

Natália Faria

1. Quel sport pratiquez-vous et pourquoi avez-vous choisi ce sport ?

Je pratique la course à pied, d'abord parce que j'aime courir et comme tout autre sport, c'est bon pour la santé, cela génère une sensation de bien-être. Pour moi c'est comme une thérapie.

2. Depuis combien de temps pratiquez-vous cette activité sportive ?

Depuis l'âge de 10 ans. J'ai également pratiqué d'autres sports, natation et volley-ball. Mais actuellement c'est juste la course à pied.

3. Les femmes sportives sont-elles plus souvent exposées au harcèlement que leurs collègues masculins ?

Je ne le ressens pas.

4. Avez-vous déjà été victime de harcèlement lors d'une compétition sportive ?

Non.

5. Pensez-vous que parler du cycle menstruel dans le sport est encore un tabou ? Si oui, comment cela peut-il évoluer ?

Oui. Honnêtement je ne sais pas comment, il pourrait y avoir une évolution.



6. Comment conciliez-vous votre vie personnelle et votre carrière sportive ?

Ce n'est pas facile, mais j'ai un chef compréhensif et mes horaires de travail sont parfois adaptés pour pouvoir concilier le travail avec les entraînements et compétitions.

7. Est-ce que vous avez considéré que c'était un avantage d'être une femme dans votre discipline ?

Non.

8. Concernant les entraînements, vous êtes-vous entraînée avec des garçons/hommes ? Est-ce que c'est plus intéressant d'avoir une mixité pour s'entraîner et progresser ?

Parfois, oui je m'entraîne avec des hommes. Oui, personnellement je pense que les entraînements mixtes sont plus intéressants et importants, les hommes sont plus forts et plus rapides et ça c'est une motivation.

« Personnellement je pense que les entraînements mixtes sont plus intéressants et importants. »



Lena Da Nazaré

1. Quel sport pratiquez-vous et pourquoi avez-vous choisi ce sport ?

Je pratique le karaté 1-2 fois par semaine et la course à pied 3-4 fois par semaine.

Quand j'étais petite, je faisais du ballet et mon frère était au karaté. Puis, après quelques années, j'ai choisi de m'orienter vers le karaté et je n'ai jamais arrêté. Ce sport de combat m'a tout de suite passionné, surtout par rapport aux valeurs qui y sont encrées. De plus, il est toujours utile, surtout en tant que fille, de pratiquer un art martial pour se défendre.

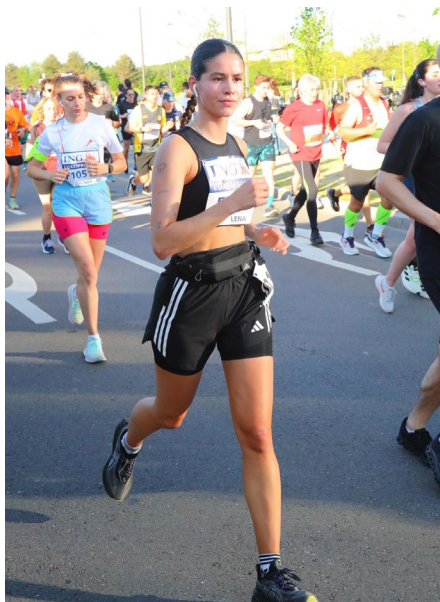
La course à pied m'a intéressé car je voulais essayer un nouveau challenge. Ce sport demande aussi beaucoup de discipline ce qui est un aspect qui m'a aussi motivé à commencer.

2. Depuis combien de temps pratiquez-vous cette activité sportive ?

Je pratique le karaté depuis presque 19 ans et la course à pied depuis presque deux ans.

3. Les femmes sportives sont-elles plus souvent exposées au harcèlement que leurs collègues masculins ?

Je suis d'avis que malheureusement oui. Il faut analyser la manière dont la société voit la femme et très souvent, elle n'est pas respectée et valorisée de la même manière que les hommes. Du coup, comme dans la vie de tous les jours, les gens ont tendance à plus valoriser et respecter les sportifs masculins que les sportives féminines. Tout cela fait que le harcèlement est plus présent chez les femmes (que ce soit des commentaires sexistes tout comme des agressions physiques ou verbales).



4. Avez-vous déjà été victime de harcèlement lors d'une compétition sportive ?

Dans mon cas, je n'ai jamais été victime de harcèlement dans une compétition. Cependant, j'ai déjà eu des commentaires sexistes du style « les catégories masculines sont plus difficiles que les catégories féminines » ou encore « les filles ne sont pas fortes du tout ». On nous sous-estime assez fréquemment.

« Les gens ont tendance à plus valoriser et respecter les sportifs masculins que les sportives féminines. »

5. Pensez-vous que parler du cycle menstruel dans le sport est encore un tabou ? Si oui, comment cela peut-il évoluer ?

Je pense que parler du cycle menstruel est encore un tabou mais que la société commence à évoluer dans ce domaine mais tout cela dépend de l'éducation. On peut tout de même noter une prise de conscience croissante de l'importance de la santé des femmes athlètes. Si les gens parlaient du cycle plus ouvertement, cela ne serait pas si tabou. Il existe encore trop de stéréotypes autour de ce sujet et des discussions à propos de ce sujet peuvent être jugées inappropriées.

6. Comment conciliez-vous votre vie personnelle et votre carrière sportive ?

Pour concilier ma vie personnelle et ma carrière sportive, j'essaie de rester organisée et de me focaliser sur mes objectifs. Il faut trouver une balance entre les deux et en faire des priorités par moment. De toute manière, mes deux sports font partis de ma vie personnelle désormais.

7. Est-ce que vous avez considéré que c'était un avantage d'être une femme dans votre discipline ?

D'être une femme ou un homme dans ma discipline ne change rien. C'est tout de même un avantage en général de pouvoir pratiquer un art martial pour pouvoir se défendre.



8. Concernant les entraînements, vous êtes-vous entraînée avec des garçons/hommes ? Est-ce que c'est plus intéressant d'avoir une mixité pour s'entraîner et progresser ?

Pendant mes entraînements de karaté, on s'entraîne tous ensemble. J'essaie toujours de m'entraîner avec les personnes qui ont plus au moins le même poids que moi, du coup le sexe ne joue pas un grand rôle. Même en général, chaque personne a un karaté différent, du coup on s'entraîne tous et on apprend tous les uns des autres.



Suzie Godart

1. Quel sport pratiquez-vous et pourquoi avez-vous choisi ce sport ?

Je pratique le cyclisme (cyclocross, vtt et route dans l'ordre de mes préférences), car c'est un sport en plein air qui m'a toujours permis de me libérer les idées. En plus de par mes capacités innées, j'étais plutôt prédestinée pour le cyclisme que la gymnastique ou la course à pied...

2. Depuis combien de temps pratiquez-vous cette activité sportive ?

Cela fait 30 ans que je fais de la compétition, j'ai participé à ma première course de VTT à 32 ans en 1994 après la naissance de mes deux enfants (nés en 1989 respectivement 1991), mais j'ai aimé rouler en vélo depuis toute petite.



3. Les femmes sportives sont-elles plus souvent exposées au harcèlement que leurs collègues masculins ?

Je dirais plutôt oui, car l'idée que c'est la femme qui doit s'occuper des enfants et du ménage (tout en contribuant au financement familial par un travail rémunéré) est encore bien ancrée dans les têtes et l'était encore plus il y a 30 ans.

« J'ai connu pas mal de remarques désobligeantes à mon égard, comme quoi je ferais mieux de m'occuper de mon mari et de mes gosses que de faire de la compétition. »

4. Avez-vous déjà été victime de harcèlement lors d'une compétition sportive ?

J'ai connu pas mal de remarques désobligeantes à mon égard, comme quoi je ferais mieux de m'occuper de mon mari et de mes gosses que de faire de la compétition, que j'étais trop vieille... (Pas plus tard que dimanche au championnat national de cyclocross un spectateur a cru bon faire la remarque « mais qu'est-ce qu'elle fout encore sur un vélo celle-là ») Mais je crois que justement avec le soutien de ma famille, j'ai fait de ces remarques une force qui m'a permis de réaliser de belles performances et d'être toujours là justement!

5. Pensez-vous que parler du cycle menstruel dans le sport est encore un tabou ? Si oui, comment cela peut-il évoluer ?

Le cycle menstruel est toujours un thème délicat à être évoqué, car on passe dans l'intimité de la femme et la plupart des hommes ne peuvent pas comprendre les problèmes que cela cause à nous compétitrices. Selon le sport, la physiologie de chaque femme etc., il y a plus ou moins d'impact sur les résultats. Personnellement, j'en n'ai jamais vraiment souffert, mais j'avais une équipière irlandaise qui en souffrait énormément. Je pense que c'est nous en tant que femmes qui devons oser en parler plus ouvertement pour que les tabous disparaissent peu à peu.

6. Comment conciliez-vous votre vie personnelle et votre carrière sportive ?

Actuellement je suis à la retraite et je peux m'organiser facilement, mais à mes débuts, j'ai jonglé entre mon métier d'institutrice, ma famille et le vélo, ce qui n'a jamais été facile. D'un autre côté on a vécu ensemble tellement de belles aventures que je ne changerais rien si je devais recommencer.

7. Est-ce que vous avez considéré que c'était un avantage d'être une femme dans votre discipline ?

Pas vraiment, le cyclisme a quand-même été longtemps réservé qu'aux hommes. Les premiers championnats du monde sur route se sont courus à Reims en 1958 et furent gagnés par la luxembourgeoise Elsy Jacobs qui elle aussi s'est battue contre la domination masculine et la fédération luxembourgeoise. Et au cyclocross, on n'a pu participer aux courses que depuis 1997 (année où j'ai gagné mon premier titre de championne nationale dans cette discipline).



8. Concernant les entraînements, vous êtes-vous entraînée avec des garçons/hommes ? Est-ce que c'est plus intéressant d'avoir une mixité pour s'entraîner et progresser ?

Compte tenu du fait de jongler entre boulot, famille et entraînements, j'ai toujours dû adapter mes horaires et j'ai roulé seule. Les dernières années j'ai souvent été accompagnée de mes enfants, mais les entraînements à intensités se font le mieux seule. Lorsque sur la route je croise des cyclistes masculins, ils ont généralement tendance à vouloir montrer à la bonne femme ce qu'ils savent faire et il y en a pas mal qui sont rentrés bien fatigués de leur sortie ;-) Pour les jeunes c'est certainement intéressant d'avoir une mixité, le cyclisme est un sport où l'entraînement par niveau est intéressant surtout dans les petites catégories. Même dans les équipes UCI, on fait des stages combinés masculins et féminines, également pour la cohésion de toute l'équipe et du staff. Je pense qu'on est sur la bonne voie pour améliorer le statut des athlètes féminines, mais il reste encore un bon bout de chemin à faire quant à l'égalité devant les médias et surtout l'égalité financière.

