

Le plein air pour tous

À deux, c'est mieux !

On annonce du soleil et une température clémente en fin de semaine prochaine. Diana aimerait bien aller faire du *paddleboard*. Toutefois, en raison de son incapacité physique, elle a de la difficulté à pratiquer son sport seule, par exemple, quand elle doit transporter sa planche à pagaie. En plus, sa famille et ses amis ne peuvent pas l'accompagner aussi souvent qu'elle aimerait. Elle pense alors :

« Et s'il existait une plateforme de jumelage pour les activités de plein air ? »



Cirris

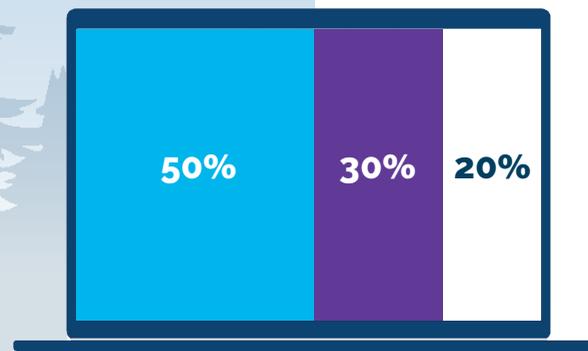


Référence : Lapierre, N., Huet-Fiola, C., Labrie, D., Vincent-Blouin, E., Côté, C., Gagnon, M., Rhéaume, N., Laberge, J., Best, K., Routhier, F. (2024). Digital Platforms to Facilitate Physical Activities for People with Physical or Sensory Disabilities: A Scoping Review. *Disability and Health Journal*. doi: 10.1016/j.dhjo.2024.101626

C'est ainsi que s'est créé un partenariat entre l'ARLPH 03 et le Cirris.

L'équipe de recherche a analysé **7 articles** et **10 sites Web** (publiés entre 2011 et 2020) afin de déterminer les obstacles et les facilitateurs à l'utilisation des plateformes en ligne qui visent à favoriser la pratique d'activités de plein air chez les personnes vivant avec des incapacités (PAI).

Résultats



Les sites web actuels :

- Présentent une palette de couleurs similaire : **bleu** (50 %), **violet** (30 %) et **blanc** (20 %).
- Fournissent un soutien aux personnes ayant des incapacités **physiques, sensorielles** et **cognitives**.

6 principaux obstacles à l'utilisation des plateformes

- Faible maîtrise des technologies numériques
- Manque d'informations
- Manque de confiance en leurs capacités informatiques
- Problèmes techniques (ex: arrêt de la plateforme)
- Plateformes non intuitives (ex: indices visuels qui peuvent porter à confusion)
- Éléments distrayants (ex : pop-up)

10 éléments facilitant l'utilisation des plateformes

- Expérience d'utilisation positive
- Engagement social
- Personnalisation du profil (ex: langue parlée)
- Fonctionnalités d'accessibilité pour la navigation (ex: grossir les caractères)
- Interactions et partage d'informations avec les autres
- Diversité des ressources (ex: un calendrier d'événements)
- Suivis de la pratique sportive (ex : historique)
- Navigation sur la plateforme (ex : convivialité, courte vidéo explicative, aspect ludique)
- Liste de lieux adaptés pour pratiquer des sports
- Compatibilité avec divers appareils (cellulaire, ordinateur, tablette)

- Ne prennent pas en considération plusieurs besoins des PAI :
 - Les transports adaptés
 - L'aspect financier (coûts des plateformes et des activités)
 - Les outils de navigation (pour personne avec handicap visuel)
 - L'accessibilité web

Conclusion

L'équipe de recherche a constaté que plusieurs plateformes numériques ne répondaient pas aux besoins des personnes avec incapacités, notamment, en matière d'accompagnement de qualité.

Heureusement, la plateforme de jumelage Tandem Actif, imaginée par Diana, a pu voir le jour en juin 2024. Celle-ci prend en compte les résultats de cette recherche documentaire, de 31 entretiens réalisés et d'ateliers de co-création.

Pour plus d'informations:

<https://tandemactif.com>

[Article scientifique \(en anglais\)](#)

[Tous les détails](#)

[du projet ici >>>](#)

