

## Mme Maria Mendez

**Titre :** une mère de « bonne volonté » et ouverte sur l'extérieur, rencontrant des difficultés à transformer son « corps-outil » et à transmettre les bonnes pratiques

**Situation :** 33 ans, aide-soignante certifiée, formation Croix-Rouge d'auxiliaire de santé, puis CFC d'aide-soignante à l'école de Grange-Neuve, femme d'origine portugaise arrivée en Suisse à 10 ans, mariée avec un ouvrier portugais arrivé adulte en Suisse, ils ont une fille unique. Ils habitent en appartement 3pces, sa mère (avec son mari) habite dans la même entrée au 1<sup>er</sup> depuis 20 ans.

**Condition de l'entretien :** entretien prolongé et agréable. Mme Mendez est très réactive et comprend rapidement mes propos et les questions. Elle se prête à l'entretien avec plaisir et intérêt. Elle a de la facilité à trouver ses mots. Elle est à l'aise dans l'échange, avec une certaine modestie, elle justifie par des chiffres ses dires, parfois, peut-être pour (dé-)montrer sa bonne volonté. Au fil de l'entretien, on peut approfondir diverses thématiques sur sa perception des autres, du devenir des enfants, des questions de temporalité. Elle parle avec plaisir de sa fille et d'elle-même, du soin qu'elle porte à l'éducation de sa fille, elle se montre réflexive et perspicace.

### Contenu :

- Conceptions et pratiques de santé

Mme Mendez poursuit son propre projet de santé, en suivant des recommandations de santé en lien avec le « bouger ». Elle monte volontairement à pied les escaliers pour le « maintien de la ligne ». Elle énumère ses pratiques de santé ainsi : « Alors je fais du fitness 3x par semaine, heum je fais de la marche en montagne comme c'était d'ailleurs le cas ce weekend, heum du ski, j'essaie d'en faire, mais c'est pas, c'est pas très régulier on va dire (...). Mon mari, il est pas trop sportif on va dire ». Elle qualifie son mari de « très sédentaire, c'est c'est c'est pas évident », ce qui l'amène à s'organiser (« prévoir »), afin de partir des journées entières avec sa fille, « un peu à la découverte », à marcher beaucoup en montagne ou dans les villes : « j'essaie vraiment de partir un peu avec Déborah parce que mon mari toute façon ce sera négatif donc on essaie déjà de prévoir ça entre nous et puis on part toutes les deux ». La mère et la fille font donc beaucoup de sorties culturelles actives.

Mme Mendez révèle une pratique de loisir et d'activité physique de santé qui se rapproche des milieux favorisés (fitness, ski, marche en montagne, piscine). Elle est entrepreneure de sa santé et elle chiffre ses pratiques (fitness 3 x par semaine), ce qui est un taux de pratique élevé, vu que dans sa journée, elle cumule le travail professionnel, éducatif et domestique. Elle dit qu'« elle essaie vraiment d'y aller » au fitness, bien que ce jour-là elle a failli parce qu'elle avait « aussi la lessive, toutes ces choses pour qu'après la semaine j'arrive à suivre le rythme normal ». Elle me dit aller au fitness pour contrer sa tendance « naturelle » : « Parce que comme j'ai une facilité à prendre du poids, je pourrais pas me permettre de pas en faire. » et « Donc c'est vrai que en plus de ça si j'aurais rien fait, je pense que je serais le triple, je pense, donc c'est vraiment une obligation. Déjà j'ai du plaisir à y aller, mais je sais parfaitement que même que j'aurais pas plaisir, je devrais toute façon y aller. » Le cadre disciplinaire de la salle de fitness avec des machines, l'aide, la stimule à « travailler ». Le fitness est de l'ordre de la contrainte et de l'effort et n'est alors plus associé au plaisir : « Voilà, plutôt les machines. Je fais du vélo, je fais du, du... parce qu'en fait ça m'oblige, d'une fois que j'y suis, je suis obligée de travailler. Tandis que si je me dis ici voilà je vais prendre le vélo, je vais donner la priorité à d'autres choses. » La temporalité choisie est celle du matin, afin d'être présente le soir pour la famille.

Avec la famille, elle dit aller à la piscine le plus souvent possible (samedi et dimanche) dans un état d'esprit hédoniste et pour la convivialité (et non pour nager). En parlant de son rapport à l'eau, elle se réfère au sport (performance ou forme par le nombre de traversées de bassin) et à son expérience culturelle du Portugal du nord. Ces deux conceptions de l'eau (nager volontiers/ avoir peur de perdre pied) sont ambivalentes, tout comme son rapport au fitness qui oscille entre plaisir et discipline.

Mme Mendez paraît indépendante, puisqu'elle conduit ses projets sportifs de sa propre initiative (son mari n'est pas trop sportif). Elle a justement passé un weekend à la montagne avec des amies et le décrit en ces termes : « Oui, souvent j'essaie de faire ou justement aussi ça pour me permettre de couper aussi de mon travail et aussi un peu de la famille parce que ça me fait un grand bien. » La sortie en montagne avec les amies est organisée généralement 3x par année. C'est à ce genre d'occasion qu'elle réalise combien ces amies-là sont de « grandes sportives », des « sportives à fond », des « passionnées » et que l'activité physique est recommandable. Elle érige ces valeurs et ses amies

comme des modèles, tout en se situant elle-même en deçà de cet activisme sportif : « ... on a vraiment plaisir à la marche et pendant la marche, on a tellement de, de d'échanges, c'est tellement heu et puis on peut s'arrêter à tout moment, reprendre heu donc c'est très très convivial. ». La convivialité est opposée à des formes de performance ou de compétition. Ces dernières valeurs sont éloignées de l'éthos de Mme Mendez, puisqu'elle aime « bouger un peu » et avoir du plaisir (17 références au plaisir dans l'entretien). Cette référence au plaisir apparaît dès lors comme une valeur fondamentale pour elle, prenant différentes connotations. De manière ambivalente, le plaisir est souvent proche des conditions de déplaisir, autrement dit, elle vit des pratiques qui oscillent entre hédonisme (plaisir) et ascétisme (obligation).

#### - Barrières et ressources personnelles et structurelles

Mme Mendez aime son métier (offrir son aide) et malgré la charge physique et les horaires flexibles, elle en fait une ressource : « Je suis quelqu'un de très positif et je fais vraiment le métier que j'aime, je pourrais pas faire un autre (...). Je vais avec grand plaisir, je vais avec plaisir d'offrir mon aide, pouvoir être présente dans la vie de ces gens (...) On est toute la journée debout, mais c'est quelque chose que j'ai tellement l'habitude, j'y pense pas... » Elle relève que pour faire ses courses, elle ne les fait pas dans le quartier « C'est rare en fait que j'aille ici dans le coin ». Elle ajoute qu'un magasin Coop se trouve à proximité et semblant réaliser ce paradoxe : « mais c'est vrai que j'y vais rarement ». Son espace d'activité semble organisé de façon à sortir du quartier le plus possible. Elle montre de la mobilité dans ces déplacements (elle conduit et c'est si naturel que cela n'est pas explicitement mentionné) et elle fait avec sa fille des voyages touristiques (visiter des villes).

Le quartier est considéré comme sûr (pour les déplacements de sa fille), mais elle semble préférer sortir du quartier (espace d'activité élargi).

#### - Transmissions intergénérationnelles

Elle révèle clairement une dynamique d'ascension sociale par rapport à ses parents qui ont émigré du Portugal pour fuir une situation de pauvreté importante (voir entretien de la mère de Mme Mendez). Elle décrit un habitus de famille sédentaire. Elle marque une volonté d'éloignement avec son origine en démontrant une « bonne volonté culturelle »: elle veut transmettre de bonnes pratiques de santé, mais sa fille, Déborah, ne veut s'engager dans aucune activité sportive, ce sont les amies qui comptent. Elle donne des raisons au caractère sédentaire et renfermé de son mari en lien avec son histoire de vie particulière. Sa mère est décédée lorsqu'il avait 11 ans. Elle décrit le principe travail-récompense dans la famille de son mari, qui accompagne la dynamique d'ascension sociale qui caractérise cette famille.

Mme Mendez investit dans le devenir de sa fille (cours d'appuis + leçon d'allemand anticipée), en raison de ses difficultés ou pour les prévenir et puis, elles parlent des métiers. « elle serait bien dans l'architecture et puis dans le droit », mais elle « ne rêve pas », car « si on a pas de bonnes bases, ça sera difficile de... », mais, en tout cas, sa fille « a de grandes ambitions pour un métier ».

#### **Synthèse des arbitrages éthiques entre le « bien et le mal »**

Mme Mendez est étonnamment autonome et active sur plusieurs aspects, tels que le goût des voyages qu'elle organise seule avec sa fille ou au travers d'activités, comme des weekends entre amies ou des séances de fitness hebdomadaire, tout en révélant des dispositions conservatrices et genrée dans les domaines de l'éducation, du soin, de l'alimentation et du ménage. C'est elle qui, semble-t-il, s'occupe de ces trois derniers éléments en plus de son activité professionnelle et du temps consacré au fitness.

Mme Mendez se présente comme une femme ouverte, curieuse, intégrée, connaissant les normes de santé (grâce à son environnement professionnel dans le domaine de la santé aussi) et réflexive par rapport à son mari qu'elle trouve moins « intégré » (pas de connaissance de la montagne, moins « ouvert », plus pris par le travail), plus absent.

Elle dit « bouger », elle chiffre plusieurs fois ses propos (10 x la traversée de bassin, 3x le fitness), comme pour affirmer une performance et son engagement sportif, mais ce qu'elle valorise, c'est faire ces activités avec les copines.