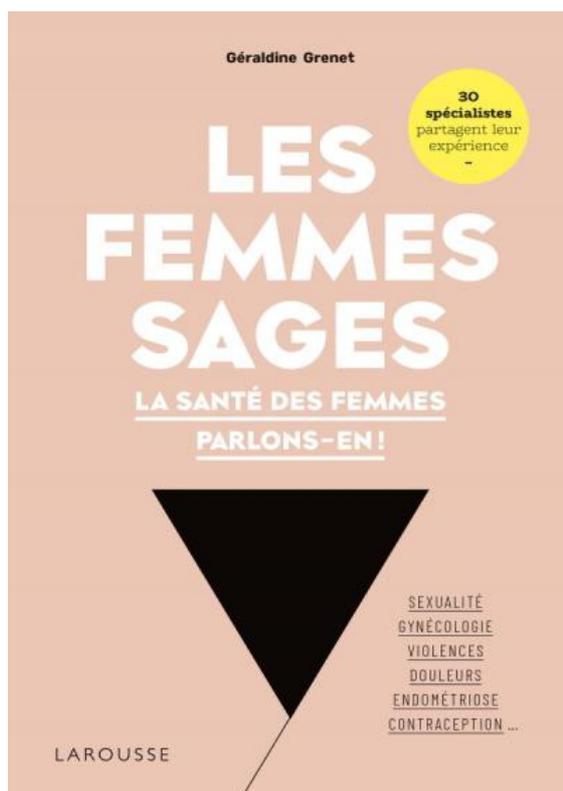


# LES FEMMES SAGES



GRENET Géraldine

« Le femmes sages – La santé des femmes parlons-en ! »

Éditions Larousse

Paru en 2023

Tarif : 18,95€

## – Résumé :

« Se réapproprier son corps, parler sexualité de manière positive, améliorer la prise en charge des douleurs, s'appuyer sur des pratiques complémentaires, réfléchir à une médecine plus égalitaire...

Les professionnelles de santé, chercheuses, militantes et patientes ici réunies ont en commun de penser la santé sexuelle et gynécologique autrement, de manière globale et inclusive. Adapté du podcast *Les Femmes Sages*, ce livre vise à faire connaissance avec leur cheminement personnel et leurs engagements respectifs, tout en ouvrant des pistes de réflexion. »

### Avec la participation de :

Jasmine Abdulcadir, Francesca Arena, Bérengère Arnal-Morvan, Sophie Bergeron, Laura Berlingo, Heidi Beroud, Christelle Besnard-Charvet, Camille Béziane, Valérie Bischoff, Céline Brockmann, Cécile Charlap, Mathilde Despine, Mounia El Kotni, Anne Evrard, Danièle Flaumenbaum, Leslie Fonquerne, Marie-Rose Galès, Martine Grimaldi, Ghada Hatem, Amélie Jouault, Sylvie Jung, Catherine Le Grand-Sébille, Chantal Meyer, Perrine Millet, Micheline Moyal-Barracco, Rina Nissim, Louise Oligny, Clémentine du Pontavice, Mathilde Ragueneau, Marie-Amélie Schmelck, Alexa Wrzesinski.

## – Mon avis :

J'ai beaucoup apprécié ce livre, inspiré du podcast du même nom « Les femmes sages ». Le sommaire est riche et propose différentes problématiques, toutes intéressantes, référencées et enrichissantes : histoire de la santé des femmes, sexualités et santé sexuelle, douleurs pelviennes chroniques, violences et santé, gynécologie et pratiques complémentaires.

Un chapitre est consacré à l'endométriose, avec Marie-Rose Galès, autrice de « EndométriOSE poser tes questions » ou encore de « Endo & sexo ».

Ce livre propose une première approche de l'autonomisation de sa santé, puis une seconde qui souligne l'importance de parler de sexualité et de santé sexuelle de manière positive.

– **Les points forts du livre :**

Cet ouvrage est réellement accessible à tous.tes. L'autrice privilégie l'écriture inclusive, ce qui me plaît énormément.

Géraldine Grenet : « *Notre propos s'adresse à toutes les personnes intéressées, indépendamment de leur identité de genre ou orientation sexuelle, de leurs organes génitaux ou des termes qu'elles utilisent pour se définir.* »

Le livre est en soi un bel objet : le papier est épais et de qualité, la typographie est lisible et la mise en page est à la fois ludique (illustrations, citations, couleurs, etc) et pédagogique.

Les témoignages du podcast proposés sont enrichis de nouveaux et agrémentés d'informations complémentaires. Les intervenantes ne partagent pas forcément le même point de vue, ce qui est intéressant car cela nous donne à voir une pluralité des expériences et des approches liées à la santé des femmes. La pluridisciplinarité des compétences des personnes participant au livre est à souligner.

– **À propos de l'autrice :**

Géraldine Grenet est autrice, créatrice de podcasts et consultante sur les questions de santé et de violences faites aux femmes. Ses problématiques autour de la santé des femmes sont nombreuses : savoir se réapproprier son corps, parler de sexualité de manière positive, améliorer la prise en charge de la douleur en France, réfléchir et militer pour une médecine plus égalitaire, etc.

Géraldine Grenet a également travaillé pour plusieurs instances internationales comme le Conseil de l'Europe, notamment sur les questions des violences faites aux femmes.

– **On en parle ici :**

Welcome Pharmacie : <https://welcome-pharmacie.com/les-femmes-sages/>

Les Défricheurs, média 100% positif : <https://www.defricheurs.fr/les-femmes-sages-un-podcast-pour-un-autre-regard-sur-la-sante-des-femmes/>

Podcasts Santé : <https://www.podcast-sante.com/blog/10-podcasts-sante-a-ne-pas-manquer>

– **Instagram :**

@lesfemmessages : <https://www.instagram.com/lesfemmessages/>

– **Pour aller plus loin :**

Les Femmes sages, le podcast : <https://podcast.ausha.co/les-femmes-sages>

# BONUS

## EXTRAITS CHOISIS

### QUESTIONNER LES RAPPORTS DE POUVOIR DANS LES RELATIONS SOIGNANT.E.S ET SOIGNÉ.E.S (p.23)

« Partir des témoignages, du vécu des femmes permet de réhabiliter, de légitimer un savoir construit de manière collective et assure ainsi que la parole sur le corps des femmes ne soit plus uniquement médicale, normative et souvent violente.

Car il s'agit bien en filigrane de questionner les rapports de pouvoir dans les relations soignant.e.s et soigné.e.s quand cela touche à l'intimité de la santé sexuelle et reproductive, et de démontrer la dimension systémique des violences d'une médecine encore profondément patriarcale. »

### CITATION, CLAIRE RICHARD (p.25)

« Santé communautaire, santé féministe, santé antiraciste : ces pratiques ont en commun d'interroger la répartition des savoirs entre expert.e.s et non expert.e.s, de remettre au centre les personnes concernées et de penser la santé comme un fait global dépendant des conditions sociales. Ce qui permet de prendre en compte les inégalités et dominations à l'oeuvre et essaient de les combattre. Elles imaginent, en bref, la santé comme un lieu politique où l'on peut gagner en autonomie plutôt qu'en perdre. »<sup>1</sup>

### MÉNOPAUSE ET MENSTRUATIONS (p.53)

« Ce que nous donne à voir la question de la ménopause, c'est à quel point le corps des femmes est toujours celui qui pose problème. Les menstruations sont l'objet dans notre société de tout un discours social. Edmonde Morin disait : « *Les règles doivent être ce qu'une femme a absolument et, en même temps, qu'elle doit cacher.* » Les règles sont perçues comme un flux absolument essentiel pour accéder à la féminité et, en même temps, un flux tabou qu'il s'agit de cacher. Alors qu'on pourrait se dire qu'à la ménopause, les femmes sont affranchies de ces représentations, là encore, leur corps continue à poser problème, comme le prouvent les descriptions du corps ménopausé dans les ouvrages médicaux, associé à la flétrissure, à l'amoindrissement. Chaque fois, le corps des femmes est celui qui est ausculté, donné à voir, objet de discours, beaucoup plus que le corps masculin. »

### CITATION, LAURA BERLINGOT (p.70)

« L'éducation sexuelle est centrée sur le risque, hétéronormée, et n'aborde pas suffisamment ni les notions de plaisir et de désir ni les violences sexistes et sexuelles. »<sup>2</sup>

### FORMATION DES PROFESSIONNEL.LE.S (p.94)

« Contrairement à la situation en Angleterre, et au Canada par exemple, les professionnel.le.s de santé en France ne sont pas obligé.e.s de mettre à jour leurs connaissances pour prescrire une contraception. Concrètement, cela signifie que toute profession prescriptrice (généraliste, gynécologue, sage-femme) est habilitée à prescrire une contraception, peu importe le temps accordé aux formations en la matière (...). Dans mon domaine, j'ai observé que ce sont surtout les sages-femmes qui choisissent de compléter leur formation en matière de contraception (et de violences faites aux femmes), et pourtant, les généralistes comme les gynécologues sont tout aussi habilité.e.s, voire plus légitimé.e.s, à prescrire une contraception. »

### CITATION, MARTINE GRIMALDI (p.108)

« La douleur n'est jamais imaginaire, la douleur est toujours réelle, même si l'entourage ou le.la médecin ne la comprend pas. »<sup>3</sup>

1 Claire Richard, « La santé autrement. Expériences communautaires, féministes et antiracistes », Revue du Crieur, 2021.

2 Laura Berlingo, gynécologue obstétricienne et créatrice du podcast « Coucou le Q ».

3 Martine Grimaldi, gynécologue chirurgienne obstétricienne.