



Week-end féminin Edition n°1



Comité Spéléologique Régional de Bourgogne Franche-Comté

Week-end féminin
1er et 2 juillet 2023
à Montrond-le-château

SOMMAIRE

Introduction

Trombinoscope

Planning

Témoignage

Sondage

Topos

Il était une fois...

~~De jolies princesses qui s'ennuyaient dans leur château~~ Un gros tas de filles motivées qui trépignaient d'envie d'explorer le sous-sol.

Cela part d'un constat : dans notre région, encore plus que dans les autres, nous manquons cruellement de cadres féminines. Nous avons moins de licenciées filles que la moyenne nationale, et très, très peu d'initiatrices. Après un travail statistique, il faut se rendre à l'évidence : il y a un problème avec la formation des filles en BFC.

Fin 2022, je reçois, comme toutes les licenciées de BFC, un mail de la trésorière du CSR, une certaine Annissa : elle cherche des volontaires pour former un groupe de travail autour de la pratique féminine dans notre région. Je réponds.

Quelques jours plus tard, nous voilà réunies en visio pour débayer le sujet. C'est motivant, et le cap est tout de suite mis : on n'est pas là pour blablater sans fin, mais pour monter des actions concrètes.

On blablate quand même un peu, parce qu'il faut réfléchir avant d'agir. On se revoit régulièrement, et puis on crée un questionnaire à destination de toutes les pratiquantes de BFC, pour connaître un peu leurs attentes, leurs ressentis, et guider nos futures actions.

On blablate encore, au téléphone, avec certaines d'entre elles, qui veulent bien prendre du temps pour nous raconter leur histoire avec la spéléo, et comment elles voient les choses. Ces entretiens viennent compléter, nourrir, les presque 40 réponses qu'a obtenu notre questionnaire en ligne.

Et alors, vient le temps de l'action : après un feu vert de l'Assemblée générale du CSR en février 2023, on se lance dans l'organisation du tout premier stage féminin de notre région.

Succès immédiat : les 12 places prévues sont rapidement prises. Une dernière stagiaire s'ajoute. Annissa gère les inscriptions et le « recrutement » des cadres, Anne gère l'hébergement, sans parler de Manon, qui nous fait une super affiche (qu'on n'a même pas eu le temps d'utiliser, mais qu'on garde sous le coude pour les prochains...), Aline et Muriel qui nous rejoignent et participent aux réflexions.

Bref, le premier week-end de juillet, on se retrouve, pour celles qui ont pu venir, dans ce haut lieu de la spéléo doubiste qu'est le gîte du GCPM, et sous le soleil...

Pour le reste....z'avez qu'à lire la suite !

Marion

Les fondatrices du stage



Marion - CAF Dijon



Annissa - SC Nivernibou



Anne - SC Lédonien

Les stagiaires



Violaine - SC Dijon



Sarah - GCPM



Sandrine - GS du doubs



Noémie - SC Dijon



Marie-Astrid - SC Dijon



Léa - SC Argilon



Hélène - SC Dijon



Gaëlle - GS du Doubs



Clarisse - SC Dijon



Catherine - GCPM



Camille - GS du Doubs

Les cadres



Tom - SC Dijon



Sylvain - SC Metz



Rémy - SC Jura



Mouloud - GS Doubs

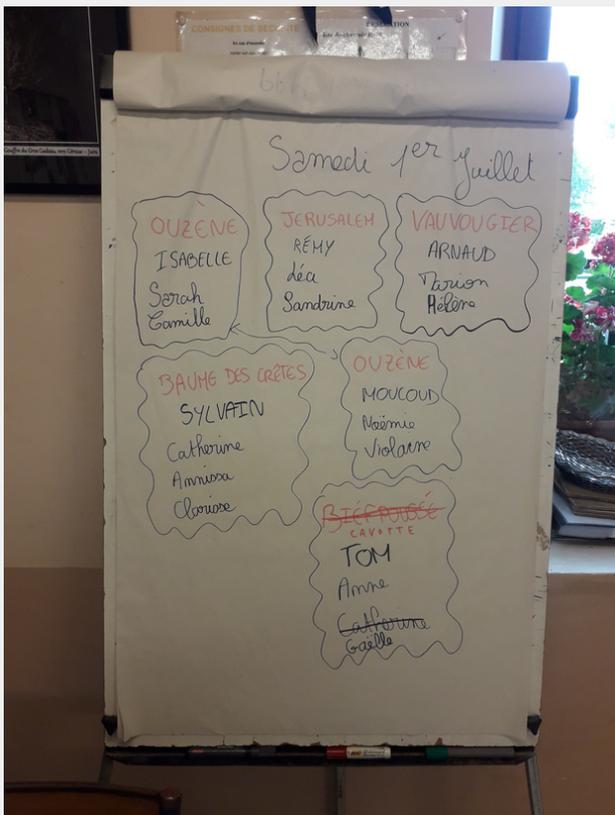


Isa - SC Dijon



Arnaud - GS Marcel Loubens

Planning



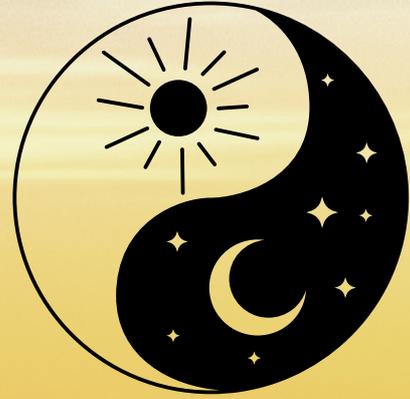
Oups... J'ai oublié de prendre en photo le planning du dimanche... :)

Les chiffres clés du week-end

14 stagiaires



2 jours



2 dodos

6 cadres



7 cavités visitées



Des kilos de bons petits plats préparés par Benoît et sa bande



Je ne sais pas combien de mètres de cordes, de mousquetons et de plaquettes, mais apparemment on n'a rien perdu (merci Rémy !)



Témoignages

Camille

Check-List des choses retenues durant ce weekend :

1) Équipement sur cordes

- Mauvaise idée de faire un amarrage de tête de puits entre deux arbres...
« Oh non... mon kit ne passe pas ! »
- Doubler les ancrages d'un fractionnement même si la broche en mono-point semble briller de mille feux.
- Toujours se poser la question « Qu'est-ce qui se passe si mon point pète ? ».
- Faire les plus beaux nœuds du monde afin qu'ils travaillent correctement (et qu'ils soient ensuite faciles à défaire).
- C'est tellement beau un nœud de chaise double tressé dans une plaquette !!!

2) Progression sur cordes

- C'est trooop bien car on a le droit de prendre son temps... beaucoup son temps durant les stages de perfectionnement technique. L'importance s'est de réfléchir, méditer, s'appropriier les techniques d'équipement puis de prendre du recul sur celles-ci.
- Progresser telle une araignée souple en alternant petite et grande longe sur les vires aériennes. Bon il y a encore du boulot me concernant !

3) Convivialité

- Des sourires à chaque coin de porte.
- Conseils d'équipement personnel et récits d'expériences souterraines auront animé moult discussions.
- Petit clin d'œil à la Chiante n°1 et la Pisseuse n°1 !



Clarisse

J'ai adoré cette expérience !!! Certes c'était la première fois qu'un stage de spéléo juste pour les femmes était organisé mais c'était absolument parfait et j'ai hâte que le prochain soit organisé !!!

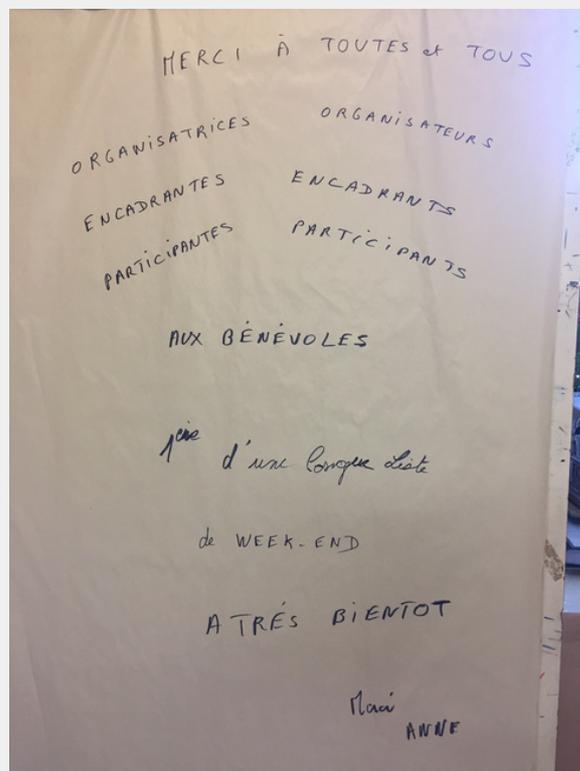
Merci encore pour toute l'organisation, l'apprentissage, les sorties...

Sandrine

Très belle sortie au gouffre de Jérusalem en compagnie de Léa et Rémy.

J'ai pu équiper toute la première partie du gouffre sur les précieux conseils de Rémy (vire, tête de puits, fractionnement et déviation). J'ai ainsi pu être rassurée sur la réalisation de mes nœuds et sur ma technique. Je n'ai pas équipé ni déséquipé le méandre par manque de confiance en moi alors qu'au retour, j'ai constaté que j'aurais pu le faire... Mais je vais y retourner et mettre en application tout ce que j'ai appris !

A la sortie, nous en avons profité pour faire du «bucheronnage» en nettoyant l'entrée du gouffre. Ensuite visite de l'entrée de la grotte de la Vieille Folle et pour finir Rémy nous a montré un magnifique point de vue du réseau du Verneau sur les hauteurs du Montmahoux ! Un grand merci pour cette belle journée passée ensemble et pour l'organisation de ce week-end.



Hélène

Expérience très enrichissante, le stage a très bien répondu à mes attentes : apprentissage de nouvelles techniques pour une meilleure progression en m'économisant, découverte de l'équipement/déséquipement mais obligation de continuer à approfondir. En 2 jours, j'ai beaucoup appris et je ne pensais pas voir autant de choses en si peu de temps. Au départ, un peu d'appréhension (notamment par rapport au niveau et aux grottes proposées) mais cela m'a permis aussi d'avoir plus confiance en moi. L'association un cadre, deux stagiaires est très intéressante et permet vraiment d'individualiser la progression, l'échange a été très instructif et donne envie de continuer à apprendre car il reste encore une grande marge de progression ... !!!

Violaine

Stage très agréable, qui m'a remotivée pour faire de la spéléo et m'engager plus concrètement dans l'organisation de la sortie.

Marie-Astrid

Bien aimé le fait de n'être que 2 avec l'encadrant, permet de voir précisément l'équipement, d'avoir des conseils personnalisés.

Merci pour l'orga!

Noémie

J'ai adoré ce stage qui entre femmes était très convivial. Pour ma part, cela m'a permis d'apprendre sans crainte d'être jugée car nous sommes plus compréhensives et plus patientes entre femme.

Par ma nature, je subis déjà beaucoup de stress quand il n'y a que des hommes dans une sortie. Les femmes étant plus compréhensives, j'étais plus sereine pour apprendre.

Hâte de participer à la deuxième version.

Sarah

Mes premières expériences sous terre n'étaient pas du tout sereines. Durant bon nombre de sorties je me suis demandée si je devais continuer ou pas. Tellement de sensations inconnues d'une force inouïe qui résonnaient dans mon être... Un grand mélange de peur, d'émerveillement et de fierté. La dichotomie d'une aventure merveilleuse de 4 ans qui m'a conduite ici, avec vous, dans ce stage grâce à tous ceux qui m'ont initié auparavant.

Eh oui, tout le principe est là, Initiateur, un grand mot pour de grandes personnes. Mais initiateur c'est quoi?

Être humain avant tout, précurseur de passion mais siphonné du bocal, accompagnant mais déléguant, patient mais attisant, attentif et altruiste. Il s'agit là, de prendre soin d'autrui comme si c'était votre propre famille, un lien humain, indéfectible qui pousse aux plus belles rencontres. Quand une vie se joue dans le noir absolu et que le temps n'existe plus... La lumière est au bout du tunnel et tout le monde suit le même chemin pour y accéder, les mêmes galères, les mêmes galeries et le même émerveillement devant les beautés géologiques de la nature et la même joie, à chaque fois que les rayons du soleil et la verdure percent à nouveau dans nos esprits et nos yeux. De formidables ingrédients pour une recette parfaite.

C'est un gros BIG UP à tous ceux qui ont supporté mes rôles, adouci mes inquiétudes et nourri cette passion au fil des années et des aventures souterraines.

J'ai un immense respect envers vous, comme pour vous tous, organisateurs, initiateurs et stagiaires de ce stage. Une même passion, des êtres humains, du partage saupoudré de compassion... Un hymne à la spéléologie, à l'exploration de l'inconnu, la découverte du monde et même du monde des autres. L'Introspection en profondeur des relations humaines et du mystère terrestre. Aucun grade, aucune formalité, juste du respect, de l'élan et de la convivialité.

Voilà, une bonne introduction à mon ressenti par rapport à ce stage.

Ce fut, MERVEILLEUX! Bien plus que mon premier stage perf où je n'étais pas prête du tout. « c'est ce qui s'appelle mettre la charrue avant les boeufs! »

C'est donc grâce à vous tous que je vois le chemin parcouru, l'adaptation et la confiance acquise. Apprivoiser la peur qui nous anime de l'inconnu, de l'être tangible et fragile que nous sommes mais surtout de redécouvrir en nous cette chose immuable, l'énergie et donc la force, la vie et l'envie qui nous porte.. Chaque jour à faire mieux, à apprendre, à découvrir et à être tel que nous l'imaginons.

Fort et fiers d'être humains, spéléos, en progression et peut être un jour initiateur à notre tour pour former encore et toujours de nouvelles passions d'explorateur, où l'on pourra refaire le monde en compagnie d'une corde et de quelques mousquetons... Quelques bouts d'aluminium d'aviation qui seront les maillons manquants à notre épanouissement, ou bien les protections individuelles et collectives de nos aventures humaines.

Du coup, Initiateur c'est quoi? C'est aussi être initiateur d'un projet, tout faire pour qu'il aboutisse tout en étant réaliste. Être aux petits soins et penser à la sécurité et à la sérénité de tous sans les connaître spécialement. S'adapter, penser aux différences de genres qui existent encore et toujours dans ce monde « moderne » que l'on voudrait sans distinction. Et surtout incarner nous-mêmes cette non distinction, du genre, d'une « race » ou bien d'un idéal... Puis faire tout notre possible pour que tout le monde puisse y accéder à son tour.



Donc le bilan est là, ce stage m'a vraiment réconforté sur mes acquis, il a aussi mis en lumière les points à travailler. Un juste milieu entre travail et humour, des personnes toutes uniques et formidables qui s'entraident naturellement. C'est un raviveur de projet, un condensateur d'émotions aussi physique que subtil qui en mènera plus d'une à vouloir revivre tous ces bon moments. Que ce soit d'une vision de spectatrice, actrice ou même d'initiatrice. La Femme que je suis s'est sentie soutenue parmi vous tous et a partagé cette passion brûlante d'être tous égaux, du genre Homo Sapiens et surtout Homo Cavernicus, Une très grande famille!

Un grand merci à tous! La pisseuse n°1 vous dit que finalement la dyneema c'est pas si mal... Les respectées «Mac Gyver» : Chiante n°1 et Pisseuse n°2 avaient raison. Puis explorer une nouvelle cavité en très bonne compagnie, c'est franchement le pied! Jérusalem, je l'aime!

Casque bas, genoux à terre, croll ouvert et paye ta bière... Je vous salue, avec hâte de vous revoir!

Sarah

Et les cadres...

Arnaud

Je suis très heureux d'avoir pu participer à l'encadrement de ce we et d'avoir pu transmettre des connaissances techniques pour augmenter l'autonomie de participantes.

Merci à toutes les participantes et aux organisatrices pour ce très beau we de spéléo. Vivement la prochaine édition !

Arnaud

Moulood

Week-end intéressant pour ma part, si j'ai pu contribuer au savoir-faire dans les techniques d'équipement, tant mieux. Les stagiaires devront pratiquer afin d'acquérir les automatismes (approche d'un puits, les noeuds ..). Plusieurs cas de longue

courte trop longue,

Week-end à renouveler assurément...



Isa, Sylvain et Tom ne nous ont pas envoyé de petits mots, mais des tonnes de photos ! Grâce à eux, ce compte-rendu est abondamment illustré !



Et un grand merci à Rémy qui a eu la gentillesse de faire un discours de fin de stage...

C'est précieux d'avoir un tel soutien !

Et le mot de la fin...

Organiser un week-end formation, qui l'aurait cru ? En tout cas, pas moi ! D'autant plus dans ce format, auquel, il y a deux ans de cela, j'aurais attribué un caractère sectaire. Mais... Une rencontre, un doute, une analyse approfondie de ce doute, des réflexions, encore des rencontres et encore des réflexions auront finalement aboutit à ce merveilleux moment passé avec vous. J'aurais voulu vous partager la source de cette histoire, toutefois, par pudeur je vais m'abstenir et me contenter de m'exprimer sur l'aboutissement de cette première édition

D'abord un grand merci, à Anne qui aura été la première à me soutenir dans cette démarche (et ô combien ça n'a pas été simple tous les jours.)

Un grand merci également à Marion qui aura été très active dans toutes les étapes qui ont jalonné la création et la mise en place de ce week end.

Merci à tous ceux et celles qui, de près ou de loin dîtes du bien de cette initiative.

Merci aux cadres d'avoir répondu présent, d'avoir donné de votre temps pour partager votre passion.

Et surtout merci à vous, chères stagiaires, d'avoir été nombreuses à participer à ce week-end.

Par votre présence, vous êtes la preuve qu'il y a une demande bien réelle et que toute cette énergie dépensée n'est pas vaine.

Cela m'a donné espoir, espoir que d'ici quelques années la courbe qui représente le nombre de cadre rapporté au nombre de spéléo selon leur sexe puisse s'inverser et tendre à se rejoindre pour n'en former plus qu'une. Une courbe unique, telle est la mission que je me suis donnée !

Espoir que nos licenciées puissent elles aussi devenir initiatrices, monitrices et instructrices. Puissent elles aussi transmettre leur passion et leur savoir-faire.

Puissent elles aussi inspirer ces futurs explorateurs et exploratrices qui chaque année s'inscrivent dans nos clubs.

Inspirer, comme un jour j'ai pu l'être en stage.

Inspirer qui par analogie signifie : Faire naître dans le cœur, dans l'esprit, du mouvement, de l'action, des projets, des pensées nouvelles, libertaires et égalitaires.

C'est sur ces belles paroles, que s'achève cette première édition.

La suite, au prochain chapitre ! RDV les 9 et 10 Décembre 2023 à Francheville !

Annissa



Sondage

Bilan chiffré

Basé sur les 12 réponses au questionnaire de satisfaction envoyé suite au stage.

Globalement, on peut noter le grand taux de satisfaction : 11 participantes sur les 12 ayant répondu déclarent vouloir participer à la prochaine édition de ce week-end...La plupart réclament plus de pratique sous terre, et plus d'apports théoriques.

Plusieurs objectifs ont été atteints :

- Des amitiés se sont nouées : 3 participantes déclarent avoir déjà prévu de refaire ensemble des sorties sous terre, 2 déclarent qu'elles « aimeraient bien ». L'effet d'émulation qui était recherché a commencé à fonctionner ;

- Le côté « rassurant » du caractère féminin du stage n'était pas une simple spéculation de notre part : 7 sur 12 le mentionnent (le choix majoritaire étant "enrichissant"). Morceaux choisis :

« C'est rassurant et ça montre qu'il y a beaucoup de femmes passionnées par la spéléologie. De plus, je pense que ça encourage à progresser et à peut-être devenir initiatrice, car on sait que c'est possible ! ;) »

« On rencontre d'autres filles pour faire d'autres sorties par la suite »

« J'ai trouvé ce caractère féminin intéressant bien qu'au départ j'avais un petit doute. Je pense que les femmes ont besoin d'être rassurées et de prendre confiance en elles en comparaison des hommes qui ont plus de facilités à la pratique de la spéléologie. »

« Le fait que ce soit une femme en accompagnatrice est rassurant car points communs et expérience partagés très intéressants et la façon de pratiquer n'est pas forcément la même. Donc expérience complémentaire très enrichissante. »

« Ce n'était pas indispensable d'être "féminin" mais un poil rassurant sur ses capacités physiques (quoique) »

« J'ai trouvé cela très rassurant pour ma part, plus serein et plus studieux aussi. L'équilibre Hommes/Femmes dans le groupe était vraiment au poil et tout le monde était au petit soin pour les autres, sans distinction de genre ou de grade. »

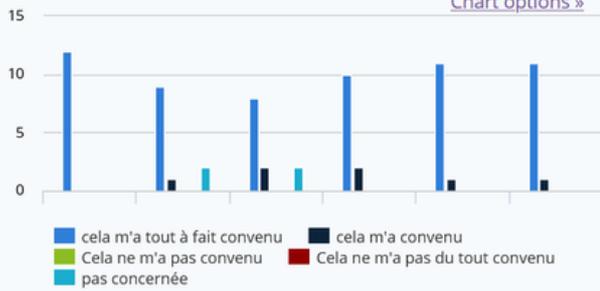
Enfin, et surtout, on peut mesurer aux réponses des stagiaires le côté bénéfique du stage par rapport à l'objectif de départ : **former des licenciées féminines pour, petit à petit, les amener vers le brevet d'initiatrice.**

- Avant ce week-end, elles n'étaient qu'un tiers à avoir déjà fait un stage de formation ;
- Après ce week-end, elles sont un tiers de plus à affirmer vouloir s'inscrire à un autre stage, plus 25% choisissant de répondre "peut-être". On peut donc espérer que ce stage aura suscité des envies de formation
- Avant le stage, une personne sur 12 envisageait de devenir initiatrice ; après le stage, elles sont désormais quatre !
-

Nous espérons que ces nouvelles vocations se concrétiseront et que la belle émulation créée par ce week-end ne retombera pas !

Quels sont vos ressentis concernant :

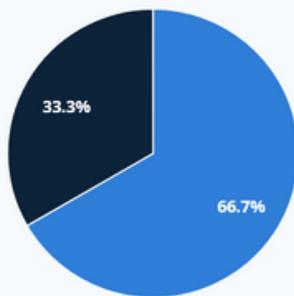
[Chart options »](#)



	cela m'a tout à fait convenu	cela m'a convenu	Cela ne m'a pas convenu	Cela ne m'a pas du tout convenu	pas concernée
l'organisation générale du stage	12	0	0	0	0
l'hébergement	9	1	0	0	2
la nourriture	8	2	0	0	2
modulation de la durée du stage (sur une journée / 2 journées)	10	2	0	0	0
la procédure d'inscription	11	1	0	0	0
les informations pratiques avant le stage	11	1	0	0	0

Les apports du stage étaient-ils en adéquation avec vos attentes, que vous aviez formulées au moment de votre inscription ?

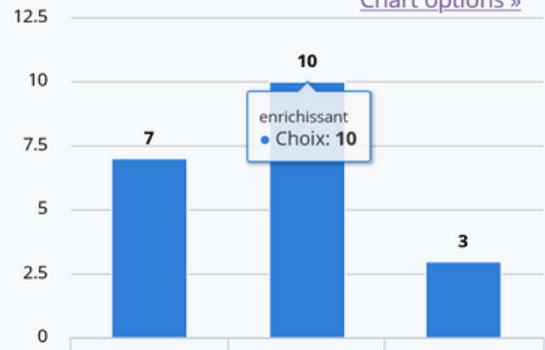
[Chart options »](#)



totalement	8
en grande partie	4

Le caractère "féminin" du stage vous a t'il semblé...

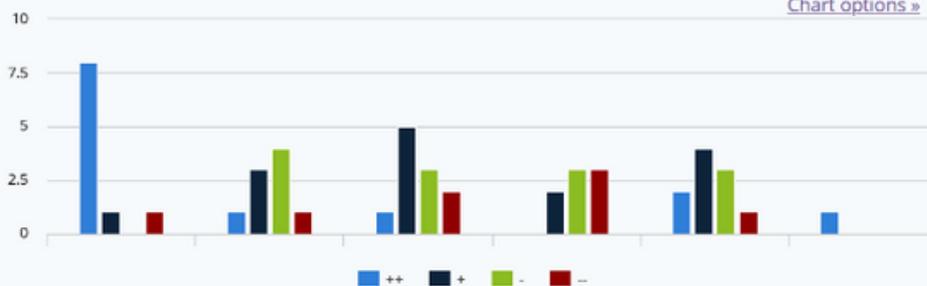
[Chart options »](#)



rassurant	7
enrichissant	10
autre	3

Quels sont les points à privilégier selon vous ?

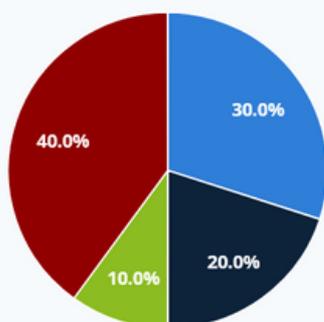
[Chart options »](#)



	++	+	-	--
plus de pratique sous terre	8	1	0	1
plus de pratique en falaise	1	3	4	1
plus d'apports théoriques	1	5	3	2
des sites de pratiques plus adaptés	0	2	3	3
Une pédagogie plus adaptée	2	4	3	1
autre (précisez)	1	0	0	0

Avez-vous prévu de ressortir (sous terre :p) avec une autre stagiaire rencontrée au stage ?

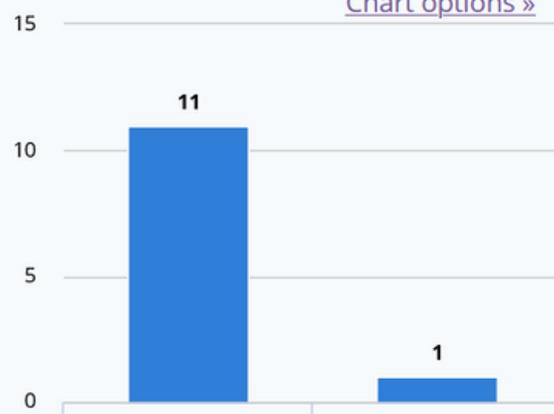
[Chart options »](#)



oui	3
non mais j'aimerais bien	2
non ce n'est pas prévu	1
pourquoi pas	4

A l'issue de ce stage, une deuxième édition est en cours de préparation, êtes-vous partante ?

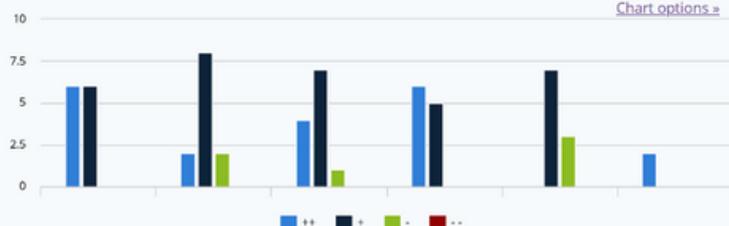
[Chart options »](#)



oui, tout à fait	11
plutôt non	1

Ce stage vous a-t-il permis de prendre confiance en vous concernant

[Chart options »](#)



	++	+	-	--
vos capacités physiques	6	6	0	0
vos capacités techniques	2	8	2	0
vos capacités à progresser	4	7	1	0
vos capacités à participer activement à une sortie et sa préparation	6	5	0	0
vos capacités de leadership	0	7	3	0
autre précisez	2	0	0	0

