

# Post Mortem (par Peguy Flore Pierre)

## Balades à vélo pour femmes 2024

### Table des matières :

1. Brève description de l'événement ou activité	2
1. Brève description de l'événement ou activité	3
2. Bons coups & résultats/impacts de l'activité	3
3. Défis et obstacles	5
4. Apprentissage & constats, qu'est-ce qui t'a surpris?	5

# 1. Brève description de l'événement ou activité

- **Balades à vélo pour femmes dans Ahuntsic**
- **Objectifs initiaux** de l'activité (rappel) :

Organiser une série de balades à vélo gratuites pour femmes à l'été 2023 dans le but de :

- approfondir l'apprentissage du vélo pour femmes
- tisser des liens entre participantes
- découvrir les pistes cyclables et points d'intérêt du quartier (EdP, Centre communautaire, Parcs, Centre sportif, etc.)
- accroître l'autonomie des femmes
- approfondir la confiance en soi
- apprendre les techniques de base pour l'entretien du vélo

**Durée** ou fréquence :

Été 2024 - 6 balades

## **Calendrier 2024**

samedi 03 août

samedi 17 août

samedi 24 août

samedi 31 août

samedi 07 septembre

samedi 14 septembre

- **Personnes impliquées** dans l'équipe : Maude Lapointe, chargée de projets en mobilité et Péguy Flore Pierre, consultante
- **Personnes / organisations impliquées (hors Solon) :**
  - Catherine Plante et Nadège Gaillard (Toutes à vélo, VéloQC)
  - Hélène (accompagnatrice)
  - Wafa (Hoodstock)
- **Nombre de participant-e-s Été 2024 :**
  - total inscrites : 12
  - total participantes:
- **Type de diffusion/promo** réalisée :
  - courriel par l'entremise de Vélo-Québec aux graduées de Toutes à vélo

## Table des matières :

### 1. Brève description de l'événement ou activité

Durant l'été 2024 (août - septembre), j'ai été mandatée par SOLON pour coordonner une série de balades à vélo pour des femmes sur le territoire d'Ahuntsic et ses zones avoisinantes. Près d'une quinzaine de femmes du quartier se sont inscrites pour participer à six (6) balades sillonnant l'arrondissement d'Est en Ouest. La priorité était accordée à des anciennes participantes du programme Toutes à vélo de Vélos Québec, mais d'autres femmes du quartier pouvaient quand même s'inscrire. Certaines étaient assez expérimentées soit parce qu'elles se sont perfectionnées durant le programme ou ont continué à rouler seules. D'autres l'étaient beaucoup moins, si elles n'ont plus fait de vélos depuis leur apprentissage.

Ces sorties avaient pour buts:

- approfondir l'apprentissage du vélo pour femmes
- tisser des liens entre participantes
- découvrir les pistes cyclables et points d'intérêt du quartier (EdP, Centre communautaire, Parcs, Centre sportif, etc.)
- accroître l'autonomie des femmes
- approfondir la confiance en soi
- apprendre les techniques de base pour l'entretien du vélo

#### **Logistique**

Les balades se sont déroulées du 3 août au 14 septembre et avaient toutes lieu les samedis matin. C'était plus pratique pour les participantes. Le point départ et d'arrivée était toujours fixé à l'Espace des Possibles et l'itinéraire conduisait toujours dans un parc. Les différents parcours étaient un mixage de circuits longs ou courts et nous restions presque toujours sur les pistes cyclables.. Les itinéraires pour les trajets longs étaient souvent partagés à l'avance avec les femmes. Cela les mettait en confiance et les rendait plus confortables de pouvoir se faire une idée du trajet ou de le pratiquer seule avant la sortie.

Dans la fiche d'inscription, les participantes devaient indiquer s'il leur fallait un vélo ou un casque ou les deux. Ceux-ci étaient mis à disposition de celles qui en faisaient des demandes.

### 2. Bons coups & résultats/impacts de l'activité

Les bons coups du projet et leurs résultats se déclinent dans les points suivants:

**Communication:** Elle a été assez efficace. Nous avons utilisé différents canaux pour rejoindre les participantes. Le courriel pour tout le monde. Un groupe WhatsApp pour celles qui étaient plus à l'aise en communauté et des appels téléphoniques pour celles qui étaient moins joignables en ligne. Des messages et appels téléphoniques la veille des sorties et le matin même ont permis d'encourager la participation ou d'être averti des absences. Le groupe whatsapp était peu animé, intentionnellement pour ne pas être envahissant. Les annonces sur les modifications d'agenda ou de parcours étaient les principaux éléments partagés.

**Informations avant sortie:** nous donnions le plus d'informations possibles sur le trajet le matin même, recueillions les appréhensions, démystifions les points de malaise et encourageons le partage des connaissances des participantes plus expérimentées. Rappel aussi des consignes de sécurité, temps de questions sur les informations, le projet, les astuces de bonnes pratiques

**Rétroactions :** nous avons plusieurs moments pour la rétroaction. Une fois au parc et de retour à l'Espace des Possibles. Cela a permis aux femmes de partager leurs impressions à chaud et de recueillir des informations de premières mains pour la bonification du projet.

**Utilisation gilet jaune:** l'achat de gilet jaune à la demande d'une participante. Cela permettait d'identifier notre groupe comme étant apprenti sur les pistes cyclables. Certaines femmes ont témoigné que cela contribuait à les faire se sentir plus à l'aise, à ne pas être stressées.

**Disposition du groupe:** la disposition du groupe selon le niveau d'expérience des participantes a été un bon coup. Cela aidait à garder un rythme plus adapté pour tout le monde. Les moins expérimentées se sentaient plus en confiance d'être au milieu du groupe, de pouvoir suivre la file et de s'ajuster en fonction de la personne devant soi.

**Flexibilité pour s'ajuster au besoin:** parfois une seule personne était disponible pour une sortie. Réaliser quand même la balade pour encourager l'enthousiasme et l'effort fourni

Un bon repas est très apprécié à la fin du cycle de balade.

**La connexion avec Hoodstock:** les participantes ont beaucoup aimé. Certaines ont retrouvé d'anciens membres de leur cohorte de Toutes à vélo. L'expertise de Fatima et la grande expérience de Wafah ont mis tout le monde en confiance.

Un repas plus consistant et festif pour la fin: ce fut très apprécié par les femmes. Le modèle traiteur pourrait être repris dans d'autres cohortes.

### 3. Défis et obstacles

la météo: beaucoup d'instabilités.

le désengagement de plusieurs participantes

l'ajustement du rythme pour que tout le monde puisse profiter du parcours

le manque de bénévoles qui a impacté la logistique.

### 4. Apprentissage & constats, qu'est-ce qui t'a surpris?

**Prendre en compte les besoins des participantes et évaluer la faisabilité des demandes** Ex: des parcours plus ou moins longs (30 min) même à la demande des participantes peuvent décourager.

**Plus le groupe est restreint, mieux se forment les connexions:** sur 15 inscriptions, sept femmes sont venues aux premières balades pour finir avec cinq participantes. Elles ont échangé leurs coordonnées et ont souhaité faire des sorties ensemble.

**Encourager la participation mais avancer avec celles qui sont super motivées même s'il y a peu de participantes voire une personne.**

Garder un agenda stable le plus possible: des reports de balades (météo, absence...) ont malheureusement découragé une majorité de participantes. Elles n'étaient plus sûres que les sorties se feraient aux heures et jours fixés, elles ont donc pris des engagements aux dates préalablement fixées sans forcément avertir avant ou sans donner de nouvelles parfois.

**Les balades entre femmes facilitent les rapports, les apprentissages, partages et les discussions**

Le groupe s'est montré très ouvert à la participation d'un homme: une membre de Solon a pris part aux balades et cela n'a pas semblé déranger. La question a été posée aux femmes et elles ont dit être à l'aise avec ça.

**Les lunches** sont surtout utiles à partir de la troisième sortie. Elles se sentent peut-être plus à l'aise et en confiance pour boire ou manger.

**L'arrimage Vélo Québec, Solon et Hoodstock** a été très pertinent pour le projet. Cela a permis de comprendre les réalités et enjeux des autres femmes sur d'autres territoires. Le partage de bonnes pratiques et de connaissances, telles le réseautage et les connexions, a été bénéfique pour toutes les parties prenantes .

**Les bons d'achat** pour encourager sont pertinents. Cela permet à certaines femmes de se procurer ce qui leur manque. Toutefois, ce n'est pas l'élément qui incitait le plus à participer.

**Les apprentissages** à la coordination du groupe sont différents de ceux d'être une participante. Cela demande d'autres habiletés: écoute active, patience, penser collectivement, flexibilité, plus grande capacité à s'adapter...

