

Programme d'accompagnement

« Les Echappées »

Public exclusivement féminin

Du territoire Nantais

Elles TEAM



MÉLISSA PLAZA
ENSEMBLE, PLUS LIBRE, PLUS LOIN



ci=FF
Centre d'information
sur les droits des femmes
et des familles

PLIE 
de la métropole nantaise

 **accoord**

Quelques chiffres

40% des cyclistes du quotidien sont des femmes (ADEME, 2020)

Selon l'Enquête Mobilité des Personnes de 2019, **les garçons âgés de 6 à 17 ans font en moyenne 6 fois plus de vélo que les filles du même âge**

De nombreuses études conclues que les principaux freins à la pratique du vélo chez les femmes sont :

- *l'apprentissage de cette pratique*
- *décrochage de la pratique après la naissance du 1er et encore plus après l'arrivée du second enfant*
- *la méconnaissance de la mécanique*
- *le manque de sécurité*



Elles ^{TEAM}



MÉLISSA PLAZA
ENSEMBLE, PLUS LIBRE, PLUS LOIN



ci=FF
Centre d'information
sur les droits des femmes
et des familles

PLIE 
de la métropole nantaise

 accoord

Les objectifs du programme « Les Echappées »

1°) EMANCIPATION DES FEMMES

- Prendre sa place dans la société et l'espace publique
- Gagner en estime de soi et en confiance dans ses capacités sur le vélo
- S'entraîner, se motiver dans un groupe composé uniquement de femmes
- Prendre du plaisir à utiliser des nouveaux moyens de déplacements
- Education des enfants lors des journées (maman/enfants pendant les vacances scolaires)

2°) DEVELOPPEMENT DE LA MOBILITE A VELO

- Favoriser l'insertion professionnelle en développant la mobilité douce
- Prendre de l'assurance dans ses déplacements à vélo
- Être capable d'utiliser le vélo pour ses déplacements au quotidien
- Meilleure transition vers l'obtention du code de la route
- Répondre à la perspective des zones à faible émission en janvier 2025



Pour Qui ?

Toutes origines, non francophone (PLIE), des quartiers (ACCOORD)

Public uniquement féminin, majeures

Groupe de 10 à 12 personnes

Périodes de 2 à 3 mois (mardi et jeudi après-midi 14h-16h)

Elles TEAM



MÉLISSA PLAZA
ENSEMBLE, PLUS LIBRE, PLUS LOIN



ci=FF
Centre d'information
sur les droits des femmes
et des familles

PLIE 
de la métropole nantaise

 **accoord**

C'est quoi ?

Sur un volume de 12h => apprendre et réapprendre à faire du vélo en ville

Sur un volume de 2h => découvrir le Vélo à Assistance Électrique

Sur un volume de 3h => apprendre et réapprendre le code de la route appliqué au vélo

Sur un vélo de 3h => devenir plus autonome en mécanique

Sur un volume de 2h => visiter des entreprises locales impliquées dans le vélo

Sur un volume de 6h => être capable de s'orienter en ville

Sur un volume de 4h => regagner de la confiance en soi autour d'atelier de prise de parole, SLAM si la lecture du français est acquise

Sur un volume de 3h => sensibiliser les femmes à l'égalité F/H dans le milieu de l'entreprise

35H

Elles ^{TEAM}

CODEP
44
Cyclotourisme

MÉLISSA PLAZA
ENSEMBLE, PLUS LIBRE, PLUS LOIN

déclic
mobilité

CI=FF
Centre d'information
sur les droits des femmes
et des familles

PLIE
de la métropole nantaise

accoord

Calendrier général

Février 23-Aout 23 : conception du programme / réunion de travail / levée de fonds / identification des partenaires connexes / appel à candidature pour les bénéficiaires

Septembre 23 : début du programme

Octobre 23 : bilan intermédiaire

Novembre 23 : Fin du 1er programme d'accompagnement - Bilan final

Janvier 24 : Lancement du 2ème programme

Février 24 : bilan intermédiaire

Mars 24 : Fin du 2ème programme d'accompagnement - Bilan final

Avril 24 : Lancement du 3ème programme

Mai 24 : bilan intermédiaire

Juin 24 : Fin du 3ème programme d'accompagnement - Bilan final

Début du programme le 19/21 septembre 2023



Où ?

Possibilité de faire 3 - 4 lieux sur le programme complet

- Intervention de Déclic Mobilité au début pour apprendre à se déplacer en ville et utiliser le smartphone
- S'appuyer sur les maisons de quartier du groupe ACCORD.
 - Critères : espace fermé sécurité pour la mobilité à la vélo, espace couvert pour la partie mécanique serait un + si intempérie, salle pour les temps d'atelier de Melissa. Un + proposer des temps de repas avant ou après la séance si l'espace du jour le permet (cuisine des maisons de quartier).
- Lieux à définir suite aux inscriptions des bénéficiaires

Elles TEAM

CODEP
44
Cyclotourisme

MÉLISSA PLAZA
ENSEMBLE, PLUS LIBRE, PLUS LOIN

déclic
mobilité

CI=FF
Centre d'information
sur les droits des femmes
et des familles

PLIE
de la métropole nantaise

accoord

Ce que l'on observe

Nombre de bénéficiaires qui ont suivi l'intégralité du programme

Nombre de bénéficiaires qui se sentent capable d'utiliser le vélo comme outil de déplacement

Nombre de bénéficiaires qui se sentent en sécurité pour pratiquer du vélo

Hausse de de l'estime de soi, de la confiance en soi sur la pratique du vélo en post-programme

Taux d'employabilité à 1 mois, 2 mois, 3 mois, 6 mois et 1 an

Temps de pratique du vélo mensuel à 1 mois, 2 mois, 3 mois, 6 mois et 1 an

Prise de plaisir à prendre son vélo entre t0 et t18



Eléments en réflexion

Accompagnement des enfants (sur la période de vacance) ?

Vélo offert

Kit sécurité offert

Lien avec JO ou Tour de France Féminin

Soutenu par une athlète cycliste de Haut-Niveau (Audrey Cordon Ragot)

Communication (site internet, charte graphique, T-Shirt, communauté, logo, oriflamme, film sur le programme ?...)

Elles TEAM

CODEP
44
Cyclotourisme

MÉLISSA PLAZA
ENSEMBLE, PLUS LIBRE, PLUS LOIN

déclic
mobilité

Ci=FF
Centre d'information
sur les droits des femmes
et des familles

PLIE
de la métropole nantaise

accoord