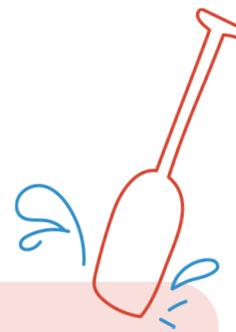


Voile



La voile est un sport nautique non motorisé qui offre une opportunité unique de liberté et d'indépendance pour les personnes en situation de handicap. Les enfants peuvent en profiter autant que les adultes et les expériences peuvent être variées: petite balade, escapade éducative, sortie plus intensive, etc. C'est aussi une activité qui peut être pratiquée par des personnes ayant des incapacités physiques sévères.

Les personnes qui s'initient à ce sport devraient être accompagnées d'une personne instrutrice de voile qualifiée et certifiée afin d'assurer la sécurité.

Formation

Plusieurs programmes d'apprentissages sont disponibles, autant pour les personnes pratiquantes que les instructeurs et instructrices. L'organisation « [Voile Québec](#) » offre le programme « VoileCan » de Voile Canada, qui comprend des niveaux de 1 à 6. De plus, un module sur l'entraînement des athlètes ayant un handicap permet d'approfondir ses connaissances au niveau de la voile adaptée. Pour une personne pratiquante désirant demeurer au niveau récréatif, les écoles de voile adaptée donnent des leçons pour mener vers l'autonomie.



Crédit photo: Camp Massawippi



Crédit photo: Camp Massawippi



Crédit photo: Camp Massawippi

Bonne pratique et conseil d'encadrement

- **Habillement:** La voile est un sport pratiqué même sous la pluie. Selon les conditions sur l'eau, il arrive souvent que les marins soient mouillés par les vagues. Il est donc recommandé de s'équiper d'une veste et d'un pantalon imperméable ainsi que des chaussures de pluie. D'autres éléments importants à apporter sont un chapeau, de la crème solaire et une bouteille d'eau.
- Le choix de la journée aura un impact sur l'expérience. Les journées chaudes et ensoleillées avec le vent adéquat sont à prioriser.
- Prévoir des couvertures chaudes pour garder les personnes participantes au chaud.
- La section sécurité du site Web « Parcours de l'offre » comporte de nombreuses informations générales quant à la sécurité en plein air.

Aménagement

Les programmes de voile adaptés ont lieu dans des clubs de voile où les installations ont été adaptées, ou même conçues de façon accessible. Les déplacements sont faits sur des surfaces asphaltées et des rampes avec main-courante qui mènent aux quais, lesquels sont stables et équipés de rebords afin d'empêcher les aides à la mobilité de tomber dans l'eau.

Veuillez consulter la fiche « Aménagement général, plage et baignade » pour connaître les aménagements inclusifs.



Crédit photo: Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Pratique inclusive

- Il est possible qu'une personne n'ait pas besoin d'équipement adapté. S'assurer de proposer plusieurs options lorsque c'est possible.
- Coller des repères visuels et tactiles sur les composantes à manipuler pour indiquer où poser les mains ou pouvoir les distinguer. Ex.: du ruban adhésif jaune fluo sur le phoque, du rouge vif sur le gouvernail.
- Proposer différents types d'expériences, par exemple, une balade, une introduction à la conduite, un cours, une balade en conditions plus intenses, des sorties autonomes, etc.
- Proposer des activités de jumelage ou d'observation lors de sorties de clubs communautaires.
- Consulter l'outil « [Pratiques Inclusives Générales](#) »
- Développer par l'AQLPH, l'outil la « [Roue des variables inclusives](#) » sert à aider à la planification d'une programmation ou activité inclusive.

Matériel et équipement

La section suivante décrit du matériel et des équipements adaptés pour la pratique de la voile. Il ne s'agit pas d'une liste exhaustive. Des équipements standards pourraient aussi convenir à différents types de besoins.

Attention, certains de ces équipements nécessitent un transfert. Consultez l'outil « [Transferts: formations, principes généraux et équipements](#) » pour en savoir davantage.

Matériel de sécurité obligatoire

Quelques équipements sont obligatoires à bord d'une embarcation à propulsion humaine. Voir toutes les exigences en termes de sécurité nautique via « Transport Canada » dans la section « Ressources complémentaires ».

Les embarcations

Plusieurs types de bateaux à voile sont présentés sur le site de « [Voile Québec](#) ».

Le Martin 16

Ce voilier de conception canadienne est utilisé pour effectuer de la voile adaptée. Il a été spécialement conçu pour les personnes ayant une déficience motrice. Un bulbe de plomb de 150 kg est fixé au-dessous de la coquille, ce qui assure la sécurité des dériveurs et le rend impossible à chavirer. Le siège est placé au centre du bateau et au fond de la coque pour favoriser la stabilité.

Il peut s'ajuster selon les besoins posturaux. Il est aussi possible de remplacer le siège standard par un siège équipé d'un dossier avec support au tronc et à la tête. Le voilier est conçu de manière à ce que la barre pour contrôler la direction du voilier (le gouvernail) et les cordes (pour ajuster les voiles), soient à portée de main de la personne participante, une fois assise dans le siège.



Crédit photo: Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Système de conduite

Un système de technologie motorisé peut être utilisé pour le maniement du Martin 16. Le bateau peut être équipé d'un « joystick » ou d'un système appelé le « Sip n'puff », soit une interface de commande pneumatique activée par le souffle. Ce système se compose de deux pailles dans lesquelles la personne conductrice souffle ou aspire. Une des pailles sert à manier le safran (le gouvernail) tandis que la deuxième sert à manier les voiles.



Crédit photo: Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Le 2.4mR

Ce petit voilier scandinave n'a pas été conçu pour les personnes à mobilité réduite, mais son design offre certains des avantages du Martin 16. La personne est assise au fond du bateau. Le gouvernail, les cordes de manèment des voiles ainsi que plusieurs autres ajustements sont à portée de main. Il s'agit d'un voilier très technique qui est navigué par des personnes très expérimentées, surtout dans des compétitions.



Crédit photo: AQVA

Équipements de transfert

Le Able Sail Lift ou Jenny Lift

Cet équipement a été spécifiquement conçu pour la pratique de la voile adaptée. Il est actionné par une manivelle. C'est donc sans électricité que cet appareil peut faciliter les transferts à partir de presque n'importe quel quai. Il est nécessaire d'avoir une personne pour opérer l'appareil ainsi que deux personnes pour positionner et diriger la personne dans la toile. D'autres outils et ressources sont disponibles dans la fiche « [Transferts: formations, principes généraux et équipements](#) ».



Crédit photo: AQVA

Fournisseurs

Des répertoires de matériel et équipements disponibles en prêt dans certaines instances régionales responsables du loisir des personnes handicapées sont répertoriés dans la section « [matériel et équipement](#) » du site Web du « [Parcours de l'offre](#) ».

De plus, grâce au programme Circonflexe, initiative du réseau des Unités régionales loisir et sports (URLS), des équipements sportifs, récréatifs et adaptés sont disponibles en prêt gratuitement dans toutes les régions. [Le site Web de Circonflexe](#) regroupe toutes les informations liées au programme.

Entreprise	Type de matériel
Canway Equipments Mfg. Inc. (Canada)	Équipement de transfert Jenny Lift / Able Sail. Il faut leur écrire directement .
Hansa Sailing (Australie)	Voilier Hansa et accessoires de voile.
KAPE Boatworks Inc. (Canada)	Fournisseur officiel du voilier Martin16, incluant les joysticks, Système Power Assist, Sip and Puff, etc.
Sailing for all (Royaume-Unis)	Bateaux accessibles, lève-personnes, systèmes de directions, sièges, rampes de transfert.

De nombreux accessoires et vêtements sont disponibles chez les magasins d'articles pour le plein air qui ont une section nautique. Divers fournisseurs d'équipements médicaux ou aquatiques ont aussi des lève-personnes (voir la fiche « [Aménagement général, plage et baignade](#) »).

Possibilités de pratique au Québec



- [Aqua-Sport Adapté, Estrie](#)
- [Camp Massawippi, Estrie](#)
- [Écovoile Baie-des-Chaleurs, Gaspésie \(voile et catamaran Taxsea\)](#)
- [Association québécoise de voile adaptée, Montréal](#)

Pratique inspirante

Réseau de voile adaptée du Canada, Canada

Il existe une vingtaine de programmes de voile adaptée à travers le Canada. Ils représentent des centaines de marins et de bénévoles qui sont tous dévoués à la cause.

Voile Canada

L'organisation Voile Canada est une bonne référence pour la formation à la voile au Canada. Leur site Internet regorge d'informations pertinentes sur la voile et la voile adaptée.

La Coupe mobilité, Canada

« La Coupe mobilité » est une « régates des possibilités » où les limitations personnelles et les obstacles créés par des facteurs sociaux, géographiques, technologiques et organisationnels sont surmontés dans l'esprit d'une compétition amicale. Cette régates a une portée internationale, invitant les gens du monde entier à participer dans un esprit de découverte, d'apprentissage et d'excellence. Elle est organisée chaque année par un programme de voile adaptée au Canada.

Les régates de 2,4mR, International

La conception de ce bateau fait en sorte que les personnes à mobilité réduite et les personnes sans déficiences peuvent compétitionner à part égale. Les flottes des marins dans le réseau de compétitions en 2.4mR, qui ont lieu autour du monde, sont composées autant de marins en situation de handicap que ceux sans incapacités.

Le voilier « Impossible Dream », International

Ce voilier type catamaran de 58 pieds a été conçu avec l'accessibilité universelle en premier plan. Il offre la possibilité de faire des croisières de plusieurs jours dans différentes régions du monde. [Leur chaîne YouTube](#) présente une grande sélection de vidéos de la vie sur un voilier.

Ressources complémentaires

-  [Réseau de voile adaptée du Canada.](#)
-  [Voile Québec.](#)
-  [Association québécoise de Voile Adaptée.](#)
-  [The Challenger Class Association, conseils et instructions.](#)
-  [Exigences gouvernementales en termes de sécurité nautique, Transports Canada.](#)
-  [Guide pour bien choisir son vêtement de flottaison individuel, Transports Canada.](#)
-  [Bonnes pratiques des plaisanciers de Nautisme Québec.](#)
-  [Guide de sécurité pour les événements nautiques et aquatiques, Ministère de l'Éducation, des Loisirs et du Sport.](#)

Articles

- ” ['It's freeing': Sailors with disabilities come from across Canada to compete in 2023 Mobility Cup](#), Patrick Swadden, CBC News, 2023.
- ” [Waves of freedom](#), Calgary News, 2023.
- ” [Naviguer avec un handicap à bord du Lord Nelson](#), Fanny Lévesque, Le Soleil, 2017.
- ” [Ingénieur et navigateur: La maladie n'empêche pas Philippe Lepage de naviguer](#), Mario Pitre, Journal Saint-François, 2017.
- ” [Shediac: Handi-Voile victime de son succès](#), Anthony Doiron, Acadie Nouvelle, 2017.
- ” [Régate de Pointe-Claire: Adapted sailing regatta in Pointe-Claire levels out the playing field](#), Kelsey Litwin, Montreal Gazette, 2017.
- ” [Une façon de se ressourcer avec la voile adaptée](#), Jasmin Guillemette, TVA Nouvelles, 2024.

Vidéos

- ▶ [Découverte, de la voile adaptée au fauteuil roulant](#), 2022.
- ▶ [Découvrez l'AQVA - Discover AQVA](#), 2022.
- ▶ [Voile adaptée, Ami-Télé](#), 2023.
- ▶ [Témoignage: Voile Monique Trudel](#), 2020.
- ▶ [La chaîne Youtube Impossible Dream Catamaran](#).
- ▶ [Témoignage et démonstration de l'utilisation du système de direction avec pailles: Breaking Barriers](#), 2019.
- ▶ [Jubilee Sailing Trust: I never thought I could do this...](#), 2014.
- ▶ [RYA Sailability: "One of the biggest forces in my recovery" - How disabled sailing helped James](#), 2017.
- ▶ [Voile adaptée : la chaise roulante reste sur le quai! - EstriePlus.com](#), 2012.
- ▶ [BYS 303 Have a go - Hansa Sailability sailing program](#), 2019.
- ▶ [Adaptive sailing program making Lake Michigan more accessible](#), 2023.
- ▶ [Utilisation de l'équipement Jenny Lift: Jenny Lift - Davit Assembly --- Helping you on your voyage](#), 2013.
- ▶ [Voile adaptée en Gaspésie](#), 2018.

Personnes ayant contribué à cette fiche:

Bonification: Marc-Olivier Naraynsingh (Camp Massawippi), Paula Stone (AQVA), Luce Thériault (URLS GIM), Vincent Duchemin (Écovoile).

Révision: Paula Stone (AQVA).