

Programme Les Kombatantes

Association Fight for dignity en partenariat avec l'université de Strasbourg

BENEFICIAIRES DU PROJET

Femmes de tous âges et de tous horizons ayant subi des violences (physiques, morales, sexuelles) :
estimation des bénéficiaires 1000

LE PROJET EN BREF

CONTEXTE ET OBJECTIFS

Ce programme, mis en place en partenariat avec l'université de Strasbourg, est actuellement déployé à Saint-Denis (Maison des femmes), Brive la Gaillarde (la Maison de Soi), St Germain en Laye et Paris (hôpital de la Pitié-Salpêtrière).

Les femmes victimes de violence sont encore peu accompagnées dans leur processus de reconstruction. L'objectif du programme est d'accompagner les femmes victimes de violences de tous âges et horizons pour se reconstruire. après le traumatisme.

Le programme « Les Kombatantes » est en phase de changement d'échelle. En capitalisant sur l'expérience acquise, ce changement d'échelle doit permettre de passer de 40 ateliers en 2019 à 160 ateliers en 2021. Chaque atelier accueille une dizaine de femmes.

Le programme de recherche mené par une équipe de recherche en neuropsychologie de l'université de Strasbourg mène une recherche-action sur cette initiative, pour mieux comprendre la place du corps dans la reconstruction psychique. Cette recherche entre dans sa deuxième phase avec une étude sur les effets de long terme du karaté dans le parcours de reconstruction des femmes fin 2021.

METHODOLOGIE

L'association a mis en place un dispositif de recherche pour explorer les effets d'une activité de karaté adapté auprès d'un public de femmes présentant des difficultés d'ordre somatique et psychologique.

Il ne s'agit pas de transmettre des techniques de défense mais de prendre en compte les répercussions des violences subies au niveau du corps et de l'esprit, pour les aider à reconnecter ces deux parties d'elles-mêmes souvent dissociées, grâce à des exercices basés sur la respiration, la relaxation, la bienveillance et le partage.

Le parcours est pensé en cohérence avec les équipes médico-sociales des structures partenaires qui accueillent les ateliers.

Après chaque séance, le dossier médico-social de la bénéficiaire peut être mis à jour en fonction du déroulé de la séance, en particulier s'il y a eu un imprévu (flashback, épisode post-traumatique).

Reconnue comme faisant partie intégrante du parcours de soin, les ateliers ont pu poursuivre leur action pendant la pandémie contrairement aux activités sportives traditionnelles.

PRINCIPAUX ENSEIGNEMENTS

Les premiers résultats montrent un impact positif sur les bénéficiaires comme une redécouverte de leurs sensations corporelles perdues après le traumatisme, de l'estime et de la conscience de soi, une diminution de l'anxiété.

La méthode prend en compte l'état physique et psychique (possibilité ou non de toucher et être touchée par exemple).

APPORT ET RESULTATS ATTENDUS

Les bénéficiaires sont de deux ordres : d'une part, les femmes victimes de violence, 450 depuis la création de l'association, avec pour objectif d'atteindre 160 ateliers en 2021 soit 1600 participations.

Et d'autre part, 800 jeunes s'entraînant à l'INSEP seront sensibilisés via la campagne ainsi que les équipes encadrantes. Un déploiement est prévu sur les 26 CREPS (Grand INSEP) afin de sensibiliser les futurs athlètes de très haut niveau à ces problématiques.

Fin 2021, la recherche menée avec l'Université de Strasbourg (Phase 1 et 2) devrait être publiée.

SUBVENTION ACCORDEE

30 000 €

POUR EN SAVOIR PLUS

site web : <https://www.fightfordignity.net/>

information sur internet :

Article sur le site de la Fondation de France : Allez les femmes
<https://www.fondationdefrance.org/fr/allez-les-femmes>

Présentation dans la brochure des trophées Sporsora 2021
https://sporsora.com/images/sporsora/trophees/trophees-2021/LE_SPORT_RESPONSABLE_ET_INNOVANT_TSMS21.pdf

Présentation sur le site aufeminin.com 2019
<https://www.aufeminin.com/news-societe/appele-a-projets-aider-les-femmes-a-se-reconstruire-par-le-sport-s4007026.html>