

De l'hostilité à la sécurité : conceptualiser la notion d'espace sécuritaire comme moyen de promotion de l'activité physique auprès des femmes considérées comme âgées

From Hostility to Safety: Conceptualizing Safe Space as a Means of Promoting Physical Activity to Women Considered as Elderly People

De la hostilidad a la seguridad : conceptualizar el espacio seguro como medio para promover la actividad física entre mujeres consideradas mayores

Geneviève Drolet et Manon Niquette

Volume 36, numéro 1, 2023

Genres et sports

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/1108765ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/1108765ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Recherches féministes

ISSN

0838-4479 (imprimé)

1705-9240 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Drolet, G. & Niquette, M. (2023). De l'hostilité à la sécurité : conceptualiser la notion d'espace sécuritaire comme moyen de promotion de l'activité physique auprès des femmes considérées comme âgées. *Recherches féministes*, 36(1), 49–68. <https://doi.org/10.7202/1108765ar>

Résumé de l'article

Historiquement, le monde du sport et de l'activité physique n'a pas été conçu pour accueillir les femmes, et encore moins les femmes considérées comme âgées. La création d'un espace sécuritaire (*safe space*) fait partie des moyens suggérés pour que la promotion de l'activité physique ne se fasse pas au détriment de l'équité des genres. Toutefois, les usages populaires et controversés de ce concept rendent sa théorisation fragmentaire. Afin de mettre en lumière les obstacles qu'un tel espace aiderait à surmonter, les autrices ont passé en revue la littérature autour du sentiment de sécurité des femmes dans la pratique de l'activité physique. Elles ont pu dégager quatre dimensions à intégrer dans la conceptualisation d'un espace sécuritaire permettant de contrer les iniquités vécues par les femmes considérées comme âgées : la sécurité physique, l'image corporelle, la représentation des compétences et la sécurité financière. Une démarche de recherche empirique permettra de valider ces dimensions auprès des femmes elles-mêmes afin de s'assurer qu'elles correspondent à leur définition d'un espace sécuritaire pour la pratique de l'activité physique.

De l'hostilité à la sécurité : conceptualiser la notion d'espace sécuritaire comme moyen de promotion de l'activité physique auprès des femmes considérées comme âgées

GENEVIÈVE DROLET ET MANON NIQUETTE

Au Québec, les femmes de 65 ans et plus représentent la tranche de la population la moins active. En effet, elles ne sont que 31,8 % à atteindre les 150 minutes d'activité physique recommandées par semaine, comparativement à 42,6 % des hommes du même âge (Statistique Canada 2022a). Malgré le fait que les bienfaits de l'activité physique pour cette catégorie d'âge soient reconnus et que le vieillissement de la population soit l'une des plus grandes préoccupations de la santé publique, les femmes considérées comme âgées¹ semblent prises dans un angle mort de cet enjeu, qui fait pourtant couler beaucoup d'encre dans les tribunes médiatiques, scientifiques et gouvernementales.

En effet, peu de programmes et d'interventions ciblent les besoins spécifiques de ces femmes² et, par le fait même, se saisissent de l'enjeu particulier du genre quand il est question de promotion de la santé par l'activité physique auprès de la population dite âgée. Cela peut paraître d'autant plus surprenant que les femmes représentent 53 % des personnes de 65 ans et plus et qu'elles sont proportionnellement nettement plus nombreuses au fur et à mesure de l'avancement en âge (Institut de la statistique

¹ Dans cet article, nous utilisons le vocable « femmes considérées comme âgées » pour désigner les femmes de 65 ans et plus. L'âge de 65 ans comme seuil d'entrée dans la vieillesse est critiqué, et à raison, mais il demeure le « seuil habituel » utilisé dans les différents rapports statistiques traitant des « personnes âgées » ou des « aînées » (Turcotte et Schellenberg 2006 : 8). Il nous est toutefois apparu essentiel d'ajouter le vocable « considérées comme » afin de pouvoir ouvrir la réflexion sur ce qui définit, au regard de l'âge, les catégories « aînées » ou « femmes âgées ».

² Des programmes de promotion de la santé par l'activité physique visant spécialement les femmes et prenant en compte les iniquités de genre existent, mais ils s'adressent en majorité aux filles et aux jeunes femmes. Des organismes comme Fillactive (*FitSpirit*) ont pour but de favoriser la pratique d'activités physiques et sportives chez les filles de 12 à 17 ans, pratique qui a tendance, à l'adolescence, à chuter considérablement. Voir le site Web suivant : www.fillactive.ca/a-propos/a-propos-de-fillactive. Le plan d'action de l'organisme Femmes et sport au Canada (anciennement Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique) a aussi tout un volet spécialement développé pour favoriser la rétention des filles dans le sport. Voir la page 10 du document PDF : womenandsport.ca/wp-content/uploads/2021/05/Canadian-Women-Sport-Strategic-Plan-2021-24-FR.pdf. De telles initiatives sont rares pour les femmes considérées comme âgées.

du Québec 2022). Si, d'une part, elles sont invisibilisées quand il est question d'activité physique et sportive³, les femmes considérées comme âgées subissent, d'autre part, une forte pression à travers les discours de promotion de la santé qui, souvent sous le couvert d'une incitation bienveillante à adopter de « saines habitudes de vie », imposent encore et toujours les mêmes normes de beauté, de performance et d'éternelle jeunesse, comme si le vieillissement devait absolument être contrôlé, voire guéri (Carter 2016 : 203) ou effacé (Fahs 2017 : 189).

Présenté comme antinomique à l'idée de bonne forme physique, mais aussi au concept d'un corps en santé, le vieillissement, particulièrement celui des femmes, est difficilement conciliable avec la représentation du sport et de l'activité physique où tout, ou presque, valorise la jeunesse (Hénaff-Pineau 2009 : 71). Les femmes se retrouvent rapidement discriminées non seulement par les stéréotypes de genre valorisés dans le milieu du sport et de l'activité physique, mais aussi par ceux liés à l'âge. L'activité physique devient associée à un espace hostile qui objectifie leur corps et invisibilise leur diversité, et où ces femmes peuvent difficilement se sentir en sécurité physique et psychologique. Devant un tel constat, nous en sommes venues à nous demander comment cet espace hostile pourrait, au contraire, apparaître comme un espace sécuritaire pour les femmes dans les messages de promotion de l'activité physique. Le concept d'espace sécuritaire (*safe space*) est souvent utilisé quand il est question de tenter de contrer les obstacles d'accès et d'inclusion, mais en quoi peut-il constituer un moyen de contrer les obstacles propres à la pratique de l'activité physique chez les femmes considérées comme âgées?

Le concept d'espace sécuritaire (*safe space*) : polyvalent mais imprécis

Le recours au concept d'espace sécuritaire comme moyen de promotion de l'activité physique auprès des femmes a déjà été proposé par Nancy Poole et Lorraine Greaves, du Centre of Excellence for Women's Health (CEWH). Ces chercheuses et leur équipe ont entre autres réfléchi à la manière dont la promotion de l'activité physique peut contribuer, précisément, à améliorer l'équité entre les genres en développant ce qu'elles appellent « l'approche transformatrice en matière de genre » (Pederson, Greaves et Poole 2015 : 141). Elles ont notamment élaboré une liste de moyens et de suggestions⁴ en vue de guider les chercheuses et chercheurs ainsi que

³ Pour le moment, notre définition de l'activité physique rejoint celle proposée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), qui la définit comme étant « tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques qui requiert une dépense d'énergie » et qui inclut les activités sportives : « La marche, le vélo, le cabre (*wheeling*), le sport en général, la détente active et le jeu sont autant de façons courantes de pratiquer une activité physique pouvant être appréciée de tous, quel que soit le niveau de chacun. » Voir le site Web suivant : www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity.

⁴ Voir le document PDF suivant : bccewh.bc.ca/wp-content/uploads/2019/11/Info-Sheet-Physical-Activity-and-Gender-Equity.pdf.

les praticiennes et praticiens qui veulent développer des programmes, des politiques et de la recherche en promotion de l'activité physique. Dans cette liste, les autrices proposent explicitement la « création d'espaces sécuritaires aux plans physique et émotionnel » (Niquette et Rail 2017). La proposition énoncée s'articule exclusivement autour de la protection contre la violence en définissant, notamment, la sécurité « comme l'absence de danger, de blessure ou de risque émotionnel, psychologique et physique » (Niquette et Rail 2017).

Nous croyons que cette proposition représente un point d'ancrage fertile pour réfléchir aux autres dimensions que pourrait revêtir le concept d'espace sécuritaire comme moyen de promouvoir l'activité physique auprès des femmes de 65 ans et plus. Le désir de se sentir à l'aise dans la pratique d'activités physiques et sportives implique que les femmes considérées comme âgées doivent se trouver dans un « espace », tant physique que psychologique, leur permettant de se libérer des obstacles qu'elles ont déjà rencontrés ou qu'elles rencontrent. La réflexion sur ce qui peut constituer cet espace doit se faire en prenant en considération tant l'âge que le genre, ce qui est négligé dans la recherche universitaire (Hénaff-Pineau 2012 : paragr. 6) et dans les interventions pratiques en promotion de l'activité physique.

D'autres travaux en promotion de la santé par l'activité physique auprès des femmes mettent en avant l'idée d'espace sécuritaire (Brady 2005; Litchfield 2011; Spaaij et Schulenkorf 2014), mais, dans l'ensemble, ses applications sont plutôt hétéroclites et rendent sa théorisation partielle et fragmentaire. S'il est souvent nommé ou identifié, cet espace ou ce qui le circonscrit n'est pas, à notre connaissance, explicitement conceptualisé.

Différentes difficultés persistent également concernant la traduction adéquate en français du terme *safe space*. Les ambiguïtés définitoires du concept lui-même sont nombreuses et sèment la confusion⁵. Un survol du contenu de l'actualité permet de constater que l'espace sécuritaire (ou le *safe space*) inclut, notamment, la délimitation précise d'un lieu assurant la sécurité physique, l'appartenance à des groupes exclusifs avec lesquels les personnes partagent une même identité sexuelle, raciale ou autre, la notion de liberté d'expression ou le partage d'une condition précise (physique ou psychologique). Ses racines politiques en font aussi un terme souvent controversé qui est, au bout du compte, critiqué pour la reproduction des mêmes rapports de domination que ceux des milieux desquels il tente de protéger les personnes marginalisées⁶.

⁵ Ce concept a été et est encore désigné sous différentes appellations, et ce, tant en anglais (« *free space* », « *positive space* », « *safer space* », « *haven* ») qu'en français (« zone neutre », « espace sûr », « espace positif »). Nous avons choisi d'utiliser l'appellation « espace sécuritaire » puisqu'il s'agit, selon nos recherches, de l'appellation francophone la plus courante dans la littérature scientifique et populaire.

⁶ C'est notamment ce que dénonce Kimberlé Crenshaw dans son article « Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics », publié en 1989. Sans nommer

La surutilisation de ce concept comme expression familière, tant dans le langage populaire que dans le milieu universitaire, bien que sa conceptualisation théorique soit incomplète (Barrett 2010 : 1), rend d'autant plus pertinente notre proposition d'explorer les dimensions qui pourraient le composer. Nous avons donc passé en revue la littérature disponible autour du sentiment de sécurité des femmes dans la pratique de l'activité physique, et plus particulièrement celui des femmes considérées, dans la recherche, comme âgées.

La démarche méthodologique

L'utilisation du concept d'espace sécuritaire dans un contexte de promotion de l'activité physique est une idée qui, au sens commun, semble aller de soi, mais qui n'a pas fait, expressément, l'objet d'une recherche approfondie. En revanche, il existe un grand éventail d'études sur les obstacles que les femmes rencontrent relativement à la pratique de l'activité physique, et la crainte pour leur sécurité peut prendre des formes variées. Il serait impossible de procéder à une revue de littérature systématique, comme on la conçoit dans la tradition postpositiviste. On ne peut effectivement pas rendre compte de l'ensemble exhaustif des études produites autour d'une notion émergente, utilisée pour désigner un objet dont les contours opérationnels sont encore flous. Notre objectif est plutôt de cerner les différentes dimensions que le concept d'espace sécuritaire peut couvrir dans la recherche actuelle sur l'activité physique chez les femmes considérées comme âgées. Nous avons donc procédé à ce que Greenhalgh, Thorne et Malterud (2018 : 3) appellent « une revue narrative herméneutique », soit une démarche entreprise dans une visée de compréhension (*verstehen*), c'est-à-dire visant à dégager les perspectives (*insights*) qui permettront de jeter un regard critique sur les éléments précis d'un ensemble d'études jugées fondamentales, et ce, en vue de produire une réflexion plus élargie sur un thème donné. Nous n'avons pas la prétention d'avoir procédé à une revue exhaustive des travaux existants, comme on le fait pour un objet prédéfini. Nous avons plutôt tenté de cerner la diversité des angles que pouvait prendre le phénomène à circonscrire, en examinant les écrits liés à celui-ci, jusqu'à saturation des idées.

En nous inspirant de l'approche par « boule de neige » (Wohlin 2014 : section 3), nous avons d'abord utilisé le moteur de recherche Google Scholar⁷ pour

explicitement le concept de *safe space*, elle met en lumière la manière dont les femmes noires américaines étaient exclues du combat féministe des femmes blanches et devenaient, de cette façon, doublement discriminées. Cet article a marqué les débuts du *Black feminism*.

⁷ Le moteur de recherche Google Scholar constitue un bon point de départ pour une recherche exploratoire (Wohlin 2014 : section 3.1) en raison, notamment, de la diversité et de la multidisciplinarité des sources qu'il contient, de sa capacité à s'adapter rapidement à l'augmentation constante du nombre d'études publiées (Boell et Cecez-Kecmanovic 2014 : 258) et de la possibilité d'offrir des options pour éviter de favoriser un type de publication particulier (Wohlin 2014 : section 3.1).

repérer des études pertinentes auxquelles nous avons pu en greffer d'autres et, ainsi, constituer un premier éventail de perspectives sur le sujet. Nous n'avons pas limité cette première exploration aux femmes âgées de 65 ans et plus afin d'ouvrir les perspectives d'analyse et d'éviter de limiter la réflexion à des idées préconçues sur le vieillissement et l'activité physique. Cette démarche proposée par Wohlin⁸, qui implique d'examiner la bibliographie, de vérifier dans quelles publications l'étude est citée et de consulter les autres ouvrages produits par les autrices et auteurs, a permis de constater que l'enjeu de la sécurité est souvent traité sous l'angle des obstacles que les femmes rencontrent, obstacles qui les empêcheraient justement de se sentir à l'aise quand elles font de l'activité physique. L'abondante littérature sur le sujet nous est apparue une piste prometteuse pour cerner les dimensions d'un espace dans lequel les femmes se sentiraient en sécurité, tant physiquement que psychologiquement, lors de la pratique d'activités physiques et sportives. Afin d'examiner la littérature portant sur les obstacles rencontrés plus précisément par les femmes âgées, nous avons interrogé diverses bases de données (AgeLine, Academic Search Premier, CINAHL et CINAHL Plus, Women International Studies, SPORTDiscuss) en couplant recherche en vocabulaire libre⁹ et recherche en vocabulaire contrôlé¹⁰. Nous voulions, de cette façon, ouvrir d'autres pistes de réflexion et décentrer notre propre perception au sujet des obstacles relatifs à l'activité physique rencontrés par les femmes âgées.

L'objectif de notre article est donc de procéder à un travail de « défrichage » préliminaire qui s'inscrit dans une recherche de nature inductive visant à formuler une conception de l'espace sécuritaire dans l'activité physique, fondée sur le point de vue des femmes. Comme l'expliquent Ramalho et autres (2015), la place de la revue de littérature dans les recherches constructivistes fondées sur une démarche inductive a fait l'objet de nombreux débats. Les fondateurs de l'analyse par théorisation ancrée y voyaient un danger de contaminer la perspective des sujets sur l'objet de la recherche (Ramalho et autres 2015 : 3). D'autres contestent ce point de vue en expliquant qu'il

⁸ Ces étapes sont qualifiées par Wohlin (2014 : section 3.2) de recherche par « boule de neige vers l'arrière » (*backward snowballing*) en ce qui concerne la consultation de la liste de références, et « boule de neige vers l'avant » (*forward snowballing*) quand il est question de la vérification des citations dans lesquelles l'étude est mentionnée. Dans d'autres écrits, la recherche par « boule de neige » consiste essentiellement en une recherche par citations (qualifiée de « *citation tracking* ») (Boell et Cecez-Kecmanovic 2014 : 281).

⁹ Nous avons effectué la recherche en vocabulaire libre dans les titres et les résumés, en utilisant les expressions et les mots suivants, au singulier et au pluriel : « femme », « obstacle », « activité physique » et « personne âgée » en français; « *woman* », « *obstacle* », « *physical activity* » et « *aged people* » en anglais.

¹⁰ Pour la recherche en vocabulaire contrôlé, nous avons utilisé les descripteurs correspondant aux notions d'« obstacle », de « femme », d'« activité physique » et de « personne âgée » indiqués dans le répertoire des vedettes-matière de chacune des bases de données sélectionnées. Par exemple, dans la base de données *SPORTDiscuss*, le descripteur correspondant à la notion de « personne âgée » était « *older people* » alors que, dans la base de données *AgeLine*, il correspondait plutôt à « *older adult* ».

est de toute façon impossible de faire abstraction de tout ce que l'on sait, et que la somme des connaissances déjà acquises, incluant celles issues de la littérature consultée avant les entretiens, peut constituer une source inspirante de concepts sensibilisateurs dont la fonction est de guider et d'enrichir la réflexion (El Hussein, Kennedy et Brent 2017). C'est la perspective retenue ici.

Conséquemment, dans cet article, nous présenterons les différentes dimensions que nous avons pu dégager de la littérature consultée. Ultérieurement, ces dimensions serviront à la production d'un guide d'entretien pour une recherche inductive, centré sur le point de vue des femmes. Elles incluent des éléments qui ne sont pas exclusifs aux femmes de 65 ans et plus, puisque nous croyons que les expériences que les femmes vivent tout au long de leur vie, et non seulement quand elles sont considérées comme âgées, peuvent contribuer ou, au contraire, nuire à leur sentiment de sécurité lors de la pratique de l'activité physique.

Dimension relative à la sécurité physique

Pour les femmes, l'accès à l'espace public n'est pas le même que pour les hommes (Lieber 2002 : 42). Les contraintes imposées à leur liberté de mouvements et de déplacements dans les rues, les parcs et autres lieux publics ont été assez largement documentées (Gardner 1990 et 1995; Lieber 2002; Loukaitou-Sideris 2006; Tandogan et Ilhan 2016; Saunders et autres 2017; Watson-Franke 2002). Ces études révèlent, entre autres, qu'une grande proportion de femmes se font fréquemment harceler dans les rues, majoritairement par des hommes inconnus, ou qu'elles ont vécu un tel événement au moins une fois dans leur vie (Saunders et autres 2017 : 326).

Cette réalité influe sur la pratique d'une activité physique dans l'espace public pour les femmes. Encore peu de travaux scientifiques ont traité de cas de harcèlement et d'agression pendant la pratique d'une activité sportive de loisir (Coble, Selin et Erickson 2003; Gimlin 2010 : 26; Major 2008 : 1; Roper 2016 : 96). La peur de se faire violer ou tuer par un inconnu au moment où elles pratiquent leur sport est l'une des craintes les plus fortement exprimées (Coble, Selin et Erickson 2003 : 19; Roper 2016 : 93). Le fait que les femmes se sentent davantage visées par ce type de crimes témoigne de la présence d'une « peur sexuée » qui associe l'appartenance au sexe féminin à une « [...] forme de “vulnérabilité” » (Lieber 2008 : 214) et qui les incite à adopter des « tactiques d'évitement » (Lieber 2008 : 245) ou même à « s'auto-exclure de l'espace public à certaines heures » (Lieber 2008 : 164).

C'est d'ailleurs ce que font bon nombre de femmes lorsqu'elles choisissent « comment, quand et où » elles pratiquent leurs activités physiques et sportives en fonction de la diminution potentielle des risques que ces ajustements leur procurent (Major 2008 : 1). Afin de se donner l'impression de mieux contrôler leur environnement et les risques qu'elles y associent, les femmes vont, entre autres, proscrire le port de vêtements trop serrés ou révélateurs (Krenichyn 2006 : 638; Kilgour et Parker 2013 : 50), éviter de courir avant le lever ou après le coucher du

soleil, choisir de courir en groupe ou avec leur chien et ne fréquenter que des chemins qu'elles connaissent (Roper 2016 : 95).

Lorsque les femmes vieillissent, les enjeux concernant leur sécurité physique peuvent se transformer, mais ils ne s'amenuisent pas pour autant. À la « peur sexuée » intériorisée depuis l'enfance se greffent les limitations physiques associées au vieillissement et perçues comme un obstacle à la pratique de l'activité physique. L'altération des fonctions physiques et cognitives ajoute au sentiment d'insécurité ou d'incapacité à pratiquer une activité physique en exacerbant, entre autres, la peur de blessures (Doi et autres 2012 : 861). Ainsi, les obstacles rencontrés par les femmes considérées comme âgées en matière de sécurité physique concernent tout autant leur environnement (Bjornsdottir, Arnadottir et Halldorsdottir 2012 : 29) que leur condition physique (Lee 2005 : 65). L'expérience plus limitée de la pratique de l'activité physique pour ces femmes issues d'une génération où elles étaient encore exclues ou absentes¹⁵ dans de nombreuses disciplines sportives (Aubertin-Leheuvre 2005 : 23) peut aussi exacerber cette insécurité.

En plus de craindre pour leur propre sécurité physique, les femmes peuvent aussi se sentir responsables de celle d'autrui. Au Québec, les femmes sont plus nombreuses à être proches aidantes que les hommes (Conseil du statut de la femme 2018 : 28). Cette responsabilité de l'autre (des enfants, des parents ou d'un conjoint) est présente tout au long de leur vie et peut devenir, en vieillissant, particulièrement stigmatisante pour elles (Membrado 2013 : 16).

Dimension relative à l'image corporelle

Les agressions portées au corps des femmes ne concernent pas uniquement des enjeux liés à leur sécurité physique, mais également des préoccupations relatives à leur sécurité psychologique. Partout dans les médias, les réseaux sociaux, les commerces et les publicités, les femmes sont bombardées de messages et d'images leur dictant ce à quoi leur corps devrait ressembler. Diète, vêtements, maquillage, soins capillaires, crèmes antiviellissement, traitement anticellulite, anticernes, chirurgies plastiques... c'est quotidiennement qu'elles se font imposer non seulement l'image que leur corps devrait projeter, mais aussi les fonctions que celui-ci devrait assumer et la manière dont il devrait ou non se transformer (Chrisler et Johnston-Robledo 2018 : 11).

Parce qu'elles se sentent jugées et qu'elles se jugent constamment, les femmes finissent par développer une relation complexe avec leur corps, ce qui les mène souvent à une représentation négative de leur image corporelle (Tiggemann et Lynch 2001 : 244).

¹⁵ À titre d'exemple, jusque dans les années 70, les femmes ne pouvaient pas participer à des courses de fond puisque « les longues distances leur étaient interdites » (Tulle 2018 : 103).

Le fait de vieillir influence grandement ce rapport à l'image corporelle, puisque les normes de beauté définissant la féminité et la désirabilité sont inextricablement associées à la jeunesse. Les femmes se sentent ainsi spécialement visées par le discours anti-âge présentant la lutte contre les signes du vieillissement comme le seul moyen de préserver leur apparence physique (Calasanti et autres 2018 : 237-238). Cette surveillance permanente, par leur propre regard et celui des autres, pour « discipliner, contrôler et sculpter le corps » (Chrisler et Johnston-Robledo 2018 : 165) nuit grandement à l'émancipation, physique et psychologique, des femmes.

Les modèles irréalistes, publicisés par les médias, donnent aux femmes qui n'y correspondent pas, comme les femmes considérées comme âgées (Betz et Ramsey 2017 : 19), les femmes trans (Elling-Machartzki 2017 : 259) ou les femmes en situation de surpoids (Harjunen 2019 : 174), l'impression qu'elles sont invisibles, exclues socialement ou qu'elles ne doivent tout simplement pas être vues. C'est encore plus vrai quand il est question de promotion de l'activité physique, qui met en avant, très souvent, certains types de corps, presque tout le temps jeunes, et qui en exclut, d'office, plusieurs autres (Haissat et Travaillot 2012 : 34; Louchet et Hidri Neys 2018 : 11; Moulding 2007 : 63).

Le discours autour de la promotion de l'activité physique flirte souvent avec celui du santéisme (Crawford 1980). Ce courant transforme la santé en « marchandise » (Rail 2009 : 257) et convainc les individus que tout le monde peut être en santé, qu'il suffit de le vouloir (Chrisler et Johnston-Robledo 2018 : 40). La poursuite de la santé est, comme celle de la beauté, une quête vers une image corporelle jeune et parfaite puisque, dans les deux cas, le corps est un objet de consommation que l'on transforme selon les normes imposées et intériorisées. Ces agressions constantes à l'endroit de l'image corporelle des femmes nécessitent que l'on s'interroge sur les conditions permettant à celles considérées comme âgées de s'en affranchir.

Dimension relative à la représentation de ses compétences

« Courir comme une fille », « lancer comme une fille », « pleurer comme une fille »... Dans le milieu sportif, les analogies discréditant les qualités athlétiques des femmes sont nombreuses et fréquemment utilisées (Kaskan et Ho 2016 : 275). Ces « micro-agressions » (Kaskan et Ho 2016 : 275) répétées contribuent à la construction de stéréotypes négatifs à l'endroit des compétences (Chalabaev et autres 2013 : 137) et des performances sportives des filles et des femmes (Hively et El-Alayli 2014 : 49). Parfois subtiles, elles contribuent néanmoins à décourager les filles et les femmes de participer à des activités sportives (Kaskan et Ho 2016 : 275) et affectent leur capacité non seulement à se représenter elles-mêmes, mais aussi à se présenter aux autres, comme de « vraies » athlètes ayant les compétences requises pour réussir.

Malgré une augmentation phénoménale de la participation des femmes à des activités sportives depuis les années 60, la perception que certains sports ou activités sportives ne sont pas « féminins » ou détériorent en quelque sorte les caractéristiques associées à la « féminité » est, encore aujourd'hui, présente chez les filles et les femmes (O'Reilly, Brunette et Bradish 2018 : 18). Cette perception teinte toujours la relation des femmes avec le sport, particulièrement avec certains sports, qui seraient perçus comme plus « masculins » (O'Reilly, Brunette et Bradish 2018 : 18). En effet, les contradictions entre la performance attendue de la féminité (douceur, timidité, corps menu) et les performances – et attributs – physiques des athlètes féminines (force, puissance, musculature développée, sueur) semblent remettre en question « l'identité sexuée de la sportive [...] alors que la pratique sportive semble à l'inverse confirmer l'identité sexuée de l'homme » (Bohuon 2008 : paragr. 6). La « sexuation des pratiques physiques et sportives » (Louveau 2004b : paragr. 21) dès le plus jeune âge envoie aux filles le signal que certains sports ne leur sont tout simplement pas accessibles (Klomsten Torhild, Marsh et Skaalvik 2005 : 633).

La crainte que leur performance, en matière tant de sport que de féminité, ne réponde pas aux attentes sociales et culturelles tient aussi au fait que les femmes ont été et sont encore peu représentées, particulièrement dans les médias (Cooky, Messner et Musto 2015 : 265-267), comme des modèles positifs au sein de l'univers sportif. Cette rareté de modèles positifs a des conséquences directes sur la participation des femmes à des activités sportives et sur leur capacité à se projeter comme athlètes ou sportives.

Non seulement la représentation des performances sportives féminines est rare et peu valorisée, mais elle contribue aussi à renforcer les stéréotypes sur la féminité. En effet, la représentation du corps des femmes athlètes a longtemps été sexualisée puisque celui-ci était essentiellement mis en valeur pour ses qualités esthétiques plutôt que pour ses compétences athlétiques (Messner 2002 : 102). Bien que cette objectification du corps soit désormais moins répandue au sein des grands réseaux de sports télévisés, la représentation des femmes se fait tout de même essentiellement à travers le regard de téléspectateurs toujours présumés masculins et hétérosexuels (Cooky, Messner et Musto 2015 : 280). Ce regard, s'il a changé de perspective, n'en demeure pas moins paternaliste puisqu'il ne valorise les femmes qu'en leur attribuant des rôles de mère, d'épouse ou de sœur (Cooky, Messner et Musto 2015 : 280).

La dévalorisation des performances sportives féminines, la difficile conciliation entre la féminité attendue et les qualités athlétiques de même que le peu de visibilité accordée aux sports féminins dans les médias participent de la difficulté des femmes à se représenter elles-mêmes, et à se présenter aux autres, comme compétentes et légitimes dans la pratique de certaines activités sportives. Encore une fois, les femmes considérées comme « âgées » se trouvent doublement discriminées puisqu'à la contrainte relative au genre s'ajoute celle associée à l'âge. En effet, dans la pratique d'activités physiques et sportives, les performances attendues valorisent

essentiellement la jeunesse et témoignent plutôt d'une forme d'âgisme (Pfister 2018 : 185). De plus, le corps vieillissant des femmes, spécialement à partir de la ménopause, n'est pratiquement jamais représenté comme pouvant être physiquement actif ou performant (Vertinsky 2000 : 392-393).

Dimension relative à l'aspect économique

Bien que les différents obstacles liés à l'aspect économique soient peu présents dans la définition même de la notion d'espace sécuritaire, ils sont fondamentaux dans la capacité des femmes à se sentir en sécurité et en confiance, tant physiquement que mentalement, pour commencer ou continuer à faire de l'activité physique. La pratique d'activités physiques et sportives implique des coûts (accès aux installations, achat de vêtements et de matériel, frais d'inscription, etc.) qui peuvent constituer des obstacles importants pour les personnes dont la situation financière est précaire. Les quelques études abordant le lien entre le niveau de revenu et la pratique d'activités physiques démontrent d'ailleurs qu'une augmentation des revenus est directement liée à une augmentation de la probabilité de pratiquer une activité physique ou sportive (Louveau 2004a : 54; Withall, Jago et Fox 2011 : 1-2).

L'aspect économique est transversal à tous les autres puisqu'il provoque une sorte d'effet domino sur la qualité de vie générale (Raphael et autres 2021 : 13). Même dans un pays développé comme le Canada, les femmes sont particulièrement affectées par la pauvreté. Encore en 2022, les femmes touchent, en moyenne, 0,88 \$ pour chaque dollar gagné par les hommes¹⁶. Cette situation ne s'améliore pas avec l'âge, puisque les femmes seules de 65 ans et plus sont surreprésentées dans les populations vivant en situation de pauvreté (Fox et Moyser 2018 : 20).

Quand elles sont questionnées, les femmes qui ont un faible revenu mentionnent, entre autres, le manque de temps, la fatigue, les contraintes sociales (c'est-à-dire les responsabilités familiales), le manque de connaissances et les coûts comme principaux obstacles à la pratique d'activités physiques ou sportives (Hoebeke 2008 : 64; Joseph et autres 2015 : 689; Sanz-Remacha et autres 2019). Ainsi, la pratique d'activités physiques et sportives ne devient ni accessible ni abordable pour ces femmes déjà touchées par la précarité.

À cette insécurité liée à la situation financière de certaines femmes s'ajoute celle pouvant être instaurée par les stratégies publicitaires auxquelles recourent les centres d'entraînement et les compagnies d'équipement sportif. Derrière des campagnes au ton « bienveillant » et « autonomisant », les compagnies d'équipement encouragent plutôt le consumérisme, valorisent la performance corporelle et

¹⁶ Voir le site Web suivant : www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=1410034002&pickMembers%5B0%5D=1.1&pickMembers%5B1%5D=3.1&pickMembers%5B2%5D=5.3&pickMembers%5B3%5D=6.1&cubeTimeFrame.startYear=2018&cubeTimeFrame.endYear=2022&referencePeriods=20180101%2C20220101.

renforcent les stéréotypes de genre et les inégalités sociales (Bahrainwala et O'Connor 2019; Grow 2008; Rail et Lafrance 2004; Windels et autres 2020). Les centres d'entraînement « pour femmes seulement », pour leur part, ont une manière de fonctionner somme toute semblable à celles des centres mixtes : ils valorisent les mêmes critères de normalisation du corps ou de performance en matière d'activité physique, dans un discours qui se veut sécurisant et inclusif pour toutes les femmes (Louchet et Hidri Neys 2018 : 24). Ce cadre contradictoire occulte l'exploitation commerciale des insécurités physiques et psychologiques des femmes. Plusieurs types de discours (scientifiques, médicaux, commerciaux) contribuent d'ailleurs à amplifier ces insécurités plutôt qu'à les diminuer. C'est le cas, notamment, des discours promouvant le « bien vieillir » et le « vieillir en santé », qui, finalement, reproduisent des normes capacitistes et hétéronormatives (Jones 2022). Ces éléments, conjugués à la vulnérabilité financière d'une grande partie de la population féminine, qui augmente d'ailleurs souvent avec l'âge (Rose 2019 : 47), rendent donc la pratique d'activités physiques et sportives fortement discriminante pour bon nombre de femmes.

Conclusion

Pour résumer, selon la littérature consultée, quatre dimensions sont à prendre en considération dans l'explication du concept d'espace sécuritaire : la sécurité physique, l'image corporelle, la représentation des compétences et l'aspect économique. Elles ont en commun de comporter chacune un ensemble circonscrit d'obstacles pouvant empêcher les femmes âgées de se sentir en sécurité lorsqu'elles font de l'activité physique.

Nous ne prétendons pas que ces dimensions soient exhaustives, et encore moins définitives, mais elles permettent de formuler les objectifs à atteindre lorsqu'à des fins de promotion des saines habitudes de vie, on veut dépeindre le monde de l'activité physique comme un espace sécuritaire. Ainsi, on pourrait dire que, sur le plan pratique, un espace sécuritaire devrait amener les femmes considérées comme âgées à :

1. diminuer les craintes qu'elles vivent et verbalisent par rapport à leur sécurité physique, en ce qui concerne tant leur environnement que leur condition physique, et celle d'autrui;
2. développer un regard positif sur leur propre corps et à contrer l'obsession de la jeunesse qui leur est imposée, tout en se protégeant du regard des autres;
3. cultiver une représentation positive de leurs compétences sportives et à redéfinir leur propre performance de la féminité, en accord avec une intégration dépourvue de toutes formes d'âgisme de l'activité physique dans leur vie;
4. juger l'activité physique comme abordable, sans qu'elle participe à l'exploitation commerciale et consumériste du vieillissement, et atténuant les insécurités économiques et financières.

Il reste encore à examiner auprès des femmes elles-mêmes si ces objectifs correspondent réellement à leurs propres conceptions d'un espace physique, psychologique et social qui les inciterait à se mouvoir en toute confiance. Cette phase plus empirique de notre recherche permettra aussi de prendre en compte les particularités propres aux conditions de vie des femmes, selon que celles-ci ont subi un processus de racisation ou qu'elles sont plus ou moins avancées en âge. Il importe effectivement d'éviter le stéréotype d'homogénéité du vieillissement, rarement abordé dans la littérature. Nous espérons ainsi contribuer à de nouvelles avenues de recherche qui favoriseraient la visibilisation de ces femmes, trop souvent ignorées et rarement écoutées. C'est seulement avec leur participation qu'il sera possible de contribuer à la production de nouvelles connaissances en promotion de la santé par l'activité physique soutenant véritablement l'équité entre les genres.

RÉFÉRENCES

- AUBERTIN-LEHEUVRE, Mylène, et autres
 2005 « Barriers to Physical Activity Participation in North American Elderly Women: A Literature Review », *American Journal of Recreation Therapy*, 4, 1 : 21-30.
- BAHRAINWALA, Lamiyah et Erin O'CONNOR
 2019 « Nike Unveils Muslim Women Athletes », *Feminist Media Studies*, 22, 3 : 469-484, [En ligne], [doi.org/10.1080/14680777.2019.1620822] (20 août 2023).
- BARRETT, Betty J.
 2010 « Is " Safety " Dangerous? A Critical Examination of the Classroom as Safe Space », *The Canadian Journal for the Scholarship of Teaching and Learning*, 1, 1, [En ligne], [dx.doi.org/10.5206/cjsotl-rcacea.2010.1.9] (20 août 2023).
- BETZ, Diana E., et Laura R. RAMSEY
 2017 « Should Women Be " All About That Bass? ": Diverse Body-ideal Messages and Women's Body Image », *Body Image*, 22 : 18-31, [En ligne], [doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.04.004] (20 août 2023).
- BJORNSDOTTIR, Gudfinna, Solveig A. ARNADOTTIR et Sigrídur HALLDORSDOTTIR
 2012 « Facilitators of and Barriers to Physical Activity in Retirement Communities: Experiences of Older Women in Urban Areas », *Physical Therapy*, 92, 4 : 551-562, [En ligne], [doi.org/10.2522/ptj.20110149] (20 août 2023).
- BOELL, Sébastien K., et Dubravka CECEZ-KECMANOVIC
 2014 « A Hermeneutic Approach for Conducting Literature Reviews and Literature Searches », *Communications of the Association for Information Systems*, 34, 12, [En ligne], [doi.org/10.17705/1CAIS.03412] (20 août 2023).

BOHUON, Anaïs

2008 « Sport et bicatégorisation par sexe : test de féminité et ambiguïtés du discours médical », *Nouvelles Questions Féministes*, 27, 1 : 80-91, [En ligne], [doi.org/10.3917/nqf.271.0080] (20 août 2023).

BRADY, Martha

2005 « Creating Safe Spaces and Building Social Assets for Young Women in the Developing World: A New Role for Sports », *Women's Studies Quarterly*, 33, 1/2 : 35-49, [En ligne], [www.jstor.org/stable/40005500] (20 août 2023).

CALASANTI, Toni, et autres

2018 « Rationales for Anti-aging Activities in Middle Age: Aging, Health, or Appearance? », *The Gerontologist*, 58, 2 : 233-241, [En ligne], [doi.org/10.1093/geront/gnw111] (20 août 2023).

CARTER, Claire

2016 « Still Sucked into the Body Image Thing: The Impact of Anti-aging and Health Discourses on Women's Gendered Identities », *Journal of Gender Studies*, 25, 2 : 200-241, [En ligne], [dx.doi.org/10.1080/09589236.2014.927354] (20 août 2023).

CENTRE OF EXCELLENCE FOR WOMEN'S HEALTH

s. d. « Gender Transformative Health Promotion. How Community Physical Activity Programs Can Improve Gender Equity », *Centre of Excellence for Women's Health*, [En ligne], [bccwh.bc.ca/wp-content/uploads/2019/11/Info-Sheet-Physical-Activity-and-Gender-Equity.pdf] (21 août 2023).

s. d. « Continuum of Approaches to Action on Gender and Health », *Centre of Excellence for Women's Health*, [En ligne], [bccwh.bc.ca/webinars-and-courses/courses/gender-transformative-health-promotion-course/unit-3-approaches-to-integrating-gender-in-health-promotion/continuum-of-approaches-to-action-on-gender-and-health] (21 août 2023).

CHALABAEV, Aïna, et autres

2013 « The Influence of Sex Stereotypes and Gender Roles on Participation and Performance in Sport and Exercise: Review and Future Directions », *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 2 : 136-144, [En ligne], [doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.10.005] (20 août 2023).

CHRISLER, Joann C., et Ingrid JOHNSTON-ROBLEDON

2018 « Woman's Embodied Self: Feminist Perspectives on Identity and Image », *American Psychological Association*, [En ligne], [doi.org/10.1037/0000047-000] (20 août 2023).

COBLE, G. Theresa, Steve W. SELIN et Beth B. ERICKSON

2003 « Hiking Alone: Understanding Fear, Negotiation Strategies and Leisure Experience », *Journal of Leisure Research*, 35, 1 : 1-22, [En ligne], [doi.org/10.18666/jlr-2003-v35-i1-608] (20 août 2023)].

CONSEIL DU STATUT DE LA FEMME

2018 « Les proches aidantes et les proches aidants au Québec. Analyse différenciée selon les sexes », *Conseil du statut de la femme*, [En ligne] [www.csf.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/por_proches_aidants20180419_web.pdf] (21 août 2023).

COOKY, Cheryl, Michael A. MESSNER et Michaela MUSTO

2015 « “ It’s Dude Time! ”: A Quarter Century of Excluding Women’s Sports in Televised News and Highlight Shows », *Communication & Sport*, 3, 3 : 261-287, [En ligne], [doi.org/10.1177/2167479515588761] (20 août 2023).

CRAWFORD, Robert

1980 « Healthism and the Medicalization of Everyday Life », *International Journal of Health Services*, 19 : 365-388, [En ligne], [doi.org/10.2190/3H2H-3XJN-3KAY-G9NY] (20 août 2023).

CRENSHAW, Kimberlé

1989 « Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist », *The University of Chicago Legal Forum*, 1 : 139-168, [En ligne], [chicagounbound.uchicago.edu/uclf/vol1989/iss1/8] (20 août 2023).

DOI, Takehiko, et autres

2012 « The Association between Fear of Falling and Physical Activity in Older Women », *Journal of Physical Therapy Science*, 24, 9 : 859-862, [En ligne], [doi.org/10.1589/jpts.24.859] (20 août 2023).

EL HUSSEIN, Mohammed T., Andrea KENNEDY et Olivier BRENT

2017 « Grounded Theory and the Conundrum of Literature Review: Framework for Novice Researchers », *The Qualitative Report*, 22, 4 : 1199-1210, [En ligne], [doi.org/10.46743/2160-3715/2017.2661] (20 août 2023).

ELLING-MACHARTZKI, AGNES

2017 « Extraordinary Body-self Narratives: Sport and Physical Activity in the Lives of Transgender People », *Leisure Studies*, 36, 2 : 256-268, [En ligne], [doi.org/10.1080/02614367.2015.1128474] (20 août 2023).

FAHS, Breanne

2017 « The Dreaded Body: Disgust and the Production of “ Appropriate ” Feminity », *Journal of Gender Studies*, 26, 2 : 184-196, [En ligne], [doi.org/10.1080/09589236.2015.1095081] (20 août 2023).

FEMMES ET SPORT AU CANADA

2021 « Décupler la puissance du sport grâce à l’équité des genres : plan stratégique 2021-2024 », *Femmes et sport au Canada*, [En ligne], [womenandsport.ca/wp-content/uploads/2021/05/Canadian-Women-Sport-Strategic-Plan-2021-24-FR.pdf] (21 août 2023).

- 2008 « Argumenter en faveur de l'activité physique pour les femmes de 55 à 70 ans », *Femmes et sport au Canada*, [En ligne], [womenandsport.ca/wp-content/uploads/2020/03/Argumenter-en-faveur-de-lactivite-physique-pour-les-femmes-de-55-a-70-ans_Femmes-et-sport-Canad.pdf] (21 août 2023).
- FILLACTIVE
s. d. « À propos de Fillactive », *Fillactive*, [En ligne], [www.fillactive.ca/a-propos/a-propos-de-fillactive] (21 août 2023).
- FOX, Dan, et Melissa MOYSER
2018 « Femmes au Canada : rapport statistique fondé sur le sexe. Le bien-être économique des femmes au Canada », *Statistique Canada*, [En ligne], [www150.statcan.gc.ca/n1/pub/89-503-x/2015001/article/54930-fra.htm] (20 août 2023).
- GARDNER, Carol Brooks
1995 *Passing By: Gender and Public Harassment*. Berkeley, University of California Press.
1990 « Safe Conduct: Women, Crime, and Self in Public Places », *Social Problems*, 37, 30 : 311-328, [En ligne], [doi.org/10.2307/800745] (20 août 2023).
- GIMLIN, Debra
2010 « Uncivil Attention and the Public Runner », *Sociology of Sport Journal*, 27, 3 : 269-284, [En ligne], [doi.org/10.1123/ssj.27.3.268] (20 août 2023).
- GREENHALGH, Trisha, Sally THORNE et Kirsti MALTERUD
2018 « Time to Challenge the Spurious Hierarchy of Systematic over Narrative Reviews? », *European Journal of Clinical Investigation*, 48, [En ligne], [doi.org/10.1111/eci.12931] (20 août 2023).
- GROW, Jean M.
2008 « The Gender of Branding: Early Nike Women's Advertising as a Feminist Antenarrative », *Women's Studies in Communication*, 31, 3 : 312-343, [En ligne], [doi.org/10.1080/07491409.2008.10162545] (20 août 2023).
- HAISSAT, Sébastien, et Yves TRAVAILLOT
2012 « La pratique dans les centres de remise en forme : des interactions normalisatrices entre les pratiquantes », *Mouvement & Sport Sciences*, 2, 76 : 33-37, [En ligne], [doi.org/10.1051/sm/2011109] (20 août 2023).
- HARJUNEN, Hannele
2019 « Exercising Exclusions: Space, Visibility, and Monitoring of the Exercising Fat Female Body », *Fat Studies*, 8, 2 : 173-186, [En ligne], [doi.org/10.1080/21604851.2019.1561101] (20 août 2023).
- HÉNAFF-PINEAU, Caroline-Pia
2012 « Genre et parcours sportifs des seniors : du semblable au dissemblable », *SociologieS*, [En ligne], [journals.openedition.org/sociologies/4135] (20 août 2023).

- 2009 « Vieillesse et pratiques sportives : entre modération et intensification », *Lien social et Politiques*, 62 : 71-83, [En ligne], [doi.org/10.7202/039315ar] (20 août 2023).
- HIVELY, Kimberly, et Amani EL-ALAYLI
 2014 « “ You Throw like a Girl ”: The Effect of Stereotype Threat on Women’s Athletic Performance and Gender Stereotypes », *Psychology of Sport and Exercise*, 15, 1 : 48-55, [En ligne], [doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.09.001] (20 août 2023).
- HOEBEKE, Roberta
 2008 « Low-income Women’s Perceived Barriers to Physical Activity: Focus Group Results », *Applied Nursing Research*, 21, 2 : 60-65, [En ligne], [doi.org/10.1016/j.apnr.2006.06.002] (21 août 2023).
- INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC
 2022 « Population du Québec selon l’âge et le sexe », *Vitrine statistique sur l’égalité entre les femmes et les hommes*, [En ligne], [statistique.quebec.ca/vitrine/egalite/dimensions-egalite/demographie/population-quebec-selon-age-et-sexe] (21 août 2023).
- JONES, Rebecca L.
 2022 « Imagining Feminist Old Age: Moving beyond “ Successful ” Ageing? », *Journal of Aging Studies*, 63, [En ligne], [doi.org/10.1016/j.jaging.2021.100950] (20 août 2023).
- JOSEPH, Rodney P., et autres
 2015 « Barriers to Physical Activity Among African American Women: An Integrative Review of the Literature », *Women & Health*, 55, 6 : 679-699, [En ligne], [doi.org/10.1080/03630242.2015.1039184] (20 août 2023).
- KASKAN, Emily R., et Ivy K. HO
 2016 « Microaggressions and Female Athletes », *Sex Roles*, 74 : 275-287, [En ligne], [doi.org/10.1007/s11199-014-0425-1] (20 août 2023).
- KILGOUR, Lindsey, et Andrew PARKER
 2013 « Gender, Physical Activity and Fear: Women, Exercise and the Great Outdoors », *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 51, 1 : 43-57, [En ligne], [doi.org/10.1080/2159676X.2012.718619] (20 août 2023).
- KLOMSTEN TORHILD, Anne, Herb W. MARSH et Einar M. SKAALVIK
 2005 « Adolescents’ Perceptions of Masculine and Feminine Values in Sport and Physical Education: A Study of Gender Differences », *Sex Roles*, 52 : 625-636, [En ligne], [doi.org/10.1007/s11199-005-3730-x] (20 août 2023).
- KRENICHYN, Kira
 2006 « “ The Only Place to Go and Be in the City ”; Women Talk about Exercise, Being Outdoors, and the Meanings of a Large Urban Park », *Health & Place*, 12 : 631-643, [En ligne], [doi.org/10.1016/j.healthplace.2005.08.015] (20 août 2023).

LEE, Young-Shin

- 2005 « Gender Differences in Physical Activity and Walking among Older Adults », *Journal of Women*, 17, 1-2 : 55-70, [En ligne], [doi.org/10.1300/J074v17n01_05] (20 août 2023).

LIEBER, Marlène

- 2008 *Genre, violences et espaces publics. La vulnérabilité des femmes en question*. Paris, Les Presses de Sciences Po.

- 2002 « Le sentiment d'insécurité des femmes dans l'espace public : une entrave à la citoyenneté? », *Nouvelles Questions Féministes*, 21, 1 : 41-56, [En ligne], [doi.org/10.3917/nqf.211.0041] (20 août 2023).

LITCHFIELD, Chelsea

- 2011 « Finding Safe and Affirming Spaces in Women's Field Hockey », *The International Journal of Sport and Society*, 2, 3 : 35-46, [En ligne], [doi.org/10.18848/2152-7857/CGP/v02i03/53876] (20 août 2023).

LOUCHET, Cindy, et Oumaya HIDRI NEYS

- 2018 « Les centres de remise en forme " réservés aux femmes " : une injonction à la santé d'un nouveau genre? », *Sciences sociales et santé*, 36, 3 : 5-30, [En ligne], [www.cairn.info/revue-sciences-sociales-et-sante-2018-3-page-5.htm] (20 août 2023).

LOUKAITOU-SIDERIS, Anastasia

- 2006 « Is It Safe to Walk? 1 Neighborhood Safety and Security Considerations and Their Effects on Walking », *Journal of Planning Literature*, 20, 3 : 219-232, [En ligne], [doi.org/10.1177/0885412205282770] (20 août 2023).

LOUVEAU, Catherine

- 2004a « Pratiquer une activité physique ou sportive : persistance des inégalités parmi les femmes », *Recherches féministes*, 17, 1 : 39-76, [En ligne], [doi.org/10.7202/009296ar] (20 août 2023).

- 2004b « Sexuation du travail sportif et construction sociale de la féminité », *Cahiers du genre*, 1, 36 : 163-183, [En ligne], [doi.org/10.3917/cdge.036.0163] (20 août 2023).

MAJOR, Wayne

- 2008 « Is Safety a Concern for Women Runners? », *Academic Leadership: The Online Journal*, 4, 2, [En ligne], [scholars.fhsu.edu/alj/vol6/iss2/9] (20 août 2023).

MEMBRADO, Monique

- 2013 « Le genre et le vieillissement : Regard sur la littérature », *Recherches féministes*, 26, 2 : 5-24, [En ligne], [doi.org/10.7202/1022768ar] (20 août 2023).

MESSNER, Michael A.

- 2002 *Taking the Field: Women, Men and Sports*. Minneapolis, University of Minnesota Press.

MOULDING, Nicole T.

2007 « “ Love Your Body, You’re Your Body, Feed Your Body ”: Discourse of Self-care and Social Marketing in a Body Image Health Promotion Program », *Critical Public Health*, 17, 1 : 57-69, [En ligne], [doi.org/10.1080/09581590601176371] (20 août 2023).

NIQUETTE, Manon, et Geneviève RAIL

2017 « Approche transformatrice en matière de genre : comment la promotion de la santé par l’activité physique peut améliorer l’équité entre les genres » (Traduction de *Gender Transformative Health Promotion: How Community Physical Activity Programs Can Improve Gender Equity*), *Centre of Excellence for Women’s Health*, [En ligne], [bccewh.bc.ca/wp-content/uploads/2019/11/Info-Sheet-Physical-Activity-and-Gender-Equity.pdf] (21 août 2023).

O’REILLY, Norm, Michelle BRUNETTE et Cheri BRADISH

2018 « Lifelong Female Engagement in Sport. A Framework for Advancing Girls’ and Women’s Participation », *Journal Applied Sport Management*, 10, 3 : 15-30, [En ligne], [doi.org/10.18666/JASM-2017-V10-I2-8742] (20 août 2023).

ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ

s. d. « Activité physique », *WHO*, [En ligne], [www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity] (20 août 2023).

PEDERSON, Ann, Lorraine GREAVES et Nancy POOLE

2014 « Gender-transformative Health Promotion of Women: A Framework for Action », *Health Promotion International*, 30, 1 : 140-150, [En ligne], [doi.org/10.1093/heapro/dau083] (20 août 2023).

PFISTER, Gertrud

2018 « Santé, plaisir... jeunesse éternelle? Les pratiques physiques de femmes âgées », *Gérontologie et société*, 40, 156 : 181-196, [En ligne], [doi.org/10.3917/gsl.156.0181] (20 août 2023) (traduction de l’anglais par Pierre-Olaf Schut).

RAIL, Geneviève

2009 « Psychose en matière de santé et colonisation du corps féminin », dans Hachimi Sanni Yaya (dir.), *Pouvoir médical en santé totalitaire : conséquences socio-anthropologiques et éthique*. Québec, Presses de l’Université Laval : 251-266.

RAIL, Geneviève, et Mélisse LAFRANCE

2004 « Émancipation ou colonisation? Nike et ses messages publicitaires à l’ère postféministe », *Recherches féministes*, 17, 1 : 173-201.

RAMALHO, Rodrigo, et autres

2015 « Literature Review and Constructivist Grounded Theory Methodology », *Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research*, 16, 3, [En ligne], [doi.org/10.17169/fqs-16.3.2313] (20 août 2023).

RAPHAEL, Dennis, et autres

2021 *Déterminants sociaux de la santé. Les réalités canadiennes*, 2^e éd. Oshawa et Toronto, Université Ontario Tech et Université de York, [En ligne], [www.thecanadianfacts.org] (20 août 2023).

ROPER, Emily A.

2016 « Concerns for Personal Safety among Female Recreational Runners », *Women in Sport and Physical Activity*, 24 : 91-98, [En ligne], [dx.doi.org/10.1123/wspaj.2015-0013] (20 août 2023).

ROSE, Ruth

2019 *Portrait statistique des personnes âgées au Québec. Chaire de recherche sur le vieillissement et la diversité citoyenne*. Montréal, Université du Québec à Montréal, [En ligne], [chairevieillissement.uqam.ca/fichier/document/Portrait_stat_R_Rose-4.pdf] (20 août 2023).

SANZ-REMACHA, Maria, et autres

2019 « Barriers to Physical Activity in Disadvantaged Population: A Qualitative Comparison between Roma and Non-roma Women », *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 90, 4 : 567-577, [En ligne], [doi.org/10.1080/02701367.2019.1635245].

SAUNDERS, Benjamin A., et autres

2017 « Contending with Catcalling: The Role of System-justifying Beliefs and Ambivalent Sexism in Predicting Women's Coping Experiences with (and Men's Attributions for) Stranger Harassment », *Current Psychology*, 36 : 324-338, [En ligne], [doi.org/10.1007/s12144-016-9421-7] (20 août 2023).

SPAAIJ, Ramon, et Nico SCHULENKORF

2014 « Cultivating Safe Space: Lessons for Sport-for- Development Projects and Events », *Journal of Sport Management*, 28, 6 : 633-645, [En ligne], [dx.doi.org/10.1123/jsm.2013-0304] (20 août 2023).

STATISTIQUE CANADA

2022a « Activité physique, autodéclaré chez les adultes, selon le groupe d'âge », *Statistique Canada*, [En ligne], [www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=1310009613&pickMembers%5B0%5D=1.6&pickMembers%5B1%5D=3.3&cubeTimeFrame.startYear=2020&cubeTimeFrame.endYear=2021&referencePeriods=20200101%2C20210101] (21 août 2023).

2022b « Ratio du salaire moyen et ratio du salaire médian entre les femmes et les hommes, données annuelles », *Statistique Canada*, [En ligne], [www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=1410034002] (21 août 2023).

TANDOGAN, Oksan, et Bige Simsek ILHAN

2016 « Fear of Crime in Public Spaces: From the View of Women Living in Cities », *Procedia Engineering*, 161 : 2011-2018, [En ligne], [doi.org/10.1016/j.proeng.2016.08.795] (20 août 2023).

TIGGEMANN, Marika, et Jessica E. LYNCH

2001 « Body Image Across the Life Span in Adult Women: The Role of Self-objectification », *Developmental Psychology*, 37, 2 : 243-253, [En ligne], [doi.org/10.1037/0012-1649.37.2.243] (20 août 2023).

TULLE, Emmanuelle

2018 « Une nouvelle forme de vie? Reconstruire le corps vieillissant par l'activité physique », *Gérontologie et société*, 40, 156 : 95-110, [En ligne], [doi.org/10.3917/gsl.156.0095] (20 août 2023).

TURCOTTE, Martin, et Grant SCHELLENBERG

2006 « Un portrait des aînés au Canada », *Statistique Canada*, [En ligne], [www150.statcan.gc.ca/n1/pub/89-519-x/89-519-x2006001-fra.htm] (20 août 2023).

VERTINSKY, Patricia

2000 « Eternally Wounded Women? Feminist Perspectives on Physical Activity and Aging or a Woman P(l)ace in the Marathon of Life », *Journal of Aging and Physical Activity*, 8 : 386-406, [En ligne], [doi.org/10.1123/japa.8.4.386] (20 août 2023).

WATSON-FRANKE, Marie-Barbara

2002 « A World in Which Women Move Freely Without Fear of Men: An Anthropological Perspective on Rape », *Women's Studies International Forum*, 25, 6 : 599-606, [En ligne], [doi.org/10.1016/S0277-5395(02)00338-2] (20 août 2023).

WESELY, Jennifer K. et Emily GAARDER

2004 « The Gendered " Nature " of the Urban Outdoors: Women Negotiating Fear of Violence », *Gender and Society*, 18, 5 : 645-663, [En ligne], [doi.org/10.1177/0891243204268127] (20 août 2023).

WINDELS, Kasy, et autres

2020 « Selling Feminism: How Female Empowerment Campaigns Employ Postfeminist Discourses », *Journal of Advertising*, 49, 1 : 18-33, [En ligne], [doi.org/10.1080/00913367.2019.1681035] (20 août 2023).

WITHALL, Janet, Russell JAGO et Kenneth R. FOX

2011 « Why Some Do but Most Don't. Barriers and Enablers to Engaging Low-income Groups in Physical Activity Programmes: A Mixed Methods Study », *BMC Public Health*, 11, [En ligne], [doi.org/10.1186/1471-2458-11-507] (20 août 2023).

WOHLIN, Claes

2014 « Guidelines for Snowballing in Systematic Literature Studies and a Replication in Software Engineering », *Proceedings of the 18th International Conference on Evaluation Assessment of Software Engineering*, [En ligne], [dx.doi.org/10.1145/2601248.2601268] (20 août 2023).