

Et quand tu seras à Montmartre, tu feras comment pour trouver du plat ? » Patricia Billoir chambre Nathalie (le prénom a été changé à la demande de l'intéressée), qui rechigne à prendre son élan dans une allée pavée de la Cité universitaire, dans le 14^e arrondissement de Paris. La « pente » ne doit pas excéder les 2 % mais, quand on monte pour la deuxième fois de sa vie sur un vélo, l'effort s'apparente à l'ascension du col du Galibier. A quelques mètres, Rabih, épaules crispées, enchaîne les descentes. L'engin tangué à droite, à gauche, les pieds, c'est plus fort qu'eux, sont aimantés au sol.

Rabih et Nathalie ont 54 et 48 ans. En cette matinée de septembre où l'été joue les prolongations, mari et femme apprivoisent l'équilibre, le pédalage et le freinage au côté d'une dizaine d'autres adultes adhérents de l'association Développement animation vélo solidaire (DAVS). A l'abri de la circulation, et sur des vélos pour enfants. Selon une étude menée en 2012 pour le Club des territoires et villes cyclables, 2,1 % des Français ne savent pas faire du vélo.

C'est une vilaine entorse à la cheville qui a amené Rabih à sauter le pas. « Mon kiné m'a dit qu'il fallait que j'en fasse pour la soigner. Quand je lui ai dit que je n'étais jamais monté sur un vélo, il a écarquillé les yeux, il ne m'a pas cru. J'ai ajouté : "Mais je vous rassure, je ne sais pas nager non plus !" », raconte ce vendeur de logiciels d'informatique, débit énergique, œil rieur.

Cadet d'une fratrie de six frères et sœurs, il décrit une enfance au Liban au sein d'une famille modeste où la priorité était de manger, s'habiller, aller à l'école. Pas d'apprendre à pédaler. Le jeune garçon regardait « *ébahi* » ses copains bricoler leur machine. Nathalie, elle, y avait été initiée gamine sans jamais accrocher. « Ça ne m'a jamais empêchée de dormir et je n'en ai jamais vraiment eu besoin, assure l'orthophoniste, qui a décidé de suivre son mari dans ce défi. Je le vois comme un pur dépassement de soi. »

Si Rabih manie l'autodérision, rares sont ceux qui osent déclarer ne pas savoir en faire, constate la Fédération des usagers de la bicyclette. « Quand ils nous appellent, les gens ont souvent un peu honte, ils ont le sentiment d'être les seuls dans leur cas », témoigne Louis Staritzky, coresponsable de l'association DAVS, qui possède une autre antenne à Champigny-sur-Marne (Val-de-Marne) et forme plus de 300 adultes par an.

Ces motivations tardives sont aussi éclectiques que les parcours de vie : « Il y a ceux qui veulent aller au travail avec, ceux qui, voyant que les vélos ont de plus en plus investi l'espace public, décident de s'y mettre, les jeunes quadras qui veulent accompagner leurs enfants quand ceux-ci commencent à en faire. Et puis on a toujours une trentaine de retraités chaque année qui se sont fixé cet objectif pour ne pas mourir bêtes. »

Dominique Bolo, 42 ans, comptable à Nantes, se sentait exclue de voir ses trois enfants faire des balades avec son mari. C'est ce qui l'a convaincue de remonter sur un vélo après une mauvaise chute en apprenant, enfant. Entre mars et juin, elle a pris des

ADRESSES

> ASSOCIATION DAVS

Vélo-école Paris Sud
A la Cité internationale
universitaire de Paris.
Assodavs.com/cours-de-velo-adulte

> ASSOCIATION ARCHIMÈDE

Archimede.asso.fr

> LA MAISON DU VÉLO

244, rue Garibaldi, 69003
Lyon

> MAISON DU VÉLO

12, boulevard Bonrepos,
31 000 Toulouse

cours auprès de l'association nantaise Place au vélo. *« C'était compliqué de l'avouer, je le disais mais toujours avec cette espèce de honte parce qu'une adulte est censée savoir faire du vélo. »*

Parmi les apprentis cyclistes de la Cité universitaire, à Paris, ce samedi-là, une grande majorité de femmes. L'association estime qu'elles représentent 90 % de leur public. Souvent pour des raisons culturelles mais pas seulement. *« On est moins gênées pour dire "je ne sais pas faire". Les hommes, souvent, ont une fierté qui les empêche de faire cette démarche »,* constate Patricia Billoir, bénévole à la vélo-école. Le reste du temps, elle intervient à Bobigny, où elle a créé l'association Libres et gonflé(e) s.

Le gouvernement a lancé au printemps un plan vélo dont l'une des mesures, le dispositif « savoir rouler », vise la généralisation de l'apprentissage pour l'ensemble des enfants avant l'entrée au collège. Nathalie et Rabih n'ont jamais vécu cette « anomalie » comme un handicap. *« On aurait pu continuer comme ça des années, assure Rabih. C'est un défi comme un autre et peut-être que ça en amènera d'autres, comme apprendre à nager... »*

Comme Rabih, ils seraient près d'un Français sur six (16,3%), entre 15 et 85 ans, à ne pas savoir nager, selon une étude de 2017 de l'agence sanitaire Santé publique France. Dans le cadre du grand chantier de rénovation de l'apprentissage de la natation lancée par la ministre des sports et ex-nageuse

Roxana Maracineanu, le plan « aisance aquatique » démarre désormais dès 4 ans et ambitionne de s'étendre en 2020 à des adultes.

Jean-Pierre Labat a attendu 73 ans avant de faire ses premières brasses. Le retraité a grandi en Dordogne. Les piscines municipales, à l'époque, n'étaient pas légion. Sa première expérience avec l'eau, ce fut en rivière. Il s'y voit encore : *« Mon père s'y était pris un peu à la dure, pas en me jetant dans l'eau mais presque, ça m'avait un peu traumatisé, raconte-il. Peu de temps après, un copain d'école est décédé noyé, ça faisait beaucoup. Après, j'ai décrété que j'avais peur de l'eau. »*

Il y a deux ans, sa petite-fille de 8 ans lui demande de l'accompagner à la piscine. C'est elle qui l'a décidé à surmonter son aquaphobie et à se tourner vers l'association Archimède, qui propose un apprentissage adapté aux adultes. Les cours se déroulent au bassin-école du centre sportif Elisabeth (14^e arrondissement de Paris) dans une eau entre 28 °C et 32 °C.

Sa femme avait bien tenté de l'encourager. Sans succès. *« Elle m'a cassé les pieds plus d'une fois, raconte l'ancien salarié de La Poste, 75 ans aujourd'hui. Elle a essayé par tous les moyens mais ça ne m'a jamais débloqué, bien au contraire. »*

Les incidents survenus dans l'enfance ou l'adolescence reviennent souvent dans les témoignages parmi les motifs de blocage ou d'appréhension. C'est aussi le cas de Francis, 63 ans. Ecrivain et acteur (soucieux de garder son anonymat, il préfère taire son patronyme), il débarque à la piscine en veste sombre, suivi de son attaché-case à roulettes. Quelques minutes après, il réapparaît dans le même costume minimaliste que les autres.

Si un rhumatisme articulaire aigu l'a empêché de suivre les cours au même moment que ses camarades d'école, après réflexion, il se rappelle être tombé dans l'eau d'une rivière dans la maison de campagne familiale, en Champagne. *« Je pense qu'inconsciemment ça a joué. »*

C'est finalement son métier qui va le rattraper. Il y a quatre ans, lors d'un casting, une scène prévoit qu'il soit assis sur un fauteuil gonflable dans une piscine. *« Et puis ça a été le déclic, je me suis dit : c'est quand même trop stupide... Je n'ai pas eu le rôle mais j'aime penser que c'est à cause de ça »*, articule dans un léger rictus le sexagénaire, dont le visage rappelle l'homme austère à lunettes d'*American Gothic*. Depuis, cela fait trois ans qu'il prend des cours.

Il dit n'avoir jamais ressenti la moindre gêne ou honte à avouer son malaise devant l'élément. *« Ça revenait peu dans la conversation mais non, il n'y avait pas de tabou. Mais je reconnais que quelque chose manquait à l'appel, sans doute... »*

« Si vous n'avez pas été à l'école, vous pouvez vous en cacher, mais si vous ne savez pas nager, très peu de gens vont se moquer de vous. Les gens vont trouver ça assez banal », relève Meriem Salmi, psychologue spécialisée dans le sport.

Jean-Pierre Labat n'a jamais fui les destinations balnéaires au prétexte qu'il ne savait pas nager. *« J'assumais et en même temps, quand j'étais allongé sur ma serviette, de voir tous les gens être heureux dans l'eau ça me donnait un sentiment de frustration. Mais la trouille était la plus forte. »*

Chez certains, malgré une vie personnelle ou professionnelle stable, la démarche a valeur d'émancipation, comme l'explique Annick Lévy, assistante juridique dans un cabinet parisien d'avocat : *« Ça va sûrement débloquer des choses chez moi. Rien que d'avoir pris la décision, je vois déjà que je m'affirme un peu plus dans mon travail. »*

Une fois qu'elle aura vaincu sa peur de l'eau, Annick Lévy envisage d'apprendre à faire du vélo. Rabih et Nathalie, eux, caressent l'idée de visiter Amsterdam. A priori, les pentes devraient se faire discrètes.

«Cet été, j'ai eu un déclic»

Annick Lévy, 57 ans, est assistante juridique à Paris. Depuis la rentrée, elle apprend à nager avec l'association Archimède au bassin école du centre sportif Elisabeth (14^e arrondissement).

«Plus jeune, je n'ai pas du tout eu l'occasion d'apprendre à nager. J'ai grandi à Tunis et, dans les années 1970, ce n'était pas très à la mode. Mon frère et ma sœurs aînés, eux, ont appris, j'ignore comment. On allait à la plage et je souffrais de les voir nager. Je n'avais pas peur de l'eau, mais, en grandissant, j'ai sans doute pris conscience du danger : des personnes de mon entourage s'étaient noyées et cela m'a marquée. Depuis, je ne mettais plus du tout la tête sous l'eau, ça me paniquait.

J'ai fait faire les bébés-nageurs à ma fille, mais je n'ai pas eu le déclic avec elle. J'adore la mer, j'ai la chance de faire de très beaux voyages, d'aller sur des plages de

cartes postales - Jamaïque, Martinique, Guadeloupe, île Maurice, Cuba, République dominicaine -, mais je ne profite pas de l'eau, je reste au bord, où j'ai pied.

Cet été, j'ai eu un déclic. Depuis un an, j'ai des douleurs aux jambes, beaucoup de stress. Et puis je vois le temps qui passe, j'ai encore envie de faire plein de choses. Mes petites-filles ont 2 et 4 ans, elles sont encore petites mais je voudrais aller en vacances avec elles et pouvoir les emmener à la piscine. Cet été, je voyais des grands-parents s'amuser dans l'eau avec leurs petits-enfants; je me disais: j'aimerais tellement faire la même chose...

Ça va aussi sûrement m'apporter de l'assurance, du lâcher prise... Je vois déjà qu'au travail je laisse glisser certaines choses. Je ne fais pas ça pour épater la galerie. C'est un concours uniquement avec moi-même.»