

## La voile au féminin

Le monde de la voile n'a pas toujours été très accueillant pour la gent féminine. Alors que les femmes étaient réputées pour porter malheur à bord au temps des pirates, elles ont depuis amplement prouvé le contraire. Pourtant, la voile est toujours un sport pratiqué majoritairement par des hommes. Selon un sondage mené par Voile Canada à l'automne 2021, les femmes ne représenteraient que 40 % des personnes pratiquant la voile au Canada. Voici donc différents acteurs québécois qui ont pris les choses en main pour inverser la tendance.

La Coupe Femina est devenue un incontournable pour les navigatrices de la province. Depuis 2014, cet événement qui a pour mission de démocratiser et de promouvoir la voile au féminin rassemble des femmes de 15 à 80 ans qui partagent les mêmes valeurs: détermination, esprit d'équipe, endurance, accomplissement et estime de soi. Depuis la première édition de cette régates, Michelle Cantin, présidente de la Coupe Femina et propriétaire de l'école de voile Formation Nautique Québec, affirme que les mentalités commencent à évoluer. Cet événement de grande ampleur aurait agi comme un catalyseur, nécessaire pour faire changer les choses et faire tomber les tabous. Toujours à l'écoute des femmes qu'elle rassemble en si grand nombre autour d'elle, M<sup>me</sup> Cantin a deux nouvelles possibilités à leur offrir en 2023. Pour celles qui souhaitent se perfectionner comme chef de bord ou en régates sur le fleuve Saint-Laurent, plusieurs stages 100 % féminins ont été ajoutés à l'offre de cours de Formation Nautique Québec. Et pour les régatières prêtes à relever de nouveaux défis, le Femina Challenge de la Coupe Femina 2023 servira de sélection pour un équipage féminin à la Transat Québec-Saint-Malo 2023! «Penser à la Transat, c'est ambitieux, mais j'ai le droit! Il faut juste mobiliser les gens pour rendre ce rêve accessible.»

L'enthousiasme de M<sup>me</sup> Cantin a rayonné jusqu'à Montréal, où Simon Duplanti et Véronique Garon de l'école de voile Ohana ont décidé de permettre à leur clientèle féminine d'expérimenter cette dynamique particulière de voile entre filles. Leurs «Sorties de filles» sont donc au calendrier tous les lundis de la saison et sont maintenant devenus un incontournable pour celles qui souhaitent



© Patrice Naud Villeneuve

prendre de l'expérience à leur rythme, sans ressentir la pression de performance ou même de dynamique de séduction qui peuvent parfois s'établir entre sexes opposés dans de telles sorties. Les groupes exclusivement féminins sont également un important bassin de recrutement pour le programme de second et la formation d'institutrice de voile chez Ohana puisqu'ils permettent aux femmes de prendre confiance en leurs habiletés et en exposant des modèles positifs. Bien qu'il n'ait aucun problème à recruter des instructeurs,

Simon avoue que les filles sont beaucoup moins nombreuses à se lancer dans le processus de certification d'instructeur de voile pour enseigner chez eux.

Ce déséquilibre marqué entre le nombre d'instructeurs et d'institutrices, Robert Corbeil, Instructeur évaluateur et propriétaire de l'école de Voile Capitaine Jack, l'a également noté. Il cite à titre d'exemple que seulement trois femmes faisaient partie de la dernière cohorte d'instructeurs et d'institutrices en voile croisière formée au printemps 2022, alors qu'il y avait plus de 20 hommes. M. Corbeil croit en la valeur ajoutée de travailler en équipe mixte et encourage les équipières comme les équipiers à développer leur QI marin, la prise de décision et le leadership. Son équipe étant en croissance, il souhaite ainsi faire intégrer deux institutrices dans l'équipe VCJ dès 2023-2024.

Du côté de Charlevoix, l'école de voile Mercator a été approchée par la Croisière des alizées, un organisme qui vise à offrir du soutien aux jeunes filles et femmes souffrant d'un trouble alimentaire, pour offrir des initiations à la voile en contexte d'intervention par la nature et l'aventure. C'est grâce à ce projet que trois groupes de jeunes filles ont pu profiter l'été dernier d'une excursion d'un week-end en voilier, encadré par deux intervenantes et une institutrice de voile. Selon cette dernière, Marie-Paul Simard, la voile serait un contexte particulièrement intéressant pour de jeunes femmes touchées par les troubles alimentaires puisqu'il permet de prendre le contrôle sur quelque chose de plus grand que soi, tout en expérimentant un certain lâcher-prise face aux éléments. Les jeunes apprenties navigatrices ont donc eu l'occasion de développer des outils pour faire face à des situations plus stressantes et d'expérimenter des stratégies de gestion des émotions, une expérience «riche en apprentissage, autant sur la voile que sur elles-mêmes».