

Blessées mais pas brisées

Elles ont été isolées, torturées, humiliées. Là où le viol est utilisé comme arme de guerre, ces femmes ont réussi à survivre grâce à leur force. Et pas seulement à survivre, mais aussi à retourner cette arme contre leur agresseur.

« *Le viol est une arme de guerre utilisée massivement par l'armée russe pour détruire notre dignité et la nation ukrainienne dans son ensemble, pour affaiblir cette femme ukrainienne forte et la réduire à néant* », affirme Iryna Dovhan, 64 ans. Militante et volontaire ukrainienne, elle fait partie des premières victimes de la guerre menée par la Russie contre l'Ukraine en 2014 à avoir survécu à l'enlèvement, aux violences et aux viols. Ses yeux clairs, où se mêlent détermination et tristesse, attirent aussitôt le regard et transmettent la force brute de ce qu'elle a traversé. Elle ne s'est ni effacée ni cachée et n'a pas laissé la guerre la définir comme une victime. Elle a commencé à en parler chaque jour au monde entier dans l'espoir d'être entendue. En 2018, elle a témoigné devant les procureurs à la Cour pénal international dans une affaire concernant des prisonniers et des victimes de violences sexuelles. L'année suivante, elle a créé l'organisation SEMA Ukraine, qui rassemble des femmes ayant survécu à la détention et aux violences sexuelles liées aux conflits armés.

« *J'ai enfin trouvé ma place, aider les autres. Et je suis une personne très heureuse* », dit-elle spontanément, en ajustant ses cheveux blond cendré coupés courts avec sa main. C'est le seul souvenir d'une maladie diagnostiquée il y a trois ans : « *Quand je me regarde dans le miroir et que je vois cette coupe de cheveux très courte que je me dis : "Mince, j'ai un cancer"* ». Entre les déplacements aux tribunaux, l'aide aux femmes et les diverses réunions officielles, il est difficile de trouver du temps pour se reposer, mais elle trouve toujours quelques minutes pour témoigner. Pourtant, elle ne ressent pas de fatigue : « *Tant que je peux et que j'ai la force de travailler, je le ferai.* » Aujourd'hui, sa nouvelle maison dans la région de Kyiv est à nouveau remplie de confort, d'animaux et d'amour pour ses proches. Mais sa vraie maison reste à plus de 700 kilomètres d'ici. À Yasynuvata, dans la région de Donetsk. « *J'avais une vie tout simplement heureuse* », dit Iryna avec tristesse. Son propre salon de beauté, des femmes qui venaient non seulement pour des soins, mais aussi pour discuter. Des mains habituées à soigner, à traiter, à reconforter. Une maison construite pendant vingt ans avec son mari bien-aimé, lentement, à partir de

rien, après une enfance pauvre où rien n'était facile. Deux enfants. Des voyages. Le sentiment que le plus dur était derrière elle et qu'elle pouvait désormais simplement vivre.

« Elle tue nos enfants, c'est une agente des bourreaux »

La guerre a éclaté d'un coup. Iryna n'était pas engagée en politique, ne menait pas une carrière d'activiste et n'avait pas l'intention de devenir un symbole de quoi que ce soit. Mais elle a toujours aidé les autres. « *C'est sûrement mon karma* », plaisante-t-elle. Lorsque les séparatistes de la soi-disant RPD (République populaire de Donetsk) ont pris la ville en 2014, le mari d'Iryna et le reste de sa famille sont partis se réfugier à Marioupol. Et elle est restée pour garder la maison et aider discrètement les militaires ukrainiens. « *Je suis peut-être un peu idéaliste, je me suis dit : "Et alors ? Nous ne faisons que transporter de la nourriture et des médicaments. Si je suis arrêtée, je dirai que c'est l'armée de mon pays après tout."* »

Un collègue de son mari, comme la plupart alors prorusse, l'a dénoncée. En août 2014, elle est enlevée chez elle et conduite à la base du bataillon "Vostok", où elle passe les cinq jours les plus terribles de sa vie. « *J'ai subi toutes les formes de torture possibles.* » Elle est frappée à coups de pied et à coups de crosse par une vingtaine de personnes d'apparence caucasienne. Allongée sur le sol, elle attendait simplement la fin. « *Je n'avais plus un seul endroit intact sur mon corps* », se rappelle Iryna. L'un d'eux, pour s'amuser, la force à se lever et lui donne des coups de pied dans la poitrine, si violents qu'ils la projettent en arrière. Selon elle, ces coups ont provoqué son récent cancer : « *Je sentais l'air sortir de mes poumons, et chaque coup semblait fatal. Je ne savais tout simplement pas comment j'allais survivre.* » À ce moment-là, elle parlait dans sa tête à sa fille cadette : « *Je lui demandais pardon parce qu'elle allait grandir et avoir besoin des conseils d'une mère qui ne serait plus là. Parce que je l'ai laissée à 14 ans.* »

Les humiliations prennent des formes multiples. Ses tortionnaires la force à se déshabiller et à crier Sieg Heil (slogan nazi) en levant le bras dans un salut nazi en la traitant de fasciste. L'un d'eux tire près de ses oreilles au point qu'elle a presque perdu l'ouïe. Elle a survécu à deux viols. Elle aime penser qu'elle a dépassé cette épreuve, mais un léger tic nerveux, au moment où elle prononce le mot « viol », montre que la blessure est toujours là, même 12 ans après. Les séparatistes promettent de la donner « *pour s'amuser* » aux militaires qui devaient revenir d'Ilovaisk, théâtre de combats acharnés à cette époque.

« *Jusqu'à ce qu'ils te violent à mort, puis nous t'enterrerons dans les bois* », lui a dit l'un d'eux.

Mais le hasard l'a sauvée. Quand les combattants commencent à s'ennuyer, ils décident d'en faire un spectacle. Ils l'emènent sur une place à Donetsk. Elle est attachée à un poteau, avec un drapeau ukrainien sur les épaules et une pancarte dans les mains sur laquelle est écrit « *elle tue nos enfants, c'est une agente des bourreaux.* » Cette humiliation a duré des heures : les passants lui crachent dessus, la frappent, lui jettent des tomates au visage. « *Seul ce poteau m'empêchait de tomber, tant j'étais épuisée* », cette journée restera à jamais gravée dans la mémoire d'Iryna. Une femme lui donne un coup de pied. À ce moment précis, elle est photographiée par un journaliste français Mauricio Lima. « *Cette photo m'a sauvé la vie* », répète la femme. Il est rapidement repoussé, mais réussit à envoyer les photos à la rédaction du New York Times malgré une mauvaise connexion Internet le jour même. Le journal la publie à la une le 25 août 2014. La réaction est immédiate. Organisations féministes, réseaux de défense des droits humains, politiciens européens... Les lettres, les appels, la pression publique commencent. « *Quelque chose a changé* », se souvient Iryna. Soudain, ils cessent de la frapper. L'un des combattants lui dit : « *Madame, vous êtes devenue une star d'Internet* ». La nuit, elle a été remise à des journalistes qui l'ont emmenée chez sa famille à Marioupol, mais là aussi, il était dangereux pour elle de rester parce que la ville a été contrôlée par les rebelles prorusses. Avec ses proches, elle prend alors la route vers la région de Kyiv pour tenter de reconstruire une nouvelle vie.

Selon les données du Haut-Commissariat des Nations Unies aux droits de l'homme, au cours de la période du 14 avril 2014 au 30 avril 2021, environ 8700 détentions liées au conflit armé ont été enregistrées en Ukraine. Autour de 4700 d'entre elles ont eu lieu dans des territoires contrôlés par des entités autoproclamées. Le Haut-Commissariat a documenté la détention de 532 personnes entre 2014 et 2021. Parmi elles, 281 personnes ont subi des actes de torture ou des mauvais traitements. Depuis le début de l'invasion à grande échelle en février 2022, les chiffres ont changé d'ampleur. Le Bureau du Procureur général de l'Ukraine indique avoir identifié 15 250 civils qui ont été ou restent détenus par les autorités russes entre février 2022 et août 2025.

Le sentiment ne quitte pas Iryna que sa propre douleur s'est dissoute dans quelque chose de bien plus vaste. « *Tous ces cas de tortures et de viols pendant*

l'occupation de 2022 ont obligé mon cerveau à comprendre que mes souffrances n'étaient pas si terribles », dit-elle. Dans son association, avec la guerre à grande échelle, le nombre de survivantes est passé d'une quinzaine à près de 80. Parmi elles, une institutrice de 75 ans, connue et respectée de tout son village, battue au visage à coups de crosse en pleine nuit puis violée chez elle. Une grande juriste instruite, livrée toute une nuit aux soldats russes « *pour s'amuser* », avant d'être relâchée et poussée à travers un pont miné. Ou encore une petite femme frêle qui a passé 7 ans dans des colonies pénitenciaires et qui, aujourd'hui, parle par brèves phrases, en pesant chaque mot, comme si une mauvaise réponse pouvait encore lui valoir des coups. « *Dans notre organisation, la plupart sont des femmes punies pour leur position pro-ukrainienne. On les haïssait plus que les autres, on les battait et on les violait pour détruire tout ce qui était ukrainien en elles* », explique la fondatrice de l'ONG.

Quand le foyer tant désiré devient une prison

Lors des réunions et des rencontres, à côté d'Iryna se tient souvent Halyna Tyshchenko, une femme à la silhouette solide et droite. Son visage rond, encadré par des cheveux blancs coupés au carré, dégage quelque chose de calme et de décidé à la fois. Dans son regard sombre, attentif, on devine moins la victime d'hier que la compagne fidèle d'aujourd'hui, prête à soutenir et à témoigner. « *On dit qu'on ne se baigne pas deux fois dans le même fleuve, mais dans la vie, il arrive qu'on puisse y replonger, et être forcé d'en boire l'eau* », dit Halyna, une retraitée de 63 ans de la région de Kyiv. Elle porte une *vyshyvanka*, un vêtement traditionnel ukrainien qu'elle brode elle-même. Des motifs colorés ornent joliment ses manches et sa poitrine. Dans sa maison, un petit atelier rempli de chemises, de gilets, de robes et de sacs brodés... Elle n'aurait jamais pensé pouvoir découvrir un tel talent à son âge. « *Je suis très fière d'avoir la possibilité de contribuer à mon niveau au front culturel en fabricant des créations ukrainiennes, où chaque motif raconte l'histoire de notre peuple* », dit-elle en souriant. Elle a pris l'aiguille pour la première fois à l'âge de 50 ans, après avoir entendu une collègue de travail en parler. Au début, elle a appris les points simples, puis les motifs, et maintenant c'est devenu son activité principale. Chez elle aujourd'hui, dans le village de Dmytrivka près de Kyiv, Halyna vit seule avec ses enfants, veuve depuis 2013. Elle a quitté sa ville natale, Kramatorsk, dans la région de Donetsk, en 2015, quand les Russes sont

arrivés. Dans cette maison, elle et ses enfants ont investi des années d'efforts et de travail. Et pourtant, c'est justement ici qu'a eu lieu ce qui a fini par diviser sa vie en un « avant » et un « après ».

Le 23 février 2022, tout le monde s'est endormi en paix. Et le 24, ils se sont réveillés au son des explosions. Très vite, l'électricité coupe, le réseau disparaît, les bombardements se rapprochent. La petite maison devient un abri où tous restent cachés plusieurs jours, jusqu'à ce que sa fille parvienne à partir avec sa famille. Halyna, elle, reste seule, persuadée que le pire ne l'atteindra pas. Puis les soldats russes arrivent dans le village, s'installent dans les maisons abandonnées, fouillent les cours, « *cherchent des nazis et des symboles ukrainiens* », comme elle le raconte. Chez elle, ils ne trouvent rien mais lui interdisent de sortir, même pour aller chercher de l'eau au puits ou allumer le poêle, alors qu'il fait à peine quelques degrés dans la maison. « *Je réalisais encore et encore que c'était ça, l'horreur. Car à chaque instant, j'attendais avec angoisse la suite* » , soupire la retraitée.

Pendant plusieurs jours, Galyna reste chez elle, regardant prudemment par la fenêtre ce que font les Russes, comment ils vident les maisons de ses voisins, comment ils partent aux combats, comment ils installent des chars près de chez elle. Un jour, deux militaires armés franchissent son portail. L'un reste dans la cour. L'autre, un jeune homme cagoulé d'à peine une vingtaine d'années, entre dans la maison sous prétexte de contrôle. Très vite, il la menace avec son arme et l'oblige à se déshabiller. « *Je pleurais. Je lui disais qu'il aurait pu être mon petit-fils. Puis, j'ai vu ses yeux bruns, remplis d'une grande joie, parce que je lui obéissais* », se souvient-elle, la voix tremblante. Il hurle : « *Déshabille-toi ou je te tue* », la bouscule, la jette au sol, la relève pour mieux la faire retomber. « *Puis il a commencé à me violer. Très brutalement.* »

Quand il est parti, Halyna se retrouve seule, en sang, fiévreuse, sans eau ni soins... « *J'ai supplié Dieu de me prendre la vie. Pour ne plus ressentir tout ça* », confie-t-elle. Pour tenir, elle saisit une broderie inachevée « *pour qu'il reste quelque chose de moi si je meurs* » et, dans les jours suivants, la termine point après point. Sur le mur, près de la fenêtre, elle trace au crayon la date de son viol, dans l'espoir que quelqu'un le verrait si elle ne survivait pas.

Puis, tout à coup, le silence. Les chars se retirent en tirant sur tout ce qu'ils croisent, maisons, animaux, silhouettes dans les rues. Lorsque les militaires ukrainiens et les journalistes arrivent dans le village le 1er avril 2022, elle n'a demandé qu'une seule chose : une aide médicale. Le traitement, les expertises et

les enquêtes suivront, puis la solitude, jusqu'à l'appel d'une femme qui l'invite à une réunion de SEMA Ukraine, où elle découvre qu'elle n'est pas la seule : « *J'ai observé nos femmes fortes, comme Iryna Dovhan, et j'ai décidé que je ne resterais pas silencieuse.* » Il était difficile de parler. Au début, les mots restaient coincés dans sa gorge : « *Les larmes me bloquaient. Je ne pouvais pas.* » Puis, lentement, à travers la douleur, à travers les larmes, elle a commencé à raconter : « *Et chaque fois que je raconte cette histoire, je revis tout* ». Elle vit toujours dans la même maison, qui la replonge à chaque fois dans ces terribles souvenirs, mais qu'elle refuse de quitter. C'est dans son travail au sein de SEMA Ukraine qu'elle trouve sa force. « *Je vais le faire pour ces femmes, ces hommes, ces enfants et ces personnes âgées tués sans raison,* dit-elle avec détermination. *Je suis très reconnaissante pour la force qui est en moi. Je ne sais pas d'où elle vient. C'est sans doute Dieu qui me la donne. Je n'aurais jamais pensé qu'à mon âge, je pourrais être une personne aussi courageuse, ouverte, médiatique et ne pas avoir peur de dire la vérité.* »

Rester femme malgré tout

La guerre peut frapper à votre porte, prendre votre maison ou votre vie. Mais elle peut aussi vous enfermer dans des murs de béton dont il est presque impossible de sortir. Au début de l'année 2025, plus de 20 000 civils ukrainiens, hommes et femmes, étaient détenus dans les prisons et les caves russes, selon l'organisation des proches des prisonniers politiques du Kremlin. Le nombre exact est inconnu. Environ 80 % de ces femmes emprisonnées ont subi des violences sexuelles, et presque toutes ont été torturées.

On est toujours arrêté quand on s'y attend le moins. Ils sont venus chez Vira pendant qu'elle dormait. Dans la nuit du 4 septembre 2022 : « *Je me suis réveillée parce que j'étais couverte de points rouges provenant des viseurs, et il y avait plein d'hommes dans la pièce.* » Cette brune de 33 ans au regard vif, presque incendiaire, était seule chez elle. Ses deux filles, sa mère et sa sœur avaient déjà quitté la zone occupée de Novoaidar, dans la région de Lougansk, pour se rendre dans une zone contrôlée par l'Ukraine. Elle-même se préparait à partir, mais n'avait pas eu le temps. Personne ne lui explique pourquoi ils l'emmènent. Ce n'est que plusieurs jours plus tard qu'elle découvre les accusations absurdes de « trahison » et de tentative d'assassinat d'un fonctionnaire local. Ses proches, qui la cherchent désespérément, ne sauront où elle se trouve que deux mois plus tard.

Au moment où Vira disparaît ainsi, une autre femme est déjà derrière les barreaux depuis plusieurs années. Olena, 53 ans originaire de Komsomolsk près de Donetsk, ancienne fleuriste aux cheveux noirs et au sourire doux, est arrêtée en plein jour en juillet 2017 par des agents du soi-disant MGB (ministère de la Sécurité d'État russe), qui l'accusent d'espionnage au profit de l'Ukraine. Elle est restée dans sa ville pour s'occuper de sa mère gravement malade. Elle n'a que quelques minutes pour voir cette dernière le jour de son arrestation et demander à une voisine de prévenir ses filles qu'elle n'a pas disparu sans laisser de traces. Dans ce système, il ne faut pas grand-chose pour être arrêté, tout lien avec l'Ukraine fait de vous un espion.

« Une telle humiliation, des moqueries, des tortures », dit Vira. Pendant les interrogatoires, Vira subit des décharges électriques, l'un des modes de torture les plus fréquemment décrits par les anciens détenus ukrainiens. À chaque question, un choc, si la réponse ne convient pas, un autre. Le chef du comité d'enquête lui conseille d'accepter toutes les accusations car elle sera emprisonnée quoi qu'elle réponde. La seule phrase qu'on l'autorise à écrire est « je ne reconnais pas ma culpabilité ». Un test au polygraphe suit, lorsqu'il ne confirme pas la version des enquêteurs, ceux-ci prétendent qu'elle a été « préparée par l'OTAN ».

Après un mois d'isolement dans des conditions inhumaines, Vira est transférée en prison, où elle reste près d'un an. Sa cellule humide, infestée de rats et de cafards, sature de moisissure. Six détenues s'y entassent et le local est si exigu que lorsqu'elle est allongée sur son lit superposé, Vira peut toucher la détenue d'en face. La douche est autorisée une fois tous les 25 jours, cinq minutes pour six personnes, sous des tuyaux d'où sortent une eau soit glacée, comme en montagne, soit brûlante, comme dans un chaudron. *« Dans cette cellule, l'une de ces femmes était schizophrène et avait tué son propre enfant. Une autre avait torturé sa grand-mère pendant une semaine dans la cave, puis avait dissous son corps à l'acide et en était très fière »,* se souvient-elle avec horreur. De plus, cette dernière était séparatiste. *« C'était une expérience menée par un agent opérationnel. Il voulait voir si je m'adapterais. Elle embrassait sans cesse le portrait de Poutine et chantait l'hymne. Je faisais tout mon possible pour ne pas parler de ces sujets, pour ne pas les provoquer »,* raconte Vira.

Olena, elle, découvre un autre type de torture, plus lent. Dans la colonie pénitentiaire de Donetsk où elle est envoyée, elle travaille jusqu'à 12 heures par

jour dans un atelier de couture glacé l'hiver. Elle est logée avec 70 personnes dans une seule pièce, parmi lesquelles des malades atteints de tuberculose et du VIH. Deux litres d'eau par jour pour boire, se laver et faire sa toilette. Les humiliations se nichent dans les détails : une sanction pour quelques biscuits trouvés dans un tiroir, pour une crème « en trop », pour des larmes, des encouragements. « *Ils étaient comme des zombies, toujours devant la télévision, à écouter la propagande*, raconte-t-elle plus tard. *J'avais l'impression d'être dans un asile psychiatrique.* » Le plus dur pour Olena était de ne pas avoir de contact avec sa mère malade. Parfois, on ne lui accordait même pas les 5 minutes de conversation téléphonique par semaine auxquelles elle avait droit. Sa mère l'a soutenue pendant 5 ans et demi, mais elle est décédée sans attendre son retour. « *C'est la perte la plus terrible de ma vie*, dit la femme, les larmes aux yeux. *Je n'ai même pas pu l'enterrer, et maintenant je ne peux même pas me rendre sur sa tombe.* »

Elle attend son verdict pendant deux ans avant d'écoper de onze ans pour espionnage. Elle a rapidement compris que la défense dans un tel tribunal était une illusion, elle n'a même pas essayé de se défendre : « *Tout était déjà décidé, et donc il était tout simplement inutile de rester là et de lancer des perles aux pourceaux.* » Vira, en 2022 dans la région voisine de Lougansk, a été condamnée à 15 ans de prison. La preuve qu'elle collaborait avec le Service de sécurité ukrainien : une recherche Google de la chanson *Slava ZSU* (Gloire à l'armée ukrainienne).

Liberté, mais à quel coût

Malgré tout, Vira et Olena, n'ont jamais perdu espoir d'être libérées. « *Pendant cinq ans, tu attends chaque fête dans l'espoir qu'il y aura un échange* », explique Olena. L'invasion à grande échelle a détruit même l'espoir. Vira y croit pourtant dès le premier jour. Malgré les moqueries de ses codétenues, elle fixe mentalement des dates d'échange possibles et se répète : « *Mes enfants, ma mère m'attendent... je dois rentrer.* » C'est ainsi que ses journées se déroulaient... « *Chaque fois que la date de l'échange arrivait et que je n'y étais pas, eh bien, on pleurait, on attendait un peu, puis on continuait.* »

Le 13 septembre 2024, ce moment est enfin arrivé. Après de nombreuses années d'incertitude, après de nombreuses déceptions, des rumeurs de « *peut-être aujourd'hui* » et des espoirs infinis d'échange, l'Ukraine a récupéré 49 de ses

ressortissants détenus en Russie. Parmi eux se trouvaient des militaires, des douaniers, des agents des forces de l'ordre et, pour la première fois, 23 femmes civiles, détenus illégalement depuis des années. Il s'agissait du 56e échange depuis le début de l'invasion à grande échelle.

Quand Vira a entendu parler de cette journée pour la première fois, elle n'y a pas cru jusqu'au bout : « *Nous avions même peur de nous réjouir, car nous avions déjà entendu tant de fois les mots “cela pourrait arriver” et rien ne s'était passé* », disait-elle à son retour, n'arrivant toujours pas à croire qu'elle était enfin chez elle.

Olena se souvient du moment où ils partaient, sans savoir où on les emmenait. « *On nous transportait comme dans des cages, attachés à une chaîne, et si on levait la tête, on nous frappait avec une matraque. Je n'avais vu cela que dans des films sur les fascistes. Nous ne savions pas qu'il s'agissait d'un échange, on nous a dit que c'était un nouveau lieu d'incarcération* », se souvient-elle. C'était un voyage vers l'inconnu, si familier pour des personnes qui avaient vécu en captivité pendant des années que même leur propre liberté semblait au départ irréaliste. « *Ce n'est que lorsqu'on nous a mis des sacs sur la tête que j'ai compris que ce n'était pas pour aller dans une autre prison* », témoigne Olena.

Leurs destins, si différents et pourtant si semblables, finissent par se rejoindre dans ce bus qui les ramène vers l'Ukraine, là où, pour toutes les deux, ce cycle d'espoirs et de frustrations semble enfin se briser. « *C'est impossible à décrire avec des mots* », se réjouit Olena. Les premiers jours après l'échange ont été flous pour toutes les deux. Hôpitaux, examens, papiers, interrogatoires, questions sans fin de la part de différents services. « *Tu es physiquement là, mais ton cerveau n'arrive pas à suivre*, analyse Vira. *Je me réveillais et je ne comprenais pas où j'étais et pourquoi les portes n'étaient pas fermées.* » Les choses ordinaires les effrayaient : le bruit d'une voiture, un mouvement brusque, même le silence. Au début, elles avaient peur de sortir dans la rue, peur de monter dans une voiture, peur des inconnus. La liberté demandait un apprentissage.

Après sept ans de captivité, Olena avoue que son plus grand rêve n'était pas quelque chose de grandiose, mais quelque chose d'élémentaire. « *Je pensais au moment où je pourrais simplement boire mon café le matin, prendre tranquillement ma douche, utiliser les toilettes comme tout le monde* », se

rappelle-t-elle. Même maintenant, assise près de la fenêtre avec une tasse de café, elle se surprend parfois à penser qu'elle ne croit pas tout à fait que c'est la réalité, mais plutôt une courte pause avant un nouvel ordre. L'adaptation est aussi douloureuse que la captivité elle-même. Les deux femmes parlent de fatigue constante, de problèmes de santé, de système nerveux détruit. « *On nous a tout de suite dit que nous devrions vivre avec cela toute notre vie*, explique Vira. *Il y a des jours où tout semble derrière nous, et d'autres où le moindre détail nous ramène en prison.* »

Vira n'arrive toujours pas à dire à ses filles où elle était réellement. L'aînée a 14 ans, la cadette en a 7, elle a peur de les traumatiser encore plus. « *Elles vivent déjà dans la crainte que je disparaisse à nouveau* », dit-elle. Olena est revenue vers ses enfants et petits-enfants, qu'elle n'avait pas vus grandir. Elle ne connaissait sa petite-fille cadette qu'à travers des photos. Il a fallu tout recommencer. À sa sortie, Vira n'a pas de chez-elle : elle vit dans un logement social provisoire, trop exigu pour y installer ses filles. Travailler devient alors une manière de tenir debout. Elle s'engage dans l'ONG « Numo, sestry » (Allons-y, sœurs), une association qui soutient les anciens détenus mais aussi ceux qui sont encore en captivité. Pour Vira, c'est une promesse tenue : que les histoires de celles et ceux restés derrière les barreaux ne disparaissent pas dans le silence. Olena, de son côté, rejoint SEMA Ukraine. Ses enfants et petits-enfants l'aident à s'adapter, même si sa confiance en les autres est profondément abîmée : « *Il y a beaucoup de trahisons, même là où on ne s'y attend pas* ». Pendant leur captivité, les deux femmes ont appris à survivre. Maintenant, elles doivent réapprendre à vivre, à se sentir à nouveau femmes, à rêver et à faire des projets. « *Si j'ai réussi à revenir, alors il n'y a plus rien que je ne puisse faire* », affirme Vira avec certitude. Elle prévoit de se lancer dans le travail social, car elle est convaincue que « *personne mieux que nous ne sait quel type d'aide les gens ont besoin* ». Olena ne fait pas de grands projets. Elle savoure chaque matin calme. « *Tu sors et tu ne sais pas combien de temps il te reste*, dit-elle. *Mais tu es en vie. Et c'est l'essentiel.* »