

# LA SANTÉ EST UN DROIT... LA ZUMBA AUSSI

Chaque premier samedi du mois, l'ADSF propose un cours de sport à des femmes en situation d'errance. Une autre vision du droit à la santé.

**T**u peux me le garder ? J'aimerais bien danser... » Jeneba, 23 ans, cale la tête joufflue de son petit Kader, deux mois, contre moi. En réglant les sangles du porte-bébé, elle explique dans un français laborieux sa venue au cours de sport gratuit proposé par l'Association pour le développement de la santé des femmes (ADSF) : « Ils m'avaient donné une poussette pour le bébé. Maintenant regarde, dit-elle en agrippant sa bedaine et en l'agitant. Il faut perdre ça ! » Jeneba est venue accompagnée de ses amies, logées par le Samu social et un foyer d'accueil du XIX<sup>e</sup> depuis leur arrivée de Côte d'Ivoire. Dix femmes d'environ 20 à 45 ans, toutes en situation d'errance, se sont inscrites à la cinquième édition de ce cours. Chaque premier samedi du mois, à midi, l'espace Championnet Sports met à disposition sa salle de danse et de musculation, ainsi qu'une collation. Cette heure permet, sans condition, de se dépenser et d'oublier ses soucis en musique.

## Rires en rythme

Une fois les essayages de tenues de sport (prêtées par l'asso) terminés, place à l'échauffement avec Sabine. Ce professeur de fitness en remplacement à l'habitude des cours sur mesure, d'ordinaire pour personnes âgées ou en situation de handicap. « Aujourd'hui, c'est zumba. Elles ont besoin de se défouler, donc j'ai choisi des chansons rigolotes ! »

Sabine attaque la séance avec des mouvements de step sur de la musique electro, puis plus sensuels sur du re-

ggaeton. Les participantes suivent les mouvements avec une coordination parfois approximative, mais le sourire jusqu'aux oreilles. « Youhouuu, youhouuu... », des cris libérateurs jaillissent sans aucune timidité. Les regards se portent de plus en plus sur les reflets dans la glace, quitte à s'éloigner des consignes. Petit à petit, les couches de vêtements tombent : double t-shirt, perruque révélant des tresses africaines... A la fin de « Shape of you », Fatmata, 37 ans, s'étale par terre, les bras en croix. « Je n'ai jamais l'occasion de faire du sport, c'est ma première fois, » expire-t-elle, à bout de souffle. Sa sœur Madoussou repositionne sur sa tête la serviette éponge faisant office de voile : pour bénéficier de l'aide proposée par l'ADSF, elle est venue d'Orry-la-Ville, dans l'Oise.

## Un kit hygiène vital

Avant ce cours, les sportives en herbe sont passées par le local de l'association, rue Bernard Dimey : de 11 h à 15 h, l'équipe de bénévoles y accueille entre 50 et 120 femmes. Les 700 personnes suivies chaque année dorment dans la rue, en bidonville, hôtel social, foyer d'accueil ou au bois de Boulogne... Ce samedi, certaines ont attendu depuis 7 h 30 pour avoir un ticket à l'ouverture des portes. Elles viennent surtout pour le kit hygiène avec des biens de première nécessité pour un mois (savon, dentifrice, serviettes hygiéniques, préservatifs...). Les femmes peuvent aussi profiter d'un vestiaire et d'une collation offerte. Deux aides-soignantes, deux psychologues et des traductrices assurent un suivi santé personnalisé. Un stand de socio-esthétique, avec manucure et soins du visage, leur est également proposé.

## La beauté et le bien-être

« Cet accueil, c'est une journée comme pour vous et moi, où elles peuvent s'occuper d'elles, » explique Nadège Passereau, déléguée générale de l'association. « Il y a souvent une

stratégie d'invisibilisation.

Une minorité de ces femmes se masculinise, s'enlaidit pour se créer une protection. Mais une majorité est attentive à avoir des vêtements propres, à sentir bon et à être jolie. Ces femmes, aussi en errance, vous les croisez dans la rue, dans le métro... sans les voir. » Humera, la vingtaine, confirme ses propos avec difficulté, le visage figé sous un masque vert : « En Afghanistan, j'étais poursuivie par des milices terroristes. J'ai beaucoup de mal à gérer ma dépression, mais la beauté me fait du bien. » Dans le prolongement de la socio-esthétique, les cours de sport sont donc tout sauf superflus : « Le corps est un ennemi pour elles. Il est douloureux, souvent considéré comme un objet. Avec la marche, le chaud, le froid... Une dissociation se crée. Ici, c'est l'occasion de s'approprier son corps, de retrouver sa dignité. »

Les baffles du cours se taisent. Kader dort toujours à poings fermés. Madoussou, transpirante, ôte la serviette de sa tête pour y nouer son voile. Le tissu léopard tacheté de cœurs rouges confirme les dires de Nadège Passereau : loin des clichés SDF, l'errance est parfois difficile à déceler chez ces femmes souvent coquettes. « C'était notre première fois, on reviendra, » lancent les sœurs. ©

MIREN GARAIKOCHEA

