Aînées en liberté

La cohorte Ainées en liberté est le fruit du volet accompagnement de Mobilité en transition. L'atelier donné au HLM Saint-Vallier a piqué la curiosité des participantes et leur à donner envie d'aller plus loin. Devant l'évidente pertinence entre la mobilité active et la santé des aînées, une cohorte a été formée.

L'accompagnement personnalisé répondait aux besoins suivants :

- un retour à la mobilité active
- le renforcement de leur pouvoir d'agir
- la revendication d'aménagements plus sécuritaires

Les résultats

La mise en place de **deux vélos** et **un tricycle collectifs en libre-service**, des dossards personnalisés, des casques, des cadenas et un système simple d'emprunt.

11 **Rencontres (dont 5 pratiques de vélo et une balade à l'épicerie)**

15 **Participant.es**

1 **Rencontre avec l'élue Josefina Blanco**

en collaboration avec Sophie (RTCPP) et Rachel (Groupe L'Entre-Gens)

La marche exploratoire a permis de cibler les espaces et intersections non sécuritaires à discuter avec l'élue Josefina Blanco, *responsable de la diversité, de l'inclusion sociale, de l'accessibilité universelle, de la condition féminine, de la jeunesse et des personnes aînées* au Comité exécutif de la Ville de Montréal. Lors de cette rencontre, chaque personne a pu partager ses enjeux reliés à la mobilité et en apprendre sur les instances où faire entendre leurs revendications. En conclusion, la cohorte est motivée à présenter leurs revendications au conseil d'arrondissement du 3 septembre, avec le soutien du Groupe L'Entre-Gens.

Marche exploratoire pour l'apaisement de la circulation

Marche exploratoire pour l'apaisement de la circulation

Rencontre avec l'élue Josefina Blanco,

Facteurs de réussite : s'appuyer sur les forces présentes !

Organisme partenaire
Grâce à la programmation du Groupe L'Entre-Gens, les femmes qui ont participé à la cohorte étaient déjà mobilisées. Elles avaient un lieu de rassemblement et se connaissaient déjà. Un lien de confiance était déjà établi avec l'intervenante Rachel qui connait bien l'écosystème et les contacts importants de l'OMHM pour les besoins du projet.

Résident-es du HLM
Alain, le copain d'une participante, possède les compétences et les outils nécessaires pour réaliser des petites réparations et l'entretien de base des vélos collectifs. Alain est devenu le mécano désigné des Aînées en liberté et on lui a offert des cartes-cadeaux d'épicerie pour valoriser son implication. Nicole, Julie, Kim et Théresa ont notamment usé de leurs réseaux et connaissances des lieux pour faire avancer le projet !

À l'avenir, notre approche sera d'accompagner ces organismes terrains, les "Rachel" de ce monde, pour ainsi multiplier les projets de mobilité dans les HLM.

Récolte de la cohorte

Thérésa

"C'est mon rêve de refaire du vélo. Après 30 ans, le tricycle est une solution géniale. Ma fille serait tellement fière de moi !"

Esperanza

Malgré son problème de genou, Esperanza est débordante de bonheur après sa première montée sur le tricycle :
"Je vais faire du vélo stationnaire pour renforcer mon genou. Refaire du vélo est mon rêve"

Nicole

Hésitante à rejoindre la cohorte, Nicole embarque sur le tricycle et adore l'expérience:
"Tu t'attendais pas à ça hein ? Moi non plus."

"Avoir su que c'était un groupe si respectueux, je vous aurais rejoins plus tôt"

Kim

"Je suis contente d'avoir plus confiance en moi et de pouvoir commencer à circuler sur les pistes cyclables."

Pratique de vélo, Esperanza

Balade à l'épicerie, Kim et Julie

Pratique de vélo, Nicole