

## INITIATION AU NAUTISME UPI Gérard Philippe Avignon

Évolution du comportement en photos, « prendre confiance » (en soi, avec les autres avec le bateau)

### AVANT



Avant le départ, sourire devant le collège



Sur place, à la capitainerie, l'inquiétude, les questions, la crainte



Au début c'est pas facile, tout doucement et concentrées pour tenter de faire aller le bateau tout droit !  
Une fois trop à droite (tribord), une fois trop à gauche (bâbord)



Quand on ne dirige pas la barre, on reste groupées, bien au centre, on observe et on ne prend aucun risque, pas de déplacements vers l'avant ou les bords du bateau... on ne sait jamais.

## INITIATION AU NAUTISME UPI Gérard Philippe Avignon

Évolution du comportement en photos, « prendre confiance » (en soi, avec les autres avec le bateau)

# APRES



Finally on y arrive a le diriger ce bateau et même bien ! Alors ça redonne le sourire...



On ose un timide déplacement à l'avant, seule puis à deux.

Le regard va maintenant au loin, même assise au bord, près de l'eau



On est plus en confiance, plus détendues, parfois même très à l'aise...