En vélo, sur la piste de l'empowerment

34- 05/07/2021 – « Facile, simple, rapide, économique, écologique !» Le vélo en ville c'est la liberté de se déplacer et de profiter pleinement des opportunités offertes par la cité et ses alentours. Mais quand on ne sait pas en faire et que l'on évolue dans un milieu où tout le monde a été initié dès sa petite enfance alors le vélo devient un symbole d'intégration. C'est ce que révèle l'étude du Pr. Patrick Rérat[1], co-directeur de l'Observatoire universitaire du vélo et des mobilités actives à Lausanne (Suisse) menée auprès d'adultes suivant des cours de vélo*[2]. Son constat : le vélo est un vecteur d'empowerment de premier plan tout particulièrement pour les femmes issues de l'immigration.

« *En tant que géographe des mobilités, je m'intéresse à l'usage social du vélo. Dans notre société hypermobile, l'expérience que nous avons du vélo traduit la relation que nous entretenons avec la ville. Avec Marie Mundler, nous avons voulu approfondir cette dimension en partant du point de vue des adultes qui s'inscrivent aux cours d'initiation au vélo. Nous voulions connaître l'impact de cet apprentissage sur leur autonomie. Notre équipe s'est alors rapprochée d'associations comme « PRO VELO[3] » pour mener une étude qualitative exploratoirebasée sur des entretiens avec des adultes de 20 à 50 ans et sur une observation participante. Nous sommes allés aux mêmes cours que ces personnes qui font l'effort de suivre cette formation, malgré toutes les difficultés que cela représente* » reconnait Patrick Rérat.

Le vélo c’est la liberté ©PRO VELO

En s’inscrivant à ces leçons, les femmes issues de l’immigration franchissent une première étape vers l’émancipation. En effet, dans leur culture, le vélo est une activité restreinte aux jeunes garçons qui leur est interdite ; ce n’est pas quelque chose de convenable. Dans ces conditions, entrer en contact avec PRO VELO pour prendre des cours est en soi une forme de dépassement.
« *Au début de notre recherche, nous ne pensions pas travailler sur l’empowerment. Mais on s’est vite rendu compte que si nous voulions comprendre l’impact du vélo, il nous fallait dépasser l’acquisition de gestes techniques et appréhender cette pratique comme une activité favorisant l’inclusion des femmes dans la société et renforçant leur participation à la vie sociale (santé, emploi, loisirs, etc.)* » explique Patrick Rérat. *Tenir le guidon, freiner, prendre de la vitesse… , ce n’est pas qu’une question d’équilibre ».*

Grâce au vélo, les femmes augmentent leur mobilité, accèdent à d’autres activités jusqu’alors trop éloignées de leur domicile et découvrent les nouvelles opportunités de leur territoire. Dans leurs discours, on entend es phrases comme « *faire comme les Suisses* », « *apprendre pour accompagner leur enfant* », « *participer aux activités* ». Une apprentie cycliste a même rajouté l’attestation de suivi des cours à son dossier de naturalisation, certainement pour attester son engagement dans

une démarche d’insertion sociale.

Les cours collectifs sont aussi l’occasion de renforcer les relations d’entraide, de convivialité et de solidarité entre les membres qui vivent les leçons comme des moments de partage et d’émulation autour d’un même objectif ©PRO VELO

A titre individuel, les cours de vélo augmentent la capacité de déplacement des personnes en amplifiant leur pouvoir d’aller et venir, sans dépendre des transports en commun ou de la disponibilité d’un proche. Toutes les participantes n’atteindront pas un niveau suffisant pour rouler dans le trafic routier mais l’apprentissage entraîne une confiance en soi, l’exercice physique salutaire développe l’habileté et la force musculaire, aide à se sentir bien dans son corps.

Au sein de l’association PRO VELO de Neuchâtel[3], les cours dispensés aux femmes issues de la migration sont le fruit d’un partenariat avec l’association Récif[4]. L’offre est composée de cours collectifs et de cours individuels. Les premiers permettent aux femmes d’apprendre les rudiments du cyclisme,

de se familiariser avec la bicyclette. Ils se *déroulent dans une très bonne ambiance. « Cet enseignement est suivi par des femmes qui veulent accompagner leur enfant dans des balades ou aller faire leurs courses en vélo. Celles qui veulent utiliser le vélo comme un moyen de transport complètent les cours collectifs, qui peuvent se poursuivre par des cours individuels. Nous qui avons grandi en Suisse, nous considérons le fait de monter à vélo, de respecter le code de la route, comme allant de soi. Or pour un adulte issu d'une autre culture, l'apprentissage est long, très progressif. Le formateur doit respecter le rythme de l'élève. Ce n'est pas évident. Ainsi, dans les couples mixtes où les femmes issues de la migration sont initiées au vélo par leur mari suisse, il s'avère que ce dernier n'a pas la patience de décomposer les mouvements, la posture et le premier contact avec le vélo se transforme souvent en échec …* témoigne Johanna Lott Fischer, responsable des cours vélo. *J'ai plus d'une dizaine d'années d'expérience et il est important de mettre au point sa propre méthode. Enseigner le vélo, c'est trouver un langage commun avec l'élève, l'amener à se concentrer sur l'effort d'équilibre, sur l'impulsion du pédalage. Quand les femmes arrivent à rouler seules, c'est une première grosse victoire que je filme pour qu'elles puissent être fières et montrer leur succès à leurs proches.* »

Le vélo vecteur d'intégration
©PRO VELO

« (…) l'intégration, ça c'était super. Parce que les gens qui nous donnaient le cours étaient Suisses. Ils ont pris le temps d'enseigner quelque chose aux autres (…) pour faire partie de quelque chose d'inclusif – pour que les personnes d'autres

nationalités s'intègrent dans leur ville. (…) Ils veulent que plus de gens fassent du vélo et l'utilisent comme moyen de transport. Je pense qu'ils aiment leur ville et qu'ils veulent que les autres en fassent partie » (participante au cours de Genève)[1] .

L'enseignement porte également sur le code de la route, la capacité à se frayer un chemin dans le trafic, à gérer le stress lié à la circulation. Autant de facteurs qui contribuent à accroitre la confiance, l'estime de soi et le réinvestissement du corps. Et pour mettre en pratique leurs compétences fraîchement acquises, ces cyclistes amateurs peuvent louer des vélos (2,50 FS pour une demi-journée à Neuchâtel) ou en acquérir un au meilleur coût, lors des bourses organisées par l'associant, en bénéficiant en plus des conseils de leur moniteur. Ils deviennent ainsi totalement autonomes.

Les vertus des cours collectifs de vélo

« *Dans notre rapport, nous avons voulu souligner les résultats très concrets obtenus en matière d'intégration sociale, d'empowerment individuel et collectif et d'amélioration du vivre ensemble par une association qui valorise l'usage du vélo*. » fait valoir Patrick Rérat.

Au vu des succès emportés par cette formule, ne pourrait-on pas imaginer une reprise de cette initiative à plus grande échelle ? Que les cours de vélo pour adultes s'inscrivent dans des parcours d'intégration plus larges, par exemple, en amont d'une démarche de recherche d'emploi, ou en prélude (ou en parallèle) à d'autres apprentissages comme celui de la langue.

NB La situation est d'ailleurs en train d'évoluer. Pour ses cours pour adultes, PRO VELO a reçu un financement du service de la cohésion multiculturelle du canton [5] .

Capital spatial et motilité augmentés
Accessible à tous car bon marché, générant peu de nuisance pour l'environnement, plus efficace que la marche, plus souple que les transports en commun (notamment par rapport aux horaires), le vélo est synonyme de liberté de mouvement. Son apprentissage est en soi une leçon de détermination et de courage. En augmentant le capital spatial du cycliste (Lévy, 2003)[6] et sa motilité (Kaufmann, 2014)[7] – c'est-à-dire les compétences, l'accès et l'appropriation d'un mode de transport – le vélo change le rapport à l'espace et au monde

Décryptage

Le décryptage s'appuie sur la définition de l'empowerment compris comme un processus d'expansion de la puissance d'agir et du pouvoir d'influence d'un citoyen et de sa communauté. Cette trajectoire dynamique débute par un engagement individuel et se poursuit collectivement ; le niveau collectif comprenant plusieurs paliers communautaire, collaborative, productive, sociétale. Pour plus de précision se reporter à l'URL https://selfpower-community.com/empowerment/

Le vélo, vecteur d'empowerment individuel

Point de départ de l'apprentissage du vélo, le besoin des femmes issues de l'immigration de vivre à l'égal des suisses, de se promener avec leurs enfants, de faire les courses. Cette décision les détermine à s'inscrire à des cours collectifs. La formation dispensée a des effets positifs sur le plan physique (gain en équilibre, renforcement musculaire, agilité…), sur le plan technique (maîtrise du vélo), sur le plan de l'insertion dans la cité (connaissance du code de la route, gestion le stress, anticipation, capacité à se repérer, à planifier un itinéraire…).

Les formateurs ont conscience d'être partie prenante d'un processus plus large d'émancipation de leurs élèves. Grâce à la maîtrise du vélo, les femmes pourront s'affirmer de manière positive dans un monde actif et mobile. En apprenant à maitriser une partie de ses codes, elles gagnent en empowerment. L'assurance acquise les aide à s'affirmer dans la cité, voire à prendre part à d'autres activités comme l'apprentissage de la langue, la recherche d'emploi…

Le fait d'accroître leur mobilité et leur indépendance les amène aussi à revoir leur statut dans le couple et à se saisir de questions comme la contraception, un pas de plus vers l'égalité entre les genres.

Ici le processus d'empowerment est soutenu par des personnes extérieures au groupe, **des pédagogues** qui adaptent leur enseignement, encouragent les élèves et s'appuient sur la dynamique de groupe.

Contrairement aux éducateurs de Freire (2006)[8], leur mission s'arrête à l'apprentissage du vélo ; bien que cette activité soit plus transformatrice qu'il n'y parait, ces formateurs ne s'aventurent pas sur le terrain de la conscientisation sociale ni du questionnement critique.

Le vélo, vecteur d'empowerment collectif

Les cours collectifs sont aussi l'occasion de renforcer les relations d'entraide, de convivialité et de solidarité entre les membres qui vivent les leçons comme des moments de partage et d'émulation autour d'un même objectif (empowerment communautaire). Les leçons se déroulent dans une ambiance joyeuse. A la fin de la séance, elles partagent un thé, des gâteaux dans la convivialité, petits moments chaleureux qui rendent cette expérience réjouissante. Les liens tissés confortent le sentiment d'appartenance à une groupe, à une association, à un quartier.

Peut-on parler d'empowerment collaboratif ou sociétal ?

Les personnes n'ayant pas été suivies en dehors des cours collectifs, il n'a pas été possible de savoir si l'empowerment ouvrait sur des initiatives collaboratives, de partage d'autres activités ou d'actions communes (empowerment collaboratif).

L'étude ne précise pas non plus si les cours font naître chez les participantes une volonté de plaider en faveur d'un essaimage plus large de ces formations en Suisse afin de les proposer systématiquement à un plus grand nombre de femmes issues de l'immigration. La recherche ne dit pas non plus si les jeunes cyclistes adhèrent à des mouvements en faveur de l'aménagement des espaces de circulation douce dans les villes ou de préservation de l'environnement. Il n'est pas non plus question d'engagement de la part de ces femmes en contre les inégalités sociales, ni de remise en question des structures responsables de ces inégalités (empowerment sociétal)

En revanche, cette initiative prouve qu'à travers de simples cours de vélo, la société civile met en œuvre de nouvelles formes pragmatiques d'intégration, révélatrices d'un autre modèle d'empowerment sociétal, à mille lieues des discours et des incantations politiques sur le sujet.

Marie-Georges Fayn

---

[1] Marie Mundler & Patrick Rérat, 2018, *"C'est la liberté !" Étude des cours de vélo pour adultes en Suisse*, Etudes urbaines 3, https://serval.unil.ch/resource/serval:BIB_45DE6DF23F07.P001/REF

[2] Les terrains d'étude étaient les 5 cours de vélo dispensés

à Fribourg, Genève, Lausanne, Nidau (près de Bienne) et Zollikofen (près de Berne).

[3] Pro Vélo est une association qui s'est donnée pour mission le développement du vélo et la défense des intérêts des cyclistes. Pro Vélo s'investit sur les questions de politique des transports, de sécurité routière et de protection de l'environnement dans le secteur des transports https://www.pro-velo.ch/de/

[4] Centre de formation, de rencontres et d'échanges pour femmes immigrées et suisses https://recifne.ch/

[5] Actuellement, à PRO VELO Neuchâtel, les participantes s'acquittent d'un paiement de 10 francs suisses par heure de cours. Les moniteurs sont quant à eux rémunérés 35 FS de l'heure, le complément est versé soit par le service de la cohésion multiculturelle du canton, soit par la caisse de Pro Vélo qui est abondée par les cotisations des membres et la commission prise sur chaque vente de vélo d'occasion (10%) lors des bourses au vélo.

[6] Lévy J. (2003) Capital Spatial. Dans J. Lévy, M. Lussault (éds.), Dictionnaire de la Géographie et de l'Espace des Sociétés. Belin, 1033p.

[7] Kaufmann V. (2014) Retour sur la ville : Motilité et transformations urbaines. Lausanne, Presses Polytechniques et Universitaires Romandes, 198p.

[8] Freire, P. (2006). *Pédagogie de l'autonomie*. Érès.