



LESBO FIGHT!

Pour faire face aux agressions qu'elles subissent aussi bien dans la rue qu'au travail ou dans leur famille, l'association Garance apprend aux lesbiennes à se défendre physiquement, mais surtout à prendre confiance en elles. Action! TEXTE CHARLOTTE BOURGEOIS PHOTOS ÉMILIE JOUVET POUR « TÊTU »

« **C**omment casser un nez avec son cubitus? Facile! », déclare de sa douce voix Irene, prof d'autodéfense depuis 14 ans (lire interview page 120). Elle déambule dans la petite salle de gym de la mairie de Cergy-Pontoise (Val-d'Oise). Dix femmes venues apprendre les bases de sa discipline écoutent. Pas un bruit dans la salle. Parquet au sol, barres d'étirement et miroirs sur les murs. Irene explique des techniques aussi simples qu'efficaces, puis on passe à la pratique: deux par deux, on simule l'agresseur et l'agressée. Au bout d'une demi-heure, les mouvements deviennent de plus en plus fluides. Maintenant, Irene propose de prendre des annuaires de téléphone comme cibles, pour éprouver notre force physique. Je ne suis pas du genre à passer des heures dans les salles de sport et ça risque de se voir... Il ne me reste qu'à appliquer les conseils d'Irene: la main bien tendue quand je frappe, pour avoir l'os de l'avant-bras beaucoup plus tranchant. Ma partenaire tient le bottin. OK, j'y vais... Et là, l'annuaire est propulsé deux mètres plus loin! Tout le monde se retourne. Coup

de chance? J'essaye à nouveau. Ça marche encore! Incroyable de se confronter à sa propre force.

SI MAMIE TE FRAPPE, TU PEUX FRAPPER MAMIE

« L'autodéfense, c'est avant tout savoir désamorcer une agression avant qu'elle ne dégénère, explique Irene. À vous d'être assez fermes pour poser vos limites dès le début. Vous devez être capables de vous défendre, que votre agresseur soit un inconnu, votre père, votre sœur, vos enfants ou votre partenaire. » Irene prend un malin plaisir à secouer les préjugés. Surprise générale: « Même si ma copine me frappe, moi je ne la frapperai pas pour me défendre! », s'insurge une petite brune. Pourquoi ne pas lui tendre l'autre joue aussi? Bon, on reprend: l'autodéfense, c'est d'abord prendre conscience de l'agresseur potentiel, y compris lorsqu'il y a un lien affectif – mais sans tomber dans la paranoïa. Deuxième point: « Que l'agression survienne dans la rue ou chez vous, vous avez toujours un moyen de vous défendre: soyez imaginatives! » Oui, c'est vrai en fait: peu importe où l'on est, il faut avoir le réflexe de se servir de tout ce qu'on a sous la main pour se

défendre. Que ce soit le trousseau de clés au fond de votre poche, un casque de scooter, un cactus, une baguette de pain, une cravache, un livre ou la bouteille de champagne joliment emballée que vous vous apprêtez à offrir à votre chérie, n'hésitez pas, défendez-vous! Imaginez dans la presse nationale: « Un couple de lesbiennes envoie ses trois agresseurs aux urgences »... Straightly incorrect. We want it!

« DÉGAGE! »

Chapitre « Harcèlement moral dans la rue » maintenant. On marche dans la salle. Irene vient vers moi pour simuler une agression verbale. Le but du jeu est de la dissuader en posant immédiatement des limites. Elle me suit de près, menaçante. Je m'arrête. « Qu'est-ce que vous voulez? » Impossible de ne pas lui sourire. Or, c'est souvent ce qui fait prendre confiance à l'agresseur. Elle répond: « Rien. » Mais elle continue de me suivre, très crédible dans son rôle. C'est souvent la première réaction qu'on a lors d'une agression: laisser l'autre s'exprimer et justifier son acte... Là, je comprends l'entraînement: pourquoi lui donner la parole alors qu'elle

