

**LPPC Pierre Masson  
3 Rue Vasco de Gama  
44800 SAINT-HERBLAIN**

**Script du podcast des élèves de terminale baccalauréat professionnel coiffure  
Classes de T1 et T2**

**Mariame**

Je suis la copine d'enfance d'Amina. Je m'appelle Mariame, et je garde de notre village de Bedaya, dans le Mandoul, des souvenirs à la fois doux et douloureux.

Nous avons grandi au sud du Tchad, là où la vie dépend de la terre. Les champs de coton, de sésame et de riz rythmaient nos journées. Très jeunes, nous accompagnions nos mères aux champs, portions l'eau sur nos têtes, apprenions à travailler sans nous plaindre. Chez nous, une fille devient forte très tôt — forte pour aider, forte pour se taire, forte pour endurer.

Mais être femme ne signifiait pas seulement travailler dur. Cela voulait aussi dire accepter des traditions imposées. Je me souviens de la peur silencieuse qui entourait l'excision. Présentée comme un passage obligé pour devenir « une vraie femme », elle était décidée pour nous, sans que nous ayons notre mot à dire. Beaucoup ont souffert en silence. Cette épreuve marquait nos corps, mais aussi nos cœurs.

L'accès à l'éducation, aux soins et aux infrastructures restait limité. Pour une fille, aller à l'école était souvent un privilège fragile. Trop souvent, elle devait abandonner pour aider à la maison ou se marier tôt.

Et pourtant, malgré tout, je me souviens des rires, des chants sous les étoiles, de la solidarité entre femmes. Je me souviens de leur dignité et de leur courage.

La vie n'est pas facile pour les femmes au Tchad. Elle est faite de travail, de silences et de sacrifices. Mais elle est aussi faite d'une force immense, d'une résilience profonde celle d'Amina, celle de nos mères, celle de toutes ces femmes qui continuent d'avancer, quoi qu'il arrive.

**Amina**

C'est moi Amina.

Je me souviens d'un matin chaud.

Les femmes de ma famille étaient réunies autour de moi. On m'avait dit que j'allais devenir "propre", que j'allais grandir, qu'un jour je pourrais me marier. Je ne comprenais pas vraiment. Mais je faisais confiance. C'étaient ma mère, ma grand-mère, mes tantes. Des femmes que j'aimais.

Dans mon village, dans la région du Mandoul, au Tchad, on disait que c'était la tradition. Un passage obligé pour être acceptée, pour être respectée, pour ne pas être rejetée.

Mais ce jour-là, je ne suis pas devenue “grande”.

J’ai surtout connu la douleur. Une douleur intense. Des saignements. La peur. L’incompréhension. Personne ne m’avait expliqué. Personne ne m’avait demandé mon avis.

Ce que j’ai subi s’appelle l’excision, ou mutilation génitale féminine. C’est une pratique qui consiste à retirer partiellement ou totalement les organes génitaux externes d’une fille, sans aucune raison médicale.

On pense parfois que c’est religieux. Ce n’est pas le cas. Aucune religion ne l’impose. C’est une tradition ancienne, transmise de génération en génération, souvent par peur du rejet social.

Aujourd’hui, je sais que mon histoire n’est pas isolée.

Dans le monde, plus de **200 millions** de femmes et de filles ont subi une excision. Chaque année, environ **4 millions** de petites filles sont encore menacées. Au Tchad, environ **une femme sur trois**, soit près de **34 %** des femmes âgées de 15 à 49 ans, a été excisée. Dans certaines régions du sud comme le Mandoul, la pratique reste très présente et touche parfois des filles avant l’âge de 10 ans.

Même lorsque la loi l’interdit, cela continue parfois en secret.

Les conséquences sont graves : douleurs chroniques, infections, difficultés lors des règles, souffrance pendant les rapports, complications pendant la grossesse et l’accouchement. Et il y a aussi les blessures invisibles : le traumatisme, la honte, le silence.

Pendant longtemps, j’ai cru que c’était normal. Puis j’ai compris que c’était une violation de mes droits. Que mon corps m’appartient. Que rien, ni la tradition, ni la pression sociale, ne justifie qu’on fasse subir cela à une enfant.

### **Fira**

Je m’appelle Fira, je suis la sœur aînée d’Amina.

Ma sœur à 19 ans maintenant. Elle a décidé de s’enfuir il y a 2 ans pour la France. Son espoir, faire une reconstruction génitale.

Pour s’enfuir elle est montée dans le camion d’Oumar, le chauffeur de la ferme piscicole. Chaque semaine il se rend au port de Douala au Cameroun. Je pense qu’il était un peu amoureux d’elle. Mais elle, elle ne rêvait que d’études.

Dans ses messages elle nous a caché la souffrance de son voyage, surtout lorsqu’elle a dû survivre sur le porte-conteneurs. Je n’ai pas tout dit à notre mère.

En tant que mineure isolée elle a été recueillie par une association à Lorient. Elle a été envoyée à Nantes au CHU dans le service spécialisé dans la reconstruction des femmes excisées. Elle a pu réaliser la première partie de son rêve.

Amina m'a raconté le travail du docteur. Il a remis son clitoris en place. Mais je n'en parle qu'à vous. Notre mère et encore plus notre grand-mère n'apprécieraient pas cela. Elles sont tellement traditionalistes, attachées aux valeurs tribales.

Depuis ce jour-là, elle s'implique à fond dans ses études de médecine.

### **Amina**

Les années ont passé. J'ai fini mes études. Je suis devenue gynécologue à 27 ans.

Dans mon cabinet, chaque patiente est accueillie avec douceur. J'écoute, plus que je parle. Parce que je sais que certaines douleurs ont mis des années à trouver des mots.

Très vite, j'ai compris que soigner ne suffisait pas : il faut aussi accompagner, soutenir, prévenir. Alors, j'ai eu l'idée de créer des groupes de soutien pour les femmes excisées. J'ai été aidé par un professeur qui pendant mes études m'avait soutenue et écouté.

### **Le prof d'Amina**

Au début peu de femmes venaient à nos réunions, mais au fil du temps, elles devenaient de plus en plus nombreuses. Leurs larmes coulaient souvent, mais elles ne sont plus seules à présent. Petit à petit, la honte laissait place à la solidarité. Ces rencontres sont devenues un refuge, un espace de reconstruction et d'espoirs.

### **Amina**

En parallèle, des établissements scolaires m'ont contactée pour intervenir dans des classes, pour informer afin que la prochaine génération soit sensibilisée.

### **Le prof d'Amina**

Ensemble nous avons eu l'idée de lancer une cagnotte et de rassembler un maximum de bénévoles afin de partir au Tchad pour financer des actions de sensibilisation et des opérations réparatrices. Grâce à ces actions nous donnons un nouvel espoir à ce pays.

*Petit temps*

### **Amina**

Aujourd'hui, quand je regarde mon parcours, je comprends que mon histoire ne s'arrête pas à la douleur que j'ai subie. J'ai choisi d'en faire une force. Et, à travers chaque femme aidée, chaque élève sensibilisé, chaque bénévole engagé, je vais construire peu à peu un avenir où les jeunes filles pourront grandir libres, entières et protégées.

FIN

## Sources sonores :

Toutes les sources sonores proviennent de

<https://pixabay.com/fr/music/>

freesound\_community-dec2016\_mass\_sing\_kenya\_turkana\_todonyang-24161

<https://pixabay.com/sound-effects/gens-dec2016-mass-sing-kenya-turkana-todonyang-24161/>

melodigne-lofi-africa-187396

<https://pixabay.com/music/beats-lofi-africa-187396/>

floraphonic-gospel-choir-heavenly-transition-2-186879.mp3

<https://pixabay.com/sound-effects/musical-gospel-choir-heavenly-transition-2-186879/>

freesound\_community-maasai-camp-nature-sounds-africa-24064.mp3

<https://pixabay.com/sound-effects/nature-maasai-camp-nature-sounds-africa-22500/>

freesound\_community-real-soft-crying-48637.mp3

<https://pixabay.com/sound-effects/people-real-soft-crying-48637/>

spinopel-ambulance-is-on-its-way-442346.mp3

<https://pixabay.com/sound-effects/city-ambulance-is-on-its-way-442346/>

freesound\_community-hospital-busy-x-ray-room-tone-56441.mp3

<https://pixabay.com/sound-effects/people-hospital-busy-x-ray-room-tone-56441/>

dragon-studio-woman-screaming-sfx-screaming-sound-effect-320169.mp3

<https://pixabay.com/sound-effects/horror-woman-screaming-sfx-screaming-sound-effect-320169/>

## Sources des informations :

Site de l'ONU

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/objectifs-de-developpement-durable/>

Recherches sur les méthodes de prise en charge des femmes mutilées en Loire-Atlantique

<https://www.chu-nantes.fr/reunions-d-informations-prise-en-charge-des-patientes-souffrant-de-mutilations-sexuelles-feminines>

Recherches sur l'excision dans le monde

<https://www.unicef.fr/convention-droits-enfants/protection/violences-et-agressions-sexuelles/excision-et-mutilations-genitales-feminines/>

Recherches sur l'économie du Tchad

<https://www.tresor.economie.gouv.fr/Pays/TD/indicateurs-et-conjoncture>

Visite de l'exposition « 24 heures dans la vie d'une femme » à Nantes le 20 novembre 2025

<https://www.24h-wmn.org/>

Découverte du parcours d'Aouda inspirée de la vie d'Hadja Idrissa Bah une activiste, chroniqueuse et femme politique guinéenne.