

Un créneau uniquement pour les femmes à la salle de muscu des Vernes

Yamina Frécaut-Martin est une habitante des Vernes à l'origine de l'ouverture de créneaux pour les femmes à la salle de musculation Jean-Moulin. Ces femmes ont inspiré le photographe Mathias Zwick à l'origine du projet photos *Les charges invisibles*, construit avec elles et le pôle photographie Stimultania.

C'est d'abord l'histoire de Yamina Frécaut-Martin. L'habitante des Vernes, âgée de 65 ans, a collaboré avec la Ville pour ouvrir des créneaux réservés aux femmes à la salle de musculation Jean-Moulin.

Des femmes n'osaient pas pratiquer l'activité en présence d'hommes. La municipalité, qui a la jouissance de ce local commun résidentiel propriété du bailleur Alliade-Habitat, a accepté.

«C'est la muscu qui m'a sauvée»

«Nous payons 32 € par an. La salle, remplie de machines de musculation et cardio-training, est ouverte aux femmes le lundi de 8 h 30 à 11 h et mardi, jeudi, vendredi, de 10 h à midi», explique Yamina.

Son kiné lui avait fait découvrir la pratique : «J'ai une prothèse de hanche et quatre hernies discales. C'est la muscu qui



À gauche, Céline Duval, directrice du pôle de photographie Stimultania et Yamina Frécaut-Martin, habitante des Vernes qui a motivé d'autres femmes à s'engager dans la pratique musculaire. Photo Sabrina Madaoui

m'a sauvée.» Depuis, Yamina insiste : la régularité et les répétitions d'exercices sculptent la silhouette, remettent en forme.

Elle prodigue des conseils posturaux à ses quinze copines. «Les femmes que je croisais me voyaient m'affiner... Elles voulaient se retrouver entre elles après avoir déposé leurs enfants à l'école le matin.»

«Yamina est un peu leur coach», lance Céline Duval, di-

rectrice du pôle photographie Stimultania de Givors.

«Un jour, j'ai rencontré Yamina à la médiathèque. Je recherchais une volontaire sur le thème du "refuge", comment nos corps se plient et se déplient ; nous avions le photographe Mathieu Farcy en résidence. Yamina lui a raconté son histoire, ils ont travaillé sur le cri empêché. Le projet "d'Amour et de rage" a débouché sur un livre et

une exposition début 2025 », ajoute Céline Duval.

En 2024, le photographe Mathias Zwick, en résidence également, a mené un travail avec des associations sportives de Givors sur le thème "Intérieur sport", «s'inspirant des célèbres albums Panini», écrit l'artiste.

Il souhaitait «montrer comment le sport transcende les simples performances pour de-

« Dans cette salle, elles rient, elles avancent »

Stimultania

venir partie intégrante de notre identité, de notre foyer et de notre manière de vivre. »

À partir de la salle Jean-Moulin, une autre idée artistique a germé. Mathias Zwick a passé beaucoup de temps avec les Givordines. Elles ont posé visage couvert ou découvert pour le projet nommé *Les charges invisibles*. «Pour l'instant, nous ne savons pas comment nous allons présenter les photos», précise Céline Duval.

«J'ai pris mon pied»

Pour Stimultania, «ce projet photographique explore ce que l'on porte et ce que l'on dépose. Car ces femmes ne soulèvent pas seulement des poids, elles portent aussi des charges invisibles : le quotidien, les responsabilités, les contraintes qui pèsent sur leur temps et leur espace. Dans cette salle, elles trouvent un équilibre. Elles transpirent, elles rient, elles dansent, elles avancent.» Yamina l'atteste : «J'ai pris mon pied!»

● Sabrina Madaoui