

N° 0 - juin 2022

PANASSA RAMA

SOMMAIRE

- 1 Nënë Tereza
- 2 Inoubliable Dubaï
- 3 Au secours la Terre !
- 4 Glottophobie
- 5 Le jour où tout a basculé
- 6 Place aux femmes !
- 7 Santé
- 8 Sport
- 9 Elles racontent...
- 10 Cuisine !
- 11 Le Babet ?



PANASSARAMA : journal rédigé par les apprenant(e)s des cours de français du Babet

Nënë Tereza

Zamira HOXHA et Eglantina TUSHAJ

La vie est précieuse, prenez-en soin.

Jo të gjithë ne mund
të bëjmë gjëra të mëdha,
por ne mund të të bëjmë
gjëra të vogla me dashuri
të madhe. *

Nënë Tereza!



* « Nous ne pouvons pas faire de grandes choses,
mais nous pouvons faire de petites choses
avec beaucoup d'amour. »

Mère Thérèse

1

Gonxhja a reçu sa première éducation dans une école albanaise à **Skopje** où elle a également terminé ses études secondaires, mais en langue serbo-croate.

Les passions de jeunesse de Gonxhja étaient au nombre de trois : devenir enseignante, écrire et réciter de la poésie, composer et jouer de la musique.

Elle prit le nom de **Tereza** à l'âge de 18 ans et devient nonne. **Mère Tereza** a quitté Skopje le 26 Septembre 1928 pour Dublin en Irlande.

Mère Tereza s'installe à **Calcutta** (Inde) où elle devient d'abord enseignante, puis bientôt directrice d'une école de filles. Elle a été nommée «**Mère Tereza de Calcutta**» lorsqu'elle a fondé l'ordre des **Missionnaires de la Charité** (1951) pour servir les plus pauvres et les plus désespérés en Inde et dans le monde.

En 1979, lorsqu'elle reçoit le **Prix Nobel de la Paix**, le monde entier apprend que Mère Thérèse est **albanaise**.

La petite albanaise était devenue une légende vivante.

Elle a été la soignante de 7500 enfants dans 60 écoles. La mère qui a soigné 960 000 personnes dans 23 dispensaires, dans 20 missions de repos avait adopté 160 enfants illégitimes et orphelins.

Ce sont les chiffres du milieu des années 80.

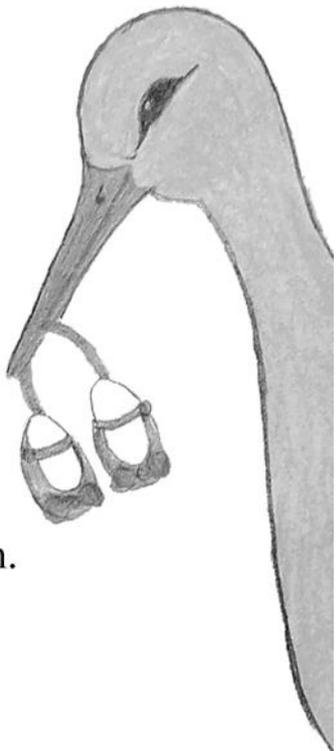
Prix décernés à Mère Tereza
: Prix Damian Dutton, 1962 :
Prix Razon Magsaysay, 1973
: Prix Templeton, 1978 : Prix
Balzan, 1979 : Prix Nobel de la
Paix, 1980 : Prix Bharat Ratna,
1985 : Médaille de la Liberté,
1996 : Citoyen honoraire des
Etats-Unis d'Amérique, 1996 :
Citoyen honoraire Décoration
du Kosovo, en 2003.

L'Aéroport de Tirana en Albanie a été nommé « Nënë Tereza ».

L'hymne à la vie !

La vie est beauté, admire-la
La vie est félicité, profite-en.
La vie est un rêve, réalise-le.
La vie est un défi, relève-le.
La vie et un devoir, fais-le.
La vie est un jeu, joue-le.
La vie est précieuse, soigne-la bien.
La vie est richesse, conserve-la.
La vie est amour, jouis-en.
La vie est un mystère, pénètre-le.
La vie est une promesse, tiens-la.
La vie est tristesse, dépasse-la.
La vie est un hymne, chante-le.
La vie est un combat, accepte-le.
La vie est une tragédie, lutte avec elle.
La vie est une aventure, ose-la.
La vie est bonheur, mérite-le.
La vie est la vie, défends-la.

Mère Thérèse



« Nous avons choisi le portrait de Mère Thérèse pour le message de paix, d'amour et d'altruisme qu'elle a donné au monde au nom de l'amour pour l'humanité. Et pour moi, en tant qu'albanaise, Mère Thérèse est la figure qui représente le mieux les albanais dans le monde. »

INOUBLIABLE DUBAÏ

Amel JARRAY

Bonjour, je m'appelle Amel, je suis tunisienne.

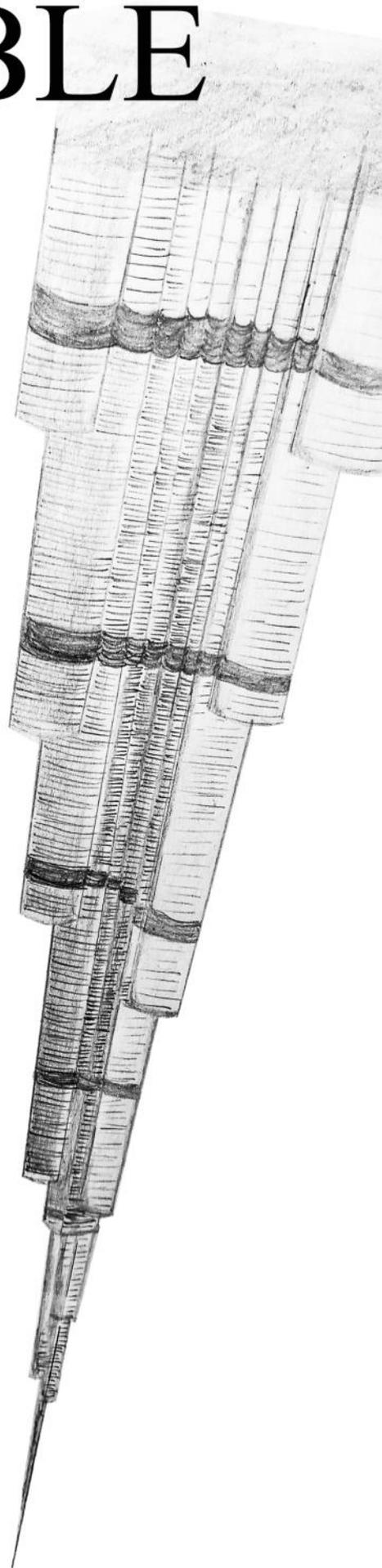
J'ai passé toute mon enfance et mon adolescence en Tunisie avec ma famille, j'ai fait mes études en architecture à Tunis aussi... l'architecture était ma passion c'est peut être ce qui m'a donné le goût du grand air, du voyage et de l'aventure. Aujourd'hui j'ai 40 ans, je suis femme de foyer et maman des jumeaux Ayoub et Hour. **De 2013 jusqu'à 2021 j'ai vécu à Dubaï avec mon mari...**

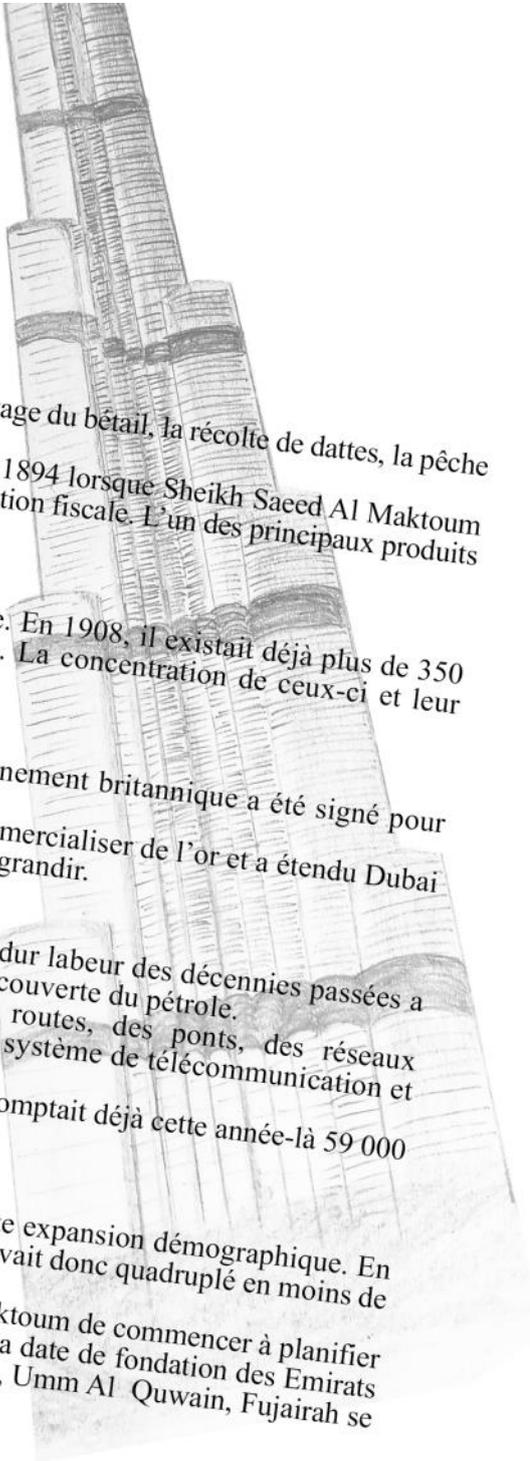
Dubaï est une grande ville dotée d'une architecture ultramoderne et luxueuse, vous pouvez certainement vivre dans un environnement cosmopolite dans une ville dynamique, elle est réputée pour son dynamisme et sa qualité de vie unique c'est donc la destination idéale si vous souhaitez profiter d'une belle vie sociale et professionnelle. Le beau temps, au rendez-vous toute l'année et le climat y est vraiment idéal durant la période d'octobre jusqu'au mois d'avril.

Socialement parlant, la vie à Dubaï réserve constamment de grandes surprises dans un cadre prospère et diversifié à propos des nombreux hôtels, des restaurants, des clubs, des plages, des salles de sport, vous avez une large gamme de choix pour votre hébergement et vos loisirs, les écoles sont excellentes en termes de normes et de qualité d'enseignement à Dubaï.

Faire du shopping à Dubaï est juste incroyable, des remarquables centres commerciaux aux boutiques de luxe. Le taux de criminalité est extrêmement faible, Dubaï est l'un des endroits les plus sûrs au monde.

J'ai vécu l'une des plus belles expériences inoubliables à Dubaï...





Le mode de vie traditionnel était basé sur l'élevage du bétail, la récolte de dattes, la pêche et la pêche aux perles. L'économie de Dubaï a commencé à décoller en 1894 lorsque Sheikh Saeed Al Maktoum a stimulé le commerce extérieur grâce à l'exonération fiscale. L'un des principaux produits à s'être fait connaître à Dubaï a été les perles.

Début du XXe siècle

Depuis ses débuts, Dubaï a été liée au commerce. En 1908, il existait déjà plus de 350 magasins spécialisés à Deira et 50 à Bur Dubai. La concentration de ceux-ci et leur évolution ont donné lieu aux souks actuels.

Seconde Guerre Mondiale

C'est à cette époque qu'un accord avec le gouvernement britannique a été signé pour rechercher du pétrole. Pendant les années 1950, Dubaï a commencé à commercialiser de l'or et a étendu Dubai Creek pour que son commerce maritime continue à grandir.

Le réveil : L'ère du pétrole

Les années 1960 ont marqué le réveil de Dubaï. Le dur labeur des décennies passées a finalement commencé à donner ses fruits avec la découverte du pétrole. À la fin des années 1960, Dubaï comptait des routes, des ponts, des réseaux d'approvisionnement en électricité et en eau, un bon système de télécommunication et un aéroport. En 1969, Dubaï a commencé à exporter du pétrole et comptait déjà cette année-là 59 000 habitants.

Les années 1970

Les années 1970 à Dubaï ont été marquées par une forte expansion démographique. En 1977, la ville comptait plus de 200 000 habitants. Elle avait donc quadruplé en moins de 10 ans. Le prix élevé du pétrole a permis au Sheikh Saeed Al Maktoum de commencer à planifier ce que serait le Dubaï d'aujourd'hui. 1971 correspond à la date de fondation des Emirats Arabes Unis. Dès cet instant, Abou Dabi, Sharjah, Ajman, Umm Al Quwain, Fujairah se sont unis. Puis un an après, Ras Al Khaiman s'est rajouté.

Fin du XXe siècle

C'est à partir des années 1980 que Dubaï a commencé à prospérer d'un point de vue économique. L'aéroport a été agrandi pour accueillir la récente compagnie aérienne Emirates Airlines et des complexes de loisirs et sportifs ont été construits. C'est à cette période que le tourisme a commencé à être considéré comme une source de revenus supplémentaires. À cette époque, de nouveaux gisements de gaz et de pétrole ont été découverts dans le désert de Margham.

L'économie de nos jours

Grâce aux efforts du gouvernement, le pétrole représente seulement 20% de l'économie actuelle de Dubaï. Le commerce et les services – tourisme compris – dominent son économie à l'heure actuelle. L'exonération fiscale attire aujourd'hui de nombreuses grandes entreprises qui commencent à penser à y installer leur siège.



La nature pleure, au secours la terre !!

Messaouda et Cherifa

Le réchauffement climatique est un phénomène global de transformation du climat caractérisé par une augmentation générale des températures moyennes (notamment liées aux activités humaines) qui modifie durablement les équilibres météorologiques et les écosystèmes.

Les causes

Ce qui provoque le réchauffement climatique ce sont principalement les émissions de gaz à effet de serre d'origine humaine qui influencent le climat (les émissions viennent principalement de production d'énergie comme l'électricité, le chauffage, le carburant pour les transports principalement les voitures, mais aussi en partie l'aviation ou le transport maritime).

Les conséquences

Une augmentation des températures à cause du réchauffement. Il va faire plus chaud. La météo s'en trouve perturbée avec une augmentation des phénomènes météorologiques. Cela veut dire plus de tempêtes, plus d'inondations, plus de cyclones et de sécheresses. Le réchauffement climatique est dangereux parce qu'il détériore la qualité de l'air. Ce qui est dangereux pour notre santé car cela augmente les maladies cardio-respiratoires, les cancers et cela a des impacts sur le cerveau. Plus il y a de sécheresses dans certains pays plus la vie est réduite.

Pour lutter contre le changement climatique, il faut

modifier nos habitudes alimentaires.

Il faut lutter contre la déforestation, il faut que nous réduisions notre consommation de viandes et triions les déchets et que nous préservions les océans. Il faut aussi réduire nos consommations d'énergies fossiles (le gaz, le pétrole, le charbon...) et les remplacer par les énergies renouvelables (éoliens solaire...).

3

GLOTTÖ PHÔBĪĒ

Le groupe était formé de huit femmes et deux comédiennes : Melissa et Lucile, très ouvertes avec les participantes. Initialement nous avons débuté par une séance de yoga, pour **libérer nos émotions négatives** et **je me suis sentie tranquille et libérée**. Ensuite en petits groupes, nous avons organisé différents **jeux** pour **transmettre des émotions positives**. Chaque participante raconte son **vécu** avec **sérénité, douleur et larmes**. Ensuite les comédiennes ont fait **jouer la situation** de chaque participante par elle-même ou d'autres mais avec des **réactions différentes** et positives. Pour ma part, Marsela, cette **expérience** m'a été profitable.

Un travail de théâtre forum, initié en mai 2021, dans les ateliers de français du Babet, autour de la glottophobie, qui signifie d'**être discriminé pour le simple fait de parler avec un accent ou de ne pas maîtriser la langue**, a été un révélateur de prise de conscience : on pouvait être victime de discrimination parce qu'on ne maîtrisait

pas suffisamment la langue française mais on pouvait également transformer et renverser les situations face à des personnes souvent racistes.

Le théâtre forum a été un travail interactif qui a permis de faire émerger la parole, la réflexion des participants et leur a donné des ressources pour se défendre.

Marsela

4

Le jour où tout a basculé...

Je suis née à Sétif, à l'est de l'Algérie.

C'est une belle ville. Sétif a reçu un prix en 2018 : celui de la Ville Verte. Située sur les hauts

C'est vraiment jeune ! Quand j'ai ouvert les yeux je n'ai trouvé que ma grand-mère, Louiza. Elle fut ma mère, mon père, ma soeur. Chacun de mes parents a refait sa vie ailleurs. Mon père était

ma grand-mère est morte au mois d'octobre suivant.

Je me suis mariée 4 ans plus tard. Et j'ai eu 4 enfants. Mon mari était infirmier. Les salaires dans ce secteur sont vraiment très bas. On ne pouvait plus vivre. On a beaucoup réfléchi. J'avais obtenu en Algérie la nationalité française.

On a pris la décision de venir s'installer en France : on a pris

Allais-je passer la nuit dehors ?

plateaux: on a de la neige pendant l'hiver. L'air y est frais et pur. On peut y séjourner pour se soigner de l'asthme par exemple. C'est depuis des années la ville la plus propre de l'Algérie. Les élus et les habitants sont très responsables, et respectueux de leur environnement. Depuis mars 2018 on peut y circuler en tramway.

Mes parents ont divorcé avant ma naissance. Mon père avait 22 ans et ma mère 16 ans !

français. Il vivait avec ma mère en Algérie. Il est retourné en France, à Marseille. **J'ai fait ma scolarité jusqu'au bac scientifique.** Et



آمال .
ولدت في سطيف شرق الجزائر العاصمة .

cette décision pour trouver le meilleur pour nos enfants.

Je suis partie d'abord avec mes papiers français, en laissant mon mari et j'ai emmené avec moi deux enfants. L'un de 9 ans et celui de 4 ans. J'ai laissé un bébé de 8 mois là-bas. Oui je l'ai laissé parce il était allergique au lait et aux couches et je ne voulais pas lui faire courir de risque, ne sachant ni où aller ni ce qui allait advenir de nous. Et l'aîné de 15 ans est resté aussi parce qu'il n'avait pas fini son année scolaire.

En France, j'ai choisi d'aller à Nîmes : Il y avait là-bas un demi-frère qui n'a pas pu me venir en aide, mais qui m'a conseillé d'aller à la Croix Rouge. Une dame s'est inquiétée pour moi. Elle m'a acheté un téléphone mobile pour que nous puissions nous joindre.

Je ne vous dis pas l'angoisse quand je me suis retrouvée à la rue avec mes deux enfants, à frapper aux portes de la Croix Rouge...

Un directeur m'a reçue, m'a fait des promesses, fait attendre dehors longtemps, et j'ai espéré une aide qui ne venait pas... On m'a dit de rester à proximité parce qu'on ne pouvait rien faire ce soir... allais-je passer la nuit dehors ? Je suis restée des heures, assise sur le trottoir dans la rue à n'oser demander rien : bien que je comprenne un peu le français je n'osais pas le parler. Mon fils avait soif. Où aller faire pipi ? Que manger ? Où dormir ? Une petite fille est venue nous apporter une demi-bouteille d'eau... Désespérée je pensais même à rentrer en Algérie.

J'ai attendu longtemps, longtemps, sur ce trottoir ... de longues heures sous le soleil avec mon fils qui s'est écroulé de fatigue. Moi j'ai pleuré tout le temps.

Vers 18h un monsieur qui m'avait aperçu le matin dans la rue, s'est approché de moi. Il m'a demandé

ce que la Croix Rouge m'avait proposé. « *Ils m'ont dit de ne pas bouger* ». Il frappe alors énergiquement à la porte de l'association et il leur dit de faire quelque chose pour moi. RIEN ! Ils ne pouvaient rien faire ! Il m'a dit alors : « *si vous restez sur le trottoir toute la nuit, je reste ici jusqu'au matin : je ne laisserai personne vous toucher !* ».

A 22 h ma belle-soeur m'appelle: « *Où en es-tu ?* ». Elle m'a envoyé mon demi-frère qui est venu me chercher à contre coeur. Et sans me regarder, sans me parler, il m'a ramenée chez eux.

J'avais l'impression que le ciel me tombait sur la tête. Je suis restée assise toute la nuit, tout habillée, sans dormir, prête à repartir.

De très bon matin je suis retournée à la Croix Rouge, les yeux et le visage gonflé. Ils ont fini par me trouver une association qui pouvait m'aider, à 50 km de Nîmes : le SEP, Service d'Entraide Protestante. Là on m'a accueillie dans un petit logement à La Grand Combe, à quelques KM de Nîmes. ... On m'a aidée, écoutée, entourée, respectée. Reconnue aussi comme musulmane : **mon foulard ne faisait peur à personne.**

Enfin un toit à moi, avec des meubles récupérés petit à petit, des lits pour mes enfants et moi. J'étais enfin en sécurité. **Dans ce village on a trouvé des gens sympathiques avec qui on a partagé des beaux moments...**

La famille enfin était réunie ! Mais c'était dur avec mon bébé qui ne me reconnaissait pas..... Il fallait à nouveau l'appivoiser.

Et dans ce petit village du Gard (10 000 habitants) pas de travail. On était loin de tout ! 50 km de Nîmes. Mon mari est resté longtemps sans travail... On a décidé de tenter notre chance ailleurs. Et savez-vous comment on a décidé de venir à Saint Etienne ?

On a cherché des villes moyennes pas trop loin de Lyon où les loyers étaient les moins chers. A Saint Etienne c'est la cas. Nous avons trouvé par Le Bon Coin un appartement près de Carnot. Il est un peu petit pour nous mais on n'avait pas vraiment le choix. Après 3 mois sur Saint Etienne, le Pôle Emploi a proposé à mon mari un contrat Pro pour un an.

Et je veux laisser une trace de mon passage à saint Etienne : mon histoire.

Amel

... mon arrivée en France

Je suis restée 4 mois dans un foyer meublé, pour effectuer toutes les démarches administratives, la sécu, la CAF, la préfecture, mes papiers d'identité. Ensuite j'ai pu prendre un appartement plus grand, un F4 pour regrouper ma famille, mon mari et ma fille. L'aîné de mes garçons m'avait rejointe en septembre à la rentrée scolaire.

5

J'étais blessée et j'ai pleuré

Je suis une femme de nationalité algérienne, mère de 3 enfants.

Voici l'histoire de mes premiers jours en France.

Au début, je suis venue le 23 août 2017 chez le frère de mon mari pendant 15 jours pour tester, voir comment est la vie en France. Le frère de mon mari ne voulait pas que je reste chez lui. Je suis ensuite allée à Saint-Étienne chez mon oncle. Après cela, je suis repartie en Algérie où je suis restée 5 mois.

Avant que mon visa n'expire, je suis revenue en France pour fuir les problèmes et pour avoir une meilleure vie avec mes enfants.

Je suis venue à Saint-Étienne avec mes deux enfants (2 garçons) pendant 15 jours chez mon oncle. Mon oncle et sa femme avaient des problèmes à cause de moi et ne voulaient pas que je reste chez eux. Un autre de mes oncles m'a appelé pour me dire de partir de chez eux.

À la suite de ça, j'étais blessée et j'ai pleuré.

Je suis allée chez le fils de ma tante qui m'avait proposé de venir chez lui au début mais je préférais aller chez mon oncle. **Il m'a très bien accueillie moi et mes enfants. Je suis restée chez lui, pendant 20 jours puis nous avons trouvé une maison et nous y avons déménagé moi et mes enfants.**

L.

أنا امرأة ذات جذرية جزائرية وأم لثلاثة أطفال ،

L'homme nous a aidé, nourri

Je m'appelle Nassera, une maman de 3 enfants, de nationalité française.

Le 1er jour en France, une connaissance nous accueille pour aller chez les assistances sociales afin de nous aider à trouver un endroit où dormir. Cela a duré toute la journée. Les assistantes nous ont dit : « *on t'accueille toi et tes enfants mais ton mari n'étant pas français, il ne peut pas rester.* » J'ai donc refusé. Je ne voulais pas rester sans mon mari. L'assistante sociale a insisté pour que je reste avec mes enfants. J'ai dit : « *Je préfère rester dehors avec mon mari car il n'a personne ici.* » Moi et mon mari, on a quitté les assistantes sociales. Une de ses connaissances

a téléphoné pour trouver un appartement pour nous mais il n'y en avait pas. Mon mari a appelé un ami qui était venu à l'aéroport lors de son arrivée en France. Celui-ci avait un ami qui avait un appartement et qu'il pouvait nous héberger chez-lui. Il nous a acceptés et nous a dit « *faites comme chez vous* ».

Je me sentais comme chez moi chez cet homme. L'homme nous a aidé, nourrit et il nous gardé jusqu'à ce que l'on trouve un foyer. Nous y sommes restés une semaine. Il nous a aidés dans toutes les démarches administratives (passeport...). Nous avons trouvé un foyer après une semaine. Nous y sommes restés 5 mois. Un contrôle de la Caf est venu pour voir si c'était un petit studio et voir notre situation. Il nous a fixé un

rendez-vous dans l'après-midi à 14h. À ce rendez-vous, on nous a proposé des agences pour poser une demande d'appartement. Moi et mon mari, nous avons déposé un dossier dans un appartement à La Cotonne à côté du monsieur qui nous avait hébergé. Nous avons refusé cet appartement car il ne me plaisait pas. Une semaine plus tard, on nous a proposé deux appartements à visiter. Le premier appartement que nous avons visité, ne nous a pas plu tandis que le deuxième nous a plu. **Nous avons alors signé les documents et puis emménagé dans celui-ci deux jours après. Jusqu'à aujourd'hui, nous habitons cet appartement.**

Nassera

أنا ! نسرا ، أم لثلاثة أطفال .



PLACE AUX FEMMES !

Le projet a commencé au mois du novembre par la constitution d'un groupe de femmes souhaitant organiser les événements. Le 8 mars est une proposition parmi beaucoup d'autres du collectif « place aux femmes ». Un groupe de 8 femmes du quartier avec Karima Chouchou et Souad Bellal.

L'organisation s'est fait en groupes qui se sont partagés les tâches pour le jour J. : Amel, Karima, Safia, Nacera, Nawal, Sana et Assia.

Le projet consistait à occuper l'espace public réservé habituellement aux hommes, de louer un Café toute la journée et d'y passer un moment entre

femmes.

Le café choisi a été le « Café de la Place » M. Racim Hamidouche, le patron, nous a chaleureusement accueilli et nous a offert toutes les boissons gratuitement et mis à notre disposition le café du matin au soir. Shara Hoffmann et Akima Zellag (Mutualité de la Loire) ont participé au bon déroulement de la journée et à son animation.

Le 8 mars 2022 à 14h le café était très bien décoré en rose et avec des roses offertes à 170 femmes qui sont venus nous voir, les gâteaux et les boissons étaient à disposition avec des prix symboliques. Sur la place Roannelle il avait plusieurs associations représentées : CREFAD Loire, Terrain d'Entente, ACARS, Vélo en

Quartier, Crêt de Roc, Andrézieux... », et presque toutes les femmes du quartier. **La journée s'est terminée à 18h avec une grande réussite et l'ensemble des femmes présentes ont demandé à refaire cette action chaque année, voire plusieurs fois dans l'année.**

Amel

6



SANTÉ

Mouna HOURIDA et Roza PETIMAT

Toufik, adulte handicapé

En 2005, à l'âge de 17 ans, Toufik a eu un accident de voiture en Algérie.

Il a subi de graves traumatismes qui ont occasionné un handicap moteur. **La colonne vertébrale était touchée et il ne pouvait se déplacer qu'à l'aide de béquilles.**

Il a dû faire beaucoup de séjours à Annaba, Alger, Biskra, Batna pour effectuer en hôpital des soins. Il ne pouvait plus vivre une scolarité, ni travailler. **Les médecins Algériens n'ayant pas les moyens de le soigner correctement, j'ai demandé un visa pour la France.**

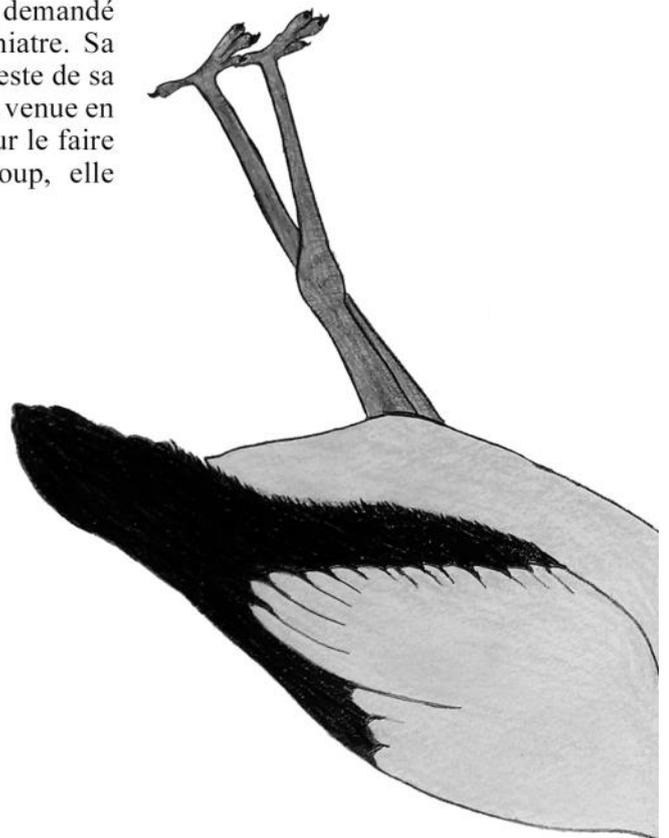
De 2005 à 2018, il a été refusé et enfin en 2019 le visa lui a été accordé par l'Espagne.

Toufik et moi sommes arrivés en Espagne en 2019. Nous sommes partis en voiture pour la France jusqu'à Givors où j'y suis restée 6 mois. Toufik a pu être admis à l'hôpital de Lyon. Ensuite, nous avons eu des problèmes et nous sommes venus à St-Etienne en novembre 2019. En 2020, j'ai entrepris les démarches pour obtenir un titre de séjour.

Mon fils va fréquemment à l'hôpital de Lyon pour des soins. Il n'y a pas de réelles améliorations malgré les bons soins reçus. Il a déjà vu un chirurgien mais l'opération n'est pas décidée. Il a nouveau RV bientôt pour connaître la suite.

Toufik n'accepte pas sa condition, il en souffre beaucoup.

L'assistante sociale a demandé qu'il consulte un psychiatre. Sa maman, qui a laissé le reste de sa famille en Algérie et est venue en France avec son fils pour le faire soigner, souffre beaucoup, elle aussi, de cette situation.



Que pensez-vous du système de santé français ?

Témoignages de personnes fréquentant les ateliers de français du Babet

Que pensez-vous du système de santé français ?

- Des cliniques, hôpitaux privés qui n'acceptent pas l'aide médicale à l'exception de certains médecins qui exercent dans ces établissements.

- Meilleure prise en charge aux urgences de l'HPL qui ont des urgences du CHU.

- Trop de fréquentation au CHU, aux urgences et au secteur mère-enfant, ce qui implique des soins « bâclés ».

- Des médecins qui ne sont pas bienveillants, ne remontent pas le moral (mais c'est une minorité)

Un bon médecin ?

- Explique bien.
- Connaît bien son travail.
- Ecoute, pose des questions.
- Réconforte.
- Examine sérieusement.
- Bon praticien.

Compréhension, traduction ?

- Problèmes de la langue.
- Difficultés d'apprentissage liées à l'âge, l'histoire et l'intérêt.

Quelles ressources pour remédier aux difficultés d'accès aux soins et à la santé pour des personnes vulnérables (et qui renoncent souvent aux soins entre autre à cause de la barrière de la langue ?)

- Depuis 6 ans une **médiatrice santé** est présente sur le quartier Tarentaize Beaubrun Couriot pour les habitants du quartier afin d'accompagner les personnes dans leur parcours de droits et de santé.

- Elle vous écoute, vous informe, vous oriente dans vos démarches d'accès aux soins et dans le même temps organise des actions de sensibilisation et d'informations sur la santé.

- Elle vous reçoit 2 fois par semaine sur RV avec possibilité de visite à domicile.

- Les mardis journée à l'Amicale Laïque de Beaubrun et les jeudis au Centre Social du Babet.





Sarra

Je m'appelle Sarra, j'ai 40 ans et j'ai 4 enfants. Je suis ici en France depuis 2 ans.

J'ai su qu'on pouvait apprendre à faire du vélo dans l'association Vélo en Quartier avec l'éducateur Achour.

Au bout de 6 séances, l'éducateur m'a dit « *Tu es prête à circuler librement toute seule.* » Je ne voulais pas que cela se termine ainsi. Aussi, je suis allée trouver la technicienne Marion, la responsable de l'association Vélo en Quartier, qui m'a encouragée à monter un projet financé par la FDPH (Fond de participation des Habitants). On a réussi à monter un projet grâce à l'aide d'Achour et on a obtenu un financement. Alors, on a créé un club de femmes pour mieux se perfectionner en vélo.

Aujourd'hui, je suis bénévole à l'association en tant que mécanicienne pour réparer les vélos. J'ai été formée par Marion. Je suis capable de démonter et remonter des vélos récupérés à la déchèterie.

Sarra ABDELI

SPORT

Apprendre à faire du vélo

Vakha

Deux ou trois jours par semaine, je fais du vélo dans Saint-Etienne et ses environs. J'ai visité le Musée d'Art Moderne, le stade Joffroy Guichard.

Je me promène le long des rivières et dans la forêt, pendant ces promenades j'ai vu des oies, des animaux sauvages, un renard, un sanglier, des biches, des chèvres et des poissons dans la rivière. Parfois j'y vais avec mes amis, nous jouons au billard et à la pétanque..

Je rêve d'acheter une carte pour pêcher.

Le premier dimanche du mois je vais au musée. Au Musée d'Art et d'Industrie ce qui m'a le plus intéressé, ce sont les armes qui ont été fabriquées dans notre ville : les fusils de chasse et particulièrement des modèles de l'armée française, des mitrailleuses.

Vakha

Nawel

Je m'appelle Nawel. A l'âge de 35 ans, je vivais en Algérie, **je faisais de l'aérobic dans une salle de sport 2 fois par semaine pour maigrir.** J'ai pratiqué du fitness pendant 2 ans.

A l'époque, je faisais 68 kg. Grâce à l'aérobic, j'ai perdu 10 kg. Je suis passée d'une taille 44 à 42.

Je suis devenue plus souple qu'avant. Je voudrais recommencer à faire de l'aérobic.

Nawel AZIEZ





Vélo en Quartier : le groupe prêt à partir en excursion.

Karaté

J'ai commencé le karaté en Ethiopie que j'ai fait pendant deux ans. Je me sentais bien.

J'avais une ceinture bleue.

J'ai fait du karaté pour vivre en sécurité et être en bonne santé.

Le karaté est un art martial qui aide à se contrôler.

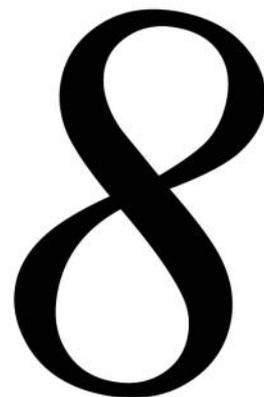
Cela m'aide aussi à me défendre.

J'ai fait de la gymnastique aussi avec le karaté pendant deux ans. Parfois je fais du karaté parfois de la gymnastique.

Kasim

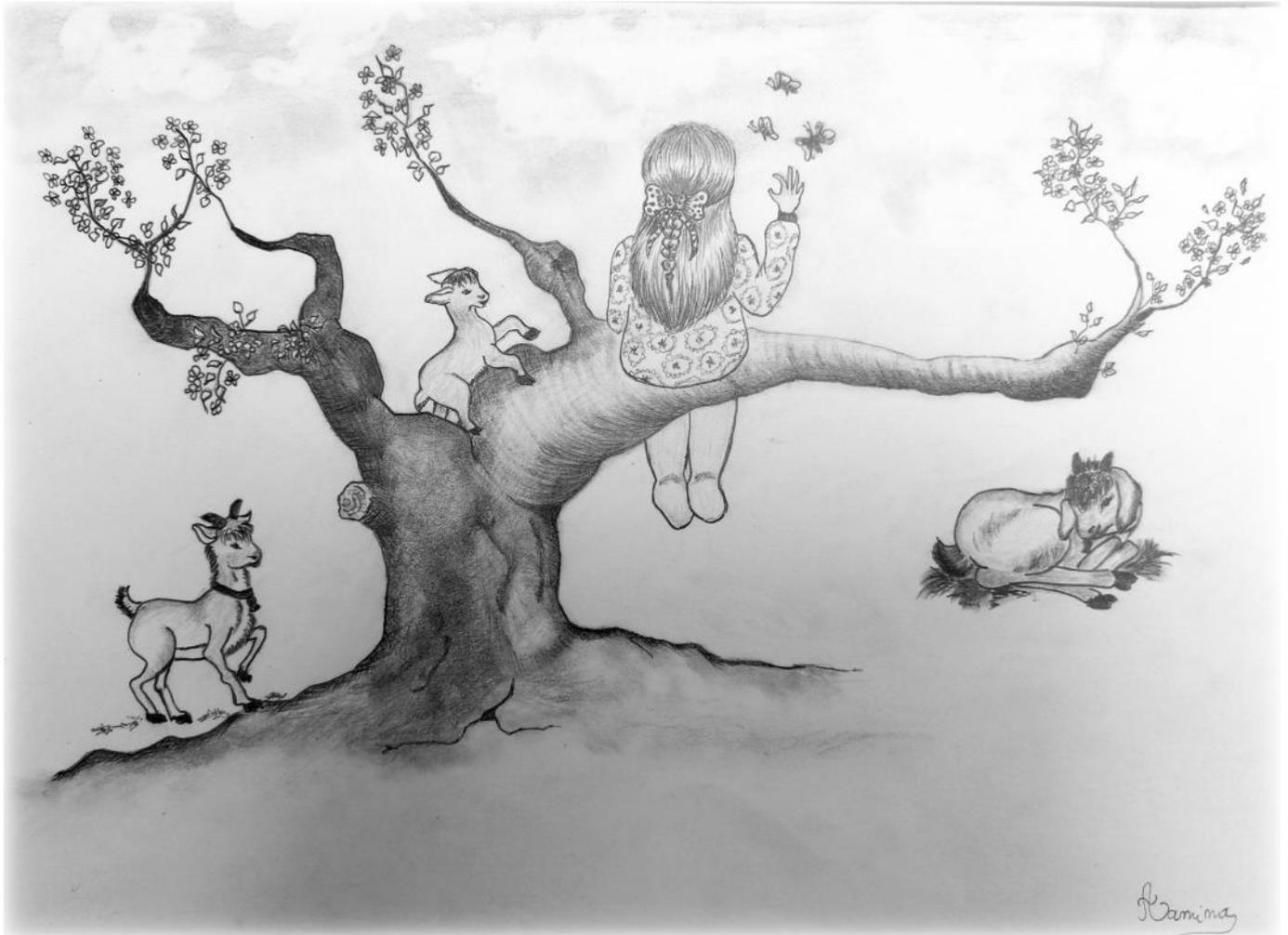
POURQUOI FAIRE DU SPORT ?

- Faire une activité physique
- Renforcer l'estime de nous-même en travaillant sur la confiance en soi
- Se sentir libre et être nous-même
- Se déplacer facilement à moindre coût
- Se déplacer en toute sécurité en période de crise sanitaire
- Pouvoir faire des sorties en famille et mieux encadrer ses enfants
- Sortir de l'isolement.



اسمي سارة، بحري ٥٤ سنة ولدي ٤ أطفال. متواجدة هنا في فرنسا منذ عامين.

Elles racontent...



Baya

« Je me souviens, lorsque j'étais enfant, du jour passé chez mes grands-parents. J'avais entre 6 et 8 ans.

Grand-père ramassait de l'herbe pour ses chèvres. Les chèvres me regardaient et me faisaient peur. J'ai paniqué et me suis mise à courir très vite... Les chèvres couraient derrière moi !

J'ai vu un arbre. En espérant me sauver, j'ai grimpé dans l'arbre ... Les chèvres aussi !!!

Je criais, je pleurais... je grimpais encore... j'étais coincée, je n'arrivais plus à monter, ni à descendre...

Je pleurais toujours ... Je criais plus fort !

L'histoire s'est bien terminée, mon oncle est venu me sortir de cette situation ».

9

CUISINE !

Rachida, Safia, Hanane et Milas

Crêpe mille trous Avec oeufs

- 5 œufs
- ½ verre d'huile d'olive
- 1 verre de lait
- 1 verre d'eau
- 1 verre de farine
- 1 cuillère à café de sel
- ½ sachet de levure chimique
- 1 cuillère à soupe de levure de boulanger.

Mélanger tous les ingrédients ensemble au mixer.

Faire cuire les crêpes dans une poêle.

Sans oeufs

- 4 verres de semoule fine ou 2 de farine
- 1 cuillère à café de vinaigre blanc
- 1 cuillère à café de sucre
- ½ sachet de levure chimique
- 1 cuillère à soupe de levure de boulanger
- 1 cuillère à café de sel
- 4 verres d'eau tiède

Mélanger la semoule ou la farine avec l'eau au mixer, ainsi que le sel, le sucre et le vinaigre.

Ensuite, rajouter la levure de boulanger.

Laisser reposer ½ heure à 1 heure.

Rajouter la levure chimique.

Ensuite on faire cuire les crêpes dans une poêle.

Attention à la température extérieure et à l'humidité !

La chaleur extérieure fait monter la pâte plus vite, dans ce cas il faut diminuer la quantité de levure.

Couscous traditionnel maghrébin

- 1kg de Couscous
- 1kg de Viande de Mouton / ou Viande de Bœuf
- 4 Oignons
- 4 Carottes
- 3 Navets
- 2 Tomates
- 1kg de Cardon
- 1 Verre de Pois Chiches
- 1 Cuillère à soupe de Concentrés de Tomate
- 2 Cuillères à soupe d'huile
- ½ Cuillère à soupe de Paprika
- ½ Cuillère à soupe de Ras el-hanut
- ½ Cuillère à soupe de Sel

Sauce de Couscous :

- Couper les oignons, et les tomates, et les carottes, les navets, les cardons, et les pois chiches.
- On mélange tout dans la cocotte, après on jette 3 litres d'eau.
- Dans une cocotte, on met de l'huile, les oignons, la viande, les tomates et le concentré.
- On fait cuire pendant 15 minutes.
- On continue la cuisson.
- On ajoute les carottes.
- On continue la cuisson pendant 10 minutes.
- On ajoute de l'eau.
- On ajoute les pois chiches, les cardons.

- On continue la cuisson pendant 10 minutes.
- On ajoute les navets.
- On continue la cuisson pendant 60 minutes.

Préparation du Couscous :

- On lave le couscous dans l'eau, 2 fois.
- On le met dans un saladier.
- On ajoute de l'huile et du sel.
- On le met dans le couscoussier, et il cuit avec la vapeur entre 15 et 20 minutes.
- On le remet dans le saladier.
- On égraine le couscous en ajoutant du beurre.
- On le remet dans le couscoussier, et on le cuit 15 et 20 minutes.

10

LE BABET ?

J'aime bien le Babet car c'est l'endroit où j'apprends le français avec des personnes qui expliquent bien. Je les remercie.

Petimat Plemuam

Le Babet pour moi c'est là où j'étudie la langue française à côté de chez moi.

Мне нравится бабет потому что это место где я учу французский, с людьми которые объясняют хорошо. Я благодарю их.

Je tiens à remercier le personnel du Babet qui m'a toujours aidé.

Бабет для меня это изучение французского языка и находиться он рядом с моими соседями. и я говорю им большое спасибо, они оказывают помощь, если это для вас возможно.

Pour moi le Babet, c'est un lieu d'écoute.

Pour moi, le Babet respecte les différences

Eglantina

Per mua babet respektan diferencen!

Le Babet est un groupe de personnes sympas qui nous aident à apprendre et à nous cultiver plus grâce à différentes activités.

البابي هو مجموعة اشخاص رائعين يساعدوننا علي التعلم ويثقفوننا اكثر من خلال مختلف الانشطة التي يقدمونها

Le Babet pour moi c'est chaque jour une découverte.

Amel

بالنسبة لي البابي كل يوم

اكتشاف

Pour moi le Babet, c'est un lieu d'écoute.

البابي بالنسبة لي مكان الاستقبال

BABET для меня это изучение французского языка и находится он рядом с моим домом и я очень благодарю весь персонал Babet за всё, что они для меня делают.

Pour moi le Babet, c'est un lieu d'accueil, d'écoute et d'information.

بابي بالنسبة لي مكان الاستقبال الاستماع
الاحترام الاختلاف

Pour moi le Babet est une école d'apprentissage.

بالنسبة لي البابي هو مكان ثقافة

بابي بالنسبة لي مدرسة تعليم اللغات للكبار
و الصغار و مساعدة المسنين في الأوراق
والأطفال في الفروض

Pour moi le Babet est une école d'apprentissage pour les adultes et les enfants. Ils nous aident à faire nos démarches et aident les enfants au soutien scolaire.

Nassera.





PANASSARAMA

Directeur de publication : Jean Colomb
Illustrations : Yamina Amraoui
Rédactrices en chef :
Amel Boussaha, Amel Jarray, Frédérique Vielliard



Le Babet - Centre Social : 10 rue Félix Pyat - 42000 Saint-Etienne
04 77 33 33 92 - secretariat@lebabet.fr - lebabet.fr

Saint-Étienne
Ville créative design

Loire
LE DÉPARTEMENT

cget

