

RENFORCER LES CAPACITÉS D'ACTION DES INDIVIDUS ET DES COLLECTIFS

G.L.I.T.C.H : un projet pour l'égalité pour tous et toutes

G.L.I.T.C.H. est une association féministe qui agit pour promouvoir l'égalité de genre et lutter contre toutes les formes de discriminations et de violences. En mobilisant les outils de l'éducation populaire, du féminisme, du spectacle vivant ou encore du sport, nous contribuons à renforcer le pouvoir d'agir des individus et des collectifs face aux inégalités. G.L.I.T.C.H cherche à amplifier les ressources et les outils dont chacun.e dispose pour trouver ses solutions et faire ses choix de façon éclairée, en tenant compte des rapports de pouvoir qui nous traversent. Notre objectif est de soutenir l'autonomie et l'estime de soi d'individus vulnérabilisés, pour que chaque personne puisse vivre plus libre, digne et heureuse, accéder à ses droits, et prendre part au changement social, si et comme elle le souhaite.

Nos outils pour favoriser les capacités d'agir

Nous proposons des ateliers d'éducation à la vie relationnelle affective et sexuelle (EVRAS) et de développement affectif et social (ProDAS), des ateliers de cirque social, de théâtre forum, des stages d'autodéfense féministe, des formations professionnelles ainsi que des numéros et spectacles de cirque et drag à visée de sensibilisation. Nous aimons composer des animations qui mêlent ces différents outils afin de répondre au mieux aux besoins des structures et publics avec lesquelles nous travaillons.

EVRAS ET PRODAS

Éducation à la Vie Relationnelle Affective et Sexuelle (EVARAS), PROgramme de Développement Affectif et Social. Ces animations explorent des aspects très divers tels que les discriminations et les violences (sexistes et sexuelles, (cyber)harcèlement scolaire, usage de la pornographie et des réseaux sociaux, prévention de la prostitution des mineur.es, etc.), les limites personnelles et corporelles, le consentement dans les relations, la santé sexuelle au sens large (connaissance du corps, IST, contraceptions, orientation sexuelle, identité de genre), dans une approche de harcèlement scolaire, usage de la pornographie et des réseaux sociaux, prévention de la prostitution des mineur.es, etc.), les limites personnelles et corporelles, le consentement dans les relations, la santé sexuelle au sens large (connaissance du corps, IST, contraceptions, orientation sexuelle, identité de genre, etc.), dans une approche de **prévention des risques**. Nous stimulons l'analyse, le débat, l'empathie, l'intelligence collective, pour apprendre à identifier et exprimer nos émotions et nos limites. Nous réfléchissons à développer des solutions concrètes aux questions et problématiques des personnes et construire des interactions égalitaires. Ces ateliers, très adaptés pour les jeunes et les enfants, peuvent se décliner avec tous les publics à partir de 6 ans. Ils peuvent aussi être animés avec des enfants pendant que les parents suivent un autre atelier.



THÉÂTRE IMAGE ET THÉÂTRE FORUM

Jouer à nous émanciper. Dans cette animation coopérative, nous mettons en jeu, ensemble, si nous le voulons, nos corps, nos voix, et nos rapports aux autres. En jouant avec des images, des sons, des mouvements, nous observons des dynamiques de pouvoir et cherchons à **transformer des situations d'oppression en perspectives d'émancipation.** L'atelier accompagne progressivement les participant.es à se familiariser avec leur corps et leurs récits personnels, leurs rapports aux dominations et aux autres membres du groupe. Nous invitons à **construire des images ou des scénettes, à les analyser et agir sur elles pour transformer l'histoire** et découvrir ensemble et grâce aux regards particuliers de chacun·es des perspectives plus satisfaisantes. L'idée est d'aider des individus et des groupes à trouver des solutions à leurs problématiques communes. Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà pratiqué le théâtre, cette activité a été créée pour des participant·es amateur·ices.

CIRQUE SOCIAL

Récupérer du pouvoir d'agir individuel, social et politique, en se mettant en piste ensemble. Cet atelier propose aux participant.es d'expérimenter des techniques de cirque, d'ouvrir des espaces et des modalités d'expression, de s'essayer à parer et à être paré·e, de jouer à tester différents rapports aux autres, de nouvelles manières de relationner avec son corps, de se confronter au risque dans un espace sécurisé. Il invite à se (re)présenter et se (ré)inventer, individuellement et collectivement. Il vise à renforcer l'estime de soi, l'autonomie, la capacité à faire des choix pour soi-même et ensemble. A développer l'expression de ses limites et l'écoute de celles des autres, à mieux vivre avec son corps, à accroître la confiance en soi et en les autres, à stimuler l'envie de jouer collectif et de construire ensemble. Nous avons développé un programme de cirque social pour des femmes victimes de violences.

SPORT SOCIAL

Récupérer du pouvoir d'agir individuel, social et politique en faisant corps. Cet atelier invite les participant·es à mobiliser leur corps de manière ludique et collective. Il mêle des activités d'éducation

populaire, des exercices sportifs, des jeux coopératifs, des temps de développement de la conscience corporelle, des entraînements à l'écoute des autres, tout en s'adaptant aux capacités physiques de chaque participant·e. Il cherche à stimuler la confiance dans et l'écoute de son corps et dans sa puissance, la sensation d'être partie prenante d'un groupe, l'esprit d'équipe et de solidarité, le plaisir de faire par et pour soi-même et avec les autres.

G.L.I.T.C.H propose des ateliers de sport ou de cirque social pour des personnes qui subissent des oppressions et qui ont moins accès aux sports et aux loisirs, en particulier des jeunes, des femmes et des minorités sexuelles et de genre. Ces ateliers mobilisent le cirque et le sport comme un outil ludique de soin, d'émancipation et de renforcement des capacités d'action sur soi et sur le monde. Ils visent à contribuer à la réduction des conséquences négatives, y compris psychotraumatiques, des situations vécues et à construire un espace soutenant et joyeux qui aide les personnes dans leurs parcours. Jusqu'ici, G.L.I.T.C.H développe ces ateliers avec des établissements scolaires, des associations et des centres de soin.



AUTODÉFENSE FÉMINISTE ET PRÉVENTION PRIMAIRE DES VIOLENCES

Prévenir les agressions et les transgressions de limites, renforcer l'affirmation de soi. L'autodéfense féministe est une pratique qui vise à transmettre des outils simples et efficaces pour prévenir les agressions avant qu'elles n'adviennent ou se répètent ou éviter qu'une situation s'aggrave. Elle comporte quatre dimensions : mentale, émotionnelle, verbale et physique. Lors de ces ateliers, nous nous entraînons à identifier des situations problématiques ou dangereuses pour nous et à les faire cesser, en s'appuyant sur les vécus et les expériences des participant.es.

L'autodéfense féministe a ainsi pour objectif de renforcer la confiance dans ses capacités d'action, de découvrir ou d'expérimenter sa force et d'apprendre à se défendre physiquement, de développer ses ressources pour poser ses limites, de se questionner sur les stéréotypes autour des violences, de faire communauté entre personnes concernées par des situations de violences similaires. Nos stages sont accessibles à toutes, sans condition physique requise.

FORMATIONS PROFESSIONNELLES SUR LA PREVENTION DES VIOLENCES

Se former sur les violences, changer les pratiques professionnelles. En tant qu'organisme de formation, G.L.I.T.C.H propose des formations sur la prévention des violences, en particulier sexistes et sexuelles (VSS), y compris au sein d'espaces de travail ou d'enseignement. L'objectif est de fournir des informations et des ressources sur les VSS afin d'amener les participant.es à identifier et prendre en compte ce phénomène dans leur vie et leurs pratiques. Ces formations peuvent par exemple aborder : l'origine des VSS d'un point de vue socio-historique, les formes de violences, le cadre légal, les mécanismes à l'œuvre dans les discriminations et les violences, le repérage de ces situations, l'écoute, la protection, l'orientation et/ou l'accompagnement des personnes victimes, en tenant compte de la spécificité du domaine d'intervention et des personnes.

Ces interventions cherchent à stimuler la réflexion et le dialogue entre les participant.es afin que les professionnel.les, collègues, enseignant·es, bénévoles, élèves, travaillent sur leurs représentations, pratiques, besoins et limites au sein de leur environnement d'intervention. Elles visent la mise en place d'outils et de cadres concrets par les participant·es pour prévenir les VSS dans leur structure, soutenir les personnes victimes et faire face à ces situations.

SPECTACLES DE CIRQUE ET DRAG, SORTIES CULTURELLES

Questionner les normes de genre, créer de nouvelles représentations par le spectacle. G.L.I.T.C.H crée et joue des spectacles de cirque et de drag pour mettre en scène de nouvelles représentations sur le genre et les rapports sociaux en général, questionner les stéréotypes, performer des pistes d'émancipation.

NUMÉRO "INDIGESTION"

Dans "Indigestion", un personnage se fait harceler par un autre, sa main, qui tente d'enfreindre ses limites. La main prend possession du corps de la jeune fille, qui se débat. Par l'humour la danse, l'acrobatie, les équilibres et le théâtre physique, la pièce permet d'aborder les notions de consentement, de harcèlement, d'emprise, de stéréotypes de genre, de discrimination, d'émancipation et d'égalité.



SPECTACLE "1-0"

Dans ce spectacle de cirque et drag, la compagnie Fin d'Race transforme un terrain de foot en champ de vaches, un monde noir et blanc en univers multicolore, des humains en monstres mutants, pour imaginer des processus qui nous permettent de nous émanciper des systèmes d'oppression qui nous construisent. Individuellement et collectivement, iels cherchent à déconstruire ce qu'iels ont appris et à apprendre à choisir pour elleux-mêmes, ensemble. Jouer collectif et réaliser leur besoin vorace de faire corps. C'est un spectacle de 45 minutes en salle ou en extérieur de nuit, avec 3 acteur·ices sur scène et une musicienne technicienne en régie.

SORTIES CULTURELLES

G.L.I.T.C.H a à cœur de rendre ses spectacles accessibles, en particulier pour les personnes qui ont peu ou pas accès à la culture. Nous cherchons ainsi à promouvoir l'accès aux loisirs et à la culture pour les publics avec lesquels nous travaillons. Pour cela, nous développons également des partenariats avec des théâtres, des salles de spectacles, des compagnies, pour proposer des sorties culturelles aux personnes que nous soutenons.

Nos publics

Nous nous adressons à tous types de publics, à partir de 6 ans, et favorisons les groupes partageant des vécus similaires, afin de renforcer les individus et les communautés dans des espaces sécurisés.

Nous sommes particulièrement spécialisé.es dans l'accompagnement des personnes qui ont vécu des violences ou discriminations liées au genre. Nous soutenons toutes les personnes marginalisées ou victimes d'oppressions et en particulier les enfants et les jeunes, les femmes et les personnes de la communauté LGBTQIA+.

Nous collaborons avec des associations, des centres sociaux, des centres de soins, des établissements scolaires, notamment. Nos ateliers sont prévus pour être adaptés aux capacités physiques, psychiques, émotionnelles de chaque personne, et pour que chacun·e puisse en permanence décider de sa participation ou non à l'activité.

Nos méthodes

Notre posture s'ancre dans les principes de l'éducation populaire et du féminisme, ce qui signifie que notre pédagogie est ascendante et part des besoins et des désirs des personnes concernées, en les rendant actrices de leur processus au sein des ateliers. Nous avons à cœur de nous adapter à chaque personne en garantissant qu'un cadre bienveillant, encourageant, empathique, non jugeant, non intrusif et respectueux soit mis en place.

Notre méthodologie vise à assurer la sécurité des participant·es et des animateur·rices, afin de minimiser les risques que peuvent encourir les personnes et maximiser les impacts positifs. Nous définissons ainsi un cadre de sécurité adapté à chaque contexte d'intervention. Nous nous assurons de la formation, y compris sur les conséquences, en particulier psychotraumatiques, des violences et de la supervision continues des intervenant·es.

Nous mettons également en place un cadre de préparation, de suivi, d'évaluation et d'amélioration continue des actions menées. Au cœur de cette démarche, la co-construction de nos interventions avec les structures partenaires et les participant·es aux ateliers, afin d'identifier au mieux les besoins, envies et demandes et adapter nos ateliers au plus près des réalités des personnes concernées. Nous impliquons bien sûr aussi les participant·es aux ateliers et les structures partenaires au dispositif de suivi et d'évaluation des interventions afin de cibler les impacts et les lacunes de nos actions, d'inscrire les ateliers et ce qui s'y joue dans le parcours d'accompagnement le cas échéant, et de faire progresser nos pratiques.

Pourquoi nous ?

En tant qu'association féministe, G.L.I.T.C.H adopte une grille de lecture fondée sur la prise en compte des normes sociales et des rapports sociaux de domination. A travers nos actions, nous cherchons ainsi à accompagner le **développement de la puissance d'agir** des personnes, au niveau **individuel**, mais aussi **social et politique**. Pour nous, toutes ces dimensions sont interconnectées et nous offrons des espaces qui permettent de faire résonner **intime et politique**.

Alors que les systèmes d'oppression isolent et peuvent pousser à l'individualisme, G.L.I.T.C.H croit dans le **pouvoir du collectif** pour aider à (re)déployer sa puissance et agir sur soi et sur le monde. C'est pourquoi nous concevons des actions qui mettent en jeu l'individu dans des dynamiques collectives, d'écoute de soi, des autres, de soutien, de solidarité directe, et qui peuvent permettre de faire communauté ensemble, changer nos rapports à soi et aux autres, retisser du lien social.

Nous accordons également une grande importance au **corps**, auquel la violence cherche à nous réduire : corps féminins et sexualisés, corps gros, corps racisés, corps comme force de travail, etc. Si le corps emmagasine les violences, la souffrance, les assignations, nous croyons aussi qu'il peut être un formidable outil et lieu de libération, de puissance et d'émancipation. Nous cherchons ainsi à mettre en mouvement et mobiliser les corps, à favoriser la confiance et les liens que l'on peut entretenir avec lui, pour encourager l'estime de soi et la confiance dans sa propre puissance.

Au sein de G.L.I.T.C.H nous sommes convaincu·es qu'il n'est pas possible de supprimer les rapports de domination en mobilisant des moyens qui reproduisent les logiques que nous combattons. C'est pourquoi nos **outils, postures et méthodes** sont profondément pensé·es et choisi.es pour **être égalitaires et produire de l'égalité**. Nous nous positionnons dans des relations d'horizontalité, nous accompagnons les personnes dans les chemins qu'elles choisissent par et pour elles-mêmes, nous cherchons à susciter intelligence collective, écoute, dialogue, non violence, entre-aide, à tous les niveaux.

Nous prenons en compte **l'intersectionnalité des discriminations et des violences** que les participant·es peuvent subir. Nous considérons et respectons ainsi la **spécificité du vécu des personnes et des stratégies qu'elles déploient** face aux oppressions et tentons de prendre en compte dans nos interventions la multiplicité des formes d'oppressions que peuvent subir les participant.es.



G.L.I.T.C.H concrètement

G.L.I.T.C.H est née en 2021 à l'initiative de militant.es et professionnel.les féministes qui, face à la prise de conscience collective de l'ampleur des violences et de la montée des inégalités ont voulu canaliser leurs volontés de changement social et leurs expériences dans un projet associatif innovant.

Ce projet combine leurs expériences dans les domaines du spectacle vivant, du sport, de l'éducation populaire, du travail social et de la lutte contre les discriminations et les violences pour concevoir des interventions collectives de prévention, sensibilisation, formation et soutien aux personnes concernées.

Concrètement depuis 2021, nous avons :

- mené des recherches pour tester la pertinence de nos idées auprès des publics concernés ;
- construit notre projet associatif et œuvré à bâtir un collectif de travail engagé au service des valeurs que nous portons ;
- ouvert deux antennes de l'association, une à Arles, et une à Paris.
- réfléchi sur nos actions, beaucoup échangé, débattu, analysé, confronté et mutualisé nos outils, nos pratiques, nos approches et expériences pour en tirer le meilleur ;
- mené une recherche sur les bienfaits du sport et des pratiques artistiques, en particulier du cirque, auprès des ateliers de la Maison des Femmes de Saint Denis et rédigé le mémoire "Faire du cirque social un outil de soin pour des femmes survivantes de violences sexistes et sexuelles" ayant permis d'étayer notre dispositifs d'ateliers ;
- construit nos méthodologies d'intervention, notamment en trouvant des allié.es pour nous accompagner ;
- bâti des partenariats ;
- cherché des financements ;
- complété nos formations en éducation à la vie relationnelle affective et sexuelle, conseillère conjugale et familiale, animatrice d'autodéfense féministe et de théâtre forum ;
- animé des ateliers de prévention et sensibilisation en milieu scolaire dans des collèges et lycées d'Ile-de-France, du Nord de la France et des Bouches du Rhône (Wattrelos, Istres) ;
- animé des ateliers de théâtre forum avec divers groupes (chantier écoféministe, étudiant.es EVRAS, Centre Social de Salon-de-Provence, centre d'hébergement d'urgence de la Maison des femmes de Saint-Denis) ;
- animé des ateliers d'éducation à la vie relationnelle affective et sexuelle avec un groupe d'enfants (Salon de Provence) ;
- présenté le numéro Indigestion dans les Bouches du Rhône (Centre Social de Salon-de-Provence) ;
- animé des ateliers de sport et théâtre image auprès de femmes accompagnées par le CIDFF de Tourcoing ;
- animé des ateliers de cirque social et de théâtre forum pour des femmes accompagnées par la Maison des femmes de Saint-Denis ;
- animé un atelier d'initiation au cirque social pour les professionnelles de l'Institut Women Safe and Children ;
- co-construit des projets d'ateliers de cirque social et de théâtre forum avec l'association Women Safe and Children (Saint Germain en Laye), l'atelier théâtre et le centre d'hébergement d'urgence Mon Palier de la Maison des Femmes (Saint Denis), l'Amicale du Nid (Paris), Femmes pour dire, femmes pour agir (Paris), La Collective (Arles), l'Association Ostara (Annecy), plusieurs CIDFF (Arles, Lille, Tourcoing), Le Carreau du Temple (Paris) ;
- poursuivi la création du spectacle 1-0 de la Colectiva Fin d'Race ;
- formé l'ensemble des professionnel.les d'Amnesty international France sur la prévention des violences sexistes et sexuelles au travail.

Nos soutiens et partenaires



Médée



le planning familial 84

