

Pays basque

PAYS BASQUE

Le sport au secours des victimes de violences

La Maison Sport Santé Pays basque lance ce mois-ci un dispositif pour aider les femmes victimes à se réconcilier avec elles-mêmes et à surmonter les traumatismes. Il reste des places



Nicolas Guillet (directeur de la Maison Sport Santé Pays basque Adour) et Julie Valère (cadre socio-éducatif de l'Uvie) au centre de cette initiative. N.G.

Le chiffre est effrayant. Près de 23 000 femmes sont victimes de violences conjugales chaque année. Au 3919, les appels d'urgence ne font que croître. Fort de ce constat, la Maison Sport Santé Pays basque Adour (MSSPBA) a lancé - en collaboration avec l'Unité de victimologie (Uvie) et l'Unité transversale d'activité physique pour la santé (Utaps) - un programme de prise en charge et d'accompagnement par de l'activité physique adaptée.

Soutenu par la Fondation de France et le fonds de dotation Impact 2024, ce programme aspire à ce qu'une centaine de femmes, aidées par des professionnels de santé et des spécialistes sportifs, puissent « se recons-

truire » et « retrouver une dignité » dans les trois ans à venir.

Le sport, ce médicament

Devenu un véritable outil thérapeutique, le sport leur donne l'opportunité de se défouler, de se remettre en forme. « C'est un médicament qui a très peu de contre-indications, d'effets secondaires et qui est bénéfique dans quasiment toutes les pathologies », explique Nicolas Guillet, directeur de la MSSPBA. Ce qu'elles recherchent aussi, c'est du lien social, de pouvoir discuter de leur situation avec d'autres. »

Afin d'évaluer leur état de forme, l'Utaps procède à 30 minutes de tests ludiques puis à une heure d'échange

sur les activités pratiquées au quotidien. Une fois inscrit, les voilà parties pour 36 séances

Même si ce n'est pas facile de franchir le pas, on veut leur faire savoir que ces actions existent et qu'elles peuvent en bénéficier gratuitement

d'1h30. Trois cycles sont programmés en neuf mois : escalade, self défense-condition training et danse contemporaine. « Le corps peut exprimer des choses », déclare Émilie Gerbaud, professeur à l'association Art émotions, qui espère créer une situation

UVIE

L'Unité de victimologie (Uvie) - dont les consultations (uniquement sur rendez-vous) sont gratuites et anonymes - accompagne les victimes de violences (physiques, sexuelles, psychologiques) vers le chemin judiciaire. « Quand on a ouvert ce service, on s'est dit qu'il fallait se coordonner avec tous les professionnels nécessaires », précise Julie Valère, cadre socio-éducatif. Ce n'est pas simple de se rendre dans un commissariat pour y déposer plainte et débarrasser sa vie devant un inconnu. Notre objectif est de travailler avec la victime, toujours avec son adhésion et selon sa temporalité. »

chorégraphique avec ses nouvelles élèves.

Une diététicienne proposera également trois ateliers autour de la nutrition émotionnelle. « Les troubles du comportement alimentaire (surpoids, obésité ou anorexie) sont largement sur-représentés sur ce public », précise Nicolas Guillet.

Au terme de cette aventure, la poursuite de la pratique sportive « est primordiale ». Pour les motiver, la MSSPBA leur met à disposition le large réseau de partenaires Sport Santé et prend en charge une partie de la cotisation pour celles qui souhaiteraient continuer au sein d'un club. « Ça serait un semi-échec si elles s'arrêtaient net », souffle Nicolas Guillet, qui ouvre la porte à d'autres femmes. « Même si ce n'est pas facile de franchir le pas, on veut leur faire savoir que ces actions existent et qu'elles peuvent en bénéficier gratuitement. »

Nicolas Gréno