

« Le mari vient voir s'il y a un

Depuis cinq ans, Gabriella Bolliger enseigne la bicyclette à des immigrées qui vivent en Suisse. Car pédaler c'est apprivoiser et libérer son corps. Et découvrir l'instrument d'une meilleure intégration.



Claude Marthaler

Le b.a.-ba du vélo n'est pas inscrit dans l'ADN de l'humain, il s'apprend. «Pour des adultes, c'est très dur d'apprendre quand ils n'ont pas fait de vélo enfants. C'est comme courir, skier ou nager. Enfant, on veut tout essayer et le corps conserve la mémoire des gestes. Adulte, le vélo apparaît comme un véhicule étrange, un monstre technique pour les migrantes», dit Gabriella Bolliger, qui est active au sein de PRO VELO Suisse. «Et puis, il y a la peur de s'exposer, le manque de confiance en soi, l'avis négatif du mari ou de la famille. Parfois, un mari vient épier sa femme pour vérifier s'il n'y a pas un moniteur, et sa présence décourage sa femme. De plus, avec leur mauvaise maîtrise du français, les migrantes peuvent se sentir très vite dépassées.»

Ces cours ont été mis en place en 2009. Les migrantes sont originaires de pays aussi divers que le Pérou, la Russie, la Tanzanie ou la Somalie. Toutes rêvent d'accompagner leurs enfants à l'école et de faire les com-



Claude Marthaler



missions à vélo, comme elles le voient faire autour d'elles. Issues de pays où la femme se couvre en public, certaines se heurtent d'entrée à leur encombrant code vestimentaire qui empêche le libre mouvement des jambes tout en augmentant la transpiration.

ELLES N'ONT PAS DE VÉLO

Gabriella insiste sur l'importance de travailler avec les associations de femmes et les communes afin d'assurer une continuité: «La distribution

d'un feuillet ne suffit pas pour les contacter. Il faut comprendre qu'elles ne sont pas venues volontairement en Suisse et qu'elles traînent toute leur histoire avec elles». Les migrantes ne possèdent en général pas de vélo et elles n'ont que rarement la possibilité de s'entraîner entre deux cours. Elles s'y rendent souvent à pied et paient 40 à 50 francs en tout, parfois soutenues par l'aide sociale. Dans le même préau d'école de Zollikofen (BE), de jeunes cyclistes en herbe ef-

moniteur »



Claude Marthaler

fectuent chaque jour d'audacieuses figures inspirées de YouTube, en toute insouciance. Ils demandent, éberlués: «Mais que faites-vous?».

Convivial et ludique, le cours commence en douceur: les vingt migrantes disposées en cercle se présentent par leur prénom. Pour s'échauffer, chacune se frotte les mains, puis se tient sur une seule jambe, tourne les bras en sens opposés, marche en rond, zigzaguant tour à tour entre les autres participantes.

Sous la houlette de Gabriella et de sa collègue Evelyne, le groupe se scinde en deux: d'un côté les débutantes, de l'autre celles qui ont déjà suivi un, voire plusieurs cours. Les novices s'entraînent d'abord sur des bicyclettes dont on a ôté les pédales (comme sur une draisienne en bois pour enfants) et baissé la selle afin qu'elles puissent à tout moment toucher terre avec leurs pieds. Un vélo d'appartement est mis à disposition des plus craintives afin qu'elles découvrent l'effort physique, apprennent à doser et à répartir leur force sur les pédales, et s'approprient les gestes élémentaires. Plus tard, elles expérimenteront l'usage des freins et manieront les vitesses.

LE POINT D'ÉQUILIBRE

Chacune cherche le coup de pédale à donner pour se mettre en selle, puis l'enchaînement des mouvements suivants pour avancer à sa guise: trop lentement on tombe, trop vite on a peur. Toutes franchiront un jour ou l'autre l'étape magique du point d'équilibre, la sensation enivrante de l'indépendance et de l'envol que connaissent chez nous tous les enfants.

Les plus expérimentées pédalent en effectuant quelques exercices d'agilité. Elles tournent en huit en se touchant la main quand elles se croisent, tendent un bras pour attraper une balle et la redonner tout en roulant. L'une d'elle, plus avancée, pédale tout droit, puis se retourne pour lire le chiffre indiqué par la main du moniteur, simulation d'une situation quotidienne dans le trafic. Une monitrice accompagne une cycliste; en lui tenant le porte-bagages arrière, elle l'encourage et lui glisse: «Ce n'est pas moi le moniteur, c'est toi!».

DEUX ANS DE COURS

Un tel cours sort les migrantes de leur isolement. A l'heure de la pause, un gobelet d'eau minérale à la main, cha-



ELLES SONT SPORTIVES, VOYAGEUSES, ARTISTES OU MILITANTES: CET ÉTÉ, L'ECHO MAGAZINE VOUS FAIT CONNAÎTRE LES FEMMES QUI ONT MARQUÉ L'HISTOIRE DU VÉLO.

cune raconte ses impressions dans une ambiance décontractée. Un groupe feuillette un catalogue de vélos avec une joie enfantine. Après deux ans de cours, la Kényane Amanda, les yeux pétillants, est sur le point d'en acheter un. En seconde partie de cette initiation au vélo, quittant l'univers sécurisé du préau, le groupe des avancées pratique des exercices sur route. En plus de l'équilibre, elles doivent observer les règles de la circulation, la priorité notamment, pour aborder un rond-point avec l'attention requise.

«Au terme de six cours répartis sur trois semaines, elles ont fait d'énormes progrès, dit Gabriella, même si aucune d'entre elles n'est encore prête à pédaler seule dans le trafic.» Cette mère de famille de 55 ans a écrit une méthodologie sur ces cours de vélo. Contrairement aux cours donnés aux enfants, celui-ci paraît peu structuré, car il reflète la diversité du monde: une adaptation constante au parcours de vie de chacune. La joie et la forte reconnaissance exprimées par les migrantes confirment son importance.

■ Claude Marthaler
www.pro-velo.ch/fr

De h. en b.

Les plus expérimentées tendent un bras pour attraper une balle et la redonner tout en roulant.

Les têtes sages se protègent dès les premiers cours.

Apprivoiser le vélo d'appartement met en confiance.