

## ACTIVITES PUBLIC HANDICAP

### Char à Voile Bi-place – Longe côte – Paddle – Dériveur collectif

Ecole De Voile Courseulles sur mer

Place du Docteur Marcel Lerosey

14470 COURSEULLES SUR MER



#### Char à voile Bi-place

Accessibilité : Possibilité d'entrer un ou deux minibus aménagé pour le transport de fauteuils roulants, dans la cour de l'école de voile, afin de les descendre en sécurité directement sur site. Toilettes et vestiaires accessibles en fauteuil. Pas d'ascenseur pour accéder à l'étage.

Conditions de pratique : Vent minimum de 13 nœuds soit 24 km/h, il faut suffisamment de vent pour faire déplacer le poids de 2 personnes plus celui du char.

Matériel requis : Chaussures fermées, pantalon, coupe-vent, gants, lunettes de protection (nous vendons lunettes /gants à l'accueil si besoin) change complet, prévoir serviette et sous-vêtements. Nous prêtons le casque dont le port est obligatoire.

Temps de préparation : Prévoir au moins une heure pour handicap moteur avant l'activité.

Temps d'équipement, de transfert sur la plage, bien souvent il y a la présence d'ergothérapeutes qui s'assurent de la bonne posture et attaches de sécurité des pratiquants.

Fonctionnement d'un char à voile biplace : Nos chars à voile biplace sont équipés de volant pour éviter la direction avec les pieds. La propulsion et l'équilibre de l'engin sont régulés manuellement à l'aide d'une corde « Écoute ». Ces chars permettent donc de mobiliser uniquement la partie haute du corps pour le diriger et gérer sa vitesse. C'est pourquoi cette activité peut être pratiquée par un large public.

Temps de roulage : Créneaux de 2 heures, le temps de roulage de chacun dépendra du nombre de l'effectif et si les accompagnants assurent une part de roulage.

#### Déroulé :

- Notre moniteur peut piloter totalement le char avec une personne à ses côtés. Celle-ci pourra ainsi profiter pleinement des sensations de vitesse au ras du sol et des embruns lors des passages sur les zones humides.
- Partager la conduite du char est également possible. Le moniteur peut par exemple gérer la direction et le pratiquant la propulsion ou inversement. Cette méthode permet ainsi un apprentissage progressif de la conduite, et donc de responsabiliser et mettre en confiance étape par étape le pratiquant.
- Les accompagnateurs de groupe peuvent aussi jouer ce rôle de pilote. Suite à un briefing de fonctionnement du char par le moniteur, un parcours est mis en place et permettra au groupe et aux accompagnateurs de partager des sensations uniques spécifiques à cette activité.
- Cette activité peut permettre de se dépenser énergiquement, être ouvert au milieu marin, aux grands espaces, à la vitesse, à la maîtrise de l'engin. Le char à voile biplace apporte des possibilités que le public n'aurait pas connues dans leur milieu habituel.

Timing fin de séance : Compter au moins 45 minutes selon « l'état » des pratiquants, s'ils doivent se changer complètement ou pas. Activité avec projections de sable et qui peut mouiller fortement.

Après l'activité : Possibilité d'utiliser nos tables de pique-nique extérieures pour se restaurer.



## Longe côte

Accessibilité : Parking gratuit devant l'école de voile, possibilité de garer minibus et même bus.

Conditions de pratique : Mer calme à très peu agitée.

Matériel requis : PRET d'une combinaison, à prévoir paire de chaussure ne craignant pas l'eau.

Temps de préparation : Au moins 30 minutes pour enfiler les combinaisons (en général 1 accompagnant pour 2 ou 3 résidents maximum)

Temps d'activité dans l'eau : 1 heure

Déroulé : échauffement au bord de l'eau, on entre dans l'eau jusqu'au niveau du nombril maximum, on marche le long du rivage en s'aidant des bras et mains si possible pour avancer, quelques exercices/jeux pour ceux qui peuvent comme des pas chassés, talons/fesses, courir en avant/arrière,...

Timing fin de séance : compter au moins 45 minutes, le temps de prendre une douche, enlever les combinaisons et rhabiller tout le monde puis rangement des combinaisons.

Après l'activité : Possibilité d'utiliser nos tables de pique-nique extérieures ou notre salle à l'étage pour se restaurer.

Analyse : Beaucoup de pratiquants enfilent et découvrent les effets de portance de la combinaison dans l'eau. Ils se sentent légers et essaient de nouvelles façons de se déplacer.

Activité de groupe et d'entre aide.

Public principalement reçu, porteur de troubles de l'autisme, de léger à lourd.

Activité adaptée à tous types de handicaps sauf moteur.



## **Paddle**

Accessibilité : Parking gratuit devant l'école de voile, possibilité de garer minibus et même bus.

Conditions de pratique : Mer calme à très peu agitée. Possibilité de pratique sur la Seulles (fleuve devant l'école de voile)

Matériel requis : PRET d'une combinaison et d'un gilet de sauvetage,

Matériel à apporter : paire de chaussure ne craignant pas l'eau, maillot de bain, coupe-vent, serviette de bain et un change complet.

Temps de préparation : Au moins 30 minutes pour enfiler les combinaisons (en général 1 accompagnant pour 2 ou 3 résidents maximum)

Temps d'activité dans l'eau : 1 heure 30 sur paddle simple ou paddle géant (2 accompagnateurs avec 2-3 résidents)

Déroulé :

- Explication du fonctionnement du paddle
- Consignes de sécurité
- Propulsion avec la pagaie, ce qui permet de travailler la coordination
- Petite balade ou jeu d'équilibre

Timing fin de séance : Compter au moins 45 minutes, le temps de prendre une douche, enlever les combinaisons et rhabiller tout le monde puis rangement des combinaisons.

Après l'activité : Possibilité d'utiliser nos tables de pique-nique extérieures ou notre salle à l'étage pour se restaurer.

Analyse : Découverte de nouvelles sensations d'équilibre et de coordination

Public principalement reçu, porteur de troubles de l'autisme, de léger à lourd.

Activité adaptée à tous types de handicaps sauf moteur.



## Dériveur collectif

Initiation à la voile avec un moniteur diplômé à bord du bateau collectif (maximum 5 personnes)

Accessibilité : Parking gratuit devant l'école de voile, possibilité de garer minibus et même bus.

Conditions de pratique : Mer calme à très peu agitée.

Matériel requis : PRET d'une combinaison et d'un gilet de sauvetage

Matériel à apporter : Paire de chaussure ne craignant pas l'eau, maillot de bain, coupe-vent, serviette de bain et un change complet.

Temps de préparation : Au moins 30 minutes pour enfiler les combinaisons (en général 1 accompagnant pour 2 ou 3 résidents maximum)

Temps d'activité dans l'eau : 1 heure 30

Déroulé :

- Consignes de sécurité
- Finalisation de la préparation du bateau
- Départ du port ou de la plage
- Initiation à voile (se repérer par rapport au vent, faire avancer le bateau grâce aux voiles, diriger avec la barre)
- Retour à l'école de voile
- Rangement du matériel avec le moniteur

Timing fin de séance : Compter au moins 45 minutes, le temps de prendre une douche, enlever les combinaisons et rhabiller tout le monde puis rangement des combinaisons.

Après l'activité : Possibilité d'utiliser nos tables de pique-nique extérieures ou notre salle à l'étage pour se restaurer.

Analyse :

Public principalement reçu, porteur de troubles de l'autisme, de léger à lourd.  
Activité adaptée à tous types de handicaps sauf moteur.



En tant qu'éducateur, nous pouvons vous proposer de venir tester et vous former gratuitement aux activités avant de venir avec vos résidents.

**Nous travaillons déjà avec ces établissements :**

- IME GODEGRAND à La chapelle près Sées
- IME FALAISE à Falaise
- IME SOLFEGE à Boulogne Billancourt
- IME SEGUR à Aube
- IME DE L'ABBAYE à Saint maur des fosses
- IME LE PRIEURE à Saint Vigor le grand
- IME LE BEL AIR à Le chesnay

En cas de questions, n'hésitez pas à nous contacter au 02 31 37 92 59 ou par e-mail [info@edvcourseulles.fr](mailto:info@edvcourseulles.fr)

Nous pouvons vous établir un devis selon vos besoins.

**TARIFS**

Char à voile :

200 € pour un groupe

Longe côte :

13,00 € par personne

Paddle :

15,00 € par personne

Dériveur collectif :

14,00 € par personne (5 à 15 ans)

30,00 € par personne (+ 16 ans)

## PLAN



A BIENTÔT ☺

ECOLE DE VOILE—PLACE DOCTEUR LEROSEY—14470 COURSEULLES SUR MER  
info@edvcourseulles.fr  
02 31 37 92 59  
www.edvcourseulles.fr

