

Soirmagazine

Animé par Naïma Yachir
Numéro 233
soirmagazine@yahoo.fr

ECLAIRAGE

Quel régime
alimentaire
après un mois
de jeûne ?En dehors du
domaine spirituel,
quel bilan
nutritionnel pour
chacun de nous
après le mois de
Ramadhan ?

VOYAGE CULINAIRE

Batata bel
kemoun, le plat
de l'après-
RamadhanDans le numéro de
cette première semaine
après le mois sacré de
Ramadhan, nous allons
partager ensemble un
plat très simple qui
nous vient du centre
de l'Algérois, très
répandu dans
les foyers pendant
les jours qui suivent
le jeûne.

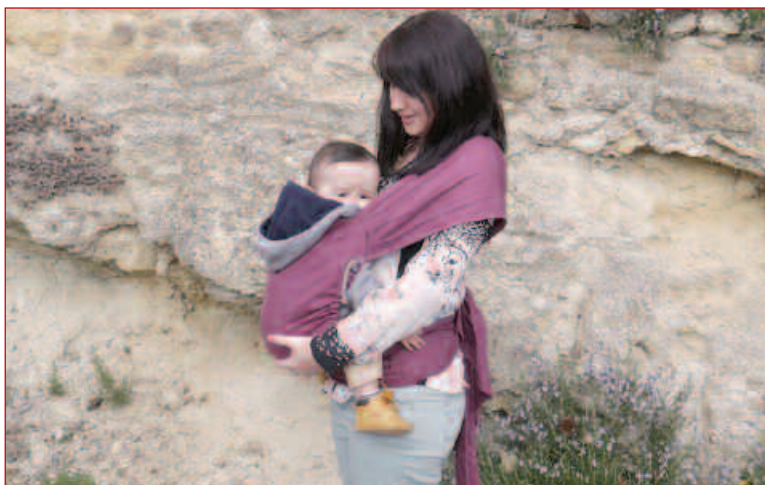
Lire en page 12

C'EST MA VIE

Les sacrifices
d'un pèreL'enfance de Rahim
n'a pas été de
tout repos.
Il est né dans un
hameau où tout
autour, il n'y avait
que rocaïlle et
mauvaises herbes et
où survivre était
un défi quotidien
pour l'ensemble
de sa famille.

Lire en page 13

Sortie avec bébé, contrainte ou plaisir ?



Photos : DR

Avoir des enfants en bas âge sonne-t-il le glas des sorties insouciantes des parents ? Est-ce la fin des spectacles, des voyages et des dîners au resto en toute tranquillité ? Les jeunes couples sont-ils condamnés à des soirées tristounettes à la maison, coïncés entre les tétées, les biberons et les couches ? Témoignages.

Apparemment non. Les papas et mamans de la nouvelle génération n'entendent pas se priver de sorties parce que leur rejeton suce encore son pouce. Armés de leur barda où gisent pêle-mêle couches, bavoir, biberon, hochet, doudou, peluche et sucette, ils ne comptent pas s'arrêter de vivre et investissent tous les lieux de loisirs : salles de spectacle, centres commerciaux, restaurants et autres pizzerias... Il n'est pas si loin que ça le temps où nos parents s'imposaient un couvre-feu arguant qu'embarquer nourrissons et bébés pour des moments de loisirs était tout sauf une bonne idée à cause des contraintes que ces sorties provoquaient. Passer du temps à calmer les brailllements du tout dernier, à chercher un coin discret pour lui donner la tétée ou satisfaire les caprices de l'aînée qui veut voir son dessin animé préféré, toute affaire cessante, étaient des joyeusetés dont ils ne raffolaient pas particulièrement. Résultat des courses, papa-maman préféraient mettre leur vie sociale entre parenthèses pour ne pas à voir à trimballer des enfants vociférants et incommodants. Aujourd'hui, la donne a complètement changé. Les mamans ne veulent plus attendre de voir grandir leurs enfants pour profiter de la vie. Accompagnées de leur conjoints ou toutes seules, elles prennent

d'assaut salles de spectacles, salons de thé, restaurants et autres espaces publics avec leurs enfants en bas âge. D'ailleurs, les patrons de restos ont suivi la tendance en équipant leurs établissements de chaises «spécial bébé».

Dans les centres commerciaux, on trouve même des tables à langer pour bébés dans les sani-



taires. L'heure est à la vie ici et maintenant avec ou sans bébé !

Hayet, 29 ans

Hayet (29 ans) est maman d'un petit Ramy âgé de 9 mois et d'une petite Feriel qui a deux ans. Cette jeune maman aime profiter des sorties avec mari et enfants en dépit des contraintes que cela peut engendrer. «Ecoutez, j'ai vu ma mère s'épuiser et s'enterrer à la maison pendant plusieurs années

pour nous élever mes frères et moi. La pauvre s'était complètement investie dans son rôle de maman, nous faisant passer au premier plan, sans s'accorder une minute de répit. Lorsque nous étions petits, maman s'est privée de tout : invitations aux cérémonies de mariage, sorties au restaurant, voyages... Par contre, mon père profitait bien de la vie avec ses amis. Aujourd'hui, ma mère est malade. Elle a pris de l'âge et traîne plusieurs maladies invalidantes, dont une insuffisance rénale qui l'oblige à subir des hémodialyses plusieurs fois par semaine. Et dire qu'elle disait toujours : «Quand mes enfants grandiront, je profiterai de la vie !» Elle ignorait que la maladie et la vieillesse la rattraperaient. Ce témoignage est juste pour vous dire que la vie, il faut la vivre au présent. Personnellement, même si mes enfants sont encore petits, je n'en fais pas une contrainte. J'accepte toutes les invitations : mariages, dîners entre amis, sorties au resto... Il suffit de bien s'organiser et d'en avoir envie !»

Sarah, 28 ans

et Samir, 32 ans

Sarah 28 ans et Samir 32 ans ont un petit bout de chou âgé d'à peine un an. Les week-ends, le couple est généralement de sortie aussi bien en journée qu'en soirée.

Par Soraya Naili

teur. C'est normal ! Nous-mêmes n'aimons pas être dérangés quand nous assistons à un spectacle ni par des voix ni par des sonneries de téléphone portable. Encore moins par des cris de bébés. On est tout de suite sortis dans le hall, le temps que bébé se calme avant de rejoindre nos sièges et continuer à profiter du spectacle.»

Faïza, 35 ans

«La plupart de mes amis sacrifient leurs vacances quand leurs enfants sont en bas âge. Ils mettent une croix sur le camping et les plaisirs de la mer jugeant ces plans de vacances contraignants en compagnie des tout-petits. J'ai deux enfants, de 16 mois et 3 ans mais je multiplie les sorties en leur compagnie. Pour cet été, nous allons camper en famille, du côté de Jijel. Mes amis me disent : «Faïza, tu es folle ! Tu vas en baver avec tes enfants, au lieu de te reposer !» Pour ma part, Je pense que le jeu en vaut la chandelle. Quitte à ce que ces vacances soient un peu fatigantes, pas question de me claquemurer à la maison.»

Après les années de plomb durant lesquelles loisirs et distractions étaient obsolètes, pour cause de terrorisme, les espaces publics

«UN JOUR NOUS ASSISTIONS À UNE PIÈCE DE THÉÂTRE AVEC LE PETIT. AU DÉBUT, IL DORMAIT MAIS IL A FINI PAR SE RÉVEILLER ET À COMMENCER À HURLER. PLUSIEURS TÊTES SE SONT RETOURNÉES VERS NOUS, D'UN AIR DÉSAPPROBATEUR. ON EST TOUT DE SUITE SORTIS DANS LE HALL, LE TEMPS QUE BÉBÉ SE CALME AVANT DE REJOINDRE NOS SIÈGES ET CONTINUER À PROFITER DU SPECTACLE.»

s'animent au grand bonheur des familles. Flanqués de leurs enfants, quel que soit leur âge, les couples croquent la vie à pleine dents, bien décidés à ne pas perdre une miette de la vie qui avance inexorablement. ■

ATTITUDES

Par Naïma Yachir
naiyach@yahoo.fr

L'insoumis

Les vacances s'installent. Au boulot, on se dispute la liste des congés. Après un mois de jeûne, l'heure est à l'évasion. La ruée vers la grande bleue ! Bonjour les interminables bouchons. Les nerfs sont mis à rude épreuve.

Jamais le trajet n'a paru aussi long. On arrive enfin à bon port. Il fait beau, la mer ressemble à une immense nappe d'huile. Des parasols, des tables, des chaises, il y en a partout, des centaines ! On n'a pas le temps de s'installer qu'un

jeune nous apostrophe et nous propose, pardon nous impose son attirail pour la modique somme de 1500 DA. Et puis à celui qui aura le toupet de rechigner ou de répéter la sempiternelle remarque (pour s'en défendre), que le ministre a dit que l'accès aux plages était gratuit, notre loueur d'équipement affichera son sourire le plus narquois et nous enverra nous plaindre à qui de droit. Alors, il nous faut vite choisir, quitter les lieux, devant les visages défaits, au bord des

larmes de nos bambins qui n'ont pas dormi de la nuit en attendant cet instant, ou se résigner et faire comme ces milliers d'estivants qui ne prêtent plus attention à leurs arnaqueurs et payent leur «place» en remerciant leurs bienfaiteurs. Eh bien, insoumis que nous sommes, nous opterons pour la première solution :

«Allez les enfants, on rentre à la maison !» Le chef de famille embarquera les siens dans sa voiture en ignorant les rouspétances de ses gamins et se dirigera vers le premier marchand de parasol. Il s'équipera et retournera à la plage. Il faut dire qu'il aura du mal à dénicher un petit espace vide, mais réussira tant bien que mal à planter son propre équipement en rendant le sourire à sa progéniture.

Un équipement qui lui servira tout l'été, réduira, et de loin, le coût des sorties en mer, mais surtout ne donnera plus l'occasion à ces aigrefins de faire fortune sur son dos. Il se souvient que, petit, quand il partait à la plage avec son père, il avait au moins ce plaisir d'admirer l'étendue de sable fin et doré sans les tables et les chaises. «On prenait juste notre parasol, et notre bonheur c'était de nous allonger sur notre serviette et nous dorer au soleil. Ça ne nous empêchait pas de casser la croûte dans la joie et la bonne humeur ! Sortir ne nous coûtait pas une fortune.

Alors, qu'ils ne poussent pas l'outrecuidance jusqu'à nous louer quelques centimètres de sable, et qui sait encore, les bienfaits du soleil... de la mer. ■