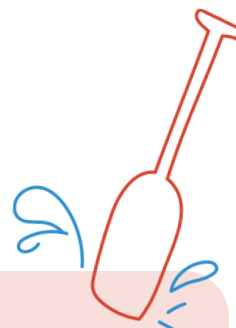


Rafting



Le rafting est une activité qui permet de vivre une diversité d'expériences différentes sur l'eau. Que ce soit pour une balade familiale, une sortie d'interprétation ou encore une descente de rapides en eau-vive remplie d'adrénaline, tous et toutes peuvent profiter de ce type d'embarcation pour vivre une expérience agréable sur l'eau.

Formation

Plusieurs formations existent pour les guides de rafting, mais aucune ne comporte de module spécifique à l'inclusion. Pour plus d'informations, veuillez consulter [Eau Vive Québec](#).

Bonne pratique et conseil d'encadrement

- Respecter les exigences gouvernementales en termes de sécurité nautique de Transport Canada au niveau de l'équipement de sécurité minimale par embarcation et par personne.
- Connaître les responsabilités du pagayeur selon La Route Bleue, par exemple:
 - Au niveau environnemental: Porter attention aux conditions météorologiques avant la mise à l'eau. Voici quelques éléments auxquels porter attention: la force et la direction des vents, les courants, les vagues, le trafic maritime, les précipitations, les températures extrêmes, etc.
 - Au niveau des équipements: Tester les équipements, leur utilisation et leur ajustement à l'avance. Pratiquer à renverser les équipements et à effectuer le sauvetage.
 - Au niveau comportemental : S'assurer que la section de rivière choisie corresponde au niveau de compétences et aux attentes du groupe.

Bonne pratique et conseil d'encadrement - suite

- Au niveau technique: Utiliser des techniques sécuritaires pour l'embarquement et le débarquement du raft. Faire l'usage des principes de déplacements sécuritaires des bénéficiaires/personnes.
- Consulter les outils « [Préparer ma sortie](#) » et « [Responsabilités du pagayeur](#) » développés par [La Route Bleue](#).
- Mouiller l'embarcation avant que les personnes participantes s'y assoient pour éviter de se bruler sur des surfaces chauffées par le soleil.
- Test de flottaison et critères d'éligibilité essentiels: certaines sections de rivière pourraient demander un niveau de sécurité de base. Un niveau d'aisance et d'autonomie peuvent être testés en demandant aux gens de se retourner de façon autonome dans l'eau afin d'arriver à une position de nage défensive. Voici des exemples de communication de cette exigence (en anglais): [Endless Adventure](#) , [Southeastern Expeditions](#).
- La section [sécurité](#) du site Web « [Parcours de l'offre](#) » comporte de nombreuses informations générales quant à la sécurité en plein air.

Aménagement

Veuillez consulter la fiche « [Aménagement général, plage et baignade](#) » pour connaître les aménagements inclusifs.



Crédit photo : AQLPH

Pratiques inclusives

- Être honnête et transparent dans la communication. Expliquer et démontrer que certains accès sont plus ou moins accessibles. Nommer les spécificités de chaque forfait d'excursion, les niveaux d'habilités requis ([voir exemple en anglais](#)) et mentionner l'état des lieux d'embarquement et débarquement.
- Coller des repères visuels et tactiles sur la pagaie pour indiquer où poser les mains. Ex: du ruban adhésif jaune fluo.
- Pratiquer l'action de pagayer et l'embarquement/ débarquement sur la terre ferme avant d'aller sur l'eau. Pratiquer à pagayer sur des sections de rivière plus calmes ou sur des lacs.
- Proposer divers itinéraires et niveaux de difficulté.
- Apporter des pistolets à eau pour permettre le rafraichissement et encourager à faire des bagarres d'eau. Utiliser des serviettes de coton trempées dans l'eau pour rafraichir les personnes participantes.
- Ajouter des structures d'ombrage sur les embarcations lorsque possible.
- Utiliser des pictogrammes avec des mots simples pour les discours de sécurité. Créer ces cartons plastifiés dans plusieurs langues.
- Proposer un fauteuil roulant aquatique pour éviter de mouiller le fauteuil personnel des personnes participantes.
- Consulter l'outil « [Pratiques Inclusives Générales](#) ».
- Développé 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 quelques équipements adaptés pour la pratique du rafting. Il ne s'agit pas d'une liste exhaustive. Des équipements standards pourraient aussi convenir à différents types de besoins.

Matériel de sécurité obligatoire

Quelques équipements sont obligatoires à bord d'une embarcation à propulsion humaine. Eau Vive Québec a développé [un aide-mémoire des équipements obligatoires et essentiels](#) pour différentes activités nautiques. Voir toutes les exigences en termes de sécurité nautique via Transport Canada dans la section « Ressources complémentaires ».

Embarcations

Attention, les adaptations devraient toujours permettre aux participants et participantes d'évacuer l'embarcation de façon autonome en cas d'urgence. Les équipements ne devraient pas être attachés aux personnes sans mécanismes de relâchement rapide. Il est important de porter une attention particulière aux pieds, qui pourraient rester coincés si les jambes sont mal placées.

Les embarcations de type avec cadres ou de type « oar ou frame raft » semblent offrir davantage d'options pour les accessoires et la disposition de ceux-ci.

*ATTENTION : Pour des raisons de sécurité évidentes, les personnes participantes ne devraient pas être attachées aux équipements lors d'une activité nautique, et le port d'une veste de flottaison individuelle est obligatoire. Si le pagayeur ou la pagayeuse a besoin d'un maintien particulier, des adaptations peuvent être envisagées, mais doivent comporter un mécanisme à détachement rapide (« quick-release »).

Accessoires pour bateaux

Échelle

Ajouter une échelle sur le côté de l'embarcation permet de rendre plus accessible l'accès à la baignade, en facilitant l'embarquement. Plusieurs modèles existent; il est important de considérer les fonctionnalités de chacun par rapport aux forfaits offerts et aux sections de rivières prévues. Notamment, une échelle ne devrait jamais être laissée déployée lors de la descente de rapides. Elle devra être posée lors de sections calmes propices à la baignade puis rangée, par exemple ce modèle. D'autres types sont rétractables et peuvent être laissés sur le bateau en tout temps, comme celui-ci.

Structure d'ombrage

Pour les forfaits qui n'impliquent pas de rapides ou de risques de chavirement, il est possible d'ajouter une structure pour créer de l'ombrage sur le bateau. Ces structures s'ajoutent généralement sur des bateaux de style « oar raft » par exemple ce modèle. Cet article discute de différentes options pour garder l'embarcation au frais.



Crédit photo : XXX

Pagaies

Adaptations pour les mains

Une adaptation peut être apportée à la pagaie afin que la personne soit en mesure de pagayer par elle-même à l'aide d'un soutien supplémentaire. Il s'agit d'une poignée arrière qui vient limiter la préhension au niveau des doigts pour concentrer l'effort dans les bras. Cet équipement pourrait être utilisé sur une pagaie de canot, de kayak, de rafting ou de planche à pagaie. Le livre « Canoeing and Kayaking for People with Disabilities » présente aussi quelques adaptations dans le chapitre 8.



Crédit photo : [Active Hands](#)



Crédit photo : [Active Hands](#)

Adaptations pour les poignets

Ce système muni d'un bracelet porté sur le poignet et fixé à la pagaie permet la puissance et la mobilité. Différents modèles offrent différents types de bracelets pour le poignet. Ce type d'équipement pourrait être utilisé pour la main inférieure sur la pagaie.

Prothèses

Le Hammerhead est un appareil conçu pour le kayak, mais il peut être utilisé pour d'autres sports nautiques qui nécessitent des avirons ou pagaies. La poignée de désengagement rapide peut être facilement saisie pour libérer l'appareil dans une situation d'urgence.

Accessoires liés à la posture

Siège

Le siège Making Trax est conçu pour être attaché dans une embarcation de rafting. Il permet de stabiliser le tronc de la personne. La ceinture permet de sécuriser davantage la personne qui l'utilise et est munie d'un système de relâchement rapide. Cet équipement est à utiliser sur des sections de rivières appropriées, avec des personnes ayant la capacité d'utiliser le système de relâchement rapide.

Certaines entreprises conçoivent aussi leurs propres sièges en modifiant des chaises de plastique et en les attachants aux embarcations.



Crédit photo : Osijja



Crédit photo : Osijja

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
Creating Ability (États-Unis)	Adaptations diverses pour les pagaies et sièges, planches de transfert, roues, et flotteurs.
Go Rampe (Québec)	Rampes sur mesure, rampes portatives, plateformes élévatrices.
Making Trax (Nouvelle-Zélande)	Sièges pour rafts.
Rapid Rung (États-Unis)	Échelle rétractable pour rafts.
River Sombrero (États-Unis)	Structures d'ombrage pour rafts.
SOTAR (États-Unis)	Échelle pour raft.
TRS Prosthetics (États-Unis)	Prothèses.

*De nombreux accessoires sont disponibles chez les magasins d'articles pour le plein air qui ont une section nautique.

Possibilités de pratique au Québec



- Expédition Nouvelle Vague, Capitale-Nationale
- York Expédition, Gaspésie
- Coop Aventures Matawin, Mauricie

Pratiques inspirantes

Endless Adventure, Colombie-Britannique

Cette entreprise canadienne offre des activités de rafting variées, de la location d'embarcations et des activités de consolidation d'équipe. Les installations ont été renouvelées afin d'être accessibles et l'organisation a quelques équipements adaptés pour faciliter la participation à l'activité. Le site Internet explique clairement les exigences au niveau de la sécurité en rivière et décrit les déplacements nécessaires pour se rendre aux différentes offres d'activités.

Southeastern Expéditions, États-Unis

Cette entreprise de rafting en Géorgie offre un grand nombre d'expériences différentes sur la rivière. De la sortie familiale aux rapides de classe 4, en passant par les groupes scolaires et les expéditions avec nuitée en camping. Ils ont un véhicule adapté et communiquent leur offre en inclusion de façon transparente sur leur site Internet.

Southeastern Expéditions, États-Unis

Le National Ability Center, basée au Utah, offre de nombreux programmes d'activités inclusives de plein air, organisent des événements et proposent des expéditions. Ils créent une communauté de connexion, de support et de développement personnel. Leurs activités et expéditions de rafting sont très diverses et varient d'une journée à 6 jours.

Adaptive Adventures, États-Unis

Cet organisation à but non lucratif est spécialisée en activités inclusives de plein air. Leurs activités sont généralement gratuites pour les personnes participantes et leur famille. Leur expédition de 5 jours de rafting sur la rivière Yampa au Colorado propose une expérience immersive d'aventure.

Ressources complémentaires

-  [Protocoles pour un client en fauteuil roulant](#), Making Trax
-  [Le livre Canoeing and Kayaking for People with Disabilities](#), Janet A. Zeller, American Canoe Association, 2009
-  [Exigences gouvernementales en termes de sécurité nautique](#), Transports Canada
-  [Guide pour bien choisir son vêtement de flottaison individuel](#), Transports Canada
-  [Bonnes pratiques des plaisanciers](#), Nautisme Québec
-  [Guide de sécurité pour les événements nautiques et aquatiques](#), Ministère de l'Éducation, des Loisirs et du Sport
-  [Rafting / Adaptive rafting](#), Moove United
-  [Tourisme accessible : un excellent moyen d'augmenter vos chiffres](#), Fédération internationale de rafting, 2021

Quelques articles intéressants

-  [Dignity in Risk](#), Angie Marie, 2024
-  [Rafting With the National Ability Center](#), Lynn Barlow, 2022

Quelques vidéos intéressantes

-  [How do you make Whitewater Rafting Accessible?](#) PBS, 2022
-  [Moab Accessible Raft Adventure](#), Discover Moab, 2020
-  [Adaptive Rafting in Moab](#), National Rafting in Moab, 2019
-  [Paraplegic Goes White Water Rafting!](#), Joci Scott, 2021
-  [White Water Rafting with a difference...](#), DownieLive, 2018
-  [Maine man overcomes autoimmune disease to live out dream as a rafting guide](#), News Center Maine, 2024
-  [Rafting - Rivière & Handicap](#), Rafting Expériences, 2016

Personnes ayant contribué à cette fiche:

Bonification : Karen Locke (National Ability Center)
Révision: Trevor L'Heureux (Eau-Vive Québec)