

STAGES DE VOILE

Les Marinettes ou l'école des femmes

Audrey navigue avec son mari depuis six ans mais n'a jamais trouvé sa place à bord. Elle a décidé de se faire accompagner par Julie, une skipper professionnelle qui a créé Les Marinettes. Sa philosophie ? Le coaching nautique au féminin. Et ça marche !

Texte et photos : Cécile Hoynant.

FIGUREZ-VOUS un voilier qui glisse vers sa place de port. Madame, amarres en main, se tient prête à sauter sur le quai. Tout se passe à merveille jusqu'à ce que le vilain génie des manœuvres scabreuses mette son grain de sel. Monsieur, qui ne soupçonne pas un instant le complot ourdi par le vent, le courant et le pas de l'hélice, s'en prend à sa femme qui, pare-battage volant en main, s'agite en tous sens pour tenter de repousser les assauts du ponton et des bateaux voisins. En vain... Les jurons volent, les reprochent fusent. Madame saute finalement à terre mais en se jurant que c'est sa dernière croisière. Une scène caricaturale ? Pas vraiment. Nous sommes en 2019 et pourtant, les femmes ne représentent que 2 % des professionnels

de la plaisance et 24 % des licenciés FFV, toutes pratiques confondues (voile légère, habitable). Et parmi les « plaisancières », un nombre non négligeable d'entre elles ne font que suivre leur mari, détenteur du savoir et maître des décisions à bord.

CLICHES ET POSTURES ONT LA VIE DURE

Aux salons nautiques, il n'est pas rare de voir les commerciaux échanger sur le plan de pont et le gréement avec Monsieur tout en tendant distraitement le nuancier des selleries à Madame. Les femmes elles-mêmes entretiennent ce mécanisme : les décisions d'achat sont parfois bloquées parce que l'intérieur n'est pas à leur goût. Cette posture est la preuve flagrante que leur domaine de compétence et leur espace d'expression sont encore souvent cantonnés sous le pont, de préférence à proximité de la cuisine et auprès des enfants. Les trois siècles d'histoire maritime qui nous précèdent nous ont formaté(e)s : les femmes portent malheur à bord et leur place est à terre, au sein du foyer. En théorie, nous sommes aujourd'hui très nombreux(ses) à être convaincu(e)s du contraire. Mais le bateau agit sur nous comme un catalyseur ou une loupe. Dans le vif d'une manœuvre, quand les réactions sont trop rapides pour être filtrées par le mental, nous répétons l'Histoire. Sans parler de la promiscuité qui fait tomber les masques... Les traits de nos caractères mais également nos comportements conditionnés par la société sont mis à nu.



Ce constat, Julie Mira, Dunkerquoise de vingt-neuf ans, l'a fait depuis plusieurs années, au fil de sa propre expérience de marin professionnel dans la plaisance. Il y a deux ans, elle embarque pour une mise en main avec un couple qui a un projet d'achat de voilier. De retour à terre, elle les interroge sur leurs ressentis. Sarah répond qu'elle est très satisfaite car c'est la première fois que Peter ne lui a pas crié dessus, sous prétexte qu'elle ne sait pas s'y prendre ou qu'elle est trop lente. Pour Julie, c'est la révélation : si les femmes ont déserté les pontons, c'est parce qu'elles en ont ras la casquette d'être dévalorisées et de passer un sale moment en mer. Elle décide de prendre le taureau par les cornes. Au printemps 2019, elle monte son entreprise, Les Marinettes (labellisée FFV) et crée un concept complètement novateur. Julie se déplace à bord du bateau de sa cliente et la prend en charge pour un coaching intensif de trois-quatre jours. Le programme

“ Le but : apprendre, et surtout prendre la confiance à bord. ”



est établi sur mesure, en fonction des besoins exprimés par celle-ci et de ceux ciblés par Julie, qui observe « sa Marinette » évoluer. Manœuvres sous voiles, manœuvres de port, entretien du bateau, préparation de la route en fonction de la météo, pharmacie, nœuds marins... Tous les thèmes peuvent être abordés, en cohérence avec le projet de navigation. Le quatrième jour, Julie propose au couple de naviguer de concert, pour brancher femme et mari sur la même longueur d'onde en leur donnant des conseils pour mieux communiquer. Les Marinettes, ce n'est pas une école de voile. Le but de Julie n'est pas de valider un niveau mais de donner des clés à une femme qui a perdu confiance en elle, de lui permettre de devenir actrice en se réappropriant son bateau et de conquérir son autonomie à bord. Avec, à la clé, le plaisir de naviguer... mais aussi la sécurité ! Assumer toutes les responsabilités n'est pas facile à porter pour l'homme. Sans parler du danger



▲ En stage, la hiérarchie du couple laisse place à une répartition cohérente des rôles et à une communication sereine. L'idée est de poursuivre sur cette voie en navigation privée.

que cela représente : qu'advient-il s'il se blesse, tombe à l'eau ? Dans le cadre d'un projet de grande croisière, la formation de la femme est tout simplement une question de sécurité. Certains hommes en ont conscience et poussent leur compagne à contacter Julie. D'autres ne comprennent pas l'intérêt des Marinettes, non pas par rejet mais parce qu'ils ne perçoivent pas tous les enjeux de la démarche.

TROUVER SA PLACE A BORD

C'est le cas de Steven, le mari d'Audrey, avec qui j'embarque aux côtés de Julie. Audrey est responsable RH au sein du géant lorientais Naval Group. Autant dire qu'à quarante ans, elle a les épaules larges et n'est pas du genre à se laisser mener par le bout du nez. Pourtant, depuis six ans qu'elle navigue avec son mari à bord de leur Surprise, elle n'a jamais réussi à trouver sa place. Aujourd'hui, le couple souhaite naviguer en famille avec ses deux jeunes fils, mais le blocage d'Audrey est un frein majeur à la réussite du projet. Dès que le bateau gîte un peu trop ou que d'autres voiliers évoluent sur le plan d'eau, Audrey a peur de perdre le contrôle et panique. Steven, son mari, lui a laissé la barre plusieurs fois pour qu'elle apprenne mais ses réactions quand elle perd pied ne font qu'empirer les choses. Audrey aurait envie qu'il lui donne un maximum d'informations pour être rassurée. Steven, lui, parle peu mais ne se gêne pas pour relever ses erreurs, d'une manière peu pédagogique. Audrey se braque et sa confiance en elle s'effrite un peu plus. De leurs croisières, pendant lesquelles elle ne fait que s'occuper de leurs fils, Audrey retient surtout des mauvais souvenirs. Depuis, elle trouve toujours

des excuses pour annuler les sorties en mer. La situation est devenue tellement pesante qu'Audrey est prête à s'inscrire à un stage de croisière habitable d'une semaine à l'école des Glénans. Mais quand elle entend parler des Marinettes, elle change son fusil d'épaule. Cette solution lui évite de bloquer une semaine dans son planning et de quitter la maison, une contrainte forte en termes d'organisation. Au-delà de l'aspect pratique, elle est emballée à l'idée d'être prise en charge sur son propre bateau, ce qui élimine l'exercice parfois délicat de transposition des acquis d'un support à un autre : entre le tempérament sage d'un croiseur et la fougue d'un Surprise, il y a un monde ! Le fait d'être seule avec un(e) coach plutôt qu'assimilée dans un groupe est évidemment un argument fort. Un moniteur n'a pas la possibilité de mettre en place un suivi individuel et n'est pas forcément capable de répondre aux besoins très particuliers d'Audrey. Le profil de Julie, qui tient plus du psychologue que du prof de voile, et sa démarche très ciblée – redonner confiance aux femmes pour qu'elles se sentent des marin(ette)s à part entière – sont plus adaptés. Audrey est également rassurée de savoir qu'elle va pouvoir confier ses doutes et ses difficultés à une femme sensible et éveillée à ces problématiques, qui ne va pas la juger. C'est d'ailleurs ce qu'elle fait dès le début du coaching. Alors qu'elles se connaissent à peine (Audrey a échangé une heure au téléphone avec Julie avant de s'engager), elle se sent vite à l'aise et vide son sac : « Je suis vraiment une quiche en voile. J'ai l'impression de ne rien savoir faire parce que je ne mets rien en pratique ». « Ça tombe bien, rétorque Julie, parce qu'aujourd'hui, c'est toi qui vas tout faire ! ». Une annonce qu'Audrey accueille en demi-teinte. Tout de suite, Julie la rassure : « Le but, c'est que tu fasses le plus de choses



JEAN-MARIE LIOT



THIBAUT DESPLATS

▲ La différence de musculature peut être compensée par une gestuelle pertinente.



▲ La confiance en soi passe aussi par l'acquisition de compétences nécessaires en matelotage, préparation et entretien du bateau. Le partenaire masculin ne doit pas être référent technique unique.



En régates (ici en J/70), on connaît des équipages de filles qui cartonnent ! Julie a néanmoins une préférence pour les équipages mixtes.

Une Marinette au caractère bien trempé

A neuf ans, Julie Mira régate déjà en Optimist à Dunkerque. Elle passe son BPJEPS à dix-neuf ans et son Capitaine 200 à vingt-trois. Un parcours exemplaire mais semé d'embûches. Un jour, elle demande à son professeur de mécanique de lui réexpliquer un point du cours. Celui-ci lui répond : « Je ne vais pas perdre mon temps, on n'est pas faits pareil ». Julie décroche la deuxième meilleure note. A l'examen de météo du Capitaine 200, l'officier de marine l'interpelle : « Vous avez conscience que la vie de marin n'est pas compatible avec la vie de famille ? Vous avez des enfants ? » Mais Julie trace sa route. Elle embarque pour de longs voyages hauturiers, skippe de prestigieux yachts classiques comme *Irina VII*. En Italie, alors qu'elle et son équipage ont remporté la régates, l'hôtesse d'accueil de la capitainerie la fait revenir trois jours de suite car elle refuse de croire, documents à l'appui, que c'est bien elle le capitaine. Julie s'engage ensuite dans des navigations polaires à bord de beaux bateaux rapides qui ne sont a priori pas adaptés à ce type de programme. Elle navigue actuellement en Norvège, à bord d'un 76 pieds. Son poste de second lui permet de garder de l'énergie pour les Marinettes. Julie souhaite travailler avec les vendeurs de bateaux, pour que les femmes soient intégrées dès le début du projet d'achat : « Je ne vais pas révolutionner la voile mais en donnant confiance à quelques femmes, j'espère que ça aura un effet boule de neige. »



Julie Mira est skipper pro depuis l'âge de vingt-trois ans.

Julie sera présente sur le stand de la FFV lors du prochain Nautic à Paris.
 Contact : contact.lesmarinettes@gmail.com.
 Site : <https://lesmarinettes.com/>.
 Tarifs : 1 jour = 400 €, 4 jours = 1 400 €, + de 4 jours = 250 €/jour.



Pour s'aguerrir à la barre, il faut la garder longtemps... même quand ça se complique un peu.

par toi-même, mais je serai en permanence à côté de toi pour te guider. C'est comme à l'auto-école : je te guide mais si ça dérape, tu ne t'inquiètes pas, j'ai les doubles commandes. L'important c'est que tu dises quand tu ne le sens pas. » Sans plus tarder, Audrey installe les écoutes de foc, en suivant les instructions de Julie. L'occasion de réviser le nœud de chaise... mais pas seulement.

GREER SON BATEAU POUR L'APPRIVOISER

Greer son bateau est la première étape pour se l'approprier : un acte qui peut paraître anodin mais dont la portée symbolique est très forte. Julie prend d'ailleurs garde à toujours dire « ton bateau » en s'adressant à Audrey. Pour la manœuvre de port (compliquée par le vent et l'étroitesse de la sortie), c'est également elle qui est aux commandes. Malgré les conseils de Julie, Audrey panique et érafle la coque. Julie rattrape le coup sans s'énerver, aide Audrey à reprendre ses esprits et relativise : pour une première, ce n'est pas la catastrophe, ce n'était pas une manœuvre facile. Le stress monte en même temps que la grand-voile. Le vent est établi à 15 nœuds. Le Surprise gîte et d'autres voiliers évoluent dans la rade de Lorient : tous les ingrédients sont réunis pour mettre Audrey sous pression. Julie s'installe juste à côté d'elle et la fait progresser pas à pas, en douceur. Pour l'aider, elle lui propose de se concentrer sur ses sensations : sentir l'assiette du bateau en fonction de l'allure, observer sa trajectoire et ses réactions quand elle actionne la barre. Audrey apprend à contrôler la gîte du bateau, à virer avec de la vitesse, à abattre puis à empanner, à mieux

évaluer la distance qui la sépare des autres voiliers, à juger s'il y a un risque de collision et à infléchir sa route. Julie la pousse à aller plus au contact pour affronter sa peur, mais seulement au moment où elle estime qu'elle a suffisamment repris confiance en elle et intégré les outils pour être capable de la surmonter. Julie augmente peu à peu le niveau de difficulté, en suivant les progrès d'Audrey. Et pour dédramatiser, elle ne manque pas de rajouter une bonne dose de bonne humeur dès qu'elle sent Audrey se contracter. Après deux heures de navigation, les bénéfices de cette pédagogie sont flagrants : Audrey est beaucoup moins crispée sur la barre, son visage s'est détendu et elle prend même des initiatives. Lancer un virement pour enrourler une bouée est maintenant à sa portée alors que s'approcher d'un obstacle était jusqu'ici une source de stress intense, qui lui faisait perdre les pédales. Au retour, la manœuvre de port n'est pas parfaite mais Audrey s'en

sort bien et reste calme. Pendant le débriefing, elle avoue même avoir pris du plaisir à être sur l'eau et à barrer. Le lendemain, les conditions trop musclées ne permettent pas aux filles de sortir. Mais elles se retrouvent malgré tout à bord. Julie fait un point théorique sur les manœuvres et apprend à Audrey à prendre la météo. Malgré un programme écourté à cause de la météo, Julie quitte une Marinette regonflée à bloc : « Cette rencontre avec Julie est incroyable. J'avais vraiment besoin de cet éclairage pour avancer. Julie m'a laissé aller jusqu'au bout de mes expériences, même quand je faisais des erreurs, tout en m'accompagnant. C'était fondamental pour moi. Le coaching représente un certain coût mais je ne regrette pas du tout. » Dans la foulée du coaching, Audrey décide de s'inscrire aux entraînements en J/80 et quatre jours plus tard, elle embarque avec Steven pour un week-end à bord de leur Surprise. L'initiative est venue d'elle, évidemment ! ■



L'astuce de la barreuse émancipée : faire bosser les hommes !

F.-X. DE GRECY