Allemagne : “Cours de natation thérapeutique pour femmes migrantes traumatisées par la mer”

11/11/2019 à 13h56

Pour les femmes migrantes et réfugiées qui ont subi des traumatismes lors de voyages en mer, apprendre à nager peut être une expérience de guérison. Un groupe de natation dans le sud de l’Allemagne aide les femmes réfugiées de différentes parties du monde à surmonter leurs peurs.

“*L’eau élève le corps et l’âme*“, explique Marianne Ermann. Travailleuse social à la retraite, Ermann aide les familles de demandeurs d’asile en Allemagne depuis plus de trois décennies. Aujourd’hui âgée d’une soixantaine d’années, elle donne encore de son temps et de son énergie. Cette semaine, Ermann a reçu un prix d’intégration régionale pour son projet “*Natation thérapeutique pour les femmes réfugiées*“.

Les femmes se rencontrent une fois par semaine à la piscine couverte de la ville bavaroise de Hersbruck. Le premier jour, les deux fils de Dalal, âgés de 10 et 18 ans et originaires d’Irak, ont été étonnés de découvrir qu’elle allait apprendre à nager.

L’objectif du projet d’Ermann est d’aider les femmes qui ont vécu des expériences traumatisantes en mer au cours de leur voyage de migration à surmonter leurs peurs. Les participantes sont aidées à développer une meilleure perception de leur corps et un sentiment de confiance en elles-mêmes et en l’eau.

Jusqu’à présent, au moins 40 femmes ont suivi le cours. Batoul, mère de cinq filles, en fait partie. “*En Syrie, j’ai*

toujours aimé la mer, a-t-elle déclaré à l'agence de presse epd. Une autre jeune femme syrienne, Nesril, s'occupe de ses filles pendant que Batoul fait quelques brasses et se concentre sur l'amélioration de ses compétences.

Dans certains de leurs pays d'origine, ces femmes ne seraient pas autorisées à entrer dans l'eau en public. On ne leur a jamais appris à nager, et elles ont peur, ce qui est compréhensible.

Marianne Ermann est là pour offrir son soutien. "*Ce qui fait souvent paniquer les gens, c'est de ne pas savoir comment remettre les pieds au fond lorsqu'ils sont en position de nage*", explique Ermann. "*Tête haute, genoux rentrés.*" Une fois qu'ils ont appris cela, le reste est facile.

Nesril, Batoul, Dasin, Gülenc, Jude, Hanan et Dalin sont des réfugiés de Syrie, Turquie, Éthiopie ou Pakistan. Deux d'entre eux nagent dans un burkini – une sorte de maillot qui couvre les bras, les jambes et la tête. D'autres portent une seule pièce, tandis qu'une autre femme n'est qu'en bikini. Les femmes sont très différentes, mais elles s'acceptent sans préjugés, dit Ermann. "*C'est la meilleure chose.*"

Parfois, au cours de la leçon, une femme se souvient soudainement du traumatisme qu'elle a subi. "*Ensuite, nous nous rassemblons et faisons des exercices de respiration*", explique Ermann. Hanan, traductrice, travaille à ses côtés et les femmes ont également appris à faire confiance à Hanan.

Le groupe se réunit habituellement le dimanche matin. Ermann téléphone à l'une des femmes et lui dit qu'elle est libre, puis le message est transmis aux autres. Ermann paie elle-même l'entrée de la piscine grâce à des dons.

Lorsqu'elles passent le tourniquet, elle explique aux femmes qui sont nouvelles comment utiliser les casiers et le jeton d'entrée en plastique. Pour ceux qui ne parlent pas allemand, il peut être difficile de trouver les toilettes ou de savoir

quoi faire si vous perdez le jeton. Et que faire quand quelqu'un arrive et commence à vous demander d'où vous venez ? "*Alors dis juste Berlin*", c'est la suggestion pragmatique d'Ermann.

Il fut un temps où Ermann se sentait obligée d'intervenir pour protéger les femmes du groupe. Un jeune homme au bord de la piscine observait attentivement les femmes. Quand Ermann s'est approché de lui, il a dit qu'il était le fils d'une des femmes de notre groupe, explique-t-elle. Il voulait juste savoir si sa mère disait la vérité et qu'elle savait vraiment nager!

Sonntagsblatt