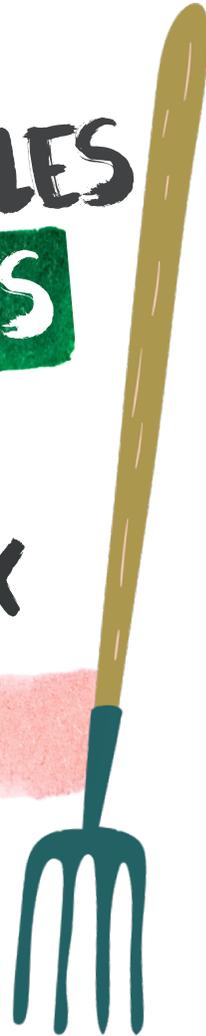


RÉCITS SUR LES TRADITIONS

LIÉES AUX PLANTES



Projet réalisé par les femmes de l'asbl CréActions
dans le cadre des ateliers «Média expression»
encadré par Média Animation



LE PROJET

Se replonger dans ses traditions pour trouver les façons de faire de demain.

Au cours de l'année 2019-2020, les apprenantes en français de CréACTIONS ont réalisé des créations sonores autour des traditions liées aux plantes. Ces créations s'inscrivent dans la vie du lieu puisque après ce projet, CréACTIONS prévoit de créer un jardin sur le toit du bâtiment.

Chacune vit différemment son rapport à la nature; ces ateliers ont été l'occasion pour les apprenantes d'échanger autour de leurs pratiques et de prendre en main un nouveau média. Elles sont parties de leurs vécus pour construire un savoir collectif, en étant créative et en interrogeant la tradition orale autour des plantes.

Dans ces ateliers, ces femmes ont appris à utiliser un enregistreur, décrypter des productions, prendre la parole, se réécouter et prendre le temps de l'analyse collective. Ce processus fut interrompu en mars pendant le confinement, mais nous avons pu continuer à nous enregistrer et à communiquer via les réseaux sociaux, afin de pouvoir vous faire écouter les récits que vous pouvez découvrir ici.

LES TRADITIONS ÇA SE DÉBAT

Au cours de ces ateliers les apprenantes ont été amenés à mettre en mots, revendiquer et confronter leurs points de vue autour de l'usage des plantes dans notre quotidien. Elles ont défini leurs arguments, se sont entraînées à prendre la parole. C'est donc devant le micro qu'elles ont défendu, d'un côté l'utilisation de produits d'origine naturel, et de l'autre l'utilité des produits chimiques.



A écouter en cliquant sur ce [lien](#) ou via



TUGBA

Histoires de petites choses
du quotidien

Tugba est une femme de 55 ans, elle a 3 enfants et 4 petits-enfants. Elle est née en Allemagne mais habite aujourd'hui à Bruxelles. Depuis toujours, elle aime voyager et cuisiner.

Tugba a grandi dans une grande ville et n'utilise pas souvent les plantes pour les problèmes qu'elle peut rencontrer dans son quotidien. Heureusement plusieurs personnes vont l'aider et lui donner leurs conseils.

Voici leurs histoires.

Ecouter les différentes recettes proposées à Tugba en cliquant sur [ce lien](#)

ou avec ce Qr code :



MAUX D'ESTOMAC

Tugba va fêter l'anniversaire de son neveu et mange un plat de poisson piquant, un dessert au chocolat avec de la crème fraîche et boit du jus d'orange.

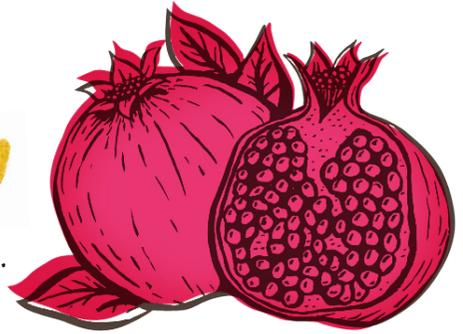
Une fois rentrée chez elle, son estomac lui brûle, elle a envie de vomir. Elle est tellement malade qu'elle n'arrive plus à ouvrir la porte.

Elle croise sa voisine Jacqueline, elle discute et lui donne une recette. Cela ne fonctionne pas et Tugba finit par appeler une ambulance.

Il vous faut la peau de deux grenades et une cuillère de miel.

Commencez par retirer la peau de la grande puis séchez là. Écrasez la peau et mélangez là avec le miel.

Pour que cela marche bien, on en mange une cuillère, une fois par jour pendant un mois.



FATIGUE ET MALAISE

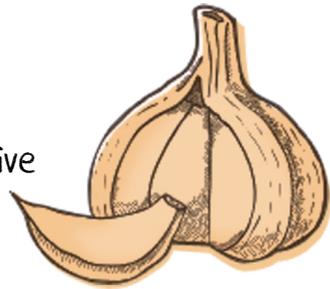
Une voisine appelle Tugba et l'invite pour venir prendre un petit-déjeuner marocain chez elle (des crêpes, des épinards, des œufs...).

Tugba explique à sa voisine qu'elle est fatiguée, qu'elle ne se sent pas bien et qu'elle n'a pas l'habitude de prendre un petit-déjeuner.

Pour qu'elle se sente plus en forme sa voisine lui donne une recette et lui conseille de prendre cela tous les matins.

Il vous faut un litre d'huile d'olive avec 100 grammes d'ail.

D'abord on nettoie l'ail et on le mélange avec l'huile. On cache le mélange dans un lieu sombre pendant un mois. Il faut en boire une fois par jour pendant longtemps.



RHUMATISME

Tugba rentre chez elle en portant ses courses toutes seules, elle marche dans le froid. Arrivée dans son immeuble, elle monte les escaliers et arrive chez elle très fatiguée.

Après cela, elle n'a plus envie de sortir, elle a mal partout.

Au bout de plusieurs jours, son voisin s'inquiète et il frappe à la porte. Il discute un moment tous les deux, elle lui sert un café et il finit par lui donner une recette que sa femme utilise car elle a les mêmes problèmes.

Il vous faut du curcuma et de l'huile d'olive

D'abord on mélange le curcuma et l'huile d'olive puis on masse la zone douloureuse une fois par jour le soir avant de dormir.



MAIS AUSSI LA RECETTE DU PAIN ...

à retrouver sur l'audioblog d'Arte radio «Les plantes et leurs histoires»

ET BIENTOT UN JARDIN SUR LE TOIT

Dans le cadre du Contrat de quartier durable Stephenson, l'asbl CréACTIONS dispose d'une terrasse qu'elle souhaite aménager ce lieu de proximité qui se transformera progressivement en une « terrasse collaborative », affirmant ainsi une dimension sociale, collective, participative, éducative, pédagogique et écologique.

Celle-ci permettra aux apprenantes mais aussi aux habitants du quartier d'y participer et donc se côtoyer pour échanger les bonnes veilles recettes, de découvrir les vertus d'une plante, d'un fruit, d'un aromate, de découvrir de nouvelles saveurs.

La terrasse est en cours de réalisation ... pendant ce temps, durant un an les apprenantes en alphabétisation et FLE ont pu bénéficier d'un projet de création sonore autour des plantes mené par Média Animation. Les apprenantes ont eu également un atelier autour des plantes et des tisanes avec l'herboristerie « Louise ».

Ce projet se veut participatif et se construit petit à petit autour de la faune et la flore du quartier !



UN PROJET RÉALISÉ PAR

Hatice T.	Berin S.
Samira S.	Rachida E.
Hanane F.	Ghizlaine A.
Rachida E.	Fatima M.
Aïcha H.	Soumia B.
Assia E.	Ilham C.
Zenete	Ikrame B.
Nisrine	Amel E.
Yamina	Zohra R.