

Ouvrir les espaces naturels aux personnes handicapées pour une pratique sportive

Valérie Caron- Laidez^{1,2,3}, Marie A. Dupuy^{1,3,4}, Isabelle Caby^{1,3}, Françoise Anceaux^{1,4}

1 Univ Lille Nord de France, F-59000 Lille, France

2 Evolution 4S, Expertise et conseil en développement sport et santé, F-62750 Loos-en-Gohelle, France,

3 Univ Artois, F-62800 Liévin, France

4 LAMIH-PERCOTEC FRE CNRS 3304, UVHC F-59313 Valenciennes, France

Contacts :

Valérie CARON : evolution-4s@orange.fr

Marie-Agnès DUPUY : marie.dupuy@univ-valenciennes.fr

Introduction

Le monde moderne a engagé une quête de santé et de bien-être par la pratique physique, avec une tendance à un délaissement du sport encadré, au profit de la pratique libre. Les activités sportives de pleine nature (ASPN) connaissent un développement croissant et les pratiques sportives ont tendance à s'écologiser. Dans une recherche hédoniste, le sport prend une place importante et l'utilisateur est à la recherche d'une qualité environnementale, d'un contact authentique avec une nature préservée (Chazaud, 2004). Cette tendance n'est pas récente mais s'accroît ces dernières années. Selon Bouffin, Foirien & Richard (2008), un tiers des français de plus de 15 ans pratique les sports de nature : randonnée, escalade, canoë-kayak, parapente, vélo, voile ... Près de 2,5 millions de licences et autres titres de participation sont délivrés par les fédérations dites de sports de nature. Ces activités sont associées aux loisirs comme à la compétition, à la découverte du patrimoine et au maintien en bonne santé. Il s'agit d'une nouvelle forme d'utilisation des milieux naturels qui perdent une partie de leur vertu d'espaces ayant une qualité intrinsèque liée à leur valeur biologique, pour devenir des supports d'activité de loisirs actifs. Ces activités de loisirs sont très diverses et ne sous-entendent pas le même niveau d'adaptation de l'espace ; en effet entre permettre une simple activité de promenade et une pratique plus sportive de type VTT par exemple, les interventions sur le milieu vont être très différentes. Les collectivités sont alors face à des choix d'aménagement non seulement en fonction des sports accueillis, mais également des publics car cette écologisation des pratiques touche tous les publics (Kalaora, 2001), y compris les personnes handicapées. Le handicap bénéficie certes d'une législation spécifique en matière d'accessibilité mais, les interventions d'adaptation à visée d'accessibilité doivent-elles pour autant considérer cette population comme un public à part, ayant des attentes différentes des autres sportifs de nature ? Comment appréhender cette notion sans générer de l'exclusion tout en ne lissant pas toutes les difficultés au risque « d'aseptiser » l'approche sportive ? Les solutions peuvent sembler aller de soi mais nous verrons que la question est complexe en fonction des types de handicap, des niveaux d'expertise sportive, des typologies d'aménagement et des contraintes des sites. Pour y voir plus clair, il est donc nécessaire de s'appuyer sur une méthode ; celle que nous proposons fait la part belle à la notion d'expertise d'usage où le volet technique est finalement mis en sourdine au profit des ressentis des personnes. Nous replaçons l'homme au cœur de sa pratique, qu'il soit atteint de handicap ou non. Notre objectif est donc de proposer une façon de faire qui à la fois, aille dans le sens de la mise en accessibilité pour les personnes handicapées et leur garantisse le plaisir de l'effort et de la découverte inhérent aux sports de nature.

L'activité physique se tourne vers la nature

Pour tous, il est reconnu au sport des vertus physiques, psychologiques et sociales, allant dans le sens d'un maintien de la santé (Simon, Klein & Wagner, 2005 ; Volek, VanHeest & Forsythe, 2005 ; Meyer Kindermann & Kindermann, 2004). Il en est de même pour la personne touchée par le handicap qu'il soit moteur, sensoriel, mental ou psychique. Ces activités physiques évitent la détérioration de certaines fonctions et développent les qualités physiques de base e.g., vitesse, adresse, endurance, résistance et précision. Le sport permet de lutter contre l'atrophie musculaire et les problèmes articulaires (Enjalbert, Pailler, Bernard, Pierra. & Allieu, 1999). Il contribue également très largement au développement psychomoteur en sollicitant nos processus perceptifs et décisionnels tout en améliorant nos capacités motrices (Bonnet, Guiard, Requin & Semjen, 1994 ; Marin & Danion, 2005), de coordination motrice et de l'équilibre (Bernstein, 1996 ; Temprado & Montagne, 2001) ; aptitudes parfois oubliées ou refoulées en situation de handicap. De plus, le sport évite la sédentarité, fréquente chez les sujets handicapés, conduisant à des situations d'obésité (Rungtinee, Widman, Abresh, Johnson, & Mc Donald, 2006). En développant les capacités physiques et sensorielles des pratiquants handicapés, le sport leur permet de retrouver un confort dans les tâches de la vie quotidienne et une certaine autonomie. Plus spécifiquement, les ASPN présentent des aspects positifs supplémentaires : la nature est une activité distrayante, d'évasion et de défi et ajoute de la difficulté et de l'incertitude. De plus, en donnant un cadre plus exigeant donc plus révélateur de son propre corps et de ses aptitudes, elles font prendre conscience aux pratiquants handicapés des possibilités fonctionnelles qui échappent à leur conscience ou à la conscience collective.

Si on a longtemps pensé que le handicap était un frein à la pratique sportive et considéré la personne handicapée essentiellement au travers de ses inaptitudes, de nombreuses recherches (Legros et Ramanantsoa, 1999 ; Pailler, 2010 ; Marcellini, 2005) montrent que la personne handicapée est une personne normale, chargée d'une déficience, à son entrée dans la vie, ou au cours de son existence, qui, assumant cette déficience, a le désir de vivre comme tous les individus. De ce fait, la personne handicapée éprouve toutes les aspirations d'un être humain comme celle d'accéder aux activités physiques, de loisir ou de compétition et qu'il possède une puissance sportive maintenue. Il faut ainsi considérer que la plupart des sports pratiqués par un sportif valide peut aussi l'être lorsqu'on a une déficience : tout est affaire d'adaptation (Handichallenge, 2007). Ainsi, être valide n'implique pas de fait 1) d'avoir une puissance sportive supérieure à celle d'une personne handicapée et 2) de vouloir la mettre à profit dans le cadre d'une pratique physique ou sportive. La différence physique ne plaide pas toujours en faveur d'un sédentaire fut-il valide si on le compare à un athlète fut-il handicapé (cf. les performances des compétiteurs handisport). Plutôt que de considérer qu'il existe une partition entre valide et handicapé en matière sportive, il est peut-être plus judicieux de se représenter une sorte de continuum physique allant de la sédentarité à la pratique sportive experte où se placent les individus en fonction de leur puissance physique et non en fonction d'un handicap donné. Notre erreur de perception tient probablement à la stigmatisation dont souffre la notion de handicap dans notre société ; notre empathie naturelle conduisant à systématiquement considérer le handicap comme une incapacité majeure et rédhibitoire, ce qui fausse considérablement l'objectivité de notre jugement.

Cette façon de voir doit se ressentir au niveau des aménagements nécessaires à la pratique. En effet, ce qui est à prendre en compte assez finement, ce sont les spécificités de chaque type de handicap qui rejailliront forcément en matière d'aménagement, y compris en élargissant la notion de handicap. En effet, quoi de commun entre une personne paraplégique, un traumatisé crânien, un autiste, une personne obèse, un hyperactif ou un malvoyant, voire une personne vieillissante ou une maman avec poussette. L'effort d'aménagement ne sera pas forcément plus important et plus onéreux mais probablement plus finement réfléchi. Par exemple, répondre à une déficience cognitive impliquera de

se concentrer sur les questions de sécurité et de signalétique (e.g., barrières de protection, signalétique simple et symbolique), pour une déficience visuelle sur les types de revêtement au sol, la signalétique de couleur contrastée étant alors à privilégier, ou encore, pour une déficience motrice le relief et la pente qui seront déterminants. Ainsi, les sites seront plus adaptés à l'accueil de tous.

A. L'accessibilité des sites de pratique

Pour pouvoir offrir aux personnes handicapées la possibilité de pratiquer des ASPN, les sites doivent être adaptés. Bien que la loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances impose l'accessibilité pour les équipements et espaces urbains, les espaces naturels sont assez peu concernés. Les propriétaires et gestionnaires de tels espaces hésitent à s'engager dans une démarche d'offre de pratique sportive de nature pour les personnes handicapées, qu'ils jugent complexe en raison de la diversité des disciplines, adaptations, et aménagements en fonction des types de pathologies ou de déficiences. L'accessibilité doit également garantir le plaisir de la pratique, l'accession à un effort physique contrôlé et la découverte des espaces. La question des investissements financiers nécessaires n'est pas neutre. Ainsi, un gestionnaire d'espace interrogé avait eu cette phrase : « A quoi cela sert-il de faire autant d'investissement sans jamais voir la roue d'un fauteuil ». S'était-il seulement posé la question du choix du lieu, de son adaptation à une ouverture aux personnes handicapées avec la pluralité des attentes en matière sportive, à la pertinence des choix d'aménagement. En effet, la posture classique de l'aménageur est de répondre stricto sensu aux normes imposées juridiquement. Prenons l'exemple de la pente : si on la traite suivant les directives du décret n°94-86 du 26 janvier 1994, relatif à l'accessibilité aux personnes handicapées des locaux d'habitation, des établissements et installations recevant du public, il est préconisé que le cheminement présentera un sol non meuble, non glissant, sans obstacle à la roue et que la pente sera la plus faible possible. Se conformer strictement à ces dispositions permettra de remplir les obligations techniques sans toutefois répondre au problème de la pratique puisque, pour l'exemple qui nous intéresse, nous excluons les pratiquants handicapés à la recherche d'un peu de difficulté propre à la pratique de pleine nature, comme par exemple le maniement des fauteuils tout terrain (FTT). Un excès de solutions techniques peut donc générer l'inverse de l'effet recherché, l'accessibilité de l'espace étant atteinte mais pas forcément la satisfaction du public.

Pour répondre à ce besoin de qualification des démarches d'aménagement, il y a nécessité de changer notre façon de voir le handicap, et de très précisément définir les actions à engager en matière d'aménagement, non par rapport à ce que nous pensons être utiles mais au regard des besoins véritables de ce public donc plus centrées sur les individus et leurs pratiques. C'est cette démarche que nous proposons.

B. Du pratiquant au client

Nous avons tout d'abord vérifié l'existence d'une pratique des sports de nature par les personnes handicapées : elle est encore faible et reste sous-représentée comme d'ailleurs pour le sport handicapé en général. Les fédérations de sport pour handicapés (tous handicaps confondus) représentent quelques 50.000 licenciés et 80.000 pratiquants, alors que la France compte environ 3 millions de personnes handicapées. Les licenciés handicapés tendent à augmenter : en 20 ans, le nombre a été multiplié par 3 (Pailler, 2003). Cependant, il y a encore beaucoup de chemin à parcourir pour arriver aux mêmes proportions que pour les valides : les personnes qui ne déclarent pas de déficience sont près de 50 % à faire du sport régulièrement contre 34 % pour les handicapés (cf. tableau 1). Par ailleurs, on note un déséquilibre entre handisport et sport adapté avec respectivement 20.000 (Fédération Handisport, 2010) et 42.000 licenciés (FFSA, 2010) en France. Pour les deux catégories, la recherche prioritaire est le sport de loisir et de santé au détriment du sport de compétition.

Si les études sont nombreuses en ce qui concerne les bienfaits d'une pratique sportive pour ces personnes, il y a finalement peu de données sur l'apport supplémentaire des ASPN et encore moins d'approche marketing. D'une manière générale, outre le défaut de matériel spécifique coûteux (environ 3.000 € pour un handbike), d'aménagements adaptés (plusieurs dizaines de milliers d'euros pour créer un ponton destiné à l'embarquement des personnes handicapées pour les sports nautiques), le facteur limitant est également la faible solvabilité de ces publics, encore renforcée quand il s'agit de pratiquer en nature. Ils sont souvent contraints financièrement dans une forme de dépendance aux subventions et aides publiques. Une étude de l'Observatoire des Inégalités conduite en 2006 montre que la participation des personnes handicapées à la vie sociale, culturelle et sportive, reste relativement restreinte en raison du manque d'aménagements spécifiques mais également de leurs revenus : les déficiences ont des conséquences négatives sur la trajectoire sociale des individus (Ravaud & Mormiche, 2003).

Pratiquez-vous régulièrement au moins un sport ?	Personnes déclarant au moins une déficience	Personnes ne déclarant pas de déficience
Oui	34,0	49,2
Non		
• Pour des raisons de santé	14,8	0,6
• Par manque de temps	24,3	22,6
• Pas besoin	26,3	27,4
• Pour d'autres raisons	0,6	0,2
Total	100	100

Tableau 1 : Pratique d'un sport par les personnes âgées de 20 à 59 ans vivant en domicile ordinaire (INSEE – Enquête « Handicaps, incapacités, dépendance » - réalisée d'octobre 1998 à la fin de l'année 2001).

Les pratiques peuvent être nombreuses. Elles n'ont de limites que celles de l'imagination et des possibilités des établissements et des régions (Pasqualini, 1993). On essaiera de placer les pratiquants dans des situations variées, jamais artificielles. Pour les plus jeunes, ce sera des activités ludiques mettant en œuvre des apprentissages moteurs, des informations proprioceptives, visuelles, tactiles, la spatialisation, le rythme, la coordination, les réflexes, la mémoire, l'attention, l'expression, les prises de risque, l'émotion. Quel que soit le degré de handicap, des activités pourront toujours être proposées (cf. tableau 2). Par exemple, la joëlette a révolutionné l'accès à la nature pour les personnes handicapées même lourdement. Grâce aux accompagnateurs, elles peuvent se faufiler sur tous les sentiers, même les plus escarpés.

La question qui se pose est donc de savoir si les investisseurs se placent dans un processus de recherche de rentabilité ou dans une démarche d'amélioration du bien public pour tous. Des réponses sont probablement à trouver dans une analyse, cette fois tout public, des retombées liées au développement du tourisme et des loisirs de nature.

Activités sportives	Exemple d'adaptations possibles
Voile (habitacle, mini J, trimaran, catamaran)	Embarcation de type hobbie 21, Miniji insubmersible, équilibrée - Access Plan d'eau calme, type étang, lac, canal, mer et transfert facile (ponton)
Kayak de mer ou d'eau douce	Kayak léger ou kayak biplace possédant un trou d'homme suffisamment large, un siège adapté (dossier haut), cales en mousse Pagaies légères, éventuellement décroisées (propulsion plus économique) Plan d'eau calme, type étang, lac, canal, mer et transfert facile (ponton)
Natation	Aide à la flottabilité : frites, grenouillères et boléro en néoprène Plan d'eau calme, type étang, lac, mer avec mise à l'eau facile (ponton)
Char à voile	Char éventuellement en biplace
Golf sur parcours	Club allégé
Course (course de demi-fond, sur chemins stables)	Gants de protection Fauteuil à 3 roues adapté
Handbike ou handicycle	Vélo à trois roues avec pédalier à propulsion manuelle ou tandem
Parachutisme	Saut en tandem
Pétanque	Bracelet avec cupule et aimant pour ramasser les boules
Plongée sous-marine	Plongée à moins de 10 mètres ; palmes, lestage des jambes, baudrier
Tir à l'arc	Gant de maintien, main d'arc et décocheur
Parapente	Aide au décollage (maintien sous la voile)
Fauteuil Tout Terrain	Nombreux modèles, adaptés à la difficulté du terrain – Accompagnement VTT
Joëlette	Modèles adaptés à la pratique et au handicap.- Accompagnement (portage)

Tableau 2 : Quelques adaptations pour handicapés pour la pratique des sports nature (hors activité de montagne).

Aménager pour rendre accessible

En préalable, il semble qu'il ne faille jamais opposer pratique valide et pratique handicapée. Répondre aux besoins des personnes handicapées, c'est améliorer le cadre social pour tous (Hamonet & De Jouvencel, 2005). Il n'est donc pas nécessaire de penser à part l'aménagement pour les personnes handicapées mais de considérer qu'il s'agit d'une démarche plus poussée, plus précise, en sachant que dès qu'il y a aménagement, il y a modification du milieu. L'aménageur se doit donc de gérer le paradoxe : aménager mais ne pas dénaturer au risque de perdre la particularité de ces espaces. Dès lors, on peut poser comme postulat que tous les espaces ne peuvent être aménagés : les plus sensibles devront être préservés.

La variété des ASPN, les contraintes des sites, ainsi que la pluralité des types de déficiences obligent à une gestion de l'hétérogénéité. Il n'y a pas une seule réponse mais plusieurs niveaux d'aménagement. Un niveau basique peut concerner l'ensemble des sites avec des réalisations modestes. Puis un niveau amélioré peut appréhender le handicap de façon plus poussée, mais reste dans une approche généraliste quant au type de déficience (e.g., sites pour personnes à mobilité réduite donc principalement la déficience motrice). Enfin, un troisième niveau plus spécialisé peut s'attacher à apporter une réponse très spécifique à un type de déficience (e.g., visuel). Ainsi, notre étude vise à définir à la fois une méthode et des outils pour approcher concrètement, sur le terrain, déficience et ASPN.

A. Une méthode au plus près des besoins : l'expertise d'usage.

La méthode expérimentée est l'observation de terrain et l'expertise d'usage (pour une revue voir Beaugrand, 1988 ; Bisseret, Sébilotte & Falzon, 1999) ; l'idée générale étant que les personnes les plus habilitées à s'exprimer sur le bien fondé d'un aménagement ne sont pas les experts, quels qu'ils soient, mais les usagers. Il s'agit d'étudier les comportements tels qu'ils se produisent en milieu habituel. Pour cela un groupe de personnes handicapées a été mis en situation d'ASPN. Pour bien noter les comportements liés aux difficultés rencontrées sur les sites, deux espaces ont été testés : l'un peu accessible et l'autre plutôt adapté à la pratique handicapée. En effet, l'idée était d'établir une

comparaison des comportements tels que l'on pouvait s'y attendre entre un espace générant des contraintes de déplacement, de l'insécurité ou un effort physique accru et un espace où, *a contrario*, les cheminements seraient correctement traités, la sécurité garantie et l'effort modéré. La méthode de l'expertise d'usage permet donc la mise en évidence des procédures d'utilisation d'un matériel, ou des stratégies utilisées dans une situation donnée. En matière d'étude d'accessibilité et d'aménagement, cette méthode se révèle être un outil efficace car nous verrons que les seuls critères d'accessibilité ne déterminent pas systématiquement la qualité d'un lieu.

Un groupe de personnes est ainsi mis en situation, dans les conditions les plus réelles possibles. L'observation a été réalisée avec un groupe de trois personnes handicapées des membres inférieurs, adultes : deux se déplaçant en fauteuil manuel, un en fauteuil électrique, lors d'une promenade, équivalent à une marche active pour des valides. Ils étaient avertis d'une étude mais en ignoraient l'objet. L'observation portait sur l'ensemble de la randonnée : l'accès, l'accueil, la pratique proprement dite, les informations et la sécurité, la gestion des flux, les aménagements dont les cheminements, la qualité du paysage, le départ.

Thématique testée	Les services correspondant	Nombre observations
Accéder facilement	Signalétique	3
	Voie d'accès	1
Etre bien accueilli	Parking	2
	Chemin d'accès au site	1
	Lieu d'accueil	4
	Accès	2
	Ambiance	4
	Sanitaires	1
La pratique	Offre sportive	5
	Itinéraires	4
	Halte	1
Dispositions sécuritaires	Informations et signaux de danger	5
Déambuler, aller à son rythme	Fluidité du parcours	4
Avoir des aménagements de qualité et adaptés	Se déplacer aisément	6
	Topographie	7
	Sécurité de la pratique	1
	Signalétique	6
	Mobilier	4
Apprécier le site, admirer les paysages et être à l'aise dans l'activité sportive	Trouver le rythme, gérer l'activité, les haltes, les animations	13
Présence et usage de l'eau	Plans d'eau	6
Partir dans de bonnes conditions	Conclure animation	15
Quitter le lieu en gardant un bon souvenir	But de la sortie	5

Tableau 3 : Nombre d'unités comportementales observées en fonction des services.

Le tableau 3 correspond au dénombrement des réactions et adaptations à la situation, recueillies sous forme d'inventaire des faits et gestes, encore appelées « unités comportementales » (UC), lors des randonnées sur les deux sites, indépendamment du degré d'accessibilité. Les observations sont classées par typologie relativement à ce qui constitue l'ensemble d'une visite sur site depuis l'arrivée jusqu'au départ, en passant par la pratique proprement dit, dans une logique de progression. Cette approche est destinée à faire ressortir les UC les plus importantes. Ainsi, de façon un peu évidente, les UC relatives au déplacement sont assez nombreuses, notamment la topographie, la signalétique et les cheminements. Ce que l'on ne pouvait soupçonner de prime abord, c'est le nombre d'UC correspondant à la pratique elle-même (13) et la qualité de la fin de parcours et le départ (15). En réalité pour cette dernière, les personnes ont beaucoup réagi au fait d'être dans l'obligation de se placer sur le parking dans l'attente de monter dans le véhicule, sans aire protégée d'attente et sans abri.

Ces données analysées permettent de dégager les points cruciaux sur lesquels s'attacher à apporter des solutions pour répondre à la praticabilité et générer des hypothèses d'aménagement. Cette démarche implique un expérimentateur qui possède à la fois une bonne connaissance des personnes évaluées et des situations auxquelles elles seront confrontées. Ainsi, il faut anticiper tous les comportements et engager des repérages liminaires pour déterminer les espaces à tester et établir une liste exhaustive des unités comportementales à identifier, reprises sous forme de grille d'observation. Une fois sur le terrain, il reste à dénombrer les situations, leur répétition, à les analyser en vue d'élaborer un cahier des charges d'aménagement idéal, utile aux prescripteurs et aménageurs. En cas de difficulté sur le sens et la fonction à attribuer à certains comportements, le recours au questionnement oral est possible.

Il est possible d'aller plus loin dans l'analyse. Toutes les unités comportementales, entre ce qui relève du simple déplacement et ce qui relève du plaisir de la pratique sportive ou de la découverte, ne sont pas du même registre. En s'appuyant sur les travaux de Haye (1995), qui a réalisé une grille d'observation de ce type sur le kayak, nous avons retenus trois registres différents : 1) la « technique » (pouvoir accéder, pratiquer), 2) la « sociabilité » (se sentir accueilli, sécurité, effet de groupe, échanges verbaux, émotions extériorisées), et 3) l'aspect « cognition et sensorialité » (pouvoir découvrir, explorer). Le décodage aboutissait à sérier ces unités comportementales. Par exemple dans le registre « technique », nous retrouverons les UC relatives à la pente, sa topographie, son revêtement, les ruptures. Dans la catégorie « sociabilité », le cheminement aura également un impact par le fait que sur un sentier étroit les personnes en fauteuil seront en file et ne pourront échanger. Enfin, pour le registre « cognition-sociabilité », la qualité du cheminement interférera par exemple sur les sensations de vitesse selon s'il est en macadam ou gravillonné. Cette analyse sous forme de registres permet de distinguer les aménagements visant à se conformer *stricto sensu* aux obligations légales et ceux où la recherche de la satisfaction de l'utilisateur est privilégiée.

B. Pas de plaisir sans déplacement sécurisé

Suite aux observations de terrain, l'analyse a montré que la catégorie « technique » est celle ayant le plus d'unités comportementales car la question du déplacement est essentielle. Même dans un contexte de loisir, les participants ont d'abord une conduite de déplacement probablement renforcée par le handicap. Le milieu exploré peut vite être inhospitalier, e.g., parking trop petit, défaut de signalétique qui engage dans un sentier impraticable, revêtement non roulant. La topographie joue un rôle central dans cet aspect technique. La pente doit être prise en compte car elle induit directement le risque. Une pente prononcée est génératrice d'insécurité mais flatte le goût du risque des plus téméraires même si la recherche de sécurité est supérieure à celle du risque. Par ailleurs, la déclivité du sentier est toujours un obstacle quand il s'agit de le remonter. La pente est donc un critère de sélection des itinéraires, ceux à forte pente étant systématiquement rejetés. Les sélectifs d'entrée s'avèrent discriminants, non pas entre valides et handicapés mais entre handicapés eux-mêmes. Le passage s'effectue correctement pour les fauteuils manuels mais nécessite des manœuvres et l'aide de tiers pour les fauteuils électriques.

En premier lieu, la catégorie sociabilité concerne les modalités d'accueil sur le site. Le panneau d'entrée est un élément formel du ressenti d'accueil. Il se doit d'être correctement situé, à hauteur d'homme, très simple et avec des couleurs contrastées, et d'apporter les informations principales, e.g., accessibilité, sécurité. Un autre phénomène ressort de cette catégorie : l'effet de groupe car du plaisir de la pratique naît le besoin de l'échange et du partage d'émotions. L'ambiance générale est également importante dans le déclenchement de la pratique, c'est ainsi qu'il est possible de mettre en évidence le fait que les seuls critères d'accessibilité ne garantissent pas la qualité d'un site pour la pratique d'ASP. En effet, pour le site où l'aspect nature et découverte était moyennement mis en valeur, on a

pu observer que le groupe était peu réactif à l'ambiance et restait statique, attentiste. Pour l'autre site, au contraire où les paysages étaient mis en valeur dans le cadre de « fenêtres » dans la végétation, où l'eau était présente, le groupe s'est spontanément lancé sur l'itinéraire en utilisant l'espace au mieux. Ainsi, la perception de l'espace intervient dans son appropriation.

La catégorie sensorialité/cognition découle des deux catégories précédentes. En effet, la découverte, l'appréciation du site sont gâchées si les ressentis liés à la technique et à la sociabilité sont négatifs. Le plaisir vient quand la maîtrise du geste est suffisante. L'observation a ainsi montré qu'en cas de difficulté, les participants extrêmement concentrés sur leur déplacement, excluent toutes autres sensations. On peut poser l'hypothèse que la demande de précision, requise pour le contrôle fin du mouvement, limite la prise d'informations non utiles au geste lui-même. Un aménagement qui accroît l'efficacité du déplacement influe donc positivement sur le plaisir ressenti par le pratiquant, le libérant en quelque sorte de la contrainte d'une mobilité malaisée. Pour ce qui concerne la manipulation des fauteuils, rythme et répétition de la poussée manuelle des roues semblent être une source de plaisir et non un facteur de monotonie rédhitoire, dans les limites de la fatigue physique et quand le milieu permet l'expression de cette habileté. Dans le ressenti du plaisir on retrouve en effet la recherche de répétition et de précision, exactement comme dans des sports répétitifs (e.g., vélo, natation) où la justesse du geste est source de plaisir. Pour le fauteuil électrique, c'est la dextérité liée à sa maniabilité qui est recherchée. A ce niveau et en lien avec le registre sensoriel, il est important de préciser que, comme pour la catégorie sensorialité, la perception du paysage influe fortement sur l'intensité du plaisir ressenti. Dans l'évaluation finale de la qualité des sites, le site jugé le moins praticable a pourtant été sélectionné comme celui où l'on souhaite revenir, précisément en raison de son paysage dont la qualité a gommé la difficulté.

Si tout n'est pas maîtrisable par l'aménageur, lorsque le côté « technique » est correctement traité, cela permet de laisser la part belle aux catégories « sociabilité » et « cognition/sensorialité » qui déterminent le plaisir de la pratique : un parking correctement équipé, une topographie moyenne, un revêtement suffisamment roulant, des sélectifs adaptés, une signalétique correcte sont autant de degrés de liberté gagnés pour ressentir le plaisir de la pratique, la qualité paysagère et naturelle des sites. Notre expérience a également montré qu'au-delà de l'aménagement, il est essentiel de garantir à long terme l'entretien de l'espace ainsi aménagé. Nous avons ainsi de nombreux exemples très significatifs d'aménagements de grande qualité qui devenaient très vite inaccessibles voire dangereux faute d'entretien minimal : un sentier pour malvoyants qui comprenait des dalles podotactiles à chaque changement de direction mais qui présentait également des ornières dangereuses à la marche, ou un itinéraire en platelage bois pour personnes en fauteuil qui surplombait un étang et dont certaines lattes étaient cassées ou manquantes.

Conclusion

L'étude a permis de valider une méthode très proche des besoins des usagers, de dégager des solutions techniques, et d'orienter une stratégie d'actions, notamment via des aménagements pilotes. Finalement hormis un aménagement idéal que nous pouvons fournir en compilant l'ensemble des unités comportementales positives observées, il y a probablement une approche imparfaite mais néanmoins très acceptable, intégrant des ajustements en fonction des pratiques et des contraintes de terrain. Malheureusement, peu de réalisations voient le jour. Les raisons en sont-elles un engagement financier élevé pour la collectivité, la lourdeur de fonctionnement des Comités Départementaux des Espaces Sites et Itinéraires, la faiblesse de la pression sociale exercée par le handicap, l'absence de compétences des maîtres d'œuvre, la pression des associations naturalistes pour une limitation des

aménagements ou les interrogations quant à d'hypothétiques retours sur investissement ? Il conviendrait de se pencher sur ces points pour identifier freins et leviers ; ceci conditionnera probablement une action publique plus volontariste participant au changement de regard envers le handicap. Au final, ceci renvoie toujours aux choix de la collectivité entre le fait de cadrer une démarche au regard de la législation et des données purement techniques ou d'aller au-delà et d'expérimenter des approches plus originales voire innovantes. Ces choix reposent sur la vision sociétale du regard porté au handicap mais plus globalement aux limites de chacun. Notre monde reste réticent à accepter la réalité du handicap tant il est dur d'admettre que nous sommes tous des handicapés potentiels. Alors que les techniques laissent espérer une limitation, voire une disparition du handicap grâce aux corrections techniques (e.g., prothèses), il nous faut encore évoluer quant à une meilleure acceptation de ce qui diffère de la norme et de la solidarité à déployer.

Bibliographie

- Beaugrand, J. P. (1988). Observation directe du comportement. In M. Robert (ed.), *Fondements et étapes de la recherche scientifique en psychologie* (pp. 277-310). Paris: Maloine.
- Bernstein, N. (1996). On dexterity and its development. In M. Latash, & M. T. Turvey (Eds.), *Dexterity and its development*. Mahwah, NJ: LEA.
- Bisseret, A., Sebillotte, S., & Falzon, P. (1999). *Techniques pratiques pour l'étude des activités expertes*. Toulouse: Octarès.
- Bonnet, M., Guiard, Y., Requin, J., & Semjen, A. (1994). Mécanismes généraux de la motricité. In M. Richelle, J. Requin, & M. Robert (Eds.), *Traité de Psychologie Expérimentale : Vol. 1* (pp. 587-656). Paris: Presses Universitaires de France.
- Bouffin, S., Foirien, R., & Richard, P. (2008). Les sports de nature en France en 2006. Bulletin de statistiques et d'études Stat-Info, 08-01 (pp. 1-8). Paris : Imprimerie Nationale.
- Chazaud, P. (2004), *Management du tourisme et des loisirs sportifs de pleine nature*. Voiron, Presses Universitaires du Sport.
- Enjalbert, M., Pailler, D., Bernard, P.-L., Pierra, J.-B., & Allieu, Y. (1999). Sport et handicap moteur. In *Rencontres de la rééducation: Vol. 14* (pp. 33-37). Masson, Paris.
- Fédération Française Handisport (2010). *Présentation*. Retrieved June 3, 2010, from <http://www.handisport.org/content/federation/index.php>
- Fédération Française de Sport Adapté (2010). *Présentation*. Retrieved June 3, 2010, from <http://www.ffsa.asso.fr/HomeV3.html>
- Hamonet, C., & De Jouvencel, M. (2005). *Handicap : Des mots pour le dire, des idées pour agir*, Paris: Connaissances et Savoirs.
- Handichallenge (2007). Handicap et sport ne sont pas incompatibles. Retrieved June, 2008, from <http://handichallenge.com/handicap-sport.htm>.
- Haye, G. (1995). Introduction à l'étude des plaisirs des pratiquants. *Corps et Culture, 1 [En ligne]*, web site : <http://corpsetculture.revues.org/921>
- Kalaora, B. (2001). A la conquête de la pleine nature. *Ethnologie française, 37*, 591-597.

- Legros, P., & Ramanantsoa, M.-M. (1999). *Activités physiques adaptées, Apports scientifiques*. Paris: Edition Revue EPS.
- Marcellini, A. (2005). *Dossier « Handicaper » : Education corporelle et handicap - Eduquer. Psychologies Sciences de l'Education*. Paris: L'Harmattan.
- Marin, L., & Danion, F. (2005). *Neurosciences: Contrôle et apprentissage moteur*. Paris: Ellipses.
- Meyer T., Kindermann, M., & Kindermann, W. (2004). Exercice programmes for patients with chronic heart failure. *Sports Medicine*, 34(14), 939-954.
- Observatoire des Inégalités (2006). « Handicap et loisirs ». Retrieved May 10, 2010, from <http://www.inegalites.fr/>
- Pailler, D. (2010). *Le sport autrement : handisport, du loisir à la compétition*. Ville : Chiron, Sport et Santé.
- Pasqualini, M. (1993). L'évaluation en rééducation : sport, exercice physique et handicap. *Actes des 6^e Entretiens de l'Institut Garches*. Paris, France: Arnette, Institut Garches.
- Ravaud, J-F, & Mormiche, P. (2003). Santé et handicaps, causes et conséquences d'inégalités sociales. *Comprendre les inégalités*, 4, 87-106.
- Rungsinee, A.-L, Widman, L. M., Abresch, R. T., Johnson, A. J., & Mc Donald, C.M., (2006). Benefits in adolescents with mobility impairment. *The Journal of Spinal Cord Medicine*, 30, S119-S126.
- Simon, C., Klein, C., & Wagner, A. (2005). La sédentarité des enfants et des adolescents, un enjeu de santé publique. *Journal de pédiatrie et de puériculture*, 18, 217-233.
- Temprado, J.J., & Montagne, G. (2001). *Les coordinations perceptivo-motrices*. Paris: Armand Colin.
- Volek, J., VanHeest, L., & Forsythe, C (2005). Diet and exercise for weight loss : a review of current issues. *Sports Med*, 35(1), 1-9.