



Toutes à vélo

**Un programme d'apprentissage du vélo
par et pour les femmes**

Par Catherine Plante

Chargée de projet, Éducation cycliste

26 octobre 2022



Vélo Québec



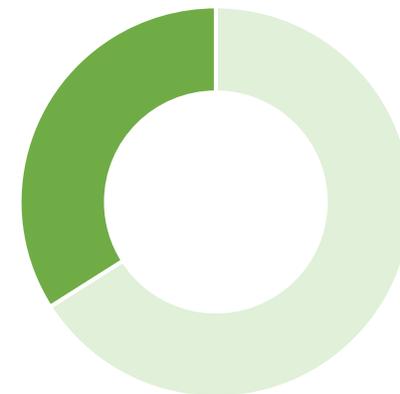
Le contexte

Alors que 62% des hommes font
du vélo au Québec, seulement
47% des femmes en font

- État du vélo, 2020

Les femmes représentent
seulement 34% des cyclistes

- Recensement Canada, 2016



■ Homme ■ Femme

The background image shows a park scene with a grassy field in the foreground. Three people are riding bicycles along a path. In the background, there are trees, a brick building, and a tall electrical transmission tower under a cloudy sky.

Réalités spécifiques à la mobilité des femmes

Responsabilités
supplémentaires

...

Déplacements non
linéaires et multiples

...

Sentiment
d'insécurité

Barrières principales à la pratique du vélo chez les femmes

- Connaissances/compétences
- Sentiment de confiance
- Crainte d'un souci mécanique

**Conclusions de la doctorante Priscilla Dutra Dias Viola de l'École d'urbanisme et d'architecture de paysage de l'Université de Montréal*



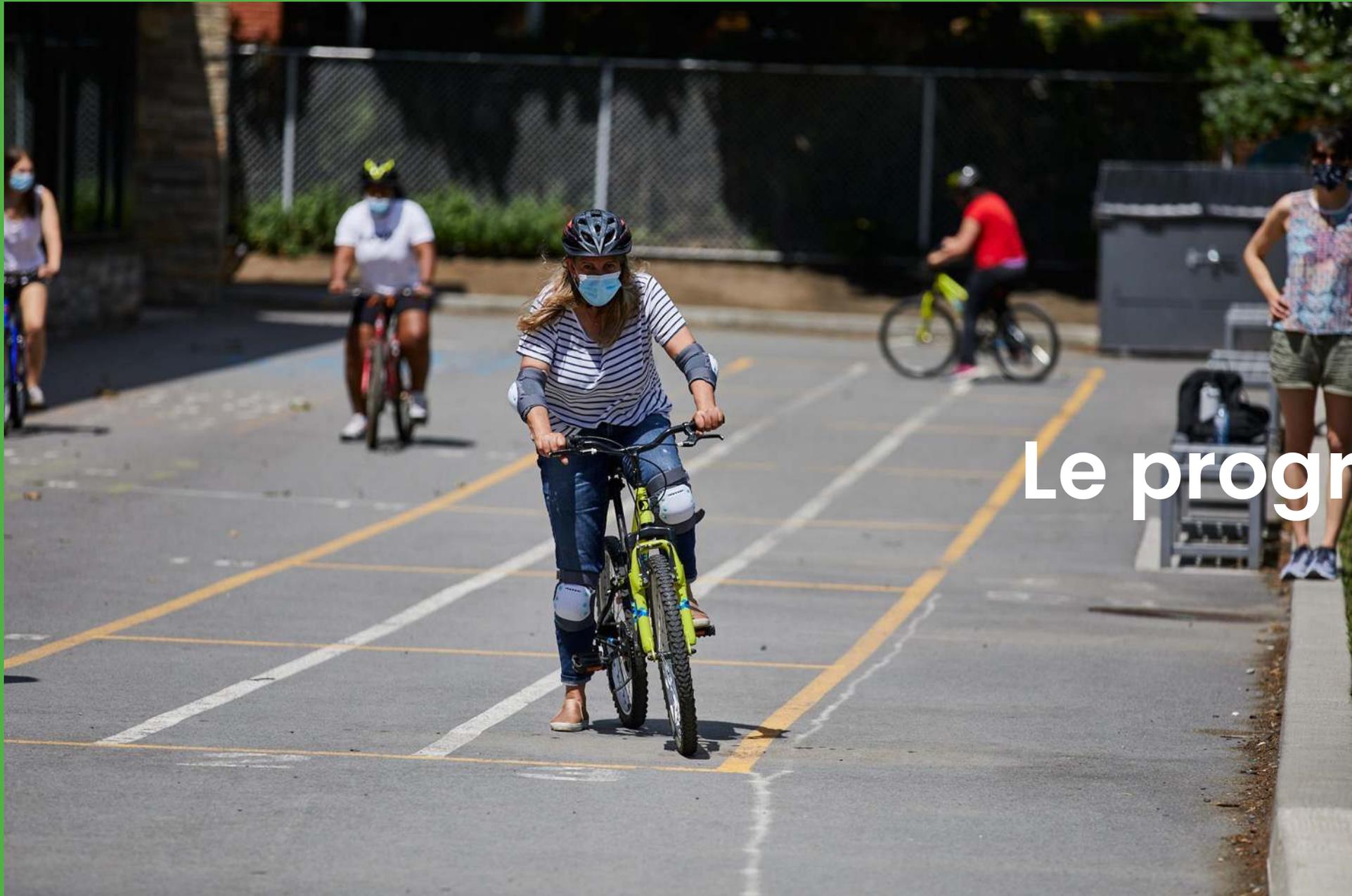
Ne pas savoir faire du vélo à l'âge adulte

Une réalité invisibilisée

« Le plus difficile pour ces personnes-là [qui n'ont pas appris à faire du vélo durant l'enfance], c'est le sentiment de honte qu'elles vivent, alors qu'on tient pour acquis que c'est un passage obligé de l'enfance, qu'on apprend à faire du vélo à un certain âge tout comme on apprend à marcher quelques années plus tôt. Mais ce n'est pas vrai pour tout le monde »

– Amadou Touré, Fondateur de Vélo Caravane.

(Annabelle Caillou, Le Devoir. 27 juillet 2020).



Le programme

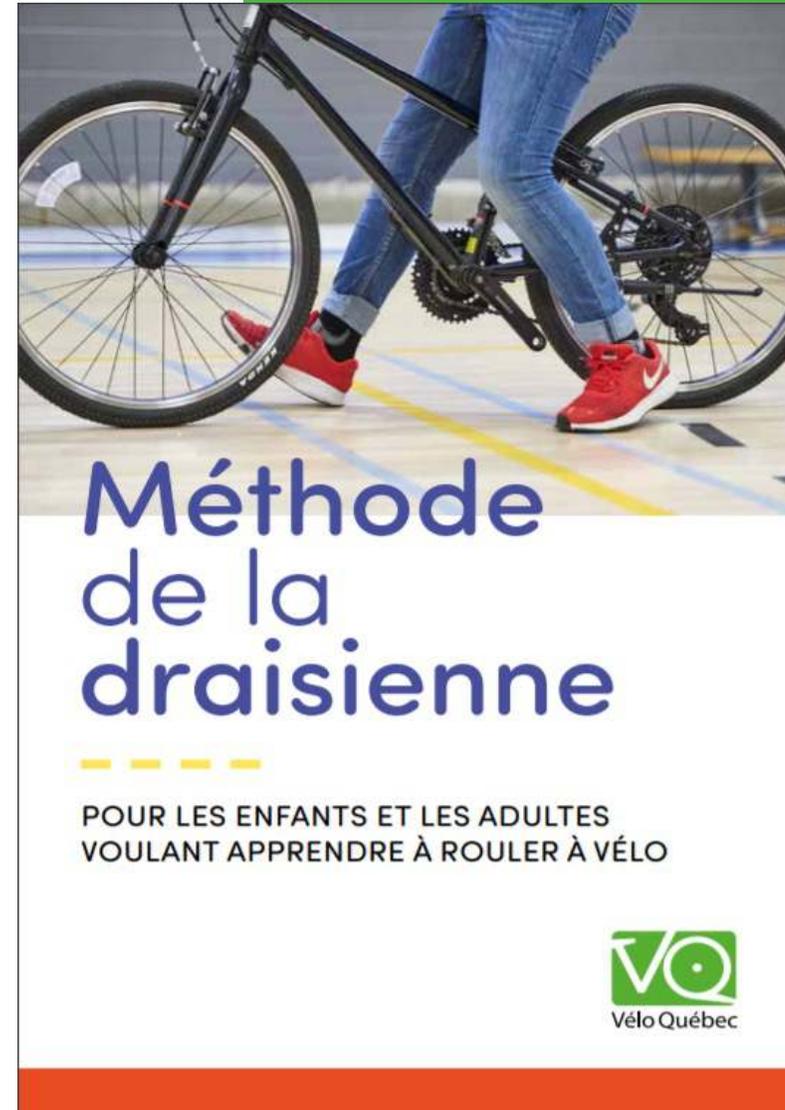


OBJECTIF :

Rendre accessible la pratique du vélo à des femmes qui n'ont jamais eu l'opportunité d'apprendre pour pallier les inégalités dans la pratique

Volet 1 : s'initier au vélo

- S'adresse aux femmes qui n'ont jamais fait de vélo



Volet 2 : rouler en milieu urbain

- S'adresse aux femmes qui savent pédaler mais ne sont pas à l'aise d'aller sur la route
- Habiletés motrices
- Règles de la route
- Vérifications mécaniques



A photograph of two people riding bicycles on a paved path in a park-like setting. The person in front is wearing a blue helmet and a light-colored jacket. The person behind is wearing a white helmet and a bright yellow-green vest over a red long-sleeved shirt. They are riding past a grassy area with fallen yellow leaves. In the background, there are several parked cars and large trees with green and yellowing leaves, suggesting an autumn setting. A white semi-transparent box is overlaid on the right side of the image, containing text.

Facilitants à la participation

Halte-garderie

...

Prêt de vélo et casques

...

Gratuit

...

Espace sans jugement

Faits saillants

2021

3 arrondissements
2 organisations partenaires

7 groupes
106 participantes

13 accompagnatrices
71 heures d'activité

2022

6 arrondissements + Laval
6 organisations partenaires

16 groupes
200 participantes

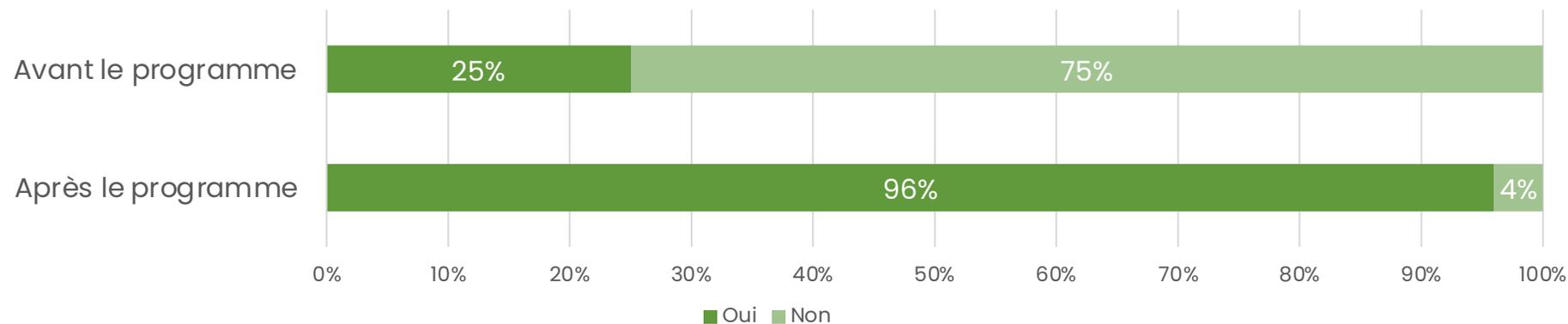
30 accompagnatrices
176 heures d'activité



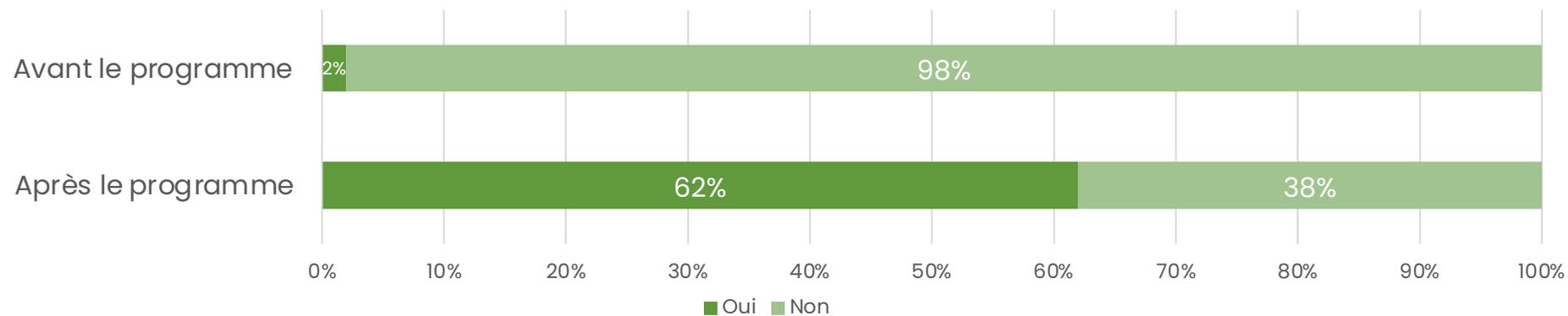


Les impacts

Savez-vous pédaler?

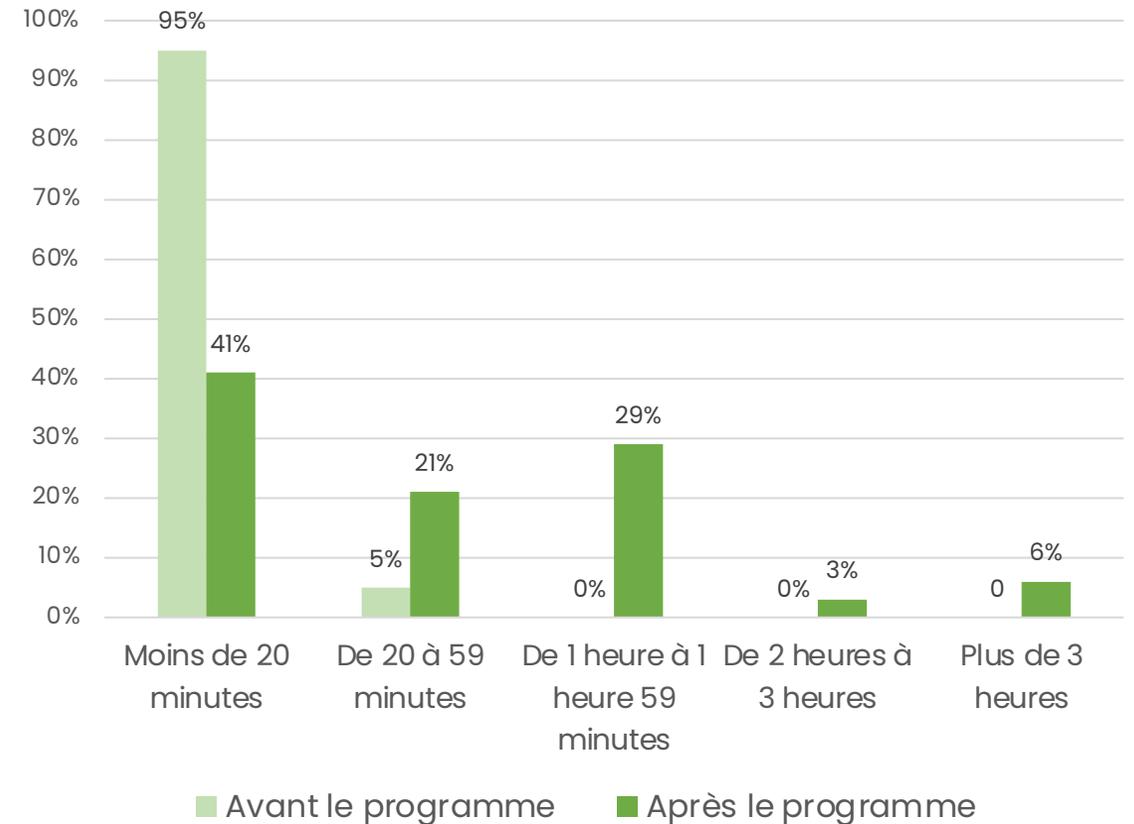


Êtes-vous à l'aise de rouler sur la route?

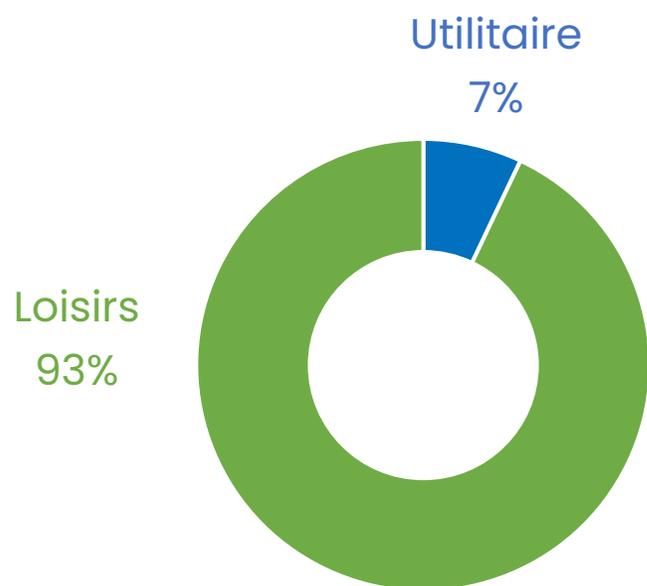


**Après le programme,
plus du tiers des
participantes (35%) font
au moins une heure de
vélo par semaine**

En moyenne, combien de temps
consacrez-vous au vélo par semaine ?

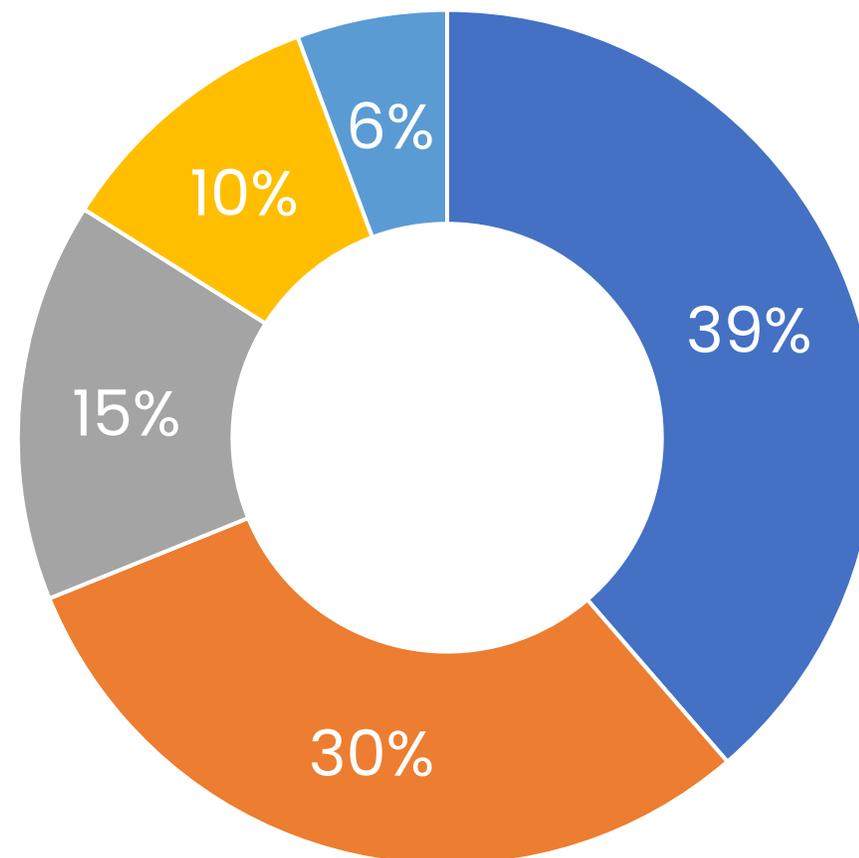


Raisons d'utilisation après le programme



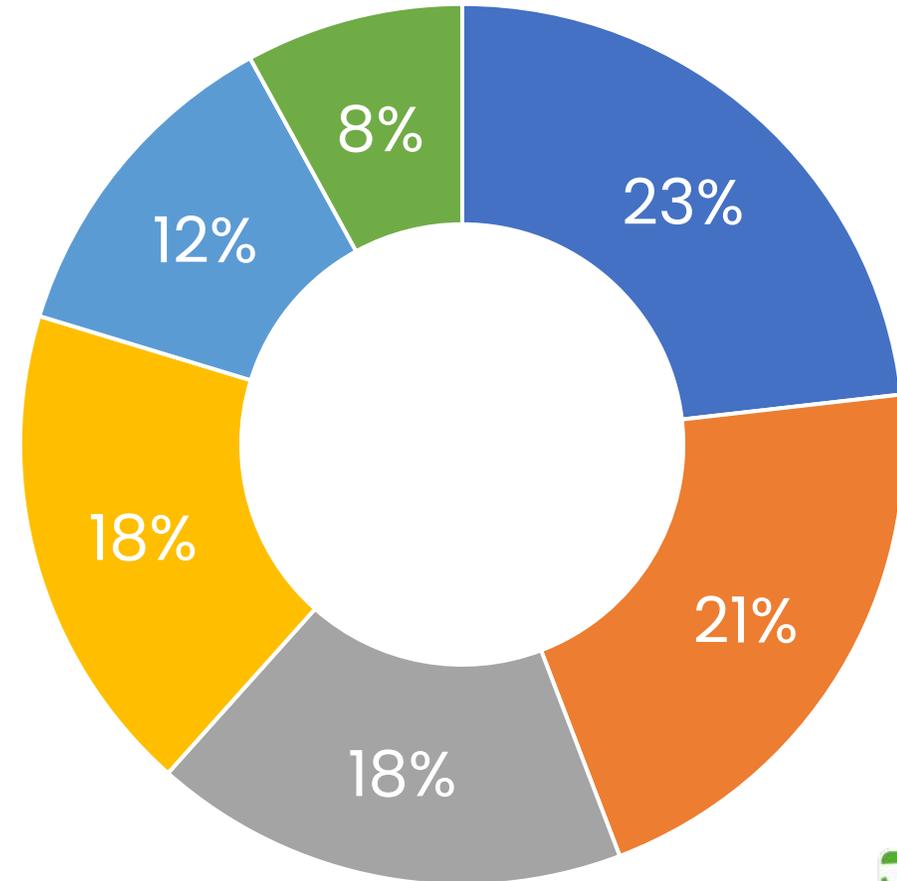
Barrières principales à une utilisation utilitaire du vélo

- Je n'ai pas de vélo
- Je ne me sens pas en confiance en vélo
- Le chemin ne me semble pas assez sécuritaire
- Contraintes de temps
- Je me déplace avec des personnes qui ne font pas de vélo



Incitatifs nécessaires à une utilisation utilitaire du vélo

- Participer à une autre cohorte Toutes à vélo
- Des balades organisées en groupe
- Jumelage individuel
- Avoir accès à un vélo
- Un soutien pour trouver des trajets sécuritaires
- Plus d'infrastructures cyclables sur mon trajet



« J'ai fait un accident de vélo en 2017 et je n'ai jamais eu le courage de faire du vélo après. Je voulais donc me défier et franchir cette barrière. Je savais que je ne serai pas seule et qu'il y aura des participantes comme moi et des instructrices. »

« C'était une chance incroyable de pouvoir se retrouver en groupe de femmes sans jugement en plus dans une cour d'école. Le rêve! »

«People have put fear in my head all my life, I want to use my bike to go to work but I didn't think I could. This will help, this will save me 30 minutes of transportation everyday.»

« Mon plus grand apprentissage est que c'est normal de ne pas se sentir à l'aise quand on commence (ou recommence) à faire de la bicyclette et qu'il faut prendre le temps qu'on a besoin. »

POINTS CLÉS À RETENIR

1. Sentiment d'appartenance et communauté
2. Qui n'est pas sur les pistes?
3. Initiatives complémentaires

