

RENCONTREZ LES ÉQUIPES !

ÉDITION SPÉCIALE





SOMMAIRE

| | | |
|-----------|---------------------------------------|-----------|
| 01 | Tous à bord ! | 04 |
| 02 | Une maison loin de chez soi | 06 |
| 03 | La vie à bord | 08 |
| 04 | Les légendes de The Ocean Race | 10 |
| 05 | Rencontrez les équipes ! | 12 |
| 06 | Activité 1 | 16 |
| 07 | Activité 2 | 17 |
| 08 | Activité 3 | 18 |

TOUS À BORD !



► The Ocean Race vous invite à participer à une aventure épique à travers l'océan !

The Ocean Race est l'une des courses à la voile les plus difficiles et les plus passionnantes au monde. Des équipes de marins font le tour du monde, traversant certaines des zones les plus sauvages et les plus dangereuses de l'océan.

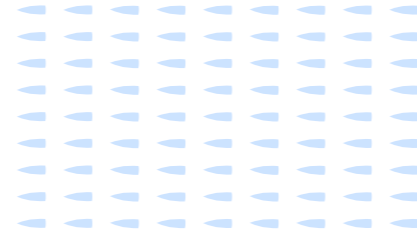
La course est divisée en différentes étapes, et en cours de route, les bateaux font escale dans diverses villes à travers le monde afin que les équipages puissent se reposer, réparer leurs bateaux et participer à des événements avec le public. Il ne s'agit pas seulement d'une course : les équipes contribuent également à collecter des informations importantes sur l'océan et le climat afin de soutenir la science et de sensibiliser le public à la protection de notre planète. Les bateaux sont ultra-modernes et très rapides, et la course est un test énorme pour le travail d'équipe, le courage et l'endurance.

L'Ocean Race est plus qu'une compétition, c'est un voyage qui pousse les gens à dépasser leurs limites tout en contribuant à protéger l'avenir de l'océan.

➔ Suivez la course sur
www.theoceanrace.com

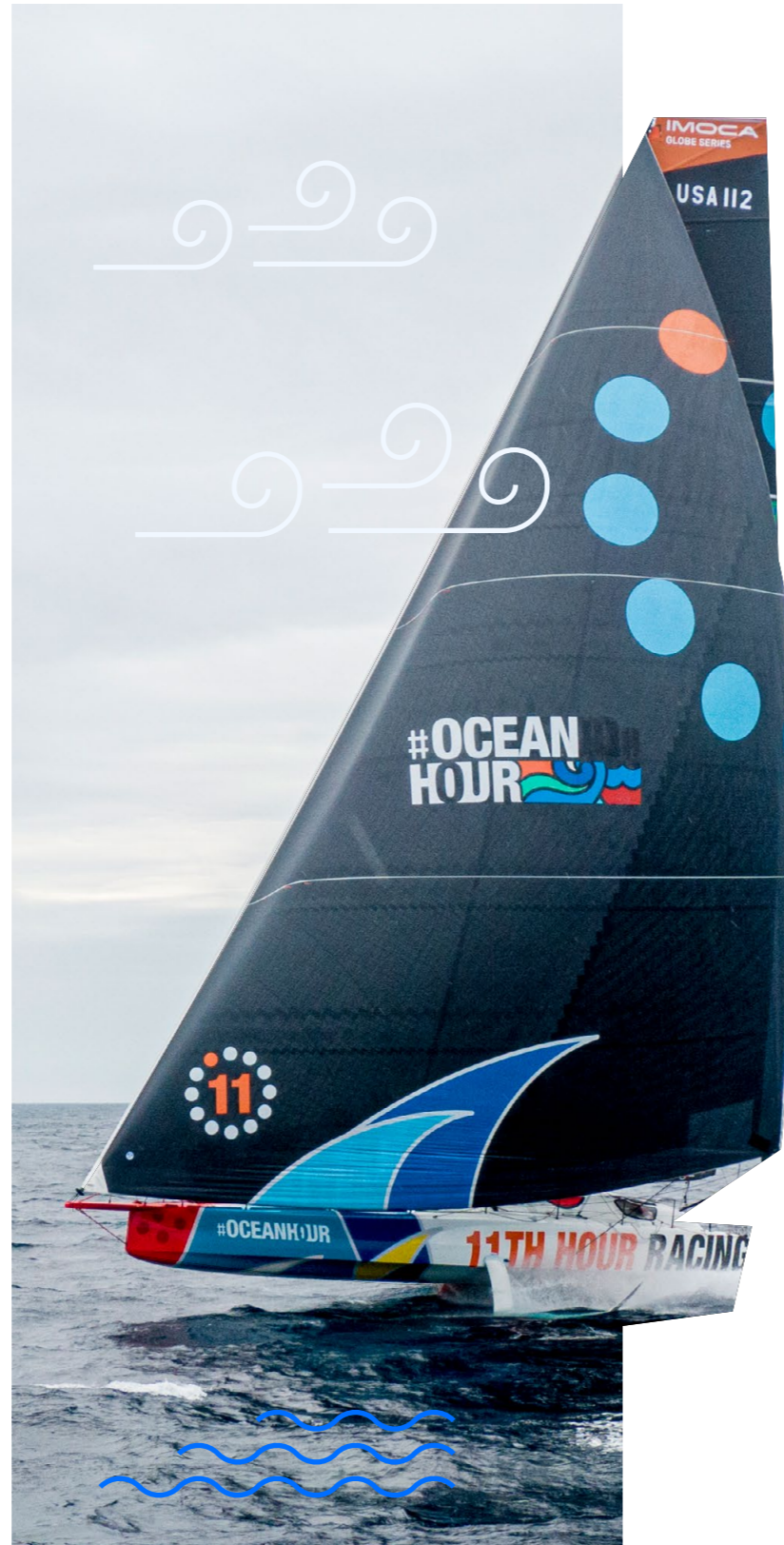


UNE MAISON LOIN DE CHEZ SOI !



► Participer à une course signifie quitter sa maison et embrasser la vie en mer. Les marins passent chaque instant de leur journée sur le bateau, où ils mangent, dorment, travaillent et se détendent dans un espace réduit.

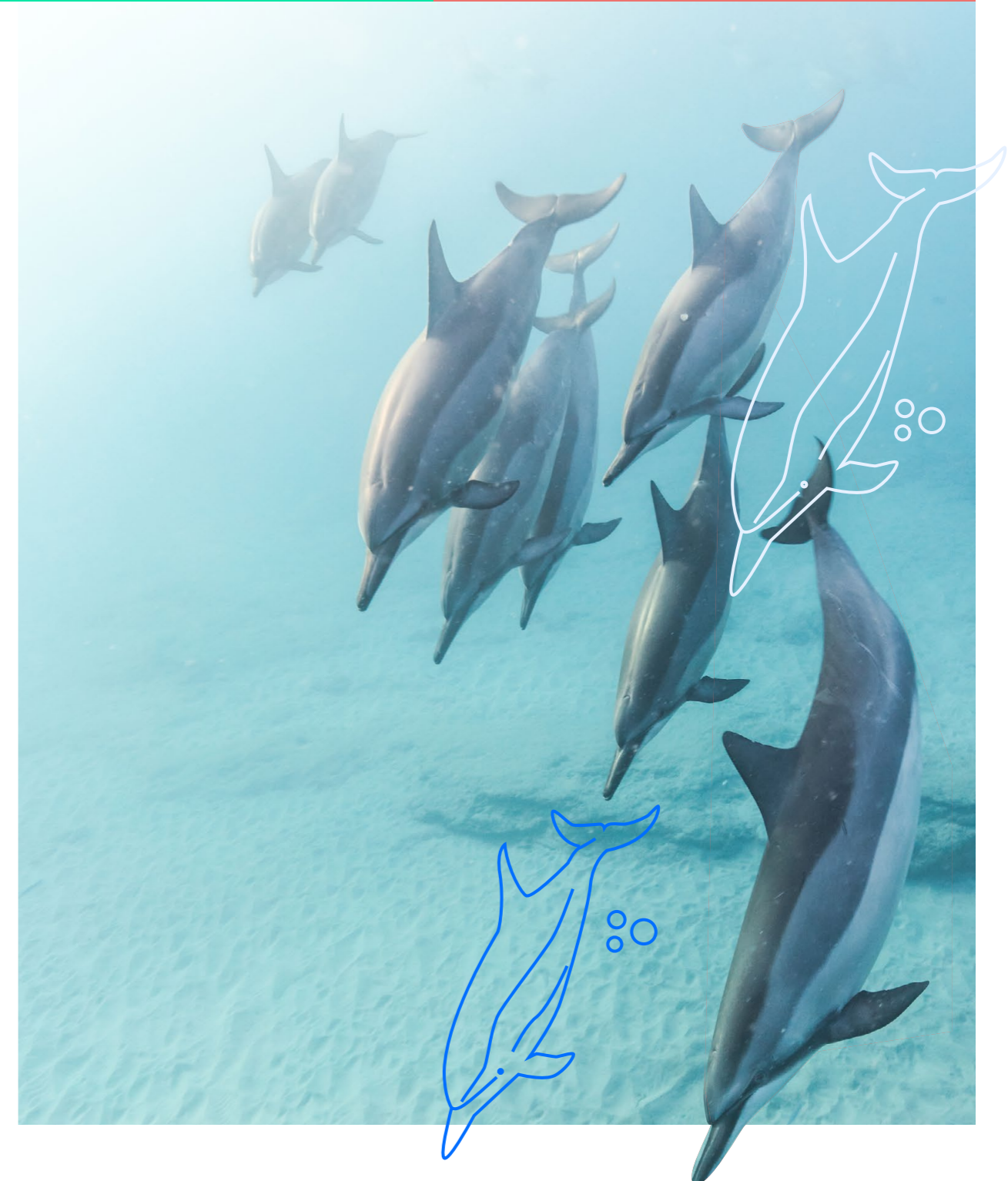
Dans les courses extrêmes, la vitesse est essentielle, ce qui signifie que les bateaux doivent être aussi légers que possible. Chaque élément à bord doit être soigneusement étudié, aucun poids inutile n'est toléré et le gaspillage est réduit au minimum. Peut-être pourrions-nous apprendre une chose ou deux de ce mode de vie et l'appliquer à notre vie à terre ?



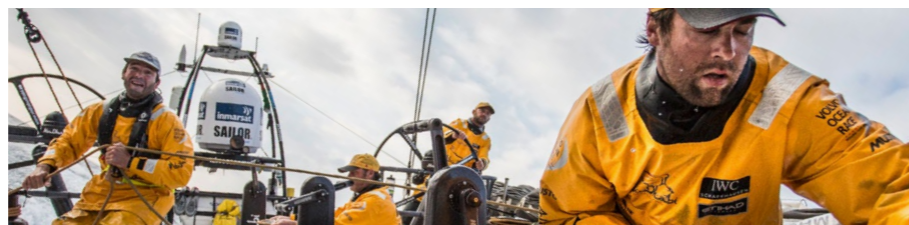
Découvrez quelques-uns des animaux extraordinaires que les marins ont l'occasion de voir pendant la course !

➔ **De belles (et surprenantes) rencontres avec la vie sauvage en mer**

Les marins soutiennent leurs coéquipiers en s'écoutant, en se respectant et en se faisant confiance. Ils s'amuse également beaucoup tout au long du parcours, créant ainsi des liens et des amitiés qui dureront toute leur vie. La vie en mer comporte de nombreux défis, mais aussi des avantages incroyables, comme la rencontre avec une faune merveilleuse.



LA VIE À BORD



Les marins fournissent un tel effort pendant la course qu'ils sont capables de manger l'équivalent de 10 steaks (6 790 calories) par jour. En raison des longues périodes passées en mer, les aliments frais sont rares et les marins doivent manger des repas lyophilisés, comme les astronautes dans les navettes spatiales ! Malgré la grande quantité de calories qu'ils ingèrent, la navigation est si éprouvante physiquement que les marins continuent de perdre du poids après chaque étape de la course !

L'espace restreint à bord fait que les membres de l'équipe sont toujours ensemble. Vous imaginez à quoi cela peut ressembler ? Quelles sont leurs heures de travail ? Est-ce que c'est comme un boulot normal de 9h à 17h ? Pas du tout ! Les membres de l'équipage travaillent 24h/24, 7j/7. Chaque équipage a son propre planning de travail, ce qui permet à

chacun de se reposer. Par exemple, certains membres de l'équipage travaillent 4 heures en service et se reposent pendant 4 heures. D'autres font 2 heures sur le pont/en service, 2 heures en veille, 2 heures de repos et répètent l'opération 4 fois dans la journée. Imaginez que vous ne puissiez dormir que 2 à 4 heures à la fois !

Qu'en est-il de l'électricité et de l'eau ? Comment obtiennent-ils les ressources dont ils ont besoin ? Tous les bateaux qui participent à The Ocean Race doivent produire une partie de leur électricité à partir de sources d'énergie renouvelables comme les panneaux solaires ou les hydrogénérateurs. Les bateaux utilisent un dessalinisateur (un instrument qui élimine le sel de l'eau de mer) pour produire de l'eau à boire et à cuisiner. Les bateaux de la course disposent également d'un matériel impressionnant qui permet de recueillir des informations essentielles à la surveillance de la santé de l'océan. The Ocean Race fournit des équipements scientifiques que les équipages installent à bord pour enregistrer des données sur l'état de l'océan, notamment la température de l'eau, les niveaux d'oxygène dissous et de dioxyde de carbone, les microplastiques et les données météorologiques permettant de faire des prévisions météorologiques.



LE KIT SCIENTIFIQUE DE THE OCEAN RACE

► **Station météo :** mesure la pression barométrique, la vitesse et la direction du vent et la température de l'air.

► **Ocean Pack:** mesure les niveaux d'oxygène dissous, de salinité et de température.

► **Échantillonneur de microplastiques :** mesure la taille des microplastiques.

► **Drifters :** mesure la pression barométrique, la vitesse et la direction du vent et la température de l'air.

► Vous pouvez en savoir plus sur notre programme scientifique [ici](#).

Les marins des équipes de haut niveau qui participent à The Ocean Race doivent avoir un esprit d'équipe et des compétences spécifiques. Regardez cette vidéo pour savoir comment vivre et travailler en mer peut être à la fois exigeant et enrichissant.

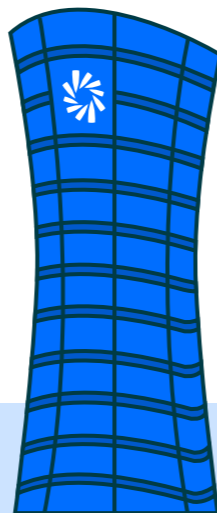
► Breaking Point/ Les rêves deviennent réalité

Vous vous demandez ce que c'est que de vivre, manger, dormir et travailler sur un bateau pendant de longues périodes?

► Découvrez la vie à bord d'un bateau de course | The Ocean Race Europe.



LES LÉGENDES DE THE OCEAN RACE !



▶ Tracy Edwards

Skipper superstar et légende, Tracey Edwards, qui a participé pour la première fois à la Whitbread Round the World 1989-90 à l'âge de 23 ans, a ensuite participé à bord de son voilier Maiden à la Legends Race en juin 2018 ! Edwards est la première femme à avoir réuni un équipage exclusivement féminin et à avoir reçu le prix du Yachtsman de l'année après son succès dans la course ! Son documentaire "Maiden" raconte son histoire.

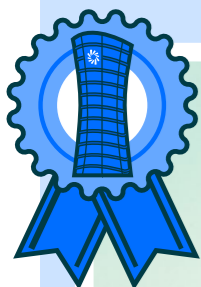


Photo: Tanya Visser/PPL

▶ Cornelis van Rietschoten

Le skipper Cornelis van Rietschoten, deux fois champion (1977-78 et 1981-82), surnommé le "Dutch Flyer", est le seul marin à avoir gagné la course après avoir subi une crise cardiaque (et survécu) en cours de route ! Quelle légende !

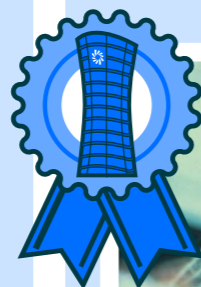


Photo: Onne van der Wal/PPL

The Ocean Race commémore et célèbre les légendes qui voient le jour à chaque course. Depuis 50 ans, des héros ont été forgés et honorés pour leurs aventures périlleuses sur les mers et pour avoir mené leurs équipages courageux et déterminés jusqu'à la victoire. Voici quelques-unes des légendes de notre course !

▶ Magnus Olsson

Notre ancien ambassadeur de Legends Race, Magnus Olsson, a participé à la course de 1985-86 à bord du bateau de Simon Le Bon, Drum, et a participé à six autres éditions, remportant la victoire avec EF Language en 1997-98. Après ces exploits, les connaissances et les compétences légendaires d'Olsson ont été mises à profit pour entraîner l'équipe entièrement féminine SCA en 2014-15.

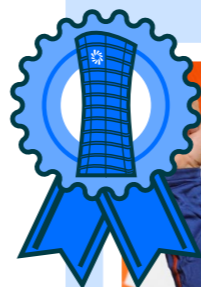


Photo: Rick Tomlinson/Volvo Ocean Race

▶ Peter Blake

Nous rendons hommage à un marin considéré comme l'un des plus grands de tous les temps, une légende disparue : le Néo-Zélandais Peter Blake, tragiquement assassiné par des pirates lors d'une expédition en 2001. Blake a participé avec ténacité aux cinq premières courses, menant Steinlager 2 à une victoire éclatante en 1989-90 et réalisant ainsi le rêve de toute une vie.

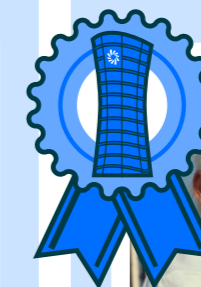
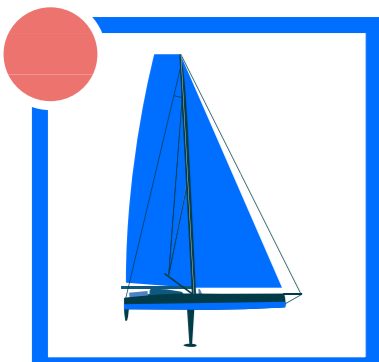


Photo: Rick Tomlinson / Volvo Ocean Race Roger Lean-Vercoe / PPL

Faire le tour du monde à la voile nécessite de communiquer clairement, de collaborer, de prêter attention aux détails et d'avoir un esprit créatif.

DÉCOUVREZ LES ÉQUIPES EN COURSE !

Cette course ne serait rien sans ses équipes. Chacune d'entre elles participe à la sauvegarde de l'océan. Découvrez les équipes qui participent à The Ocean Race [ici](#). Choisissez deux équipes qui vous intéressent et complétez cette page de profil.



NOM DE L'ÉQUIPE :

.....

ÉQUIPEMENT SCIENTIFIQUE À BORD :

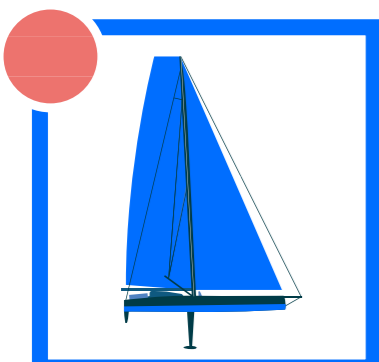
.....

MEMBRES DE L'ÉQUIPE :

.....

MISSION DE L'ÉQUIPE :

.....



NOM DE L'ÉQUIPE :

.....

ÉQUIPEMENT SCIENTIFIQUE À BORD :

.....

MEMBRES DE L'ÉQUIPE :

.....

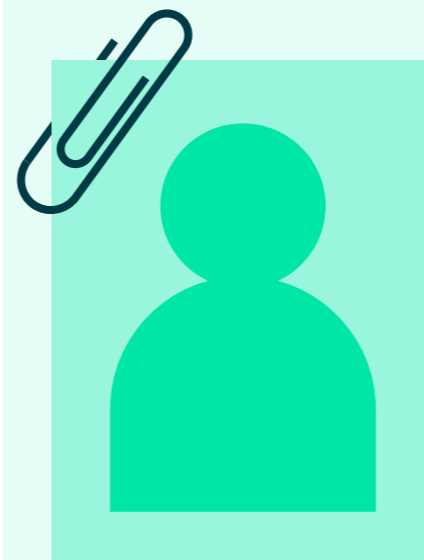
MISSION DE L'ÉQUIPE :

.....

RENCONTREZ UN MEMBRE DE L'ÉQUIPE

À propos de quels membres de l'équipe aimeriez-vous en apprendre plus ?

Complétez les profils !

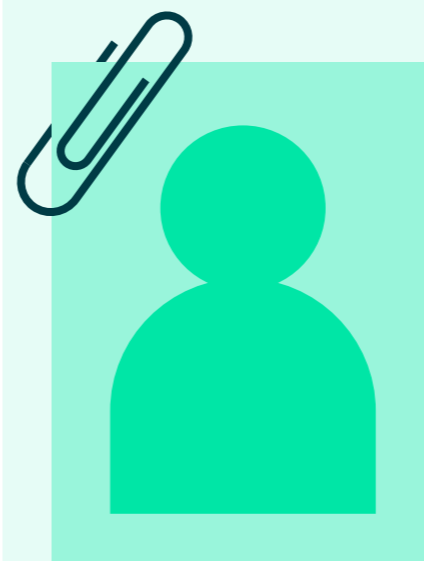


NOM :

RÔLE DANS L'ÉQUIPE :

NATIONALITÉ :

NOMBRE DE PARTICIPATIONS À THE OCEAN RACE :



NOM :

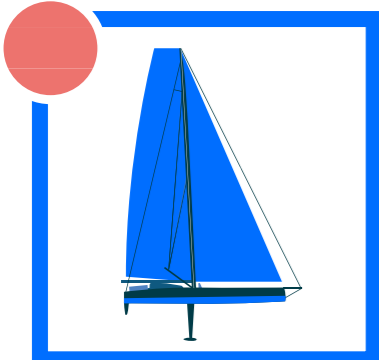
RÔLE DANS L'ÉQUIPE :

NATIONALITÉ :

NOMBRE DE PARTICIPATIONS À THE OCEAN RACE :

DÉCOUVREZ LES ÉQUIPES EN COURSE !

Cette course ne serait rien sans ses équipes. Chacune d'entre elles participe à la sauvegarde de l'océan. Découvrez les équipes qui participent à The Ocean Race [ici](#). Choisissez deux équipes qui vous intéressent et complétez cette page de profil.



NOM DE L'ÉQUIPE :

.....

ÉQUIPEMENT SCIENTIFIQUE À BORD :

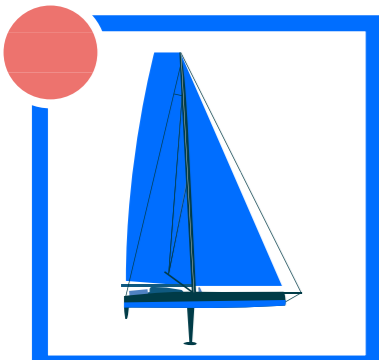
.....

MEMBRES DE L'ÉQUIPE :

.....

MISSION DE L'ÉQUIPE :

.....



NOM DE L'ÉQUIPE :

.....

ÉQUIPEMENT SCIENTIFIQUE À BORD :

.....

MEMBRES DE L'ÉQUIPE :

.....

MISSION DE L'ÉQUIPE :

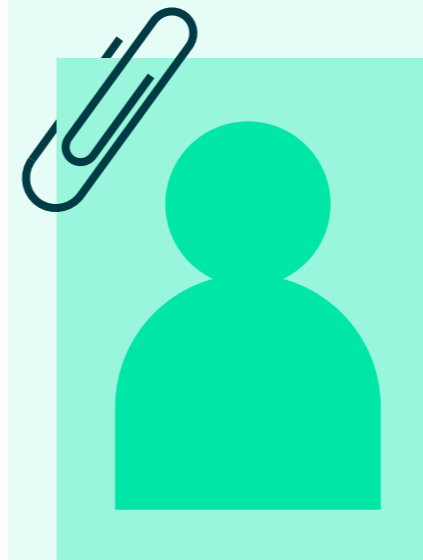
.....



RENCONTREZ UN MEMBRE DE L'ÉQUIPE

À propos de quels membres de l'équipe aimeriez-vous en apprendre plus ?

Complétez les profils !

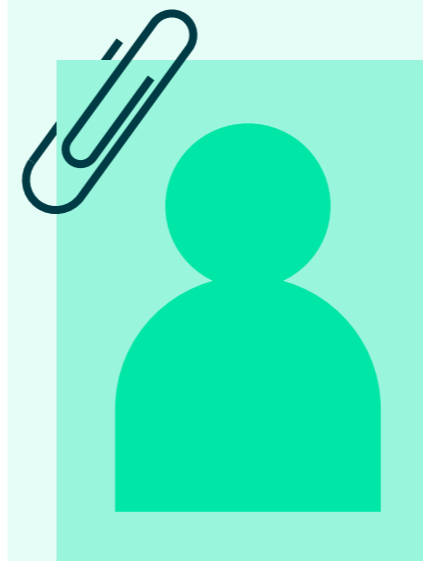


NOM :

RÔLE DANS L'ÉQUIPE :

NATIONALITÉ :

NOMBRE DE PARTICIPATIONS À THE OCEAN RACE :



NOM :

RÔLE DANS L'ÉQUIPE :

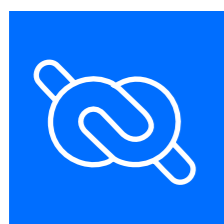
NATIONALITÉ :

NOMBRE DE PARTICIPATIONS À THE OCEAN RACE :

ACTIVITÉ 1

Le carré de cordes (15-20 mins)

Pour naviguer sur une mer agitée, il faut un bon travail d'équipe et une bonne communication. Découvrez comment vous vous en sortiriez en essayant cette activité. Vous aurez besoin d'un morceau de corde suffisamment long pour que chaque membre du groupe puisse s'y tenir à deux mains.



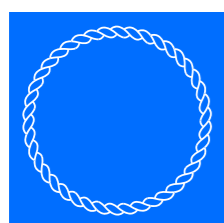
Étape 1

Attachez une corde de manière à ce qu'elle forme un cercle.



Étape 4

Fermez les yeux.



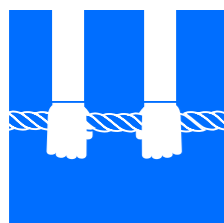
Étape 2

Posez la corde en cercle sur le sol.



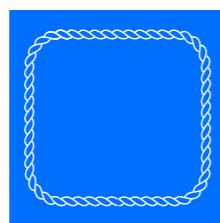
Étape 5

Marchez en cercle avec les yeux fermés, 3 à 4 fois.



Étape 3

Tenez-vous debout autour du cercle de corde, prenez la corde et tenez-la à deux mains.



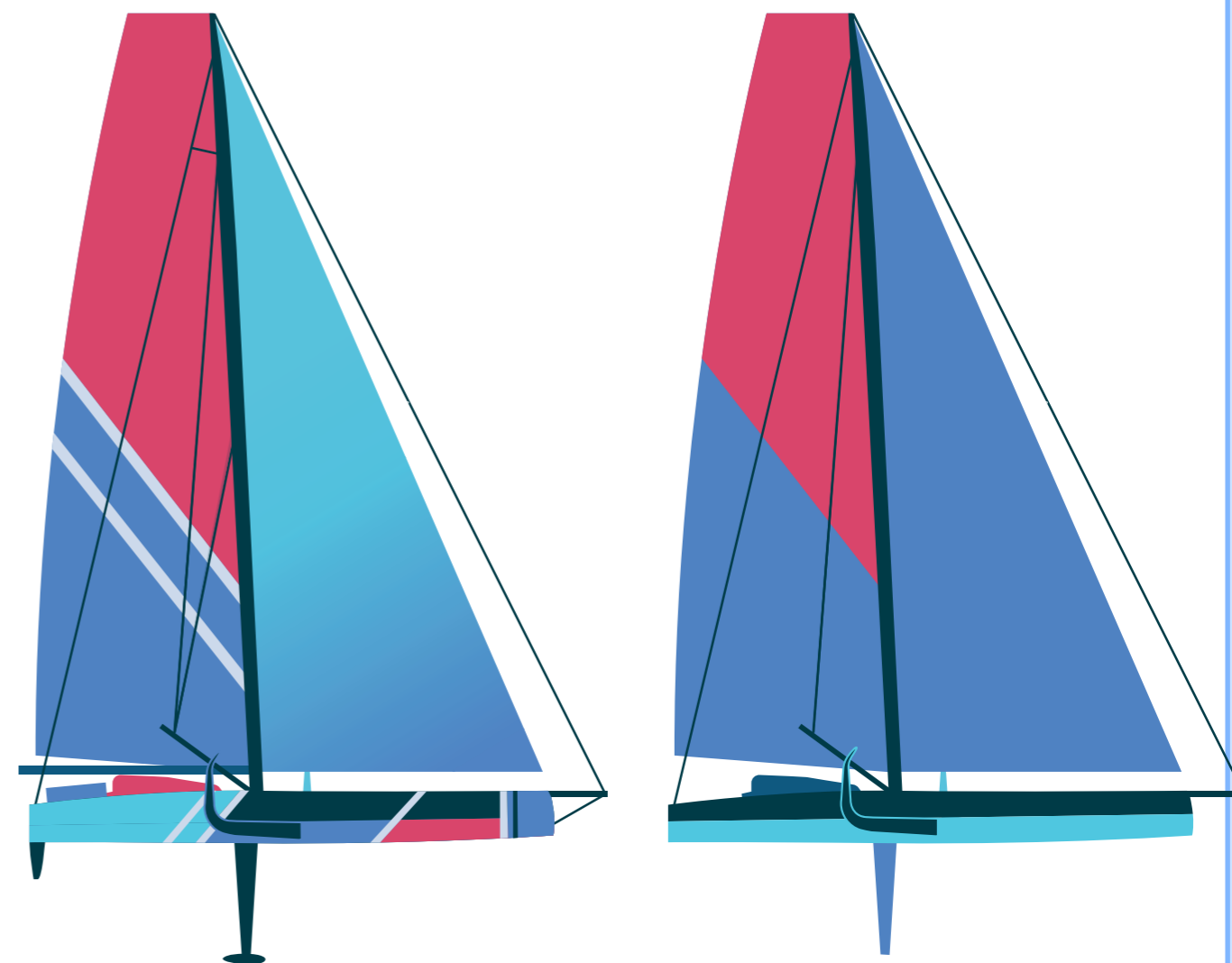
Étape 6

Essayez de former un carré avec la corde, sans ouvrir les yeux ni lâcher la corde !

ACTIVITÉ 2

Le jeu des différences (10 mins)

Regardez les deux images de voiliers IMOCA 60. Pouvez-vous trouver les dix différences ? Entourez-les !



ACTIVITÉ 3

Challenge créatif (45-60 mins)

Sensibiliser aux problèmes de l'état des mers est une mission importante de The Ocean Race. Les immenses voiles des bateaux sont l'occasion de partager des messages qui peuvent être vus dans le monde entier.

1. Discutez des questions suivantes en binômes, puis partagez vos idées avec l'ensemble du groupe.

- *Que devrait savoir le monde à propos de l'océan ?*
- *Que dirait l'océan s'il pouvait parler ?*

2. Imaginez que vous devez dessiner une voile pour un bateau qui participe à The Ocean Race. Regardez en ligne certaines des équipes et leurs voiles pour vous inspirer.

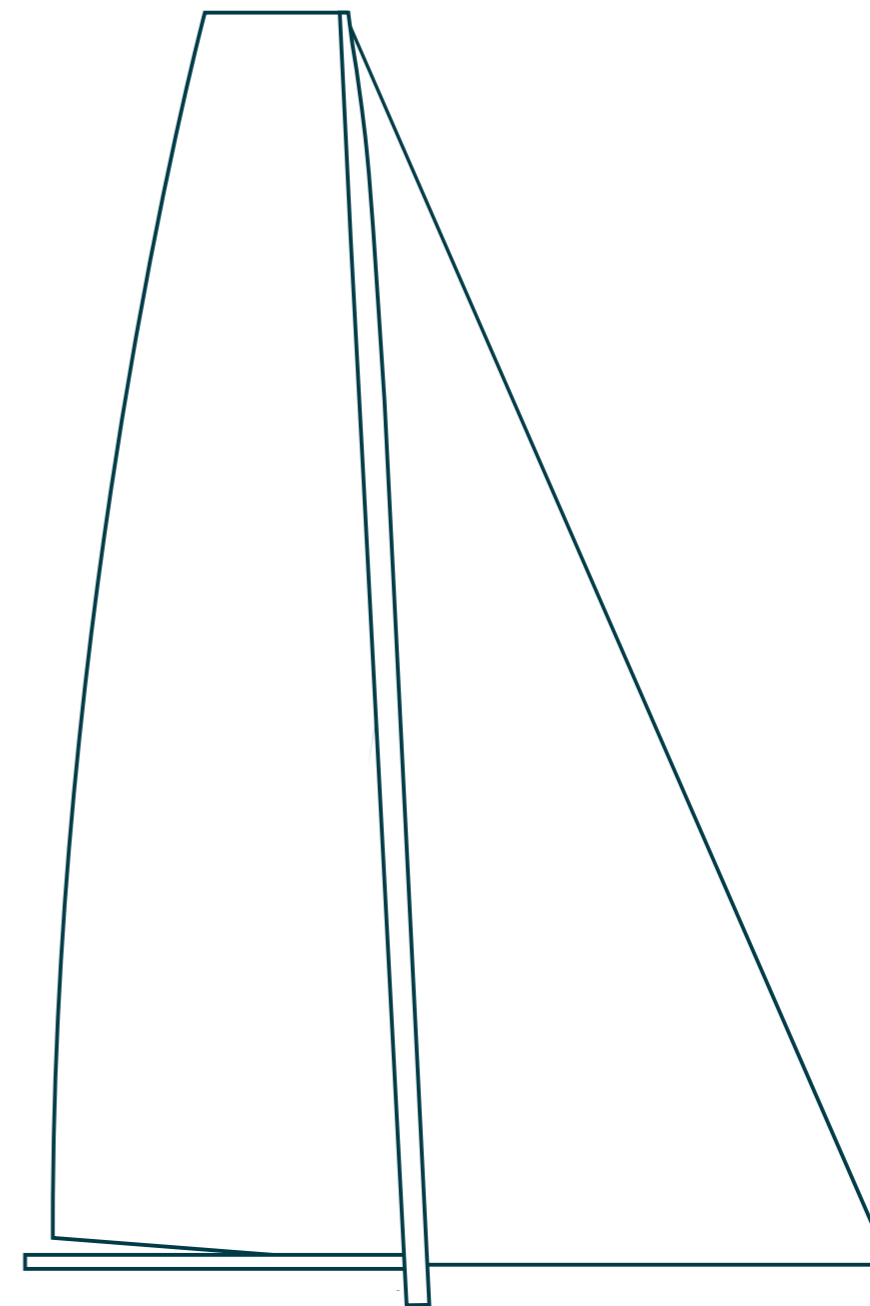
3. Réfléchissez aux messages que vous aimeriez faire passer sur l'océan et pensez à des illustrations qui aideraient à communiquer ce message.

4. Utilisez le modèle pour créer un design, incluant des illustrations et un message clair. Il peut s'agir de messages d'espoir, de messages incitant à une action ou de messages soulignant l'importance de l'océan.

DESSINER UNE VOILE

Imaginez que vous faites partie d'une équipe de conception, qui développe une nouvelle voile pour un bateau de la course.

Utilisez le modèle pour designer votre voile, et partager un message en faveur de l'océan.



RENCONTREZ LES ÉQUIPES ! ÉDITION SPÉCIALE



 THE OCEAN RACE
LEARNING

 THE OCEAN RACE
#RACINGWITH**PURPOSE**

Contact : learning@theoceanrace.com