

ASSOCIATION STRAT
RAPPORT D'ACTIVITÉ

20

22

TABLE DES MATIÈRES

01

PREAMBULE

02

**PRESENTATION DE
L'ASSOCIATION**

03

PROJETS 2022

04

PROJETS FUTURS

05

**RETOUR SUR LES
ÉVALUATIONS**

06

HISTOIRE DE REUSSITE

07

BILAN & COMPTES 2022

08

NOUS SOUTENIR, CONTACT

PREAMBULE

L'année 2022 fut une année particulière !

Après 2 ans de restrictions liées à la Covid 19, les normes se sont assouplies et, tout en continuant à prendre des précautions, nous avons pu terminer l'année dans de bien meilleures conditions que l'année précédente.

En effet, animer des ateliers d'autodéfense avec les contraintes dues au risque sanitaire ne fut pas toujours une mince affaire !

Durant cette année, certains projets se sont arrêtés pour laisser la place à d'autres. Les deux coordinatrices et animatrices ont également eu de grands changements dans leur vie professionnelle respective qui ont permis à de nouvelles idées de germer !

PRESENTATION DE L'ASSOCIATION

STRAT, créée en 2021, est une toute jeune association de prévention des violences. Le moyen principal utilisé pour atteindre son but est l'organisation d'ateliers d'autodéfense féministe.

L'autodéfense féministe (ou ADF) qu'est-ce que c'est ?

Par le biais d'ateliers qui peuvent prendre de multiples formes, l'ADF tente de déconstruire certaines fausses croyances véhiculées dans la société, en se basant sur la connaissance spécifique des violences de genre, dans le but de transmettre des outils adaptés.

L'association STRAT a choisi de pratiquer et de transmettre ces outils en se situant dans une démarche intersectionnelle. Nous entendons par là que les différentes discriminations, telles que le sexisme, le racisme, les LGBTIQ+phobie ou le validisme, qui augmentent le risque de subir des violences, ne sont pas cloisonnées et ne peuvent pas être entièrement expliquées si elles sont étudiées séparément les unes des autres. Il est donc indispensable de comprendre les liens qui se nouent entre elles afin d'adapter les stratégies de prévention en fonction, avec comme mot d'ordre principal : la responsabilité n'est jamais du côté des victime-x-s/survivant-e-x-s!

A qui s'adressent nos ateliers?

Nous proposons des ateliers qui s'adressent aux femmes, aux filles, aux adolescent-e-x-s, et aux personnes trans*, non-binaires et intersexes, sans distinction de nationalité, d'âge, de poids, de taille, d'origine sociale, de croyance, de parcours, d'orientation sexuelle.

Quelles méthodes pratiquons-nous?

Les réalités de ces publics sont tout autant diverses qu'il y a d'individu-e-x-s. Il n'existe pas de recette toute prête face aux violences et aux discriminations. Nous utilisons la pédagogie féministe comme méthode d'apprentissage axée sur la solidarité entre les participant-e-x-s, le partage et la transmission des idées, informations et stratégies pour mettre fin aux violences et éviter qu'elles ne se reproduisent.

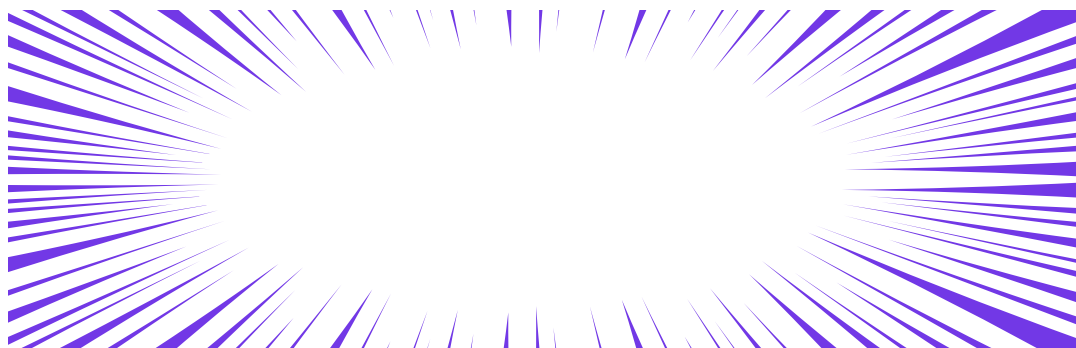
Il est important de comprendre que si l'ADF est en partie basée sur l'apprentissage de techniques de défense physique, telles que des coups ou des dégagements, il ne s'agit pas d'un sport de combat ou d'un art martial qui nécessite des entraînements intensifs et quotidiens.

Il s'agit d'un outil accessible à toustes, peu importe les capacités physiques car chacun-e-x-s utilise les techniques et stratégies qui lui conviennent et lui sont accessibles.

À travers les différents ateliers que nous proposons, nous visons à ce que chaque participant-e-x-s puisse avant tout se sentir légitime de réagir ! Ceci pour faire cesser l'agression le plus rapidement possible afin de se mettre en sécurité !

Quel est l'impact de l'autodéfense féministe sur les violences de genre ?

Nous sommes convaincues de l'importance de la prévention primaire des violences de genre, c'est-à-dire avant qu'elles n'arrivent. Dans son manuel destiné aux formatrices, l'association Garance (1) a regroupé différentes recherches mettant en avant l'impact positif de la participation à un stage d'autodéfense féministe, et ce, à différents niveaux. D'une part, on observe une diminution des agressions sexuelles et, lorsque celle-ci a lieu, il y a une diminution du sentiment de peur ainsi qu'une meilleure capacité à réagir et à faire cesser l'agression (2). On constate également, chez les personnes ayant suivi une formation d'autodéfense, une amélioration de leur qualité de vie de manière générale, de leur capacité à poser leurs limites, à faire entendre leurs besoins ainsi qu'une meilleure perception de leur corps (3). On note également un moins grand sentiment de culpabilité par rapport aux agressions passées (4).



(1) Garance asbl est une association de lutte contre les violences de genre située en Belgique.

<https://www.garance.be/>

(2) L. Brecklin, SE Ullman : Selfdefense and Assertiveness Training and Women's Responses to Sexual Attacks. Journal of Interpersonal Violence, 20 (6), 2005, 738-762.

(3) J.Hollander, mars 2004: "I Can Take Care of Myself": The Impact of Self-Defense Training on Women's Lives

(4) CAFSU : Autodéfense pour femmes : Inventaire et évaluation de cours d'autodéfense pour femmes offerts sur l'île de Montréal. Montréal 2001.

PROJETS 2022 1/6

Fin de l'aventure GE-DECOUVRE

L'aventure GE-Découvre - projet d'activités extrascolaires du mercredi après-midi, proposé par l'Office cantonal de la culture et du sport du Département de la cohésion sociale - commencée en juin 2020 à pris fin en juin 2022. Initialement animé par Delphine Moujahid, de l'association Ancrage à Grenoble, c'est Alicia Ségui, co-fondatrice de l'association, qui, dès août 2021 a repris le flambeau.

Le dernier atelier qui s'est déroulé de février à juin 2022 était destiné aux adolescent-e-x-s de 14 à 16 ans. Pour différentes raisons, (présentation des ateliers dans la rubrique « sport » de GE-DECOUVRE et donc attentes différentes pour certaines des participant-e-x-s, erreurs dans les inscriptions, mais aussi spécificités liés à cette classe d'âge), le nombre de participant-e-x-s a été plus bas que lors des anciennes sessions. Nous n'avons pu compter qu'avec un groupe fixe de 4 à 7 jeunes. En temps normal, nous aurions annulé l'atelier, mais les jeunes souhaitaient réellement continuer l'aventure et nous les remercions sincèrement de leur engagement malgré les circonstances, car ce ne fut pas toujours évident de garder l'énergie et la motivation avec un si petit groupe. MERCI à ielles !



Point très positif de cette année : pas d'annulation pour cause de pandémie ! Nous avons donc pu aller au bout des ateliers et les donner en entier.

Nous avons également pu donner la brochure BIIIM aux participant-e-x-s, notre brochure pour continuer à s'entraîner après les ateliers, et nous avons pu l'envoyer par courrier aux groupes précédents, avec qui nous n'avions pas pu terminer les ateliers à cause de la Covid.

PROJETS 2022 2/6

Suite à ces deux ans de collaboration avec le canton de Genève pour l'animation des ateliers GE-DECOUVRE, nous avons proposé de modifier le déroulement des ateliers (en termes d'horaires et de fréquence), avec les constats que nous avons pu faire tout au long de cette période, mais également en fonction de nos disponibilités. Malheureusement, cela n'a pas pu se faire et nous avons donc dû mettre fin à ce projet. Toutefois, nous sommes toujours intéressées à le reprendre, suivant son futur déroulement et de possibles changements dans la structure horaire. En effet, nous avons énormément apprécié de pouvoir animer ces ateliers auprès de tous-te-x-s ces jeunes et nous sommes convaincues de l'importance de proposer des stages d'autodéfense à ces périodes bien particulières de la vie, que sont la préadolescence et l'adolescence.

Nous profitons ici de remercier une nouvelle fois l'association Viol-Secours, grâce à qui nous avons pu être mises en relation avec Julie Sauter, responsable des activités, que nous remercions encore également !

Atelier x la HEAD

Nous avons été invitées par des étudiantexs de la HEAD à Genève pour animer un atelier d'introduction à l'autodéfense physique dans le cadre de l'exposition qui s'est tenue du 7 au 25 mai 2022 intitulé "Un fort courant chaud de lesbienne perturbe l'ouest de la Suisse".

Cet atelier a eu lieu le samedi 14 mai 2022 sur le lieu de l'exposition. Nous n'avions jamais eu la chance de donner un atelier dans un cadre aussi approprié et agréable et nous remercions chaleureusement les organisateurices et particulièrement Flore pour cette invitation.



<https://www.hesge.ch/head/evenement/2022/fort-courant-chaud-lesbiennes-perturbe-louest-suisse>

PROJETS 2022 3/6

Atelier x La Fonte

Nous avons également été contactées par le collectif La Fonte à Carouge, par le biais d'une de ses membres, Isabelle Boudjkhi. Initialement, le projet était de créer un week-end avec un bloc party le samedi et un atelier d'autodéfense verbale le dimanche, en y incluant un atelier rap. C'est ainsi que dès le mois de février 2022, nous avons eu plusieurs rencontres avec la rappeuse Tyriss, dont nous apprécions fortement le travail artistique, mais également la manière de transmettre son savoir et ses outils à travers les ateliers d'écriture rap qu'elle propose. Nous avons ainsi pu échanger pour mieux comprendre nos pratiques respectives avec l'envie de pouvoir combiner les outils de chacune.

Nous avons commencé à créer l'atelier en partenariat avec Tyriss, mais malheureusement, l'association La Fonte n'est pas parvenue à lancer le processus de recherche de fonds. Nous avons toutefois décidé de maintenir un atelier aux dates prévues et nous avons proposé un atelier d'introduction à l'autodéfense physique, à prix libre. Le prix libre permet à toute personne de pouvoir participer, sans que la question financière ne soit un obstacle. En contre-partie, cela demande souvent à l'association de compléter le financement. Nous ne sommes pas rentrées dans nos frais, mais nous ne voulions pas annuler complètement le projet. En effet, l'association La Fonte propose des activités et des expositions gratuites, particulièrement autour du monde artistique et culturel, dans une volonté d'ouverture sur le quartier.

Il nous semblait intéressant de collaborer avec elles et eux et de pouvoir proposer un atelier de prévention des violences dans ce contexte et c'était également la volonté de l'association.

L'atelier a eu lieu le samedi 17 septembre.

Nous sommes toujours en relation avec La Fonte et nous espérons qu'il y aura d'autres occasions pour que la version de l'atelier en collaboration Tyriss voie le jour.



PROJETS 2022 4/6

Réseau autodéfense féministe romand

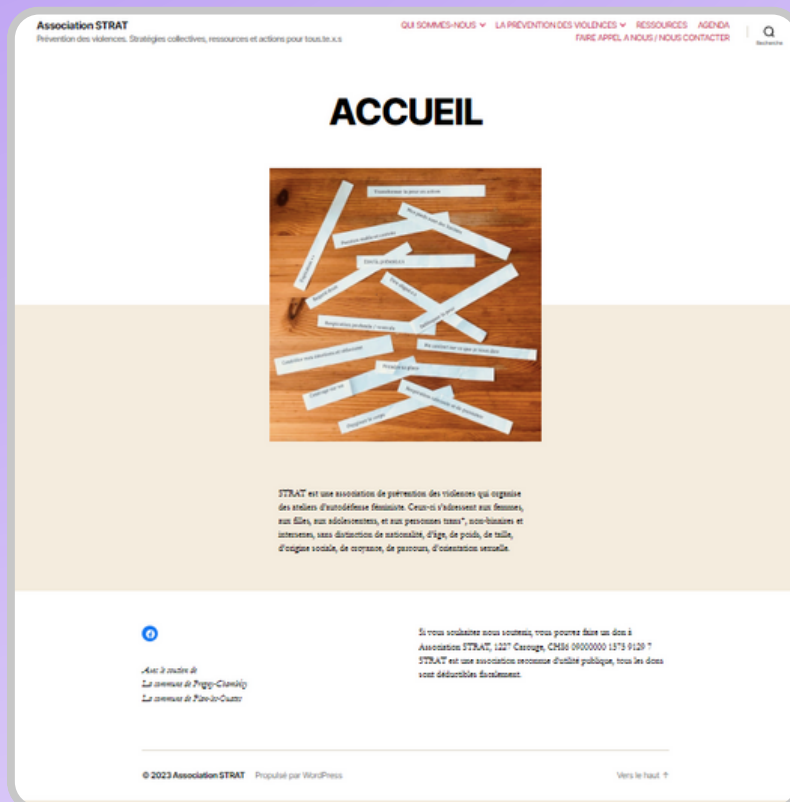
En 2021, nous avons resserré nos liens avec le réseau romand d'autodéfense féministe et de prévention des violences. En 2022, Alicia Ségui a pu participer en tant qu'observatrice à un stage Riposte de l'association ARAPA, qui s'est tenu en septembre à Lausanne. Nous remercions ici très chaleureusement Julia Studer, formatrice d'autodéfense, pour son accueil solidaire et bienveillant.

Un nouveau site Internet et une adresse mail professionnelle

2022 marque également l'année de création du site Internet de l'association : <https://association-strat.ch>

Et d'une nouvelle adresse mail professionnelle : info@association-strat.ch

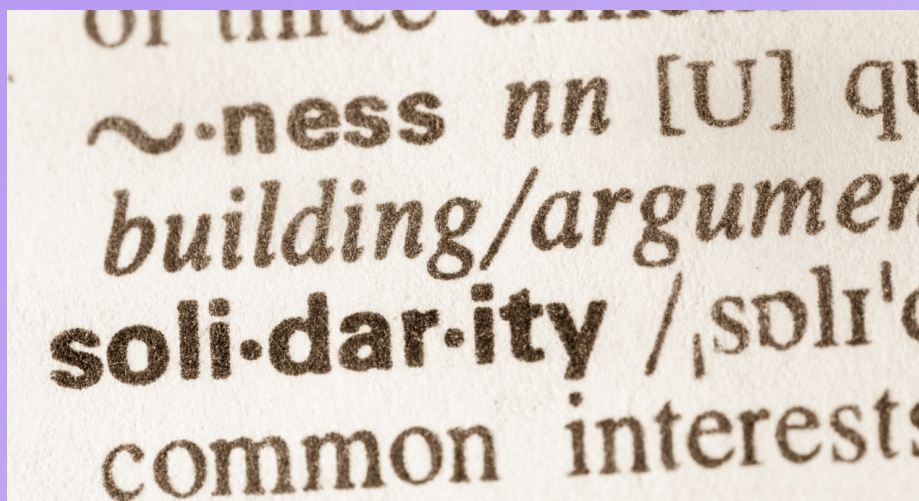
Nous avons décidé de passer par l'hébergeur suisse Infomaniak et nous avons œuvré à rendre la navigation web aussi simple et claire que possible, tout en privilégiant une esthétique moderne et agréable à lire.



Et peut-être un nouveau logo pour 2023 ;)

PROJETS 2022 5/6

Projet d'atelier de prévention des violences pour femmes en situation de précarité



Le projet de création d'un atelier d'autodéfense féministe pour les femmes en situation de précarité a germé dans nos esprits durant les périodes de confinement et semi-confinement. De nombreux lieux d'accueil ont dû fermer ou réduire drastiquement leur offre et on a assisté à une visibilité accrue des violences de genre, notamment dû à leur augmentation en cette période de crise.

Partant de ce constat alarmant, et ayant deux membres de l'équipe confrontés directement à un public bas seuil dans le cadre de leur emploi de travailleuse sociale, le besoin de trouver des solutions de prévention adaptées à leurs situations souvent complexes et qui prennent en compte les mécanismes de double-vulnérabilité dont elles sont victimes, a clairement émergé. L'idée étant de ne pas voir ce type de violence comme une fatalité, mais de s'atteler à éviter qu'elles ne se (re)produisent par le biais de la prévention primaire.

Par ce projet, nous souhaitons également répondre à l'une de nos missions principales qui est de permettre à tou.x.te.s d'avoir accès aux outils que propose l'autodéfense féministe. Les femmes en situation de grande précarité bénéficieraient particulièrement de ces outils.

En effet, elles ont un plus grand risque de subir des violences dans tous les aspects de leur vie (famille, démarches administratives, entourage, espace public et semi-public), d'être plus impactées et d'avoir moins de possibilités d'y faire face, principalement du fait du manque de ressources à leur disposition, mais également des discriminations croisées qu'elles sont susceptibles de subir.

PROJETS 2022 6/6

Afin de construire un atelier au plus près des besoins de ce public, et des contraintes que cela implique, nous avons organisé des rencontres avec les actrices principales présent.e.x.s sur le terrain. Nous avons pu ainsi échanger avec des travailleuses sociales du CausE (le collectif des associations pour l'urgence sociale), de l'association Femmes à Bord et de l'association Asile LGBTIQ+, mais également des travailleuses sociales oeuvrant dans des structures d'accueil gérées par la Ville ou travaillant au SPMI.

Nous avons également pu rencontrer des femmes directement concernées, afin de cerner au mieux leurs besoins en termes de contenu et de format. Ce projet, commencé en 2022, se poursuit en 2023, avec la volonté de mettre en place des ateliers-tests à destination de ce public.

PROJETS FUTURS

Comme l'an passé, les propositions de collaborations ne cessent d'arriver et nous peinons à toujours répondre positivement par manque de temps. Nous sommes toutefois ravies de la direction que prend l'association et de la confiance que l'on nous accorde de manière réitérée.

Différents ateliers sont déjà prévus et la mise sur pied concrète du projet destiné à un public de femmes précaires verra le jour en 2023.

Nous nous réjouissons donc de pouvoir continuer cette belle aventure en 2023 et de voir se réaliser tous ces beaux projets en cours !

RETOUR SUR LES EVALUATIONS 1/3

Il est primordial pour nous de pouvoir avoir un retour sur nos ateliers. Nous le faisons par oral durant les ateliers et par le biais d'un questionnaire d'évaluation standardisé à la fin de ceux-ci. Cela nous permet de continuer à améliorer les ateliers, mais également à voir concrètement les attentes des participant-e-x-s et comment les ateliers permettent d'y répondre, en leur apportant des outils et des ressources pour pouvoir se sentir plus légitimes dans la pose de leurs limites et pour pouvoir oser se défendre.

Le questionnaire standardisé a été mis en place cette année et a été distribué lors de tous les ateliers que nous avons animés. Une version spécifique a été créée pour les jeunes, mais elle reprend les mêmes critères et est donc intégrée à la moyenne générale.

L'échantillon total est de 21 participant-e-x-s, ce qui est certes petit, mais permet déjà de visualiser des pistes de résultats, qui sont particulièrement positives. De plus, au niveau qualitatif, les commentaires récoltés sont également très précieux pour nous permettre de réfléchir à certains ajustements possibles en termes de format ou dans le type d'exercices à proposer. Nous notons cependant que la critique principale était : « c'est trop court !!! ».

En effet, nous avons principalement animé des introductions à l'ADF au cours de l'année 2022 et les participant-e-x-s sont nombreux.se.x.s à vouloir continuer à se former, suite à ces ateliers. Bien que le format de base soit un stage de deux jours, nous avons choisi de continuer à proposer des ateliers d'introduction pour plusieurs raisons. D'une part, il est souvent difficile de dégager du temps pour dédier deux jours entiers consécutifs à l'ADF, d'autant plus qu'il ne s'agit pas d'atelier de céramique ou de yoga, mais d'un espace qui peut être particulièrement remuant. Le format introductif permet ainsi de s'engager plus facilement. D'autre part, cela permet de se faire une idée plus claire de ce qu'est l'ADF et de pouvoir aller plus loin si on le souhaite. Cependant, bien que le temps soit assez restreint, les introductions permettent tout de même d'acquérir de nombreux nouveaux outils, car cela reste l'un des objectifs de ces ateliers.

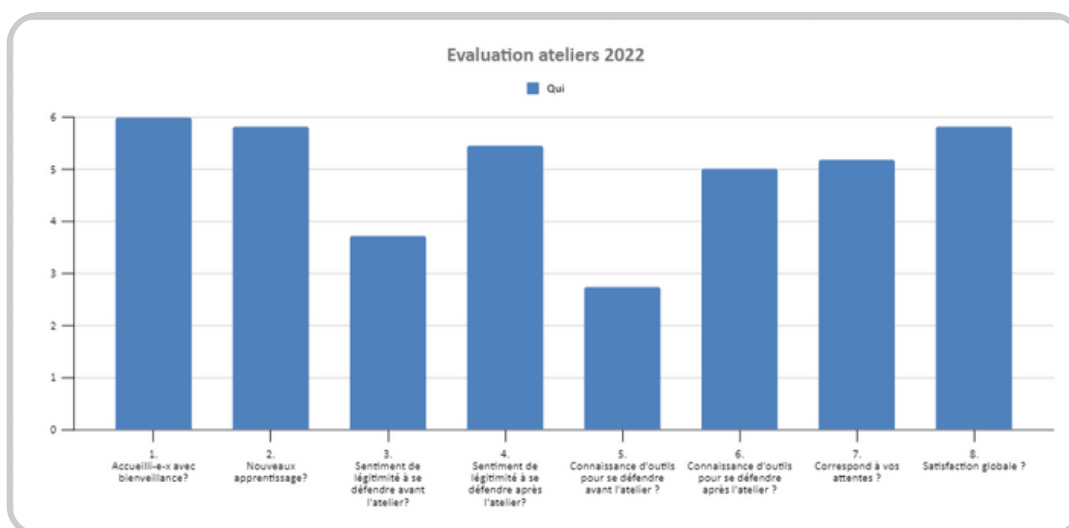
"ça m'a donné l'idée que j'ai le droit de me défendre physiquement. mais j'aurais envie de + de techniques. mais comme c'est une introduction, c'est parfait ! :) C'était super vous êtes génial ! <3"

Retour d'une participant.e.x, intro à la défense physique 2022.

RETOUR SUR LES EVALUATIONS 2/3

Concernant la méthodologie du questionnaire, les participant-e-x-s étaient invité-x-e-s à donner une note entre 1 et 6 à 8 questions et à développer leur réponse pour 2 autres questions. Ielles ce sont senti-e-x-s très bien accueilli-e-x-s avec une moyenne de 6/6, ielles ont globalement été très satisfait-x-e-s des ateliers (5,82/6) et ont appris de nouvelles choses (5,83/6).

Ielles sont ressorti-e-x-s des ateliers en se sentant plus légitimes à poser leurs limites et à se défendre, avec une nette augmentation du score qui passe de 3,72/6 avant l'atelier à 5,46/6 après avoir suivi l'atelier, mais également beaucoup plus outillé-x-e-s passant d'un score de 2,74/6 à un score 5,01/6 après l'atelier.



Questions telles que présentées dans le questionnaire :

1. Est-ce que vous vous êtes senti-e-x accueilli-e-x avec bienveillance tout au long de cet atelier, par les animatrices ?
2. Avez-vous appris de nouvelles choses lors de cet atelier ?
3. Avant cet atelier, vous sentiez vous légitime dans la pose de vos limites et légitime à vous défendre ?
4. Vous sentez-vous maintenant plus (+) légitime dans la pose de vos limites et plus (+) légitime à vous défendre ?
5. Avant cet atelier, vous sentiez vous outillé-e-x-s pour pouvoir vous défendre ?
6. Vous sentez-vous maintenant plus outillé-e-x-s pour pouvoir vous défendre ?
7. Est-ce que cet atelier a pu répondre à vos attentes ?
8. Globalement, êtes-vous satisfait-e-x de cet atelier ?

RETOUR SUR LES EVALUATIONS 3/3

Il s'agit d'un retour sur le vif, juste après la fin de l'atelier, qui permet aux participant-e-x-s de s'exprimer anonymement et donc de manière plus libre. Ces retours sont précieux, ils nous montrent toute l'importance de ces ateliers et en particulier le besoin de travailler sur le sentiment de légitimité à pouvoir se défendre et le droit de se défendre par soi-même. Ils nous donnent surtout très envie de continuer. Dans le futur, nous aimerions, à l'instar d'autres associations plus anciennes, connaître l'impact sur le moyen et long terme.

Merci pour cet atelier riche qui s'adapte à touxstes. J'ai trouvé hyper bien que chaque exercice et outils soient illustrés par des exemples : images comme situations."

Retour d'une participant.e.x, intro à la défense physique 2022.

HISTOIRES DE REUSSITE 1/2

Récolte d'histoires de réussite: un projet transversal

Une histoire de réussite, c'est quoi au juste ? Il s'agit d'une histoire où nous avons fait ou dit quelque chose pour faire cesser, ou changer en mieux, une situation durant laquelle nos limites ont été dépassées. Il peut s'agir de quelque chose dont on est très fier-e-x mais il n'y a pas besoin que ce soit spectaculaire. L'idée étant de se rendre compte de tout ce que l'on sait déjà faire pour arrêter ou faire diminuer ce type de situation afin d'une part de valoriser ce savoir et ensuite de le partager pour s'inspirer et pour se renforcer. Cela peut nous concerner directement ou concerner une situation dont nous avons été témoins.

Lors de nos ateliers, par le biais d'un petit cahier, ou à travers la brochure "BIIM", dans laquelle nous invitons les participant-e-x-s à nous écrire, nous récoltons ces fameuses histoires de réussites.

“ Un jour, pendant les vacances, j'étais dans une ville au Pays-Bas avec 3 amies; une de mon âge et 2 plus âgées. Nous voulions faire du shopping. Pour rejoindre les magasins nous devons passer dans un tunnel dans celui-ci il y avait des ados un peu “effrayant”. Malgré ça on a quand même décidé de passer par là. En passant, on les entendait chuchoter des choses qu'on ne comprenait pas vraiment. Après être sorties du tunnel on les voyait nous suivre. Avec l'amie de mon âge on a pris peur et on ne connaissait pas leurs intentions alors, on a décidé de courir et d'aller se cacher dans un magasin pour pouvoir demander de l'aide si besoin. On ne saura jamais ce que ces ados voulaient réellement et peut-être que nous avons eu peur pour rien mais en tout cas on s'est senties en sécurité et c'est le plus important. “

Histoire de réussite récoltée durant l'atelier d'autodéfense donné dans le cadre des activités extra-scolaire GE-Découvre, 2022.

HISTOIRES DE REUSSITE 2/2

“Dans un fitness un gars dit des trucs racistes et homophobes, elle lui a dit d’arrêter en criant à travers le fit “par contre les remarques homophobes tu vas arrêter merci.” avec un ton super ferme. il est venu se justifier, elle lui a dit j’en ai rien à faire je veux pas parler avec vous”

Femmes cis blanche queer, Genève, 2022

“C’était à lausanne dans le métro, une femme assise toute seule, un homme alcoolisé est rentré et c’est rapproché d’elle en lui parlant de manière agressive. Elle s’est posée sur son siège et l’a regardé avec détermination. Il a arrêté de s’approcher d’elle et est descendu à l’arrêt suivant.”

Femme cis, participante d’un stage à Lausanne, 2022.

BILAN & COMPTES 2022

Bilan et Comptes 2022 de l'association STRAT

<u>Bilan 2022</u>	<u>2022</u>
ACTIFS	7594,59
Liquidités	7189,59
Etat du compte au 31.12.2022	6182,14
Caisse au 31.12.2021	1007,45
Actifs de régularisation	405
Produits à recevoir	405
PASSIFS	7594,59
Passifs de régularisation	357
Charges à payer	357
Bénéfice et perte reporté	7237,59
Bénéfice reporté	6010,83
Bénéfice de l'exercice 2022	1226,76

Compte des recettes et dépenses du 01.01.2022 au 31.12.2022

PRODUITS	5331,6
Financement interne - Prestations de services	2785
Ateliers d'autodéfense	2785
Ateliers d'autodéfense - HEAD	600
Ateliers d'autodéfense - La Fonte	295
Ateliers d'autodéfense - GE-DECOUVRE	1890
Financement externe	2546,6
Subventions publiques	2500
Commune de Pregny-Chambésy	1000
Commune de Plan-les-Ouates	1500
Cotisations et dons	46,6
Cotisations	46,6
Dons privés	0
CHARGES	4104,84
Charges directes d'exploitation	68,8
Matériel d'animation	0
Formation & Supervision	36
Autres frais	32,8
Charges d'exploitation directes	3029,14
Charges salariales	2722,64
Salaires	2722,64
Frais de comité et autres charges de personnel	306,5
Frais de repas	298,5
Frais de représentation	8
Autres charges d'exploitation	916,9
Communication et Information	0
Charges de locaux	0
Charges d'administration et Informatique	839,7
Frais de déplacement	77,2
Charges et produits financiers	90
Frais bancaires	90
Résultat associatif (bénéfice)	1226,76

NOUS SOUTENIR

**Pour soutenir l'association dans ses missions de
prévention des violences ;**

**Vous pouvez devenir membre de l'association,
simplement en versant votre cotisation à prix libre
avec la mention "cotisation".**

**Vous pouvez également nous soutenir avec un don
solidaire, STRAT est une association d'utilité
publique et les dons sont déductibles fiscalement.**

**STRAT
CCP : 15-759129-7
IBAN : CH86 09000000 1575 9129 7**

CONTACT

 Site internet:
<https://association-strat.ch>

 E-mail:
info@association-strat.ch

 Page Facebook:
Association STRAT

 Compte Instagram:
association_strat
