



GUIDE DES RECOMMANDATIONS

des activités sportives de pleine nature
en accueil collectif de mineurs





PRÉFACE

préface



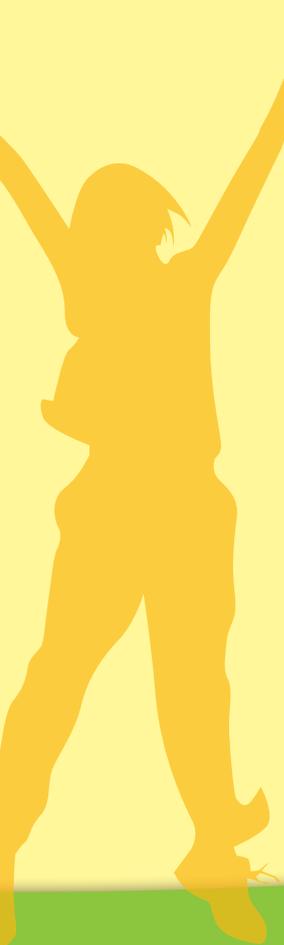
Formidable levier éducatif et d'épanouissement personnel pour nos jeunes, le sport est une composante essentielle des séjours en accueil collectif de mineurs.

Nautiques, aériennes ou mécaniques, certaines activités de pleine nature et d'eaux vives nécessitent néanmoins un encadrement particulier pour assurer la pleine sécurité des participants. Or la crainte d'un accident entraîne parfois un renoncement à la pratique d'activités exercées dans un environnement spécifique : canoë-kayak, spéléologie, plongée, ski, parachutisme, entre autres.

Ces activités, synonymes de sensations fortes, figurent pourtant parmi les plus prisées par les jeunes en accueil de loisirs ou en séjours de vacances.

Afin de promouvoir la diversification de l'offre sportive à destination des jeunes en accueil collectif tout en garantissant un niveau de compétence optimal de l'encadrement, ce nouveau numéro d'Eure Animation, conçu en partenariat avec la C.A.F., formule des recommandations utiles aux organisateurs et animateurs de séjours de vacances ou d'accueil de loisirs pour que ces activités conjuguent à la fois plaisir et sécurité, sans sacrifier l'un à l'autre.

Dominique SORAIN
Préfet de l'Eure





PRÉFACE



Au-delà des bienfaits qu'elle apporte sur le plan de la santé, l'activité sportive peut également être le lieu d'une forte expérience sociale qui met en jeu non seulement le corps mais l'enfant ou le jeune dans sa globalité.

A ce titre, ce dernier développe nombre de relations à soi et aux autres, voire à l'environnement, lorsque les activités se développent en pleine nature : escalade, équitation, canoë kayak...

Dès lors que les activités sportives se déroulent dans un cadre éducatif et pas uniquement consumériste, de par leur nature ludique, elles trouvent naturellement leur place dans les projets des ALSH.

Pratiquer les activités sportives dans les ALSH, c'est s'investir individuellement et collectivement, se forger des valeurs telles que la solidarité, l'entraide, l'acceptation des différences ; c'est également respecter des règles communes et ainsi apporter un cadre structurant à l'épanouissement des enfants et des jeunes.

C'est aussi promouvoir le sport/plaisir, le sport/découverte, le sport/détente et le sport en famille.

En effet, prolongées au-delà des ALSH, ces activités peuvent susciter une pratique familiale, renforçant ainsi la relation parent/enfant ; le plaisir d'être ensemble et de partager des émotions, construisant progressivement un patrimoine familial commun.

La CAF de l'Eure a pour mission de développer une offre diversifiée en direction de l'enfance et de la jeunesse. Ainsi, elle investit fortement dans le développement et le fonctionnement des ALSH afin d'améliorer l'accueil et de favoriser l'émergence de projets de qualité au « cœur » desquels les activités sportives occupent une place de choix.

Michel TANCHOUX

*Président du Conseil d'administration
de la CAF de l'Eure*





SOMMAIRE

sommaire

Les conseils pour l'organisation de la pratique de certaines activités physiques.....	P. 08
Les activités et formes de pratique pour les animateurs	P. 10
La baignade	P. 12
Le canoë-kayak	P. 15
L'équitation	P. 16
L'escalade.....	P. 18
La spéléologie	P. 19
Les parcours acrobatiques en hauteur	P. 20
Le tir à l'arc.....	P. 22
Le cyclotourisme	P. 23
Le V.T.T.	P. 24
Les adresses utiles	P. 26





L'organisation des activités sportives s'inscrit dans le projet éducatif et dans sa déclinaison pédagogique. L'organisateur et l'équipe éducative doivent faire le lien entre l'activité sportive ou de pleine nature programmée et la valeur éducative qui en est attendue.

L'équipe d'encadrement doit connaître les **textes** qui régissent ces activités, d'autant que certaines peuvent faire l'objet de réglementations spécifiques, notamment dans le code du sport et dans le code de l'action sociale et des familles. D'autres autorités administratives édictent également des règles :

- ➔ du fait du pouvoir de police du maire, du préfet de département, ou du préfet maritime
- ➔ d'autres autorités ministérielles au travers du code de l'aviation civile, du code de la route, du code forestier...

Lorsque l'activité se déroule dans un **établissement d'activités physiques et sportives** l'organisateur doit s'assurer auprès de la direction départementale inter services chargée des activités sportives et de jeunesse que cet établissement est bien déclaré et obéit à des normes de qualification et de sécurité. La Direction Départementale de la Cohésion Sociale de l'Eure édite chaque année un document où sont recensés les équipements sportifs qu'elle reconnaît.

Qu'elle soit ou non réglementée, l'organisation **d'activité physique ou de pleine nature** est tenue, de par la jurisprudence, de prendre les mesures pour assurer la sécurité des pratiquants. Cette obligation de prudence et de diligence, en terme de responsabilité, varie en fonction du nombre de mineurs concernés, de leur âge, et de leur degré d'autonomie. Ainsi il convient :



➔ de se référer aux principes communément admis par la profession ou les spécialistes de cette activité, qui résultent :

- des directives que les fédérations sportives donnent
- des connaissances transmises par ceux dont le métier expose aux dangers de la nature
- du comportement de « bon père de famille ».

➔ et de tenir compte :

- du choix de lieu de pratique de l'activité ne devant pas présenter de danger identifié. Il est notamment recommandé de se référer aux documents techniques tels les topos guides ou documents des fédérations sportives comme par exemple en canoë-kayak
- de la difficulté de l'activité considérée par rapport à l'âge et au niveau technique des pratiquants
- des mesures prises pour évaluer les risques : hydrologie, conditions météo, ...
- des mesures prises pour permettre aux pratiquants de se nourrir et s'hydrater régulièrement
- du respect des consignes de sécurité et signaux de sécurité éventuels
- de l'état du matériel utilisé.





LES ACTIVITES ET FOR

Les activités sportives de pleine nature constituent un vaste ensemble d'animations que l'encadrement sans être spécialiste peut en étant un minimum préparé, proposer à son public.

➔ les activités de pleine nature

Elles doivent normalement relever d'un faible niveau technique, et ne pas nécessiter de longs apprentissages préalables : se baigner, faire des randonnées à pied, à vélo, en rollers, des courses d'orientation, de l'escalade sur bloc...

➔ des jeux à règles, traditionnels ou sportifs

Ils peuvent être organisés par les animateurs ou par les enfants eux-mêmes : la balle aux prisonniers, le facteur, le badminton...

➔ des jeux moteurs individuels ou collectifs

Ils sont spontanés ou induits par du matériel : grimper, sauter, se cacher, lancer, se balancer, danser, glisser...

Ce sont les aménagements et l'activité des animateurs qui vont favoriser ces activités non structurées au départ, et pour lesquelles existe une multitude de matériaux supports qui permettent :

- des activités corporelles d'expression : mime, danse...
- des activités de cirque : jonglerie, équilibre, acrobaties...
- des sports collectifs adaptés : foot, basket, volley...

Ces activités sont souvent plébiscitées et il revient aux animateurs d'être capables de modifier les variables du terrain, le nombre de joueurs, la qualité du ballon, les règles du jeu, surtout compte tenu du manque de technique et de capacité d'organisation collective des joueurs.

Les animateurs peuvent aussi proposer des **formes de pratiques différentes** :

➔ Aménager pour permettre des activités spontanées

Même si leur place est parfois réduite et induite par les milieux aménagés ou la mise à disposition de matériels, elles permettent d'essayer, observer, inventer des formes de pratiques.

➔ Encadrer des activités que l'on propose

Elles permettent la découverte de nouvelles approches d'activités : l'enthousiasme et le plaisir du meneur sont alors déterminants.

➔ Les pratiques d'activités physiques et sportives dans des projets

Au delà de la randonnée ou du déplacement en petits groupes, les projets de spectacle, de compétition, d'aménagements peuvent aussi s'appuyer sur les activités physiques. Dans ces

logiques de projet les activités physiques peuvent être le but même du projet : gagner un sommet, descendre une rivière, mais elle peuvent aussi bien n'être qu'un moyen pour atteindre d'autres buts : visites, rencontres...

Les pratiques peuvent aussi être fournies par des **prestataires**.

Les animateurs, selon leur niveau de responsabilité ont un rôle à jouer pour cadrer la prestation, apporter à l'encadrant des informations utiles sur le public. Ils accompagnent parfois aussi le public dans la pratique.

Dans l'accompagnement vers des lieux de pratique publics comme piscine ou patinoire, les animateurs ont un rôle à jouer pour enrichir la pratique. Une prise de contact avec les personnels de l'établissement est souhaitable pour favoriser les relations.

Avec la multiplication des terrains sportifs de proximité, en accès libre les animateurs peuvent parfois se trouver en situation d'accompagner des pratiques se déroulant en dehors de toute institution, ce peut être l'occasion de prendre contact et d'entamer une relation avec un groupe.

Adapté à chaque sortie, le sac à dos de l'animateur doit pouvoir contenir au moins :

- ▶ trousse à pharmacie
- ▶ bouteille d'eau
- ▶ gobelets
- ▶ sacs plastiques
- ▶ mouchoirs en papier
- ▶ serviette éponge
- ▶ papier - crayon
- ▶ jeu de cartes
- ▶ mémo de jeux sans matériel
- ▶ liste de numéros d'urgence
- ▶ téléphone
- ▶ papier toilette





Se baigner c'est aller dans l'eau afin de se rafraîchir, de nager ou de jouer. La baignade est possible dans une piscine ou un lieu naturel aménagé ou non : plage, rivière...

RECOMMANDATIONS

- ▶ Les baignades dépendent du lieu : intérieur, extérieur, naturel, surveillé ou pas. Il convient de prévoir :
 - suffisamment d'animateurs dans l'eau en fonction de l'âge du groupe : un animateur pour 8 pour les mineurs de 6 ans et plus et un animateur pour 5 pour les enfants de moins de 6 ans
 - signaler la présence du groupe au responsable de la sécurité
 - prévoir un temps de digestion si la baignade se fait après le repas
 - un goûter après la baignade
- ▶ Les activités de baignade sont exclusives de toute activité aquatique faisant appel à des techniques ou matériels spécifiques : nage avec palmes, plongée subaquatique...
- ▶ L'eau est aussi l'élément qui permet des jeux autres que ceux liés à la natation...

MATERIEL A PREVOIR

- ▶ Des vêtements faciles à retirer : plutôt un polo qu'une chemise à boutons, des chaussures à scratch plutôt que des lacets, éviter les collants en laine...
- ▶ Des vêtements marqués pour les plus petits
- ▶ Un sac avec le maillot de bain, un change
- ▶ Une ou deux serviettes de bain
- ▶ Un bonnet de bain pour la piscine

EN PISCINE

- Se renseigner quelques jours avant auprès du responsable afin de connaître les créneaux possibles et le règlement de l'établissement
- Respecter les règles d'hygiène et de sécurité de l'établissement
- Prendre une douche avant et après la baignade
- Utiliser un maillot de bain spécifique qui ne doit pas être porté avant l'activité
- Vérifier la présence d'un Maître Nageur Sauveteur (MNS) ou d'un Breveté National de Secours et de Sauvetage Aquatique (BNSSA)
- S'informer du règlement intérieur de l'établissement.



EN MILIEU NATUREL

- Lors des baignades, le responsable du groupe doit être prudent et préparer l'activité en fonction de la météo
- La différence de température entre l'eau et l'air doit être prise en compte afin d'éviter les chocs thermiques
- Si possible s'installer sur un lieu ombragé
- Faire attention au coefficient de marée en Manche et en Atlantique
- Signaler la présence de son groupe au responsable de la sécurité de la baignade au poste de secours
- S'informer du règlement intérieur.



SUR LES PLAGES SURVEILLEES, regardez les drapeaux :

➔ **absence de drapeau** : baignade non surveillée donc impossible sans titulaire du brevet de surveillant de baignade (BSB) ou d'un Maître Nageur Sauveteur (MNS), d'un Breveté National de Secours et de Sauvetage Aquatique (BNSSA) ou de la qualification « surveillance des baignades en A.C.M. »

drapeau rouge : baignade interdite

drapeau jaune : baignade surveillée mais dangereuse

drapeau vert : baignade surveillée non dangereuse

La baignade est interdite pour les groupes quand la baignade est dangereuse (drapeau jaune)

SUR LES PLAGES NON SURVEILLEES :

➔ un titulaire du brevet de surveillant de baignade (BSB) ou d'un Maître Nageur Sauveteur (MNS), d'un Breveté National de Secours et de Sauvetage Aquatique (BNSSA) ou de la qualification « surveillance des baignades en A.C.M. »

➔ Prévoir un moyen de communication et si possible un accès aux secours

➔ Se renseigner auparavant en mairie sur la possibilité de baignade

➔ Si possible inspecter au préalable le lieu de baignade

➔ Organiser la baignade avec une ligne d'eau

➔ Etre prudent si la baignade se fait après une randonnée, ou tout autre épreuve physique, afin d'éviter une hydrocution due à un choc thermique ou à la fatigue

➔ Attendre la fin de la digestion pour aller dans l'eau.

MATERIEL A PREVOIR

- ▶ Une casquette, de la crème solaire, des lunettes de soleil
- ▶ Des vêtements chauds et un vêtement de pluie en cas d'orage soudain
- ▶ Eventuellement des sandalettes pouvant aller dans l'eau
- ▶ Quand il n'y a pas de surveillance, l'activité est placée sous l'autorité du responsable du centre et doit répondre aux conditions suivantes :
 - pour les mineurs âgés de moins de douze ans : la zone de bain doit être matérialisée par des bouées reliées par un filin
 - pour les mineurs âgés de douze ans et plus : la zone de bain doit être balisée.





QUALIFICATIONS A EXIGER

En baignade d'accès payant vérifier la présence d'un Maître Nageur Sauveteur (MNS) ou un BNSSA avec dérogation.

Pour une baignade dans le cadre d'un accueil collectif de mineurs : si la baignade n'est pas surveillée mais autorisée il faut absolument un titulaire du brevet de surveillant de baignade (BSB) ou l'équivalent (BNSSA, MNS) ou le BAFA avec la qualification « surveillance des baignades ».

LE BREVET DE SURVEILLANT DE BAIGNADE

s'acquiert lors d'un examen spécifique organisé dans le département par le comité départemental de secours et de sauvetage.

Les épreuves sont :

- un parcours de 200 mètres avec obstacles
- une épreuve de 50 mètres avec mannequin
- un lancer de ballon
- une épreuve pratique de secourisme
- trois épreuves théoriques : secours, organisation et prévention.

Afin de connaître les sites agréés et les professionnels qualifiés prendre contact avec les communes où vous prévoyez une activité de baignade.

TEST PREALABLE A LA PRATIQUE DES ACTIVITES AQUATIQUES ET NAUTIQUES EN ACCUEIL COLLECTIF DE MINEURS

En accueil collectif de mineurs, la pratique des activités de canoë-kayak et disciplines associées, de descente de canyon, de ski nautique et de voile est subordonnée à la production d'une attestation délivrée par :

- une personne titulaire du titre de maître nageur sauveteur ou du brevet national de sécurité aquatique (BNSSA)
- une personne titulaire du brevet d'Etat d'éducateur sportif (BEES) dans l'activité nautique ou aquatique considérée, ou du BPJEPS de l'activité considérée
- les autorités de l'Education Nationale dans le cadre scolaire.

Ce document doit attester de la capacité du pratiquant à se déplacer dans l'eau sans présenter de signe de panique sur un parcours de 20 mètres, avec passage sous une ligne d'eau, posée et non tendue.

Le parcours est réalisé dans la partie d'un bassin ou d'un plan d'eau d'une profondeur au moins égale à 1m 80.

Le départ est effectué par une chute arrière volontaire, en piscine à partir d'un tapis disposé sur l'eau et en milieu naturel à partir d'un support flottant.

Le parcours peut être effectué avec une brassière de sécurité sauf pour la descente en canyon.

A l'issue d'un test satisfaisant une attestation est remise.



LE CANOE-KAYAK

En canoë, le céiste, ou canoéiste, est assis à genoux et utilise une pagaie «simple» à une seule pale, tandis qu'en kayak le kayakiste est assis sur son séant et utilise une pagaie «double» à deux pales. Le canoë-kayak se pratique dans les milieux d'eau calme (étangs), d'eau vive (rivières) et maritime (estuaires, mer).

RECOMMANDATIONS

- ▶ Contacter un encadrement professionnel afin d'organiser l'activité
- ▶ Faire passer le test préalable à la pratique des activités aquatiques et nautiques en accueil collectif de mineurs
- ▶ Prévoir le nombre de mineurs en fonction de l'encadrement géré par un professionnel
- ▶ Prévoir un répertoire des numéros de secours locaux
- ▶ Prévoir une assurance pour tous, y compris les accompagnateurs et encadrants bénévoles
- ▶ Consulter la météo.

Afin de connaître les sites agréés et les professionnels qualifiés prendre contact avec le Comité Départemental de canoë-kayak de l'Eure : fleuriotpierre@yahoo.fr, tél. : 02 32 51 14 93, ou le club le plus proche de chez vous : <http://www.ffck.org/>



MATERIEL A PREVOIR

- ▶ Par temps froid, des chaussures et des vêtements de rechange chauds, une serviette, un sac étanche et de quoi se restaurer en cas de fringale
- ▶ Par temps chaud, une crème solaire, une casquette avec ficelle, des lunettes de soleil avec cordon, des manches longues éventuellement contre les coups de soleil, des gourdes d'eau
- ▶ Gilet de sécurité ou boléro de flottabilité sont généralement fournis par le club
- ▶ Le casque de protection est obligatoire à partir de la classe III ou si des conditions particulières le rendent obligatoire
- ▶ Deux salles, pour que puissent se changer filles et garçons.

ATTENTION

De par la présence de nombreux barrages, dont certains avec rappel d'eau, les rivières du département de l'Eure sont dangereuses. La descente de ces rivières nécessite en plus de la qualification de l'encadrement et du niveau technique des participants, une parfaite connaissance du site pour la localisation des dangers et pour définir la conduite à tenir, avec passage obligé lorsqu'il existe une glissière à canoës sinon un portage obligatoire...





LES DIFFÉRENTES PRATIQUES SONT :

➔ L'apprentissage de l'équitation

Elle consiste en la maîtrise des trois allures par l'apprenti cavalier. La pratique ne peut se dérouler que dans un lieu clos conçu de manière à ne pas constituer une cause d'accident pour les personnes ou les animaux.

➔ La randonnée équestre montée ou attelée

C'est un déplacement équestre dépassant la journée et entraînant un couchage à l'extérieur du centre. Si un local en dur est utilisé, il doit être préalablement enregistré à la Direction Départementale de la Cohésion Sociale.

Le niveau de qualification de l'encadrement et le niveau de pratique des cavaliers déterminent le nombre de mineurs par encadrant.

L'itinéraire est fixé en fonction du niveau de pratique des cavaliers et de la capacité des chevaux. L'encadrement aura reconnu préalablement le parcours. Il évitera les zones où les chevaux sont susceptibles de créer un danger pour les autres usagers. Il respectera les dispositions du code de la route, du code forestier, du code rural.



➔ La promenade équestre en extérieur

Elle ne dépasse pas la journée et s'effectue sur des sentiers balisés avec des cavaliers ayant acquis des automatismes fondamentaux.

Elle ne peut être encadrée que par des titulaires d'une qualification ou diplôme demandés pour la randonnée équestre.

➔ La découverte et l'approche de l'animal

Ces activités permettent aux mineurs d'approcher l'animal sans appréhension et sans danger et de se familiariser avec les soins à donner. Elles se déroulent, ainsi que la promenade au pas, dans un lieu clos.

MATERIEL A PREVOIR

- ▶ Des vêtements résistants : préférer un jean plutôt qu'un short
- ▶ Des bottes ou au moins des chaussures fermées
- ▶ La bombe ou le casque est généralement fourni par le centre
- ▶ Une trousse à pharmacie comprenant notamment un produit pour soigner les coups.



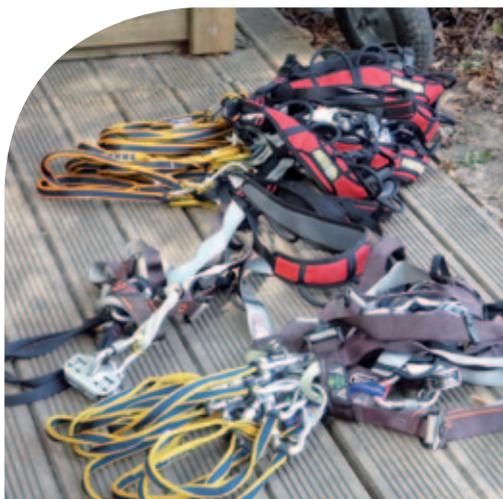
RECOMMANDATIONS

- ▶ Organiser l'activité avec l'encadrement professionnel
- ▶ Fixer le nombre de mineurs et d'animateurs avec l'encadrement professionnel, généralement en fonction du niveau de qualification de l'encadrement et du niveau de pratique des cavaliers
- ▶ L'apprentissage sur poney ne peut excéder huit mineurs
- ▶ Le centre équestre ne pourra pas prendre en même temps tout le groupe qui aura été transporté : il convient donc de prévoir l'organisation et le lieu du temps d'attente.

Afin de connaître les centres équestres agréés et les professionnels qualifiés prendre contact avec le comité départemental d'équitation de l'Eure : <http://www.chevaux-haute-normandie.com> ou consulter le guide pratique des accueils collectifs de mineurs à caractère éducatif dans l'Eure - édité chaque année par la Direction Départementale de la Cohésion Sociale.



L'ESCALADE



L'escalade est un sport consistant à atteindre le haut d'une voie d'escalade. Le terrain de jeu du grimpeur va des blocs de faible hauteur aux parois de plusieurs centaines de mètres en passant par les murs d'escalade.

RECOMMANDATIONS

- ▶ Organiser l'activité avec l'encadrement professionnel
- ▶ Consulter le répertoire fédéral des sites
- ▶ S'informer des réglementations locales ou particulières
- ▶ Fixer le nombre de mineurs et d'animateurs avec l'encadrement professionnel
- ▶ Consulter les prévisions météorologiques.

LES LIEUX DE PRATIQUE SONT :

➔ Le terrain d'aventure

Falaises, parois non équipées à demeure ou équipées de manière non fiable.

➔ Le site sportif d'escalade

Falaise de hauteur variable où les voies sont équipées à demeure selon les recommandations

Pour connaître les sites et les professionnels compétents prendre contact avec le comité départemental de montagne et d'escalade de l'Eure : <http://www.cd27ffme.fr>

fédérales. Le site sportif d'escalade peut comporter un « site d'initiation », qui se définit comme un secteur particulièrement adapté pour l'initiation [zone d'évolution d'une hauteur égale à la moitié de la longueur de la corde simple couramment utilisée et sans relais de progression], permettant notamment l'organisation d'ateliers en moulinette.

➔ Le bloc

Massif de faible hauteur pour lequel aucun équipement n'est nécessaire.

➔ La structure artificielle d'escalade

Équipement d'escalade architecturé construit dans ce but ou aménagé sur un support préexistant et correspondant aux normes en vigueur.

➔ La « via ferrata »

Falaise équipée d'échelles métalliques pour permettre un accès et une progression aisée, même pour des pratiquants débutants, est à classer dans la catégorie des sites sportifs d'escalade.

MATERIEL A PREVOIR

- ▶ Des chaussures confortables et bien serrées
- ▶ Des vêtements près du corps, à manches longues, sont plus prudents : préférer un pantalon à un short...
- ▶ Une casquette ; le port du casque est obligatoire en site naturel
- ▶ Un répertoire des numéros de secours locaux.

LA SPELEOLOGIE



RECOMMANDATIONS

- ▶ Le déroulement de l'activité est subordonné à la reconnaissance préalable de la cavité et à la consultation de son hydrologie ainsi que des prévisions météorologiques.
- ▶ La liste des participants, les références de la cavité, l'itinéraire choisi, ainsi que l'horaire précis de départ, sont communiqués au directeur de l'accueil collectif de mineurs avant la sortie.

L'organisation d'une sortie spéléologie est tout à fait autorisée dans les accueils collectifs de mineurs.

QUALIFICATIONS A EXIGER

Si la détention de certains diplômes fédéraux est réglementairement suffisante pour l'accompagnement de groupe d'enfants, il est recommandé de faire appel à des professionnels titulaires du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif option spéléologie et connaissant bien les cavités à visiter.

Le nombre d'enfants variera en fonction de la difficulté de la sortie retenue : de 6 à 7 enfants avec un animateur pour des progressions verticales, jusqu'à 15 enfants et 2 animateurs pour des progressions horizontales.

MATERIEL A PREVOIR

Sous terre, la température est relativement constante ; hiver comme été : il fait régulièrement autour de 12°. Ne soyez donc pas trop couverts en hiver :

- ▶ Un pantalon de jogging, une polaire à manches longues et des bottes sont conseillés.
- ▶ Une sur-combinaison et un casque avec éclairage vous seront fournis par l'organisateur de la sortie spéléologie.
- ▶ Prévoyez des vêtements secs, une serviette, et de quoi vous restaurer à l'issue de la visite, vous pourriez être mouillés et avoir très faim car la spéléologie, ça creuse ! Et surtout, prenez beaucoup de plaisir à découvrir tous les trésors souterrains.

*Afin de connaître les sites agréés et les professionnels qualifiés prendre contact avec le comité départemental de spéléologie de l'Eure :
rodolphe.sabine@orange.fr,
tél. : 06.03.46.58.86, ou le club le plus proche de chez vous : <http://ffspeleo.fr/>*



Les parcours acrobatiques en hauteur (PAH) sont des espaces d'activité ludique sécurisée permettant aux pratiquants de cheminer en hauteur, de façon autonome et acrobatique, sur des ateliers naturels ou artificiels.

Cette activité, très appréciée des enfants, nécessite quelques préparatifs et demande une organisation du groupe sur place pour que la sortie soit des plus réussies. Il convient aussi d'identifier les contraintes liées à l'activité pour prévoir les aménagements nécessaires.

LES CONTRAINTES DE L'ACTIVITE

Les PAH sont généralement situés en forêt. Un déplacement en autocar s'impose pour accéder au site. Il faut donc bien tenir compte des temps de parcours aller et retour dans la planification de la journée.

Avant le début de l'activité, l'ensemble du groupe s'équipe en baudriers. Puis les consignes de sécurité à respecter sont expliquées par les agents du

PAH. Afin de vérifier que les pratiquants ont bien retenu les différentes mesures à suivre des parcours de découverte sont souvent obligatoires. Ces préparatifs nécessaires peuvent paraître assez longs.

L'accueil terminé, les enfants se dirigent vers les différents parcours qui leur sont accessibles. Attention : plus les groupes sont importants, plus les temps d'attente s'allongent.

Enfin, l'activité se déroulant en extérieur, les conditions météorologiques sont à surveiller.

QUELQUES POINTS ESSENTIELS A NE PAS OUBLIER AVANT LA SORTIE

Lors de la réservation de la sortie avec le gestionnaire du parc, n'hésitez pas à vous renseigner sur les modalités de fonctionnement propre au site, l'existence de lieux de repli, les possibilités de pique-nique. En effet, chaque site dispose d'infrastructures différentes qu'il convient de connaître. Se renseigner sur les caractéristiques des parcours et les niveaux de difficultés proposés.

Si une tenue de sport n'est pas indispensable, des vêtements adaptés à des activités acrobatiques sont nécessaires : pantalon, tee-shirt et surtout chaussures de sport et pas de sandalettes. Les cheveux longs doivent être attachés. Prévenir les parents afin que les enfants aient la bonne tenue adaptée le jour de la sortie au PAH.

La répartition des enfants par petits groupes sous la responsabilité d'animateurs identifiés est essentielle à réaliser avant le départ. Cela facilitera grandement l'activité une fois arrivé sur site.

Profitez de cette sortie en forêt pour organiser des ateliers autour de la nature ou permettant d'offrir une activité de remplacement aux enfants qui refuseraient d'escalader les PAH par peur ou vertige. Informez-vous sur les activités qui peuvent être proposées aux alentours ou par le PAH lui-même : équitation, spéléologie, sortie vélo...

COMMENT S'ORGANISER SUR PLACE

Il est toujours plus facile de gérer des petits groupes. Soyez attentifs à ce qu'ils soient homogènes pour les répartir sur les parcours adaptés à leur taille, âge et niveau, en fonction des indications des responsables du site.

Si la capacité maximale d'accueil du site est atteinte, organisez des roulements entre les groupes avec des activités annexes.

Lors des premiers départs, n'hésitez pas à faire partir les plus agiles en premier. Les temps d'attente s'en trouveront diminués.

Chaque animateur surveille et anime son groupe, mais n'oubliez pas de prendre des photos car c'est une source essentielle d'illustration des activités.

Enfin, la participation des animateurs à l'activité PAH est tout à fait possible. Toutefois, celle-ci ne doit pas se faire aux dépens de la surveillance et de l'animation de l'activité : ce n'est pas la sortie des animateurs...



Afin de connaître les sites P.A.H. du département, consulter le "Guide pratique des accueils collectifs de mineurs à caractère éducatif dans l'Eure" - Tome II.

LE TIR A L'ARC



Les activités de tir à l'arc en accueil collectif de mineurs ont un objectif de découverte de ce sport et se pratiquent sous une forme ludique. Elles nécessitent cependant une attention particulière.

RECOMMANDATIONS

- ▶ Contacter l'encadrement professionnel afin d'organiser l'activité
- ▶ Prévoir le nombre de mineurs avec l'encadrement professionnel
- ▶ Prévoir un répertoire des numéros des secours locaux.

Afin de connaître les sites agréés et les professionnels qualifiés prendre contact avec le comité départemental de tir à l'arc de l'Eure : <http://www.tirlarccd27.asso.fr>

MATERIEL A PREVOIR

- ▶ Une protection pour l'avant bras
- ▶ Un bracelet de protection car le retour de corde est parfois très douloureux
- ▶ Une palette ou un striker pour la main qui « tire » sur la corde
- ▶ Et selon le site :

Tir en salle :

- Un tee-shirt ou un polo qui se portent près du corps
- Une paire de tennis convient parfaitement

Tir nature :

- Des chaussures de marche, éviter les tennis car il peut y avoir risque de chute
- Des guêtres pour la pluie
- Un vêtement de pluie
- Un tee-shirt ou un polo qui se portent près du corps mais aussi un vêtement à manches longues plus chaud
- Une casquette pour se protéger du soleil
- Une bouteille d'eau et un en-cas.





Le cyclotourisme est une activité qui peut présenter des risques. L'utilisation rationnelle de la bicyclette et le respect de certaines règles fondamentales sont indispensables à la sécurité des pratiquants.

PREPARATION

Le parcours doit être reconnu préalablement par les animateurs. Il est nécessaire de choisir, concevoir et élaborer un itinéraire adapté au niveau et à l'âge des participants en évitant les routes à forte circulation et les déplacements de nuit :

- Connaître et respecter scrupuleusement le code de la route
- Posséder une bonne maîtrise de sa bicyclette d'où la nécessité d'une initiation préalable sur petits parcours avec jeux d'équilibre, changement de direction...
- Posséder un matériel et un équipement adaptés : le mini-vélo et le vélo de cross sont inadaptés à un usage de randonnée sur la route
- Vérifier l'état de sa bicyclette avant le départ : régler correctement la hauteur de la selle, vérifier les freins, l'état des pneus et l'éclairage
- Pour circuler de nuit ou par temps de brouillard : outre le système d'éclairage il faut prévoir des brassards ou des bandeaux fluorescents
- Avant de partir : organiser des jeux pour vérifier la maîtrise de la bicyclette par les enfants.

MATERIEL A PREVOIR

- ▶ Le port d'un casque est fortement conseillé ainsi que des vêtements clairs
- ▶ Une trousse de pharmacie, et une trousse à réparation à l'arrière du groupe
- ▶ De quoi s'alimenter et boire sur le parcours.

SUR LA ROUTE

- Le groupe de 12 pour 2 animateurs doit être fractionné en petites unités distantes de 50 à 100 mètres afin de faciliter le doublement par les véhicules
- Passer en colonne par un si la route est étroite et au moment du dépassement
- Se regrouper en haut des côtes
- Bien s'espacer dans les descentes et régler la vitesse en fonction des capacités des moins habiles, d'où la nécessité de la présence d'un animateur en tête
- Les arrêts du groupe doivent s'effectuer sur le bas-côté, sans empiéter sur la chaussée
- Avant de changer de direction à gauche il est plus prudent d'arrêter le groupe sur le bas-côté et de lui faire traverser la chaussée lorsqu'il n'y a plus de danger
- L'animateur le plus compétent se situe le plus souvent à l'arrière du groupe.

*Afin de connaître les professionnels qualifiés prendre contact avec le comité départemental de cyclotourisme :
Monique LORIDE ; 6, clos Tiger,
27170 Beaumontel ou <http://www.ffct.fr>*

LE V.T.T.



Le V.T.T. est une activité sportive qui se caractérise par l'usage de la bicyclette sur terrain naturel varié voire accidenté.

LES DIFFERENTES PRATIQUES SONT :

➔ L'activité à but éducatif, de découverte ou récréative

L'utilisation du V.T.T. comme simple moyen de déplacement sur route ou sur chemin ne présentant pas de risque particulier : faible dénivelé, absence de rochers, largeur suffisante,... relève de la promenade ou de la randonnée à vélo. L'équipement sera adapté aux conditions de pratique. Le port du casque est conseillé.

L'utilisation du V.T.T. dans le cadre de randonnées doit répondre aux mêmes conditions de sécurité et d'organisation que la randonnée pédestre :

- chemins faciles et balisés
- itinéraires repérés au préalable
- accès facile et quasi permanent à des points de secours et d'alerte.

➔ L'activité sportive

Elle se caractérise par l'usage du VTT sur un profil de terrain comportant des pentes supérieures à 30% et / ou des chemins escarpés ne permettant pas le croisement de deux V.T.T. en toute sécurité : zones rocheuses, abîmes, sentiers muletiers...

Elle limite le groupe à douze personnes maximum pour deux cadres, dont un en position de serre-file.

CONDITIONS D'ORGANISATION ET DE PRATIQUE

➔ Préparation

- Repérer l'itinéraire s'il doit se dérouler en dehors de secteurs balisés, et prévoir un tracé sur carte IGN au 1/25000 pour évaluer le dénivelé total, le kilométrage global et toute autre particularité du parcours
- Prévoir des itinéraires de replis en cas de difficulté
- Prendre connaissance des prévisions météorologiques
- Laisser obligatoirement la liste des participants, l'itinéraire choisi et l'horaire précis de départ et de l'arrivée et les numéros de téléphones portables au centre, qui doit être en mesure, le cas échéant, de les communiquer aux services de secours.



➔ Equipement

Obligatoire

- Un casque homologué

Conseillé

- Des vêtements clairs, un gilet réfléchissant, des gants, des chaussures adaptées
- Des vélos prévus pour le tout terrain (V.T.T.) avec des pneus spécifiques, des freins en bon état, un dispositif de sécurité destiné à retenir le câble de frein au-dessus de la roue avant, en cas de rupture du câble principal
- Une trousse de réparation
- Un éclairage de signalisation pour le retour de nuit
- Une sonnette dont le son peut être entendu à 50 m
- Des catadioptres
- Une trousse à pharmacie
- Un bidon d'eau.

➔ Sécurité

- Vérifier l'état et le bon fonctionnement du matériel avant le départ notamment les pneus et les freins ; les roues doivent être bien bloquées, et selle et guidon bien serrés
- Rester groupés ou prévoir des regroupements fréquents
- En randonnée être toujours visible d'un participant : bien voir devant et être vu de derrière...
- prévenir des passages difficiles en utilisant des signaux clairs
- S'hydrater régulièrement et se nourrir le cas échéant
- Conseiller à chaque participant d'être à jour de sa vaccination antitétanique

*Afin de connaître les professionnels qualifiés
prendre contact avec le comité
départemental de cyclisme :
Michel HUCHE ; 158, route de Basville,
27520 Berville-en-Roumois
ou <http://www.ffc.fr>*

- Connaître les numéros de téléphone des organismes de secours et posséder un téléphone portable.

➔ Respect du milieu et des autres usagers

Le V.T.T. peut en cas de pratique abusive causer des dégâts importants au milieu naturel. De plus, les itinéraires empruntés dans le cadre de sa pratique sont souvent des itinéraires communs aux randonneurs pédestres et équestres. Il est donc essentiel de respecter quelques règles simples de progression :

- Utiliser au maximum les itinéraires balisés ou à défaut les sentiers déjà existants
- Le V.T.T. étant assimilé à un véhicule, il ne peut être autorisé sur les territoires de l'Office National des Forêts hors des chemins ouverts à la circulation publique
- Progresser par groupes restreints qui sont moins dérangeants pour la faune sauvage
- Maîtriser sa vitesse : un groupe de marcheurs, de cavaliers ou des exploitants agricoles peuvent à chaque instant se trouver sur votre chemin
- Se souvenir que les réserves naturelles n'autorisent la pratique du V.T.T. que sur des itinéraires bien définis, il est alors nécessaire de se renseigner
- Si le parcours est sur route, respecter le code de la route.



➔ ACCUEILS COLLECTIFS DE MINEURS, PROJETS, LOCAUX, ENCADREMENT

Direction Départementale de la Cohésion Sociale de l'Eure, Corinne Bellemere, 02.32.24.86.18, corinne.bellemere@eure.gouv.fr

➔ PROJET ET POLITIQUES CONTRACTUELLES

Caisse d'Allocations Familiales, 02.32.31.46.36, action-sociale.cafevreux@caf.cnafmail.fr

➔ PRÉVISIONS MÉTÉOROLOGIQUES

<http://france.meteofrance.com/>

<http://www.airnormand.asso.fr>

➔ RECOMMANDATIONS « CANICULE »

<http://www.sante.gouv.fr>

➔ PRATIQUES SPORTIVES :

Baignade : comité départemental de sauvetage et secourisme

Centre Nautique André Perrée

9, rue du stade 27300 Bernay - 02.32.43.1082

chapelliere@aol.com

Canoë kayak : comité départemental de canoë Kayak

44, rue de l'Eglantier - 27200 Vernon - 02.32.51.14.93

fleuriotpierre@yahoo.fr

Equitation : comité départemental des sports équestres

8, place Paul Doumer - 27190 Conches-en-Ouche - 06.71.77.21.92

cde27@hotmail.fr

Escalade : comité départemental de montagne et d'escalade

3, rue de Sacquenville - 27000 Evreux - 06.10.21.24.99

j.reydon@ffme.fr

Spéléologie : comité départemental de spéléologie

3, chemin de Beaumais - 27240 Manthelon - 06.74.88.84.94

rodolphe.sabine@orange.fr

Tir-à-l'arc : comité départemental de tir à l'arc

22, rue de la mairie - 27170 Grosley-sur-Risle - 02.32.45.58.38

maguy.pierrot@wanadoo.fr

Cyclisme : comité départemental de cyclisme

158, route de Basville - 27250 Berville-en-Roumois - 02.35.87.98.78

Cyclotourisme : comité départemental de cyclotourisme

6, clos Tiger - 27170 Beaumontel - 02.32.45.35.06

monique.loride@wanadoo.fr

Production : D.D.C.S. 27 en partenariat avec la C.A.F. de l'Eure

Directeur de publication : Alain DELANYS

Composition rédaction : Bruno LEONARDUZZI

Comité de rédaction : Bernadette ANSART, Coralie BOISSIN, Olivier DESCHAMPS, Thierry GILBERT, Bruno LEONARDUZZI, Yohan WALLON, et l'équipe des professeurs de sport de la D.D.C.S. : Robin BRANCHU, Gilles DELAUNE, Xavier GUICHARD, Mohamed EL KHARRAZE, Magali LE FLOCH, Franck PETIJON

Secrétariat de rédaction : Corinne BELLEMERE

Les photographies qui illustrent ce document ont été prises : par Robin BRANCHU, Catherine COUSIN, Véronique DELAUNE, Mohamed ELKHARRAZE, Magali LE FLOCH, Bruno LEONARDUZZI, à la piscine de Bernay, au parcours acrobatique en hauteur d'Evreux, à l'accueil de loisirs de Pacy-sur-Eure et celui de Villiers-en-Desoeuvre, au site d'escalade de Connelles, au centre équestre « Le retour aux sources » à Tourneville, et au «Centre équestre du clos» à Saint-Aquilin-de-Pacy et fournies par la fédération française de montagne et d'escalade, le comité départemental de spéléologie et le comité départemental de tir à l'arc





PRÉFET
DE L'EURE

