



Compte-rendu du week-end du 23-24/11/2024 à Lyon à l'occasion de la journée internationale de la lutte contre les violences faites aux femmes

Plan :

- 1) Le 23/11/2024 : réunion des CNF et CRF de 15h00 à 19h00.
 - a) La CNF : commission nationale féminine.
 - b) Les CRF : commission régionale féminine.
 - c) Discussions sur les violences faites aux les femmes.
- 2) Le 24/11/2024 : journée au Dojo Métropolis de Caluire
 - Matinée de pratique de l'Aïkido avec Béatrice BARRERE 6ème DAN FFAB et Alice FENEYROLE 5ème DAN FFAAA.
 - Après-midi initiation au self-défense ouverte à tous avec Anne-Laure GAILLARD 5ème DAN et Didier FAIS 6ème DAN, avec la participation de Wafa BRUNSDON championne de France de lutte.
- 3) Conclusion
- 4) Annexe

1) Le 23/11/2024 : Réunion des CNF et CRF de 15h00 à 19h00.

a) La CNF : Commission Nationale Féminine.

Elle est composée de six membres qui sont actuellement (avant les élections du 2 décembre 2024) de Dominique MASSIAS ; Béatrice BARRERE ; Yolaine CELLIER ; Anne-Laure GAILLARD ; Nathalie GERIN-ROZE ; Youlika MICHALSKI.

Les principaux objectifs de la CNF sont les suivants :

- De développer le nombre de pratiquantes.
- De développer le nombre de femmes gradées.
- De développer le nombre de femmes présentes dans les instances dirigeantes.
- De développer le nombre d'enseignantes...

Les actions menées sont nombreuses, notamment :

- L'organisation de stages nationaux.
- L'organisation de séminaires au Dojo de Bras.
- L'organisation de Portes Ouvertes dans les Dojos au moment de la Journée des droits de la femme sur trois week-ends.
- L'organisation de groupes de travail (notamment « Aïkido et grossesse » ; « le périnée et l'aïkido en lien avec la commission médicale », ...).
- L'organisation d'évènements nationaux comme le stage solidaire du 24/11/2024...

Le but est aussi de développer un réseau de référentes au niveau local, régional et national, qui travaillent ensemble en échangeant régulièrement via un groupe Whatsapp.

b) Les CRF : Commission Régionale Féminine.

Les commissions régionales féminines ont pour but :

- De relayer les informations de la CNF,
- D'organiser et d'assister l'organisation de stages avec des intervenantes féminines,
- De monter des collectifs, des groupes de travail,
- De mener des actions au sein de leur région...

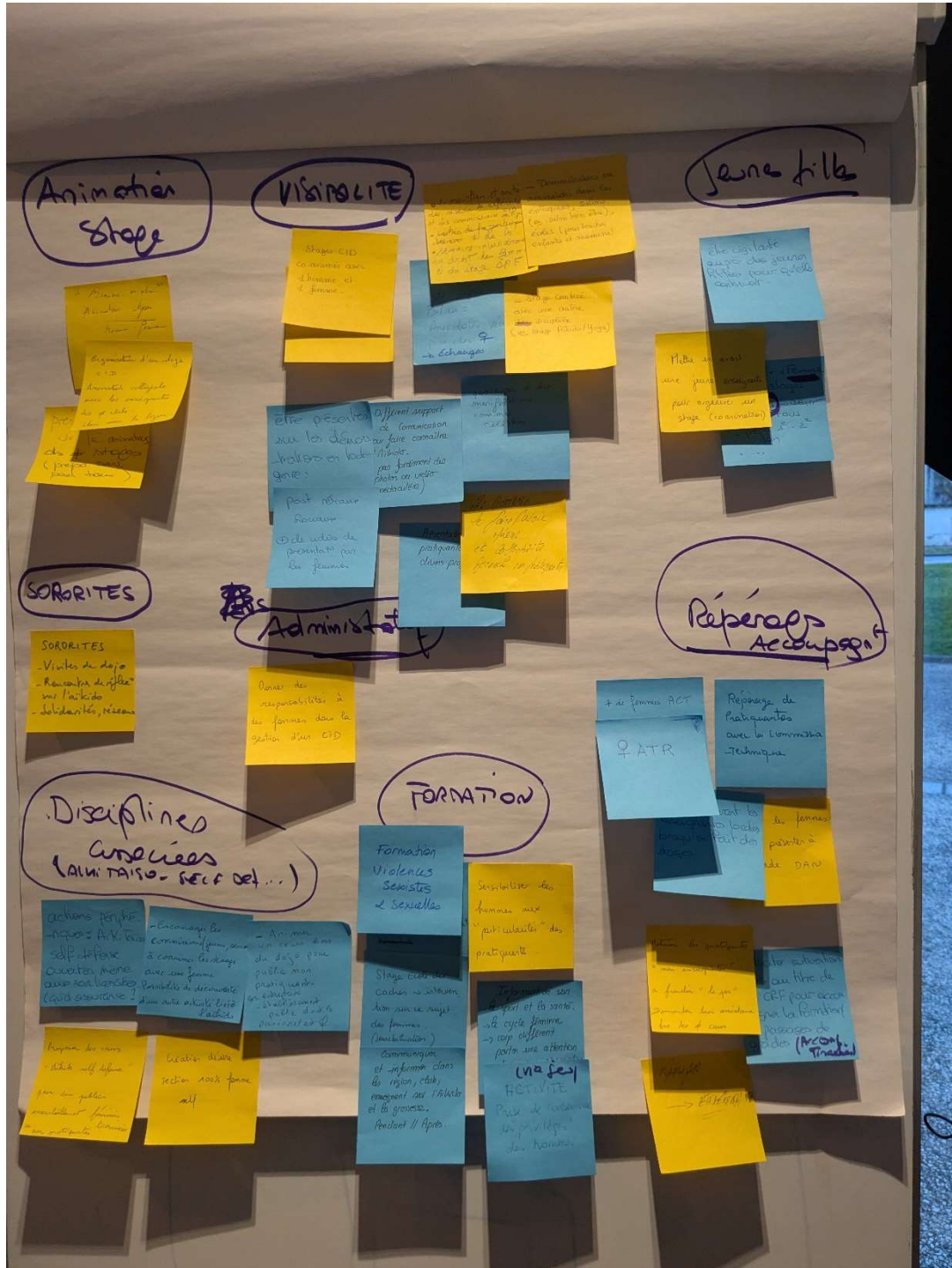
Il existe des Comités Interdépartementaux avec des référentes féminines qui sont en interaction avec le Comité Directeur.

c) Discussions sur les violences faites aux femmes.

Pour information, ci-joint le document rédigé et fourni par Maëlis GOUCHON (élève de Yolaine CELLIER) à la fin de ce document.

Suite à nos échanges sur nos vécus respectifs durant la pratique nous constatons plusieurs éléments communs : comportements paternalistes ou dominants, des gestes ou des réflexions inappropriées, des emprises à l'encontre de l'autre...

A partir de ces réflexions, nous avons dressé un tableau « foire aux idées » pour lister des actions à mener :



- Animation de stages : organisation d'un stage CID; animations collégiales avec les enseignants et les différents clubs, idem avec la ligue ; animations de stages partagées par une équipe homme / femme, pour que les femmes soient présentes dans les différents stages...
- Visibilité : stages CID co-animés homme / femme, être présentes sur les démonstrations ; posts sur les réseaux sociaux ; plus de vidéos présentant des profils différents... Echanger et montré notre présence aux autres femmes ; stages combinés avec d'autres disciplines ; nous faire connaître dans les médias...
- Concernant les jeunes filles / jeunes femmes: être vigilant pour les accompagner dans leur pratique pour éviter les abandons...
- Repérage et accompagnement : plus de femmes ACT ou ATR ; aider et accompagner les femmes pour se présenter aux passages de grades et aux DAN...

- Formation : formations sur les violences sexistes et sexuelles ; sensibiliser les hommes aux « particularités » des pratiquantes (poitrine, cycle menstruel...) ; informations sur le sport et la santé (cycles féminins...) ; activités pour faire prendre conscience des « privilèges » (pas de peur d’avoir une « fuite » dans le keikogi blanc...) attribués aux hommes ; lors des stages école des cadres, intervenir et sensibiliser sur le sujet des femmes....
- Administratif : donner des responsabilités à des femmes dans la gestion de CID / Comités Dicteurs
- Sororités : visite de Dojos, rencontres régulières sur l’Aïkido, solidarité sur les réseaux...
- Discipline : mener des actions périphériques lors de séances d’Aïkido taïso self-défense, à ouvrir même aux non licenciés ; création d’une section 100 % féminine ; encourager la communication...

Toutes ces propositions, idées sont « brutes » et pourront faire l’objet de reformulations, de réflexions et travaux spécifiques par les CNF et CFR.

2) Le 24/11/2024 : Journée au Dojo Métropolis de Caluire

- a) Matinée de pratique de l’Aïkido avec Béatrice BARRERE 6ème DAN FFAB et Alice FENEYROLE 5ème DAN FFAAA.





Cette matinée de mon point de vue était très enrichissante :

- J'ai pu observer et pratiquer avec des personnes venant de toute la France.
- Etre présente à un stage animé par deux femmes est une première pour moi car je n'ai pour le moment participé qu'à des cours animés par des hommes.

Nous étions 110 sur le tatami ayant des expériences, des parcours, des grades différents. Ce qui enrichit beaucoup mon expérience récente, étant pratiquante depuis un peu plus d'un an.

A la fin de cette matinée un point oral sur les violences faites aux femmes a été présenté, avec l'évocation de chiffres, de situations diverses et préoccupantes . Il prend appui sur le document qui se trouve en annexe.

- b) Après-midi : initiation au self-défense ouverte à tous avec Anne-Laure GAILLARD 5ème DAN et Didier FAIS 6ème DAN. Avec la participation de Wafa BRUNSDON championne de France de lutte.

Ci-dessous quelques photos prises lors de cette après-midi.



Cette après-midi était ouverte à tous, ce qui a permis à des personnes pratiquant un sport ou non de participer. Elle était axée sur une initiation au self défense en lien avec la pratique de l'Aïkido mais aussi de la Lutte. Le but était de prendre connaissance de gestes simples pour pouvoir réagir face à une agression.

3) Conclusion

Ce stage confirme que les violences faites aux femmes existent malheureusement partout, bien au-delà des portes des Dojos, du fait de certains écueils dans l'éducation et de son impact dans la société moderne : de même, il existe au sein des Dojos des violences de toute nature même si notre pratique met en avant le contraire.

Il permet finalement de mettre en avant :

- des problèmes de compréhension de la violence dans son amplitude : c'est-à-dire tout autour de nous (une femme sur trois subit des violences sexuelles au cours de sa vie ; c'est une femme sur quatre par son conjoint actuel ou passé...).
 - des problèmes de compréhension de la violence dans sa nature : elle ne se définit pas uniquement par son caractère physique ou sexuel, mais par une multitude de façons d'agir potentiellement moins connues et malheureusement plus discrètes.
- D'où un besoin imminent de sensibilisation de tous face à ce fléau.

Les fonds de ce stage ont par ailleurs été reversés à une association active sur la région Lyonnaise, présentée dans le document en annexe : **VIFFIL SOS FEMME**

Les prochains évènements organisés par les CNF/CRF sont les suivants :

- Les Journées Portes Ouvertes à l'occasion de la journée pour le droit des femmes, sur trois week-ends du 1^{er} mars au 15-16 mars 2025.
- Un stage national des CNF du 17 au 18 Mai 2025 avec Nathalie MARTY.

4) Annexe : document rédigé et fourni par Maëliiss GOUCHON (élève de Yolaine CELLIER)

Violences faites aux femmes

Éléments pour le stage d'aïkido national du 24 novembre 2024

1) DÉFINITIONS ET MOTS-CLÉS

Définition des violences faites aux femmes

- Violences exercées sur une femme parce qu'elle est une femme.
- Toutes les formes de violences qui affectent les femmes de manière disproportionnée.
- On inclut les actes violents et les menaces de violence.

On peut distinguer six formes de violences faites aux femmes

- La *violence économique* : contrôler son argent, lui interdire d'aller travailler...
- La *violence psychologique* : humiliations, injures, dévalorisation, harcèlement moral, manipulation, isolement social...
- La *violence physique* : coups, étranglement...
- La *violence sexuelle* : harcèlement sexuel, agression sexuelle, viol et tentative de viol, mutilations génitales, mariage forcé...
- La *violence gynécologique* : refus de contraception ou stérilisation forcée, IVG forcée ou refusée...
- La *violence administrative* (confisquer les papiers)

La violence faite aux femmes n'est pas qu'une question de violence physique.

Mots clés

- Les *violences domestiques* (ou violences conjugales)
 - Il peut y avoir des conflits dans le couple. Ils se résolvent par des discussions, des compromis, où les deux partenaires discutent à égalité. La violence commence quand il y a emprise.
 - Violence conjugale = tous les actes ou menaces d'actes qui visent à placer l'un des partenaires sous la domination / l'influence de l'autre.
 - Le *fémicide*
 - Un meurtre lié au sexe de la victime : plus de 50% des féminicides sont commis dans la sphère privée, contre 12% de tous les meurtres. - Un meurtre qui est souvent l'aboutissement d'une longue série de violences et d'abus.
 - Les *violences sexuelles* : acte sexuel commis sans consentement de la personne
 - *Harcèlement sexuel* :
 - o Tout comportement ou propos à connotation sexuelle, répété, qui porte atteinte à la dignité de la personne ou crée une situation intimidante
 - o Exemples : contacts physiques, regards déplacés, commentaires à caractère sexuel, exhibitionnisme, etc.
 - *Viol* : tout acte de pénétration sans consentement de la personne.
- Les violences sexuelles ne désignent pas que le viol.**

LES QUATRE ÉTAPES DU CYCLE DE LA VIOLENCE CONJUGALE

<https://www.viffil.com/quest-ce-que-la-violence-dans-le-couple/>

Phase 1 : l'escalade

Mise en place du système d'emprise. L'agresseur exerce des pressions psychologiques, contrôle, isole la victime. La victime se sent inquiète, tente d'améliorer le climat, fait attention à ses propres gestes et paroles.

Phase 2 : l'explosion

Épisode de violences (quelle que soit la forme). L'agresseur donne l'impression de perdre le contrôle de lui-même mais prend en fait le contrôle de la situation. La victime ne comprend pas et tente de calmer la situation.

Phase 3 : le transfert

Minimisation de la violence. L'agresseur porte la responsabilité des violences sur sa partenaire. La victime se sent responsable de la situation.

Phase 4 : la lune de miel

Moyen utilisé par l'auteur pour reconquérir la victime. L'agresseur promet un changement. La victime lui donne une chance, lui apporte son aide, constate ses efforts, change ses propres habitudes.

2) LES FAITS

Chiffres clés dans le monde

- Une femme sur trois subit des violences sexuelles au cours de sa vie. Une femme sur quatre subit des violences sexuelles au cours de sa vie par son compagnon ou mari, actuel ou passé.
- Moins de 40% des femmes victimes de violence demandent de l'aide. Moins de 10% des femmes victimes de violence font appel à la police

Chiffres clés en France

- Sur les violences conjugales :
 - +15% de victimes de violences conjugales enregistrées entre 2021 et 2022.
 - Féminicide : une femme tous les trois jours est tuée par son conjoint ou ex conjoint.
- Sur le viol :
 - 1 femme sur 6 et 1 homme sur 20 déclarent avoir subi un viol ou une tentative de viol.
 - 10% des victimes de viol portent plainte ; 74% des plaintes sont classées sans suite.
 - 90% des viols sont commis par un proche de la victime.
- Un tiers des femmes a déjà subi du harcèlement sexuel sur son lieu de travail en 2018.

Autres faits

- Les femmes qui cumulent plusieurs formes de discriminations sont exposées à un risque de violences plus élevé (handicap, âge, etc.).
- Les crises augmentent la violence faite aux femmes et aux filles (crises climatiques, économiques, sanitaires, conflits etc.).
- Les filles subissent certaines formes spécifiques de violence comme les mariages forcés : 1 femme sur 5 de 20-24 ans a été mariée avant 18 ans (taux en baisse cependant).
- Les mutilations génitales féminines (excision, etc.) concernent 230 millions de femmes de 15 à 49 ans.
- Les femmes engagées dans la vie publique font face à davantage de violence que leurs homologues masculins.
 - Femmes journalistes, femmes législatrices
 - Harcèlement, agression, discrimination

3) LES CAUSES

Des inégalités persistantes entre hommes et femmes.

Inégalités d'accès aux ressources et au pouvoir.

- *Inégalités professionnelles* : pas d'accès égal aux mêmes métiers, aux mêmes positions dans les hiérarchies professionnelles.

- *Inégalités économiques* : salaire différent à travail égal, inégalités économiques au sein du couple... À temps de travail et métier équivalent, les femmes touchent 5% de moins + les femmes exercent majoritairement les emplois les moins payés et les temps partiels.

Des normes sociales différentes associées aux femmes et aux hommes qui créent des inégalités et un terreau propice aux dominations.

- *Discrimination* : exemple, on recrute un homme plutôt qu'une femme au poste de directeur d'une entreprise
- *Socialisation* : tout au long de sa vie, on intègre les normes sociales relatives à nos groupes d'appartenance (genre, classe sociale, âge, profession, etc.). Par exemple, les femmes « apprennent » à ne pas être intéressées par les postes de direction.

Pour changer la situation, il faut agir à tous les niveaux, y compris sur les normes. Mettre en avant des femmes exceptionnelles est important mais ne suffit pas.

Les violences faites aux femmes, des violences invisibles ?

Les mécanismes des situations de violence, qui s'accompagnent souvent d'une emprise psychologique, les rendent invisibles. Par exemple :

- Inversion de la culpabilité : en public, l'agresseur accuse la victime de violences.
- Menaces sur la victime pour l'inciter au silence.
- Isolement et dévalorisation de la victime par l'agresseur : la victime ne se sent pas légitime à parler.

Des institutions qui présentent des limites

- Absence de législation sur certaines violences
- Installations d'accueil saturées, manque de moyens

Des normes sociales et des préjugés facilitent la survenue des violences et limitent leur prise en charge.

Concept de « culture du viol ».

- Définition : ensemble d'idées reçues et de croyances généralement fausses, mais répandues, qui permettent de justifier l'agression des femmes par les hommes.
- Des croyances encore répandues aujourd'hui. Cf. enquête IPSOS de 2019 pour l'association Mémoire Traumatique et Victimologie.
 - Plus de 40% des Français estiment que la responsabilité du violeur est atténuée si la victime avait une attitude provocante en public (tenue vestimentaire...).
 - Un tiers des Français pensent que les femmes qui accusent un homme de viol le font par déception amoureuse ou pour se venger.
 - 20% des Français pensent que forcer sa conjointe à avoir un rapport sexuel n'est pas un viol.

- Un Français sur 6 pense qu'une femme qui dit non à une proposition de relation sexuelle veut en fait dire oui.
- La culture du viol vient aussi du manque d'information des Français sur la réalité des violences.
 - Savoir que 90% des viols sont commis par un proche de la victime.
 - Savoir que le fait que la victime ne se défende pas n'est pas un signe de consentement, mais au contraire une réaction psychologique liée au traumatisme subi.
- Des préjugés qui se peuvent également se retrouver dans les institutions qui prennent en charge les femmes victimes (police, justice).

4) LES RÉPONSES INSTITUTIONNELLES

Les politiques publiques peuvent être de l'ordre de la réaction

- Accueillir les victimes et les accompagner pour sortir de la violence. - Création d'espace d'accueil gratuits et sécurisants.
 - Service d'écoute téléphonique.
 - Assistance sociale et juridique.
 - En France, depuis un an, le Pack Nouveau Départ est une aide financière qui permet aux femmes de quitter leur foyer rapidement.
- Condamner les auteurs des faits de violence.
 - Éduquer et sensibiliser, à l'école et en général.
 - Faciliter les procédures juridiques.
 - Améliorer les lois, faire évoluer les peines.

Les politiques publiques peuvent être de l'ordre de la prévention

Il s'agit, plus fondamentalement, de « prendre le mal à la racine » (d'après une formule du Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes), c'est-à-dire, faire évoluer les normes sociales qui facilitent la survenue et la tolérance à la violence.

- Éduquer et sensibiliser, à l'école et en général.
- Réguler les vecteurs de violence : réseaux sociaux, accès à la pornographie, publicité...

5) COMMENT AGIR À SON ÉCHELLE ?

Que dire à une femme victime ?

1. « *Je te crois* » → lui permettre de sortir de l'isolement.
2. « *Tu as bien fait de m'en parler* » → valoriser sa démarche.
3. « *Tu n'y es pour rien* » → établir clairement qu'elle peut se voir comme une victime.
4. « *C'est lui le coupable* » → établir clairement qu'elle peut le voir comme le coupable.
5. « *La loi l'interdit* » → indiquer qu'elle peut recevoir de l'aide.

6. « Je vais t'aider » → la mettre en relation avec des professionnels.

Comment aider une femme victime (ou soi-même) ?

- En cas d'urgence : police au 17. Par SMS au 114
 - Numéro dédié aux femmes victimes : Violences Femmes Info au 3919, 9h-22h du L au V et 9h-18h le week-end et jours fériés
 - La plateforme arretonslesviolences.gouv.fr pour effectuer un signalement en ligne, anonyme et gratuit + présence d'un chat 7j/7 et 24h/24
 - Nombreux dispositifs locaux, chats d'associations, services thématiques.
- Liste complète : <https://www.noustoutes.org/trouver-de-laide/>
- Autres dispositifs : <https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A16162>

LE PLAN ANGELA

<https://arretonslesviolences.gouv.fr/focus/plan-angela>
<https://mairie7.lyon.fr/actualite/securite/demandez-angela>

Un réseau de lieux sûrs (bars, restaurants, hôtels, supermarchés, commerces...) partout sur le territoire [...] pour prévenir et lutter contre le harcèlement de rue [...]. Si une personne ne se sent pas en sécurité, se sent harcelée, elle peut trouver refuge dans l'un des établissements partenaires – identifié grâce au sticker sur sa vitrine – et demander « Angela ».

Se former

- Nombreuses ressources en ligne sur les sites officiels et les sites des associations.
- Connaître la situation.
- Apprendre à détecter les situations de violence.

Diffuser l'information

- Des outils à la portée de tous et toutes, comme le violentomètre (ci-dessous).
 - Disponible au stand de l'association partenaire.
 - Sensibilisation aux violences conjugales.
- Vous souhaitez former ou vous former sur la question des violences faites aux femmes ?
 - Des associations peuvent intervenir en contexte professionnel.
<https://arretonslesviolences.gouv.fr/associations-de-lutte-contre-les-violences-sexistes-et-sexuelles>

- Des kits de communication sont disponibles en ligne. Par exemple, ceux de la mission interministérielle pour la protection des femmes contre les violences et la lutte contre la traite des êtres humains (MIPROF).

<https://arretonslesviolences.gouv.fr/je-suis-professionnel/outils-de-formation>

- Dans le sport, des outils existent. Voir la cellule Signal-Sport du Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques. Par exemple, ce module de sensibilisation propose des outils pour connaître et repérer les cas de violence dans le sport.

<https://view.genially.com/61685354e5f2580dc53093c3>



6) LA JOURNÉE DU 25 NOVEMBRE

Le 25 novembre est désigné « Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes » depuis 1999. Cette journée vise à « dénoncer les stéréotypes de genre et sensibiliser aux violences à l'égard des femmes » (Amnesty International).

A cette date, l'ONU lance chaque année une campagne de mobilisation « 16 jours d'activisme contre la violence basée sur le genre à l'égard des femmes et des filles ». L'ONU anime également une plateforme de mobilisation « Dites NON – Tous UNiS pour mettre fin à la violence à l'égard des femmes ». La couleur officielle de la manifestation est l'orange.

Le choix de la date du 25 commémore l'assassinat des trois sœurs Mirabal, opposantes politiques au dictateur Trujillo en Dominique, le 25 novembre 1960.

7) L'ASSOCIATION PARTENAIRE DU STAGE



VIFFIL SOS FEMMES : <https://www.viffil.com/>

Son histoire

- VIFFIL est une association fondée à Villeurbanne en 1979 à l'initiative de Charles Hernu, maire de Villeurbanne. L'association s'appelait alors VIFF (Villeurbanne Informations Femmes Familles) et était constituée d'un accueil et d'un hébergement pour femmes victimes de violences
- La structure était une des premières en France à accueillir et héberger les enfants également.
- Au fil des années l'association s'est développée, avec notamment la création d'un service d'aide aux victimes et de documentation et la création d'un accueil pour jeunes victimes.
- En 2016, VIFF fusionne avec l'association FIL (Femmes Informations Liaisons) et donne naissance à VIFFIL, qui signifie désormais Violences Intrafamiliales, Femmes Informations Liberté.
- En 2020, l'association fusionne avec Lyon Aide aux Victimes et accueille désormais également toute victime d'infraction pénale.

Ses spécificités

- Elle vise à accueillir les femmes victimes de violences conjugales mais aussi leurs enfants.
- Elle va au-delà de l'assistance et cherche à permettre la « renaissance » des femmes accompagnées.
 - Elle accompagne les victimes dans leurs démarches juridiques - Elle joue un rôle de moteur de la recherche sur les violences faites aux femmes, concentre la connaissance et la diffuse dans la société.

SOURCES

- <https://www.unwomen.org/fr/what-we-do/ending-violence-against-women/unite/16-days-of-activism>
- <https://www.unwomen.org/fr/notre-travail/mettre-fin-a-la-violence-a-l-egard-des-femmes/faits-et-chiffres>
- <https://www.unwomen.org/fr/articles/foire-aux-questions/foire-aux-questions-formes-de-violence-a-legend-des-femmes-et-des-filles>

- <https://www.un.org/fr/observances/ending-violence-against-women-day>
- https://www.memoiretraumatique.org/campagnes-et-colloques/2019-enquete_ipsos.html
- <https://www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/violences-faites-aux-femmes/actualites/article/cp-25-novembre-journee-internationale-de-lutte-contre-les-violences-faites-aux>
- <https://www.egalite-femmes-hommes.gouv.fr/aide-durgence-et-pack-nouveau-depart>
- <https://www.noustoutes.org/sinformer/>
- <https://www.noustoutes.org/comprendre-les-chiffres/>
- <https://www.sports.gouv.fr/violences-sexuelles-54>
- <https://www.amnesty.fr/focus/pourquoi-une-journee-internationale-de-lutte-contre-les-violences-faites-aux-femmes-le-25-novembre>
- <https://www.leplanning13.org/un-outil-le-violentometre/>
- <https://arretonslesviolences.gouv.fr/focus/plan-angela>
- <https://mairie7.lyon.fr/actualite/securite/demandez-angela>
- <https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A16162>
- <https://www.viffil.com/>
- <https://www.viffil.com/quest-ce-que-la-violence-dans-le-couple/>