



SKI NAUTIQUE ADAPTÉ

GUIDE DU BÉNÉVOLE

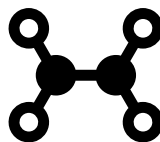
FONDATION DES SPORTS ADAPTÉS

ÉTÉ 2026



Fondation des
**Sports
Adaptés**
Adaptive
Sports
Foundation

Fondation des sports adaptés	3
Mot du directeur	3
Notre mission	3
Notre vision.....	3
Notre programme de ski nautique adapté	4
Informations générales	4
Absences et annulations	4
Annulation pour cause de mauvais temps	4
Responsabilités des bénévoles.....	5
Horaire typique	5
conseils et bonnes pratiques	6
Communication	7
Mesure d'urgence	8
Rôles et responsabilités	8



FONDATION DES SPORTS ADAPTÉS

MOT DU DIRECTEUR

Chers bénévoles,

Votre engagement, votre énergie et votre générosité sont au cœur de ce que nous accomplissons chaque été. Grâce à vous, des centaines de participant·es vivront des expériences inoubliables. Vous jouez un rôle essentiel dans la réussite de nos activités. Ensemble, on crée un environnement accueillant, sécuritaire et stimulant pour tous. Merci d'avoir choisi de faire une différence avec nous. Je vous souhaite un été rempli de belles rencontres et de sourires!

Au plaisir de vous croiser cet été,

Yan Martin
Directeur général

NOTRE MISSION

Notre mission est de proposer des programmes sportifs aux personnes vivant avec un handicap, afin de les encourager à développer de nouvelles compétences par la pratique de sports de plein air. De plus, le sport leur permet d'améliorer leur estime de soi, leur motivation et d'accroître leurs capacités physiques, tout en participant à des activités qu'ils peuvent partager avec leur famille et leurs amis.

NOTRE VISION

Promouvoir les sports de plein air adaptés et contribuer à augmenter le nombre de personnes vivant en situation de handicap physique qui pratiquent ceux-ci sur une base régulière.

NOTRE PROGRAMME DE SKI NAUTIQUE ADAPTÉ

La Fondation des sports adaptés offre le plus important programme de ski nautique adapté au Canada en nombre de participants. Au fil des années, nous avons développé une expertise qui nous permet d'offrir une expérience inoubliable à un plus grand nombre de participants.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Ce guide est entièrement destiné aux bénévoles du programme de ski nautique adapté de la FSA. Ce guide permet d'informer les bénévoles sur les bonnes pratiques ainsi que les étapes à suivre lors d'une activité. Il est important que chaque bénévole applique les règles de sécurité en place en tout temps afin de minimiser le risque d'incident pour les participants.

ABSENCES ET ANNULATIONS

Les bénévoles qui sont dans l'incapacité de remplir leur engagement doivent communiquer avec le responsable de l'activité par courriel le plus tôt possible. Plus tôt nous serons avisés, plus tôt nous pourrons trouver un autre bénévole pour vous remplacer.

Francis Brunelle (francis@sportsadaptes.ca)

ANNULATION POUR CAUSE DE MAUVAIS TEMPS

Il y a possibilité d'annuler une journée d'activité lorsqu'il y a un fort risque d'orage ou de forts vents. Si tel est le cas, nous vous aviserons le plus tôt possible. Advenant des prévisions défavorables, s'il vous plaît, consultez vos textos, vos courriels et même votre boîte de courriels indésirables le matin même. Nous sommes conscients que plusieurs partent de loin pour venir participer. Nous tenterons de vous aviser la veille dans la majorité des cas. Sinon, au plus tard à 6h00 le matin même de l'activité.

RESPONSABILITÉS DES BÉNÉVOLES

- Faire de la sécurité des participants votre priorité
- Discuter avec les participants pour leur offrir une expérience qui répond à leurs besoins
 - Quelle est sa limitation?
 - A-t-il déjà fait du ski nautique?
 - Fait-il d'autres sports?
 - Est-ce que des ajustements spécifiques doivent-être apportés à l'équipement
- Se référer au responsable de l'activité pour toutes questions
- Connaitre et respecter les rôles des autres bénévoles (voir p. 8-9-10)
- Sortir et préparer les équipements
- Accueillir les participants et leur expliquer le déroulement de l'activité
- Aider au transfert des participants (au besoin)
- Accompagner les participants lors des sorties sur l'eau
- Ranger les équipements et s'assurer de signaler les bris

HORAIRE TYPIQUE

Avant-midi

8h00 - Arrivée des bénévoles et début de l'installation du matériel

8h30 - Rencontre de début d'activité

Rôles & responsabilités de la journée

Spécificités de la journée (nombre de participants, particularités, conditions climatiques, équipements...)

9h00 - Début de l'activité

12h00 à 13h00 - Lunch

Après-midi

13h00 : Retour sur l'eau

16h00 - Fin des activités et ramassage des équipements

16h15 - Rencontre de fin d'activité

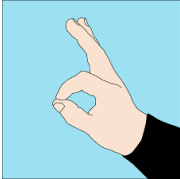
CONSEILS ET BONNES PRATIQUES

- Souriez et adoptez une attitude détendue.
- Ne présumez pas du type de handicap du participant. Certains handicaps sont invisibles!
- Priorisez la communication avec le participant directement, et non à la personne qui l'accompagne.
- Ne venez pas automatiquement en aide au participant. Demandez-lui comment vous pouvez l'aider. Il vous expliquera ses besoins.
- Si vous ne comprenez pas ce que le participant vous dit, demandez-lui poliment de répéter.
- Ne touchez pas aux animaux d'assistance.
- Demandez la permission avant de toucher au participant, son fauteuil roulant ou tout autre appareil, sauf en cas d'urgence.



COMMUNICATION

- Pour toutes les questions relatives à la communication, les signaux et les prises de décision, veuillez vous référer au responsable de l'activité
- Il est important de garder un ton calme et respectueux envers; les bénévoles, les participants, les partenaires et les employés
- On communique avec le bateau par signaux
- Les skieurs doivent garder un contact visuel avec la vigie en tout temps
- La vigie doit interagir avec le pilote de bateau continuellement
- Le pilote de bateau doit attendre la confirmation des skieurs avant toute manoeuvre
- La communication entre les skieurs et le bateau est la suivante:
 - **Towing** : aller très lentement pour se diriger à l'endroit de départ
 - **In Gear** : Embraye le moteur juste avant le départ
 - **3-2-1 Hit It** : Départ du bateau full speed (pas de 'Go'...)

- | | |
|---|---|
|  | 1. Accélérer : Le geste « pouce vers le haut » indique que le skieur demande d'accélérer. |
|  | 2. Ralentir : Le geste « pouce vers le bas » indique que le skieur demande de réduire la vitesse. |
|  | 3. Virer : Un mouvement circulaire décrit avec le bras au-dessus de la tête est signe que le conducteur ou le skieur désire changer de direction. Ce geste est habituellement suivi par un geste du doigt indiquant la direction du virage. |
|  | 4. Retour au point de départ : Une tape sur la tête indique que le skieur souhaite retourner au quai. |
|  | 5. Couper la corde : Un geste de coup de couteau à travers la gorge indique de couper la corde. Ce geste peut être exécuté par le skieur, l'observateur ou le conducteur. |
|  | 6. « OK » : Le skieur effectue le signe « OK » lorsque la vitesse ou la trajectoire lui convient. Le signal consiste en un « O » fait avec l'index et le pouce. Ce signal peut aussi être utilisé entre le skieur et l'observateur afin de confirmer que les signaux échangés ont été reçus. |
|  | 7. « Ça va » après une chute : Il s'agit d'un des signaux les plus importants car il indique que le skieur va bien après une chute. Les deux mains sont jointes au-dessus de la tête. L'entraîneur doit insister pour le voir à chaque fois. |

MESURE D'URGENCE

- Un plan d'urgence est établi par le responsable de l'activité et sera communiqué en début de journée (numéros d'urgence, protocole d'évacuation, personnes responsables)
- Il y aura toujours une trousse de premiers soins et un DEA sur place
- En cas d'urgence, la personne responsable de l'activité doit être avisé le plus rapidement possible.

RÔLES ET RESPONSABILITÉS

(masculin pour alléger le texte...)

Responsable de l'activité (employé de la FSA):

- Prendre en charge le bon fonctionnement de la journée
- Il est responsable d'apporter les équipements sur place
- Prendre les décisions selon les conditions météo et l'achalandage sur le plan d'eau (selon recommandations du pilote de bateau)
- Faire la rencontre des bénévoles en début de journée
- Appeler 911 (au besoin)

Adjoint au responsable (employé de la FSA):

- Prendre en charge le quai
- Diriger les participants avec les bénévoles afin d'assurer un bon déroulement
- Suggérer au responsable des changements (arrêter les activités, changement d'ordre des participants), au besoin
- Être en communication avec le chauffeurs de bateau
- Discuter avec le participant comment il aimerait effectuer son transfert

Aide aux équipements

- Sortir et préparer les équipements
- Ajuster les équipements, si nécessaire
- Aider aux transferts des participants
- Assurer le bon ajustement de la veste de sauvetage, du casque et des lunettes (au besoin) du participant

Assistant aux départs (starter) :

- Être dans l'eau pour aider le participant et les skieurs avant le départ et au retour
- Recevoir les cordes de la vigie et les remettre aux skieurs
- Placer la corde du participant au bloc
- Assurer une bonne fluidité dans la rotation des participants

Intervenant nautique (jumper) :

- Responsable de l'évacuation du participant
- Garde un contact visuel avec les skieurs et le participant
- Sauter à l'eau pour aider le participant et les skieurs (au besoin)
- Communiquer avec le pilote de motomarine avant d'effectuer une manoeuvre

Vigie:

- Être l'intermédiaire entre le pilote de bateau et les gens dans l'eau
- Écouter les consignes et rester en communication avec le pilote de bateau
- S'assurer que les cordes sont démêlées et prêtes à être utilisées
- S'assurer que le quick-release est fonctionnel et que les cordes sont bien installées
- Communiquer avec l'assistant aux départs pour lui remettre les cordes
- Couper les cordes à la demande des skieurs, du pilote de bateau ou dans les situations d'urgence

Skieurs

- Identifier un skieur qui sera en charge de la communication avec la vigie
- Communiquer avec le participant pour assurer un bon déroulement
- Valider avec le participant ses capacités pour tenir ou non la corde
- Garder en tête que la priorité est la sécurité du participant

Pilote de bateau:

- Prend les décisions relatives au déroulement des activités (le parcours, la vitesse, les manoeuvres du bateau, l'arrêt de l'activité selon la météo ou l'achalandage sur le plan d'eau)
- Décider si des passagers peuvent s'ajouter
- Garder un contact avec le responsable et/ou l'adjoint au responsable
- Avoir son permis d'embarcation avec lui
- S'assurer que le bateau est en ordre et que tous les équipements sont présents à bord

Pilote de motomarine:

- Suivre l'équipe de skieurs dans l'eau en gardant une distance sécuritaire
- Se positionner de façon à ne pas nuire au tracé du pilote de bateau
- Rester attentif à ce qui se passe sur l'eau pendant l'activité
- S'approcher des skieurs et/ou du participant de façon sécuritaire pour permettre au jumper de sauter à l'eau, en cas de chute,
- À l'arrêt, rester à l'écoute des skieurs, de l'intervenant nautique et du pilote de bateau

Photographe :

- S'asseoir dans le bateau à l'endroit identifié par le pilote
- Prendre le plus de photos possible des participants et des bénévoles



**ENSEMBLE, BOUGEONS SANS
LIMITATIONS!**

NOTRE ADRESSE

Fondation des sports adaptés

400-1 Rue Shefford

Bromont, QC J2L 3E7

Tel: 450-243-5985

Courriel: info@sportsadaptes.ca

Site web: www.sportsadaptes.ca

