

Thérèse Akapko, jeune karatéka prête à se défendre « peu importe la situation »

24 octobre 2024 à 11h 28 - [Ousmane CISSE](#)

Thérèse Akapko est une jeune femme d'origine togolaise qui réside à Conakry, la capitale guinéenne. Étudiante en Licence 3 Sciences comptables, elle pratique le karaté, un sport souvent attribué aux hommes, dans des pays comme la Guinée.

Rencontrée par une contributrice de Génération qui ose, Thérèse définit le karaté comme « *un art de se vaincre soi-même, une technique de combat, une méthode de défense. C'est aussi un sport de compétition et une culture physique* ».

Selon la jeune sportive, l'envie de pratiquer cette discipline l'habitait depuis son adolescence. « *J'ai nourri cette idée de faire du karaté depuis que j'avais 16 ans. C'est une pratique qui m'inspire et que j'aime beaucoup. À l'école, j'étais une élève assez turbulente et il arrivait chaque fois que je sois en trouble avec mes camarades hommes. Mais on ne se battait jamais/ Puis, je me suis dit et si un jour cela tournait au vinaigre et que je sois confrontée à un corps à corps, comment vais-je m'en sortir? De là, je me suis inscrite dans une salle de karaté. J'étais la seule fille parmi tous les élèves, mes amies se moquaient de moi en me disant que c'est une pratique purement masculine mais je n'ai pas abandonné* », confie Thérèse Akapko.

Malgré le grand amour qu'elle a pour le karaté, les premiers pas de la jeune étudiante dans cette discipline n'ont pas été sans difficulté. « *Mes premiers jours n'étaient pas du tout faciles, j'avais du mal à m'adapter. C'est au fur et à mesure que je me suis habituée. Mon coach et mes amis étaient très courtois, ce qui m'a permis de m'adapter au bout de la première semaine. Maintenant, c'est devenu une vraie passion pour moi. Je le faisais, car les jeunes garçons avec qui j'étais m'encourageaient sans cesse. Actuellement, j'ai une ceinture jaune. J'ai marqué une petite pause pour le moment, mais c'est une pratique vraiment formidable, il me faut la continuer* », rassure-t-elle.

Si la karateka tient tant à cette discipline, c'est parce qu'en plus de pouvoir assurer son autodéfense, elle est convaincue de contribuer à briser les stéréotypes qui entourent la pratique de son sport favori. « *Être forte et pouvoir me défendre peu importe la situation, surtout face à un homme, prouver que les femmes peuvent se*

défendre elles-mêmes, c'était ça mes rêves », explique Thérèse Akapko qui tient à rappeler que les femmes peuvent bien réaliser leurs rêves dans les différentes activités socioprofessionnelles. « *Il leur suffira juste de s'accrocher et de braver les obstacles sociaux pour y parvenir* », conclut-elle.

Gnoumagbè Diakité – Contributrice de Génération qui ose