

TRANSAT 2023

Les Sables-d'Olonne
La Palma
Saint-François Riviera du Levant

ON SE JETTE À L'EAU AVEC ARNAUD



© VINCENT OLIVAUD - LA BOULANGÈRE MINI TRANSAT

Permis de
CONSTRUIRE
Accompagner la liberté

INTRODUCTION

Le contexte et le parcours

POURQUOI CE PARTENARIAT ?

Le partenariat est né de la rencontre avec Arnaud qui souhaitait donner un supplément d'âme à sa course. Sensible à notre action, il s'est tourné vers Permis de Construire. L'association accompagne les personnes dans le dépassement des épreuves personnelles pour leur permettre de trouver une place dans la société. Par sa course, Arnaud aussi a su dépasser toutes les épreuves pour réaliser ce rêve. Souhaitons que ce projet aide les pilotes de Permis de Construire à rêver et réaliser leur projet de vie !

POURQUOI J'AI CHOISI PERMIS DE CONSTRUIRE ?

« C'était important pour moi de faire cette aventure avec une association, cela permet de partager, on est plus fort à deux. Permis de Construire 44 est basé sur 4 piliers : être bien dans sa tête, dans sa vie, dans son corps, dans son job. Une course comme la Mini-Transat demande la même préparation. Je me suis retrouvé dans ces piliers. »

Arnaud



L'HISTOIRE DE LA TRANSAT ET SON PARCOURS

La première mini transat a été créée en 1977 par le navigateur britannique Bob Salmon, et 46 ans plus tard, en 2023, Arnaud Rambaud fait la transat aux couleurs de Permis de Construire !

Un parcours en deux étapes.

La première : Départ le 24 septembre des Sables d'Olonne en direction de Santa Cruz de La Palma aux Canaries.

Puis, après trois semaines de repos, la deuxième : de Santa Cruz de La Palma pour une arrivée à Saint-François Riviera du Levant en Guadeloupe.



LA RENCONTRE AVEC ARNAUD

Les présentations



Un 15 septembre, aux Sables d'Olonne. Nous sommes huit (pilotes/bénéficiaires, salariés, administrateur) à partir à la rencontre Arnaud Rambaud.

Avec le sourire et beaucoup de questions en tête, nous suivons Arnaud sur le ponton qui nous guide à son bateau de 6.5m. Si les dauphins et baleines qu'il croisera nous font rêver, se mêle dans le discours du navigateur des enjeux : ne pas tomber à l'eau, ne pas avoir besoin d'utiliser le kit de suture en mer, ne pas rencontrer d'orque, dormir par tranche de 20 min... L'interdiction du téléphone à bord fera réagir l'un des pilotes accompagnés par Permis de Construire 44 "mais c'est la prison ! " ; ce à quoi Arnaud répond : "je l'ai choisi et je me suis préparé. Pour moi ce projet c'est avant tout une aventure humaine donc j'ai déjà tout gagné."

De nombreux échanges se poursuivront au cours de cette journée durant laquelle Arnaud répond à nos questions :

Quel est le secret pour être en forme ?

Je me réfère aux 4 F : être vigilant à la faim, la soif, la fatigue, le froid.

Depuis combien de temps es-tu sur ce projet ?

Je prépare la course depuis 2 ans. Je suis prêt.

Comment ton entourage vit cette compétition ?

Je pense pouvoir dire qu'ils sont très fiers, très contents de ce que je fais.

Pourquoi aimes-tu la mer ?

C'est un espace qui change très rapidement. C'est vivant, tu vois l'horizon et tu vois loin.

Parmi les pilotes présents, deux d'entre eux ont une expérience de la mer. Une expérience difficile à raconter : celle de la traversée de la méditerranée, pendant 24H, à 30 sur une petite embarcation.

De retour à Nantes, les pilotes nous remercient et l'un d'entre eux nous écrit ce mot "Nous avons bien échangé ensemble et nous avons découvert l'expérience d'Arnaud. Je ne retiens que du positif de cette sortie. C'était une journée magique. Merci beaucoup. »

LA DERNIÈRE LIGNE DROITE AVANT LE DÉPART

Les derniers préparatifs



La semaine avant le départ d'une course est souvent très intense pour les skippers puisqu'ils doivent passer toute une série de contrôles, tout en préparant leur bateau, leur météo et leur stratégie pour la course à venir.

Mardi dernier avait lieu mon contrôle de sécurité : un contrôleur passe à bord du bateau pour vérifier que j'ai bien tout l'équipement de sécurité nécessaire et qu'il est bien conforme. Gilet de sauvetage, balise de détresse, lignes de vie, combinaison de survie, radeau de survie, etc.

Ensuite, il a fallu passer le contrôle de jauge : c'est un arbitre qui passe à bord pour vérifier que le bateau est bien conforme aux règles de la classe Mini. Le bateau mesure bien 6.50m de long, 3m de large, il n'y a pas de moteur à bord, pas d'ordinateur, etc. Il s'occupe aussi de plomber les bidons de sécurité, le radeau de survie et les batteries pour s'assurer que je ne vais pas m'amuser à les décharger du bateau avant la course pour gagner du poids et aller plus vite !

Le dernier contrôle est celui de la pharmacie. Comme nous partons plusieurs jours en mer et que nous pouvons être à plusieurs dizaines d'heures du bateau le plus proche, il est important de pouvoir se soigner tout seul en cas de blessure ou maladie. Nous avons donc une pharmacie dont la liste des médicaments permet de couvrir un grand nombre de maladies, infections courantes en mer. On peut même se faire des plombages aux dents et s'amputer un membre s'il le faut ! (je doute fort en avoir le courage ceci dit !).



© VINCENT OLIVAUD | LA BOULANGÈRE MINI TRANSAT

Enfin on s'occupe de la météo et de la stratégie. La météo n'est fiable que sur 3-4 jours, c'est pour cette raison qu'on ne peut s'en occuper plus tôt dans la semaine. On va donc pouvoir analyser la route optimale à prendre pour aller le plus vite possible sur les trois premiers jours de course. Pour la suite il faudra attendre les bulletins météo que nous recevrons quotidiennement par radio en mer. On s'intéresse alors au vent mais aussi aux nuages, aux potentiels orages, au courant et aux vagues (il est plus facile d'avancer sur une mer plate que sur une mer avec une forte houle).

Une fois que tout ceci est terminé, on se repose au maximum et on attend le départ avec impatience !



© Constance Rambaud

LE DÉPART

La première étape

Arnaud est prêt. Seul à bord mais soutenu par les pilotes, les administrateurs, les salariés de Permis de Construire 44. Pour l'encourager dans sa traversée, tous ont préparé 30 mots, messages qu'Arnaud pourra lire durant la course. Un mot par jour pour donner du baume au cœur !

Par Jean-Louis, Pilote Permis de Construire 44

J'ai le plaisir de vous relater son départ et ses premiers miles parcourus.

Le 25 septembre 2023, Arnaud est parti en 19^{ème} place malgré le souci qu'il a pu avoir sur son bateau : la voile centrale était cassée et il a perdu les deux manivelles mais il a pu se débrouiller en fabriquant une à deux manettes ; il a pu finir 18^{ème} en 10 jours, 15 heures, 31 minutes et 45 secondes.

Pendant les 10 jours où je l'ai suivi avec plaisir, j'ai noté tout son parcours, toutes les 4h00 je devais prendre des nouvelles, sur ses positions, les caps et les vitesses.

Il y a les bons jours où sa vitesse était entre 7 à 13 nœuds et les mauvais jours où elle était entre 1 et 6 nœuds. Quand il faisait entre 1 à 6 nœuds c'est parce qu'il y avait peu de vent. A partir de 7 nœuds, c'est quand le vent est suffisant et donc la vitesse augmente. Arnaud arriva le jeudi 5 octobre 2023 en 18^{ème} place, même s'il n'a pas pu arriver à la 1^{ème} place mais pas grave car Arnaud avait deux soucis , 1) et le souci de la grande voile et le 2) était le souci des deux manivelles, le principal est qu'il a pu finir. En chemin il a pu voir des dauphins et des baleines, parfois plus grandes que son bateau.

Le parcours de la première étape :



Le suivi de la course d'Arnaud sur la première étape :

Date	Position
Lundi 25 septembre	19ème
Mardi 26 septembre	15ème
Mercredi 27 septembre	14ème
Jeudi 28 septembre	13ème
Vendredi 29 septembre	11ème
Samedi 30 septembre	12ème
Dimanche 01 octobre	10ème
Lundi 2 octobre	13ème
Mardi 3 octobre	11ème
Mercredi 4 octobre	17ème
Jeudi 5 octobre	17ème
Vendredi 6 octobre	18ème

particulière : est vers la côte ou ouest + direct. Je choisis un entre-deux. Le bateau fonctionne bien, je suis à la 9ième place.

A cause d'un vent fort, mon spi max est éventré. Je dois faire le reste de la course avec mon spi plus petit. Alors évidemment, je vais moins vite ! J'ai également perdu les deux manivelles.

Arrivée et pause aux Canaries

J'ai franchi la ligne d'arrivée le 10 octobre à 05h09, heure française. J'ai mis 10 jours, 15 heures 31. Je suis 18ième. L'arrivée est magnifique !

Retour d'Arnaud Rambaud sur la première étape de la Mini transat 2023

Vendredi 13 octobre dernier, Jean-Louis, pilote Permis de Construire44, Peggy Destres et Pierre Rouille avions rendez-vous en visio avec Arnaud Rambaud pour recueillir ses impressions sur la première étape de la Mini transat 2023 !

Des Sables-d'Olonne au Cap Finisterre

J'étais très content de mon départ qui avait lieu le 24 septembre aux Sables-d'Olonne. J'étais bien placé. La descente jusqu'en Espagne était très intense avec une météo instable d'où une impossibilité de fixer une véritable stratégie de course. Avec des vagues de 3 à 4m, c'était vraiment compliqué.

Durant cette période, j'ai eu la chance de croiser de nombreux dauphins et une baleine à moins de 10m de mon bateau !

La descente vers le Portugal et les Alizés portugais

S'en suivis 3 jours avec peu de vent. Difficile d'opter pour une stratégie



Le trait rose montre le parcours d'Arnaud durant la première étape

Après des premiers jours festifs de retrouvaille avec tous les skippers, nous nous préparons à nouveau pour le prochain départ. La pause de 3 semaines que nous faisons aux Canaries me permet de réparer mon bateau.

Mon bilan de cette première étape

Je suis très content de cette première partie de course. J'ai tenu jusqu'à la fin, aucun regret.

Les petits mots que l'équipe de Permis de Construire m'a donné au départ et que j'ai pu lire durant cette première partie m'ont fait du bien. J'en ai gardé pour la seconde partie.

Hâte de prendre le nouveau départ pour la Guadeloupe, ce samedi 28 octobre à 15H !

LE DÉPART

La deuxième étape

Le parcours de la deuxième étape :



Une fois bien reposé des trois semaines, Arnaud est parti le samedi 28 octobre 2023 à 13h, heure locale donc 14h heure de Paris pour la deuxième étape en direction de la Guadeloupe.

Il partira en 18^{ème} place avec une petite vitesse, pour le départ d'Arnaud la vitesse était de 2.5nds.

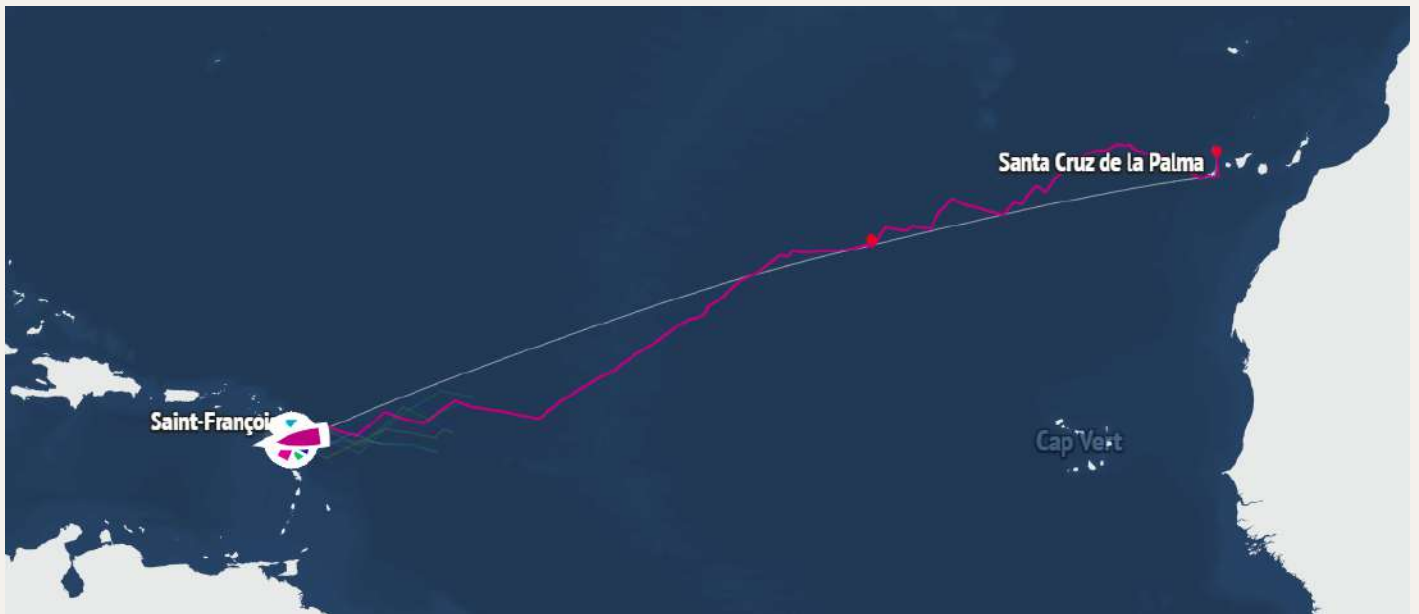
Tout du long de la deuxième étape Arnaud a fait tout son possible pour arriver le premier. Il terminera à la 18^{ème} position après avoir du batailler contre les éléments.

Mais la deuxième étape était très compliquée car le moral, des gros problèmes techniques, un dérivage de 24 heures, des doutes sur « pourquoi je fais cette transat, malgré la difficulté que j'avais, j'ai pu trouver une à plusieurs alternatives ou trouver une ou plusieurs solutions. »

Arnaud a pu gérer toutes les situations en pensant à la famille aux amis et à nous (Permis de Construire).

Malgré les difficultés, il se sent comme le roi du monde et ce fût un moment incroyable, avec beaucoup de joies à en pleurer.

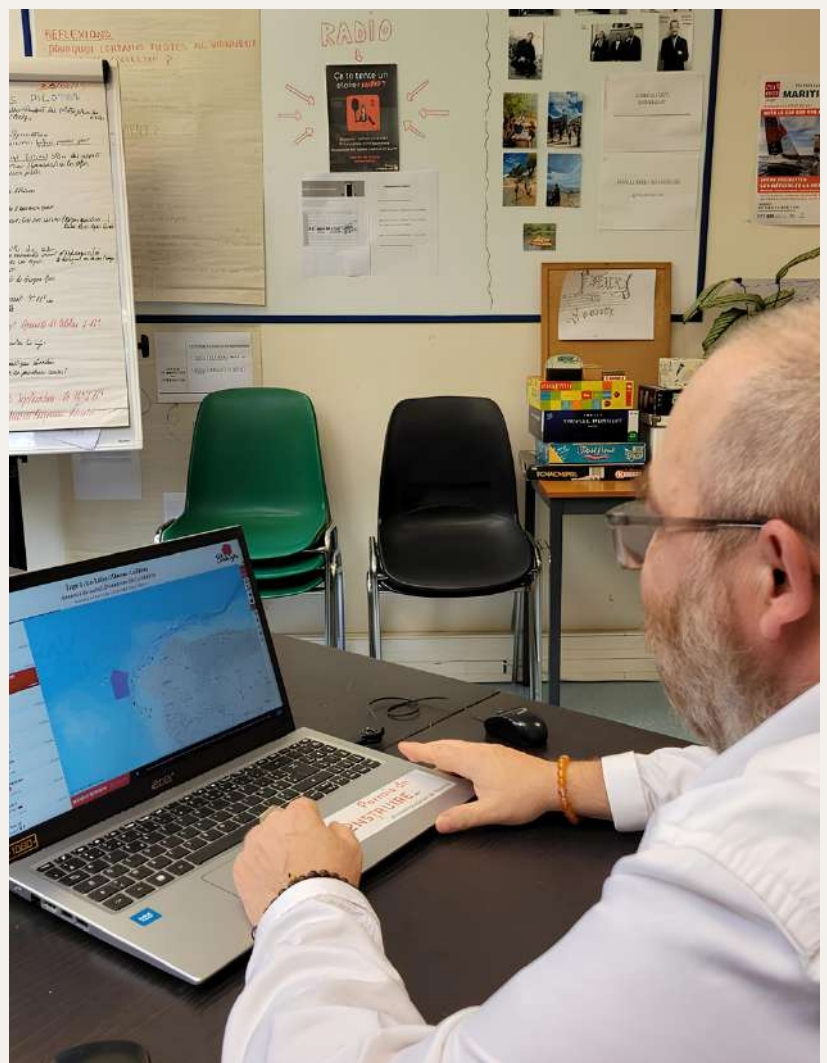




Le trait rose montre le parcours d'Arnaud durant la deuxième étape

Le suivi de la course d'Arnaud sur la deuxième étape :

Date	Position
Samedi 28 octobre	18ème
Dimanche 29 octobre	12ème
Lundi 30 octobre	8ème
Mardi 31 octobre	5ème
Mercredi 01 novembre	5ème
Jeudi 02 novembre	13ème
Vendredi 03 novembre	15ème
Samedi 04 novembre	15ème
Dimanche 05 novembre	14ème
Lundi 06 novembre	16ème
Mardi 07 novembre	20ème
Mercredi 08 novembre	20ème
Jeudi 09 novembre	20ème
Vendredi 10 novembre	21ème
Samedi 11 novembre	19ème
Dimanche 12 novembre	18ème
Lundi 13 novembre	18ème



Jean-Louis, pilote à Permis de Construire 44, suit avec la plus grande attention la course d'Arnaud !

LE RETOUR

L'interview d'Arnaud

Jeudi 30 novembre, Jean-Louis, Gérald, pilote à Permis de Construire 44, Pierre Rouillé-Patrier et Peggy Destres, avaient le plaisir d'interviewer Arnaud sur sa deuxième partie de course et son retour. Arnaud est arrivé 18ème de la Mini transat 2023 la Boulangère le 13 novembre à Saint-François Riviera du Levant en Guadeloupe.

Comment s'est passée cette deuxième étape de course ?

C'était très compliqué. Mentalement très dur car j'ai eu un gros problème technique. J'ai perdu un des safrans. Totalement à l'arrêt, j'ai dérivé pendant 24 heures. C'était très dur. Je me suis demandé ce que je faisais là ! J'ai pensé à demander de l'aide mais au final je me suis battu pour trouver une solution. Et j'ai enfin réussi à trouver une alternative. Mais j'ai dû naviguer pendant le reste de la course que sur un bord, ce qui m'a obligé de barer tout le temps. J'ai perdu 8 jours jusqu'à l'arrivée.

Comment as-tu géré cette situation mentalement ?

Dans ces moments, tout s'écroule. On pense au résultat qui s'échappe, aux partenaires. Pour rester motivé, garder le moral, je me suis focalisé dans ma tête sur ma famille, mes amis. J'ai aussi beaucoup pensé à vous. J'ai eu le temps de lire tous les mots sympas que vous m'aviez transmis lors du départ. Cela m'a fait du bien.

Que gardes-tu au final de cette expérience de course ?

Malgré les difficultés, la réussite malgré tout à réparer (j'étais alors le roi du monde !) et l'arrivée restent des moments incroyables. Beaucoup de joies, à en pleurer.

Quelles ont-été tes rencontres sur la mer ?

J'ai vu beaucoup de dauphins et beaucoup de poissons volants qu'il fallait retirer du bateau !

N'y a-t-il pas une part de frustration quand on prépare pendant deux ans une course qui dure un mois ?

Ce n'est pas forcément de la frustration car on le sait depuis le début que c'est beaucoup de préparation pour ensuite un temps restreint de course. Cela fait partie des conditions. Et les 2 années de préparation servent aussi à préparer le futur, et donc d'autres courses.



Quel est l'objectif ultime pour toi ?

Comme chaque skipper, on veut faire les plus belles et grandes courses. Mais cela demande beaucoup de préparation. Grâce à mes expériences professionnelles, j'ai la chance de pouvoir continuer de travailler autour du domaine de la navigation, ce qui est déjà super.

Et maintenant ?

La préparation de ce type de course, c'est beaucoup de mobilisation. C'est aussi du temps « un peu égoïste » car il faut rester focus sur l'enjeu. Aujourd'hui, j'ai besoin de me poser et de retrouver ma famille.

LE RETOUR

Arnaud à la soirée annuelle Permis de Construire

Arnaud nous a fait l'honneur de sa présence lors de la soirée annuelle de Permis de Construire qui avait lieu le jeudi 14 décembre 2023 à Nantes.

A l'occasion de cette soirée, Arnaud a pu, en compagnie de Jean-Louis, présenter le partenariat avec l'association, le suivi assidu de sa course par Jean-Louis mais aussi les perspectives à venir !



© Pierre Rouillé-Patriet

REMERCIEMENTS

Un grand merci à Arnaud pour la confiance donnée auprès des équipes de Permis de Construire. Merci pour sa disponibilité, son temps précieux entre chaque étape pour échanger avec nous ou avec nos partenaires lors de notre soirée annuelle.



Je tiens à remercier les personnes de Permis de Construire : Noémie, directrice de Permis de Construire 44, Angélique Huet co-pilote, Peggy Destres du Conseil d'Administration, ainsi qu'à Pierre Rouillé-Patrier, et à Constance, la sœur d'Arnaud, pour ses photos.

Sans ces personnes qui travaillent dans cette association, je n'aurai pas pu faire ce voyage et suivre Arnaud.

Alors je veux dire un très gros et grand merci à tous ces personnes et à l'association

Jean-Louis



Merci à Jean-Louis pour son investissement dans le suivi de la course d'Arnaud et pour la rédaction de ce journal.



ENCORE BRAVO ARNAUD !