



Conférence gesticulée

Théorie de la première crêpe : recette pour rater son intégration

Education populaire

Autrice : **Fatima Chaaban**

06 44 83 32 31

fati_chaaban@yahoo.fr

Pour me contacter :



06 44 83 32 31



fati_chaaban@yahoo.fr



[conferences-
geciculees.net/conferences/theorie-de-la-1ere-
crepe/](https://conferences-geciculees.net/conferences/theorie-de-la-1ere-crepe/)



[www.linkedin.com/in/fatima-chaaban-diversité-
inclusion](https://www.linkedin.com/in/fatima-chaaban-diversité-inclusion)



Note d'intention

J'ai créé *Théorie de la première crêpe : recette pour rater son intégration* un peu contre mon gré. J'étais bien cachée. Ça m'allait de me contenter de maîtriser l'écrit. Je n'avais pas prévu de faire entendre oralement ma voix, sur scène.

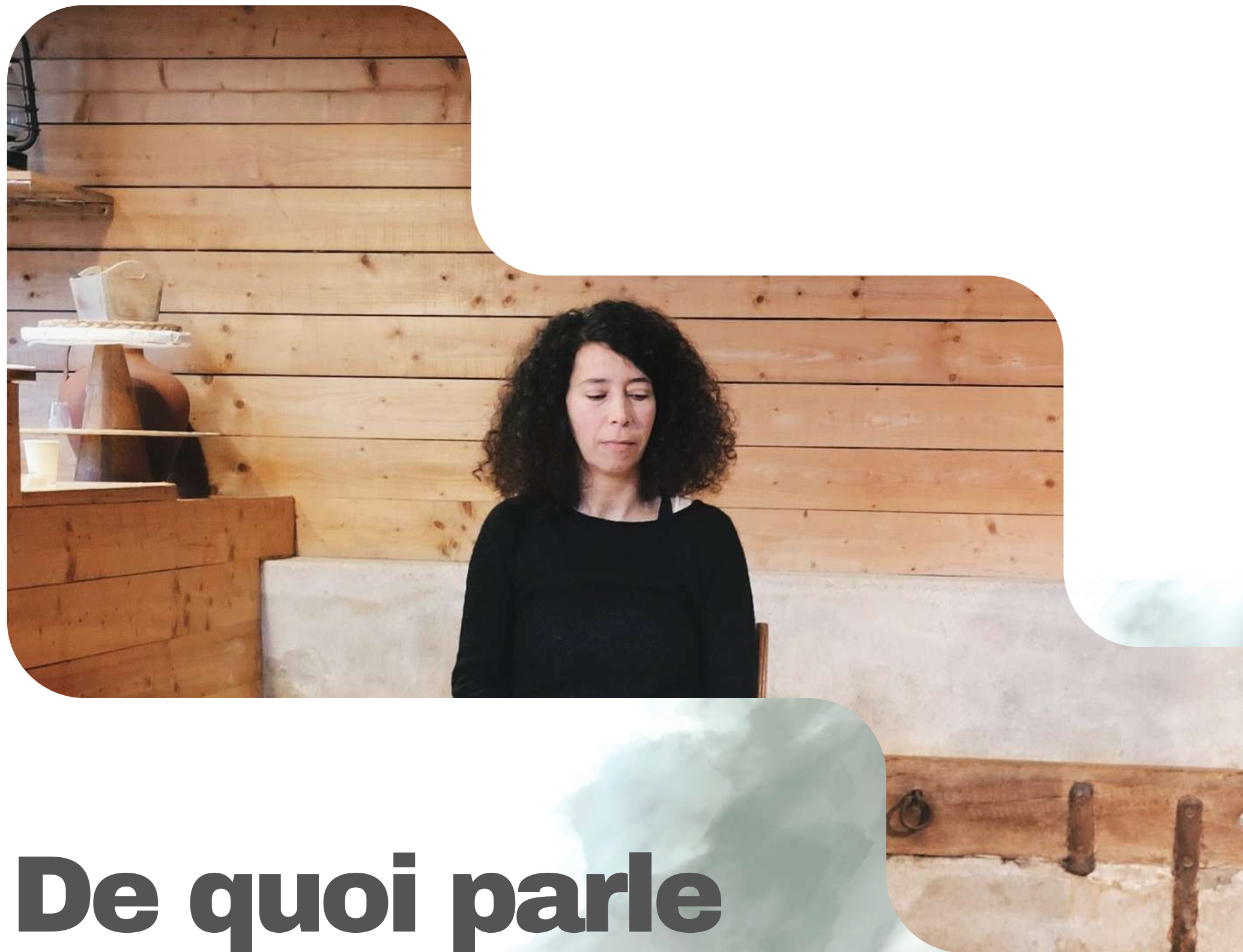
À partir de mon histoire - femme, issue de l'immigration marocaine, en situation de handicap -, je tisse un récit où l'intime rencontre le politique. Derrière la métaphore de la première crêpe "ratée" se cachent des mécanismes collectifs : validisme, méritocratie à la française, universalisme qui prétend effacer les différences.

La conférence gesticulée me permet de faire dialoguer savoirs chauds (expérience vécue) et savoirs froids (analyses sociologiques et politiques). Je montre ce qui est vu ou invisibilisé. Cela ne fait pas longtemps que je sais comment ça s'appelle : les rapports de domination.

J'ai longtemps cru que j'étais une anomalie. Quand on est une femme, issue de l'immigration, en situation de handicap, on apprend très tôt qu'il faut prouver, compenser, mériter, en faire toujours plus.

Dans cette conférence gesticulée, je raconte une vie basée sur la honte intériorisée et le silence pour survivre. En mettant des mots là où il y avait de la honte, en prenant la parole, la solitude se mue en émancipation et en force politique.





De quoi parle cette conférence gesticulée ?

Théorie de la première crêpe : recette pour rater son intégration est une conférence gesticulée qui rend visibles le validisme et les injonctions méritocratiques à partir d'un récit intime devenu politique.

Fatima Chaaban y mêle anecdotes personnelles, drôlerie et analyse politique pour interroger les normes tacites et systémiques et les promesses ambiguës de la méritocratie.

À partir de son histoire - en tant que femme, issue de l'immigration marocaine, en situation de handicap -, elle explore la trajectoire qui mène de la honte et du silence à la prise de parole et à la puissance collective.

Une prise de parole vivante, accessible et politique, où l'expérience vécue devient un outil d'éducation populaire.

Une traversée de la honte vers la parole. Une sortie de la solitude. Un spectacle où le rire ouvre la réflexion.

A propos de Fatima Chaaban



Après quinze années dans le journalisme et la communication, Fatima Chaaban met son expérience au service de l'inclusion.

Femme issue de l'immigration marocaine, ayant grandi en France, et en situation de handicap, elle questionne les contradictions de l'universalisme républicain, nomme les mécanismes invisibles du validisme systémique. Elle dénonce les injonctions méritocratiques tout en y ayant cru pendant longtemps.

À travers sa conférence gesticulée *Théorie de la première crêpe : recette pour rater son intégration*, elle fait dialoguer savoirs chauds et savoirs froids pour transformer l'expérience individuelle en réflexion collective. Avec *Théorie de la première crêpe*, premier seule-en-scène, elle sort d'une longue trajectoire de honte et de silence pour en faire un geste d'éducation populaire.

Présidente de l'association L'Assaut des poètes, Fatima Chaaban œuvre à rendre visibles les paroles minorisées à travers l'art et le spectacle vivant. Elle est également facilitatrice de la Fresque de la Diversité, atelier de sensibilisation aux biais qui mènent aux discriminations.

Qu'est-ce qu'une conférence gesticulée ?



Une conférence gesticulée est une prise de parole politique construite à partir d'un vécu personnel. Elle articule deux types de savoirs :

- **le savoir issu de l'expérience (ce que l'on a vécu dans son corps, dans son travail, dans sa famille, dans la société),**
- **le savoir théorique (analyses politiques, historiques, sociologiques).**

Il s'agit de relier une trajectoire individuelle aux mécanismes collectifs qui la traversent : rapports de domination, reproduction sociale, validisme, racisme, sexisme, logique capitaliste de performance.

Une conférence gesticulée assume un point de vue situé. Elle montre que nos parcours ne sont pas uniquement des histoires personnelles, mais qu'ils sont produits par un système social et économique.

Ce format est né dans les mouvements d'éducation populaire. Il vise à rendre accessible une analyse politique à partir de la vie concrète des personnes concernées, et non depuis une position d'expert détaché.

La conférence gesticulée utilise la scène comme un espace de conscientisation collective. Le public est invité à réfléchir, à se positionner, à discuter. Dans cette démarche, la parole est un outil de transformation.

Fiche technique

***Théorie de la première crêpe :
recette pour rater son intégration***

Conférence gesticulée



Format long : 1h20 +
30 minutes d'échange avec le public.

Format court : 20 minutes +
30 minutes d'échange avec le public.

Espace scénique : surface minimale de
3m x 3m, espace dégagé.

Son : micro HF ou micro-casque
souhaité si jauge > 40 personnes.
Pas indispensable en petite jauge.

Lumière : plein feu simple,
pas de régie complexe nécessaire.

Décor : minimaliste, quelques éléments
mobiles (une table, une chaise).

Jeu en autonomie.

Installation et désinstallation rapides
(moins de 15 minutes).

Formation “Monte ta conférence” avec le collectif Les Femmes Ont de la Voix !



Les Femmes Ont de la Voix ! est un collectif d'éducation populaire féministe né en 2019 qui crée des espaces de parole pour les femmes afin de questionner collectivement leur place dans la société et de construire une émancipation commune.

Le collectif défend une approche intersectionnelle et matérialiste qui prend en compte l'imbrication des oppressions - sexisme, racisme, capitalisme, validisme, etc. - pour mieux comprendre et transformer les rapports sociaux.

Leurs actions prennent plusieurs formes : un festival annuel d'éducation populaire, une émission de radio mensuelle et des formations, notamment autour des anecdotes et conférences gesticulées.

C'est aux côtés des formatrices Nadège Aïcha Nechadi et Hélène Vitorge, fondatrices du collectif, que je me suis formée, d'août à décembre 2025, pour monter ma conférence gesticulée. La formation était construite sur un axe de travail thématique : “Racisme et héritage colonial”.

La formation comprend des temps d'apports théoriques et méthodologiques, qui viennent en alternance avec un travail individuel, en sous-groupes, de réflexion et de mise en pratique. Au programme : structuration de la conférence gesticulée, apports théoriques, approfondissement politique et incarnation, apports scéniques, amélioration et finalisation, présentation publique.

En savoir plus sur Les Femmes Ont de la Voix ! : <https://www.lesfemmesontdelavoix.org/>

Parcours scénique

Prochaines dates

09 octobre 2026, Université populaire de Bordeaux (Bordeaux) –
Version intégrale (1h20).

Programmation établie en date du 1er juillet 2026.



Diffusions précédentes

21 novembre 2025, *Exposition STOP*, Adada, Saint-Denis (93) –
Format de 20 minutes uniquement consacré au validisme.

21 décembre 2025, Théâtre Vaugarni, Pont-de-Ruan (37) –
Première sortie de chantier – Version intégrale (1h20).

31 janvier 2026, Peuple & Culture, Paris (11ème) –
Deuxième sortie de chantier – Version intégrale (1h20).

6 mars 2026, Ecopia, Paris (20ème) – Version intégrale (1h20).

29 mars 2026, Verrières-le-Buisson (91) – Version intégrale (1h20).

15 avril 2026, Paris (13ème) – Format de 20 minutes (anecdote gesticulée) consacré au validisme, suivi d'un temps de questions-réponses avec le public.

20 mai 2026, Ecopia, Paris (20ème) – Version intégrale (1h20).

19 juin 2026, Vitry-Sur-Seine (94) – Festival féministe “Prendre corps, Prendre feu” (collectif Brûlant.e.s)
Format de 20 minutes (anecdote gesticulée) consacré à l'intersectionnalité.

J'ai beaucoup aimé la conférence gesticulée de Fatima. D'abord parce que c'était une vraie découverte pour moi : je ne connaissais pas du tout ce format, et encore moins la réalité vécue par une personne malentendante. J'ai trouvé son intervention très touchante, justement parce qu'elle paraissait encore en train de prendre ses marques dans cet exercice. On sentait que ce n'était pas quelque chose de totalement maîtrisé, mais c'est aussi ce qui rendait sa parole très sincère.

J'ai également apprécié sa vulnérabilité. En effet, elle a parlé de son histoire avec beaucoup de transparence et j'ai trouvé cela fort, parce qu'on comprend qu'elle a longtemps essayé de dissimuler une partie d'elle-même, de se fondre dans la norme, et pourtant elle arrive aujourd'hui à en parler ouvertement. Le fait qu'elle réponde à nos questions avec autant de patience et de bienveillance m'a aussi beaucoup plu.

Son témoignage m'a permis d'entrer, même brièvement, dans le quotidien d'une personne qui perçoit le monde différemment, et c'est quelque chose que je ne connais pas personnellement. En tant que personne valide et blanche, je me rends compte que beaucoup de réalités me sont étrangères, et que je ne mesure pas toujours à quel point le monde peut être peu accueillant pour celles et ceux qui ne rentrent pas dans la norme dominante.

Finalement, j'ai surtout ressenti de l'admiration. J'ai trouvé très beau le fait qu'elle ait réussi à transformer ce qui a longtemps été vécu comme une faiblesse en sa force. Elle s'est réapproprié son histoire et en a fait quelque chose de fort dont elle se sert aujourd'hui pour sensibiliser les autres.

Le parcours de Fatima montre bien les limites de notre système. Souvent, on accepte la différence seulement si elle ne se voit pas trop. On demande aux personnes handicapées de "faire des efforts" pour se fondre dans la masse et compenser leurs difficultés toutes seules c'est ce qu'on appelle l'assimilation, et non la vraie intégration.

Dans le travail, cela crée une exclusion invisible, si une entreprise ne donne pas les bons outils à une personne malentendante dans l'exemple de Fatima, elle l'écarte d'office des décisions et des promotions. En écoutant Fatima, j'ai compris que le handicap devient une "épreuve" surtout parce que tout est conçu pour les personnes valides et entendantes.

Je voulais t'écrire après ta conférence, pour te dire mon admiration. Pour ta parole, pour ta puissance, pour ton courage.

Je voulais aussi te partager la colère qui m'a traversée après coup : comment peut-on à ce point mettre de côté des personnes aussi géniales ? Comment l'inclusion ne s'opère-t-elle pas, malgré tout ce que l'on prétend faire ou comprendre ? Et puis cette autre question, plus inconfortable encore : comment, moi aussi, je participe à ce système.

Ton témoignage, et en particulier la manière dont tu nommes tes doutes, est précieux. Il nous remue, nous oblige à repenser les discriminations comme système politique et en particulier le validisme qui est moins visible sur les réseaux sociaux que le sexisme ou le racisme.

Avant, on voyait souvent le handicap comme une obligation légale ou de la charité. Maintenant, je vois que c'est un enjeu de performance humaine. Dans ce cas, mon rôle de manager RSE ne sera pas juste d'aider, mais de garantir que tout le monde ait les mêmes chances. Si l'entreprise ne s'adapte pas, elle fait une erreur et perd des talents précieux. Je ne serai pas là uniquement pour surveiller les résultats, mais pour construire un environnement sans obstacles. Cela demande de l'empathie et une remise en question de nos habitudes. Une personne en situation de handicap ne devrait jamais avoir à s'excuser de ses besoins, c'est à moi de veiller à ce qu'elle se sente en sécurité et pleinement intégrée.

Chère Fatima
Grand bravo pour ton impressionnante prestation 🥳🥳

Tu as eu un parcours tellement passionnant et émouvant que nous avons été captivés tout le long. Quand je t'ai rencontrée, j'ai pensé que tu avais un léger trouble du langage, comme un zozotement, mais à aucun moment je n'ai imaginé que tu étais malentendante. Et rencontrer une malentendante à un concert de hard rock c'est quand même étonnant 😊 Et puis j'ai découvert de nouveaux mots : validisme, intersectionnalité... très très intéressant.

Quelques retours du public

Pour me contacter :



06 44 83 32 31



fati_chaaban@yahoo.fr



conferences-
gesticulees.net/conferences/theorie-de-la-1ere-
crepe/



www.linkedin.com/in/fatima-chaaban-diversité-
inclusion



SAM 31/01

15H

THÉORIE DE LA 1ÈRE CRÊPE : RECETTE POUR RATER SON INTÉGRATION



FATIMA CHAABAN

POUR SURVIVRE EN MILIEU VALIDE, FATIMA, MALENTENDANTE DE NAISSANCE, A INTÉRIORISÉ LES CODES DE LA SOCIÉTÉ RÉGIE PAR DES NORMES VALIDISTES, RACISTES, ET SEXISTES. ELLE SE FAIT PASSER POUR MADAME TOUT LE MONDE. SON HANDICAP NE SE VOIT PAS, COMME 80 % DES HANDICAPS. ELLE DONNE LE CHANGE. ET LE COÛT EST ÉNORME.



PRENDRE CORPS, PRENDRE FEU

L'ART COMME OUTIL DE LUTTE ET DE PÉDAGOGIE FÉMINISTE

ATELIERS • TABLE RONDE • STANDS
• THÉÂTRE • BINGO DRAG •
CONCERT & DJ SET • RESTAURATION

19 → 20.06.26

LE CRAPO — 14 avenue du Président
Salvador Allende, 94400 Vitry-sur-Seine



STOP

Exposition du collectif de plasticiennes Les Sorores
& leurs invitées

60Adada 60 Rue Gabriel Péri, 93200 Saint-Denis

pour la Journée de l'Élimination de la Violence à l'Égard des Femmes du 25 novembre.

Du 21 novembre au 30 novembre 2025.

Vernissage le 21 novembre de 18H à 23H : poésie, théâtre, performance, slam, danse.

Amande Art - Lolaura - Sandrine Lehagre - Séverine Hettinger

Rosa Gonzalez - Claudia Montés - Julie Go

Hélène Fresnel - Fatima Chaaban - Manou Fines

Anouchka Kregar - Slam ô féminin : Slama, Cat Mat, Kasi'art

Nohmana Khalid