

# UNE ANALYSE SOCIOCULTURELLE DE LA PLANCHE À ROULETTES ADAPTÉE

Nikolaus Dean  
Université de la Colombie-Britannique

## CE QUE NOUS AVONS FAIT

- Cette étude a exploré les expériences des planchistes handicapés physiques et des pilotes de motocross en fauteuil roulant avec la communauté des planchistes, à la fois en ligne (sur Instagram) et dans différents planchodromes.
- Pour comprendre leurs expériences, j'ai interrogé 30 pilotes handicapés physiques. Au cours des entretiens, je leur ai demandé de partager et d'expliquer des publications sur leurs comptes Instagram. J'ai analysé les données pour identifier des thèmes.

## CE QUE NOUS AVONS TROUVÉ

- Les participantes et participants ont fait état d'expériences positives avec la communauté des planchistes et ont identifié plusieurs avantages :
  - Amélioration de la santé physique et mentale
  - Amélioration de la confiance en soi et de l'indépendance
  - Élargissement des réseaux sociaux et renforcement du sentiment d'appartenance
- Malgré ce potentiel, les femmes handicapées ont reçu moins de reconnaissance et de soutien que les hommes et le coût de la participation a constitué un obstacle pour toutes les participantes.
- Les participantes et participants ont utilisé Instagram à des fins de connexion, d'éducation et de sensibilisation au handicap et aux sports adaptés.
- Les participantes et participants ont souligné l'importance d'inclure les personnes handicapées dans le processus de conception et de planification des nouveaux planchodromes afin de garantir que ceux-ci soient accueillants et accessibles à tous.

## CE QU'IL FAUT SAVOIR

- Les planificateurs de planchodromes ont la responsabilité de rendre leurs projets aussi **accessibles** et **inclusifs** que possible pour les différents utilisateurs, y compris les personnes handicapées. Ces dernières devraient être incluses dans la **conception** et la **planification** des nouveaux planchodromes.
- **L'accessibilité des planchodromes peut être améliorée en :**
  - Apportant de petites modifications, telles que le contraste des couleurs entre les différentes sections de l'espace.
  - Veillant à ce qu'il y ait des chemins accessibles vers et depuis les planchodromes, ainsi que des toilettes et des aires de repos accessibles à proximité.
- **Instagram** peut être utilisé comme une ressource et un espace de **rencontre** entre les planchistes handicapés. La plateforme offre également aux planchodromes et aux organisations sportives la possibilité de promouvoir l'**éducation** et la **sensibilisation** à la planche à roulettes adaptée.

