CHRS Le sport, thérapie pour les femmes en difficulté

Après une course d'orientation le matin, les participantes se sont essayées à diverses activités sportives telles que le tir à l'arc, le badminton ou l'escalade.

Mardi, une trentaine de femmes de centres d'hébergement et de réinsertion sociale du Pas-de-Calais se sont retrouvées au parc d'Olhain, dans le bassin minier.

L'occasion pour elles, à travers diverses activités sportives, de mettre de côté leurs soucis quotidiens.

CÉLINE DEBETTE > celine.debette@nordeclair.fr

«J'en peux plus », lâche Cécile, tétanisée, à mi-parcours du mur d'escalade de la base d'Olhain. « Mais si, tu vas y arriver », l'encourage Marie, à l'autre bout de la corde. Les deux coéquipières d'un jour, respectivement âgées de 27 et 28 ans, sont aussi copines dans la vie. « On s'est rencontrées au CHRS (Centre d'hébergement et de réinsertion sociale, ndlr) d'Arras, racontent-elles. Depuis, on ne se quitte plus. On est toujours en train de rire, c'est notre façon de nous remonter le moral et de minimiser nos problèmes du quotidien. » Des problèmes d'ordre économique, professionnel, de santé. Et, le plus souvent, de rupture conjugale. Comme c'est le cas pour Nathalie. Il y a quatre mois, cette mère de famille de 45 ans a frappé à la porte du Neuf de Cœur à Lens. « C'était ma dernière solution, confie-t-elle. J'étais victime de violences de mon conjoint depuis un an et demi. Il fallait que ça s'arrête. » Encadrée par une équipe de professionnels, elle tente de retrouver un logement « et surtout une stabilité ». Un travail de reconstruction qui passe aussi par l'épanouissement personnel et la revalorisation de son image. C'est dans cette optique que la direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) a lancé « 62 Elles », une opération novatrice proposant aux publics des CHRS de pratiquer une activité sportive. « Pour ces femmes en situation de grande précarité, tout loisir passe au second plan. Cette initiative a donc pour objectif de les faire sortir de leur coquille, de leur redonner un espace de liberté », explique Pierre de Bousquet, le préfet du Pas-de-Calais.

Du temps pour soi Mardi, la trentaine de participantes étaient ravies de cette séance, la première d'une série de dix qui se dérouleront dans d'autres structures sportives du territoire. « Ça permet de se vider la tête, d'évacuer le stress », témoigne Sandy, 21 ans, hébergée depuis mars au centre de Marquise. « Moi, ça m'incite à me dépasser », renchérit Régine, de 22 ans son aînée. Mais c'est surtout l'opportunité de rompre avec l'isolement et de se divertir. « On va peut-être pas perdre beaucoup de cellulite mais on se sera bien marré », lancent en chœur Cécile et Marie, les inséparables complices, sous le regard amusé de Malika Laasri. « Ça fait plaisir de les voir comme ça, confie l'éducatrice spécialisée au CHRS d'Arras. C'est l'occasion pour elles de participer à des activités collectives et d'oublier les à-côtés. Et puis, ça lance une dynamique. D'ailleurs, à l'issue de cette journée, on va essayer de renouveler cette initiative au sein de notre établissement. »