laetitia : Ah oui quand même c'est important mais voilà

Moi : Ok et est-ce que ça te pèse de pas pouvoir exercer ta sexualité comme t'aimerais ou est-ce que ça te manque ou alors c'est tellement bloqué que du coup t'y penses même pas ?

Laetitia : Non c'est bloqué bloqué, donc pour l'instant, ça me manque pas. Et j'en parle pas, ici t'en parles pas du tout y a des lours ici. Je parle pas de ma sexualité et ça ne me manque pas. Le fait qu'il est pas là, il y a que avec lui, tout va bien.

Moi : Et donc tu ressens pas de manque ?

Laetitia : Là pour l'instant ça fait que 4 mois, non.

Moi : Ok. Bon maintenant par rapport au sport, bon toi t'es un peu coincé en ce moment-là avec ton épaule, comment est-ce que tu décrirais ta pratique sportive ton activité physique ici est-ce que t'as l'impression de faire beaucoup, est-ce que t'as l'impression de faire peu, est-ce que tu as la sensation d'être limitée ou non en gros j'ai envie de bouger j'ai envie de faire du sport machin je peux, tu vois ? Comment est-ce que tu te sens par rapport à ça ici ?

Laetitia : Déjà on peut aller dehors 2h par jour. Ça le préau depuis que je suis en haut j'y vais plus.

Moi : D'accord. Et pourquoi ça ?

Laetitia : Je sais pas, parce que tu as la porte ouverte, je suis avec des gens, je suis bien

Moi : Tu ressens pas le besoin de sortir ?

Laetitia : Non

Moi : D'accord

Laetitia : Pas tout le temps hein des fois j'ai envie de sortir, quand il fait beau je vais dehors. À l'extérieur je fais beaucoup de sport, sur la semaine je fais peut-être 4-5h de sport, ici on a que 2h par semaine et là encore je suis bloquée donc c'est un peu embêtant, à l'extérieur on marche beaucoup.

Moi : Tu fais beaucoup moins que ce que tu faisais avant donc il y a une grosse différence quand même ?

Laetitia : Je veux dire on sait rien faire t'as 9m² il y a les 2 lits l'armoire on sait rien faire.

Moi : Oui donc même au-delà du fait de faire une séance de sport en elle-même, tu bouges beaucoup moins que dans ta vie à l'extérieur.

Laetitia : Quand t'es dans ta maison où là dans ta cellule tu bouges au moins quoi tu fais le ménage dans ta maison ta l'étage l'escalier le bas ici t'as 9 m².

Moi : Donc tu sens vraiment une différence sur toi personnellement, dans ton activité physique par rapport à avant ?

Laetitia : Oui, j'ai pris 7 kilos ici sur 4 mois.

Moi : Alors que t'as pas tendance à apprendre du poids facilement à l'extérieur ?

Laetitia : Non. Mais bon je fais attention à mon alimentation c'est vrai qu'on en avait parlé et j'en ai pas parlé.

Moi : Ouais on va en parler un petit peu ouais. Donc c'est important pour toi d'en faire du sport ici ? Et est-ce que tu te dis il faut que j'en fasse le plus possible ?

Laetitia : Non parce que j'écoute plus mon corps, par exemple aujourd'hui y a sport je me sens pas d'aller au sport j'y vais pas, parce que c'est vrai qu'ici ça, ça s'éteint. Dehors c'est plus motivant mais ici ça s'éteint, parce que comme beaucoup de gens qui viennent qui font rien, tu l'as vu, puis ça s'assoit sur un appareil que moi j'ai envie de faire.

Moi : Oui donc t'as plus facile à dire « bon non j'y vais pas »

Laetitia : Je me trouve des excuses, j'ai mal au genou, tu bouges moins et tu te mets moins facilement un coup de pied au cul que dehors pour y aller quoi.

Moi : Et est-ce que le fait d'être incarcérée ça te ça t'a donné plus envie de faire du sport tu sais le fait d'être bah le fait de du coup d'être moins mobile, de moins bouger, le fait que ta vie ait changé, que t'aies moins de libertés, est ce que ça te donne plus l'envie d'en faire est ce que t'en ressens plus le besoin ? Est-ce que l'incarcération a eu un effet sur ton besoin et ton envie de faire du sport ?

Laetitia : Non parce que j'ai plus la flemme. Maintenant on n'aurait pas les activités cuisine comme on fait et tout je pense que j'irai plus oui, parce que ça permet aussi de couper de faire autre chose ouais et puis quand on va à la cuisine ben on est souvent un petit groupe qu'on s'entend bien etc Une de plus dans la semaine ça serait bien parce que en plus je me dit ouais c'est bon ça sert à rien à l'extérieur par semaine je fais peut-être entre 4 et 5h, je travaille c'est régulier. Ici c'est pas trop régulier on qu'une 1h on a pas le temps de faire...

Moi : Oui tu vas te dire de toute façon 1h de plus 1h de moins..

Laetitia : Et puis ça c'est la flemme qui arrive, et puis moins tu y vas moins t'as envie d'y aller. Ca pourrait être bien à 3h j'irai plus souvent un jour sur deux, ça fait déjà un rythme plus soutenu.

Moi : Et puis si tu rates une séance dans la semaine t'en as quand même deux autres ! Ensuite, la dernière étape du corps extérieur c'est au sujet de l'automutilation donc y a énormément de recherches qui montrent que certains détenus pratiquent la mutilation ou la scarification pendant l'incarcération est-ce que ça t'est déjà arrivé de le faire ou même d'y penser ?

Laetitia : Jamais. Pour moi ceux qui font ça ils ont un grain.

Moi : D'accord donc le sujet de la mutilation ça ne te concerne pas, par contre maintenant on passe au corps intérieur donc là il y a l'alimentation les pathologies physiques donc toutes les maladies, les médicaments etc

Laetitia : paracétamol !

Moi : C'est magique paracétamol ! Donc par rapport à l'alimentation, c'est un sujet important pour toi, comment est-ce que tu décrirais ton alimentation ici ? Et est-ce que tu penses réussir à avoir une alimentation saine ou pas ?

Laetitia : Oui. Ici quand je suis arrivée j'ai trouvé la nourriture vraiment grasse, et j'ai pris des kilos. Par semaine je prenais un kilo. Et quand j'ai vu ça, en sachant que j'ai déjà un problème, moi j'ai du cholestérol

Moi : Ok donc faut déjà que tu fasses attention à la base.

Laetitia : C'est ça il faut déjà que je fasse attention, donc j'ai été chez le médecin demander un régime sans graisse, donc je pense que c'est quand même assez équilibré il retirent la graisse, mais après j'ai demandé le sans viande aussi puisque la viande ici c'est vraiment pas bon. Donc moi le régime ici me convient sans graisse sans viande léger et je mange du poisson. Maintenant si je veux de la viande je vais la commander sur ma donc ça je peux au moins manger de la bonne viande certes je paye de ma poche mais bon et au moins tu sais ce que tu manges. Et là j'ai perdu un peu de poids.

Moi : D'accord donc tu vois que ça a des effets sur ton corps ton alimentation ?

Laetitia : Voilà ça a vraiment un effet

Moi : Donc tu fais attention à ce que tu manges et voilà pas de gras etc... Est-ce que tu avais déjà une alimentation saine avant de d'être incarcérée ?

Laetitia : Oui je faisais attention, ils donnent du poulet pané, je prenais la barquette en alu je faisais ça (mime le fait de vider la barquette) ça coulait de gras, je peux pas, et je mangeais presque pas !

Moi : Oui donc quand t'es arrivée ici tu t'es pris la claque : punaise c'est gras et mauvais ! j'imagine que ça doit être assez dur de pas pouvoir maîtriser son alimentation comme ça.

Laetitia : J'ai mis un mois et demi pour avoir mon régime sans graisse. Il y a deux fois ils ont pas voulu, la troisième elle voulait pas me donner elle m'a dit non vous allez le regretter vous allez venir me revoir pour changer, je lui ai dit que non c'est comme ça que je mange à l'extérieur je mange sans graisse

Moi : C'était difficile qu'on te permette même pas de manger comme tu le voulais ? Donc là t'as quoi concrètement poisson tu m'as dit et ?

Laetitia : J'ai du poisson parce que je suis passée en végé, des petites tartes comme une omelette je sais pas trop avec des légumes et tout j'ai les saucisses en comme les knacki mais c'est pas de la viande c'est un truc végétal genre soja. Des fois les filles vont avoir des pâtes moi je vais avoir du efly. Il y a deux trois trucs qui changent mais sinon j'ai la même chose qu'elles sauf que la viande est pas pareille, quand elles ont un yaourt au chocolat moi j'ai un yaourt nature par exemple.

Moi : Et du coup tu te sens vraiment mieux avec cette alimentation là que au début quand t'es arrivée ?

Laetitia : C'est quand même mieux avec ça, c'est pas ce que j'ai à l'extérieur non plus mais ça se rapproche un peu plus et c'est un peu mieux quand même.

Moi : Ok et du coup qu'est ce que ça a causé sur ton corps ce changement d'alimentation ? Quand t'es rentré ici t'as pris du poids et dans ton bien-être, tu disais que t'avais du cholestérol ce que ça a eu des effets ?

Laetitia : j'ai pas encore eu de prise de sang, ça a du avoir un impact mais je sais pas. Je sais que ça joue oui c'est sûr il y a des choses qui vont pas les boutons qui viennent tout seuls ça vient de quelque part, soit c'est l'hygiène j'en sais rien pourtant je m'estime être quelqu'un de propre, ça vient de quelque

part, ça joue sur la peau et les cheveux machin ça joue oui ça c'est un truc de fou ma peau est toute sèche mais bon je c'est l'eau d'ici mais ça n'a rien à voir avec la question

Moi : Non c'est pas dans l'alimentation l'eau d'ici, mais c'est important quand même car c'est un impact sur ton corps ! Au niveau des soins de santé est-ce que tu te sens correctement suivie, accompagné ou est-ce que pas du tout ? bon on venait d'en parler, t'as du cholestérol et t'as pas pu faire de prise de sang, et est-ce que c'est important pour toi d'avoir un suivi de santé régulier ou est-ce que bon tu te prends pas trop la tête avec ça ?

Laetitia : Pour moi c'est très important parce déjà mon problème de cholestérol déjà et j'avais eu un problème hormonal juste avant de rentrer, carrément j'avais plus d'hormones, j'avais le cortisol qui était explosé il était à presque à 900, j'avais plus mes règles et tout donc ouais j'ai j'étais vraiment en cours de traitement j'ai du tout arrêter d'un coup et je sais pas où j'en suis, là j'ai mes règles tous les mois donc je pense que la machine est relancée oui mais je sais pas.

Moi : Mais ça n'empêche que t'as pas eu de suivi pour ça, est-ce que t'as demandé à avoir un suivi, ou on t'a envoyé bouler ?

Laetitia : J'ai pas confiance, je veux pas. Je dois faire une infiltration je vais même pas la faire je j'ai pas confiance ici je peux pas. Je vais bien prendre ma vie en main mon hygiène l'alimentation tout tout mes soins tout ça, je sais ce que j'ai à faire quand je sors mais ici je veux rien. Il y a une fille ici elle s'est fait opérer du genou ils ont mis une prothèse trop grande elle a fait une infection, donc ça inspire pas confiance ça donne pas envie de prendre soin de sa santé. La kiné j'y vais parce que bon elle me masse, un ultrason il peut rien m'arriver mais sinon je vois pas gynéco je veux pas.

Moi : Et faire venir tes médecins de l'extérieur tu peux s'ils acceptent, et tu payes de ta poche.

Laetitia : J'ai jamais posé la question franchement je savais même pas que ça se faisait, donc tu vois j'apprends encore.

Moi : et est-ce que t'as facilement accès à des médicaments ? il te donne toujours la même chose ?

Laetitia : Toujours du paracétamol et encore quand tu dois voir le médecin si t'es malade le week-end oublie tu le vois lundi ça veut dire que si t'es malade vendredi dans la nuit tu dois attendre samedi dimanche, même pas tu dois attendre le mardi puisque lundi tu dois t'inscrire.

Moi : Est-ce que du coup le fait d'être ici ça fait développer des astuces, des trucs pour remplacer certains médicaments quand vous avez des douleurs ?

Laetitia : Moi je prends pas ce qu'on nous donne ici, les filles font des échanges au préau mais je m'amuse même pas ça j'attends, j'attends que ça passe, tu prends ton mal en patience.

Moi : Et au niveau de ton esprit de ta santé mentale, comment ça se passe depuis que t'es incarcérée ? Est-ce que tu te sens moins bien dans ta tête ? Est-ce que y a quelque chose qui change ?

Laetitia : À l'extérieur avec le business qu'on avait j'ai été drilée donc j'ai un mental très dur, c'est difficile de me mettre à terre et ce qui ce qui nous sauve ici. J'ai une force de caractère j'ai été drilée et quand je suis arrivée ici ça m'a rien fait quoi.

Moi : Ok, tu t'es pas senti atteinte dans par le fait d'être ici ?

Laetitia : J'ai été préparé et je me laisse pas abattre, c'est pas que je ressens rien, mais je montre rien.

Moi : Pour toi le fait d'avoir ton esprit ça t'as permis d'être préservée, pas souffrir, pas te morfondre de pas et te tomber dépression, parce qu'il y en a pour qui l'incarcération c'est un choc et une chute.

C'est important pour toi d'avoir su rester entre guillemets loin de tout ça, d'avoir su garder ton esprit ailleurs ?

Laetitia : oui ici si tu pars dans cette optique là tu deviens faible et la faiblesse entraîne que bah si t'as des problèmes avec la cocaïne tu vas reprendre la cocaïne parce, que ici c'est portes ouvertes on a tout ce qu'on veut, si faible tu vas aller prendre dans tes péchés. Moi j'ai touché à la cocaïne on m'en a proposé je dis non parce que t'avais ce cette niaque là ce mentale qui qui t'a fait tenir ici, j'aurais pas eu mental je suis sûre à 1000% que j'aurais rechuté.

Donc ça montre bien encore une fois que si t'as pas les armes pour tu peux facilement tomber dans la dépression et chuter dans les drogues, dans les médicaments parce qu'il y en a ici. Elles ont des médicaments qui assomment des chevaux quoi.

Moi : Donc cette niaque et ce caractère et tout ça t'a quand même bien protégé.

Laetitia : Heureusement.

Moi : Et est-ce que tu sens quand même des différences entre ton bien-être mental entre maintenant et avant ? t'as pas fait de dépression, tu dis que t'es blindée et que t'es pas affectée, mais tu sens quand même une différence dans ton état d'esprit ? Est-ce que tu peux quand même plus facilement être touché par quelque chose, même par une dispute par exemple avec une des filles, ou alors est-ce que non ça n'a rien changé dans ton état d'esprit.

Laetitia : ça n'a rien changé j'ai eu un drilage de fou donc ça n'a rien changé, ici il y a personne qui peut me toucher, de n'importe quelle façon on sait pas me toucher, même les juges ils y arrivent pas. Dehors je me disais que c'était abusé ce drilage ouais je disais que c'était pas normal, mais en quand je rentre ici je me rends compte que bah ça sert heureusement, que je comprenais pas, c'était dur je me plaignais mais ici c'est utile.

Moi : En fait quelque part le fait le fait d'avoir été incarcérée ça t'a fait entre guillemets prendre conscience que l'esprit que t'avais et la force de caractère que t'avais c'était bien pour toi, dans un sens tu te rendais pas forcément compte

Laetitia : Je me rends compte que c'est utile c'est des loups ici enfin des loups on s'entend quoi, ils vont servir du moindre petit truc, mais si tu arrives à garder cette distance là. C'est ce que je dis aux filles moi j'ai aucune émotion j'ai des émotions mais ici je montre rien c'est un mur, je fais un mur, ici je montre pas d'émotion je veux pas partager trop de choses m'attacher aux gens, je veux pas parce que j'ai pas envie de faire de la peine quand je vais partir et moi j'ai pas envie d'en avoir non plus donc je mets quand même une barrière, les deux filles avec qui je m'entends bien, je sais qu'elles vont pleurer et moi je pleurerai pas, je mets une barrière entre tout ça amitié etc.
Il y a une barrière.

Moi : Pour te protéger toi et les autres... Et du coup dans ton état d'esprit voilà et est-ce qu'il y a quand même des moments où tu vas moins bien que d'autres même si t'as une force de caractère qui fait que voilà t'es t'arrives à rester focus et que y a pas grand chose qui t'atteint y a sûrement des jours où t'as quand même un peu moins le moral que d'habitude.

Laetitia : Les jour de tribunal, j'ai vu mon homme et tout et là ouais le lendemain, il me manque ouais je lâche les armes quoi, on a l'habitude comme ça quand on est pas ensemble on est focus l'objectif mais là je le vois et voilà ça fait un petite piqure de rappel.

Moi : Et comment tu fais pour te reprendre et t'aérer l'esprit, t'évader quand tu te sens pas trop bien ?

Laetitia : Tu te remotives toi même en disant ouais j'ai pas le droit de montrer ça, ça se montre pas j'ai pas le temps. Des fois je regarde un peu son courrier dès que je sens que ça commence à me toucher hop je referme je mets de côté, je m'autorises pas à craquer et à faiblir quoi n'a pas le droit.

Moi : et on parlait tout à l'heure des menstruations, est ce que c'est plus dur psychologiquement que dehors ? dans le sens ou tu te sens plus irritable ? enfin voilà au niveau des hormones et tout ça est-ce que quand t'as tes règles tu te sens plus tendue plus facilement, sensible, que quand tu étais à l'extérieur ?

Laetitia : Oui, c'est sûrement lié à l'enfermement à au fait aussi justement d'être obligé de supporter les autres, j'ai l'impression que ouais quand des gens qui viennent parler pour moi ça m'intéresse pas je vois pas le but de la conversation c'est inutile ça sert à rien j'ai juste envie de lui dire bon je suis éduqué je ne le dis pas mais ouais je pense que ouais ça ici ça joue.

Moi : ça relie aussi sûrement encore au sujet du manque d'intimité, t'as envie d'être tranquille quand t'es chez toi t'as plus facile à être tranquille.

Laetitia : Ouais et je peux prendre des médicaments dehors, ici on sait pas donc déjà je suis dérangée, on vient me déranger encore plus, c'est encore plus dur à supporter.

Moi : Tout est plus dur à supporter finalement...

Ben écoute moi j'ai fini toutes mes petites questions est ce que y a des choses que toi t'as envie de d'aborder ou un truc sur lequel t'as envie de revenir parce que tu repenses à quelque chose dans ce dont on a parlé ?

Laetitia : Non rien de spécial, j'espère que j'ai été utile et que je t'ai aidé en tout cas

Moi : Mais bien sûr, toujours, encore merci

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°2 : *Valérie, le 27/03/2023 à 13h50, Lantin, durée de l'entretien : 35 minutes*

Moi : Alors, je te rappelle que je mon étude sur le contrôle qu'exerce la prison sur ton corps, et comment toi, tu peux tenter de dépasser ces limites. J'ai plusieurs questions à te poser sur des thèmes différents, s'il y a des choses auxquelles tu ne veux pas répondre, ne te gènes pas pour me le dire.
Tu as quel âge ?

Valérie : J'ai 42, bientôt 43

Moi : qu'est-ce que tu faisais dans ta vie avant ton incarcération ?

Valérie : euh je dealais de la drogue

Moi : oui mais tu faisais que ça ? tu faisais d'autres choses dans ta vie ? qu'est-ce que tu faisais d'autre ?

Valérie : je m'occupais de mes chiens, je dealais de la drogue, et j'essayais de vivre normalement mais j'ai un petit peu de mal avec les règles et la normalité

Moi : d'accord, et ça fait combien de temps que t'es incarcérée ici ?

Valérie : bientôt 4 mois ici, et j'ai fait 4 mois ailleurs

Moi : et c'est la première fois que t'es incarcérée ?

Valérie : la deuxième fois

Moi : d'accord ! alors d'abord j'ai des questions sur ton apparence en générale, est ce que ton apparence c'est quelque chose d'important pour toi ?

Valérie : sans plus parce que je trouve que je suis parfait alors...

Moi : T'es parfaite ? donc tu le vois bien ton corps ? tu te sens bien ?

Valérie : oui à part une tablette qui a fondue, je me sens bien dans mon corps

Moi : et donc ça a changé ta façon de voir ton corps en prison ?

Valérie : le problème en prison c'est qu'on sait pas entretenir son corps comme on voudrait, quand on a nos règles on peut pas se rafraichir comme on veut, il y a la duo qui est là, quand tu dois aller au toilettes, ou te raser, ça devient embêtant

Moi : ça ton intimité on va en reparler après, est ce que ton apparence, le fait d'être coiffée maquillée c'est important ?

Valérie : pour moi me plaire à moi c'est bien, mais j'attache pas trop d'importance à l'apparence

Moi : d'accord donc c'est pour toi en premier ?

Valérie : ouais

Moi : et est ce qu'il y a des différences entre avant et maintenant dans ton apparence ?

Valérie : bah je fais plus attention à moi parce que avant j'étais perdue avec la drogue, j'étais pas vraiment moi-même donc il y avait du laisser aller donc ça va mieux

Moi : donc ici tu fais plus attention à ton apparence ?

Valérie : oui car il n'y a plus de drogue donc il n'y a plus quelque chose qui m'anesthésie et qui me fait m'en foutre

Moi : donc tu fais plus attention ?

Valérie : oui

Moi d'accord, est ce que tu as des tatouages et des piercings ?

Valérie : j'ai un tatouage

Moi : c'est important pour toi, ça montre ton identité ?

Valérie : oui mais pas pour montrer mon identité, juste parce que c'est pour quelqu'un qui à compté pour moi et quand je le regarde j'y pense

Moi : et t'en as pas fait d'autres en prison ?

Valérie : Non

Moi : d'accord.

Et au sujet de ton hygiène, comment tu peux décrire ta routine d'hygiène aujourd'hui ici ?

Valérie : bah comme je viens de le dire c'est délicat, on veut se rincer à la bassine il y a la duo qui est là, on veut se raser, comme j'ai dit tantôt j'ai sauté la question

Moi : tu vas plus vite que moi !

Valérie : on a un espèce de petit paravent ça sert à rien

Moi : est ce que c'est important l'hygiène pour toi ? est ce que des choses ont changé par rapport à avant ?

Valérie : oui c'est important, et j'ai toujours autant d'hygiène ce qui est difficile c'est la présence d'une personne, et la, les gardiens peuvent ouvrir la porte en grand

Moi : mais est ce que tu réussis à garder ton hygiène malgré les douches tous les deux jours ?

Valérie : oui mais je trouve ça dégueulasse en tant que femme, quand on est indisposées, je trouve ça dégueulasse, mais maintenant je suis toute seule, mais quand j'avais un duo me laver à la bassine devant la duo c'est chiant

Moi : d'accord, on va en parler après de l'intimité, mais avant ça, est-ce que t'as déjà eu un problème de santé à cause d'un manque d'hygiène, pendant tes menstruations par exemple ?

Valérie : une cystite, c'est tout

Moi : d'accord et maintenant on peut parler de l'intimité, la que t'es toute seule c'est un peu mieux, mais tu dis que t'en as pas du tout ?

Valérie : non, je trouve qu'ils devraient séparer les toilettes et le lavabo, de la chambre, parce que c'est l'intimité, de pas se raser les poils devant sa codétenue, ou elle te parle quand t'es sur les toilettes.. après c'est comme ça qu'on a mal à l'estomac quoi

Moi : donc l'intimité c'est vraiment ce qui te pèse le plus quoi ?

Valérie : oui

Moi : et du coup cette promiscuité, le fait d'être tout le temps surveiller tu le vis comment, quel sentiment prend le dessus ?

Valérie : c'est frustrant

Moi : et par rapport aux menstruations quand t'es indisposée est ce que tu arrives à garder une part de secret ?

Valérie : quand t'as une codétenue, on sait pas cacher ça

Moi : d'accord
Et par rapport à ta sexualité, comment tu la décrirais ?

Valérie : le néant !

Moi : d'accord et pourquoi, parce que t'as pas envie, parce que tu n'y arrives pas ?

Valérie : de un parce que j'ai pas envie, et deux parce que quand il y a quelqu'un avec moi, je me vois mal me masturber ou des trucs ainsi et que mon duo voit ce que je fais, ou être surprise pendant que je me masturbe

Moi : d'accord, et est ce que ça te pèse de pas pouvoir exercer ta sexualité, est ce que ça te manque ?

Valérie : oui des fois ça me manque

Moi : d'accord !
Et alors par rapport au sport

Valérie : il n'y a pas assez ! dans une autre prison il y a badminton, volley, foot, il y a la boxe, plein de sport mixtes, on est mixtes

Moi : et ça ça te dérangeait le fait que ce soit mixte ?

Valérie : non pas du tout
Et ici il y a la salle de sport mais c'est pas tellement du sport

Moi : tu trouves que tu peux pas en faire assez alors ?

Valérie : oui

Moi : est ce que tu faisais du sport avant ?

Valérie : non

Moi : mais du coup tu fais plus de sport qu'avant, donc tu en ressens plus le besoin, dans la cellule c'est petit, t'as plus besoin de faire du sport, ça fait du bien à la tête aussi ?

Valérie : oui tout à fait, ça vide la tête

Moi : d'accord, après on va parler un peu d'automutilation, car beaucoup de détenues le font

Valérie : non moi je fais pas ça, la vie est trop belle, même si je suis en prison j'aime bien la vie J'ai des baisses de morales, mais pas...

Moi : pas au point de penser à te mutiler ?

Valérie : c'est ça

Moi ; d'accord ! j'aime entre ça

Maintenant on va parler de ton corps intérieur, ton alimentation, son esprit etc

Dans ton alimentation, est ce que tu penses avoir une alimentation saine ou pas ?

Valérie : alors je pense que c'est varié, maintenant je sais pas trop ce qui est sain ou pas

Moi : parce que tu t'y connais pas trop, tu sais pas si c'est sain

Valérie : moi j'ai tout le temps faim

Moi : tu manges beaucoup, plus qu'avant ?

Valérie : bah avant je me droguais, donc je mangeais qu'un repas chaud par jour

Moi : d'accord donc là ton alimentation elle a changé en prison ? et tu te sens en meilleure forme le fait de mieux manger et de plus consommer ?

Valérie : pas spécialement, fatiguée..

Moi : tu dors pas trop ?

Valérie ; non.. je réfléchis beaucoup

Moi : d'accord et ton alimentation en prison elle t'as fait changé ?

Valérie : oui j'ai pris du poids, 80Kg eh ! mais j'ai pas de problème avec ça

Moi : maintenant sur les soins de santé, est ce que tu te sens correctement suivie ?

Valérie : oui ils font ce qu'ils peuvent, avec ce qu'ils ont, donc pour moi ça va j'ai pas de problème avec eux

Moi : t'as jamais eu de soucis de santé ici ?

Valérie : non

Moi : c'est important pour toi un suivi de santé ?

Valérie : oui pour mon traitement c'est important

Moi : et tu prends un traitement pour quoi si c'est pas indiscret ?

Valérie : pour les nerfs, et la méta pour la drogue

Moi : oui donc c'est important en effet d'avoir un bon suivi

Valérie : oui qui me rend pas légume

Moi : donc t'es bien encadrée ?

Valérie : Oui

Moi : est ce que tu sens une différence dans ta santé entre maintenant et avant ?

Valérie : oui

Moi : car tu manges mieux, tu consommes plus

Valérie : oui, ça m'a fait réfléchir sur beaucoup de choses

Moi : et puis si t'es en meilleure santé c'est bien ! c'est pas négligeable ! et pour tes médicaments, tu as eu ton traitement rapidement ?

Valérie : oui, directement pris en charge

Moi : et donc par rapport à ta santé mentale, ton esprit, comment tu te sens dans ta tête etc, comment tu te sens ici ? t'es bien, t'es triste ?

Valérie : je suis pas triste, je suis amer, il y a mes chiens qui sont dehors tout seuls, il y a l'extérieur qui me manque, la prison en elle-même c'est un trou à rat, en plus il y a des rats

Moi : pas très bon esprit quoi.. et est ce que c'est important pour toi de protéger ton esprit, de faire ce qu'il faut pour pas avoir d'idées tristes, est ce que tu essayes de te protéger, de te remotiver ?

Valérie : oui parce que si je tombe dans une dépression ça va pas aller, c'est pas faire pour m'aider, mais c'est pas facile tout le temps de faire ça

Moi : donc il y a des différences entre avant et ici, dans ton état d'esprit ?

Valérie : oui là j'y vois plus clair, avant je prenais la drogue j'étais anesthésiée, là je vois plus clair la chose, je me rend compte des choses, il y avait des sentiments que je ne connaissais plus

Moi : donc quelque part ça t'as fait du bien dans le sens ou ça t'as permis d'arrêter de consommer et d'ouvrir les yeux sur certaines choses quoi ? mais ça n'empêche que parfois des difficile

Valérie : ça ouais c'est pas facile tous les jours

Moi : et du coup comment tu fais pour t'aérer l'esprit quand tu te sens pas trop bien ?

Valérie : je médite

Moi : et ça te fait du bien ça ?

Valérie : ça m'aide, c'est pour ça que j'ai demandé à faire le jardin, pour être dehors

Moi : d'accord, et toujours par rapport à l'esprit, quand t'es indisposée, est ce que c'est plus dur que quand c'était le cas dehors ?

Valérie : bah avant je les avais pas

Moi : à cause de la drogue ?

Valérie : donc quand je les ai eu ici la première fois j'ai souffert, ça m'a fait pas d'effets psychologiques, sauf que j'étais un peu plus nerveuse

Moi : oui donc les hormones ont quand même joué sur comment tu te sens dans la tête l'humeur le stress, et le fait d'être enfermé c'est peut être encore plus dur ?

Valérie : plus violent

Moi : c'est ça

Moi j'ai fini avec mes sujets mais est ce que tu as encore des choses à dire, des choses sur les quelles tu veux revenir au sujet des limites par ton incarcération ?

Valérie : je vais revenir avec ce que j'ai dit pour se doucher il n'y a pas moyen d'être tranquille, la douche c'est tel jour, tel jour, tel jour, c'est des douches communes

Moi : donc le plus dur pour toi c'est l'intimité, c'est ce dont tu me parles le plus
Intimité et hygiène pas prendre ta douche et aller aux toilettes seules
Tu en souffres ?

Valérie : non je n'en souffre pas mais c'est lourd

Moi : et on finit par s'y habituer à force, ou alors non c'est toujours aussi dur ?

Valérie : on a pas le choix donc on fini par s'y habituer meme si ça fait chier, mais on fait avec
Ils devraient faire comme dans mon autre prison mettre des douches dans la cellule, séparé par un mur en carrelage, on nous voit pas quand on prend la douche ou quand on est aux toilettes
Bah voilà

Moi : merci beaucoup d'avoir répondu à mes questions

Valérie : avec plaisir

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°3 : *Margaux, le 27/03/2023 à 15h00, Lantin, durée de l'entretien : 1h*

Moi : donc comme tu le sais je fais mon étude sur le corps des femmes incarcérées, donc toutes les limites que ça vous impose et tout ce que vous pouvez mettre en place pour y résister, j'ai plein de petites questions, s'il y en a auxquelles tu ne veux pas répondre tu ne te gênes pas pour me le dire
Alors, tu as quel âge?

Margaux : 35

Moi : qu'est-ce que tu pourrais me dire sur toi avant ton incarcération ? ça me permet d'en savoir un peu plus sur toi

Margaux : j'étais toiletteuse et éleveuse canin, je faisais ça dans un contexte familial donc avec le père de mon fils, c'était mon quotidien

Moi : d'accord et tu es ici depuis combien de temps ?

Margaux : un an et demi

Moi : d'accord ! donc je vais te poser les questions en 3 parties différentes, une première sur ton apparence en général, puis une autre partie sur le corps extérieur avec les tatouages, l'hygiène etc et le corps intérieur avec l'alimentation, la santé

D'abord, au sujet de l'apparence, comment tu perçois ton corps ? c'est quelque chose d'important ? comment tu te vois dedans ? est ce que c'est différent d'avant ton incarcération ?

Margaux : alors oui c'est différent, encore une fois je vais me baser sur les 10 dernières années car c'est ces 10 dernières années qui m'ont amené ici, j'ai eu affaire à une homme qui est rentré dans un système de destruction autour de lui par rapport au physique donc ça m'a fort atteint, je suis arrivée à manger des quantités énormes de repas pour compenser un vide que je ressentais, mais j'ai toujours été très fine, et encore plus ces dernières années, dû au stress, le médecin m'avait fait faire des tests car on s'inquiétait, je ne prenais pas de poids, j'avais perdu 10 kg en un mois. Quand je l'ai connu j'avais les longs cheveux frisés noirs, maquillée, je sortais, j'aimais plaire, même si j'ai toujours été assez complexée je le vivais bien par contre quand il a commencé à m'humilier, j'ai commencé à porter des training, il m'exhibait, j'ai dû me prostituer, j'ai fini les dernières années les ¾ du temps en training et très mince. Ici en arrivant j'ai pris 17 kg en un mois, je me sens bien dans ma peau, je suis rondelette mais j'ai des formes je me sens apaisée moins nerveuse donc plus féminine, je me trouve belle dans le miroir, je me maquille je me coiffe, alors que je passais mon temps à me dénigrer

Moi : donc venir ici ça t'as permis de sortir de ça et de te redécouvrir et redevenir celle que tu étais

Margaux : oui et de croire en moi, de m'aimer comme je suis, les faits qui m'ont amené ici m'ont amené à m'autodétruire, ici j'apprends à me comprendre à voir que je suis pas la source du problème. La prison a sauvé mon fils, m'a sauvé moi, même si ça va être difficile dans les années à venir je me lance et je me fais confiance, ici on me fait des compliments « oh ça ça te va bien » et ça fait du bien

Moi : donc t'as repris confiance ?

Margaux : oui, c'est énorme pour moi, j'apprends à être une femme et me respecter en tant que telle

Moi : donc ton apparence aujourd'hui tu la décris comme mieux ?

Margaux : oui !

Moi : donc beaucoup de différences, dans tes vêtements, le maquillage etc ?

Margaux : oui totalement !

Moi : et les tatouages, tu en as ? est ce que c'est important pour toi ? dans ce que tu représentes ?

Margaux : oui, car ils ont tous une signification, la première lettre de mon prénom, et des étoiles qui représentent 7 personnes qui ont compté dans ma vie, et des lézards, et j'en prévois en sortant, un bras pour la famille, mon fils courage fierté amour, les valeurs que j'ai toujours mises en avant mais qui ont été détruites ces dernières années, et l'autre bras des barbelés pour la prisons avec d'autres symboles qui vont représenter les filles d'ici, le cadenas ouvert pour ma liberté et un Phoenix

Moi : une renaissance !

Margaux : oui le jour où j'ai été arrêté c'est moi qui me suis dénoncée, je suis entrée en prison pour nous libérer de tout, donc c'est une renaissance. Je sais qu'il y a des gens qui prennent ça pour une rébellion parce que les cheveux rouges, les tatouages, les piercings, pas mal de monde dont mon père prennent ça pour une rébellion mais c'est un art, pour montrer au monde mon histoire etc je suis quelqu'un qui se cache pas, je suis arrivée ici pour des faits très graves je m'en suis pas caché, je voulais réaffirmer mon côté honnête et droite, j'avais besoin d'aassumer

Moi : du coup ici ça se fait pas trop, t'as pas refait de tatouages en prison ?

Margaux : non pas du tout

Moi : par rapport à l'hygiène, comment tu décris ta routine d'hygiène aujourd'hui ? est ce que c'est important pour toi ? et est-ce que t'as l'impression d'y avoir moins accès qu'avant ?

Margaux : moi j'ai la douche tous les jours, on va dire qu'il y a un côté stricte : vous pouvez vous doucher à telle heure ou telle heure alors que des fois on a envie de dormir le matin ou quoi, maintenant je suis pas toute seule chez moi, les agents doivent s'adapter, il y a une visibilité à avoir sur certaines donc le rythme qu'ils instaurent c'est normal, donc j'accepte cette façon de voir les choses, car il y a une certaine rigueur à avoir en prison vu le nombre qu'on est, maintenant comme on est quartier ouvert nous, si on avait nos douches libres à gérer aussi ça serait chouette, pouvoir se doucher seule, sinon pour le reste c'est mieux qu'au premier car la bas c'est un jour sur 2, il y a trop de monde, les filles ne prennent pas soin d'elles. Avant il arrivait des fois je me lavais pas pendant 3j parce que je me couchais à 1h et me levais à 4h, je devais tout gérer, mon fils les deux maisons, j'avais plus de train de vie

Moi : donc tu prenais plus le temps de te soigner toi

Margaux : je soignais même plus mon hygiène, des fois je me disais même « oh bah si je pue il va me laisser tranquille ». Ici, avec l'hygiène ça permet de prendre le rythme de pouvoir aller me doucher de pas avoir cette pression de me faire aguicher quand j'étais sous la douche, ça permet de reprendre confiance en soi de reprendre possession de son propre corps c'est un peu un bilan qu'on fait de nous même

Moi : donc même pour l'hygiène, comme pour l'apparence tout à l'heure, même si t'es limitée et que tu peux pas faire comme tu veux comme si t'étais chez toi, le fait d'être là t'as permis de reprendre le dessus sur toi, malgré les limites imposées

Margaux : complètement oui, parce que même si on a une douche à 3, des fois je suis tombée avec des filles avec qui j'étais pas tranquille ne plus pas de caméra donc on peut se faire taper, mais on reste dans le contexte où on a notre petite douche à nous, un peu isolée, il y a certaines filles qui sortent et s'essuient devant tout le monde, mais moi je me sèche dans mon coin, je reste renfermée. Même si je suis à l'aise avec mon corps je suis pas à l'aise avec le regard de certaines personnes, je retrouve mon intimité, de pas être exploité pour mon corps et de faire ce que je veux avec, c'est très important pour moi de fait. C'est quelque chose qui est très important pour moi, pour mon fils, quand je l'appelle je lui rappelle bien pour son hygiène. J'essaye de lui inculquer, j'ai pas pu lui montrer le bon exemple il me voyait pas forcément propre.. Ca fait partie de notre dossier la salle de bain c'est une pièce dans laquelle on a été choqué

Moi : c'est un processus à mettre en place, à apprécier son intimité
Et quant à ton hygiène pendant les menstruation, est ce que ça t'as déjà causé des problèmes ?

Margaux : oui car je suis sujette à ça, j'ai eu un cancer de l'utérus, j'ai eu la prostitution, des choses marquées par mon ex compagnon au niveau de notre sexualité, je me suis retrouvée souvent avec des champignons, mycoses. Et ça c'est des choses qui se traitent pas bien ici, il y a des filles pas propres, quand on est en duo avec une fille pas propre et qu'on passe dernière elle aux toilettes, c'est pas top, on fait ce qu'on peut avec les produits qu'on a, maintenant on peut pas se soigner au top comme dehors, je déclenche ça très souvent.

Moi : donc au niveau de l'intimité, tu me parlais tout à l'heure des douches, comme tu en parlerais ?

Margaux : elle est respectée à moitié, par exemple dans les solo on a pas de paravent, donc si on est aux toilettes et que l'agent ouvre l'œil il nous voit sur la toilette, et quand on se fait des blagues entre copines on ouvre la porte et bah si on est sur la toilette c'est gênant, et puis il y en a qui toquent pas...

Moi : pour toi en temps normal c'est important l'intimité, du coup c'est douloureux, c'est un ras le bol de pas avoir d'intimité ?

Margaux : je dirais pas humiliant car l'humiliation je l'ai vécu, mais c'est gênant, très gênant, justement par rapport à mon vécu j'ai envie qu'on respecte ça, pas envie qu'on me tombe dessus quand je vais aux toilettes, quand je me change etc. On calcule pour se mettre en pyjama mais on n'est pas à l'abri qu'un agent ouvre, l'été quand on a trop chaud on dort en sous-vêtements et quand ils viennent contrôler en pleine nuit on se fait engueuler parce que la couette est tombée et qu'on voit nos fesses...

Moi : donc l'intimité c'est compliqué quand même

Margaux : oui, en plus on est pas mal de filles à avoir vécu pas mal de trucs pas cool par rapport à l'intimité, donc c'est compliqué, et chez les hommes c'est pareil il y a beaucoup de femmes sur niveau, c'est comique nous ici on a beaucoup d'hommes, et bah quand les hommes sont en train d'uriner et qu'une agente ouvre la porte... c'est gênant, aussi au moins nous laisser l'opportunité du paravent, il y a aussi des détenues lesbiennes qui peuvent être intrusives et qui poussent le vice, on est pas forcément à l'aise non plus, si elles entrent dans la cellule au mauvais moment on est pas à l'aise..

Moi : et par rapport à tes menstruations tu peux garder une part d'intimité ?

Margaux : on peut prendre des protections une fois par semaine sur le chariot, c'est pas forcément cool de prendre un paquet de serviette devant un agent homme, hier j'ai eu mes règles en plein dans les douches, je m'y attendais pas, j'ai dû demander à une fille d'aller me chercher des protections à la bulle car j'avais pas prévu, c'est gênant de demander et après j'étais gênée de rentrer dans ma cellule avec mon paquet de serviettes ! et des fois c'est des agents qu'on connaît pas qui viennent de la poly ou de la maison d'arrêt, on est encore moins à l'aise, ceux qu'on connaît ils savent ce que c'est une femme, mais

bon tout le monde sait qu'on a nos menstruations.. pareil quand on va aux toilettes, un agent qui rentre dans la cellule au moment ou on est entrain de changer notre serviettes.. on est pas à l'aise

Moi : d'accord. Et au sujet de ta sexualité aujourd'hui, est ce que tu y arrive toi toute seule, ou pas du tout ?

Margaux : moi c'est très rare, je suis pas portée sur la chose, je me porte bien sans

Moi : ça ne te manque pas ?

Margaux : non déjà je suis pas quelqu'un de sexuelle, je suis plus tendre, ça rapproche, mais de base c'est avec la personne que j'aime, la prostitution m'a amené à détester cette partie de ma personne, après des fois j'ai des ressentis, c'est présent, mais au niveau de faire les choses, c'est hyper rare, sur un an et demi il y a du avoir 3 fois. C'est pas un contexte ou on est à l'aise pour faire ce genre de chose. Même si j'avais envie d'avoir une intimité avec une fille je peux pas on pourrait nous tomber dessus, je suis plus tactile, câlins avec mes amies, mais comment faire le reste ? s'il doit y avoir encore sexualité dans ma vie, ça sera dehors

Moi : t'en souffres pas forcément alors ?

Margaux : non !

Moi : d'accord et le sport ?

Margaux : alors mon activité physique elle est nulle ! zéro ! j'y suis allée 3 fois, il y a des filles que je ne veux pas voir au sport, et puis dû à mon problème de santé. Si on me permettait d'aller dans un préau courir seule j'irai car j'ai besoin de ma tranquillité, mais dans un contexte vraiment privé, j'aime pas les effets de groupe

Moi : et à la base c'est important pour toi ?

Margaux : moitié moitié, j'allais courir avec mes chiens donc c'est douloureux à l'heure actuelle, car ils me manquent. Si j'ai pas de sport j'en meurs pas, mais pour lâcher la pression des fois ça fait du bien !

Moi : oui donc c'est plus pour un bien être mental !

Margaux : oui c'est ça !

Moi : d'accord et en parlant de bien être mental, l'automutilation, est ce que ca t'es déjà arrivé ?

Margaux : quand j'étais ados, mais pas ici, je suis plutôt dans une démarche de bien être ici, donc quand je suis pas bien je vais plutôt écrire, mes ressentis etc mais me faire mal je n'ai plus d'objectifs à faire ça !

Moi : t'as répondu à ma question suivante en même temps !

Du coup pour le corps intérieur, l'alimentation, comment tu la décris ici ? tu penses avoir une alimentation saine ?

Margaux : oui j'ai une alimentation saine, pas grâce à la prison car les 17 kilos que j'ai pris c'est bien grâce à eux ! mais le fait de travailler et de pouvoir cantiner et acheter de la nourriture, avec les filles on se met en contact pour savoir qui prend quoi, on cantine toutes, on cuisine toutes et on mange toutes, une nourriture qu'on cuisine nous même avec beaucoup moins de gras, car la cuisine d'ici c'est gras ça baigne dans l'huile j'ai plus de bouton depuis qu'on fait ça

Moi : donc le fait de faire attention, et de pas manger simplement ce qu'on distribue sans se poser de question ça a un réel effet sur ton corps !

Margaux : ah oui ! sur les kilos et sur le psychologique car je suis pas toutes les 5 minutes en train de me dire que j'ai des boutons, on a des fruits qui sont distribués dans les repas j'en mange beaucoup, à 10h dans l'après-midi, ça aide aussi. Le fait de cuisiner nous-même, de se féliciter entre nous quand c'est bon, on est revalorisées et on en a besoin, c'est une satisfaction

Moi : ça vous fait vraiment du bien ! et avant d'être ici, ton alimentation ?

Margaux : j'avais une carence affective, j'avais pas le temps de manger le matin je déjeunais pas, à midi il voulait tout le temps aller chercher des frites, le soir souvent c'était des disputes donc dispute = j'ai pas faim, ou alors ça dure longtemps donc on mange pas, donc on va dormir l'estomac vide ou on compense avec des grosses assiettes de pâtes... et je ne prenais pas un gramme !! c'est quelque chose que j'ai compris en étant en prison aussi, donc je savais que j'avais un souci, mais je l'ai compris ici

Moi : donc même le fait d'être limitée dans votre alimentation, vous êtes limités en dépenses, en propositions, mais c'est du mieux quand même

Margaux : oui il y a quand même une régularité qui s'est faite, c'est un train de vie, le plaisir de recuisiner etc ça fait du bien

Moi : donc ça t'a permis de reprendre du poids donc t'as changé en bien, grâce à ton alimentation

Margaux : oui

Moi : maintenant pour les pathologies physiques, tu te trouves bien suivie ?

Margaux : absolument pas, c'est une catastrophe rien n'est mis en place, on nous met des médicaments dans la plaquette sans l'emballage on sait pas ce qu'on prend, une détenue a eu un truc dramatique elle s'est retrouvé avec un médicament qu'elle ne peut pas prendre elle a manqué de rester paralysée, ça a été traumatisant pour nous, l'infirmerie met une plombe à arriver car ils sont pas assez. Moi j'ai une descente d'organes, quand j'ai mes règles c'est atroce, quand on m'a annoncé car on m'a juste dit que c'était grave et que ça pouvait ressortir, mais on m'a rien dit, on a toutes psychoté, ils veulent pas m'opérer car je suis trop jeune, car on me dit que mon utérus est encore propre donc ça serait bête, mais j'ai une chance sur deux de mourir si je refais un enfant, autant enlever tout ! on me l'interdit, ils sont fini par me dire seulement là que c'était pour des raisons de convalescence qu'on ne m'opère pas ici, car cicatrices lourdes, complications lourdes, pas adaptées à ici, on m'a dit de faire du kiné mais je ne peux pas sortir pour aller voir le kiné spécialisé, ils refusent qu'il vienne ici. J'ai vu plein de médecins qui m'ont dit que c'était l'utérus alors que c'était la vessie, une autre m'a dit que si je n'étais pas contente du suivi fallait pas venir ici... ma descente d'organes donc vessie et rectum c'est compliqué car ici ça crée encore plus de mycoses car ça respire pas de la même manière, beaucoup de calcaire dans l'eau donc ça assèche beaucoup

Faut une polyclinique ici correcte pour les femmes, il y en a qui ont des cancers, il y en a deux qui sont mortes, une qui n'était pas suivie pour son système circulatoire elle a fait un AVC, je sais qu'on est des dames qui sont en infraction, je sais qu'on a fait des choses graves, les ¾ on est là pour des choses très graves, mais c'est pas parce qu'on a une erreur très grave dans notre vie que pour la cause on est plus des humains.

Moi : oui il faut des services avec des soins adaptés aux problématiques qui vous concernent en tant que femmes quoi

Margaux : oui et même pour les hommes avec leur prostate etc, j'ai même dit que je pouvais tout payer, mon père aussi, pour mes soins de santé, je connais une kiné spécialiste là-dedans, je voulais la faire venir ils ont dit non

Moi : est-ce que t'as une dégradation de ton état de santé depuis que t'es ici ?

Margaux : oui j'ai des problèmes dentaires, le dentiste c'est une cata il nous blesse, il fait pas la bonne dent, il est à côté de ses pompes, j'ai un déchaussement il dit qu'on ne sait rien faire. La kiné, qui doit nous masser le dos pour détendre, elle fait des doudouces, les filles qui ont des problèmes de dos c'est moi qui les masse, on a besoin de certains soins, je sais que les gens craignent de travailler ici, mais qu'ils viennent faire connaissance avec nous

Moi : mais les gens ont une image de vous qui est fausse

Margaux : la personne ce n'est pas qu'un dossier...

Moi : oh oui ! c'est encore un gros sujet. Et au niveau de ta santé mentale est ce que dès fois c'est dur, qu'est-ce que tu fais quand t'es moins bien ? est-ce que ça t'es déjà arrivé de faire une dépression ?

Margaux : Alors moi je suis un cas à part dans le sens où le fait de venir ici moi ça m'a aidé, il y a des moments j'ai des down je pense à mon petit garçon j'ai envie de le serrer dans mes bras, des moments où on se sent seules, ou on a l'impression de pas être comprises, mais je suis résiliente, je me mets dans ma cale avec ma musique, je me mets dans mon petit monde pendant deux jours et après je tape du pied et je redémarre. Je suis une gamine de 5 ans quand je peux faire une connerie je fais, on est toutes comme ça on part vite en fou rire, on est très solidaires, les filles c'est un soutien, j'ai évolué ici. La douche c'est le moment où on peut craquer car on ne se rend pas compte que c'est des larmes, quand je veux pas qu'on voit que j'ai pleuré je le fais dans la douche, pour pas qu'on croit que mon maquillage a coulé à cause des larmes.

Je suis borderline, ici j'ai trouvé le bon traitement, le fait de l'avoir m'aide énormément alors que je ne prends jamais de médicaments normalement, ça m'a aidé à trouver la solution sur ce problème de balance émotionnelle. La musique, et la danse quand je suis en rage, je danse pour extérioriser, et pour le reste je vois beaucoup le positif, même dans une catastrophe je vais chercher le positif. Ici c'est toute une remise en question avec les asbl, les psychologues, je veux être prête

Moi : tu veux reprendre le dessus

Margaux : oui être prête pour les problèmes, savoir qui appeler, comment agir, je prends toutes les informations que je peux, je prends les leçons des filles, elles m'ont aidé à décrocher avec mon ancien compagnon. J'évolue sur plein de chose, je parle plus même pour les conflits. Je me rends compte de mes faiblesses, ce n'est pas des défauts c'est des faiblesses, et j'apprends

Moi : c'est bien, vous êtes là pour évoluer, pour apprendre

Margaux : je n'aurais pas pensé me sentir comme ça un jour, plus j'avance plus les choses se mettent en place. Je sais que je prendrais des claques, même avec mon fils, mais je suis prête. Je mets à profit tout ce que j'ai vécu, pour donner les atouts possibles au petit.

Moi : c'est une source de motivation ce petit, il a quel âge ?

Margaux : 10 ans, il a son caractère il va très bien il est suivi, il verbalise.

Moi : ça doit t'aider de savoir qu'il avance. Je te remercie beaucoup pour tes réponses et tout ce partage

Margaux : merci à toi de m'avoir écouté et de t'intéresser à nous

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°4 : Léa, le 27/03/2023 à 16h30, Lantin, durée de l'entretien : 45 minutes

Moi : du coup mon TFE sur le corps des femmes incarcérées, a pour but d'entendre comment vous résistez à tout ce que la prison contrôle pour vous, j'ai d'abord des questions sur ton apparence, ton intimité, puis sur ton alimentation, ta santé. Ton corps c'est important, comment tu le perçois ?

Léa : c'est un moyen de contrôle

Moi : la vision de ton corps avant et maintenant elle a changé ?

Léa : oh oui ! je vois mon corps différemment bien sûr

Moi : comment tu décrirais ton apparence aujourd'hui ?

Léa : un peu trop de poids, et je laisse ma féminité à l'extérieur

Moi : donc dans ta coiffure ton maquillage, etc ?

Léa : dehors je me maquille j'ai des faux cils et tout

Moi : et c'est volontaire ?

Léa : oui c'est volontaire, je trouve que c'est pas l'endroit où il y a de la place pour ça. Maintenant je dis pas pour la fille qui est là pour des années, c'est différent, moi je suis là pour 6 mois un an à chaque fois, donc je trouve que c'est pas un endroit où on a envie d'exprimer sa féminité

Moi : c'est pour te protéger en quelque sorte ?

Léa : oui c'est une barrière oui

Moi : ok et est ce que t'as des tatouages et des piercings ?

Léa : des piercings plus, mais des tatouages oui

Moi : c'est important pour toi dans ton identité ?

Léa : oui ça me représente !

Moi : t'en as pas fait en prison ?

Léa : non jamais de la vie, le sida et tout, et c'est pas bien fait, hors de question

Moi : par rapport à l'hygiène, comment est-ce que tu décrirais ta routine ?

Léa : par rapport à l'extérieur je suis à 30% de ce que je faisais, mais je fais chauffer de l'eau le matin et le soir avec ma taque pour me laver, 3 douches la semaine c'est vraiment pas assez, mes sous-

vêtements je les lave à la douche, c'est compliqué, c'est pour ça que ça ouvre pas la porte à la féminité, c'est vraiment le stricte minimum. Et puis il y a des cas spéciaux, les odeurs etc

Moi : oui au-delà de ton hygiène à toi, il faut supporter la non hygiène des autres quoi

Léa : oui c'est ça qui m'est le plus difficile

Moi : parce que toi tu mets ce qu'il faut en place pour faire attention à ton hygiène

Léa : oui je vais pas me coucher sans me laver, même le matin, en plus je travaille, on est 4 dans ma cellule, avec des gitanes, qui ont leurs usages et coutumes etc

Moi : tu dois aussi supporter les autres

Léa : c'est pour ça que j'ai demandé à être toute seule !

Moi : est-ce que t'as déjà développé un problème de santé à cause de l'hygiène, dans tes menstruations par exemples ?

Léa : bah je cantine, j'achète des tampons à 14€ la boîte, mais quand t'as pas d'argent t'es dans la merde, en prison tout fonctionne avec l'argent

Moi : et au sujet de l'intimité du coup, on parlait du fait que t'es avec 3 autres filles en cellule, comment tu le vis ?

Léa : au départ c'est dur mais l'être humain c'est une sacrée machine, on s'adapte et on s'habitue. J'aimerais inverser les rôles des fois, ils s'imaginent pas...
C'est très dérangeant, c'est pesant, c'est usant, mais il faut faire avec

Moi : comme tout ici en fait

Léa : c'est ça, on a plus le choix

Moi : t'arrives quand même à avoir des moments seule ?

Léa : là je vais être un peu en solo, donc j'espère, j'en ai besoin, c'est dur de supporter les gens, celles qui disent qu'ils ont rien fait, ou alors les pédophiles et les meurtrières qui ont autant de droit et de respect, j'ai besoin d'être seule, je supporte plus
C'est pesant mais j'ai pas le choix

Moi : même pour les douches, jamais être seule

Léa : j'impose le respect, elles n'osent pas, je me laisse pas faire donc si elles m'embêtent une fois elles recommencent pas. Faut mettre des limites, faut savoir dire non

Moi : t'as réussi à poser des barrières pour que les gens respectent ton intimité ?

Léa : Oui, il faut prendre les choses en main

Moi : et ta sexualité ?

Léa : la sexualité en prison c'est une frustration, on peut pas le vivre pleinement, on se fait prendre dans un jeu de séduction mais qui va pas plus loin, les filles elles veulent de l'argent, la sexualité c'est un prétexte, si on s'affiche c'est mort on peut pas être ensemble en cellule, donc on peut pas entretenir ça, et quand tu vois la pièce de la VHS putain faut vraiment en avoir envie !

Moi : et à l'extérieur la sexualité c'est important pour toi ?

Léa : ah oui vraiment, je vais en club et tout, je suis bisexuelle je suis souvent en couple avec un homme et une femme en même temps, donc voilà, j'ai une vie active à ce niveau là

Moi : ça te frustre ?

Léa : je relativise, comme sur tout, comme le fait de pas aller au resto toutes les semaines etc, la prison ça dure qu'un temps, on en sort, et je savais que j'allais tomber un jour

Moi : tu savais que tu aurais le revers de la médaille ?

Léa : je pensais pas me faire gauler cette fois, j'avais fait aucune erreur en 4 ans, mais c'est la vie

Moi : et le sport ?

Léa : nul ici, j'ai une salle de sport chez moi, je sors tous les week-end je danse, je fais de la moto des courses de voitures, ici je fais rien, la vie n'a pas de saveur en prison et la bouffe encore moins

Moi : ah ça on va en parler ! est-ce que ça te donne encore plus envie de faire du sport le fait d'être bridée et enfermée ?

Léa : ça dépend des jours, des nouvelles, de ce qui se passe, c'est difficile c'est en fonction des circonstances, du jugement, si on travaille ou pas, quand je suis chez moi je me lève je fais mes œufs je sors les chiens je fais mon sport, ici il y a toujours un moment où ça revient dans la tête, fait chier je suis enfermée, l'être humain est pas fait pour être enfermé, ça motive pas, on le voit à la salle de sport les gens viennent presque pas, tout est triste ici, la déco, les gens

Moi : le cadre est pas propice à la motivation

Léa : à non, c'est fait pour faire réfléchir et pas revenir mais tout le monde dit ça, mais une fois qu'on a goûté à l'argent facile, c'est dur de pas recommencer

Moi : mais du coup tu reviens ici tout le temps...

Léa : oui mais c'est pas si terrible !

Moi : et d'ailleurs, par rapport à la souffrance, est ce que tu t'es déjà mutilé, ou t'as déjà pensé à le faire ?

Léa : pas ici, mais toute ma jeunesse j'étais placée, et je me coupais parce que j'ai subi des abus sexuels très violents, j'ai beaucoup essayé de me suicider

Moi : et ici jamais ?

Léa : non non pas de tout ça !

Moi : et alors pour le corps intérieur

Léa : l'âme !

Moi : ton alimentation ?

Léa : j'ai une alimentation très saine, j'essaye même hypocalorique, je suis une ancienne anorexique, il faut pas que je dépasse un certain poids, j'ai grossi, c'est très dure c'est une obsession, mon poids c'est

un contrôle, l'anorexie c'était un refus, un besoin de contrôler quelque chose, je suis très ordonnée, méthodique, perfectionniste, je gère mon alimentation de très près, ici on bouge pas on est en manque de tout, donc on a tendance à se réfugier dans la nourriture, alors que j'ai tendance à pas le faire normalement. C'est le seul truc qui me déstabilise en prison la nourriture, je manque de tout, j'ai que ça, donc m'en priver ne plus, c'est pas facile c'est un gros effort sur moi-même

Moi : c'est important pour toi ?

Léa : c'est obsessionnel !

Moi : et c'était déjà le cas avant ton incarcération ?

Léa : c'est dû à quand j'avais mon premier petit copain, je voulais pas avoir de rapports car j'avais subi des attouchements à 8 ans, je supportais pas qu'il me touche, un jour il m'a attrapé chez lui avec deux potes à lui, ils m'ont violé, j'étais forte à ce moment-là et ils ont fait des réflexions atroces sur mon physique, le fait de me sentir sale, j'ai commencé à éliminer le poids, jusqu'à prendre des boîtes entières de dulcolax. Ça part jamais vraiment, ça reste toujours dans un coin de ma tête, le problème de poids c'est dur, à ce moment là ça m'a tellement traumatisé, que mon poids c'était la seule chose que je pouvais contrôler, en éliminant toute cette graisse cette saleté

Moi : oui en éliminant tout ça, c'est comme si tu perdais le négatif

Léa : voilà, la saleté, et c'est toujours comme ça aujourd'hui, je suis en paix depuis deux ans, que je ne me sens plus sale, je m'autorise à quelques kilos en trop je verrais dehors, mais ça reste toujours dans ma tête

Moi : c'est déjà bien si t'as évolué là-dessus et que tu en souffres moins.. Tu penses que ta force de caractère t'a aidé

Léa : oui j'ai pas eu le choix, j'ai été séquestrée deux ans et demi, je suis restée 10 ans avec quelqu'un qui me battait, donc la prison tranquille

Moi : et donc t'as pris du poids, ton alimentation a eu un effet ?

Léa : j'avais pris 10, j'ai perdu 6, mais il faut encore que je perde, je mange un bol de soupe à midi, un bol le soir, c'est pas facile, en travaillant, j'ai la dalle, mais tant que j'aurai pas mon poids...

Moi : quand c'est une obsession est lié à des trauma c'est d'autant plus dur de passer outre ?

Léa : c'est une façon de me sentir en sécurité, quand je gère mon poids je gère ma vie

Moi : c'est ce que tu peux maîtriser

Léa : comme le ménage, l'ordre, le business..

Moi : c'est une façon de contrôler ce que t'as pas pu contrôler dans ton passé... Et au niveau de ton suivi de santé ?

Léa : Naze ! on est pas accompagné les gens sont blasés et les psy ils font rien, on gave les filles au médoc pour dormir, il y a beaucoup de gens qui s'assomment. Les gens sont mal opérés, on opère le mauvais pied, le mauvais genou.

Moi : est ce que pour toi un suivi de santé régulier c'est important ?

Léa je suis obligée de faire attention, j'ai un plein d'opérations. J'ai été victime d'une erreur médicale, à la suite de ça j'ai eu une perforation de l'estomac et avec ça j'ai fait une péritonite, tous les 6 mois je fais une gastroscopie, une coloscopie d'office, j'ai un suivi psy depuis toujours

Moi : donc c'est important et tu suis vraiment à l'extérieur

Léa : je suis obligée ! le psy m'a débloqué pour plein de choses, j'ai vécu des choses dures, j'ai perdu l'homme de ma vie dans un accident, je n'arrive pas à pleurer, des fois j'en ai marre, des gens passent leur vie tranquille, d'autres elles vivent tout ce que moi j'ai vécu
J'ai fait les mauvais choix mais ça a été trop cher payé, jme demande ce que j'ai fait des fois, c'est pour ça que rien ne m'atteint

Moi : donc t'as besoin de ce suivi pour pas te laisser submerger quand ça va pas bien, quand t'as besoin

Léa : c'est primordial quand on a vécu des trucs comme ça faut l'accepter, j'ai un antidépresseur à vie, ça stabilise mes humeurs, je fais attention à ne manquer de rien en vitamines, ça joue sur le moral, c'est pour ça que je fais du sport aussi. Je fais attention à tout, au mieux pour aller bien, pour que ça aille dans ma vie, j'ai tellement été mal traitée, je douterai toujours de moi

Moi : du coup on reste un peu dans le même sujet au niveau de ta santé mentale, est ce que tu te sens plus faible qu'avant, tu as plus facilement mal, tu craque plus facilement ?

Léa : non, mais je reste quelqu'un de très sensible, je suis blindée, tout ce qu'on peut faire à une femme on me l'a fait, le moindre truc je me relève vite

Moi : c'était ma prochaine question comment tu fais quand tu sens que tu vas moins bien ?

Léa ma mère m'a toujours dit « demain c'est un autre jour », je relativise, c'est important, j'ai pas un cancer, je crève pas de faim, j'ai vécu des horreurs. J'espère que j'ai bien répondu à tes questions j'ai été franche en tout cas

Moi : merci beaucoup c'est important d'avoir vos avis vos ressentis

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°5 : Sylvie, le 29/03/2023 à 11h, Lantin, durée de l'entretien : 43 minutes

Moi : donc comme tu sais j'effectue ma recherche sur le corps des femmes incarcérées, comment elles sont limitées, comment elles résistent à ces limites. Alors j'ai quelques questions, mais d'abord est ce que tu peux me dire ce que tu as envie de dire sur toi.

Sylvie : d'abord j'ai 56 ans, bientôt 57. Avant mon incarcération, j'avais une vie stable avec mon amie depuis 18 ans, donc c'est un peu chaud. Je travaillais dans le social dans la réinsertion des étrangers, des ex-détenus car j'avais déjà subi une détention, chez moi je suis un guignol, je bricole beaucoup avec des palettes, je bouge tout le temps, je suis pas hyperactive mais j'aime pas l'ennui donc. Et j'ai 3 chats et un chien !

Moi : et ça fait combien de temps que t'es ici ?

Sylvie : depuis le 21 juin.

Moi : donc ça fait un peu plus de 9 mois !

Sylvie : c'est ça

Moi : d'accord ! donc mes questions seront divisées en plusieurs parties, des questions générales sur l'apparence, des questions sur le corps extérieur avec les tatouages l'hygiène, puis des questions sur le corps intérieur, la santé etc.

Déjà est-ce que pour toi ton corps et ton apparence c'est quelque chose d'important ?

Sylvie : oui !

Moi : et est-ce que tu vois des différences entre avant et maintenant dans la manière dont tu perçois ton corps ?

Sylvie : oui et moi je suis un cas particulier entre l'ablation, et le fait que j'ai maigri beaucoup, je ressemble plus à rien. De toute façon c'est bien simple parfois quand tu te lèves le matin et que t'es un peu dans le gaz, la première image que je vois dans le miroir j'ai très dur. C'est pas moi avant l'incarcération. Tantôt au niveau des cheveux tantôt au niveau du poids tantôt au niveau physique, j'essaye de m'adapter et faire avec mais ...

Moi : c'est comme si tous les matins tu te redécouvrais quelque part ?

Sylvie : ouais c'est ça

Et encore ici on est encore protégé, on a pas trop de miroir et le miroir de la cellule c'est pas pied. Moi le plus grand choc que j'ai eu c'est avec le miroir de l'hôpital, le grand miroir. Quand tu perds du poids c'est progressif, même si ça va vite, mais quand je me suis vue dans mon t-shirt face au miroir je me suis dit punaise c'est pas beau

Moi : donc pour toi le fait de pas avoir de miroir de pied c'est une protection ?

Sylvie : moi je l'ai pris comme ça, par rapport à mon corps à ce qui m'est arrivé

Moi je le prends comme ça, je vais de temps en temps à la couture, là il y a un grand miroir, c'est pas moi, c'est comme si ma tête était dans un autre corps. Maintenant je peux pas dire, ça a été la prison, mais voilà ça a été le cancer aussi.

Moi : Et est ce que c'est important ton apparence pour toi ?

Sylvie : oui je suis de quelqu'un de très fier à l'extérieur, je gère, maintenant au niveau des horaires c'est un peu vite vite, surtout moi avec servante d'aile, donc maintenant on doit s'adapter, on a pas toujours le temps. Maintenant quand je sors en PS, la personne quand moi je sors en PS et la personne qui est ici ça n'a rien à voir, et pareil quand je suis en visite, et la personne qui est dans le cellulaire ça n'a rien à voir. Une autre détenue m'a fait la remarque car elle avait eu une visite avec moi, « t'es sérieuse tu parles », oui l'humour j'aime bien même à l'extérieur mais c'est pas tout le temps, ici c'est aussi une protection. Mais oui l'apparence est importante, pour deux chose : déjà pour moi dans ma tête mais par contre j'ai pas voulu tomber dans la maladie de la prison je porte des Adidas des Nike, non moi je porte ce que je veux et ce qui me plait, voilà j'ai dû changer ma garde-robe j'ai perdu 18 kilos j'ai dû la changer, mais je ne voulais pas être avec les training d'ailleurs on me voit rarement... le seul training que j'ai c'est Primark tout le reste c'est leggings tout ça, je voulais pas tomber dans le truc ou tout le monde à les mêmes chaussures etc ou sinon tu mets un uniforme. Il y a des années d'ici les femmes se sont battues pour plus avoir l'uniforme, et ici c'est un uniforme qu'elles s'infligent eux même donc euh voilà

Moi : donc tu veux garder cette distinction, ton style

Sylvie : mon style voilà, c'est un truc qu'on m'enlèvera jamais

Moi : d'accord et, est ce que t'as des tatouages

Sylvie : oui j'ai un tatouage

Moi : c'est important dans ton identité

Sylvie : c'est important pour moi parce que c'est un souvenir mais ça me représente pas dans mon identité

Moi : d'accord, donc t'en as pas refait ici. Par rapport à l'hygiène comment tu décris ta routine d'hygiène aujourd'hui ?

Sylvie : d'abord l'hygiène, déjà je suis quelqu'un d'active, quand tu travailles t'as la douche tous les jours, sauf le jour de congé, et moi j'ai pris le jeudi en congé car le jeudi c'est la douche de mon aile, donc même quand je ne travaille pas j'ai ma douche, en suite j'ai une plaque chauffante, je me lève à 5h je fais chauffer mon eau je me lave, la dernière ronde est à 5h05, la suivante à 6h donc je sais que j'ai le temps de me laver. Maintenant une hygiène j'en ai toujours eu une bonne, maintenant, pour s'entretenir, même pour des trucs banals c'est super cher. Par exemple moi je suis quelqu'un qui s'épile c'est super cher, en fait on dit que les gens ne sont pas propres, mais c'est parce qu'ils ont des choix à faire

Moi : oui ça coûte énormément donc ils choisissent

Sylvie : quand tu vois que le shampoing est passé à 7€ je veux bien concevoir qu'il est cher à l'extérieur, le gel douche je ne sais plus mais il faut shampoing gel douche dentifrice brosse à dents et c'est pas le genre de truc que t'achètes une fois dans ta détention faut le racheter. Moi j'ai acheté un savon pousse pousse pour les mains, si tu ne veux pas avoir, euh moi je suis bizarre avec les microbes j'ai peur de ça vu mon état, donc si tu veux pas avoir ton linge tes draps etc qui sont lavés avec tous les autres tu dois en acheter sur la cantine, un gant de toilette c'est 3€. Donc on dit oui les gens... Mais ils ont des choix à faire ! il y a des remarques qui me déplaisent parce que certaines personnes repartent avec leur gel

douche etc, mais ils ne peuvent pas le donner à quelqu'un d'autre ! et ils n'en n'ont pas autre part ! hier quelqu'un à été libéré, elle avait peur d'être libérée avant le souper et elle a repris tout ce qu'elle pouvait manger etc

Moi je supporte pas quelqu'un qui est sale, d'ailleurs le matin quand on ouvre les portes je travaille avec un masque, je ne supporte pas l'odeur, j'aime pas les gens sales

Moi : donc tu fais tout pour maintenir ton hygiène

Sylvie : moi j'ai mon hygiène quoi, et puis voilà j'ai un certain âge, j'ai ma crème de jour et ma crème de nuit mais ça coute 20 boules ! tout le monde ne sait pas se l'offrir !

Dans la détention faut avoir quelqu'un à l'extérieur sinon il y a plein de choses ou tu passes outre

Moi : tout se paye

Sylvie : Tout, il n'y a jamais rien qui s'adapte

Moi : et du coup toujours sur l'hygiène t'as déjà développé un problème de santé à cause de ça ?

Sylvie : non mais par contre l'association I.CARE fait des dons, on a des millions de tampons et serviettes dans la réserve mais les agents les donnent au compte goutte

Moi : donc toi ça te concerne pas mais tu sais que certaines ont des soucis. Et pour l'intimité, le fait d'être toujours surveillée, quand t'étais en duo de ne jamais être tranquille, comment tu vis ça ?

Sylvie : c'est dur, c'est en plage horaire, j'ai vécu en duo ou je sortais pas du tout, il y avait une plage horaire quoi, le matin tu essayes de te retenir et t'attends qu'elle soit partie quoi, et elle inversement. Par contre l'hygiène c'est vraiment un truc qui m'a dérangé, je me levais plus tôt qu'elle, devoir me laver, c'est très dur. Je me dispute rarement je vais pas au conflit. C'était dur dans mon cas je suis homosexuelle depuis toujours je n'ai pas connu autre chose, c'était dur pour mes coups de fil tout.

C'est ça qui a fait que ma duo à appris que je vivais avec une femme, qu'elle était policière, et ça a fait le tour de la prison, c'est ça le risque du duo. Et aussi le profit, moi je sais pas faire que pour moi, si je commande un truc je commande pour deux, si tu tombes pas sur la bonne personne c'est la merde.

Moi : c'est du de partager le quotidien sans avoir ses moments à soi ?

Sylvie : moi oui j'ai vraiment un problème avec ça, mais je suis en solo médical jusqu'à la fin de ma détention je suis tranquille.

Moi : et par rapport à ta sexualité, comment tu décris ta sexualité aujourd'hui ? elle est totalement absente ? et est-ce que t'en souffres ?

Sylvie : elle est absente

Moi : et est-ce que t'en souffres ?

Sylvie : oui

Moi : est-ce que c'est frustrant ?

Sylvie : oui c'est absent et en plus il y a la peur, donc c'est toujours une fuite. Pourtant je suis déjà sortie j'ai déjà revu ma compagne, c'est pour ça que j'ai pas pris de congé, que des PS, parce que j'ai peur

Moi : oui donc t'évites quoi ?

Sylvie : Oui parce que je suis mal, maintenant si j'avais pas eu cette opération je pense pas que j'éviterai. Enfin si dans la prison c'est certain, mais en dehors, avec ma compagne. Avant mon opération toutes les démarches étaient faites et acceptées pour les VHS avec elle, même juste pour se retrouver dans un endroit intime, enfin intime, si on peut considérer ça comme ça par rapport au reste, juste être dans ses bras déjà, mais pas au sein de la prison c'est sûr. Pour avoir subi il y a 20 ans une incarcération, je saurais pas, même en étant plus jeune. C'est pas méchant, mais en fait les gens qui sont homosexuels en prison c'est pas de l'amour c'est une confusion. 9 fois sur 10. C'est un manque d'affection, il y a en une qui s'est mariée ici, sa femme elle a été libérée, elle se retrouve avec un homme.

Moi : c'est la seule solution pour combler le manque donc...

Sylvie : oui souvent c'est un manque d'intérêt un manque d'affection, l'amour c'est comme chez moi, je suis ici depuis 9 mois, ça tient toujours et voilà

Moi : pour certaines d'entre elles c'est une consolation ?

Sylvie : oui une échappatoire

Moi : par rapport au sport, le fait d'être enfermé ? ton activité physique a changé ?

Sylvie : je fais beaucoup moins, il n'y a rien à faire. Dans l'absolu il y a une salle de sport mais c'est pas comme chez toi ou tu te dis que tu vas faire du sport une heure et tu vas le faire. Et quand je vois comment ça se passe au sport j'irai pas, je fuis tout ce qui peut être conflit, quand c'est cassant, blessant, je vais pas. Si on me proposait d'aller à la salle de sport avec mon aïe une heure à la place des activités j'irais. Le premier un jour le deuxième un autre jour et voilà.

Moi : donc le fait de te retrouver avec certaines personnes ?

Sylvie : j'ai pas la mentalité de clan du 2^e, c'est un groupe dans le quel tu peux pas rentrer si tu vas pas dans leur sens, c'est pas un truc pour moi donc me retrouver avec au sport avec eux pour rentrer dans des conflits non. Mais au niveau physique tu sais rien faire

Moi : déjà t'es limitée t'es enfermée tu bouges moins

Sylvie : la salle de sport devrait être plus libre, ils pourraient mettre des gens à tour de rôle responsable de la salle comme c'est déjà le cas pour le jeu de fléchette, et je suis sûre que si ça fonctionnait ainsi il y a plus de filles qui iraient.

Moi : beaucoup de détenues ont recours à l'automutilation, t'as déjà tenté ?

Sylvie : non

Moi : Et alors maintenant dans le corps intérieur, par rapport à l'alimentation, comment est ce que tu peux en parler ?

Sylvie : moi j'achète tout, j'ai un régime particulier par rapport à ma santé. Sauf la crème culinaire, le lait alors les desserts et du fromage sans gluten c'est tout ce que je leur demande à la cuisine, parce que sinon j'achète. Donc oui j'ai une très bonne alimentation

Moi : parce que c'est toi qui la contrôles en fait ?

Sylvie : oui, maintenant il y a une très mauvaise alimentation ! dehors tu manges pas des frites deux fois par semaine ! trop gras, pas équilibré

Moi : en plus même si tu manges pas comme elles t'es servante d'aïe donc tu vois

Sylvie : oui. Elles grossissent toutes ici, moi c'est une exception mais les autres ça devient toutes des petits ballons. Celle dont je suis garde malade, elle a pris 13kg en 2 mois !
Une autre elle grossit pas parce qu'elle fait tout elle-même et qu'elle a de l'argent mais quand t'en as pas c'est foutu !

Moi : donc ton alimentation n'a pas changé ?

Sylvie : non

Moi : maintenant par rapport aux soins de santé, est ce que tu te sens correctement accompagnée ?

Sylvie : moi au départ j'ai eu très dur, c'était un membre du service médical qui ne me supportait pas c'était bien triste, elle me disait que je simulais quand j'ai dit « c'est les deux seins » elle m'a dit « vous sauriez pas savoir » je connaissais mon corps, à l'époque je l'ai dit on m'a dit c'est le premier, j'avais la même boule à l'autre donc faut pas être sorti de saint Cyr !

Après moi j'ai pas été suivie comme il faut c'était pas dû au corps médical c'est dû au greffe qui a oublié des rendez-vous je vais prendre comme chez l'oncologue, les ci les là, les extractions n'étaient pas prévues etc maintenant j'ai la chance d'avoir une directrice qui a fait le nécessaire pour que j'ai mes PS juste pour mes soins. Maintenant je pense que la médecine ici, elle est pas si différente de l'extérieur. Je pense qu'on est dans un milieu fermé donc on exige tout, tout de suite, mais quand t'es dehors tu vas pas chez le médecin trois fois par semaine quoi. On a découvert la probabilité du cancer le 19 juillet, le 30 août je faisais mes biopsies, le 21 novembre j'étais opérée ! à l'extérieur ça va pas aussi vite !

Moi : donc le suivi médical correct mais l'organisation par le personnel...

Sylvie : Il y a des gens à qui ça pose problème qu'on se fasse soigner, que des détenues aient accès à des soins

Et je me fais engueuler quand je téléphone moi-même à l'hôpital, alors que si eux le font ça prend super longtemps

J'ai une tumeur qui revient sous le bras, tant qu'on m'a pas opéré, mon petit doigt il ne se redressera pas car la tumeur appuie sur une corde interne qui tend tout le long de mon bras, et moi je souffre, mais ils me prennent pas rendez-vous... donc je contacte moi-même

Moi : donc c'est toutes les procédures qui rallongent les délais et rend le suivi médical très compliqué

Sylvie : impossible

Moi : et pour les médicaments, comment tu y as accès ? une fois t'as eu un souci de rupture de traitement ?

Sylvie : une fois ils avaient une rupture de ma chimio par médicaments, donc ma compagne est allée chez mon médecin traitant, et donc dans mon sac à dos de PS, j'ai une tablette de stock, si jamais ils en ont plus un jour, je fais scandale pour avoir celui de mon sac à dos, si un jour tu me vois au cachot tu sais pourquoi.

Les autres médicaments des fois ils ont rupture mais eux si je le rate un jour c'est pas grave, mais ça c'est grave. Trop de gens ici avaient profité de la pharmacie, du coup notre pharmacie maintenant elle vient de Bruxelles et du coup souvent ils sont en rupture, et tu coup c'est les détenues qui le payent.

Moi : par rapport à l'esprit et la santé mentale, qu'est ce qu'il en est depuis que t'es incarcérée ?

Sylvie : oui, je pleure jamais dehors, mais ici je pleure tout le temps. Je sais que je suis à mes limites, c'est de trop. Mais bon.

Moi : et est-ce que t'as un échappatoire quand tu te sens triste, pas bien ?

Sylvie : je dessine ou je joue de la guitare

Moi : et ça te fait du bien ?

Sylvie : sur le moment ça m'aide à penser à autre chose, et ça prend des jours pour que ça passe. En fait je fuis, j'en parle pas, regarde on vient d'en parler j'ai les larmes qui sont montées

Moi : je veux pas te mettre dans des états comme ça moi

Sylvie : non tracasses mais voilà, faut attendre

Moi : faut prendre son mal en patience quoi

Sylvie : oui.. je dirais que tu m'as battu quand je sortirai d'ici

Moi : je veux pas te mettre triste

Sylvie : non c'est pas ton questionnaire, c'est le fait de parler de ça

Moi : t'as des choses à rajouter ?

Sylvie : je suis une privilégiée, du à mon opération je prends ma douche toute seule, mais il y en a qui sont sans gêne, au début je prenais la douche avec les autres quand j'avais rien t'en as elle se baladent à poil dans les douches elle te parlent

Moi : donc en plus de ne pas avoir ton intimité, tu subi l'exhibition des autres ?

Sylvie : oui ma codétenue elle se baladait à poil dans la cellule quoi

Moi : oui donc faut vraiment supporter quoi..

Sylvie : bon aller !

Moi : Merci d'avoir répondu à mes questions en tout cas

En prison : le corps sous contrôle,

La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°6 : Florence, le 29/03/2023 à 13h, Lantin, durée de l'entretien : 45 minutes

Moi : Alors comme tu sais je fais mon TFE sur le corps de la femme incarcérée, comment les limites qui lui sont imposées peuvent avoir un effet sur son corps, et ce qu'elle peut mettre en place pour limiter les conséquences de ces restrictions. Est-ce que tu peux me parler de toi, ce que tu aurais envie de me dire sur toi ?

Florence : oui donc j'ai 46 ans, donc j'ai pris une peine de 20 ans de prison je suis passée aux assises. Juste avant mon incarcération c'était une vie très compliquée, j'étais dans une toxicomanie profonde, je ne côtoyais que des compagnons de débauche, une vie hors loi je vais dire, hors des sentiers battus, je vais dire c'est une vie que je n'en pouvais plus, donc la prison a été salvatrice pour moi je vais dire. Parce que j'étais épuisée de cette vie et une fois que j'étais en prison j'ai décidé d'arrêter tout ce qui était stupéfiants et médicaments etc.

Moi : et tu t'en portes mieux ?

Florence : je m'en porte mieux !

Moi : tant mieux ! alors je vais diviser mes questions en 3 parties, sur ton apparence, puis sur ton corps extérieur, avec l'hygiène etc et puis le corps intérieur donc là ça concerne plus ta santé etc. Alors d'abord, ton apparence, est ce que ton corps c'est quelque chose d'important ? et comment tu le perçois ?

Florence : pour moi c'est quelque chose de très important ! déjà ça donne une estime de soi, et ça reflète mon évolution mon changement par rapport à mon passé comment j'ai pu évoluer, ça reflète comment on est à l'intérieur de soi, c'est une sorte de réinsertion. Moi j'ai 46 ans, j'ai pas envie de sortir et d'être complètement déphasée à cause des années de prison que j'ai prises. Je veux m'entretenir, je fais du sport, je fais attention à ce que je mange, une bonne hygiène de vie, des heures de sommeil. Le corps c'est précieux, ça reflète une apparence, et puis comme je dis, pour la réinsertion, si je veux trouver du travail, mon apparence elle compte beaucoup, j'aurai déjà un casier judiciaire pas facile, donc si j'ai une bonne apparence que je montre que je suis volontaire et que j'ai une bonne condition physique, ça peut jouer dans la balance en ma faveur

Moi : d'accord, et est ce qu'il y a des différences dans la manière dont tu perçois ton corps entre maintenant et avant, est ce qu'il y a des choses qui ont changé sur ton corps entre avant et maintenant ?

Florence : ah bah oui ! ah bah je me vois, tout simplement, je me regarde je me vois, avant je me fuyais. Quand on est dans une toxicomanie on se fuit, je suis rentrée en prison je faisais quoi, 42kg, maintenant j'en fais 60, j'ai des petites rondeurs mais je m'en fou je les aime bien, j'apprécie mon corps, avant j'étais un fantôme, j'étais transparente, maintenant j'ai des rondeurs je les apprécie, ça montre que j'ai changé.

Moi : et donc les vêtements, le maquillage, la coiffure, avant ?

Florence : ah bah c'était complètement, voilà, sans importance. Tout ce qui était important c'était de trouver de l'argent du produit, on vit comme des animaux pour trouver sa nourriture, bah voilà c'est pareil. Ça n'avait aucune importance.

Moi : donc ça a été vraiment bénéfique pour ton corps, ton apparence ?

Florence : ah oui, au début en prison je ne me maquillais pas tous les jours, puis je me suis rendu compte que ça me faisait du bien, et puis quand on est maquillée on se fait des compliments entre filles « oh ça te va bien » et puis quand on est pas maquillé on remarque que ça va pas trop

Moi : ça reflète beaucoup ce qu'il y a à l'intérieur

Florence : oui et psychologiquement ça fait du bien, c'est important de ne pas se laisser aller

Moi : est-ce que tu as des tatouages et des piercings ?

Florence : je n'en ai aucune !

Moi : d'accord, et par rapport à ta routine d'hygiène ?

Florence : disons que l'avantage que j'ai eu, c'est que j'ai toujours travaillé en prison, donc j'ai la douche tous les jours donc c'est un grand confort, car sinon on a que trois douches par semaine on doit se laver au lavabo ! ici quand il y a grève on doit se laver à l'évier c'est pas pareil... déjà on est plus stressée d'être dénudée quand un agent arrive, voilà l'hygiène c'est très important, je suis très maniaque donc je me lave les cheveux tous les jours, on fréquente des gens qui font moins attention, donc je me nettoie tous les jours, dans tous les sens du terme. Au niveau des produits corporels c'est un budget, celles qui touchent le social ont des produits du social, mais c'est un budget, c'est pour ça que je travaille aussi, pour m'acheter des produits adaptés.

Moi : et est-ce que tu sens une différence dans ton hygiène entre avant ton incarcération et maintenant ?

Florence : avant mon incarcération, malgré la vie que j'avais je me lavais quand même tous les jours, sauf quand je pouvais pas, mais c'est vrai qu'ici je prends plaisir, c'est une notion de bien-être et de plaisir, avant c'était parce qu'il fallait se laver quoi. Ici ça reflète le fait de prendre soin de soi, de prendre son hygiène, c'est aussi une forme de bien-être. Il y en a certaines je les appelle les Speedy gonzales de la douche, elles vont très vite mais pour la plupart on en profite, on sait qu'on a un quart d'heure on en profite.

Moi : est-ce que t'as déjà développé des problèmes de santé à cause d'un manque d'hygiène ? pendant les menstruations par exemple ?

Florence : moi ça ne m'a pas causé de soucis car j'ai tout de suite travaillé, donc ça permet de prendre soin de soi, mais peut être que d'autres filles oui, celles qui sont au social elles ont pas grand-chose, elles doivent demander des protections hygiéniques aux agents, c'est pas toujours facile à demander c'est dévalorisant, surtout quand ils vous en donnent à la pièce, mais moi personnellement j'ai jamais eu de soucis et j'ai toujours su sonner aux bonnes portes, mais certaines filles sont plus gênées, ou ont du mal à s'exprimer, comme les internées.. Moi j'ai toujours su trouver le bon agent avec qui on est plus familier, ou plus âgées qui sont un peu plus maternelles

Moi : maintenant concernant l'intimité ?

Florence : maintenant je suis toute seule en cellule donc c'est plus par rapport aux agents quand ils vont passer mon intimité. Je vais pas aux toilettes quand je sais que c'est l'heure où ils vont passer, ou comme je suis au fond du couloir, quand je les entends arriver je me lève vite des toilettes. Mais par contre au début j'étais en duo, et c'est vrai que quand on arrive en prison, au début on regarde et on se dit « ah oui la toilette elle est au milieu de la pièce donc je vais devoir faire mes besoins devant quelqu'un » donc c'est vrai qu'on perd beaucoup d'intimité, on met sa fierté de côté et c'est un mode survivaliste, on a pas le choix, des fois on combine on attend que l'autre soit sortie au préau ou aille travailler etc. Mais pareil quand on doit se laver il y a des paravents mais on est pas totalement caché. J'ai jamais eu de

problème vis-à-vis de la nudité car j'avais fait des études d'esthéticienne, donc j'ai l'habitude à l'école avec les filles on s'épilait les unes les autres, on se baladait à poil, donc je suis pas gênée que les autres voient mon corps ou moi de voir leurs corps. Il faut pas que ce soit dans un style voyeuriste, mais dans les douches certaines se cachent mais moi ça me dérange pas.

Moi : donc toi le problème c'est plutôt pour faire tes besoins devant les autres etc qui est dérangeant, être dans une position délicate face aux autres ?

Florence : ah bah moi c'est déjà arrivé, j'étais occupée à changer ma protection périodique, mon tampon, et qu'il y ai un agent, masculin, qui ouvre le guichet et qui regarde pendant une minute, et donc j'étais là, quoi ? c'est gênant quoi ! c'est des situations ou on se sent très mal à l'aise après, ça me turlupinait dans la nuit je me demandais ce qu'il avait vu pas vu, il aurait pu s'excuser. Mais en ce qui concerne mon corps en lui-même, je me dis que c'est une enveloppe, on est toutes pareilles on a toutes deux bras deux jambes, deux seins etc, mais ça m'a jamais dérangé. C'est plutôt quand l'autre est en position d'autorité et qu'il est habillé

Moi : donc entre vous les filles ça va pour toi mais c'est plutôt avec les agents alors ?

Florence : c'est ça, quand on est occupé de se déshabiller, moi je connais les heures et je calcule à quel moment je vais mettre mon pyjama et m'habiller etc

Moi : maintenant par rapport à ta sexualité, comment tu décris ? Présente, absente, frustrée ?

Florence : à bah moi elle est présente parce que j'ai un compagnon depuis 6 ans, on s'est rencontrés dans une autre prison, on a deux VHS par mois, donc j'ai pas ce problème là car j'ai un compagnon. Donc on a nos VHS chez les hommes, chez les hommes c'est bien fait car il y a plusieurs chambres, et c'est un endroit qui est fermé que pour les VHS, par comme ici ou la pièce est dans le couloir. Ici je sais que les bureaux des surveillants sont à coté, la salle de visite n'est pas loin, là ça me bloquerait je ne saurais pas faire grand-chose, il y a les fenêtres là qui donne sur le préau des mamans... tout fait que c'est malaisant. Mais voilà avec mes VHS chez les hommes j'ai pas ce problème.

Moi : et est-ce que tu ressens quand même des différences entre l'extérieur et ici ? Est-ce que psychologiquement c'est peut-être plus dur ? parce que voilà avoir ses VHS c'est une chose mais réussir à avoir une sexualité c'est autre chose

Florence : au début c'est pas facile car quand on va la bas les gens savent pourquoi, mais bon nous ça fait des années, on n'a pas le choix je m'en fou de ce que les gens pensent. Ça me regarde. J'ai toujours assumé je suis une femme j'ai une sexualité c'est normal, maintenant ce qui est plus embêtant c'est le temps, c'est tel jour à tel heure, ici on choisit pas nos dates car c'est visite interne. Tu dois être prête psychologiquement, même si t'as tes menstruations. Faut être prête à 9h et se mettre dans l'ambiance tout de suite, on sait qu'on a deux heures et il faut se dépêcher c'est stressant, il y a d'autres prison ou c'est plus agrémenté, ils sont dans une petite maison à part, un peu comme une vie de couple, ici c'est un peu le baisodrome pour être vulgaire... on a deux heures faut vite se dépêcher on court tout le temps on a pas le temps de profiter l'un l'autre, des moments de tendresse, et puis on se quitte on reste un peu sur notre faim. Ce sont des difficultés mais bon on n'a pas le choix on fait avec

Moi : c'est bien si t'arrives à dépasser un peu tout ça ! comment est ce que tu décrirais ta pratique sportive, ou plus largement ta mobilité, ton activité physique aujourd'hui ?

Florence : alors en sport en ce moment je suis limitée, avant j'y allais le lundi et le jeudi, mais en ce moment je fais une formation entraîneur de foot, et je n'ai qu'une paire de basket, qui est sur mon ceintre à l'entrée donc je ne peux pas y avoir accès, je dois attendre que la formation soit terminée. Même après ma journée de travail je suis active, yoga, cell Learning, je ne sais pas rester dans mon lit, je me lève à 6h, je suis très active. Tant que j'ai la santé pour bouger je le fais pour ne pas regretter de ne pas l'avoir fait si je suis gravement malade un jour.

Moi : et est-ce que c'était déjà le cas avant ton incarcération, ou alors c'est le fait d'être enfermée qui fait que tu as besoin de bouger ?

Florence : la prison m'a donné une hygiène de vie, un rythme, donc l'activité ça fait partie de l'hygiène de vie que je m'impose pour ne pas me laisser aller. Avant je ne courrais pas les salles de sport c'était pas mon lieu favori, mais maintenant dans ma nouvelle philosophie de vie c'est important

Moi : donc c'est l'incarcération qui a changé quelque chose

Florence : oui, la prison n'est pas que punitive, j'essaye de chercher ce qui n'allait pas avant, pour améliorer et ne pas retomber dans les mêmes carcans, donc je m'instaure une hygiène de vie et je m'y tiens, donc je suis très active, voilà.

Moi : Au sujet de l'automutilation, beaucoup de détenues le pratiquent. Est-ce que tu l'as déjà fait, est-ce que tu y as déjà pensé ?

Florence : Non jamais, je me suis jamais mutilé, quand j'avais du mal avec mes émotions avant, je tombais dans la drogue pour anesthésier mes émotions, mais maintenant comme je ne veux plus retomber dans ces carcans-là, j'essaye de vivre mes émotions, mêmes quand elles sont difficiles, les accepter, les formuler, mettre des mots dessus, et de me laisser glisser puis remonter à la surface au rythme de mon corps et de mon esprit

Moi : pour éviter d'avoir une réponse mauvaise pour toi à chaque fois que ça va pas

Florence : c'est ça, pour pas avoir la réponse facile, dans les hommes viennent de mars les femmes de vénus, il le dit, les femmes sont au creux de la vague elles tombent dans le creux de la vague, faut les laisser remonter doucement, si on coupe la vague c'est des mal-être qui s'accumulent, et c'est vrai que je vis au creux de la vague, des fois je suis pas trop bien ça dure deux trois jours je dis qu'il faut me laisser tranquille, et je l'accepte et je le vis tel quel, ça fait aussi partie de ma philosophie de vie d'écouter mon corps

Moi : maintenant plus dans la partie sur ton corps intérieur, on va commencer par l'alimentation, qu'est-ce que tu penses de ton alimentation ici ?

Florence : c'est très compliqué, les prisons sont très limitées en budget c'est une histoire de 3€40 par jour pour le repas ce qui donne un manque de fruits légumes produits laitiers, au début que j'étais incarcérée il y avait plus, mais je sens au fil du temps qu'on est restreintes. Des fois les soupers c'est juste du pain gonflé d'eau très bon marché qui n'apporte rien en nutriments, l'accompagnement est très miséreux aussi, ou très très gras, c'est beaucoup de fritures. Très peu équilibré et pas de plaisir gustatif. Donc au niveau des carences c'est compliqué ! donc à côté de ça il faut travailler pour s'acheter des choses à côté pour bien s'alimenter et pouvoir faire des bons repas. Il faut avoir de l'argent pour pouvoir cantiner de la nourriture, une taque électrique, des poêlons, des casseroles. En prison si on veut vivre plus ou moins correctement faut travailler, mais malheureusement il n'y a pas de travail pour tout le monde, et pas de travail adapté aux internées non plus. Mais oui au niveau nourriture énormément de filles prennent de poids à cause de la malnutrition, donc c'est un problème quoi.

Moi : et est-ce qu'avoir une bonne alimentation c'est important pour toi ? comment ça se manifeste ? tu fais attention aux calories etc ?

Florence : disons qu'on essaye mais on a pas toujours le temps et les moyens, je travaille j'ai beaucoup d'activités, des fois je rentre en cellule il est 7 8h, j'ai pas toujours le temps de faire à manger, le temps de midi on a de 12 à 13 quand on travaille donc on a pas le temps de trop cuisiner, ou alors il faut faire du batch cooking et préparer le dimanche pour toute la semaine, mais pour réchauffer on doit le faire à la poêle c'est pas toujours évident. Donc des fois on se contente de ce qu'il y a au chariot, parce qu'il

faut quand même manger pour être en forme et donc c'est vrai qu'on essaie de temps en temps le week-end de se faire des petits repas mais on sait pas faire ça tous les jours, et on a pas toujours les moyens, c'est un luxe. Les prix explosent dehors mais pour nous aussi pour la cantine, quand je vois déjà une bouteille de shampoing c'est 7€, un morceau de viande c'est 8-10€ ça revient très vite cher, c'est pas accessible ! mais bien manger c'est important, on se sent bien, même psychologiquement, quand on mange bien on se sent très bien ! même leur pain.. et les aliments gras frits dans l'huile. Il y a beaucoup de problèmes de constipation ou de dysenterie c'est vrai qu'il y a des trucs ici qu'on ose plus manger

Moi : ton alimentation a changé ici ?

Florence : je peux pas trop comparer, avant je me nourrissais quand je pouvais. La plupart du temps je devais voler pour me nourrir, la plupart de l'argent partait dans les stupéfiants et se nourrir c'était au bonheur la chance, je mangeais un sandwich un truc, juste pour avoir un truc dans l'estomac quand le corps le réclamait. Ici on est plus régulier on a des repas à heures fixes etc.

Moi : donc ton alimentation elle s'est améliorée quelque part ?

Florence : bah améliorée non, elle s'est équilibrée dans les horaires, dans le fait de manger tous les jours à chaque repas, mais pas forcément bien, pas au niveau qualitatif.

Moi : d'accord, et maintenant au niveau pathologies physiques, santé, tu te sens bien accompagnée ?

Florence : ah bah ça c'est le gros problème pour lequel on se bat ici voilà, tu as assisté à la discussion avec la ministre de la santé wallonne Christie Morreale, on a beaucoup de revendications à ce niveau là. C'est vrai que la médecin on peut la voir tous les jours mais on lui décrit nos symptômes derrière le bureau sans qu'elle ausculte, on pourrait minimiser des symptômes elles ne vérifient pas, il n'y a pas de prise de sang régulière pour voir si tout va bien au niveau de l'alimentation, du cholestérol du fer des vitamines, les vitamines c'est 30€ pour un mois, vu tout ce qu'on doit acheter à côté c'est un luxe, on préfère garder 30€ de téléphone pour appeler notre famille.

Moi : tu es obligée de faire des choix en fait ?

Florence : voilà on est obligé de faire des choix, contre notre santé parfois, on se dit bah, c'est aussi vital le coup de fil aux enfants, donc la santé passe un peu à côté. C'est un budget. Moi j'ai une maladie orpheline, qui me donne une intolérance au sucre, donc je ne peux manger aucuns fruits, donc j'ai des carences, je fais des hypoglycémies récurrentes, et j'ai un sucre spécial que je dois acheter via la cantine pharmacie, qui me coûte les yeux de la tête quoi, vous achetez un kilo de sucre c'est peut-être un ou deux euros, moi c'est entre 15 et 20€ donc c'est un gros budget. Je suis obligée sinon je fais des hypoglycémies je serais pas autant active, mais c'est un gros budget quoi, ils ne font pas l'effort de payer, de me dire qu'ils prennent en charge vu que c'est dû à ma maladie, et du coup ils pourraient faire une prise de sang pour vérifier les carences ?

Moi : tu fais jamais de prise de sang ?

Florence : quand tu vois qu'ici on a découvert un cancer à une femme elle était déjà au stade 4, elle toussait elle disait que c'était pas normal, et en fait elle avait un cancer des poumons, elle l'a découvert c'était déjà trop tard. On devrait pouvoir faire une prise de sang par an

Moi : tu as la sensation qu'on attend qu'il y ait quelque chose pour qu'on vous traite ?

Florence : par exemple on a plus de dermatologue depuis un an et demi, si j'ai un grain de beauté qui tourne mal on fera rien. Ils nous envoient à la citadelle si on a quelque chose de grave, pas pour des contrôles

Moi : donc tu as le temps d'avoir un problème avant d'être pris en charge ?

Florence : c'est ça ! pas assez de prévention ! mammographie par exemple pour les femmes de plus de 40 ans ! à l'extérieur on en fait une tous les deux ans, ici en 6 ans et demi de détention j'en ai peut être fait une et encore c'est moi qui avait demandé car j'avais des nodules quoi, et depuis je devais être surveillée, c'est noté dans mon dossier médical, j'en ai pas refait, donc voilà c'est pas normal.

Moi : d'accord... Et est ce que tu as facilement accès à des médicaments, même par rapport à avant ton incarcération ? toute sorte de médicament quand tu as besoin ?

Florence : ils donnent pas toujours facilement. Ici ils soignent tout au paracétamol

Moi : hum hum

Florence : que ce soit le mal de dent, de tête ou le cancer stade 3, ils soignent tout au paracétamol, mais c'est très mauvais pour la santé car c'est responsable de la majorité des greffes du foie ! et ici elles en gobent comme des bonbons, elles en demandent dès qu'elles ont mal quelque part les agents ne font pas forcément attention c'est la solution pour être tranquille

C'est vrai que pour un traitement adapté des fois on y va, ils essayent des trucs, même quand tu te connais et que tu veux pas quelque chose de précis, « non mais on va essayer » on dirait bientôt que c'est eux qui les payent les médicaments, bien que je suis pas médication, quand je dit que j'ai mal quelque part, c'est que j'ai mal, donc il faut se montrer un peu plus tranchant pour dir : bon ça j'ai besoin

Moi : d'accord et maintenant, ça relève toujours de la santé, mais au niveau de la santé mentale, qu'est-ce qu'il en est depuis que tu es incarcérée ? est-ce que ça va ? c'est difficile ? t'as plus facilement des baisses de moral ?

Florence : bah ça peut être dur pour tout le monde, mais ce qui est bien en incarcération c'est que j'ai pu être suivi par un psychologue voilà, tous les 15 jours, donc ça m'a fait énormément de bien ce que je faisais pas à l'extérieur et que j'avais grand besoin. Au niveau de ma santé mentale ça va, je vie pas la détention comme quelque chose de dur ou comme un échec, je dis toujours que je ne suis pas malheureuse en prison, c'est là que je me suis reconstruite, je me suis découverte, je ne la subit pas, je la vis ma détention. J'essaye de m'armer pour la sortie, ça sera difficile, me réadapter à la vie, avec tout ce qu'on entend aussi, les crises énergétiques, les prix qui influent, la difficulté de trouver un emploi, de dire que j'ai été incarcérée, le regard des autres, alors qu'ici le regard non on sait, on se jugent pas, les agents nous voient au jour le jour et nous jugent sur notre comportement et notre évolution. Dehors, quand on dit qu'on est incarcérée, il y a toujours un moment de recul. Mais au niveau psychique je suis assez blindée. Maintenant comme j'ai dit quand j'ai des moments ou ça va pas je me laisse glisser et j'accepte et après je me reprend.

Moi : et est-ce que tu fais quelque chose en particulier quand ça va pas ? certaines dessinent, d'autres dansent, et toi ?

Florence : je me recentre sur moi-même, j'écoute mon corps et je me dis « bon de quoi t'as besoin » et j'essaie de savoir si j'ai besoin de me reposer me détendre ou téléphoner à ma sœur qui me remonte le moral et qui est toujours positive, téléphoner à mes enfants, j'essaye de faire des choses qui me font du bien et m'apporter du bonheur à ce moment là

Moi : d'accord et toujours dans ça, est ce que pendant les menstruations tu les vit de façon plus forte ?

Florence : ah je suis très émotive ! au niveau des hormones je pars très en flèche voilà donc, il m'est déjà arrivé de pleurer comme une madeleine devant un bête film. C'est vrai que le fait de vivre ici, constamment avec les autres, toute sorte de gens, c'est vraiment un no mans land ici, un concentré de la société réuni au même endroit, faut vivre avec les sautes d'humeur des gens, les bisbrouilles pour pas grand-chose, les grandes différences d'âge, donc c'est pas toujours évident de combiner toutes les mentalités. C'est vrai que je suis très fluctuante niveau hormonal mais ça ne m'a jamais rendu agressive

envers les autres ou quoi, je peux pleurer devant Grey's anatomy ou au cours de yoga. Justement en parlant du yoga, c'est un cours qui fait du bien au bien être au niveau du corps et de l'esprit, se recentrer, écouter son corps

Moi : donc un jour ou t'es pas bien ça te fait du bien ?

Florence : oui quand je sors du yoga je suis bien, j'arrive à vider le sou pape, c'est important avant j'avais sport mais c'était parfois un peu le préau mais à l'intérieur quoi, alors que le cours de yoga tout le monde se tait et fait les exercices, on s'écoute, c'est intimiste, c'est une bulle de bien-être c'est important et je continuerai d'en faire à l'extérieur. C'est la prison qui m'a fait découvrir ça, je n'aurai jamais essayé ! quand je voyais Gabriel Solis dans desperate housewives faire du yoga je me disais que c'était pour les pépètes qui ne me ressemblait pas, ou pour les hippies underground, mais en fait c'est quelque chose qui s'adapte à tout le monde donc je continuerai

Moi : ça t'as vraiment apporté des choses alors

Florence : la prison vous apporte des choses, vous enlève des choses, mais ce que ça nous enlève ça nous l'apporte ailleurs. Ça nous enlève de notre famille des gens qui sont proches de notre liberté, mais la liberté c'est bien dérisoire, moi je me sens plus libre ici en prison que la vie que j'ai menée avant, je suis plus libre dans ma tête de faire une formation de travailler d'aller au yoga de prendre des décisions qu'avec certains compagnons avant je ne pouvais pas.

Moi : on termine sur des beaux mots ! merci beaucoup !

Florence : j'espère que ça t'aidera !

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°7 : *Ines, le 29/03/2023 à 13h50, Lantin, durée de l'entretien : 40 minutes*

Moi : Alors, je fais mon travail de fin d'études sur le corps des femmes incarcérées, donc sur toutes les limites que vous avez en prison par rapport à votre hygiène, les vêtements, le sport, tout ce qui peut vous limiter vraiment dans votre corps, même votre santé etc. Et du coup, tout ce que vous pouvez mettre en place pour résister un peu à ça.

Surtout s'il y a des questions auxquelles tu ne veux pas répondre tu me le dis. Est ce que tu peux me parler un petit peu de ce que tu aurais envie de me dire sur ta vie avant ton incarcération, sur tes enfants, ton âge aussi quelque chose que tu aurais envie de me dire sur toi pour que je sache un peu avec qui j'échange.

Ines : Ben je ne sais pas si vous avez entendu parler d'où je viens.

Moi : Non, je ne sais pas.

Ines : En fait, avant d'arriver ici, j'étais en Syrie.

Moi : OK.

Ines : Donc j'ai été rapatrié et j'ai quatre enfants. J'en avais cinq. J'ai une qui est décédée, il m'en reste quatre et ben j'ai droit à trois visites par semaine, mais comme je viens de Bruxelles, ils viennent moins, ils ont l'école aussi donc c'est compliqué

Moi : Donc tu arrives à les voir de temps en temps ?

Ines : Oui, oui, bien sûr, on essaye.

Moi : OK. Du coup, j'ai des questions sur l'apparence en général, sur comment est ce que tu te vois différemment que avant d'incarcération? Est ce que ton corps il a changé? Après des questions sur l'hygiène, sur l'intimité tu sais le fait d'être tout le temps avec du monde, voilà. Et après des questions en plus sur l'alimentation, sur la santé, etc.

Ines : OK.

Moi : Du coup déjà sur ton apparence en général, comment est ce que tu perçois ton corps? Est ce que tu trouves que t'as changé? Que ce soit au niveau du poids, au niveau du visage. Même de ta peau. Est ce que tu trouves que tu as changé?

Ines : Oui, je pense. J'ai vraiment changé et j'étais très maigre. Je suis arrivé ici à 53 kilos, donc j'ai ressenti déjà le poids et physiquement aussi. Mais ça fait presque quinze ans que je portais la burqa.

Moi : OK.

Ines : Donc j'étais couverte en intégral. Et le fait de montrer des cheveux, de parler avec les hommes parce que je parlais pas aux hommes, c'est nouveau. Le fait qu'on me pousse pour rire, le fait d'avoir des contacts déjà, tout ça, c'est nouveau pour moi, c'est quelque chose de nouveau donc.

Moi : Donc tu en fais, tu te redécouvre ? Et c'est dur pour toi le fait que tout ça ait changé, que ton apparence ait changé, que ton rapport à ton corps, il ait changé aussi. Est ce que c'est quelque chose qui est difficile?

Ines : Oui, au début, j'avais très très dur. Là, ça va.

Moi : Ça va mieux ? ça fait longtemps que tu es là ?

Ines : Là, je vais rentrer dans mon neuvième mois.

Moi : OK.

Ines : Parfois j'ai et j'ai des réactions bizarres. Oui mais voilà, il faut s'habituer.

Moi : Parce qu'il faut que tu t'habitues à ces nouveaux modes de vie entre guillemets. Je suppose que tu n'as pas de tatouage ou de piercing?

Ines : Non.

Moi : Par rapport à ta routine d'hygiène. Comment est ce que tu décrirais ta routine d'hygiène? Toi tu travailles donc la douche c'est tous les jours. Est ce que est ce que cette routine là, c'est important pour toi? Est ce que tu arrives à garder la même hygiène que tu pouvais avoir à l'extérieur? Comment tu peux parler de ça?

Ines : Pour moi, l'hygiène, c'est très important, oui. Moi, je suis musulmane pratiquante, donc déjà pour les prières, il faut faire ses ablutions, le lavage avant la prière cinq fois par jour. Donc je suis toujours en train de me rincer. Et pour la douche oui, c'est important. Heureusement que j'ai la douche tous les jours. Surtout que déjà quand j'ai congé et que j'ai pas la douche je me dis purée.

Moi : Parce que du coup ça ne va pas quand tu n'as pas la douche ?

Ines : Tu te sens sale !

Moi : Et ta routine d'hygiène elle a changé par rapport à l'extérieur alors ?

Ines : Oui, parce qu'ici tu ne peux pas prendre ta douche quand tu veux, combien de fois par jour

Moi : Oui c'est tel jour à tel heure quoi...

Ines : Surtout en été, si on veut prendre deux fois ou trois fois une douch...

Moi : C'est compliqué?

Ines : Oui.

Moi : Et comme tu es limitée dans la quantité et le temps tu a mis en place des astuces entre guillemets, des petites habitudes pour bien te sentir! Pour compenser le fait que quand tu travailles pas, tu ne peux pas aller à la douche etc ? Bon, après, avec un avec ta pratique religieuse, tu as déjà des habitudes d'hygiène assez poussées donc tu fais très attention. Mais par exemple, le jour où tu ne peux pas aller à la douche, est ce que tu arrives quand même à te laver un peu, à garder ton hygiène nickel ?

Ines : Euh dans la cellule? Je fais comme je peux, je cahuffe de l'eau, j'ai une taque, je me chauffe de l'eau et je me lave.

Moi : Tu te laisse pas aller quoi? Tu fais vraiment attention à maintenir le plus possible? OK et tu n'as jamais développé un problème de santé à cause de l'hygiène limitée.

Ines : J'ai la peau sèche.

Moi : d'accord !

Ines : Très très sèche. J'attrape des rougeurs ici à chaque fois après la douche, mais je pense que c'est à cause du calcaire. Oui, et aussi le changement d'habitudes

Moi : Oui, OK. Maintenant au niveau de l'intimité. Comment est ce que tu le vis ? enfin est ce que tu penses que tu arrives à garder un minimum d'intimité? Tu es en solo? En cellule?

Ines : Oui, oui.

Moi : Est ce que tu penses que tu arrives du coup à garder un minimum d'intimité? Ou est ce que le fait d'être tout le temps surveillé, que tu sais qu'à n'importe quel moment de la journée peut ouvrir ta cellule et voir ce que tu es en train de faire? Le fait d'être bon, du coup, en étant en solo, c'est encore différent, mais quand je ne sais pas si tu as déjà été en duo ?

Ines : Non pas du tout jamais.

Moi : Ah d'accord ! comment tu vis ça, cette promiscuité tout le temps avec tout le monde.

Ines : Et en fait, c'est un peu gênant. Surtout quand, quand j'ai envie de me épiler, oui, je suis stressée. En fait, j'ai toujours peur qu'il y ait quelqu'un qui vient ouvrir la porte. Et moi je suis comme ça. Mais voilà, quand je vais m'habiller aussi, j'ouvre toujours la porte de l'armoire. J'espère toujours qu'on ne va pas me voir.

Moi : On met en place des petites astuces pour être un peu protégé ?

Ines : Oui.

Moi : OK et est ce que le fait de ne pas avoir d'intimité, comme tu dis la je suis en train de m'habiller, il peut ouvrir la cellule etc. Est ce que est ce que c'est quelque chose qui est douloureux pour toi ou est ce que c'est plus c'est plus bon? saoulant quoi? Ou c'est vraiment difficile?

Ines : Moi j'ai dur par rapport à ça parce que même quand je vais aux toilettes, parfois je me retiens. Je me dis là, c'est les heures ou ils vont venir. Ou bien quand j'entends la grille, je suis sur les toilettes, donc je fais vite pour me relever. Donc c'est stressant. C'est un peu gênant. Moi, j'ai peur, ça va on m'a encore jamais vu . Mais oui.

Moi : On est toujours sur la retenue? Un peu. Et par rapport à ta religion aussi, le fait montrer son corps et tout c'est compliqué ?

Ines : Par rapport à ça, parce que je vois d'autres filles, elles n'ont pas un problème oui. Moi je suis servante donc quand l'agent ouvre la porte et la personne est aux toilettes elle dit je suis aux toilettes normal. Mais ça m'arrive, je pense que je suis vraiment pas bien moi.

Moi : Et est ce que tu as des différences dans ton intimité? Entre avant ton incarcération et maintenant ?

Ines : oui !

Moi : Et maintenant par rapport à la sexualité. Est ce que tu arrives à en avoir un peu? Ou alors pas du tout ? Depuis que tu est incarcéré?

Ines : Pas du tout. Depuis quatre ans. franchement ça me manque pas, j'ai pas envie et je n'y pense pas du tout.

Moi : OK, Et est ce que est ce que c'est douloureux pour toi? Est ce que ça te manque parce que c'est important, ou est ce que, bon bah t'es ici alors tu n'y penses pas et t'as pas le choix.

Ines : Non, franchement, je sais pas, ça me vient pas. En fait, j'ai tellement je pense à mes enfants et a tout ce qui m'est arrivé. Tout ça, c'est pas un truc qui est important.

Moi : T'as d'autres choses en tête ok. Maintenant le sport, le sport ou même tu sais, l'activité physique, le fait de bouger, de se déplacer etc. Comment tu décrirais ta pratique sportive ici? Est-ce que tu as l'impression de bouger quand même? Tu bouges après t'es servant d'aile, donc tu es quand même pas mal mobile. C'est pas comme si tu étais dans ton lit toute la journée mais est ce que tu as l'impression de bien bouger, de bouger qu'un petit peu, ou pas assez ? .

Ines : J'ai l'impression de ne pas assez bouger, après le travail c'est pas la même chose qu'en faisant du sport. En faisant du sport, tu sens que tu maigris

Moi : Oui, tu fais des efforts et ça fait mal et tu le sens.

Ines : J'aime pas qu'on ait trop de personnes dans une salle, je ne suis pas à l'aise

Moi : Donc tu ne vas jamais à la salle de sport ?

Ines : Je suis déjà parti deux ou trois fois.

Moi : Mais ça te gêne trop ok. Et est ce que tu faisais du sport avant l'incarcération ou est ce que tu bougeais beaucoup ? C'est même le fait de marcher, selon ce que tu fais dans ta journée tu vois ?

Ines : Du sport? Non, j'en faisais pas spécialement fait auparavant. Mais oui, j'ai beaucoup bougé beaucoup.

Moi : Donc là, tu, sens que tu es limité et que tu restreint quoi tu le ressens ? et du coup, est ce que tu penses que le fait d'être incarcéré, d'être enfermé ça a changé quelque chose dans ton besoin de bouger ? Tu vois ce que je veux dire ? Est ce que du coup, le fait d'être enfermé, le fait d'être loin des proches et d'être moins libre, de ne pas pouvoir faire ce que tu as envie? Est ce que tu penses que ça, ça te donne aussi plus l'envie de bouger et que du coup, le fait de ne pas pouvoir le faire, c'est encore plus dur ?

Ines : Oui ! Surtout que j'ai eu mes enfants très tôt, et je les ai eu l'un derrière l'autre, donc j'étais toujours occupée, un même un petit peu occupée, donc je n'étais jamais assise. C'est pour ça que j'ai aussi dur quand il y a des grèves, tout de rester assise, ce n'est pas dans mes habitudes. Donc c'est dur pour moi et j'ai besoin de bouger, de m'occuper.

Moi : Mais quand t'es dans ta cellule, là bas, comme tu dis quand il y a des grèves, du coup qu'est ce que tu te fais, du coup tu bouges beaucoup?

Ines : Je nettoie ma cellule je sais pas, je tourne, pour bouger et pas rester assis. OK.

Moi : Est-ce que ça t'es déjà arrivé de te mutiler ou de penser à le faire ici?

Ines : Non dans notre religion, c'est pas autorisé de se suicider ou...

Moi : Donc ça ne t'as jamais traversé l'esprit même quand t'étais pas bien ?

Ines : Je dis parfois oh j'ai envie de mourir. Mais c'est pas ce que je veux dire. C'est pas que je vais le faire ou je pense à le faire. C'est parce que c'est un ras le bol.

Moi : D'accord et maintenant plutôt vis à vis du corps intérieur, donc par exemple de l'alimentation, etc. En plus t'es en plein jeûne je suis désolé je vais te parler de ça alors que tu peux pas manger. Comment tu décrirais ton alimentation ici? Est ce que tu penses que tu as une alimentation saine ou pas du tout?

Ines : Moi, je trouve qu'on mange trop. En fait, on mange pas assez équilibré. on manque de vitamine des choses comme ça, des fruits des légumes, je trouve, c'est trop gras et c'est pour ça qu'on grossit toutes ici.

Moi : OK. et est ce que avant d'être incarcérée tu mangeais mieux ? est ce que ton alimentation a vraiment changé quand tu es entrée en prison ?

Ines : Oui, bien sûr.

Moi : Et est ce que ça a eu des répercussions sur ton corps? Du coup, tu me dis que tu as pris du poids.

Ines : En fait, on était sous.... Comment s'appellent les gens qui sont trop maigres?

Moi : Sous alimentés ?

Ines : Ont été moi et mes enfants. Ils étaient comme ça, parce que c'était c'était la crise là bas, c'était la guerre. Donc vous n'avez pas accès à de la nourriture. Donc on faisait avec le minimum qu'on avait. Mais oui, il y a une différence ici c'est beaucoup plus.

Moi : Tu manges mieux et tu le sens. Du coup, tu te sens en meilleure santé ? tu sens que tu plus d'énergie ou que tu es plus en forme qu'avant vu que tu manges mieux?

Ines : Oui, mais c'est moitié moitié ça va car je mange mais j'aime pas prendre du poids je me sens lourde.

Moi : Donc oui, ça reste quand même gras et ça, même si ça fait du bien à ton corps de manger.

Ines : Bien sûr.

Moi : Ça n'a pas forcément que des effets positifs. Maintenant au niveau au niveau des soins de santé, c'est du suivi par rapport à ta santé enfin le médecin etc. Est-ce que tu te sens bien accompagné quand tu es malade? Est ce que tu as l'impression d'être bien prise en charge, d'être bien suivie ?

Ines : Non, je ne sais pas. J'ai l'impression qu'on s'en fout un peu. Parce que plusieurs fois, j'étais partie chez le medecin, déjà, j'ai des problèmes au genou et je me suis blessé ici au côté droit et j'ai fait plusieurs fois la demande pour faire une radio mais j'en ai pas, ça fait neuf mois que j'attends et par rapport à mon genou aussi, ça fait déjà deux semaines que j'ai fait des radios. Ben on m'a toujours pas appelé pour avoir des résultats, pour voir ce qui va se passer, par exemple pour mes lunettes, parce que je suis myope, je devais faire mes lunettes, après sept mois, ils m'ont appelé pour faire mes lunettes, je suis restée tous temps sans, donc on ma vue que j'ai fait mes lunettes à baissé. Et au final, c'est pas les bonnes vitres.

Moi : Tu n'as pas l'impression d'être suivi comme il faut et d'être ou d'être bien accompagné, même maintenant.

Ines : Par exemple, quand j'ai quelque chose, je demande même plus le médecin parce que j'ai l'impression d'être un, d'être un poids, ou bien qu'elle me dises vous êtes toujours malade vous. De déranger.. Donc du coup, je vais même plus. Même si je ne suis pas bien.

Moi : Quitte à laisser ta santé de côté. Du coup, tu demandes même plus à consulter. D'accord et est ce que avant c'était important pour toi? Un bon suivi de santé? Est ce qu'avant tu consulté facilement ou est ce que par rapport à sa situation, c'était bas compliqué ?

Ines : Quand j'étais là bas, je me disais vivement que je retourne en Belgique pour avoir un bon suivi . Et en fait ça revient au même.

Moi : et est ce que t'as facilement accès aux médicaments ? quand tu as mal à la tête ou quand t'es pas bien, est ce que tu as facilement un cachet ? ou c'est compliqué ?

Ines : On reçoit facilement.

Moi : Et maintenant plus par rapport à la santé mentale. Tu sais à ton esprit comment tu te sens depuis incarcérés. Qu'est ce qu'il en est?

Ines : Il y a des jours ou c'est très difficile et des jours ou ça va mieux. Mais je pense que c'est pour ça que je m'occupe toujours. En fait, je souris, mais au fond de moi, je suis quelqu'un de blessé, de triste, mais j'essaie de ne pas le montrer.

Moi : Pour te protéger aussi ?

Ines : Pour me protéger et pour pas que ça se voit. Déjà, quand je suis arrivée ici, on me disait toujours ouais, terroriste, terroriste. En fait, on me l'a tellement dit que, j'ai pas envie qu'on me traite comme ça. J'en envie de montrer que je ne suis pas comme ça.

Moi : Et donc le fait de sourire même quand ça va pas ça permet de donner une bonne image de toi ? Donc ça aide à tenir aussi à avancer ?

Ines : Oui, oui, bien sûr.

Moi : Et du coup, ça, tu le fais pour, pour te protéger, pour protéger ton esprit. Tu essayes toujours de reprendre le dessus et de te sentir bien. Mais est ce que ici tu es plus facilement triste qu'à l'extérieur? Est ce que c'est plus facile de se laisser sombrer entre guillemets qu'à l'extérieur ?

Ines : J'y étais plus forte et je n'avais pas le choix de montrer que j'étais forte pour les enfants et tout, ici, je suis devenue très sensible. Un petit truc je peux vite pleurer ou mal le prendre. Avant j'étais plus forte je pleurais pas souvent.

Moi : C'était aussi parce que tu étais dans le truc pour les enfants.

Ines : Il ne fallait pas que je leur montre aussi. Ce que j'ai eu entre temps, j'ai eu la petite qui est décédée, puis j'ai eu mon mari qui est décédé et je devais rester forte pour ne pas tomber en dépression. Donc c'est ici maintenant que je suis toute seule je commence à pleurer et à réfléchir et à penser ce qui s'est passé.

Moi : Et est ce que tu penses que c'est dans le bon sens, c'est à dire que c'est bien pour toi que tu arrives à accepter que ben oui, des fois je ne suis pas bien, alors je vais pleurer. Est ce que tu penses que c'est bien pour toi?

Ines : Oui. Ça me fait du bien en tout cas. Ce que j'ai retenu, retenu, retenu, tout ce temps. Et maintenant je commence à le travailler, j'avais beaucoup sur les épaules et là je vois les choses plus.

Moi : Et du coup, quand tu es triste etc, est-ce que tu as, des petites astuces? Qu'est ce que tu fais quand tu sens triste, pour penser à autre chose?

Ines : Souvent et je vais lire le Coran.

Moi : Ça apaise. OK.

Ines : Donc c'est ce que je fais tout le temps.

Moi : D'accord ça te fait du bien de te remettre dans ta foi? Et du coup, le fait d'être incarcérée, ça a vraiment changé quelque chose dans ton état d'esprit, général ou pas? Tu dis que tu pleures plus facilement qu'avant, etc mais du coup, tu dans ta tête, tu te sens comment? Est ce que tu te sens plus forte qu'avant? Est ce que tu te sens, je ne sais pas, évoluée ? Est ce qu'est ce que tu te sens plus faible qu'avant ? Comment tu ressens ça?

Ines : Je sens que je fais des efforts, et plus forte pour tout, je me dis que je réussis, il faut que je sois en forme pour récupérer les enfants.

Moi : Donc tu sens que tu as progressé. Et du coup, quand tu es indisposée, est ce que est ce que tu sent que le fait d'être enfermée c'est encore pire? c'est encore plus compliqué? Parce que voilà, quand on a ses règles à l'extérieur, on sait que ça joue sur les hormones, sur la façon de se sentir, etc Est ce que ton corps est réagit différemment du fait d'être enfermée par rapport à avant, quand tu avais tes menstruation?

Ines : Avant rien du tout mais maintenant je sais quand je vais avoir mes règles il y a 3 jours avant ou je n'arrête pas de pleurer. Je suis pas bien.

Moi : Donc le fait d'etre enfermé    rend les règles plus dures à vivre et à accentue encore la baisse de moral qu'on peut avoir dehors quand on est indisposée.

Ines : Oui donc quand je pleure beaucoup je sais que    arrive.

Moi : Est ce qu'il y a quelque chose sur lequel tu veux revenir ou quelque chose sur pour toi, c'est c'est quoi vraiment la principale chose en rapport à ton corps? Donc par exemple, tout ce qu'on a parlé, que ce soit, sur l'intimité, sur l'hygiène, sur ton esprit ou ton état de santé physique, C'est quoi la chose qui a vraiment le plus d'effet sur ton corps

Ines : Bien déjà le fait de bien manger et de se sentir propre. Et tout   , c'est déjà quelque chose tu te tiens, tu dis ah aujourd'hui je suis bien, je me sens bien

Moi : Donc c'est plus tout ce que tu peux faire pour pour te sentir bien, pour que    aille dans ta tête en fait.

Ines : T'es apaisée, et même quand tu manges. La je jeûne, mais dès que je mange, à fait du bien . Donc tout   , c'est quelque chose de positif, c'est quelque chose qui t'aide.

Moi : Donc tu as vraiment la sensation que ton bien être mental, passe par l'entretien de ton corps Ecoute, si tu n'as rien à rajouter, si t'as pas de choses sur lesquelles tu veux revenir, c'est bon pour et mes questions.

Ines : Merci.

Moi : Merci à toi d'avoir répondu. C'est très gentil et    m'aide.    m'aide beaucoup.

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°8 : *Patricia, le 30/03/2023 à 13h35, Lantin, durée de l'entretien : 1h10*

Moi : comme tu sais je fais mon travail de fin d'étude sur le corps des femmes incarcérées, toutes les limites de l'enfermement qui ont des impacts sur votre corps et tout ce que vous tentez, ou réussissez à mettre en place pour y résister. Qu'est-ce que tu aurais envie de me dire sur toi ?

Patricia : J'ai 34 ans, je m'appelle Stéphanie, je suis incarcérée depuis 4ans et demi, c'est la 1^è fois que je viens j'ai un garçon de 14 ans qui travaille super bien à l'école, je commence à me rapprocher tout doucement de lui, je sors en PS, je vais bientôt avoir fini ma peine, je travaille, voilà

Moi : ok ! alors mes questions sont divisées en catégories : sur son apparence, sur ton physique, et sur ta santé. Du coup déjà par rapport à ton apparence, est ce que ton corps c'est important pour toi ?

Patricia : avant non, maintenant oui. Comme je suis une toxicomane profonde comme ils appellent ça, bon moi j'ai été jusqu'à la seringue, donc quand t'es à fond dans le produit tu fais pas attention à ton hygiène, au cicatrices chik chak, aux dents... maintenant c'est quelque chose qui me gêne, je suis en train de faire les démarches pour les faire refaire. Donc oui quand t'es en prison tu récupères tes neurones

Moi : ça t'as fait prendre conscience que ton apparence te plaisait pas ?

Patricia : oui oui !

Moi : et comment tu perçois ton corps alors ? est-ce que c'est différent de avant ton incarcération ?

Patricia : bah t'es tellement dans le produit que tu te rends pas compte ! tu te vois te dégrader mais tu ne réalises pas, faut vraiment arriver bien loin pour se dire ah ouais j'ai changé, t'es dans le déni

Moi : et du coup avant ton apparence n'était pas importante mais maintenant ça l'est, et comment ça peut se manifester cette importance ? qu'est-ce que tu fais maintenant que tu ne faisais pas avant pour prendre soin de ton apparence ?

Patricia : je ne me drogue plus ! bon avant je vivais chez mon grand-père je pouvais rentrer tous les jours chez lui mais je dormais dehors, tout a changé en fait ! je ne vis plus dehors, je ne me drogue plus, se lever à telle heure manger à telle heure dormir à telle heure se laver à telle heure, des fois c'est un peu chiant mais j'ai un rythme de vie que je n'ai pas dehors. Moi je dors énormément quand je rentre en prison, j'ai besoin d'un temps d'adaptation.

Moi : par rapport au maquillage, vêtements, coiffure, il y a une différence ?

Patricia : ah oui ! déjà tu dors dehors, t'as pas de peigne, donc t'es pas coiffée, les centres t'y vas à 8h et tu ressorts à 12h sauf que pour un toxicomane le temps que tu perds c'est de l'argent que tu perds ! donc t'y vas pas car t'as besoin d'argent, donc tu voles pour ton argent, des fois ça te pousse à faire des conneries.

Mais oui l'apparence du t'en fou, tu te piques tu saignes tu t'essuie sur ton pantalon, t'en as plus rein à foutre de la vie en fait ! tout ce qui compte c'est faire la manche aller chercher ta conso, consommer, faire la manche etc c'est ça toute la journée toute la nuit ! ici tu fais attention à toi, moi par exemple quand je vois ma photo d'entrée, j'en ris mais je me dit putain j'étais comme ça mais merde ! si je vois

quelqu'un comme ça j'aurai mal au cœur ! maintenant il faut changer il y a des gens qui arrivent comme ça et qui ressortent comme ça de la prison ! maintenant j'essaye de sortir et pas consommer, c'est difficile. Quand j'aurai tout refait mes dents convenablement, ça sera bien, je me suis dit même pour mon fils, quand il m'a vu, comment est-ce qu'il m'a vu. Qu'est-ce que ma famille a ressenti en me voyant comme ça ? maintenant je comprends quand mon père me disait oh reprends toi... t'en as rien à foutre !

Moi : c'est un cercle vicieux !

Patricia : moi je pouvais rentrer chez moi mais ils ont essayé de plus rien me donner pour que je revienne mais c'était pire je revenais pas, donc mon apparence... j'étais tout le temps dehors... l'apparence fait quand même beaucoup de choses ! quand tu vas chez un patron c'est la première chose qu'on regarde ! les tatouages que j'ai fait sur les mains quand j'étais défoncée... super... mais maintenant ceux-là j'aimerais les enlever car c'est les premières choses que tu montres.. Il y en a qui sont bien vu les tatouages mais ça dépend comme ils sont faits etc

Moi : c'est avec cet arrêt de consommation continuelle et excessive en fait que tu as réalisé que ton apparence ça ne te convenait pas quoi ?

Patricia : oui c'est ça ! mais tu vois même le simple fait de remettre de la crème sur ton corps parce que ta peau est sèche, tu le fais pas ça dehors ! tu vas te laver dans des fontaines, au plus vite, au plus près ! ici l'été on est en short, donc voit que j'ai des cicatrices partout, donc j'essaye de mettre un peu de crème pour les atténuer.. J'essaye d'améliorer mon apparence
Je suis rentrée avec plein d'abcès ils m'ont fait des cicatrices énormes car ils ont fait ça comme des barbares, car ici dès qu'on te connaît t'es catalogué et jugée, et on te soignes mais bon l'étiquette est mise.. mais l'apparence maintenant oui c'est important pour moi !!

Moi : donc maintenant au niveau de tes tatouages et piercings ?

Patricia : les tattoo j'adore moi je pourrais me faire tatouer de la tête au pieds, mais je suis maman j'ai mon âge..

Moi : tu aimes mais tu penses à ce que ça va refléter ?

Patricia : oui ! j'ai envie que mon fils mon père soient fiers de moi, et puis moi être fière de moi !

Moi : et ils sont important ?

Patricia : oui chaque tatouage représentent un moment de ma vie ! le glock sur la poitrine c'est l'ustensile de travail de mon mari qui est décédé dont j'ai le nom et prénom dans le cou, le serpent ça me représente, le soleil je l'ai fait pour la naissance de mon neveu, c'est très important pour moi !

Moi : t'en as jamais fait ne prison ?

Patricia : non ! avant c'était possible quand c'était des bonnes vieilles détenues qui faisaient ça bien mais ici non, je veux pas des cicatrices en plus !

Moi : par rapport à ton hygiène, comment tu peux en parler ?

Patricia : déjà j'en ai plus ici en prison que dehors ! si t'as pas d'argent en prison, tu sais rien faire ! quand tu travailles pas t'as 50 en social, donc déjà 20€ de tv... Les produits sont chers, les crème visage 23€ un fond de teint 15, un pinceau 17 balles
Donc quelqu'un qui touche du social il doit choisir entre sa TV et son hygiène !
L'hygiène en prison bon, je suis déjà quelqu'un qui nettoie toujours chez moi, les douches elles sont... Tu sais c'est des languettes, je fais attention de pas les toucher quand je rentre dans la douche

Moi : donc tu dis que t'as plus d'hygiène ici qu'avant

Patricia : dans le milieu toxicomane ou j'ai vécu oui ! parce que avant j'avais une baraque, j'étais propriétaire tout, mais du jour au lendemain...

Moi : bon toi t'es là-haut donc t'as une douche tous les jours ? mais avant ?

Patricia : même quand je bossais pas au début, je me suis toujours arrangée pour avoir une douche. Mais je trouve pas ça normal le système de la douche un jour sur deux en bas, c'est souvent des tox ou des SDF, c'est pas en une douche que t'enlève tout, les toxicomane la transpiration est acide, même si tu bouges pas tu sens pas bon, les draps une fois par semaine ça va, mais franchement une douche sur deux... Si tu rentres les vendredi, mais que t'es dans la mauvaise aile, tu tombes mal, tu te relèves pas avant le lundi !

Moi : est-ce que t'as mis en place des astuces, vu que tu es limitée par exemple une douche par jour ?

Patricia : tu fais chauffer de l'eau, quand t'as une taque, mais encore une fois c'est une question d'argent ! c'est pareil on n'a pas d'eau chaude en cellule ! que ce soit limité je peux encore comprendre mais bon, qu'on puisse se laver quoi... Quand tu rentres du travail, faire chauffer de l'eau te changer dans ta cellule ou il fait froid quand t'es tox... c'est compliqué. Mais voilà l'hygiène c'est la base... ils viennent de nous remettre des portes à 10000€, mets nous plutôt une douche dans la cellule !! Les internées elles savent pas quoi faire, si tu leur laisse que 3 douches semaine.. ils prônent la réinsertion mais il n'y en a aucune ! si tu vas pas dans leur sens pour eux c'est du foutage de gueule..

Moi : et du coup, toujours sur l'hygiène, est-ce que tu as développé des soucis de santé ici à cause du manque d'hygiène ?

Patricia : j'ai eu la galle ici, j'ai eu des verrues en allant à la douche donc maintenant je mets de slash tout le temps. Tout ce qui est covid etc, tuberculose... t'attrapes beaucoup de trucs ici par manque d'hygiène

Moi : D'accord... par rapport à l'intimité qu'est-ce que tu peux dire ?

Patricia : je connaissais la prison à niveau fermé, je pensais que j'avais pas d'intimité car les agents venaient toujours surveiller... Mais maintenant qu'on a les cellules ouvertes, je me rends compte que j'en avais ! j'adore avoir mes portes ouvertes, on est entre potes etc mais quand la porte se ferme à 20h30 je suis contente, je suis dans ma bulle, on en m'emmerde pas, si on vient me voir à l'œilleton j'en ai rien à foutre ! on a mis des règles entre nous, on frappe et si ça répond pas on rentre pas etc, mais il y a des gens des fois qui frappent même pas, dans les douches il y en a qui font que gueuler, on prend une douche une fois par jour on a envie d'être tranquille, quand je prends ma douche il y a toujours quelqu'un qui attends devant toi !

J'étais timide avant, maintenant plus du tout ! les agents et les autres nous ont tous vu en train de tout faire... même quand t'es au toilettes ton paravent il arrive sous ta tête donc quand on ouvre la porte on voit ta tête, t'as l'air con ! l'intimité c'est pas ça quoi

Moi : c'est très compliqué quoi... Et est-ce que t'as un moyen pour essayer de protéger cette intimité ?

Patricia : je remballe ! je deviens agressive ! quand j'ai envie d'être tranquille je le dis, une fois, deux fois, la troisième ça gueule !

Moi : là vous avez un peu toutes vos limites pour respecter l'intimité de chacune en fait

Patricia : oui c'est ça ! et quand une nouvelle arrive on explique les règles, ça se passe comme ça, comme ça, comme ça ! pour que chacune respecte pour le bien être de tout le monde

Moi : Est-ce que tu sens des différences dans ton intimité entre avant ton incarcération et ici ?

Patricia : oui il y a du changement.. C'est pas comme à la maison, même si j'étais toujours dehors, quand j'étais à la maison c'est différent

Moi : et comment tu le vis cette limite d'intimité ?

Patricia : je m'adapte !

Moi : c'est frustrant, c'est chiant, c'est douloureux ?

Patricia : douloureux non, je mords sur ma chique, et ça passera comme tout le reste ! j'ai tellement eu de choses hardcore dans ma vie, mais ça ira, et des fois chez moi en PS je me comporte comme ici ! j'ai mes habitudes

Moi : comment tu décrirais ta sexualité ici ?

Patricia : bah déjà si tu peux avoir des visites il faut des mois pour aller en VHS, ici souvent elles tournent toutes bi ou lesbienne, je n'ai rien contre mais moi ça me donne pas envie ! je trouve qu'on n'a pas assez de contact ! car eux les mecs ça devient des animaux quand ils voient des filles, mais les filles elles sont pas mal non plus ! des fois j'entends des conversations euh elles sont plus trash que celles des hommes ! on devrait pour le travail, certaines activités...

Moi : instaurer une mixité pour que ce soit plus incroyable de tomber sur un homme ou sur une femme ?

Patricia : c'est ça !

Moi : et est-ce que c'est important pour toi la sexualité ? comment tu le vis d'être coincée ?

Patricia : ah oui c'est important ! des fois ça me manque, alors bon on fait comme on peut toute seule ici ... plus de mixité il y aurait peut-être moins de problèmes déjà, bon après avec mes sorties j'ai aussi des sex Friends si j'ai envie, mais bon

Ici même pouvoir plaire à quelqu'un, moi je kiffe ça mais ici tu peux pas on est qu'entre filles... Par contre ce que j'ai ici, moi je n'aimais pas les bisous, quand je connais pas les gens etc, amis avec les années je ne suis plus gênée ! je suis plus tactile !

Moi : d'accord donc ça a bien changé ! et par apport au sport, l'activité physique qu'est ce que tu peux dire ?

Patricia : le sport c'est cool mais moi je travaille toute la journée donc je suis crevée après, des fois je vais tout le temps au sport, des fois j'y vais pendant 7 mois mais je fou rien... Par contre tu prends énormément de poids en prison ! on ne marche pas assez, la bouffe est grasse, des activités extérieures pour te donner courir ça fait du bien, car une salle de sport moi je me sens encore enfermée

Moi : et puis la musculation ça ne plait peut être pas à tout le monde ?

Patricia : oui c'est ça ! mais il faut aussi que je sois bine lunée, si je suis mal lunée, que c'est fin de semaine, tu peux danser sur ta tête je ferai pas ! on grossit ! moi ici j'ai pris 30 kilos en 4 ans, j'en ai reperdu 17, ça aussi question hygiène et regard sur le corps c'est difficile ! tu te remets nickel et bombasse et après tu deviens la bombasse ! la bombonne ! donc tu te plait plus, et tu te laisses aller... Si t'as pas de mental ou quoi tu crèves ici

Moi : et donc tu sens une différence dans ton activité entre avant et là ?

Patricia : j'étais à la rue donc je marchais du 7h du matin à 3h du matin !

Moi : donc tu sens une différence ? et ça a fait changé ton corps !

Patricia : oui je suis plus pourrie qu'avant ! je ne peux plus suivre les gens dans la rue etc j'ai beaucoup perdu en force et en cardio et puis j'ai grossi

Moi : d'accord et au sujet de l'automutilation, est ce que tu t'es déjà mutilé ? ou juste pensé à le faire ? ici ou avant d'être incarcérée ?

Patricia : non ! enfin qu'est-ce qu'on appelle l'automutilation, car un toxicomane quand il trouve pas sa veine et qu'il force force force, pour avoir sa dose, si on considère que c'est de l'automutilation, alors oui j'en ai eu

Moi : ah oui ça en est !

Patricia : même si le produit est dur, que ça sert à rien tu luttas pour avoir ta doses !

Moi : oui si tu te charcute absolument pour avoir ta dose..

Patricia : c'est ça ! pour te faire du bien !

Moi : Et maintenant, avec le corps intérieur comme je te disais l'alimentation, la santé... Pour l'alimentation, tu penses qu'elle est saine ?

Patricia : Non ! encore une fois si tu ne travailles pas, et encore les produits qu'on peut acheter c'est super cher pour le prix qu'on paye on pourrait avoir mieux... Si t'as pas un peu de thunes tu vas nulle part ! je sais pas si t'as déjà vu le fond d'un chariot c'est gras à mort ! moi j'ai niqué mon foie ici ! enfin il était déjà arrangé à cause de l'hépatite C, mais si t'arrives ici avec plein de carences t'es dans la merde ! tu as de la purée tu vois encore la poudre au milieu ils n'ont pas touillé, les merguez plein de points blancs dedans tu ne les digères pas !

Moi : est-ce que c'est important pour toi de bien manger ?

Patricia : en ce moment je suis ailleurs, avant quand on avait les portes fermées j'étais plus centrée sur moi-même, là je me fais plus à manger, les filles font à manger et tout, mais avant je me faisais au moins à manger le Week-end

Là je mange des nouilles je fais chauffer l'eau et hop ! mais si t'as pas d'argent tu te payes pas de la bonne viande etc donc tu manges au chariot et tu gonfles !

Moi : et par rapport à ton alimentation avant d'être incarcérée ?

Patricia : oh ! je mangeais tous les 10 jours déjà ! pas forcément faim, tu finis par manger quand même parce que tu te drogues, t'es à fond dans le produit, faut manger un minimum sinon ça fait pas effet dans un estomac vide. Maintenant quand je faisais la manche et qu'on me donnait de la nourriture, je mangeais, de suite. Ou quelqu'un te dit dehors oh t'es bien maigre ! ok bah c'est bon je vais prendre un burger à 2€ chez mcdo et voilà

Mais c'est pareil c'est quand même priorité à la conso, et après la bouffe... tu calcule ce que t'as eu par la manche, j'ai 10 € c'est ce que me coûte ma cons, mais si je fais encore 5 je peux avoir ma coke, donc il faut que je garde.. C'est un cercle vicieux

Mais c'est grâce aux séjours ici que j'ai récupéré mon cerveau et que j'ai progressé

Moi : et du coup ton changement d'alimentation il a fait que tu as pris du poids alors ?

Patricia : oui un toxicomane qui entre en prison il bouffe ! sucres confiture coca pain chocolat ! quand tu consommes héroïne les capteurs d'endorphines sont à fond mais dès que tu consommes pas t'es à plat ! ils te donnent rien ! sauf que t'as le temps de chier des barres en attendant ! que tu donnes pas de suite à quelqu'un qui vient de rentrer pour éviter une surdose car tu sais pas ce qu'elle a consommé avant ok mais c'est inhumain !

En fait tout va ensemble tout est lié ! la drogue la bouffe etc

Moi : oui je vois... et suite à tout ça, ces soucis : ta santé, tu te sens correctement suivie ?

Patricia : on n'est pas suivis ! pour mes dents c'est la galère le dentiste il arrache pas tout en même temps, et entre temps, il te fait pas de dentier provisoire, donc la mâchoire elle bouge, et après quand tu as ton dentier ça fait mal ! mon hépatite on me l'a bien soigné, comme des mini chimios mais en cachet, ça, ça a été mais bon.. on a eu 4/5 morts sur un an et demi !

Une qui toussait toussait elle a fini par crachait du sang on lui disait que c'était rien bim cancer, elle demande une libération, on lui disait que c'était prématuré, 15 jours après elle est morte ! ça dépend en du genre que tu prends pour parler ! moi je l'aime bien la médecin, je suis franche avec elle je lui dit ce que je veux et elle me fait confiance

Maintenant il y a des gens qui disent ouais si vous me donnez pas ça je retourne le bureau, mais c'est pas comme ça que ça marche !

Moi : oui c'est quand même lié à la façon de faire.. Et est ce qu'il y a une différence dans ton suivi par rapport à avant ?

Patricia : ah oui !!

Moi : même si t'as pas l'impression d'être suivi de très près ici, tu prends quand même plus soin de ta santé

Patricia : ah oui tu fais pas attention à toi dehors !! tu vas dans les centre de conso, il y a des infirmiers etc mais c'est trop long alors tu t'en vas, des fois ils ont une réaction au test de la tuberculose et ils vont pas consulter direct ils se disent que c'est rien et hop..

Et ici, si j'arrête, j'arrête, si j'ai 3j d'ITT je fais à fond et après go ! mais pas plus, ton corps te dit merde, mais tu continues ! c'est une forme d'autodestruction !

Et puis pour avoir une prise de sang j'ai mis un an !! et c'est qu'une par an ! ah oui mais si t'as une urgence tu fais comment ?

Mais prise de sang ça fait peur car tu consommes toujours un peu... Donc des fois elles refusent...

Moi : et l'accès aux médicaments, même si pour les spécialiste etc c'est compliqué, mais quand t'es malade, tu vas chez le médecin, t'as facilement un traitement ?

Patricia : oui enfin, t'es malade le vendredi, t'as pas tes médocs avant le lundi, donc t'es plus malade ! mais moi je suis têtue, si c'est pour ma santé et que je crève de mal, j'insiste !

Moi : et sur ta santé mentale ?

Patricia : Moi je suis à la fin donc ça devient long, et puis j'ai connu la vieille prison, moi les nouvelles elles me saoulent ! et puis il y a beaucoup d'internées ! nous on vit avec tout types de personnes ! des pédophiles, des meurtrières etc ! c'est pas évident !

Moi : et comment tu fais pour protéger ton esprit de tout ça ?

Patricia : tu te mets en mode guerrier ! déjà quand tu arrives ici pas encore condamnée ton cerveau est sur pause, une fois que t'es condamné, ton cerveau se dit que t'es là pour un moment donc il se met sur Play et là c'est la purge !

Moi je tourne tout à la rigolade, c'est une façon de dédramatiser !

Moi : c'est pour te protéger aussi ?

Patricia : oui ! ici j'ai vu des choses dures, qui te marquent ! quelqu'un à perdu un bébé dans les toilettes, des TS ! comme les choses horribles que tu vois dans la rue,, mais encore une fois tu t'en rends pas compte enfin tu obstrues, mais là tu réalises.. le manque d'affection ! parce que l'affection d'une amie c'est pas pareil, tes proches te manquent souvent aux fêtes etc... Mais voilà j'ai une facilité parce que je me suis coupé de tout le monde. Je suis là car j'ai amené de la drogue en prison, et mon mari est mort ici avec mes stup car il avait déjà consommé avant, car dans mes stup il y avait des gélules de méta pas au bon dosage, au lieu d'être à 40 c'était à 86, donc on a beau me dire que c'est pas ma faute, j'ai eu une petite peine 5 ans sur 9, pour moi c'est de ma faute ! j'aurai pas apporté les stup, ça serait pas arrivé ! et du coup je me suis détruite !

Moi : c'est ta façon de te punir en fait ?

Patricia : oui ! mon jugement c'est pas le juge en fait, c'est moi qui me le fait ! maintenant j'arrive doucement à sortir de cet engrenage, je crois que je me suis interdit ma vie normale, j'ai envie d'avoir mon chez moi, mais c'est dur ça fait 14 ans que je ne vis plus normalement
Tu mets beaucoup de carapace, de barrières ici alors quand tu les baisses et qu'on te blesse c'est dur.. je préfère prendre un coup qu'on me blesse le cœur

Moi : c'est la corde sensible !

Patricia : oui !

Moi : Est-ce que tu crois que tu t'es améliorée dans ton état d'esprit, dans ton bien-être mental ici ?

Patricia : Du travail a été fait ! car je sais aussi comment ça fonctionne, qui contacter, que le psy c'est possible etc. Je pense que j'ai fait du chemin, mais aussi en parlant aux filles ! et puis moi j'ai des détenues c'est des vraies amies ! mais c'est pareil je sais que je n'ai pas le droit de les voir dehors une fois que je sors ! on n'a pas le droit ! c'est pareil ça c'est horrible ça va être très dur !

Moi : oui et d'ailleurs comment tu fais quand t'as un coup de moins bien ?

Patricia : soit je préviens les filles et je me mets dans ma bulle dans ma cellule, avec un joint, mon lit ma télé, et j'ai besoin qu'on me laisse tranquille ! ou alors j'ai besoin de parler à ma copine ou à l'éduc, je sais qu'il n'y a pas de jugement, ou alors un agent
Je prends de la distance maintenant, il y a des choses qui m'énervent, mais je me dis ho aller c'est bon on s'en fou ! avant j'étais tête brûlée, je pétais un plomb, maintenant j'essaye de mettre à profit ce que j'ai appris avec ma psy !

Moi : c'est très bien ! j'ai fini avec mes petites questions, est ce que tu as des choses à ajouter ?

Patricia : non ! je crois pas !

Moi : bon bah merci beaucoup pour le temps que tu m'as accordé !

Patricia : mais de rien Raph ! tantôt

Moi : Tantôt

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°9 : Lisa, le 30/03/2023 à 14h50, Lantin, durée de l'entretien : 58min

Moi : Alors, mon travail de fin d'études est sur le corps des femmes incarcérées. Donc toutes les façons dont vous pouvez être limitée dans votre corps, et tout ce que vous vous mettez en place pour y résister !

Lisa : d'accord !

Moi : est-ce que tu peux me parler un peu de toi ? ta personnalité, ton âge, ta vie avant ton incarcération ?

Lisa : j'ai 40 ans, je vais avoir 41, je suis ici pour des faits de mœurs, j'ai protégé mon ex-compagnon je n'aurais jamais dû, c'est un peu dur de vivre avec ça sur la conscience, je m'en veux beaucoup. Ça fait faire 5 ans que je suis ici, avant de connaître mon compagnon j'étais quelqu'un de très caractériel, mon ex-compagnon m'a beaucoup rabaissé manipulé beaucoup, et maintenant je suis quelqu'un de très fragile, j'ai changé grâce aux filles, mais on me disait quelque chose je pleurais, très fragile, mal à l'aise car on regarde mon visage on m'appelle « joue qui pend » ça me faisait mal au cœur d'entendre parler de moi comme ça ! en fait j'ai une maladie, qui vient de mon grand-père, qui s'appelle la neurofibromatose c'est tous des petits kystes partout sur le corps c'est des nerfs qui se mettent l'un sur l'autre, si ça grossit pas c'est bon mais si ça grossit ça attaque les nerfs donc il faut l'enlever. J'en avais un derrière l'oreille quand j'étais petite, donc on m'a opéré, et ils ont touché un nerf, donc j'ai l'oreille et la joue qui pendent. Je peux me faire opérer, aux frais de la mutuelle, et j'ai commencé à faire les démarches ici.

Moi : parce que t'étais pas prête à le faire à l'extérieur ?

Lisa : oui en fait j'ai 3 enfants. J'aurais dû en avoir 5 mais j'en ai perdu deux à cause de ma maladie. Et en fait, mes enfants sont ma priorité, et je ne voulais pas les laisser même quelques heures, donc je ne m'occupais pas de ma santé. Donc je fais seulement les démarches ici pour m'occuper de ma santé, dehors je voulais pas le faire mes enfants c'est tout je vais toujours me priver pour eux, une demi-heure de perdue avec eux pour enlever un kyste c'était déjà trop. Ici je reprends goût à la vie je vois que j'ai pas besoin de mon ex-compagnon. Ici c'est un peu dur mes enfants me manquent, mais d'un côté ça m'a aidé à me reconstruire, je suis quelqu'un de très pudique et dans les douches c'est pas évident

Moi : on va en reparler de ça, de l'intimité etc !

Lisa : mon compagnon ne m'a jamais vu vraiment avec moins que des sous-vêtements, et encore c'était trop.

Moi : ah oui donc ici c'est compliqué

Lisa : je demande aux filles de se décaler quand elles attendent devant la douche, les agents doivent passer le soir, j'attends toujours 10h que l'agent de nuit soit passé pour me changer pour pas qu'ils voient mon corps

Moi : oui je vois que c'est difficile... On en reparlera après je te poserais des questions dessus. Sur ton apparence, est ce que tu te vois comme avant, ou est-ce que tu te perçois mieux que dehors ?

Lisa : oui je me perçois mieux, je prends plus soin de moi, j'ai pris du poids, trop, et puis j'ai remaigri un peu. Maintenant je me sens bien j'ai perdu 11 kilos, je me sens bien dans ma peau, celui qui veut pas me voir comme ça c'est son problème

Moi : est-ce que c'est important pour toi ton apparence ? et si oui comment ça se manifeste ? avec les vêtements par exemple, le maquillage ?

Lisa : je fais attention aux vêtements, qu'ils ne soient pas troués, pas que les gens se disent oh là celle là ! et par contre je ne me maquille pas car j'ai fait une allergie une fois quand j'étais toute petite à l'école on s'est maquillé pour un défilé, donc je ne me suis plus jamais remaquillé ça ne m'intéresse pas !

Moi : d'accord ok ! et même dans ta coiffure ? il y a des différences entre avant ton incarcération et maintenant ?

Lisa : coiffure je veux que des longs cheveux ou jusqu'aux épaules, mais pas plus court, tant que ça peut cacher ma joue et mon oreille. Mais j'aimerais bien une fois essayer une coupe plus courte, quand je serais opérée. Mais ici mes cheveux ça doit cacher

Moi : c'est comme une protection pour toi ?

Lisa : oui c'est ça, ça cache

Moi : d'accord et est-ce que tu as des tatouages ou des piercings ?

Lisa : je n'en ai pas, mais j'aimerais bien faire un tatouage ! pour mes enfants !

Moi : d'accord ! et pour l'hygiène, comment est ce que tu décris ta routine d'hygiène ?

Lisa : au début c'était très dur, parce que j'avais qu'un jour sur deux, quand je pouvais y aller, j'étais trop contente ! quand je suis montée et que j'avais ma douche tous les jours j'étais tellement heureuse, je fais très attention à ce que mes cheveux soient toujours bien propres !

Moi : et donc tes habitudes elles ont changé par rapport à l'extérieur ?

Lisa : non ! même quand il y a grève et qu'on ne peut pas avoir la douche tous les jours, je me lave à l'évier, je fais ce qu'il faut !

Moi : d'accord tu fais très attention alors ! et est-ce que tu as déjà eu des problèmes de santé à cause de l'hygiène ici ? même pendant les menstruations ?

Lisa : je dois faire attention à certains produits que je ne peux pas acheter tout le temps car je fais des allergies, le produit pour le calcaire dans l'eau je suis allergique, le shampoing je dois faire attention à celui que j'utilise, j'ai la peau très sensible et beaucoup d'allergies

Moi : d'accord ! et par rapport à l'intimité, tu me disais tout à l'heure que tu avais beaucoup de mal avec le fait qu'on puisse voir ton corps à la douche. Comment tu pourrais parler de ton intimité ? tu es en solo en cellule ?

Lisa : maintenant je suis en solo oui, je suis retournée en duo à un moment quand ils ont du changer les portes. Mais même je me sens pas à l'aise tant qu'il n'est pas 22h, je me lève tôt exprès, mais je ne suis pas à l'aise, je ne veux pas que quelqu'un me voit, si j'entends des pas, je me cache, j'ai des taches sur mon corps je ne veux pas qu'on me voit comme ça et qu'on me pose des questions. J'ai un stress avec ça, quand j'étais à l'école pour mettre mon maillot j'enroulais mon drap de bain autour de moi, pour pas que mes amies me voient comme ça, avant ça me gênait pas mais depuis que j'ai eu une moquerie d'une

amie à l'école c'était fini ! ici des filles se mettent devant les douches car elles sont pas pudiques mais moi ça me gêne !

Moi : t'as vraiment besoin de garder ton intimité

Lisa : j'ai besoin oui !

Moi : donc t'as des différences dans ton intimité entre avant et maintenant que tu es ici ?

Lisa : oui ! avant mon compagnon savait que je n'aimais pas alors il me laissait ! et puis ici quand je suis seule à la douche et que j'entends des pas, c'est stressant

Moi : oui c'est compliqué, et comment tu le vis ça ? tu dis que tu as peur ?

Lisa : oui j'ai peur c'est stressant ! quand j'étais en duo je devais mettre du febreze et que je laisse couler l'eau du robinet quand j'allais aux toilettes, et j'attendais que mon duo soit montée dans son lit pour pas qu'elle me voit quand je me change, et je me changeais dans mon lit

Moi : donc tu le vis mieux là que tu es en solo ?

Lisa : ah oui beaucoup mieux !

Moi : il ne reste plus que le problème des agents qui peuvent passer n'importe quand en fait ?

Lisa : oui c'est ça j'attends que l'agent soit passé, je connais les heures. Une fois que j'ai mes vêtements c'est bon !

Même l'été je suis toujours en t-shirt les filles me demandent pourquoi je ne mets pas des petits tops, mais je ne supporte pas, je ne veux pas qu'on voit mes taches etc, je me sens pas bien avec le regard des autres

Moi : oui donc l'intimité c'est vraiment ce qui est difficile ici pour toi alors. Et par rapport aux menstruations, est ce que tu arrives à garder une part de discrétion ?

Lisa : ah oui ça personne ne le sait, elles voient que je suis peut-être un peu moins de bonne humeur, mais je n'en parle pas. C'est intime, je ne veux pas. J'achète toujours des serviettes j'ai 5/6 paquets en cellule pour en avoir d'avance, quand les filles demandent aux agents j'en demande en même temps, comme ça quand j'ai mes règles j'ai pas besoin de demander en urgence. Mais par contre je suis un peu gênée pour ça quand j'en achète car ceux qui font les cantines, c'est chez les hommes ! donc quand on fait les cantines je me dis « qui est-ce qui va voir tout ça » bon ils ont peut-être des femmes ou des sœurs dehors mais pour moi c'est gênant, j'aime pas !

Moi : d'accord oui, et par rapport à ta sexualité, est ce que tu réussis à avoir une sexualité ? même toute seule ?

Lisa : ah non j'aurai trop peur qu'un agent passe ! avant j'avais avec mon compagnon, mais maintenant plus du tout, si je dois rester en manque tant pis

Moi : oui donc c'est encore une fois question d'intimité ?

Lisa : oui c'est ça j'ai trop peur !

Moi : d'accord et comment tu le vis ça ? ça te manque, c'est frustrant ?

Lisa : oui ça me manque un peu mais j'ai trop peur qu'on me voie alors tant pis je resterai comme ça

Moi : ok ça va ! et par rapport à ta pratique sportive, ton activité physique, qu'est-ce que tu peux me dire ?

Lisa : ah bah ici on a le sport mais quand il fait trop chaud à cause de mes malaise je peux pas. Après quand j'ai envie je vais marcher au préau. Je bouge tout le temps moi, je reste pas dans mon lit, je travaille, je marche, si on travaille pas et qu'il fait bon je sors. Dehors je bougeais tout le temps.

Moi : et est-ce que tu penses que le fait d'être enfermée, et limitée, ça te donne encore plus l'envie et le besoin, de bouger ?

Lisa : oui ! avant quand on était portes fermées, je faisais des allers retours dans ma cellule comme un lion en cage ! maintenant je peux faire des allers retours dans le couloir si jamais j'ai envie de bouger.

Moi : don avant tu bougeais beaucoup ?

Lisa : ah oui les courses tous les jours, les enfants, l'école etc, monsieur ne bougeais pas, même quand j'avais fait mes fausses couches, ou quand j'étais enceinte, monsieur ne savait pas se faire à manger toute seule, j'étais toujours debout, dehors on m'a même demandé comment je faisais pour tenir le coup de faire autant

Moi ; tu as besoin de bouger beaucoup, d'être toujours active ?

Lisa : oui ! ma grand-mère et mon parrain qui m'ont élevé quand mes parents m'ont abandonné, j'ai été élevée par deux personnes merveilleuses qui ne sont plus là, et m'ont toujours appris à me débrouiller toute seule, aller à l'école après car c'était pas loin etc.

Moi : t'as toujours été habituée à être très active

Lisa : oui je sais pas rester sans rien faire !

Moi : d'accord ! et au sujet de l'automutilation ? est-ce que tu l'as déjà fait, ou est-ce que tu y as déjà pensé ?

Lisa : oui avant j'y ai pensé parce que c'était trop dur, mais je me suis vite reprise, parce que je prive déjà les enfants de leur maman en étant ici donc je me dis que je ne peux pas leur faire ça. Même à l'extérieur, parce que quand j'ai perdu mes deux bébés personne n'était là on me disait que c'est pas grave c'était des enfants que j'en aurai d'autres... mais c'était quand même mon bébé que j'avais perdu ! j'ai vraiment pas été soutenue du tout, donc j'ai pensé à mourir

Moi : et là depuis que t'es incarcérée tu y as pensé ?

Lisa : non du tout parce que je ne peux pas priver mes enfants de leur maman !

Moi : d'accord ! par rapport au corps intérieur, j'ai des questions sur l'alimentation, puis sur la santé physique et l'esprit ! Qu'est-ce que tu peux me dire sur ton alimentation ici ? elle est saine ?

Lisa : alors au début je mangeais que sur le chariot car je travaillais plus, mais depuis un an je sais pas du tout digérer le chariot, donc je suis passée en végété, et puis avec les filles on cantine ensemble, on fait attention, dès fois je cantine une bonne viande.

Moi : donc c'est important pour toi une bonne alimentation, tu dis que tu essayes de cantiner de la bonne viande, tu as demandé le régime végété pour que ce soit un peu moins gras et un peu moins mauvais

Lisa : ça m'a aidé j'ai perdu 11 kilos et bouger, retravailler, et puis ma nouvelle vie, je suis plus avec mon ex, je me sens revivre, la prison me sauve beaucoup je me reprends en mains !

Moi : donc ça a beaucoup changé !! et à l'extérieur tu faisais déjà attention à l'alimentation ?

Lisa : oui je cuisinais beaucoup moi-même pour les enfants mais mon compagnon me rabaissait beaucoup en me disant que c'était pas fait comme sa maman... je suis arrivée ici détruite, mais les filles m'ont beaucoup aidé !

Moi : t'as bien évolué donc tant mieux ! et du coup quand ton alimentation a changé ici, qu'est-ce que ça a causé sur ton corps ? à part la prise de poids ?

Lisa : déjà avant de prendre du poids je faisais très attention au chariot car j'ai des ulcères, dehors je pouvais faire très attention, un peu plus épicé pour les enfants et moi je faisais attention, mais au début quand je suis arrivée ici je n'avais rien, je n'avais pas le choix de manger. Donc je mangeais mais après je souffrais toute la nuit !

Au début ils voulaient pas me donner mon pantomètre car soi-disant un ulcère ça se soigne tout seul donc j'en avais pas besoin, j'ai dû faire des pieds et des mains pour avoir mon médicaments ! en 3 mois j'avais passé 3 examens, l'hôpital ont bien dit que je pouvais pas l'arrêter car j'ai un microbe qui reste dans l'estomac qui empêche les ulcères de se soigner, et si je prends pas mon médicament ce microbe là peut devenir le vers solitaire donc c'est ça que je dois faire très attention à tout ce que je mange, et quand je n'ai pas eu mon médicaments pendant deux mois j'ai souffert

Moi : et d'ailleurs en parlant de ça est ce que tu trouves que son suivi de santé est correct ?

Lisa : maintenant beaucoup mieux !

Moi : beaucoup mieux que quand t'es arrivée ?

Lisa : oui beaucoup mieux ! le docteur est très à l'écoute elle connaît un peu plus ma maladie, elle m'a aidé pour les démarches pour l'opération, elle m'a dit que j'allais bientôt voir le neurologue

Moi : donc t'es contente de ton suivi ?

Lisa : oui je lui ai expliqué ma maladie elle s'est renseignée, si je vais la trouver elle me demande ce qu'elle peut faire pour moi, elle me conseille

Moi : donc je suppose qu'un suivi de santé c'est important pour toi ?

Lisa : oui car j'ai peur d'avoir quelque chose de grave

Moi : donc tu fais attention à tout ça alors ! et est-ce que tu as une différence entre avant et maintenant dans ton suivi de santé ?

Lisa : oui parce qu'avant je laissais ma santé de côté pour m'occuper de mes enfants. Je m'inquiétais toujours pour les autres, les médecins m'engueulaient parce que je n'étais pas en bonne santé et que je ne faisais pas attention à moi. J'ai toujours mis ma santé sur le côté avant, et ici je prends soin de moi, parce que je me dit que qui va s'occuper de mes enfants après s'il m'arrive quelque chose !

Moi : tu prends ce temps pour toi !

Lisa : oui pour aller mieux et je me fais plaisir, si j'ai envie de chaussures ou de parfum j'achète, je prends plus soin de moi et je me fais plaisir

Moi : c'est bien alors c'est du positif ! est-ce que t'as facilement accès à un médicament ?

Lisa : le paracétamol c'est très difficile d'en avoir, quand c'est la fin ou le début de mon cycle j'ai de fortes migraines et quand je demandais on me disait je vais voir et puis on ne m'en donnait jamais, donc là le médecin m'a permis d'avoir une plaquette en cellule à renouveler tous les 3 mois.

Moi : ok et maintenant par rapport à l'esprit, comment tu te sens depuis que tu es incarcérée ?

Lisa : c'est difficile

Moi : par rapport à avant ton incarcération comment tu te sens ?

Lisa : au début je craquais tout le temps, maintenant je commence à reforcer mon caractère de quand j'étais jeune. Mon compagnon m'avait détruite, j'étais bonne qu'à faire le ménage etc, je me préoccupais des autres, maintenant je pense plus à moi. J'ai rencontré quelqu'un, il est gentil il m'aide beaucoup il me complimente comme quoi je suis quelqu'un d'extraordinaire qui trouve toujours les mots, il me dit que je suis quelqu'un qui le rassure.

Moi : tu t'es rendu compte que tu avais de la valeur, tu te reconstruis et tu avances, donc tu dirais que tu te sens mieux dans ta tête qu'avant ?

Lisa : oui parce qu'avant j'étais vraiment quelqu'un de rabaisée, je croyais ce qu'il me disait, et là je me suis rendu compte que je n'étais pas ce qu'il me disait. Je ne réponds plus aux courriers des gens qui sont mauvais pour moi, ils me manipulaient en me disant que les petits étaient pas bien, que le petit avait fait une crise

Moi : et puis t'es loin tu es enfermée tu n'as pas de prise donc quand on te raconte des choses comme ça tu y crois ?

Lisa : oui c'est ça mais maintenant je me dis comment j'ai pu tomber dans des choses comme ça ? maintenant le regard des gens je m'en fou complètement, les filles m'ont aidé à m'en sortir. Je me sentais très mal, au début j'étais en dépression mais maintenant ça va aller !

Moi : donc tu dirais que tu es plus forte qu'avant ?

Lisa : oui et je pense aussi à mon parrain ma grand-mère et mes deux petits anges là-haut qui me soutiennent, je veux y arriver sans médicaments, je me sens mieux et j'avance.

Moi : c'est bien j'aime bien entendre des choses comme ça !

Lisa : merci !

Moi : et toujours par rapport au mental, est ce que le fait d'être enfermé, les règles ont encore plus d'effet sur le mental ?

Lisa : au début oui, car quand je les avais j'avais que ça à penser donc c'était très difficile, mais maintenant ça va, quand je les ai c'est comme si je les avais pas. Maintenant je sens la différence je sais quand je vais les avoir car j'ai mal au ventre mais ça n'a pas d'effet sur le moral

Moi : d'accord ! est-ce que tu as des choses à ajouter sur tout ce qu'on a dit ?

Lisa : oui la prison m'a beaucoup aidé ! je vais mieux, ça m'a sauvé car je suis sortie de cette relation, j'avance.

Moi : c'est super alors, on voit que tu as évolué et appris donc c'est génial ! merci d'avoir pris du temps pour moi, de m'avoir répondu !

Lisa : merci à toi.

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°10 : Aurélie, le 30/03/2023 à 16h, Lantin, durée de l'entretien : 1h30

Moi : Alors je fais mon TFE sur le corps des femmes incarcérées, sur toutes les limites que la prison impose à votre corps et tout ce que vous pouvez mettre en place pour résister à ça. Est-ce que tu peux me parler de toi, de ta personnalité, de ta vie d'avant ?

Aurélie : je suis quelqu'un de très extravertie, je fais partie de la communauté des gens du voyage donc j'aime les effets de groupe, je suis quelqu'un qui aime bien plaire. Voilà je crois que ça me décrit plutôt bien !

Moi : ok ! ça fait combien de temps que t'es ici ?

Aurélie : 3 ans !

Moi : ok ! donc j'ai divisé mes questions en 3 parties, d'abord sur l'apparence en général, puis sur la partie visible du corps donc look, hygiène intimité puis sur l'intérieur du corps donc la santé etc. Est-ce que ton corps, ton apparence c'est quelque chose d'important pour toi ?

Aurélie : mon corps c'est important pour moi dans le sens où j'aime bien être mince, être bien faite, c'est important pour moi, mais je suis pas forcément quelqu'un qui va faire très attention à son alimentation, faire beaucoup de sport etc.

Moi : donc ton apparence est importante mais le fait de prendre soin de ton corps pas forcément ?

Aurélie : c'est ça !

Moi : et est-ce qu'il y a des changements dans la façon dont tu perçois ton corps entre avant ton incarcération et maintenant ?

Aurélie : j'ai la chance d'être quelqu'un qui est toujours mince, et j'ai pas trop de mal à le rester mais j'ai quand même grossi à chacune de mes incarcérations, ça c'est quelque chose l'apparition de complexes en prison, en plus on est qu'entre femmes donc on a tendance à se comparer à se regarder et dire moi je suis comme ça et elle comme ça, donc je fais plus attention pas à ce que je mange mais aux quantités, je peux pas manger comme à l'extérieur où je suis toujours à droite à gauche, ici je vais plus me contrôler car je bouge moins.

Moi : et comment tu décris ton apparence ici ?

Aurélie : je pense que ça va, je pense que je suis potable, j'ai perdu du poids donc je me sens plus à l'aise avec ça, mais on est quand même limité en sport on a que 2h par semaine donc je peux pas me muscler

Moi : oui t'es quand même plus limitée. Et donc ton apparence c'est important et comment ça se manifeste ça ? à travers le maquillage, la coiffure etc ?

Aurélie : même quand j'ai pas trop envie ou que ça va pas trop je mets d'office un peu de fond de teint du crayon du mascara, c'est la base. Et puis quand je suis bien je suis maquillée à fond les cheveux

lâchés je vais mettre des trucs un peu plus moulants pour sortir au préau par exemple, être avec les filles je me mets un peu plus sur mon 31, et je vois l'effet que ça fait on me dit oh t'es belle ! et ça fait plaisir

Moi : et donc dans tout ça, coiffure, maquillage, vêtements etc, est-ce que tu sens des différences entre avant ton incarcération et maintenant ?

Aurélie : ah bah oui je suis plus limitée ! par exemple quand je prends mon bain je mets des huiles essentielles, je mets de la crème, je prends soin de moi, ici j'ai pas ça tu sors de la douche tu te démaquille tu hydrate ta peau vite fait. Disons que quand je me préparais à l'extérieur je me sentais vraiment au top ! ici je me dis « c'est bon »

Moi : c'est pas aussi satisfaisant que quand t'étais dehors ?

Aurélie : oui même dans les vêtements, dehors t'as ta grande garde-robe etc, mais ici t'es limitée, tu mets souvent les mêmes choses mais je fais quand même mon maximum

Moi : pour garder tes habitudes et rester féminine ?

Aurélie : c'est ça !

Moi : est-ce que tu as des tatouages et des piercings ?

Aurélie : oui !

Moi : et est-ce qu'ils comptent dans ton apparence ?

Aurélie : oui j'ai des tatouages, fais à la main car d'où je viens on est tous tatoués, j'ai mes trois points sur la main, le N de mon fils, et sur la cheville j'ai DJF : dangereuse jalouse et fière. Et des piercings oui, mais je les avais pas quand je suis rentrée, j'ai dû les faire rentrer en stoemeling, parce que c'est pas quelque chose avec lesquels on peut rentrer. Quand je suis arrivée en prison j'avais les cheveux rouges et un côté rasé, au départ j'ai acheté une tondeuse je voulais continuer, mais au final je l'ai pas fait, je les ai teints en blond, c'est un côté pratique et puis aussi c'est quelque chose qui dérange, ils aiment pas ça. Dans le système carcéral tu peux pas aller voir ton assistante sociale, ta psychologue comme ça. Donc j'ai décidé de mettre ça de côté, ma tondeuse m'appelle souvent, même me tondre juste derrière la tête car c'est quelque chose que j'aime bien c'est moi, j'aime pas passer inaperçu, mais ici faut se fondre dans la masse. Mais oui c'est important pour moi mes tatouages et mes piercings.

Moi : ok et est-ce que tu en as refait en prison des tatouages ?

Aurélie : non pas en prison, j'ai fait des piercings moi-même quand j'étais dans une autre prison, des glaçons une aiguille. Tu laisses les deux glaçons très longtemps, et puis tu le sens pas.

Moi : ok ! et par rapport à l'hygiène comment tu décris ta routine aujourd'hui ?

Aurélie : moi ça va j'ai la douche tous les jours ! mais va savoir pourquoi, entre prévenue et condamnée, il y a une différence ! quand t'es pas condamnée t'as que trois douches par semaine. C'est psychologique moi j'en ai besoin ! je ne sais pas ne pas y aller ! c'est aussi mon moment de détente, alors c'est limité on a que 15 minutes, mais j'ai appris à gérer ce temps. J'en profite quoi, j'y vais avec mes trucs mes shampoings après shampoings mon rasoir, mais trucs quoi. Que j'ai eu au fil du temps. Mais je comprends celle qui arrivent qui n'ont rien, qui n'ont que 3 douches par semaines, qui n'ont qu'un shampoing du social. C'est une connerie mais quand t'as les cheveux frisés et que t'as pas d'après shampoing le calcaire qu'il y a dans l'eau ça te les abîme, le rasoir c'est des bics jetables mais au fil du temps tu peux t'en acheter un bon. J'en profite pas comme dehors mais, l'hygiène ça se passe bien. Ce qui n'est vraiment pas facile c'est de pas pouvoir mettre ses sous vêtements à laver. Donc si t'as pas de visite, tu dois les laver toi-même à la main donc chaussettes soutien gorge string, sauf que quand ça dure

des années, à la fin ça ressemble plus à grand-chose quoi, ton string il te remonde au milieu du dos, ton soutif il se barre ainsi t'as la baleine qui se barre par là, c'est pas très hygiénique de les faire tremper pas pouvoir les passer à la machine.

Moi : ok donc je comprends que l'hygiène c'est important pour toi, mais est ce que tu as des choses qui ont changé dans ton hygiène par rapport à avant ?

Aurélie : bah l'intimité c'est un truc de fou ! quand t'es dehors tu passes plus d'une heure dans la salle de bain, là ici, j'ai une prothèse de dent, je veux pas qu'on me voit sans, donc quand je la lave c'est compliqué, tu te rases t'es pas forcément à l'aise, tu fais ça vite fait ! quand tu fais les dessous de bras ou les jambes ça va mais le reste c'est légèrement plus compliqué tu sais t'es une femme quand même les positions pour te raser voilà.. T'as des gens qui passent quoi

Je mets moins de crème, j'ai perdu en pudeur, au début tu te prends la tête avec tes essuies, à t'essuyer à l'intérieur de la douche... J'ai perdu, en fait j'ai toujours aimé plaire, mais mon corps intime, mes seins et voilà, c'est à moi, c'est pas les gens qui peuvent voir. Au fur et à mesure du temps j'ai perdu ça, pette pudeur, et c'est dommage car c'est beau la pudeur, c'est mignon, même ton amie tu peux être amie avec quelqu'un depuis 10 ans sans l'avoir vu à poil quoi. Là tu es avec des gens que tu connais à peine et qui t'ont déjà vu à poil quoi ! et tu pourras te retourner, on verra quand même tes fesses quoi !

Moi : et est-ce que t'as mis en place des astuces pour résister à cette hygiène limitée quand t'étais en cors en bas et que t'avais pas de douche tous les jours ?

Aurélie : ah bah tu fais chauffer de l'eau et tu te laves comme tu peux... Tes cheveux t'as pas le choix il faut que tu les laves, alors tu prends la bassin, une tasse pour bien te les rincer, moi j'ai de la chance mes cheveux sont pas si long. Et je prévenais, je disais je fais ça alors tut e tournes, tu te mets un peu derrière le paravent, l'agent il te voit quand même derrière le paravent mais lui tu sais à quelle heure il passe, la détenue tu peux pas contrôler ses yeux !

Dans les astuces comme ça, avant quand j'avais rein je faisais des masques de dentifrice, même pour les boutons, et puis la Nivea devient ton meilleur ami, les colorations je les faisais moi-même et voilà

Moi : ok ! et est ce que t'as déjà développé un problème de santé par rapport au manque d'hygiène ?

Aurélie : là haut ça va tout le monde est clean mais le problème moi c'est que je suis asthmatique allergique, donc les acariens c'est problématique

Moi : et pendant les menstruations t'as jamais eu de soucis ?

Aurélie : non j'ai toujours acheté moi-même des protections en avance pour ne pas en manquer.

Moi d'accord et au sujet de l'intimité, comment tu peux en parler ici ?

Aurélie : je sais pas ça dépend de ce que tu veux dire par l'intimité ?

Moi : le fait d'être tout le temps avec des gens, de pas prendre ta douche toute seule, que les agents passent te voir à n'importe quel moment.

Aurélie : on en a plus ! il n'y a plus la notion d'intimité, moi maintenant je suis à un stade où je vais dire à ma codétenue « oh t'as vu j'ai un bouton sur le cul » ! alors que jamais j'aurai fait ça normalement ! on a plus de pudeur et c'est dommage parce que je trouve que c'est mignon moi de se protéger comme ça, d'avoir son intimité, son corps c'est à soi

Moi : et c'est important pour toi normalement ?

Aurélie : ah oui mon mec ne rentre pas dans les toilettes quand je suis en train de faire pipi ! c'est mon intimité c'est à moi et c'est tout ! et encore quand je suis sortie de prison c'était encore pire ! j'avais

besoin de rattraper cette intimité ! même quand j'ai un bouton sur le visage que j'ai envie de le percer je m'enferme dans la salle de bain pour que personne voit quoi ! et être à deux c'est bien mais quand t'es tout seul t'as plus d'intimité !

Moi : et est-ce que t'as développé encore une fois des astuces pour essayer de conserver un minimum de cette intimité

Aurélie : non moi la seule chose que je fais pas c'est aller aux toilettes au travail, et puis je fais attention au heures, je sais que les agents vont passer à 7h donc je vais pas aux toilettes à 7h

Moi : et comment tu le vis ça ?

Aurélie : c'est hyper gênant ! ah si les astuces moi quand je fais caca je tire la chasse en même temps et je mets le son de la télé à fond je fais couler le robinet, quand je connais pas la nouvelle codétenue quoi. Mais bon à force tu fais même plus attention, maintenant j'en ris. Disons que j'ai pas le choix, et pour avoir plus facile à l'accepter j'ai décidé d'en rire, d'en faire un gag, une mise en scène, je sors dans le couloir, attention ne restez pas devant la porte, je vais aller chier ça me met plus à l'aise, et puis on s'est créé sur notre aile des petits trucs pour mettre à la porte comme à l'hôtel pour dire ne pas déranger.

Moi : et par rapport aux agents, le fait d'être toujours sous leurs yeux, tu le vis comment ?

Aurélie : je me suis habituée, et souvent je fais comme eux font avec nous, je vais à la grille et je les regarde ! ils trouvent que c'est chiant, mais voilà, quand nous on parle entre nous dans le couloir ils viennent regarder, ou alors quand on est à plusieurs dans une cellule et qu'ils viennent regarder.. ça se fait pas quoi !

C'est aussi pour ça que je me suis résignée à toute forme de sexualité en prison, à part il y a quelques années quand j'avais encore mon ex qui venait me voir on avait des VHS mais c'est encore très compliqué, mais dans mes autres incarcération j'étais en couple avec des filles avec qui j'avais des relations ou on s'est fait grillé, donc c'est rabaissant, donc j'ai renoncé et je me suis dit que je ne coucherai plus avec personne ici.

Moi : bon justement t'as un peu devancé mes prochaines questions. Donc du coup sexualité partagée non, t'es vaccinée, mais est ce que tu arrives à garder une sexualité toute seule ?

Aurélie : oui je trouve toujours un créneau, quand ma codétenue part en visite, je sais que j'ai du temps devant moi donc ça se réveille. Ça avait une part importance dans ma vie, la VHS ici ça me cassait car ton désir il doit se réveiller à ce moment là, il y a des moments où t'as pas forcément envie, tu le fais même pas parce que t'as envie tu le fais parce que tu veux pas gâcher les deux heures et donner du plaisir à ton mec, c'est une sexualité contrôlée en fait. Juste avant c'est une autre qui s'est fait sauté, l'agent qui t'amène il sait que tu vas te faire sauter, au moins quand je suis toute seule dans ma cellule, il n'y a personne qui sait que je vais me toucher. C'est secret c'est à moi toute seule, je le dis pas, je le garde pour moi, si on me pose la question tu te touches pas ? oui je le dis, mais sinon voilà. Mais c'est vrai que des fois c'est compliqué, des fois il y a des scènes dans les films que je ne peux pas regarder. Cinquante nuances de Grey dehors ça t'émoustille un peu, mais ici tu regardes ça t'en peux plus quoi. Donc j'ai renoncé aussi à ce genre de film.

Moi : parce que ça te frustre ?

Aurélie : ah oui parce que j'en crève d'envie ! mais voilà j'ai renoncé ! je calcule le temps que j'ai, souvent j'ai de deux heures à deux heures et demi pour me faire plaisir car après la porte est ouverte donc j'ai appris à faire vite, je vais à l'essentiel !

Moi : tu t'es adaptée !

Aurélie : oui !

Moi : concernant le sport, comment tu peux en parler ?

Aurélie : ça me défoule ça fait du bien, même après la journée de travail j'ai la flemme mais ça fait du bien. J'avais déjà fait un peu de boxe tai dehors mais voilà j'aime bien et ça me donne l'impression de continuer à bouger comme je bougeais dehors ! d'habitude le matin je me lève, je prends ma couette je vais chez ma mère, puis après soit je prends ma douche chez elle et je me prépare ou alors je vais me préparer chez moi, puis je ais chez un autre voisin puis hop je viens avec toi, en fait il y a plein de caravanes donc on est toujours à droite à gauche, et ici j'ai pas ça, mais quand je suis allée sport j'ai l'impression d'être allée un peu à droite à gauche comme ça ! ça m'apporte en sentiment de continuer à bouger !

Moi : Et du coup est ce que tu faisais déjà du sport avant d'être incarcérée ?

Aurélie : je faisais un peu plein de sport mais j'ai suivi le même sport pendant longtemps quoi

Moi : mais t'étais quand même vachement active tout le temps ?

Aurélie : oui !

Moi : et le fait de pas pouvoir bouger autant est ce que tu crois que ça a augmenté ton besoin de bouger ?

Aurélie : oui parce que même si on a des libertés, on est quand même en environnement fermé ! quand t'es malade ici et que tu dois rester sur ton aile ou alors même dans ta cellule en porte fermée c'est une punition, c'est horrible ! quand t'es dehors t'es malade tu vas pas au travail mais ça t'empêche pas d'aller faire tes courses d'aller chercher les enfants à l'école. Quand on fait des activités cuisine et qu'on va distribuer ça fait un bien fou, rien que le fait de passer cette grille seule ça fait du bien ! un truc qui me manque beaucoup c'est la piscine !

Moi : ok ! donc tu bouges mais pas assez !

Aurélie : oui !

Moi : et maintenant au sujet de la mutilation, est ce que ça t'es déjà arrivé ?

Aurélie : quand j'étais jeune je me taillais, puis dans une ancienne incarcération je tapais dans les murs, une fois à l'extérieur mon compagnon a cassé ma table en verre, j'ai pris un bout je me suis coupée, parce que j'en pouvais plus ! et puis ici ça m'est arrivé quelques fois au début mais ça fait bien un an et demi que je ne l'ai plus fait. Mais j'ai fait d'autres choses, quand j'ai perdu mon bébé, j'avais tellement mal au cœur, que j'ai pris une paire de ciseaux, je l'ai brulé à blanc et je me la suis mise sur le bras, donc j'ai une cicatrice, c'était pour voir si je pouvais déplacer la douleur, si j'allais avoir moins mal au cœur parce que j'allais avoir mal au bras. C'est peut être plus de la mutilation de frapper dans les murs

Moi : si parce que le fait de s'acharner et se faire mal volontairement ça en est quoi

Aurélie : le sac ça m'aide beaucoup, je me fais pas mal mais je donne encore plus que je peux, donc je vide toute ma colère en fait c'est une thérapie

Moi : et du coup quand tu te blesse volontairement comme ça, qu'est ce que ça t'apporte sur le moment ?

Aurélie : ma douleur elle s'envole, en fait quand je suis en colère j'ai une grosse boule dans le ventre, tellement j'ai la haine et au moment où je fais ça c'est la douleur qui prend le dessus, c'est comme si ça se décontractait dans mon ventre parce que ça me faisait mal, et c'est me punir aussi, pour pas ressentir ce que je ressens avant la douleur, et puis en fait après je me suis rendu compte que non ça n'a pas enlevé

la douleur. Mais c'est compliqué parce qu'en prison tu peux pas extérioriser tu peux pas parler de tout, mais j'ai le droit de pleurer quand même en petit comité maintenant parce que j'ai des amies proches !

Moi : donc tu ressens plus le besoin de te faire mal comme ça ?

Aurélie : non, parce que j'ai du soutien, j'ai la parole, le sport, donc peut être pas pour tout le monde mais moi la prison m'a aidé

Moi : donc t'as appris à extérioriser autrement !

Aurélie : oui !

Moi : maintenant pour la partie corps intérieur, comme tu décris ton alimentation ici ?

Aurélie : par rapport à la nourriture qu'ils nous donnent, c'est une catastrophe c'est gras, pas cuit, on retrouve des trucs dans la nourriture, mais en étant les portes ouvertes et avec des bonnes co détenues on se fait très souvent à manger donc on mange très bien mais on mange très gras, car je rajoute de l'aïoli de la mayonnaise, la crème etc, pour ma part je mange super bien mais je mange très gras. Mais je pense que c'est très équilibré car on mange de la viande des pommes de terre des légumes, mais on a la chance de cantiner et de faire entre nous. Moi quand je suis arrivée ici les carences, quand t'arrives t'as envie de sucre de chocolat, je me sens pas bien pour répondre à ces questions car au 2^e étage, en étant travailleuse, en ayant les portes ouvertes, je suis quand même bien. Il y a des filles qui prennent beaucoup de poids pas parce qu'elles mangent beaucoup mais parce qu'elles mangent du pain et de la confiture, c'est les seul truc qu'elles peuvent avoir. En bas elles ont pas un kilo de sucre comme nous par mois, c'est 6 ou 8 sucres par semaine par détenue, t'en as plus tant pis pour toi. Les trucs de chocolat c'est un trésor pour elles, ça fait mal au cœur, même si je fais beaucoup la maligne ça me fait mal au cœur pour elles.

Moi : donc si tu travailles ça va sinon tu manges mal ou tu manges pas ?

Aurélie : celles qui ont le social elles ont que 50€, sans la télé il leur reste 30 elles achètent du tabac elles ont plus rien ! moi j'ai plein de choses car tout au long de ma détention j'ai pu acheter, mais celles qui n'ont rien... moi chez les gens du voyage la nourriture on donne, on doit rien dire, alors moi si je pouvais leur donner je leur donnerai ! s'il y a des prises de poids énorme c'est parce qu'elles mangent trop et mal ! nous quand on a pas le temps de faire à manger on prend le chariot et on rajoute des épices pour améliorer mais elles elles peuvent pas ! c'est pas bon c'est gras, faut vraiment crever la dalle

Moi : d'accord donc vraiment pas terrible selon toi ! et donc par rapport à la santé, les soins de santé tu as l'impression d'être bien suivie ?

Je sais pas si t'en as besoin dans ton TFE mais moi j'étais enceinte, j'ai perdu un bébé ici. Au bout du 3^e mois je commençais à perdre du sang. Je suis allé voir le médecin le lundi, elle m'a dit que c'était pas grave c'était pas très rouge donc c'était pas grave, « c'est rein c'est parce qu'il s'accroche », j'y retourne le mercredi, c'est rien, le vendredi j'y retourne elle me dit encore qu'il n'y a pas de soucis. Et là je vois un agent, qui me dit qu'il savait que je perdais du sang, et qui m'a envoyé à l'hôpital et là on m'a dit que la croissance du bébé s'était arrêté à 11 semaines, mais qu'il était encore là. Qu'ils allaient me faire retourner, et que si jamais je perdais beaucoup de sang, au point de devoir changer de serviette hygiénique toutes les 20 minutes, je devais revenir à l'hôpital. Je suis revenue ici c'était l'atelier bijoux, j'étais pas bien du tout je pleurais, et là je commence à perdre beaucoup de sang, des caillots de sang, je me calme je remonte en cellule, je perds beaucoup de sang, je me dit que ça va aller, je prends mon médicament pour dormir et je vais coucher vers 20h, et je me réveille je crois vers 22h, je vais pour descendre de mon lit, et juste en aillant une légère pression pour descendre du lit, je sans tout mon sang qui sort, j'en ai partout, ma codétenue sort, je vais aux toilettes je baisse mon pantalon, je perds connaissance et je tombe sur le paravent donc ma codétenue m'appelle, je relève ma tête je lui dit que ça va pas, elle tape à la porte, l'agent de nuit vient et refuse d'ouvrir la porte elle dit « oui on sait elle perd un enfant mais ça va aller j'en ai perdu un aussi, ça va aller » moi je commence à vomir ma tension

qui chutait, je me met à l'évier je prends un gant de toilette pour me laver j'avais les jambes en sang, et là je me suis pas sentie partir je suis tombée dans les pommes, et la ma codétenue me redresse contre la porte et elle me parle elle me parle, j'ouvre les yeux je vois que j'ai le gant de toilette dans la main, je suis nue à terre, et je crois que je vais mourir en fait ! ma codétenue elle retape dans la porte et toutes les filles font pareil elles tapent dans leurs portes appellent la femme en lui disant de faire quelque chose, et elle revient elle s'énervait ne me disant que ça va aller. Elle revient une heure après, il y a 4 agents et l'infirmier qui reviennent, ils ont fait sortir ma codétenue, pris ma tension et m'ont dit que le plus gros était parti quoi, donc je suis restée là je suis pas allé à l'hôpital. En dehors du fait physique, il y a le mental qui a été pas mal mis à l'épreuve, déjà tu apprends à l'hôpital que tu perds ton bébé, t'es avec deux agents à l'hôpital, menottée. C'est pas grave, c'est parce qu'il y avait un problème etc c'est pas des phrases qu'on est prête à entendre, et puis perdre un enfant comme ça dans les toilettes c'est très compliqué. Je pense qu'ils devraient se dire qu'il y a des choses difficiles à vivre on a de la chance d'avoir un éducateur qui m'a écouté. J'ai vu une gynéco 6 mois après pour « voir si tout était bien parti » super merci ! à l'extérieur quand il t'arrive ça il me semble que t'es mieux suivie ! mais en fait elle est ou la limite ? parce que t'es en prison t'as pas le droit d'avoir des émotions des ressentis d'amour ? c'est depuis la perte de cet enfant que j'ai perdu du poids !

La gynéco ça s'est amélioré apparemment, le médecin ça va mieux c'est tous les jours mais avant c'était tous les trois jours on devait attendre longtemps. J'ai des problèmes de genoux j'ai été opérée 5 fois, j'ai mis des mois à avoir des radios, j'ai du faire une infiltration mais l'orthopédiste qui vient ici c'est l'orthopédiste de la dernière chance ! il vient il est vieux et bourré, dentiste pas la peine t'es reçue 3 4 mois après, mes lunettes faut au moins 100€ donc si t'es du premier tu n'en a pas ! il y a eu des petites améliorations maintenant avant d'aller chez le gynécologue ils te préviennent donc tu peux prendre ta couche, le médecin fait un peu de tout, on a du mal à voir un spécialiste ! l'ophtalmo par contre il prend bien son travail en charge, mais bon c'est un peu à la tête du client.

Moi : En effet je n'ose même pas imaginer à quel point ça a pu être difficile de se sentir seule et pas écoutée. Et est-ce que c'est important un suivi de santé régulier à l'extérieur ? tu penses que tu te serais fait mieux suivre ? ou est-ce que t'étais pas trop du genre à te soucier ?

Aurélie : mon genou j'avais pas le choix, mais voilà t'es suivi par un pro, qui fait attention, ici ça les fait chier quoi. Et puis les gynéco m'ont pas suivi, j'y ai pensé après j'ai pas vu de psy, sur le coup j'ai pas eu le choix de suite, j'ai pleuré puis je me suis relevée pour montrer que j'étais forte, mais après j'ai eu le coup, et quand j'ai commencé à en parler et à prendre conscience de ça, je me suis rendue compte que j'aurai du avoir quelqu'un à qui en parler, mais je me suis résignée

Moi : donc tu sens des différences dans ton suivi de santé entre avant ton incarcération et maintenant ! maintenant pour les médicaments est ce que t'as facilement ?

Aurélie : la seule chose qu'on a facilement c'est le paracétamol ! mal de tête ; paracétamol, mal aux jambes : paracétamol, envie suicidaire : paracétamol !

Et alors en cas de coup dur, magnésium ! le médecin donne facilement

En dehors de ça il faut pas avoir besoin d'un anti inflammatoire, d'un anti vomitif, donc si t'as une gastro le vendredi tu dois attendre de voir le médecin lundi pour un anti vomitif donc en fait t'es guérie ! t'as la diharée t'as mal on te donne de la vaseline, eczéma vaseline ! certains médicaments on peut pas car certaines filles ne en fument ! le sirop on peut pas en avoir ! et puis si t'es malade trop longtemps on te donne des aérosol ! des antibiotiques on t'en donne jamais ! ça fait un mois que je suis malade, ma voix n'est toujours pas revenu, je toussais tellement que j'avais mal aux cotes je pouvais même pas avoir de sirop ! alors on fait des remèdes de grand-mère ! on demande aux agents, on regarde dans les livres, du lait du miel, des infusions de thym avec des clous de girofles et ça marche plutôt bien mais à l'extérieur t'as des médicaments et ça va !

Moi : c'est ce que je devais te demander justement si tu avais des astuces pour contrer le fait de ne pas avoir de médicaments donc c'est les astuces de grand-mère quoi !

Aurélie : des femmes sont décédées de surpoids, de crise cardiaque, d'AVC, l'une elle avait tout le temps mal à la tête l'autre elle toussait, elle se plaignait elle a toussé du sang on l'a amené à l'hôpital on lui a trouvé un cancer du poumon trop avancé ! tu vas chez le médecin il t'ausculte pas comme dehors, elle regarde pas ta gorge, elle prend pas ta tension, c'est à la chaîne ! c'est affligent !

Moi : comme si t'avais pas de valeur ?

Aurélie : on est détenues ! « fallait pas venir en prison madame » bref encore une fois je me suis résignée !

Moi : et par rapport à l'esprit, à la santé mentale etc, comment tu te sens depuis que t'es incarcérée ? est-ce que c'est compliqué, est-ce que tu te sens plus fragile qu'avant ?

Aurélie : pas plus fragile, j'ai galéré à avoir un suivi psy, mais ça c'est pour ma part, mais avec mes blessures et mon parcours, moi ici je me sens beaucoup plus sereine ! comme on en a déjà parlé toutes les deux c'est différent des autres mais je me sens en sécurité ici ! pas pour le fait d'être malade car quand j'ai toussé pendant un mois je suis tombée dans une paranoïa je pensais que j'avais un cancer, oui mais si on me laisse aller et que c'est le cas ! ils font pas ce qu'ils faut, ils font pas attention ! mais je te parle de la sécurité dans le sens où, je me suis résignée à cette vie, je suis à l'aise dans ce milieu carcéral, à l'extérieur avec mon mode de vie, je suis constamment en danger. Je suis avec des personnes dangereuses, je fais des choses dangereuses, tu vis au jour le jour, tu sais pas de quoi demain sera fait, ici je sais. C'est un peu trop réglé à l'usage que des bons côtés mais ça me sécurise. Je me remet en question, j'accepte mes émotions et ici à force de purger, je peux baisser mon armure devant mes amies, devant l'éduc, sans garder cette armure de dure. La psy je peux pas la voir de suite, l'éduc je le vois direct, dehors il m'arrive un truc mal je bois je casse tout je m'en prends aux gens etc ! pour l'éduc on est des êtres humains ! il nous traite pas comme des détenues !

Moi : et comment tu fais pour te protéger de certaines choses ?

Aurélie : moi je me protège des drogues, et pour me protéger de ça, je vais garder mes distances, et pour pas être touchée par les filles du 1^{er} qui n'ont rien, je recule je ferme les yeux je me met dans ma routine pour pas être atteinte par tout ça. Sinon, c'est vraiment parce que c'est ton truc que je le dis, mais si je lève ma carapace je souffre trop car j'ai un trop petit cœur et ça me touche trop vite !

Moi : et par rapport à avant tu te sens comment ?

Aurélie : plus sereine ! je gère mieux ma colère

Moi : comment tu fais pour gérer quand t'es pas bien ?

Aurélie : bon le truc le plus rapide mais que je ne fais plus pour le moment c'est le joint, en deux minutes c'est fait et après t'es peace and love, mais sinon c'est ma musique, je prévois que je vais avoir besoin d'écouter ma musique et de l'écouter fort car je veux rien entendre d'autre que les paroles de la musique. Quand je suis triste c'est des musiques plus mélancoliques, quand je suis énervée c'est plus du rap énervé pour sortir ma colère, et voilà

Moi : et comment tu vis tes menstruations ? Psychologiquement ? Moins bien que dehors ?

Aurélie : oui c'est plus dur ! déjà du changes ton tampon tu vas le mettre dans la poubelle de ta cellule c'est degueulasse donc moi je le jette dans les toilettes ! et puis je suis pas de bonne ! ça me casse les couilles, quand t'es au travail je dois dire que je dois remonter au chef, bah pourquoi ? bah je suis indisposée ! il doit l'annoncer à tout le monde, et puis je supporte moins les gens donc oui c'est plus dur que dehors !

Moi : ok donc pour toi le plus dur ici c'est quoi ?

Aurélie : le plus dur c'est le manque affectif et le manque sexuel ! même entre amies le faire un câlin c'est difficile et c'est mal vu, les agents font des réflexions ! donc voilà !

Moi : merci d'avoir pris le temps et de m'avoir répondu !

Aurélie : mais de rien !!

En prison : le corps sous contrôle,

La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°11 : *Christelle, le 30/03/2023 à 17h50, Lantin, durée de l'entretien : 50 min*

Moi : alors je fais mon travail sur le corps des femmes incarcérées, toutes les limites imposées à votre corps, et comment vous y résistez, j'ai plusieurs questions, classée par catégories, d'abord sur le physique, et puis plutôt sur la santé et l'esprit. Qu'est ce que vous pourriez me dire sur vous ? Votre âge, votre vie avant l'incarcération ?

Christelle : alors j'ai 50 ans mardi prochain je pensais pas passer mes 50 ans en prison car je suis libérable depuis février l'année passée, mais le manque de communication, les papiers, les refus, refaire les demandes, mais voilà. Je pensais faire une grande fête avec ma famille car j'ai beaucoup de tissus social à l'extérieur. J'étais mariée, j'ai divorcé en prison mon plus grand regret d'ailleurs, je suis maman de 3 filles, j'ai encore mes parents, ma grand-mère est décédée il n'y a pas longtemps, j'ai pris un congé pour ce week-end on va aller au restaurant, j'ai un frère aussi, je loge chez des amis homosexuels chez qui je peux aller car c'est plus loin des victimes, c'est pas la fête que j'attendais. J'ai toujours mon ex mari, avec qui je m'entends bien, j'ai mes enfants, mes parents, je sors deux fois par mois donc mes filles ne viennent plus ici. Car ça leur prend trop de temps, elles ont l'unif elles travaillent... J'ai quelques amis, j'avais beaucoup de collègues de travail, donc je connais du monde. J'ai beaucoup de soutien de l'extérieur je ne suis pas seule, j'ai beaucoup de familles derrière, des amies, j'estime que je suis chanceuse par rapport à certaines détenues ! j'ai pris 22 ans de prison, en fait j'ai été condamnée en première instance à 12 ans ils ont fait appel et le PdR m'a mis 22 ans, ils n'ont retenu aucunes circonstances atténuantes. En fait c'était un suicide collectif, mon compagnon et moi, je suis tombée folle amoureuse d'un homme plus jeune que moi, il était dépressif et m'a entraîné dans sa dépression, on a fait le projet commun de mourir tous les deux, sauf que lui est mort et pas moi. On avait laissé des lettres d'adieu, plein de choses comme quoi on voulait faire le projet à deux, on a fait ça par intraveineuse, il s'est laissé piquer ! il était avenant à mon projet, je ne l'ai pas forcé j'aurai pas pu prendre le bras d'un homme et le forcer à le piquer sauf si je l'avais endormi avant mais l'enquête a bien démontré que c'était pas le cas ! maintenant je suis arrivée j'ai fait 8 ans j'attends pour sortir sous bracelet. Mes parents sont là, ils venaient me voir 3 fois par semaine quand j'étais en préventive, j'avais beaucoup de monde, puis je suis rentrée un an chez maman avec le bracelet, et maintenant que je veux les parties civiles ne veulent pas et me mettent des bâtons dans les roues. Voilà, c'est un peu ma vie.

Moi : merci pour cette présentation ! déjà sur votre corps, votre apparence, comment vous vous percevez ?

Christelle : moche ! grosse ! j'ai pris 30 kilos ! j'avais grossi en préventive, j'ai tout perdu en rentrant à la maison avec le bracelet, et j'ai tout repris en revenant ici ! moi quand je dis la prison elle m'a détruite ! elle m'a détruit beaucoup de chose, mais elle m'a détruit mon corps aussi ! avant j'étais quelqu'un de coquette, je faisais attention, j'avais toujours une belle coupe de cheveux c'est juste maintenant que je vais en congé et en PS et que je peux aller chez la coiffeuse, mais il n'y a pas toujours les dates qui vont, une bête frange comme vous c'est pas possible ou faut les couper soi même ! j'avais une sale peau pendant longtemps ! je me démaquille je met de l'eau de rose mais pas de luminosité ! et puis les kilos de trop, et je vieillis ! j'ai plus confiance en moi ! j'ai vécu 5 ans avec rien, je sortais pas en PS, j'avais que le cours de couture mais c'est pas ça qui me fait perdre des kilos ! la prison a détruit mon corps !

Moi : donc votre corps et votre apparence a changé

Christelle : tout à fait, j'étais bien coiffée, je pesais 50 kilos, je m'habillais toujours bien, j'ai dû me refaire une garde-robe au fur et à mesure, je me suis jamais laissé aller en trainant tout le temps en joggin ou en legging ça j'ai horreur pour moi c'est une tenue de détente ! l'été je met des robes, je mets des jeans des petits pulls, j'ai quand même essayé de prendre soin de mon apparence mais la prison a détruit mon apparence

Moi : c'est des mots forts quand même ça doit être dur !

Christelle : oui parce que maintenant quand je sors et que je vais faire du shopping, je me vois dans un miroir je me trouve grosse ! je me maquille plus ! pour qui pour quoi ? j'ai plus envie, je trouve que ça m'a détruit, il faut que je perde déjà tout ces kilos, que j'aie une coupe qui me plaise, c'est pas que je prends pas soin de moi je me coiffe tous les jours je fais des chignons, des chignons décoiffés, je mets des belles chaussures mais malgré ça j'ai perdu confiance en moi. La prison a détruit ma vie, elle a détruit ma confiance en moi, mais elle a détruit mon physique !

C'est de la mal bouffe ici ! deux fois par semaine des frites, jamais de yaourt, on a des gaufres des biscuits mais c'est des explosions de calories ça ! tout est en sauce, on a plein de choses frites ! rien de sain ! je n'ai pas assez de budget pour faire tous les jours quelque chose de sain à manger ! même sur la cantine il y a. Plein de biscuit, de charcuterie, et ça coûte les yeux de la tête ! il faut être riche pour acheter sur la cantine pour tous les jours

Moi : donc votre apparence a vraiment changé !

Christelle : oui vraiment je ne me trouve pas femme normale ! la ce week-end pour mon anniversaire je ne vais même pas me maquiller !

Moi : vous devriez ça fait du bien ! à la tête, au moral !

Christelle : oui c'est vrai peut être ! et j'accepte pas ma peine donc en plus, perdre ma confiance en moi... ça a trop pris un coup sur mon moral, mon corps, ma confiance en moi, ça marque

Moi : ça laisse des traces

Christelle : des traces indélébiles ! je me sens quand même mieux dans mon corps quand je suis dehors en CP

Moi : est ce que vous avez des tatouages et des piercings ?

Christelle : j'ai un piercing au nombril, à l'oreille mais pas de tatouages !

Moi : d'accord ! et ça vous représente ?

Christelle : non juste j'aime bien !

Moi : par rapport à l'hygiène, comment vous décrivez votre routine ici ?

Christelle : ah ça a changé ! avant déjà je prenais ma douche quand je voulais, bon ça ça va encore, mais avant je m'épilais, j'avais acheté un épilateur ici mais quand on s'épile les jambes, en dessous les bras, le pubis il faut être dénudé, donc je peux pas car on est dérangé tout le temps ! prendre un bain, faire des soins

Moi : et est-ce que vous avez développé des astuces pour avoir une hygiène nickel ?

Christelle : alors je me lave chez moi, au lavabo, je mets un mot sur l'œilleton comme quoi je me lave, je prends ma douche fin de journée juste après le travail donc ça va, parfois j'ai une doute toute seule mais c'est rare, et puis les détenues attendent devant moi, l'intimité la pudeur on oublie !

Moi : on y vient justement à la pudeur l'intimité

Christelle : c'est dur ! déjà l'autorité c'est dur ! les petites jeunes ils ont l'âge de mes enfants j'arrive pas à accepter leur autorité. Et au niveau de l'intimité et de la pudeur les gens ne respectent pas, les femmes ne frappent pas, pourtant il y en a beaucoup des homosexuelles ici, ça me dérange qu'une femme homosexuelle me voit ! les agents masculins tapent ! mais le problème c'est que dans l'œilleton ils voient quand on est sur le WC. Ils toquent ils entrent on a même pas le temps de dire qu'on est au WC

Moi : pas d'intimité du tout ! et est-ce que vous avez mis en place des astuces pour contrôler un peu cette intimité ? vous me parliez du papier sur l'œilleton ?

Christelle : je calcule les heures aussi, je sais quand je serai tranquille et que les agents ne passeront pas

Moi : donc ça a changé par rapport à dehors ?

Christelle : oui dehors aux toilettes on ferme la porte on est tranquille ! la douche pareille ! tout change on a plus du tout d'intimité, tout est anéanti en prison

Moi : c'est douloureux c'est frustrant ?

Christelle : au début j'avais dur, mais maintenant je me suis habituée et je me dis que j'ai pas le choix et qu'on est tous pareil. J'étais infirmière en soins intensifs, j'ai vu beaucoup de gens tout nus donc j'ai pas de mal avec le corps des autres mais qu'on voit le miens c'est dur ! parfois je demande vite à aller à la douche en premier avant que les filles arrivent

Il y en a qui respectent pas l'intimité des autres, elles se posent et elles regardent ! une fois on m'a dit que j'avais des grosses loches ! elle avait du bien regarder !

Moi : c'est lourd ! maintenant par rapport à votre sexualité, elle est présente, totalement absente ?

Christelle : totalement absente !

Moi : en préventive j'avais des contacts avec un homme mais au moment d'avoir les visites j'ai annulé car j'avais appris qu'il n'avait pas de dents ! donc je suis restée abstinente, j'ai eu une sexualité quand je suis rentrée sous bracelet, et puis depuis que je suis revenue je n'ai rien. J'ai pas d'homme ici, et puis quand on va en PS on ne croise pas un homme dans la rue à qui on dirait viens on va baiser ! j'y pense pas spécialement ça a été dur au début car j'étais active sous le plan sexuel, donc ça me manquait, et puis ça c'est atténué petit à petit.

Moi : d'accord ! plus du tout alors ?

Christelle : non plus du tout ! et je ne vais pas me ruer sur une femme comme certaines !

Moi : et votre activité sportive ?

Christelle : je ne vais plus au sport car c'était souvent papotage moi ça m'énerve, à la salle de sport dehors j'allais faire mes cours pour moi, je faisais des vraies séances de sport, mais ici elles vont au sport pour chiner ça sert ç rein

Moi : et vous bougez beaucoup moins aussi

Christelle : oui c'est pour ça que je me suis engraissée et puis mon boulot à la salle de visite c'est pas physique. En été j'ai un peu plus d'activité car je marche au préau. Et du coup je suis pas fatiguée le soir, je dois prendre des cachets, sinon je dors pas, comme je ne suis pas active la journée !

Moi : mais est-ce que le fait d'être moins active ça change quelque chose dans le besoin et l'envie de pratiquer du sport ?

Christelle : après mes 15 mois de préventives j'étais hyperactives, j'avais besoin de bouger tout le temps pour compenser, j'étais H24 à la maison donc je changeais les lits, j'avais acheté un step une balle, je faisais le ménage le repassage, tout le temps. Et quand je suis entrée en prison j'étais vidée, je voulais plus rien faire. En cellule on peut pas faire du sport, dehors je marche, mais voilà je me suis fait une raison de moins bouger !

Moi : d'accord, maintenant au niveau de l'automutilation ?

Christelle : jamais ! j'ai parfois eu des idées de suicide au début et puis je pèse toujours le positif, j'ai 3 filles je suis en bonne santé, j'ai des parents des copines ! et puis ça serait complètement débile de ma part après avoir fait ces 8 ans ici.

Moi : et maintenant pour ce qui concerne le corps intérieur, on a parlé de l'alimentation, c'est pas sain c'est gras, pour cantiner pour bien manger faut avoir de l'argent !

Christelle : oui ! un kilo de tomates c'est 4€77 ! et on n'a encore rien avec un kilo de tomates ! on a pas de féculent, et on va pas une semaine avec un kilo de tomates !

Moi : et à l'extérieur vous mangiez mieux ?

Christelle : oui je faisais tout maison, pas trop de sauce, équilibré, pas de fastfood, des smoothies, on a toujours eu une alimentation normale

Moi : donc l'alimentation ici a vraiment changé beaucoup de choses !!

Christelle : ah oui je n'aurai jamais pris 30 kilos à l'extérieur ! j'essaye de pas prendre trop au chariot mais des fois j'ai pas le choix car j'ai pas assez dans mon frigo !

Moi : et maintenant pour le suivi de santé ?

Christelle : il est nul ! le dentiste c'est un boucher. J'ai jamais rien eu je touche du bois, j'ai eu un abcès dentaire et une ou deux lombalgies donc ça a été mais le suivi est nul ! une mammographie de contrôle à la citadelle voilà, mais le suivi était nul ! elle soigne tout au paracétamol et au magnésium !

Moi et du coup vous avez jamais été malade ici, par contre votre suivi de santé lui est moins bon !

Christelle : non, pas de frottis, pas de prise de sang, rein !

Moi : et du coup accès aux médicaments compliqué aussi !

Christelle : des couillonades !

Moi : et enfin plus au niveau de la santé mentale ?

Christelle : anéanti ! maintenant j'ai une lueur d'espoir je commence à refaire des projets car j'ai des PS, moi j'entends des détenues dire que la prison les a fait évoluer, je n'ai rien appris sur moi j'ai pas évolué j'ai pas grandi ! ça m'a anéanti, je n'ai toujours pas accepté ma peine

Moi : donc c'est compliqué dans la tête quoi... Est-ce que c'est important pour vous de protéger votre esprit ? et comment vous faites ?

Christelle : oh oui ! beaucoup ! je ne parle pas ! Maintenant je vous raconte des choses, ce sont des choses que j'ai raconté à ma psy mais je ne dis rien, c'est mettre des barrières, mais pour me protéger je ne parle de rien de ma vie privée. Parfois quand on me demande je dis que c'est un suicide collectif qui a mal tourné point barre. Quand j'ai pas le moral je le dit pas, parce qu'il n'y a aucun jour où je suis bien ici, je fais avec car j'ai pas le choix mais c'est tout. Personne ici en prison connaît ma vie

Moi : c'est vraiment une protection, et ça a changé ?

Christelle : oui avant avec mes collègues on parlait de tout mais ici j'ai une carapace

Moi : et quand vous vous sentez pas bien ?

MA je téléphone ! à ma meilleure amie, à maman, parfois à mes filles. J'en ai trop marre de trop de choses, parfois je pleure mais c'est rare, je ne suis pas de mauvaise humeur, je suis quelqu'un qui va pas bien qui est mal heureuse, la prison a détruit tout, et j'ai perdu beaucoup en venant ici. Mais bon maintenant j'ai un peu d'espoir un peu d'avenir ! je pensais à vous peut-être que je me maquillerais samedi soir !

Moi : mais oui il faut ça vous fera du bien !

Christelle : si je vous croise dans les couloirs la semaine je vous dirais

Moi : mais oui même pour vos filles, pour les gens, faites-vous belle et vous serez bien !

Christelle : je vais peut être demander la trousse de maquillage à mes filles !

Moi : mais oui !! et puis merci beaucoup d'avoir répondu à mes questions !

Christelle : de rien avec plaisir !

Moi : et puis j'espère que ça va avancer pour votre libération à bientôt

Christelle : j'espère aussi merci beaucoup !

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°12 : *Sabrina, le 26/04/2023 à 14h30, Lantin, durée de l'entretien : 45 minutes*

Moi : Alors j'effectue mon travail de fin d'étude sur le corps de la femme incarcérée. Donc j'essaie d'en apprendre plus sur les limites qui vous sont imposées par l'enfermement sur votre corps, et ce que vous mettez en place pour y résister ou du moins pour essayer d'y résister. Qu'est-ce que vous pouvez me dire sur vous, sur votre vie, avant votre incarcération ?

Sabrina : j'ai 3 enfants 4 petits enfants, avant de rentrer tout allait bien. Je suis ressortie au mois de juin l'année passée donc quand je suis sortie j'ai retrouvé un appartement parce que j'étais à la rue avant, je suis restée deux ans à la rue avec mon compagnon. Donc j'ai retrouvé un appartement car mon compagnon était encore incarcéré, j'avais mes petits enfants tous les week end, tout allait bien. On m'a sonné pour me dire que je rentrais, ça m'a cassé quoi. C'est un peu dur.

Moi : j'ai d'abord des questions sur l'apparence en général, puis sure le corps extérieur avec les tatouages les piercings l'hygiène, sur l'intimité, la sexualité. Enfin j'ai aussi des questions sur la pratique sportive, la mobilité, l'automutilation, et des questions sur le corps interieur, avec l'alimentation, les pathologies physiques et l'esprit. Ok ?

Sabrina : ok

Moi : alors d'abord, en général, concernant votre apparence, comment est-ce que vous décrierez votre apparence aujourd'hui ?

Sabrina : bah je vais dire correcte quoi

Moi : est-ce que vous vous sentez bien ?

S : bah bien non pas vraiment car on est en prison donc on ne se sent pas spécialement bien donc on va dire qu'avec le temps on accepte d'être ici donc à la longue on va dire qu'à la longue on se sent dans une petite, comment dire, un petit internat, on s'entend avec les filles à leur parler voilà

Moi : d'accord, on va reparler de votre bien être après. Est-ce que votre apparence, l'image que vous reflétez c'est important pour vous ? est-ce que ça a changé par rapport à avant votre incarcération ?

Sabrina : oui quand même parce qu'il faut faire un minimum, je veux pas m'habiller comme une baraki, être un minimum propre ça c'est primordial. Le problème d'ici c'est qu'on ne peut pas, enfin si on peut les acheter mais ça coute énormément cher le maquillage etc.

Moi : d'accord et est-ce que ça a changé ça au niveau de votre apparence, les vêtements, le maquillage la coiffure, est ce que vous faisiez plus avant, est ce que vous faites plus maintenant ?

Sabrina : je faisais plus à l'extérieur, j'avais plus de possibilité on va dire. Ici on se coiffe on se lave, mais on ne sait pas, si on veut aller faire une couleur ou un brushing on ne sait pas, donc ça c'est quand même un petit peu embêtant ici à la prison. Il faut tout acheter ça coute énormément cher, moi j'ai personne qui va m'envoyer de l'argent de l'extérieur donc je vais travailler, chaque fois que je suis venue ici j'ai travaillé donc je vais travailler, mais je travaille pour l'aumône quoi. Avec ça on va pouvoir un

peu avancer, pouvoir acheter pour se coiffer se maquiller, quand on arrive on nous donne même pas de peigne on doit se coiffer avec nos mains.

Moi : donc ça se fait progressivement en fait ?

Sabrina : oui à force on peut acheter un peu quoi

Moi : donc votre apparence elle a changé ici alors ?

Sabrina : oui je ne me maquille plus, mais ça je ne me maquillais déjà plus dernièrement parce que je suis malade, parce qu'il y a qu'une semaine que je suis rentrée, j'avais pas beaucoup le moral mon homme est en prison aussi donc le moral pas trop là

Moi : donc pas forcément l'envie quoi ?

Sabrina : c'est ça pas forcément l'envie mais ici je suis avec une petite jeune enceinte donc je lui donne un peu de courage, il faut que je m'en donne aussi, on se sert un peu les mains quoi on va dire.

Moi : d'accord ! est-ce que vous avez des tatouages, des piercings ?

Sabrina : j'ai un tatouage

Moi : est-ce qu'il vous donne une image il représente votre identité ?

Sabrina : non pas du tout

Moi : d'accord ! donc on passe à l'hygiène, comment vous pouvez décrire votre routine ici ?

Sabrina : ben ici on a une douche tous les trois jours, chez moi j'avais ma douche tous les jours. On a même pas d'eau chaude donc on doit acheter une taque électrique pour faire chauffer de l'eau donc pour se rafraîchir à l'évier c'est compliqué. Ici je pense qu'ils devraient faire la douche tous les jours ! en plus on est des femmes quand même, pour un homme c'est peut être différent mais nous quand même. Mais maintenant quand on travaille on peut avoir sa douche tous les jours, mais sinon moi l'hygiène je suis quelqu'un de super maniaque donc j'aime bien qu'il fasse super propre, c'est même exagéré par fois, mais j'aime bien qu'il fasse super propre, j'aime bien d'être propre. J'étais avec une autre duo avant elle a pas été à la douche depuis le vendredi, non ça se fait pas quoi il faut un minimum de respect pour celle qui est avec nous !

Moi : oui vous devez aussi subir le manque d'hygiène des autres !

Sabrina : oui c'est ça ! mais ici mon nouveau duo ça va !

Moi : ah ça c'est bien ! et du coup même si vous êtes limitées parce que vous avez 3 douches par semaines, vous avez l'impression de garder la même hygiène ?

Sabrina : ah non ! regardez hier on est allé au sport, quand on est rentré du sport on a pas su prendre de douche, donc on doit se rincer à l'évier, à l'eau froide

Moi : donc il y a quand même une grosse différence ! et au niveau des produits vous en avez eu par le social ?

Sabrina : on a un shampoing un gel douche une brosse à dent si on veut autre chose on doit en acheter.

Moi : d'accord ! et est-ce que vous avez mis en place des astuces des habitudes pour compenser la limite des douches ?

Sabrina : bah le soir ils amènent une petite cruche d'eau chaude pour le café alors on la garde et on se rince avec cette petite cruche là comme on peut pas faire chauffer d'eau. Mais là ça fait pas longtemps, pour les habitudes il faut que je reprenne mes repères pour le moment c'est calme, je fais pas grand-chose pour ne pas trop me salire on va dire, quand tu viens d'arriver faut le temps

Moi : faut se remettre dedans

Sabrina : oui parce que ça fait quand même 4 fois que je viens donc les filles si y a pas de soucis je m'entends bien mais il faut se remettre dans le bain, on me remet ici pour je ne sais pas quoi j'avais le bracelet, donc j'ai plus rien fait, il faut le temps pour accepter c'est pas toujours facile.

Moi : d'accord. Est-ce que ça vous a déjà arrivé, bon là en une semaine j'imagine que non, mais dans une autre incarcération, d'avoir des soucis de santé à cause d'un manque d'hygiène notamment lors des menstruations ?

Sabrina : alors moi non, ici je n'ai jamais eu mais il y a certaines filles qui ont fait des allergies et puis il y a la tuberculose apparemment puisqu'on a été passer des radios hier. Mais moi non aucun soucis, peut être de temps en temps à la douche des champignons aux pieds mais je n'ai jamais rien eu.

Moi : ok ! donc maintenant par rapport à l'intimité, qu'est ce que vous pouvez en dire comment elle se présente ?

Sabrina : on a pas d'intimité, ils viennent ouvrir les œillets quand ils veulent on va dire

Moi : pas d'intimité du tout ?

Sabrina : pas du tout.

Moi : et c'est important pour vous à la base cette intimité ? qu'est-ce que vous faites pour essayer de garder un peu d'intimité ? est-ce que c'est possible de faire attention ?

Sabrina : on sait quand est-ce qu'ils viennent, et puis quand je veux être un peu toute seule je laisse ma duo aller aux activités et moi je reste en cellule pour être seule, réfléchir... Pour garder un peu d'intimité à ce moment là. Après on sait quand les agents passent, là je suis en surveillance donc ils passent plus souvent mais d'habitude ils ont leurs heures. Le plus embêtant c'est quand on est aux toilettes ils ouvrent quand ils veulent donc quand on est, pardon mais, sur le pot, c'est gênant.

Moi : et donc votre intimité a changé entre avant et maintenant ?

Sabrina : ah oui oui oui

Moi : et comment vous le vivez ? c'est douloureux, on s'habitue ?

Sabrina : on s'habitue on a pas le choix. C'est comme ça ici en prison. Chez moi j'habitais toute seule comme mon compagnon est en prison j'avais toute l'intimité que je voulais même si je voulais me promener toute nue je le faisais quoi. Ici c'est pas comme ça, on a pas le choix.

Moi : d'accord et la question de l'intimité, le secret des menstruations ?

Sabrina : ah bah moi j'ai plus ce problème là mais oui on ne peut pas le cacher on doit demander des protections, ça doit être embêtant et gênant pour les filles.

Moi : il n'y a pas d'intimité dans rien en fait ?

Sabrina : on est au courant de tout ! j'ai changé de duo lundi, je l'ai su dimanche le chef m'avait dit de ne rien dire, donc j'ai rien dit mais quand je suis arrivée ma nouvelle duo était déjà au courant.

Moi : d'accord donc tout se sait ! et par rapport à votre sexualité ?

Sabrina : pour le moment elle est absente, mais mon compagnon va demander pour revenir à cette prison ci, donc on va pouvoir avoir des VHS et tout ça mais pour le moment j'ai pas ça en tete.

Moi : ça ne vous vient pas à l'esprit ? il n'y a pas de frustration du tout à ce sujet ?

Sabrina : non pas du tout !

Moi : d'accord ! et par rapport à la pratique sportive, le fait de bouger ou pas, qu'est ce que vous pouvez dire ?

Sabrina : bon déjà dehors je fais pas de sport, mais quand vous faites du sport ici ça fait du bien, déjà ça fait sortir de la cellule, et puis ça fait évacuer. En plus maintenant ça va etre tous les jours, donc sortir de la cellule, voir les filles, voir l'éducateur ça fait du bien ! il faut ! rester tout le temps en cellule c'est pas possible !

Moi : c'est très exiguë en plus !

Sabrina : oui on devient fou, c'est à péter un câble ! je vais avoir du travail là et heureusement car rester sans bouger je deviens folle

Moi : donc vous ne faisiez pas de sport à proprement parler avant, mais votre mobilité en général elle a quand même diminué ?

Sabrina : oui oui ! déjà chez moi je marchais beaucoup j'allais voir mon compagnon en prison 3 fois par semaines il y avait 4 km à pieds, mais ici le sport ça fait super du bien on en a besoin !

Moi : donc le fait d'être enfermé ça joue encore plus sur le besoin de bouger de se dépenser ?

Sabrina : oui parce que si on bouge pas on est pas fatigué donc on broie du noir c'est comme ça qu'on pète un plomb, et puis on oublie on se défoule ça fait du bien toutes les filles devraient le faire ! bouger aller au préau prendre l'air rien que ça ça fait du bien ça remonte le moral

Moi : donc ça aide vraiment alors le sport

Sabrina : oui vraiment !

Moi : des recherches montrent que les détenues ont souvent recours à la mutilation, ça vous ai déjà arrivé, vous y avez déjà pensé ?

Sabrina : non jamais ! même avant

Moi : d'accord ! et donc pour tout ce qui concerne le corps intérieur comme je vous ai expliqué tout à l'heure, comment vous décrivez votre alimentation ici ?

Sabrina : alors ça dépend des jours mais en général c'est pas trop bon. Mais deux trois fois par semaine on a quand même des fruits. Mais c'est pas varié, c'est pas très bon
Par rapport à l'extérieur ça change tout ! dehors vous avez envie de chicon vous allez chercher des chicons ici oui vous savez les commander mais si vous n'avez pas de taque vous savez rien faire ! donc on ne sait pas cuisiner comme on veut, donc l'alimentation c'est pas trop ça

Moi : donc vous aviez vraiment une meilleure alimentation à l'extérieur ? vous faisiez attention aux calories au sucre ? vous aviez une alimentation saine ou pas plus que ça ?

Sabrina : oui ça a changé ! pas spécialement saine mais, je mange pas gras, je mange quelques petite gougouilles on va dire, mais je mange pas beaucoup et je fais attention à pas manger trop gras.

Moi : et donc ici vous arrivez à faire attention au gras aussi ?

Sabrina : oui quand je vois que c'est couscous par exemple je prends pas, quand je vois que je vais pas digérer je prends pas. Je veux pas prendre 50 kg

Moi : et du coup vous arrivez à cantiner pour compenser le fait de pas prendre au chariot ?

Sabrina : oui quand j'étais là avant je cantinais j'avais la taque électrique, je ne prenais quasiment rien au chariot

Moi : et ça vous permet alors d'avoir une meilleure alimentation ?

Sabrina : oui

Moi : et est-ce que ça cause des changements sur votre corps ce changement d'alimentation ?

Sabrina : non pas vraiment, ça ne change pas mon poids

Moi : d'accord donc pas forcément de répercussions de l'alimentation sur le physique ! et par rapport à l'état de santé, qu'est-ce que vous pourriez dire sur les soins de santé, vous vous sentez bien accompagnée ?

Sabrina : pas du tout, je vous explique mon compagnon il a un cancer ils ne l'ont jamais soigné, il a du attendre d'avoir des congés pour se faire opérer. On l'a fait rentrer juste le jour de l'opération normalement il devait rester la nuit, donc il a dû enlever ses drains signer une décharge, on lui a pas donné d'antibiotiques, il s'est fait opérer dans les parties, excusez moi mais il avait une testicule comme ça quoi, toute gonflée parce qu'il n'avait pas eu d'antibiotiques donc les soins non franchement c'est mort, je suis pas d'accord du tout ils ne les donnent pas comme il faut.

Moi : d'accord et un suivi de santé à l'extérieur c'est important pour vous ? vous avez un suivi régulier ?

Sabrina : oui c'est important bien sûr ! il faut en plus je suis malade donc moi j'ai un suivi à l'extérieur, et quand je suis arrivée on m'a même pas donné mes médicaments que je prends, on m'a donné une partie mais certains on m'a changé c'est des médicaments qui ressemblent mais c'est pas les mêmes.

Moi : donc mauvaise continuité de votre traitement ?

Sabrina : oui parce que quand on arrive, je suis arrivée jeudi, je n'ai eu que mes médicaments dimanche ! on peut pas arrêter un traitement comme ça du jour au lendemain il n'y a rien de plus mauvais. Mes médicaments pour dormir, je n'ai pas dormir pendant deux jours, donc tout ça joue sur le mental. Et en plus je suis habituée à mes médicaments donc quand je les ai pas j'ai des crampes partout, donc ça pour la médecine c'est pas top.

Moi : et est-ce qu'il y a eu des différences dans votre état de santé, est-ce qu'elle s'est déjà dégradé pendant une incarcération ?

Sabrina : dégradée non, mais ils pourraient faire mieux, nous donner d'autres soins, et quand on demande d'aller chez le dentiste ne pas nous faire attendre des mois. Et puis j'ai un autre traitement pour lequel ils attendent de savoir si je suis condamnée à moins ou plus de 6 mois, et si je suis condamné à

moins de 6 mois, je n'ai pas le droit au traitement. A l'extérieur, j'avais rendez-vous le mois prochain chez mon médecin il m'aurait donné mon traitement

Moi : donc l'accès aux médicaments il n'est pas terrible ?

Sabrina : non et puis on a du paracétamol pour tout. Moi je suis atteinte au foie, donc c'est pas terrible le paracétamol. Je suis pas du tout d'accord avec leurs soins ici, j'avais fait une lettre au médecin en chef qui ne m'a jamais répondu, c'est pour ça que j'avais fait venir la commission de surveillance, pour qu'ils soignent mon conjoint quoi. Ils faisaient rien, je veux pas qu'il meurt moi je trouve pas ça normal

Moi : d'accord je vois, et enfin par rapport à la santé mentale cette fois, qu'est ce que vous pouvez dire sur votre état d'esprit depuis que vous êtes incarcérée ?

Sabrina : pour l'instant je pense beaucoup à pourquoi je suis ici mon moral est pas fort bon pour le moment, mais ça va passer avec le temps. c'est ça que je sors beaucoup je vais voir l'éducateur je vais au sport, pour parler ça fait du bien, mais tant que je ne sais pas où j'en suis on va dire dans mon dossier, dans mes affaires.. En. Plus mon petit beau fils il vient de venir habiter chez moi, ça fait 15 jours, maintenant il se retrouve tout seul donc le mental il pense beaucoup à lui, il a. le bracelet électronique donc il peut pas sortir du tout. C'est un appartement au 3^e étage donc il doit se débrouiller pour qu'on lui descende les poubelles, pour qu'on lui ouvre la porte quand quelqu'un arrive, j'y pense, qu'il entretienne bien mon appartement. J'ai 3 enfants mais ils sont grands entre 34 et 28 ans mais je me tracasse pas ils ont leur vie on va dire ça fait 6 7 ans qu'ils font sans moi donc il n'y a pas de soucis avec eux mais je me tracasse beaucoup pour mon beau fils qui est chez moi tout seul, donc mon moral c'est pas terrible.

Moi : donc la votre esprit est un peu ailleurs, mais pour vous êtes ce que c'est important de protéger votre esprit, pour pas être atteinte par la négativité, par ce que vous vivez ici ? est ce que c'est important et si oui comment vous faites pour garder une distance ?

Sabrina : pour le moment c'est pas possible mais les autres fois, je n'écoute pas les cancans je m'occupe des affaires, quand elles ont des soucis voilà tu te débrouille, mais sinon je m'occupe beaucoup de moi, et pas des soucis des autres parce que ça n'amène que des mauvaises choses, se prendre la tête avec tout le monde j'ai horreur de ça. J'écoute ce qu'elles me disent et je répète pas je leur dit oui amen et voilà quoi on va dire

Moi : donc vous garder une distance ?

Sabrina : oui parce que sinon c'est pas possible on devient fou
Pas juger les autres on est tous ici pour des couilles qu'on a fait, chacun assume on doit pas juger non plus je me mêle pas de leurs histoires, j'ai fait ce que j'ai fait elles ont fait ce qu'elles ont fait et voilà. Elles me parlent je les écoute mais je vais pas raconter, ce qu'elles me disent c'est moi qui le garde et voilà si on s'occupe de tout on s'en sort plus

Moi : donc vous restez focus sur vous-même ?

Sabrina : oui !

Moi : d'accord et est-ce qu'il y a des différences entre maintenant ou avant votre incarcération, dans votre bien être mental ? certaines filles vont mieux car elles sont aidées ici ?

Sabrina : ben moi avant j'avais des problèmes de drogues mais ça plus maintenant, mais moi ça change rien on a dire qu'ici j'ai plus de soucis parce que je me tracasse pour l'extérieur, mon beau fils, mon homme, que pour moi on va dire.

Moi : donc le moral est plus compliqué ici qu'à l'extérieur ?

Sabrina : oui car à l'extérieur on se tracasse aussi mais on sait les régler plus facilement à l'extérieur qu'à l'intérieur. Je me soucis de mon beau fils qu'il fasse le paiement de mon loyer qu'il aille faire ses courses, je me tracasse plus ici qu'à l'extérieur, même pour les visites on sait pas quand on les a, on dépend tout le temps de quelqu'un et ça joue beaucoup sur le mental. Moi ça fait des années que j'habite seule donc moi je me suis toujours débrouillée toute seule quand j'ai un truc à faire, à la limite on veut aller faire pipi on doit demander quoi. Dépendre de quelqu'un c'est pas mon habitude.

Moi : et alors comment vous faites pour vous sentir mieux quand ça va pas bien ?

Sabrina : discuter avec l'éducateur il est beaucoup là pour nous écouter, on discute on regarde sur l'ordinateur ou quoi, ça fait un peu du bien quoi, parfois avec certains agents aussi ça fait du bien de parler, des fois elles sont gentilles et elles vous écoutent bien, elles vous donne des bons conseils. Ils sont pas là que pour ouvrir et fermer les portes, on peut discuter avec, on est pas dans la même catégorie on va dire, nous à l'intérieur et eux à l'extérieur mais ils nous comprennent quand même.

Moi : d'accord donc moi j'ai fini avec mes questions, dans tout ce qu'on a parlé là qu'est ce qui est le plus compliqué, dans le sens qu'est ce qui a le plus d'effet sur vous ? qu'est ce qui a été le plus impacté par l'incarcération ?

Sabrina : moi c'est de voir mon compagnon, j'y allais 3 fois par semaine, je l'ai eu au téléphone hier il avait congé mais c'est tout ne pas le voir, ne pas savoir si ça va. Ça me mets les larmes aux yeux je suis désolée.

Moi : oh non je ne veux pas vous mettre dans un état comme ça ! merci beaucoup d'avoir accepté de m'aider !

Sabrina : de rien !

Moi : j'espère que ça va aller et que vous aurez des nouvelles rapidement !

Sabrina : merci j'espère !

En prison : le corps sous contrôle, La femme dans la résistance

Recherche qualitative, récolte de données via entretiens individuels

Entretien n°13 : *Eva, le 26/04/2023 à 16h30, Lantin, durée de l'entretien : 45 minutes*

Moi : alors comme tu sais je fais mon travail sur le corps des femmes incarcérées, toutes les limites sur votre corps que vous impose la prison et ce que vous mettez en place pour y résister

Eva : d'accord

Moi : alors pour commencer qu'est-ce que tu aurais envie de me dire sur ta vie avant 'l'incarcération ?

Eva : avant l'incarcération ? J'étais en chute libre ! La prison m'a sauvé ! Je suis tombée dans les stup

Moi : ouais

Eva : donc voilà j'étais une chute

Moi : donc ça t'as récupéré ?

Eva : ça m'a sorti d'une relation, ça m'a beaucoup aidé

Moi : d'accord ! et par rapport à l'apparence en général, comment tu te vois, comment ton apparence à changé entre avant ton incarcération et maintenant ?

Eva : mon apparence à énormément changé, j'ai pris beaucoup de poids, j'ai perdu énormément de confiance, et voilà, c'est un sujet compliqué en fait pour moi

Moi : d'accord ! et est-ce que cette apparence c'est important pour toi ? c'est quelque chose auquel tu as toujours fait attention ?

Eva : non pas spécialement

Moi : et est-ce qu'il y a une différence dans le maquillage, les vêtements, la coiffure, entre avant ton incarcération et maintenant ?

Eva : oui parce qu'avant mon incarcération je me maquillais, les produits coutaient beaucoup moins cher dehors, je mettais pas des training, qu'ici on en a plus rien à faire en fait.

Moi : donc ça a quelque chose à voir avec la limite en nombre de vêtements ?

Eva : ben on est limités en nombre de vêtements, et puis pour les acheter on est limités, moi j'ai que mon père donc envoyer mon père faire les magasins c'est un peu compliqué, il peut mais il va me ramener des choses que je vais pas aimer. On ne doit qu'avoir X pièces de t-shirt X pièces de pantalon ce qui est très peu, on ne peut mettre que 10 pièces à laver, le reste soit on doit le laver à la main soit on doit le faire sortir. Donc ça limite beaucoup.

Moi : et est ce que l'envie de se maquiller, s'habiller elle est réduite ?

Eva : oui parce qu'il n'y a pas vraiment d'intérêt ici j'ai envie de dire !

Moi : tu te dis que ça ne sert pas à grand-chose alors ?

Eva : oui parce qu'on voit pas autant de monde qu'à l'extérieur

Moi : d'accord ! et est-ce que tu as des tatouages et piercings ?

Eva : non pas du tout !

Moi : d'accord donc on va passer maintenant à ta routine d'hygiène ! qu'est-ce que tu peux dire dessus ?

Eva : nous on a de la chance on a notre douche tous les jours, normalement c'est un quart d'heure maintenant les agents ne disent rien si on dure un peu plus longtemps, on a notre douche tous les jours après le travail. Maintenant si un jour on ne sait pas avoir la douche parce qu'il manque des agents par exemple, on a des taques, on sait faire chauffer de l'eau pour se laver, celles qui veulent elles savent le faire !

Moi : donc tu penses avoir gardé la même hygiène que dehors ?

Eva : non parce que dehors je prenais une douche le matin une douche le soir, ça ici on ne sait pas le faire

Moi : donc ça a changé mais tu arrives quand même à garder une hygiène clean, tu te débrouilles pour faire le nécessaire !

Eva : oui !

Moi : et pour les produits d'hygiène ?

Eva : le choix est limité, les produits sont chers, le head and shoulders il est à 7€, le gel douche c'est 6€, et il faut l'argent si on travaille pas c'est beaucoup plus compliqué

Moi : d'accord et du coup t'as mis d'autres astuces comme faire chauffer de l'eau, pour résister un peu aux limites d'hygiène comme les limites en nombres de douches ?

Eva : bah le matin d'office je fais chauffer de l'eau, le soir si j'ai pas ma douche je fais chauffer de l'eau, sinon je vais prendre ma douche tous les jours, je m'arrange pour ne pas aller aux activités quand c'est l'heure de la douche, on s'arrange toujours pour l'avoir au moins une fois par jour, et le reste du temps on fait chauffer de l'eau

Moi : tu as déjà développé un soucis de santé à cause du manque d'hygiène ici, notamment lors des menstruations, au début quand tu étais en bas et que tu n'avais qu'une douche tous les trois jours par exemple ?

Eva : j'ai très vite travaillé donc je n'ai jamais eu de problèmes à ce niveau

Moi : même des soucis de peau ?

Eva : non la seule chose c'est des plaques sur la peau

Moi : à cause des allergies ?

Eva : oui et je ne sais pas cantiner le gel douche que je voudrais, la peau est très sèche à cause du calcaire

Moi : oui donc tu fais avec ?

Eva : oui !

Moi : comment se présente ton intimité en prison ?

Eva : quand on est en solo il y a un peu plus d'intimité, mais en duo on en a pas du tout. Mais même en solo, les agents peuvent passer, la seule chose qu'on peut faire c'est coller un papier sur l'œillet. Mais quand ils passent il faut le bouger, donc par exemple si on est en train de se laver à l'évier bah au moins on a le temps d'attraper un essuie quoi. Mais on a aucune intimité. Ils viennent fouiller. Mais c'est aussi le but de la prison en soi. Ils doivent surveiller donc, je vais dire on s'adapte, on est obligé de s'adapter !

Moi : d'accord, et est-ce que tu as d'autres habitudes à par un papier sur l'œillet pour te protéger ?

Eva : bah on sait à quelle heure ils passent. C'est fou, mais on sait à quelle heure ils passent. Donc par exemple pour se laver le soir on sait qu'à partir d'une telle heure il faut pas car ils peuvent passer à tout moment, mais on sait que de 8H40 à 9H00 c'est bon, mais entre 9H et 9H15 ils passent, sinon c'est entre 9H30 ET 10H. Le matin c'est pareil ils passent une fois à 5H une fois à 5H50, et après ils ne passent plus avant 7H. Donc on profite de ces plages horaires là pour être tranquilles quoi.

Moi : d'accord, et comment tu vis ça, ce manque d'intimité, cette promiscuité avec les filles ? C'est douloureux, tu t'adaptes ?

Eva : à la base moi je suis très solitaire, ici j'ai du faire beaucoup de travail sur moi-même car à la base avoir quelqu'un de proche de moi c'est compliqué. Le problème c'est que quand je suis trop proche de quelqu'un c'est ma dépendance affective qui prend le dessus, donc c'est à double tranchant.

Moi : il faut que tu arrives à rester au milieu

Eva : il faut que j'arrive à rester au milieu ! mais il y a toujours un moment donner je vais soit bifurquer à droite soit à gauche et ça c'est compliqué. Mais même à niveau ouvert, quand j'ai envie des tranquille je le dis et les filles respectent. Elles savent que quand je ferme ma porte c'est que j'ai envie d'être tranquille.

Moi : donc vous arrivez à respecter un peu mutuellement l'intimité de chacune ?

Eva : bah nous ce qu'on a fait avant qu'ils ouvrent le niveau, c'est qu'on a réuni tout le monde et on a dit voilà chez nous c'est comme ça comme ça, si la porte est fermé tu rentres pas, avant de rentrer tu toques, pour qu'on puisse toutes garder sa bulle. Les $\frac{3}{4}$ le respectent.

Moi : donc vous arrivez à poser des limites pour garder votre espace à chacune ?

Eva : oui ! après il y en a toujours qui ont du mal à respecter. Il y a trois jours j'étais entrain d'étudier, il y en a 3 qui étaient devant ma porte dans le couloir à crier, je me suis levée j'ai claqué ma porte le lendemain je suis allé les trouver. Mais en même temps on peut pas leur dire, c'est la journée, elles ont envie de crier dans le couloir elles ont le droit. C'est juste une question de respect quoi, mais certaines n'en n'ont pas. Quand elles dorment on les laisse tranquille quoi.

Moi : t'as jamais une intimité à 100%, un moment où t'es vraiment tranquille et tu sais que tu vas pas être dérangée quoi ?

Eva : de toute façon les murs ont des oreilles ici. Même les portes fermées on entend ce qu'il se passe à côté. Donc même passer un coup de téléphone déjà, même l'intimité téléphonique on ne l'a pas. Par exemple je veux parler à mon père, je peux pas lui parler normalement au téléphone, d'un côté ma voisine ça va je sais qu'elle écoute pas, moi quand elle est au téléphone je met la télé plus fort, mais de

l'autre coté je sais que ma voisine elle écoute. Donc voilà, mais sinon non ça va on arrive à mettre des limites avec les aïtres pour qu'on nous foute la paix.

Moi : d'accord, est ce que tu arrives à garder le secret, une part de discrétion pour les menstruations ? C'est un sujet délicat pour certaines, notamment quand elles sont en duo

Eva : moi j'en parle pas. Quand la porte de la cellule elle est fermée, quand tu vas à la douche tu te déshabille dans ta douche les gens ne te voient pas, et puis c'est une question de propreté. En duo ça serait beaucoup plus compliqué, mais en solo il n'y a pas de raison que les autres soient au courant.

Moi : ok ! et par rapport à la sexualité, comment tu peux la décrire ici ?

Eva : aucune ! et je n'en veux aucune !

Moi : pas de frustration ?

Eva : pas du tout !

Moi : c'est différent d'avant ?

Eva : oui, mais ça ne me manque pas.

Moi : comment tu décris ton activité sportive ici ?

Eva : on en a quasiment aucune, si on va pas au sport on en a pas. Au travail on est assises, on bouge entre les cellules mais on fait 3 mètres. Dehors tu fais tes courses à droite a gauche, ici on nous amène la nourriture sur un chariot, on est même pas obligé de se faire à manger. On peut pas dire que c'est avec les trajets qu'on fait dans les cellulaires qu'on fait du sport. Si on va pas au sport, on a pas d'activité physique. Maintenant celles qui veulent elles vont marcher au préau moi c'est pas mon cas

Moi : toi non ?

Eva : pas envie, j'aime pas le sport, trop de gens

Moi : donc ton activité physique en général elle a diminué ?

Eva : ah oui

Moi : donc tu fais pas de sport, et tu n'en faisais pas avant, mais penses-tu que le fait d'être enfermé ça a accentué ton besoin et ton envie de bouger ? est-ce que ça te manque ?

Eva : alors ça ne me manque absolument pas ! et pour moi plus on est renfermé, moins on a envie de bouger pour moi.

Moi : donc ça a plus tendance à démotiver

Eva : oui moi oui.

Moi : maintenant, il y a pas mal d'études qui parlent de l'automutilation en prison, est-ce que ça t'es déjà arrivé ?

Eva : ça m'est déjà arrivé avant et ça a continué au début de mon incarcération

Moi : donc c'était dans la continuité de ce que tu faisais avant ?

Eva : oui

Moi : et est-ce que ça t'apporte quelque chose ?

Eva : ça choque beaucoup, mais pour moi l'automutilation c'est un moyen de faire sortir ce que j'ai à l'intérieur, donc après je me sens mieux, parce que la douleur de l'intérieur je la ressens physiquement, même la psy ne comprend pas, mais voilà, moi c'est ma méthode de fonctionnement. Ici j'ai arrêté, pour la simple et bonne raison que j'ai fait la promesse à quelqu'un, qui était dans les mêmes démons que moi et qui m'a dit si tu le fais je le fais. Donc pas spécialement pour moi car je ne dis pas que j'y pense jamais mais plus pour elle. J'ai fait une TS ici, je suis allé loin

Moi : d'accord ! c'est bien si tu as réussi à te poser des limites, que tu te contrôles

Eva : je dis pas que je n'y pense pas, il y a des filles qui m'ont dit plusieurs fois qu'en remontant elles étaient pas sereines parce que le midi j'étais en larmes, donc voilà c'est à double tranchant, parce qu'en attendant quand je le faisais après c'était bon, je repartais, ça n'effaçait pas ce que j'avais mais ça me permettait d'avancer. Donc oui et non, c'est compliqué, c'est depuis mes 12 ans que je suis là dedans donc c'est compliqué. Ça fait 3 ans, donc c'est bien mais c'est pas gagné, si j'avais pas cette promesse qui me tiendrait... maintenant je fais de l'automutilation mais pas à en arriver à une TS, je sais ce que je fais quand même je ne le fais pas pour arriver à quelque chose, je le fais juste pour avoir la douleur physique

Moi : donc tu le faisais pour avoir une douleur physique et localiser, pour oublier ta douleur psychologique ?

Eva : c'est ça, voilà 3 ans

Moi : c'est bien, il faut que tu t'accroches

Eva : il y a des fois où on y pense, on se dit que faut pas, mais ça ferait du bien, une chose très mal faite ici c'est que pour un TS tu finis au cachot, donc tu es mal, mais on t'enferme dans une cellule vide, où tu n'as rien pour te changer les idées, pour attendre de voir le psychiatre qui pourra dire si tu peux retourner en cellule mais des fois il met 3 jours à venir.

Moi : ils le font pour des aspects de sécurité, pour que tu n'aies rien pour te faire du mal, mais je peux comprendre que pour le psychologique ce soit très compliqué.

Eva : oui mais psychologiquement ça fait pire ! moi quand j'ai fait ma TS ils ont voulu me casser mon duo, c'est l'éducateur qui est venu me voir au cachot, t'as pas de cigarette, t'as rien, j'ai dû faire du chantage pour avoir une cigarette et dire que je ne mangerai pas si j'en avais pas. On prend un clou et on vous l'enfonce encore plus.

Après ils m'ont mis en surveillance spéciale mais elle sert à rien, ils viennent toutes les demies heures donc on sait quand ils viennent, quand on est dans cette position-là, il suffit de calculer. On te donne pas ta plaquette de médicaments le matin mais, tu en trouves comme tu veux au préau. Ils passent la nuit à heures fixes, ils peuvent venir autant qu'ils veulent, quelqu'un qui a envie il le fera. Ils mettent en place des protocoles, mais ça sert à rien, une personne qui a envie de se faire du mal elle le fera, elle le dira à personne mais elle le fera. Moi il n'y a personne qui le savait, personne, ils sont passés au mauvais moment, j'avais pas calculé l'heure, j'ai fini avec ma tête au cachot. Ça fait 4 ans.

Moi : t'as la sensation d'avoir fait du chemin ?

Eva : oui. Et puis j'avais pas que des idées de mutilation à l'époque, j'ai avancé, des fois j'y pense mais je fais pas. Ici j'ai un but, je sais ce que je veux faire et pourquoi je le fais, je bosse ça pour tel but, pour sortir, ça donne un but et c'est ce qui manque ici, des buts à atteindre. Celles qui ont envie de rester dans leurs lits toute la journée elles ont le droit on les motive pas ! les activités elles sont pas obligées. Et tout

nos cours c'est pour nous qu'on le fait ça apporte rien au dossier, ceux qui le font le font vraiment parce qu'ils ont envie.

Moi : on va reparler de l'esprit et tout ça après, on va parler de l'alimentation, comment est ce que tu la décrirais ici, elle est saine ?

Eva : saine non, j'ai jamais eu une alimentation saine, je mange pas de légumes, pas de fruits, mais on se fait à manger, parce qu'au chariot c'est très gras. On essaye de faire varier, d'insérer un peu des légumes mais j'aime pas ça du tout.

Moi : donc c'est toi qui maîtrise un peu ton alimentation, parce que tu cantines et que vous vous arrangez avec les autres ?

Eva : oui ! et encore ça nous coûte cher

Moi : donc tu me dis que tu n'as jamais eu une alimentation saine mais est-ce qu'elle a quand même changé avant ton incarcération ?

Eva : avant déjà je ne faisais pas à manger, je commandais ou j'allais chercher donc ici je ne fais à manger c'est quand même moins gras que ce qu'on commande

Moi : donc pas spécialement sain, mais meilleure alimentation qu'avant quand même

Eva : oui

Moi : et est-ce que ce changement d'alimentation a eu effet sur ton corps ?

Eva : oui j'ai pris beaucoup de poids quand je suis arrivée ici, parce que je mangeais au chariot. Maintenant je perds un peu

Moi : qu'est-ce que tu peux dire sur les soins de santé ?

Eva : on m'a traité pendant des mois, pour une gastro provoquée par un ulcère, toutes les 3 semaines j'étais malade toute la nuit, j'allais chez le médecin elle me mettait 2j en ITT et des médicaments, et ça recommençait trois semaines après.

Sauf qu'il y a 2 mois j'ai eu une grosse crise, je suis allé passer une écho, et en fait j'avais des pierres à la vésicule. Et quand ils ont vu que c'était des pierres le radiologue m'a dit que c'était pas grave. Je suis revenue ici, et le soir ils m'ont appelé pour me dire que je partais à l'hôpital. heureusement qu'ils m'avaient fait une prise de sang et qu'ils ont vu l'infection. Quand je suis arrivée à l'hôpital on m'a fait un scanner, au début ils m'ont dit qu'ils allaient m'opérer le lendemain, et finalement ils ont dit qu'ils m'opéraient tout de suite, en urgence. Ils m'ont opéré qu'avec un agent alors que normalement il en faut deux. Je suis restée 6 jours à l'hôpital alors qu'une fille ici avait eu des pierres à la vésicule elle était sortie le lendemain.

Moi : donc tu as été prise en charge au dernier moment ? Et c'était déjà très avancé ?

Eva : oui l'opération était vraiment urgente. Donc je n'en veux pas au médecin d'ici qui m'a fait une prise de sang, mais au radiologue quoi, qui n'a pas été capable de lire l'échographie et de voir que c'était infecté.

Moi : donc ton suivi de santé tu le considère comme bon ou pas ?

Eva : non pas vraiment car tout est long.

Moi : et est-ce que ton suivi de santé a changé par rapport à avant ton incarcération ? Est-ce que c'était quelque chose d'important pour toi ?

Eva : oui et non car je ne suis pas du genre à aller chez le médecin pour n'importe quoi mais par contre je me fait suivre de près par la gynécologue, pour les vaccins.

Moi : donc ton suivi de santé il a changé ?

Eva : oui. Et aussi j'ai super mal au dos ici. La kiné elle ne sert à rien.

Moi : et est-ce que tu as facilement accès aux médicaments ?

Eva : pas vraiment. On a toujours du paracétamol, ils ne jurent que par certains traitement, même pour dormir ils donnent des plantes et au final on doit y retourner pour un truc plus fort. Pour le dos elle donne un décontractant alors qu'on a une inflammation.

Moi : et alors maintenant au sujet de ta santé mentale, qu'en est-il depuis que tu es incarcérée ?

Eva : c'était compliqué au début mais comme je disais tout à l'heure la prison m'a sauvé donc moi c'est un cas particulier. Je sais que c'est pas le cas pour tout le monde.

Moi : d'accord et est-ce que c'est important pour toi de te protéger, de protéger ton esprit ? Comment tu fais ?

Eva : je garde mes distances. À la base je suis quelqu'un qui ne parle pas, ici j'ai noué des relations et je me suis lâchée, mais le problème c'est qu'au bout d'un moment c'est ma dépendance affective qui prend le dessus. Donc je suis très distante avec les gens, je parle pas, et puis à un moment donné je peux vite être dépendante et souffrir.

Moi : d'accord je vois, et donc est ce que tu penses que c'est différent d'avant ça ? Ou ça a toujours été comme ça ? Est ce que ton état d'esprit, ta santé mentale, a changé depuis ton incarcération ?

Eva : malgré ça je sais que je vais mieux et que j'ai évolué. Donc mon mental a changé en bien. Je suis devenue plus forte, je suis recardée, avant je partais en vrille.

Moi : c'est positif alors, tu as évolué dans le bon sens ? Tu te sens mieux et tu vas mieux qu'avant ! Et est-ce que tu as quand même des moments où ça va moins bien ? Qu'est ce que tu fais pour t'aérer l'esprit quand tu es comme ça ?

Eva : j'étudie mes cours, ou alors je me mets dans la musique.

Moi : ça te fait du bien ?

Eva : oui ça me permet de penser à autre chose.

Moi : tu te concentres donc tu oublies un peu !

Eva : oui.

Moi : et toujours au sujet du bien être mental, est ce que quand tu es indisposée, tu te sens plus vulnérable ou plus sensible que quand tu étais indisposée à l'extérieur ? Est-ce que l'enfermement rend plus difficile les variations hormonales ?

Eva : ah non pas du tout.

Moi : d'accord ! Alors moi j'en ai fini avec mes questions, mais est-ce que tu peux me dire ce qui pour toi, de l'enfermement à vraiment le plus d'effet sur ton corps ?

Eva : le mal de dos

Moi : donc ta santé physique alors ?

Eva : oui c'est ça

Moi : et parce que c'est quelque chose contre lequel tu n'arrives pas à agir ?

Eva : oui parce que le dos, la mauvaise literie, le fait d'être assise toute la journée devant ma machine, je peux rien y faire.

Moi : d'accord

Eva : alors que l'hygiène, l'alimentation, l'intimité, je sais faire pour que ça aille un peu mieux.

Moi : d'accord je comprends ce que tu veux dire ! Écoutes merci beaucoup pour ton temps !

Eva : merci à toi !