

locale

Des cours de boxe pour se relever après des violences conjugales



Ce samedi 26 novembre, en matinée, l'une des salles de la Maison des associations a servi de cadre à un cours de boxe bien particulier. En effet, cinq femmes victimes de violences (sexuelles, psychologiques, physiques) ont ainsi pu livrer leurs émotions, gants de boxe en main, grâce aux enseignements et à l'écoute d'Estelle Stehly dans le cadre de l'opération "Je ne suis pas ton punching-ball".

« La boxe m'a permis de m'accrocher »

Arrivée dans le Gard cet été, cette boxeuse depuis plus de vingt ans, qui enseigne en temps normal auprès de jeunes, a proposé cette initiative pour apprendre aux victimes à gérer leurs émotions et à reprendre confiance grâce à ce sport de combat : « J'ai toujours cru que je pouvais aider les autres. Ce projet me ressemble. Petite, j'ai été victime de violences. La boxe

m'a permis de m'accrocher et c'est pour ça que j'ai le devoir de transmettre à travers ce cours ce que j'ai appris. »

Pour Estelle Stehly, la pratique de la boxe permet de montrer « tout son courage, sa sincérité, ses émotions ». La boxeuse, qui possède les diplômes pour enseigner cette discipline, n'a pas de formations particulières pour l'aspect psychologique : « Mais je suis à fond dans l'humain, l'écoute, la sincérité. »

C'est aussi pour ça qu'elle s'est alliée à David Tebib, président du club de handball de l'Usam, « qui est aussi dans l'humain et a un vécu un peu similaire au mien ». Le Nîmois a ainsi fourni, via son association Tout est toujours possible, du matériel pour que les cours puissent se faire. Une tombola lors du dernier match à domicile de l'Usam a permis de collecter 300 €.

David Tebib a été touché par ces cours car il a côtoyé « des femmes victimes de violence conjugale qui se retrouvent souvent seules face à cette terrible épreuve. Avec le sport de combat, tu es obligé de te mettre à nu, d'être en capacité psychologique d'affronter les situations, d'aller au plus profond de toi. »

Le rôle du Centre d'information sur les droits des femmes et des familles (CDIFF) est bien évidemment capital pour recenser les victimes qui peuvent suivre ces cours de boxe : « Elles peuvent ainsi se reconstruire par ce sport, se tenir debout, à dire non à ceux qui veulent profiter de leurs faiblesses », indique Béatrice Bertrand, directrice du CDIFF du Gard. La Ville a permis de son côté d'avoir une salle à la Maison des associations, là où des groupes de huit à dix personnes suivront des cours gratuits d'un peu plus d'une heure chaque samedi matin.

Boxeuse depuis plus de 20 ans, Estelle Stehly aide les femmes victimes de violence à prendre confiance et à gérer leurs émotions dans le cadre de l'opération "Je ne suis pas ton punching-ball".

Yan Barry

ybarry@midilibre.com

Le centre Le CDIFF propose donc de s'inscrire gratuitement aux cours de boxe dispensés par Estelle Stehly chaque samedi matin à la Maison des associations au 2 impasse Jean Macé. Le centre propose un accompagnement des femmes victimes de violences en proposant un parcours global (juridique, psychologique, formations, etc.). C'est un lieu d'informations et d'écoute. Le CDIFF est situé au 20 rue de Verdun. Tél. 04 66 38 10 70 ; email : accueil@cidff30.fr