



Le succès des cours d'autodéfense à Bruxelles est en partie expliqué par le sentiment d'insécurité dans la ville. (SHUTTERSTOCK)

Les Bruxelloises veulent se défendre

■ Le nombre de participantes aux cours d'autodéfense a doublé en 2007 à Bruxelles

BRUXELLES ▽ Elles étaient 359 participantes en 2006 à suivre les formations à l'autodéfense organisées par l'ASBL Garance, seul centre bruxellois à proposer, depuis l'an 2000, ce type de cours spécialisés à Bruxelles. En 2007, ce chiffre est passé à 610 sur l'ensemble des 19 communes bruxelloises, avec une concentration observée notamment sur Schaerbeek et Saint-Gilles, où l'ASBL est relativement active et présente dans les maisons de quartier.

Ce succès que l'on observe aujourd'hui est davantage expliqué

par le sentiment d'insécurité ressenti par les femmes en ville que par les effectifs mis en œuvre l'année dernière par l'ASBL Garance afin de toucher le plus possible la population féminine de Bruxelles, y compris les femmes âgées de 55 ans et plus, qui étaient par ailleurs 66 en 2007 à suivre les cours proposés par l'ASBL. À noter que les victimes d'agression s'inscrivent presque systématiquement aux cours d'autodéfense.

L'objectif de Garance, dont le siège social est établi à Woluwe-Saint-Lambert, est en effet de rendre toutes les femmes, quel que soit leur âge, moins vulnérables aux différentes formes de violence, plus fortes afin qu'elles puissent contrôler leur sécurité et leur bien-être, et qu'elles arrivent à poser ainsi qu'à défendre leurs limites de manière autonome dans tous les aspects de leur vie.

"Nous pensons qu'une stratégie de défense ne consiste pas uniquement en quelques coups de karaté bien placés", explique Irène Zeilinger, la directrice de Garance. "Les notions d'autodéfense sont bien plus larges. C'est cela que nous nous employons à apprendre à nos participantes. Le sentiment subjectif d'insécurité est un phénomène complexe qui n'est pas uniquement lié à la criminalité et aux violences."

Soit, les "petites astuces" pour éviter la violence, les mots justes qui coupent l'herbe sous le pied de l'agresseur ou la fuite quand elle est possible sont autant de leçons enseignées par les formatrices de l'ASBL aux Bruxelloises désireuses de pouvoir mieux se défendre, autant verbalement que physiquement.

Ludivine Noll

Plus d'infos au 02/216.61.16.

L'autodéfense intéresse moins les femmes âgées

BRUXELLES ▽ "Malgré nos efforts pour inclure les femmes de 55 et plus dans nos cours, nous avons dû constater qu'elles ne participent que rarement à nos activités éducatives d'autodéfense", révèle Irène Zeilinger, de l'ASBL Garance, chez qui sont inscrites une majorité de femmes entre 30 et 35 ans. "Par contre, des activités spécialement organisées pour elles rencontrent du succès. Les femmes de tous âges manifestent pourtant un sentiment d'insécurité plus important que les hommes et, d'après les statistiques, les femmes de 55 ans et plus sont parmi les groupes qui se sentent le plus en insécurité. Elles craignent surtout l'arrachage de sac à main, le vol à la tire et l'agression par des inconnus." D'après une enquête réalisée en 2007 par l'ASBL sur 141 femmes Bruxelloises de 55 ans et plus, il est mis en évidence qu'elles sont trop peu informées sur les stratégies de prévention les plus efficaces. C'est pour cette raison que Garance a mis en place des cours qui leur sont précisément réservés. "Les réactions doivent être adaptées aux capacités et aux besoins de la personne concernée. Il s'agit d'acquiescer un répertoire de réactions possibles dont nous pouvons choisir celle qui nous convient, selon la situation, notre humeur et le désir du moment."

Lud. N.