

## Amphi 25 : parlons discriminations



[Ecouter ce podcast](#)

Bienvenue dans **Amphi 25**, un espace d'échange et d'écoute libre de tout jugement, où l'on s'interroge sur les préjugés, les stéréotypes, les injustices et les discriminations.

Un mardi sur deux, nous donnons la parole à des étudiantes et des étudiants pour s'exprimer sur ce qu'elles ou ils ont vécu, observé ou perçu. Avec nos intervenantes et nos intervenants, nous parlons de racisme ordinaire, de grossophobie, de sexisme, de parentalité, de genre, de handicap, et de tous ces sujets trop souvent passés sous silence...

Amphi 25 est un podcast de la Mission égalité-diversité de l'Université Claude Bernard Lyon 1.

Ce podcast s'adresse à **tous et à toutes**, que vous soyez cibles ou témoins de remarques, de gestes ou de comportements injustifiés voire discriminatoires, et encore plus si vous estimez que ces questions ne vous concernent pas. Il s'adresse à l'ensemble d'entre nous.

Contactez-nous à l'adresse [podcast.amphi25@univ-lyon1.fr](mailto:podcast.amphi25@univ-lyon1.fr) !

### Episode #9 - Grossophobie : cette discrimination omniprésente mais qu'on ne veut pas voir

La grossophobie, c'est quoi ? C'est tout un ensemble de préjugés, de comportements et de situations dénigrantes ou excluantes à l'encontre des personnes grosses.

Dans cet épisode, on s'interroge sur ce que signifie **être une personne grosse dans une société qui contrôle les corps** et sanctionne ceux qui s'écartent de la "norme".

Pour cela, on rencontre **Céline**, étudiante en Master de psychologie sociale. Elle témoigne de la grossophobie qu'elle vit au quotidien, dans la rue, dans les transports, chez le médecin.

On poursuit la discussion avec **Gabrielle Deydier** et **Marielle Toulze**. Gabrielle Deydier est autrice de l'ouvrage *On ne naît pas grosse* (2017). Elle y raconte son histoire personnelle et dénonce la grossophobie. [Marielle Toulze](#), chercheuse associée à l'Université Jean Monnet-Saint-Etienne, travaille sur le genre, les discriminations dans l'espace public, la santé des personnes obèses et le rapport sensible au corps gros dans notre société.



# Transcription de l'épisode :

*Ce podcast vous est présenté par la Mission égalité-diversité de l'Université Lyon 1.*

*Amphi 25 : parlons discriminations, avec Floriane et Justine.*

**Justine** : Parler de soi, raconter son histoire, c'est pas toujours facile. Voilà pourquoi on a imaginé l'Amphi 25 comme un espace d'échange et d'écoute bienveillant, libre de tout jugement, où chacun et chacune peut parler de ses différences.

**Floriane** : On rappelle pourquoi 25 ? C'est parce qu'à ce jour, la loi française reconnaît 25 critères de discriminations.

**Justine** : Dans cet épisode, on va parler de grossophobie. La grossophobie, qu'est-ce que c'est ? Littéralement ça veut dire la phobie des personnes grosses, mais en fait ça englobe tout un ensemble de comportements et de situations qui dénigrent ou excluent les personnes grosses.

Pour bien comprendre, c'est sans doute mieux de laisser les personnes concernées s'exprimer sur ce sujet.

**Floriane** : J'ai rencontré Céline qui est en reprise d'études. Elle est en Master de psychologie sociale. La grossophobie, elle la vit au quotidien, dans la rue, dans les transports, ou quand elle va chez le médecin. Elle a aussi travaillé là-dessus dans son mémoire de recherche.

**Justine** : L'Amphi 25, il change d'apparence pour correspondre aux attentes de celles et ceux qui s'y rendent. C'est un endroit où on se sent bien.

**Floriane** : Pour Céline, l'Amphi 25 idéal, c'est tout simplement un endroit où on peut apprendre des choses en toute bienveillance. On l'écoute.

## Témoignage de Céline

**Céline** : Mon amphi idéal, c'est un amphi où on apprend des choses, mais on parle en toute bienveillance, où on sait que notre propos, il sera accueilli avec attention et bienveillance. Je trouve que déjà, c'est déjà pas mal.

Alors moi j'ai repris mes études. Je pense que c'est la crise de la quarantaine, mais j'ai repris mes études il y a quelques années, et le but c'était de faire psychologie clinique, avec les représentations qu'on en a. Et j'ai flashé sur la psychologie sociale parce que ça explique bien autour des stéréotypes, des relations interpersonnelles et intergroupes, comment ça fonctionne. Et j'ai trouvé ça juste passionnant.

**Floriane** : Comment toi tu perçois ton propre corps ? Comment tu parles de toi-même ?

**Céline** : Alors, moi, j'ai toujours été en surpoids, j'ai toujours été grosse. Donc comment je perçois mon corps, c'est qu'on m'a bien appris à le détester, donc je le déteste. Mais avec l'âge, j'apprends un peu plus à me respecter, c'est-à-dire que oui, j'ai un corps différent des autres, mais j'ai pas moins le droit au respect que les autres.

Après oui, je suis grosse. Pourquoi je suis grosse ? C'est pour plein de raisons diverses et

variées. Mais j'ai quand même le droit au respect. Même si je me gavais de McDo toute la journée de 9h du mat' à 19h, j'aurais le droit au respect. C'est ce que je commence à apprendre, maintenant que je prends un petit peu de l'âge.

**Floriane** : Et tu peux me parler un petit peu de la trajectoire que t'as pu prendre, ton parcours de vie pour en arriver là aujourd'hui ? Parce que tu m'as dit, ça, c'est venu avec le temps en fait.

**Céline** : Alors en arriver là, j'aime pas trop le concept. Ce qui s'est passé, c'est que déjà petite, je pense que j'étais rondelette. Euh, voilà, moi j'avais une mamie qui était alsacienne, qui faisait très très bien à manger. Et puis là, bam ! A 12 ans, on me fait faire mon premier régime restrictif, très très très restrictif. Et là, c'est le basculement. C'est le début des troubles du comportement alimentaire, manger en cachette...

C'est jamais social, les troubles du comportement alimentaire, hein, c'est-à-dire que devant ta famille, devant tes parents, tu manges pas, ça fait plaisir à tout le monde, et puis, dès qu'ils ont le dos tourné, tu commences à te gaver. Là, c'est le début de la fin, donc là tu prends, tu prends énormément de kilos, donc tu refais un régime.

Et en fait, tout ça, c'est un enchaînement où à chaque fois... Moi je sais pas, ça fait, j'ai 42 ans, ça fait 30 ans que je suis au régime. Euh, j'ai dû perdre 120 kilos dans ma vie et j'en ai repris tout autant. Comment on en arrive là ? C'est un cercle vicieux quoi.

**Floriane** : Et quel mot tu utilises pour parler de toi-même ? Enfin, je crois que tu m'as dit le mot, enfin, est-ce que tu dis que tu es grosse ? Comment tu dis ?

**Céline** : Je suis grosse, c'est un adjectif qualificatif comme brune, rousse, grande. Et c'est marrant, il y a vraiment que quand on utilise pour les humains que c'est mal vu, parce que sinon tu dis une grosse maison, un gros salaire, c'est plutôt positif. Mais quelqu'un qui est gros, c'est vraiment extrêmement négatif. Donc oui, moi j'utilise gros, y'a aucun problème, ça me va beaucoup mieux que obèse.

Obèse, ça a... derrière il y a toute une notion autour de la médicalisation, etc. Donc gros, ça me va très bien. J'aime pas ronde, j'aime pas voluptueuse, j'aime pas potelée, j'aime pas... Je suis grosse, voilà.

**Floriane** : Et je sais pas, quand tu sors, quand tu vas... quand tu viens à l'université ou je sais pas, comment tu as l'impression que les autres, les gens, te perçoivent ? Et déjà, est-ce que t'en as quelque chose à faire de la façon dont les gens te perçoivent ?

**Céline** : Bien entendu que c'est toujours blessant, malgré que je pratique depuis 30 ans, donc je me protège, donc j'essaye de pas voir les gens qui rient, les gens qui se poussent du coude, les gens qui m'insultent parfois. Non, j'essaye de pas... j'essaye de pas focaliser là-dessus. Sinon, les gens, soyez plus discrets. On vous voit quoi !

Tout de suite, quand les gens ils voient ça, ça active des stéréotypes, hein, parce que il y a de nombreux stéréotypes autour des gros. Par exemple, on est très limité intellectuellement, on se gave de bouffe toute la journée, on fait pas de sport... Moi, j'adore les gens qui me disent, mais tu devrais faire du sport. Non mais allô quoi ? J'en fais du sport en fait.

Tu as un côté normal, y'a un côté, je sais pas quoi dire, c'est assez décevant à chaque fois. Les gens, ils te mettent dans une case. Donc moi pour dire les choses, je suis pas allée au McDo depuis au moins des années, je ne sais pas combien d'années. Voilà, je ne me gave pas de McDo et de chips sur mon canapé en regardant Les Marseillais. En plus, on aurait des caractéristiques propres aux gros, c'est-à-dire, on est sans volonté, euh, on est mou, on n'est pas propre des fois.

Non, on est tous différents, on a tous, on a tous... Parce que l'obésité en fait, c'est multifactoriel, on a tous des raisons très différentes d'avoir pris du poids. Par exemple, il y a 30 à 40% des gens qui sont obèses qui ont eu des agressions sexuelles. Euh, ça peut être les hormones, ça peut être... ben on sait que l'obésité elle est plus grande dans les CSP (catégories socio-professionnelles) basses. Il y a énormément de causes de l'obésité, et c'est pas juste on bouffe et on fait pas de sport en fait.

**Floriane** : C'est quoi pour toi vraiment la grossophobie ?

**Céline** : La grossophobie, c'est tout un tas d'attitudes et de comportements envers les personnes qui sont en surpoids et qui sont grosses. Moi, j'ai plein d'exemples de ma vie, mais la dernière que... qui est arrivée... la dernière qui, la dernière chose qui m'est arrivée, c'est où mon médecin m'a dit « Faut vraiment pas que vous attrapiez le COVID parce que on vous soignera pas, parce qu'on n'arrivera pas à vous déplacer. »

Euh donc.... je sais pas si en plus, je sais pas si tu peux imaginer ce que ça fait. Moi je suis maman, je me suis dit, mon Dieu ils prendront pas soin de moi. Enfin, tu vois, c'est... ça a été vraiment très très compliqué. Euh, bon bah, j'ai changé de médecin depuis. Ça, ça m'a vraiment choquée en fait, parce que je me suis dit, voilà en fait ce qu'on me dit, c'est que je vais être malade, on va pas s'occuper de moi et c'est bien de ma faute quoi.

Il y a une image que j'aime bien, c'est une nana donc qui est grosse, elle a une poutre au milieu du ventre qui la traverse et elle dit, docteur, j'ai été empalée ! Et le docteur, il la regarde pas, il regarde par terre et il lui dit, oui bah si vous perdiez du poids, ça irait mieux. Et c'est exactement ça en fait. Quand tu vas chez le médecin, euh, avec une otite... Tu peux avoir une otite, une conjonctivite, un ongle incarné, on va dire bah faudrait perdre du poids avant. Je savais pas que l'otite c'était relié au poids en fait. Donc voilà.

**Floriane** : Est-ce que au niveau des aménagements, enfin je sais pas, des transports publics, de l'espace public, est-ce que ça peut te poser des soucis en fait ?

**Céline** : Mais bien sûr. Moi, par exemple, je sais que je ne fais pas de manèges par exemple, parce que je sais pas si je vais pouvoir fermer la barre et je ne veux pas m'exposer à des humiliations publiques. Par exemple, quand je vais chez le médecin, je regarde la chaise comment elle est, parce que voilà, si c'est une chaise un peu trop en plastique, je vais pas m'asseoir parce que je sais que il y a un risque... Ce genre de choses en fait où, nous, ça nous prend tout, c'est extrêmement, ça nous prend énormément de place dans notre réflexion quotidienne.

Alors, ce que je suis en train de dire, c'est pas qu'il faut revoir toutes les infrastructures, hein.

C'est hors de question, évidemment, hein, parce que là les gens qui écoutent ça, ils vont se dire, ah ben elle a qu'à perdre du poids, elle pourrait s'asseoir sur la chaise. Le but du jeu, c'est pas de revoir toutes les infrastructures, mais c'est juste de parler de ce qu'on vit au quotidien, qui est quand même pas... pas facile quoi. Oui, j'évite de m'asseoir dans les bus parce que je sais que je prends trop de place sur l'autre place. Enfin oui, c'est une réflexion du quotidien.

**Floriane** : Tu penses qu'il faut une formation, pas seulement pour les médecins, mais vraiment une sensibilisation pour que les gens stoppent ces comportements grossophobes ?

**Céline** : Il suffit juste de regarder les dessins animés ou les séries, n'importe. Tu prends n'importe quelle série, les personnages qui sont gros, ils sont soit débiles, soit limités, enfin, limités intellectuellement, soit méchants, soit le combo : ils sont méchants et limités intellectuellement. Donc depuis petit, on nous assène que les gros, ils sont quand même pas fute-fute et pas très, enfin, voilà. Dans les séries, là je regardais une série, c'est *How I met your mother*, et là c'est pareil, c'est sans arrêt les gros, c'est pas possible, les gros... Enfin voilà, c'est un trait humoristique facile de taper sur les gros.

Donc voilà. Si tu vois pas ça partout, tu reproduis en fait, enfin voilà, c'est aussi simple que ça. Là, on arrive à l'été, si tu veux pas être une baleine, va à la salle. Enfin, les gens ils reproduisent ce qu'ils voient. C'est assez naturellement. Enfin, après les gars, faut réfléchir un petit peu. Mais bon, ça, ça demande un effort, voilà.

**Floriane** : Ou un effort pour mieux représenter aussi ?

**Céline** : De toute façon, il y a pas beaucoup de représentations de corps gros dans les médias hein. On avait il y a quelques années, ah, comment elle s'appelait ? Valérie Damidot qui faisait sur M6. Bon bah elle était tellement drôle aussi. Elle était sympa et drôle. Parce que faut le savoir, les gros, ils sont drôles !

Bon, moi je suis beaucoup, par exemple, Gaëlle Prudencio, parce que elle est... c'est une fashion... Elle est fashion quoi, elle est à la mode, elle a fait une collection de vêtements. Je me rappelle particulièrement d'une vidéo où elle marchait dans la rue, et elle avait une combinaison jaune fluo, elle était magnifique.

Et que du coup, quand j'ai voulu passer des entretiens, je voulais absolument une combinaison jaune pour aller passer les entretiens, parce que je trouvais que c'était chouette quoi. Enfin voilà, ouais, il y a pas beaucoup de gens en fait dans les médias à qui on peut s'identifier. Je sais pas si c'est le mot, mais il n'y a pas beaucoup de gens où tu peux te reconnaître en fait, qui vivent à peu près les mêmes choses que toi, quoi.

**Floriane** : Tu m'avais dit que tu n'avais pas subi de grossophobie à l'université, mais que la grossophobie avait une place dans ton parcours universitaire. Pourquoi et comment ?

**Céline** : Euh, parce que en M1, j'ai choisi de faire un mémoire sur la grossophobie. C'était hyper intéressant parce que la personne avait, enfin ma tutrice universitaire, est un peu spécialisée là-dedans, dans les discriminations, notamment les discriminations genrées. Et du coup, la grossophobie, c'est tout à fait ça, c'est que c'est... On est beaucoup plus grossophobe avec les

femmes qu'avec les hommes. Faut savoir que le mot grossophobie est entré dans le dictionnaire que en 2019 et qu'avant, tant que ce mot n'existait pas, on disait que ça existait pas. Pourtant, on sait que les hommes gros sont 3 fois plus discriminés dans le travail. Les femmes, c'est 8 fois. Cette discrimination, elle est réelle, elle existe et on n'en parle pas beaucoup.

Et moi, ce qui ressortait beaucoup dans mon mémoire, c'est que c'était une discrimination qui était très acceptable, très acceptée, et que même elle se légitimait. Parce que bon, si on les fait bien chier, ils vont perdre du poids. Donc euh, donc en fait non, les gars. Ça fait l'inverse. C'est reconnu maintenant. Au plus vous foutez la pression à des gros, au plus ils vont grossir. Donc vivez, vivez avec ça.

**Floriane** : Et c'est quoi le message que tu veux faire passer là avec ton témoignage ?

**Céline** : Le message que je veux faire passer, c'est que la grossophobie, ça existe. Ça fait, ça rend les gens encore plus gros. Ça rend les gens, euh, ça tue leur estime d'eux. Ça renforce les comportements, les troubles du comportement alimentaire. Ça fait devenir les gens plus gros. Il faut savoir que les gros, généralement, ils ont du mal à se soigner, justement parce que ils sont plutôt mal reçus et que du coup, ils se soignent plus, et que du coup les gros ils deviennent vraiment en mauvaise santé quoi.

La grossophobie, ça fait pas du bien en fait. La grossophobie, non c'est pas pour ton bien. Ça... ça fonctionne pas, et puis réfléchissez, enfin, une réflexion autour de : à quel moment j'ai le droit de juger quelqu'un parce qu'il est gros ? Non, enfin, on est en 2021 les gars maintenant. On discrimine pas les gens pour leur orientation sexuelle, on discrimine pas les gens pour leur ethnie d'origine, on discrimine pas les gens pour, parce qu'ils sont trans, etc. Et on discrimine pas les gens parce qu'ils sont gros. Voilà. 2021 les gars !

## Transition

**Justine** : Alors Floriane, raconte-moi, comment ça s'est passé ?

**Floriane** : Céline elle m'a dit « La grossophobie, c'est la dernière discrimination qui est encore acceptable », c'est-à-dire encore tolérée, justifiée dans notre société. On discrimine les personnes grosses soi-disant pour les encourager à perdre du poids, parce que ce serait pour leur bien. On sentait que Céline était vraiment en colère par rapport à ça, parce que c'est vraiment injuste.

**Justine** : Je pense qu'on oublie trop facilement que ça peut faire du mal. C'est pour ça aussi que c'est important de s'informer sur la grossophobie et d'écouter le vécu des personnes qui la subissent.

**Floriane** : On parlait d'apprendre des choses dans la bienveillance tout au début de l'épisode. C'est la vision de l'Amphi 25 idéal de Céline. C'est ce qu'on va faire en discutant avec Marielle Toulze et Gabrielle Deydier.

**Justine** : Marielle Toulze est chercheuse associée à l'Université Jean Monnet-Saint-Etienne. Ses recherches portent sur le genre, les discriminations dans l'espace public, la santé des personnes

obèses et le rapport sensible au corps gros dans notre société contemporaine.

**Floriane** : Gabrielle Deydier est autrice de l'ouvrage *On ne naît pas grosse* dans lequel elle raconte son histoire personnelle et dénonce la grossophobie. Elle est également coréalisatrice du documentaire "On achève bien les gros" sur Arte.

**Justine** : Pour commencer, on leur a demandé c'est quoi exactement le problème avec le fait d'être gros ou grosse ?

## Echange avec Gabrielle Deydier et Marielle Toulze

**Marielle Toulze** : Gros, on sait pas ce que ça veut dire. J'ai presque envie de commencer par une provocation, c'est que, qui peut dire qui est gros et à partir de quoi et de quelle norme. Donc les normes de minceur, comme les normes de grosseur, on le sait bien, sont différentes selon des cultures, des éducations et des sociétés. Donc déjà, c'est un critère subjectif. Ce qui rajoute peut-être à la violence aussi de traiter quelqu'un de gros. C'est-à-dire qu'on le fait à partir de sa propre subjectivité.

Mais traiter quelqu'un de gros, ça a des conséquences graves dans notre société et il faut pas oublier que c'est rattaché au premier critère de discrimination. Les discriminations, je suis désolée, je vous fais la petite définition, c'est toute distinction opérée entre les personnes physiques en raison de leur origine, de leur sexe, de leur situation de famille, de leur apparence physique. Et donc être gros ou être traité de gros, plus exactement, c'est être rattaché à la première discrimination, en tout il y en a vingt, c'est celle de l'apparence physique.

Malheureusement, peut-être qu'on y viendra un peu plus tard, mais on n'a encore jamais vu personne en France qui a reçu une amende, qui a été pénalisé pour grossophobie. Donc on voit bien que c'est une discrimination d'ores et déjà qu'on peut dire difficile à identifier et difficile à faire condamner.

**Gabrielle Deydier** : Bah le problème avec le fait d'être gros ou grosse, c'est le fait d'être systématiquement discriminé et rejeté, et ce dans toutes les sphères de la vie. Le premier lieu de grossophobie, c'est la maison, en fait. C'est avec des parents qui vous disent que vous êtes trop gros, que vous pourrez rien faire, qui ont honte d'avoir un enfant gros. Enfin ça, c'est une réalité.

Il y a aussi la sphère scolaire. Il y a aussi, en fait, le quotidien de tous les jours. Être gros, c'est ne pas aller au cinéma parce qu'on rentre pas dans les sièges. C'est ne pas aller au théâtre. Toutes les questions qu'on s'est posées avec le confinement par exemple, et les gens qui languissaient que tous les lieux de culture et de loisirs réouvrent, enfin les gros eux, ça change rien à leur vie en fait. Qu'il y ait le confinement ou pas, moi ça va rien changer à ma vie, j'irai toujours pas au théâtre.

Donc c'est ça, mais c'est aussi un problème d'accès aux soins. On a une seule ambulance par département qui s'appelle ambulance bariatrique, c'est pour les personnes vraiment grosses. Mais on n'en a qu'une seule par département. Donc vous avez deux gros qui ont un accident en même

temps, faut faire un choix. C'est ne pas avoir de fauteuil roulant à l'hôpital. C'est ne pas avoir de table d'opération qui supporte plus de 150 kilos.

Mais je voudrais rajouter quelque chose par rapport à ce que vient de dire Marielle sur qu'est-ce que être gros et qu'est-ce que le... enfin, et comment on le définit ? Et en fait c'est vraiment quelque chose de très intéressant ce qu'elle soulève. Que être gros médicalement, c'est pas la même chose qu'être gros socialement. Médicalement en fait, on a des mesures, alors des mesures qui, donc l'IMC, qui est l'indice de masse corporelle. Alors je précise quand même que c'est une mesure qui fait de plus en plus débat, parce que concrètement en fait on peut avoir deux personnes avec un IMC égal et deux personnes qui ont une corpulence différente, un taux de graisse différent, qui ont un état de santé différent tout simplement.

Et donc médicalement, on a quand même une mesure, on a quelque chose de scientifique, même si on peut en débattre. En revanche, socialement, être gros, enfin, à partir du 40, vous êtes considérée comme grosse quand vous êtes une femme. En fait être gros socialement, c'est ne pas être mince, alors que être gros médicalement, il y a quand même des critères objectifs, même s'ils sont discutables.

**Floriane** : Mais si moi, par exemple, en tant que personne extérieure, je vous dis vous êtes grosse ou tu es grosse, est-ce que ça passe ou est-ce que c'est une insulte ?

**Gabrielle** : Ben non, c'est pas une insulte. En fait l'insulte, c'est le ton que vous y mettez et ce que vous dites après grosse. Si vous me dites que je suis grosse, je suis grosse, c'est factuel, c'est... et il faut pas avoir peur d'employer le mot. Mais je sais qu'il y a encore plein de gens qui ont peur de l'employer parce que ça a tellement été l'objet de moqueries, de méchanceté.

Enfin, moi, pendant longtemps quand on me disait que j'étais grosse, ça me faisait pleurer. Sauf qu'en fait il y a un moment, bah oui non, enfin je suis grosse en fait. Enfin, c'est comme ça. Je trouve que gros il est plus universel et il est plus englobant. Euh quand je dis gros, j'englobe ceux qui sont en surpoids, j'englobe toutes les personnes en fait qui ne sont pas considérées comme minces.

**Floriane** : Je voulais reprendre, enfin, je reprends le titre de votre livre, Gabrielle : si on ne naît pas grosse, comment on le devient ?

**Gabrielle** : Bah en fait, tout ça, oui, c'est l'histoire d'une construction. En fait, chez une personne obèse, il y a 80% de chance qu'il y ait quelque chose de familial, de terrain familial. Mais la génétique, elle suffit pas en fait à devenir obèse. Alors oui, il y a des familles de gens qui sont gros, mais il y a des tas de choses en fait qui peuvent conduire à l'obésité.

Euh, il peut y avoir tout simplement un premier régime qui, enfin voilà, on a 5 kilos de trop et on décide de faire un régime et ce régime-là, comme 95% des régimes en fait, il sera un échec. Donc vous commencez par un premier régime pour perdre 5 kilos. Quelques mois plus tard, vous en avez pris 10 et donc vous décidez de refaire un régime parce que vous avez pris ces 10 kilos. Et là il y a une sorte de cercle. Soit vous vous arrêtez, soit vous continuez. En général, vous continuez. Il y a une sorte de cercle infernal.



Et ces régimes-là, dans 60% des cas, ils vont entraîner des troubles du comportement alimentaire. Donc en fait il y a plein de façons d'être gros. Il y a un premier régime parce qu'on estimait qu'on avait une taille de trop. Il y a le fait d'être pauvre aussi. La pauvreté c'est un marqueur social. On sait que le taux d'obésité dans la société c'est 17%. Mais quand on regarde au niveau des revenus on passe à 33% chez les gens au RSA, à 26% chez les gens qui sont au SMIC, alors qu'on est à 7% chez les gens qui gagnent plus de 4000€ par mois. Donc en fait être pauvre, c'est aussi un facteur d'obésité.

Après, il y a des tas de traitements. Par exemple une adolescente qui prend la pilule, elle peut prendre 10-15 kilos avec la pilule et ça peut engendrer des tas de troubles. Il y a aussi des maladies qui sont pas, qui sont pour très peu diagnostiquées. Enfin moi, je sais que j'ai un syndrome d'ovaires polykystiques. On estime qu'il y a entre 10 et 15% des femmes qui ont un syndrome d'ovaires polykystiques, mais c'est très peu diagnostiqué. Et en fait pendant longtemps, on reste dans des non-diagnostic. On a des troubles hormonaux, on a des... Donc on nous soigne pour ces troubles hormonaux, mais on nous soigne pas forcément pour la bonne chose.

Après, il y a aussi des tas de pathologies, enfin, des traitements médicamenteux divers et variés. On sait, enfin aujourd'hui on sait qu'il y a 200 facteurs objectifs qui peuvent entraîner l'obésité, les perturbateurs endocriniens en font partie. C'est pour ça que réduire le fait de devenir gros à une simple histoire de mécanique, trop manger, pas assez bouger... évidemment que ça joue, enfin la sédentarité, ça joue. Trop manger, mal manger, ça joue. Mais ça, c'est vraiment le sommet de l'iceberg.

**Justine** : D'ailleurs, est-ce que vous pouvez nous expliquer ce que c'est la grossophobie ?

**Gabrielle** : Moi je définis la grossophobie comme une sorte de monstre à plusieurs têtes. C'est le fait de discriminer une personne en fonction de son poids et en particulier, enfin et ici, de son surpoids. Donc en fait, c'est une discrimination qui se joue à plusieurs niveaux. C'est une discrimination du quotidien. C'est une discrimination à l'emploi. C'est une discrimination dans le milieu médical. Il y a plusieurs formes de grossophobie.

**Justine** : Est-ce que vous auriez des exemples de comportements grossophobes ?

**Marielle** : Plein.

**Gabrielle** : Trop. Euh, des exemples de comportements grossophobes, il y en a des tas. Enfin, je peux... Alors après il y a les comportements grossophobes, il y a le grossophobe qui est conscient de sa grossophobie et qui est conscient de sa méchanceté et qui est conscient de ce qu'il est en train de faire. Et après il y a des impensés grossophobes. Le fait de ne pas penser le gros dans l'espace public, je pense pas que ce soit quelque chose de proactif de se dire, hey, on va faire en sorte qu'il y ait jamais de gros dans l'espace public et donc on va rien faire pour qu'il puisse être là. Je pense que ça, c'est de l'ordre de l'impensé.

En revanche, quand vous allez chez un médecin et ce médecin n'a toujours pas de brassard pour prendre la tension, alors que une rallonge de brassard ça coûte 30€, on est chez un médecin qui

clairement n'a pas envie de voir de gros dans son cabinet, et il leur fait comprendre. En fait, c'est partout la grossophobie.

Et tout à l'heure, Marielle nous disait que, en France, il n'y a pas eu de plaintes jusqu'à présent pour grossophobie. Et justement, ça fait partie des problèmes, c'est que le gros a tellement intégré le fait que être discriminé quand on est gros, être rejeté, être humilié quand on est gros, c'est normal, et donc bah il ne se plaint pas en fait, quand il est victime de ces injustices-là. Donc la grossophobie, c'est quelque chose qui est vraiment partout, plus ou moins palpable. On est que au début en fait de la dénonciation de ce qu'est la grossophobie.

**Justine** : Et justement, on dit que parfois la grossophobie, c'est une fausse discrimination. Pour vous, en quoi la grossophobie est une discrimination ?

**Gabrielle** : La fausse discrimination, elle serait du fait que dans l'inconscient collectif, mon état est réversible et que par conséquent, bah si je veux pas être discriminée, j'ai qu'à pas être grosse. Ça, mes parents, ils me l'ont déjà dit en fait. Enfin moi très très tôt, ouais, quand je trouvais pas de job, quand j'étais ado, de job de serveuse ou quand... enfin mes parents, ils me disaient ben oui, mais tu le sais en fait, pourquoi : t'es trop grosse.

Et quand j'étais au lycée ou dans mes premières années de fac et que j'allais au conseil d'orientation, enfin le centre d'orientation de la fac, le SCUIO, et que je disais que je voulais être reporter de guerre ou travailler dans la publicité, au SCUIO on me disait que mon poids ne me le permettrait pas. Donc, si on est capable de me dire que je ne vais pas être embauchée dans certains types de job, c'est qu'on admet que on refuse les personnes grosse à certains types de job en fait.

**Marielle** : L'étude qu'a menée Johanna Dagorn et Arnaud Alessandrin sur les violences faites aux femmes dans l'espace public à Bordeaux, montre par exemple que, en fait plus vous êtes jeune, plus vous avez des chances de vous faire agresser dans la rue, mais que lorsque vous êtes une femme grosse, tout d'un coup, vous sortez de tous les critères d'âge, voilà, et vous êtes 60% plus agressée dans la rue.

Et quand vous allez dans des espaces de rencontres ou de drague comme les boîtes de nuit, les bars etc., ces insultes, ces coups que vous pouvez prendre, parce que j'ai plein de témoignages de personnes qui me disent, mais quand je vais en boîte de nuit, je me prends des coups de coude, des coups de pied. On me dit la grosse, qu'est-ce que tu fais au milieu de la pièce ou tu crois que tu vas être baisable. Enfin voilà, c'est on vous rappelle en permanence que vous êtes censée être un corps non désirable, voilà. Donc vous êtes renvoyée tout le temps... et ça autant d'ailleurs par des garçons que par des filles.

Et alors, dans le domaine de la santé, la difficulté, enfin, une des préoccupations importantes, c'est que euh, je reviens sur cette idée que justement la notion de gros est tellement... prend tellement toute la place qu'elle devient le symptôme en entier. On a... alors Gras Politique régulièrement, justement, épingle des témoignages comme ça. Vous allez voir votre médecin pour un panaris, il commence par vous demander quel poids vous faites. Là-dessus, mais pléthore de témoignages de femmes.

J'avais une femme qui me racontait : pour ma péridurale pour mon bébé, elle s'y est reprise à six fois pour planter l'aiguille péridurale. Donc vous imaginez la souffrance de cette personne. Et elle s'est faite engueuler parce que l'anesthésiste lui a répondu, a fini par s'énerver : elle n'a qu'à pas être grosse.

Donc si, c'est une vraie discrimination. Le taux de suicide chez les adolescents en milieu scolaire, chez les personnes grosses, comme d'ailleurs chez les personnes trans etc., donc en milieu scolaire... Comme c'est un problème qui est absolument pas pris aujourd'hui en charge par l'éducation nationale qui est carrément aveugle, dans une cécité totale, avec ces questions-là.

Le sport à l'école, il n'y a pas plus discriminant. Combien de jeunes hommes et de jeunes filles se sont fait entendre t'as qu'à lever ton c... et monter la corde. Je suis désolée, mais vous voyez c'est peut-être violent de l'entendre ici dans le cadre d'une émission.

Mais imaginez ce que ça fait quand c'est devant 30 gamins et que ça c'est une norme et qu'on dit, qu'on continue à dire tous les ans à l'école. Et qu'il y a toujours pas de formation des profs de sport, et de l'activité physique, à ces questions-là. Mais il y en a pas non plus du côté des profs de SVT et ni de la CPE, ni de l'infirmière etc. Donc on voit bien que les discriminations, à commencer par l'école, elles sont pas traitées.

Pour aller un peu plus loin là-dessus, sur une approche systémique, j'ai envie de dire à un moment donné, il faut réaliser. Moi c'est vrai que j'ai tendance à nuancer, parce que ce rapport Obépi qui est fait chaque année, qu'est-ce qu'il stigmatise ? Il stigmatise les personnes pauvres de notre société. Alors c'est les plus pauvres, sans éducation et en situation précaire, et essentiellement pour le coup des femmes qui sont effectivement concernées par la question du poids, du surpoids et de l'obésité, quand un médecin a déclaré et a diagnostiqué une obésité.

Voilà parce que nous, dans la rue, on sait pas si la personne est obèse. On n'est pas son médecin, on connaît pas son IMC, on ne connaît pas son poids et ça ne nous regarde pas. C'est en ça que je dis, oui, pour moi, ça, ça relève d'un choix pathologique.

Vous pathologisez une personne, vous décidez qu'elle est malade, et ça, mais comme vous déciderez qu'une personne trop maigre serait anorexique. Alors pour moi, si ça relève d'une insulte, on n'a pas à dire à quelqu'un dans l'espace social, s'il est malade, voilà si elle est concernée par une maladie. C'est quelque chose de l'ordre du privé et de l'intimité.

Mais ce que... pour revenir à ce que j'essaie d'expliquer, c'est que malgré tout, même si effectivement ces personnes pauvres sont plus concernées, c'est vrai. Mais le problème c'est qu'en disant ça, on stigmatise, et surtout en attendant, on n'est pas concernés, les autres, les minces. C'est que, n'est concerné... voilà.

Et alors on va leur faire des messages hyper simples puisque c'est les gens qui auraient pas fait d'éducation. Alors on leur met même plus un sujet, un verbe et un complément de phrase, hein. C'est : manger moins, boire plus, bouger. Voyez ? On est que dans des ordres, des assignations. Allez, allez bouger, allez boire.

Moi, j'ai... Moi c'est vrai que j'ai beaucoup travaillé sur les parcours bariatriques, c'est-à-dire des personnes qui décident au contraire de faire des opérations. Et souvent, elles le font, c'est l'opération de la dernière chance. C'est-à-dire elles sont en réelle souffrance. Ils vont pas, c'est absolument pas une question de facilité. Et là le nombre de fois, où on me rapporte, la nutritionniste, la première chose qu'elle leur demande, c'est de perdre du poids. Vous voulez vous faire opérer parce que vous arrivez pas à maigrir ? Ben commencez par maigrir pour pouvoir vous faire opérer parce que vous arrivez pas à maigrir !

Alors qu'est-ce qu'il y a de commun ? Parce qu'en attendant, l'obésité et le surpoids augmentent aussi dans les populations, les CSP (catégories socio-professionnelles) les plus importantes. Donc moi dans l'étude que j'ai menée, ce qui m'intéresse c'est de dire alors qu'est-ce qu'elles ont en commun là ? La cadre infirmière ou de santé, enfin, ou de l'université, justement, et puis soi-disant, pour donner un stéréotype de genre, le caissier ou la caissière.

Voilà, qu'est-ce qu'ils auraient de commun ? Eh bien, ce qu'ils ont de commun, c'est des parcours de vie. Ce qu'ils ont de commun, c'est qu'ils ont pas le temps de manger le midi. Voilà, quand vous êtes une femme, et c'est vrai que c'est les assignations, c'est-à-dire les pressions sociales sur les femmes sont quand même très importantes dans notre société. Résultat, elles sont 90% à demander à se faire opérer, bien plus que les hommes.

Voilà, mais quand vous êtes une femme, vous avez la double journée, et qu'à 18h il faut récupérer les gamins, etc., eh bien entre midi et deux, vous mangez pas. Mais dans le monde de la grande distribution, si vous travaillez 6h d'affilée, vous avez droit à 5 minutes de pause, donc vous avez 5 minutes pour manger. Vous savez comment on fait dans le monde agricole pour faire grossir des animaux ? On les nourrit une fois par jour et sur un quart d'heure. Voilà et la prise de poids, on le sait, c'est le meilleur moyen de hyper stocker.

**Floriane** : Alors, quelles sont les conséquences de la grossophobie sur les personnes grosses ?

**Gabrielle** : Alors les conséquences de la grossophobie sur les personnes grosses, c'est l'aggravation de leurs troubles anxieux, c'est... La grossophobie, fait grossir. La grossophobie fait mourir. Le taux de suicide est élevé : les personnes obèses se suicident 2 fois plus que les personnes qui ne sont pas obèses, et les personnes opérées, donc d'une chirurgie bariatrique, se suicident 4 fois plus.

Donc on est vraiment sur... Les conséquences, c'est une forme de solitude. Les conséquences de la grossophobie, c'est ne pas avoir de vie sociale, c'est ne pas sortir de chez soi parce que rien est adapté. Les conséquence de la grossophobie, c'est ne pas avoir d'emploi ou alors avoir vraiment des emplois très précaires.

Les conséquences de la grossophobie, elles se font aussi sur la vie intime. C'est tomber amoureux d'une femme grosse et ne pas assumer. Et alors, évidemment, enfin là je fais un portrait qui a l'air un peu triste, mais évidemment que il y a des gros qui sont en couple et qui sont heureux. Il y a des gros qui sont en couple, qui ont des enfants. Il y a des gros qui travaillent, il y a des gros... Evidemment, tout ça, ça existe. Mais les conséquences de la grossophobie, c'est en fait, l'aggravation de la mésestime de la personne grosse en fait.

**Justine** : Et quelles conséquences sur la perception de son propre corps ?

**Marielle** : C'est quelque chose qui m'avait, qui me marque et qui m'a beaucoup marquée lors d'échanges, comme ça, de conférences. J'étais avec, donc la présidente d'une association, j'étais en train de travailler sur une recherche avec mon collègue Arnaud Alessandrin, sur les figures du dégoût. Et j'ai échangé avec elle là-dessus. Et la présidente de cette association pour personnes grosses et obèses, voilà, me dit, mais bien entendu que ça dégoûte. Mais bien sûr que le corps gros dégoûte. Et c'était une personne donc très grosse. Elle était présidente d'une asso et elle tenait ce discours de me dire à quel point elle se savait dégoûtante et elle savait à quel point tous les corps gros étaient des corps de dégoût.

Et j'ai été très, très frappée de ce témoignage, de me dire que l'intériorisation de ce corps non désiré, non désirable, de ce dégoût pour aller plus loin quand même, c'est un mot fort il me semble, la notion de dégoût, était tellement, ça faisait tellement partie de sa vie qu'elle en était à l'intérioriser et à le revendiquer. C'est catastrophique pour toutes les personnes qu'il y avait dans son association avec elle, cette façon de condamner par avance...

**Floriane** : Est-ce que vous pensez que ce sera, ce serait possible un jour d'éliminer la grossophobie dans notre société ?

**Gabrielle** : Non. Enfin je pense que, enfin, évidemment que dans un monde parfait, évidemment qu'il faut tendre, il faut tendre vers du mieux. Mais non, enfin ça... Et non seulement je dis non, mais en plus je pense qu'on n'en prend pas du tout le chemin. Par contre, je pense qu'on va en parler plus, je pense que on va finir par punir. Je pense qu'on va, donc on va finir par avoir des procès, je pense qu'on va finir par avoir des choses, enfin, ce genre de choses.

Et c'est tant mieux. Je pense qu'il faut vraiment inciter les gens à dénoncer, à appeler le Défenseur des droits, euh à se plaindre, y compris auprès des syndicats, se plaindre partout. Mais la grossophobie, non, on va pas l'effacer. Hélas, non.

**Marielle** : Comment on peut se montrer plus bienveillants ? Eh bien si vous avez des amis qui sont grosses, eh bien la prochaine fois que vous allez en terrasse de café, vous choisirez votre café en prenant en compte par exemple les chaises où elles ou ils pourront s'asseoir. Voyez, c'est tout bête, mais je pense que, en fait, comme toute discrimination, on connaît pas de discrimination qui disparaisse. Voilà, la peur de l'autre, de tout ce qui est différent, ça évolue, ça change, ça se.. c'est mobile. Mais si vous voulez, c'est quasiment une espèce de truc inné. Et puis une représentation en chasse une autre.

Les représentations, c'est comme ça. Dans notre monde médiatique et d'images, autant vous dire qu'on n'est pas près d'y échapper. Par contre, on peut imaginer qu'effectivement demain, on va avoir quand même des médecins mieux formés. Ce que je vois, moi, dans le cadre de mes recherches, c'est que je suis hyper sollicitée aujourd'hui par des professionnels de santé qui viennent me chercher sur ces questions-là. Donc, il y a tout un travail de pédagogie à développer autour de ça.

On le voit également dans l'éducation. On voit bien que là encore, il y a eu des assises d'éduca-

tion nationale et qui ont pris également en compte la question de la grossophobie. Donc on voit bien que un peu partout on va dire qu'il y a des lignes qui sont en train de bouger là-dessus. Que effectivement d'un point de vue du marketing, ce qu'on appelle le marketing, les sortes de greenwashing du poids...

**Gabrielle** : Fatwashing ?

**Marielle** : Du fatwashing, merci, du poids, cherche un petit peu aussi à donner d'autres représentations, ultra photoshopées, on est bien d'accord, mais tend à donner des nouvelles représentations. Tout ce qui peut faire bouger les lignes, je suis pour. De dire que demain... ça va pas disparaître, mais par contre, nous, à notre échelle individuelle, puisque le... peut-être qu'on peut aussi finir là-dessus, c'est notre bienveillance. C'est notre écoute. C'est plutôt que... ce début d'interview, commencer est-ce que je peux vous dire ça, bah c'est de pas le dire. C'est de peut-être attendre que l'autre vous le dise et que vous puissiez l'écouter sur ces questions-là, voilà.

C'est qu'il puisse y avoir de la place dans notre société pour le dire. C'est également pouvoir dire, moi je peux pas manger dans cet endroit-là quoi, j'ai besoin de changer, etc. C'est toutes ces choses qu'une personne grosse ne vous dira jamais et qui pourtant posent problème.

**Gabrielle** : D'ailleurs, en fait, je pense qu'on peut vraiment dire que la question de la grossophobie, elle rejoint la question du validisme en général.

**Marielle** : C'est ça.

**Gabrielle** : Et je me souviens que j'avais rencontré le Défenseur des droits à Paris. Et le Défenseur des droits, du coup disait, oui mais le problème, c'est que c'est quelque chose de très récent, la grossophobie. Donc en fait, on n'a rien et donc il faut que vous luttiez plus et que il y ait plus de personnes qui mettent en place des actions. Et là j'ai dit au Défenseur des droits, mais excusez-moi, mais si en fait toutes les normes pour les personnes handicapées étaient respectées, en fait si on appliquait la loi pour les personnes à mobilité réduite, de fait, elle profiterait aux personnes grosses.

Elle profiterait à d'autres personnes, elle profiterait aux femmes qui ont des poussettes et aux hommes aussi qui ont des poussettes, pardon. Mais enfin, elle profiterait à tout le monde en fait. Donc si on commençait en fait par appliquer la loi sur le handicap, peut-être que toutes ces questions-là on se les poserait pas là.

## Conclusion

**Justine** : Du point de vue légal, les comportements et actes grossophobes entrent dans le champ des discriminations liées à l'apparence physique. Mais dans l'esprit collectif, ça reste difficile d'admettre que la grossophobie est une discrimination, parce qu'elle paraît moins légitime, moins grave, et qu'on pense que c'est une situation qui est choisie et non pas subie.

**Floriane** : Moi je dirais qu'il faut commencer par écouter le récit et le ressenti des personnes victimes de grossophobie : c'est une souffrance similaire qu'on entend pour les situations liées au

handicap, au sexisme ou encore à la transphobie, que l'on a abordées dans les épisodes précédents. S'il y avait besoin d'une preuve que la grossophobie est une vraie discrimination, je pense qu'elle est là.

**Floriane** : Si vous vous estimez victime de discriminations et que vous avez besoin d'aide, souvenez-vous que vous n'êtes pas seul-e et que des ressources sont à votre disposition pour faire face sur le plan psychologique mais aussi juridique.

**Justine** : Si vous étudiez à l'Université Lyon 1, vous pouvez saisir le dispositif d'écoute et d'accompagnement des témoins et victimes de violences, harcèlements et discriminations en vous rendant sur le site [signalement.univ-lyon1.fr](http://signalement.univ-lyon1.fr)

**Floriane** : En-dehors de Lyon 1, vous pouvez solliciter des associations d'aide aux victimes de discriminations et des associations qui militent contre la grossophobie, telle que Gras Politique.

**Justine** : On vous invite aussi à suivre sur les réseaux Gaelle Prudencio, Stephanie Zwicky, Barbara Butch, Corps Cool, Fat Friendly.

**Floriane** : Et pour faire valoir vos droits en cas de discriminations liées à l'apparence physique, vous pouvez saisir le Défenseur des droits.

**Justine** : Mais assez parlé. C'est à vous maintenant de prendre la parole.

**Floriane** : Vous étudiez à l'Université Lyon 1 et vous souhaitez, à votre tour, partager votre histoire en témoignant dans ce podcast ?

**Justine** : Ou, vous avez des commentaires, des remarques ou des questions, et vous aimeriez nous en faire part ?

**Floriane** : Ecrivez-nous à l'adresse [podcast.amphi25@univ-lyon1.fr](mailto:podcast.amphi25@univ-lyon1.fr)

**Justine** : On a hâte de vous lire. On a hâte de vous écouter.

**Floriane** : Et de vous accueillir à nouveau dans l'Amphi 25 pour continuer à échanger, réfléchir et s'interroger sur les discriminations.

**Justine** : Merci à Justine d'avoir partagé son témoignage.

**Floriane** : Merci à nos deux invité-es, Anne Kahlhoven et Elsa Boulet de nous avoir éclairé sur les questions de solidarité féminine, de grossesse et de maternité.

**Justine** : Retrouvez Amphi 25 sur vos plateformes de podcasts préférées.

**Floriane** : Abonnez-vous.

**Justine** : Et rendez-vous dans quinze jours pour le prochain épisode.