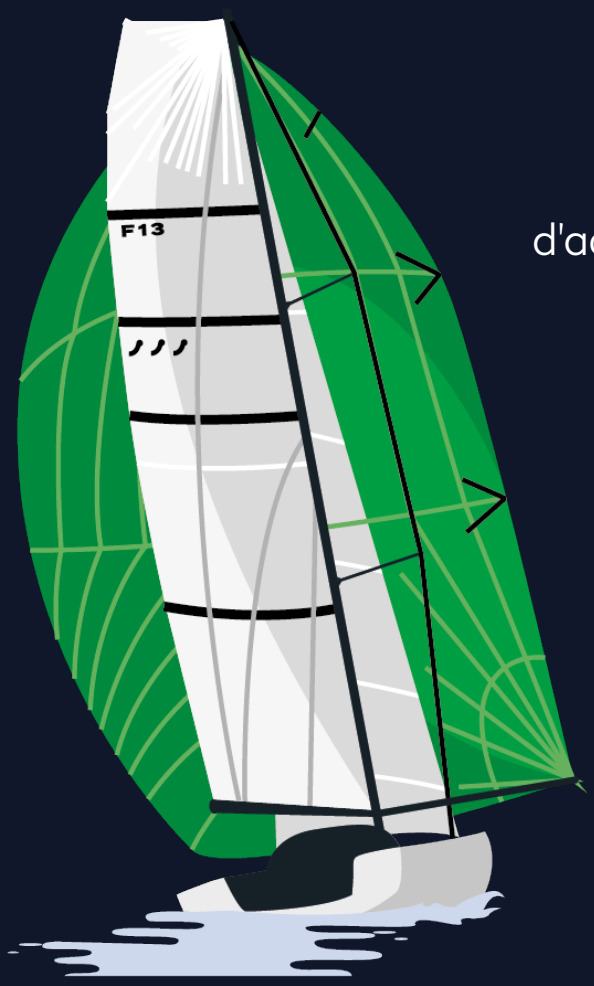
GUÉRIR EN MER

43° 17' 47" NORD 5° 22' 12" EST

DOSSIER DE PRESSE



Guérir en Mer : la voile comme outil de prévention et d'accompagnement du *burn-out* des professionnels de santé

SOMMAIRE

1. L'association Guérir en Mer 3

a. Histoire et fondateurs 3

b. Objectifs 3

c. Actions et programme 4

2. Zoom sur l'évènement annuel 5

a. Retour sur l'édition 2021 5

b. Programme 2022 7

3. Le parrain de l'association : Christopher Pratt 9

4. Les partenaires de l'association 10

5. Ressources & Contact 10

1. L'association Guérir en Mer

a. Histoire et fondateurs

L'association Guérir en Mer a été créée en juin 2019 par Marine Crest-Guilluy et Jean-Baptiste Bourlard. Médecin et kinésithérapeute, amis et passionnés de voile, ils ont souhaité diffuser un message de prise de conscience auprès des soignants :

« Soignants, prenez soin de vous pour pouvoir continuer à prendre soin des autres. »

Ils invitent les soignants, toute profession confondue, à venir découvrir la voile comme sport-santé, comme moyen d'évasion, de prévention et de traitement face au burn-out.

Avec le soutien de la Société Nautique de Marseille, une première édition a eu lieu en octobre 2021 avec un succès à la hauteur des besoins des soignants, en manque de reconnaissance et de bien-être, surtout depuis la crise liée au Covid 19.

Marine Crest-Guilluy

Présidente

Jean-Baptiste Bourlard

Trésorier

b. Objectifs

L'association a trois objectifs :

1) **Prendre soin des soignants**

   « 1 soignant qui va bien, ce sont 10 soignés qui vont encore mieux ! »

   Être soignant est un métier à risque. Celui de développer un burn-out, plus que pour une autre profession. Or il est primordial d'aller bien soi-même pour pouvoir prendre soin et soigner les autres. Aujourd'hui et plus que jamais, avec un système de santé à rude épreuve, le rôle des soignants dans notre société est fondamental. Il est urgent de prendre soin d'eux. Guérir en Mer leur propose de prendre le large, loin de leurs soucis afin de prendre une bouffée d'oxygène.

2) **Amener les soignants à prendre soin d'eux-mêmes**

   « Un spi pas un psy ! »

   Un des problèmes des soignants est qu'ils ne savent pas bien prendre soin d'eux même et ce pour diverses raisons. « Guérir en Mer » c'est aussi l'occasion, avec le colloque « Voile et Santé » de prendre conscience de ces raisons qui font que le soignant s'oublie soi-même en s'investissant parfois trop auprès de ses patients.

Comprendre pourquoi et avoir des idées pour comment y remédier sont les bases d'un nouveau départ.

3) **Recréer du lien entre tous les soignants**

« Tous dans le même bateau ! »

Le monde du soin souffre aujourd'hui également d'un manque de communication ; entre la ville et l'hôpital, entre le médical et le paramédical. Ce défaut de communication et d'échanges ne joue pas en faveur des soignants ni des soignés. « Guérir en Mer » c'est l'occasion de se rencontrer et de se retrouver dans un contexte et un environnement différent afin de recréer du lien. C'est l'occasion de partager ses expériences et de nouvelles expériences ensemble autour du sport, et de parler d'autre chose que la maladie.

c. Actions et programme

L'association mène trois types d'actions :

1) **Le week-end annuel Guérir en Mer**

3 jours de rencontres, de partage et de sport santé. Le premier week-end de juillet 2022 sera constitué d'un colloque autour de la voile et de la santé (pour mieux comprendre comment la voile est un merveilleux outil de soin), d'une régate sur 2 jours ouverte au plus grand nombre, à la fois sportive et découverte et de 2 soirées (l'une caritative et l'autre festive).

2) **Les sorties en mer tout au long de l'année**

Tous les mois depuis février 2022, l'association emmène sur l'eau le temps d'une journée des soignants ayant un besoin urgent de prendre l'air et de sortir la tête de l'eau. Avec l'aide des URPS Paca, les soignants déjà en burn-out ou à haut risque d'un proche burn-out sont orientés vers l'association pour être emmenés sur l'eau. Les inscriptions se font sur notre page Facebook.

3) **Le soutien à d'autres associations**

Guérir en Mer a décidé de s'associer à d'autres associations fortes de sens et de messages pour les soignants et les soignés. Chaque année deux associations sont mises à l'honneur lors du week-end annuel.

En plus de l'événement annuel, à partir de septembre 2022, l'association mettra en place un parcours GEM.

Le parcours comprendra :

- 6 sorties en mer sur une journée réservées aux soignants en burn-out ou à haut risque de burn-out
- 4 conférences / formations sur les risques spécifiques de burn-out du soignant et les liens entre la voile et la santé
- 2 soirées à thème : gastronomie et "les bases de la voile"
- Des cours de voile pour les soignants avec l'école de voile de la SNM
- Des outils de prévention et d'accompagnement du burn-out via nos partenaires (fiches, questionnaires, numéro d'aide…)

2. Zoom sur l'évènement annuel

a. Retour sur l'édition 2021

La première édition de Guérir en Mer a eu lieu les 1er, 2 et 3 octobre 2021 avec le soutien de la Société Nautique de Marseille.

Un événement fort qui a rassemblé plus de 200 personnes autour de 21 bateaux sur 3 jours de rencontres et de sport.

Le colloque « Voile et Santé »

Quatre heures de colloque animées par des experts du sport-santé. Comprendre pourquoi les soignants n'arrivent pas à prendre soin d'eux même et sont à fort risque de burn-out. Trouver les outils pour pouvoir les aider tant en préventif qu'en thérapeutique.

Découvrir les bienfaits de la voile comme sport-santé.

- Michel Berenguer, psychiatre
- William Van Biervliet, médecin du sport
- Benoit Theoleyre, chirurgien
- Jean-Yves Chauve, médecin du Vendée Globe

La soirée caritative et la vente aux enchères au profit des « Matelots de la vie »

Au total, 11700 euros ont été reversés aux Matelots de la vie, suite à la vente aux enchères, aux bénéfices récoltés lors de la soirée caritative du 1er octobre et aux soirées co-organisées en en faveur de l'association les Matelots de la Vie avec le Rotary (Lacydon, Monte-Cristo, Rotaract). Vente aux enchères réalisée par De Ribière / Etude de Provence.

Les Matelots de la Vie

Cette association reconnue d'intérêt général a été créée en 2006 par 2 enseignants et par Jean-Yves Chauve, médecin du Vendée Globe.

Elle est parrainée par S.A.R. la Princesse Caroline de Hanovre, Loïck Peyron, Florent Peyre et Clarisse Cremer. Elle défend une double cause : la préservation de l'environnement au même titre que la santé de l'Homme et la transmission d'un message d'espoir aux enfants malades. L'association permet chaque été à 16 enfants adolescents, guéris ou en rémission de maladies graves d'embarquer 3 semaines en mer pour une expédition passionnante, à bord du voilier *« Fleur de Lampaul ».* Les jeunes matelots apprennent l'art de la navigation et partagent leur aventure avec plus de 3 000 enfants hospitalisés, l'opération ayant pour but pour les uns un retour à la vie à travers la mer, et pour les autres, de les sortir de leur quotidien en hôpital et de leur donner de l'espoir et du courage face à leur maladie. Les matelots envoient reportages, journaux de bord quotidiens et autres vidéos aux enfants hospitalisés dans une quarantaine d'hôpitaux français. De leur côté, les enfants hospitalisés participent également à la course grâce à une régate virtuelle leur permettant de se confronter entre différents centres hospitaliers partenaires de l'association. La résolution d'énigmes et le choix de différentes stratégies leur permettent de faire avancer leur bateau pour remporter de nombreux lots à l'hôpital gagnant (ordinateurs portables et autres objets technologiques les reliant à la vie extérieure).

La soirée en l'honneur des soignants investis dans la crise sanitaire liée au Covid-19. 250 personnes sur les pannes de la nautique, pour une soirée de solidarité avec les soignants marseillais et de toute la région sud. Soirée animée par le DJ Tamy. Superbe ambiance festive, amicale et conviviale.

Maryse ! pour la Vie

Cette association est née à la suite de la disparition de Maryse, une amie et compagne, en attente d'une greffe. Quelques mois après, une bande de copains (Jacques, Gilles, Jean-Pierre, Jean-Louis…) a décidé de mettre en œuvre leurs compétences et leurs connaissances pour sensibiliser le plus grand nombre au Don d'organes. Parce qu'ils étaient en bonne santé, ils ont voulu dire aux autres : « Si un jour on accepte de recevoir, il faut aussi accepter en retour de donner. » Chaque année, depuis

2004, l'association « Maryse ! Pour La Vie » réuni différentes compétences dans le domaine de la communication et de l'évènementiel pour organiser et diffuser auprès du grand public, des collèges, des lycées et des entreprises, les informations qui permettent à chacun de se positionner sur le Don d'organes. Depuis 2011, Maryse ! Pour La Vie s'est engagée en faveur de la greffe d'organes qui souffre de manque de moyens et de médiatisation. Des équipes investies et hyper compétentes œuvrent au quotidien dans l'ombre pour sauver la vie de centaines de français.

b. L'édition 2022

La régate 2022

La 2ème édition de la régate Guérir en Mer aura lieu les 2 et 3 juillet 2022.

Après une édition 2021 avec un parcours original et ensoleillé le samedi et une manche plus musclée le dimanche, la régate Guérir en Mer revient cet été.

La régate Guérir en Mer sera organisée par la Société Nautique de Marseille. Au programme : deux journées de navigation en rade de Marseille sur des parcours côtiers qui seront définis en fonction de la météo avec une trentaine de bateaux attendus.

Retrouvez l'avis de course :

https://www.lanautique.com/wp-content/uploads/2022/02/GEM-2022-AVIS-DE-COURSE-GUERIR-22.pdf

Toutes les inscriptions se font sur le site internet www.guerirenmer.com

Le programme 2022

Vendredi 1er juillet 2022

10 h 00 Action *« Une Cop d'Avance »* – Ramassage de masques sur le Vieux Port de Marseille pour action « recyclage » + Animation sur les Nœuds Marins à la Société Nautique.

12 h 30 Pique-Nique à la Société Nautique de Marseille

14 h 00 Ouverture du colloque « Voile et Santé » à La Nautique (Quai de Rive-Neuve)

« Prendre soin de soi quand on est soignant : une nécessité évidente d'une évidente difficulté ? » par le Dr Michel Berenguer

15 h 30 *« Voile et santé : on vous dit tout ! »* par le Dr Benoit Theoleyre

16 h 30 *« Expériences sur l'eau partagées aux soignants : de l'alimentation au sommeil en passant par la gestion des émotions : beaucoup de choses rapprochent voileux et professionnels de santé »* par Isabelle Joschke et Christopher Pratt

19 h 30 Soirée Caritative avec vente aux enchères en l'honneur des « Matelots de la Vie » à l'UNM

Samedi 2 juillet 2022

9 h 00 Accueil café et briefing des équipages à la SNM

11h30 Départ en mer pour la Régate

18 h 00 Retour au port

19 h 30 Soirée Festive en l'honneur des Soignants à la SNM

Dimanche 3 juillet 2022

8 h 30 Accueil café et briefing des équipages à la SNM 1

11 h 00 Départ en mer pour la Régate

17 h 30 Remise des prix

3. Le parrain de l'association : Christopher Pratt

Après sa rencontre avec le Dr Marine Crest, Christopher Pratt, sensible à la cause défendue, s'est engagé aux côtés de l'association en tant que parrain.

Skipper professionnel depuis plus de 15 ans, Christopher PRATT n'a jamais rêvé de faire autre chose que naviguer. Naviguer, et au plus haut niveau ; telle a toujours été son ambition. Après un parcours en sport études et un titre de Vice- champion du monde en dériveur à seulement 18 ans, il s'est essayé aux plus grandes courses dans son domaine (Solitaire du Figaro, Transat Jacques Vabre, Transat AG2R, Tour de France à la voile, Route du Rhum, etc.). S'imposant comme le « jeune qui monte » vainqueur du Challenge espoir Crédit Agricole en 2005 puis des Filières du Talent DCNS en 2008, il fait une performance remarquée sur la Route du Rhum 2010 pourtant benjamin de la classe IMOCA. C'est ensuite auprès de skippers de renom comme

Armel Le Cleac'h ou Jérémie Beyou qu'il continue ses classes avec notamment deux podiums successifs sur la Transat Jacques Vabre en 2011 et 2013. Après son retour en Figaro à l'été 2016, il s'aligne en multi 50 au départ de la Transat Jacques Vabre 2017 sur laquelle il expérimentera une fortune de mer. Jamais découragé, il signera l'année suivante une belle 4ème place sur la Transat AG2R. Il travaille depuis lors au sein du Charal Sailing Team, avec lequel il a décroché la 3ème place de la Transat Jacques Vabre 2019. Misant sur sa compétence et son implication sans faille, Jérémie Beyou et son team l'ont nommé Skipper remplaçant pour le Vendée Globe 2020. Il est en 2021 au départ de sa 6ème Transat Jacques Vabre. Christopher Pratt est aussi un entrepreneur ambitieux et accompli. En parallèle de son parcours sportif, il a cofondé en 2008 la société MARSAIL spécialisée dans l'évènementiel nautique, puis développé des solutions d'accompagnement managérial pour les entreprises en utilisant les outils spécifiques de la course au large. Passionné par les interactions Sport- Entreprise, avec le laboratoire de recherche Sport MG Performance de l'Université d'Aix-Marseille, il a travaillé sur la prise de décision et de motivation en milieu extrême.

4. Les partenaires de l'association

Les partenaires de Guérir en Mer rendent possible son action auprès des soignants.

5. Ressources & Contact

Photos HD : https://drive.google.com/drive/folders/1QUyjBqbGvjXEsy1V5liKTUl_WWDnq8Ku?usp=sharing

Teaser de l'événement : https://vimeo.com/690683458/0165fea557

Site web : https://guerirenmer.com/

Contact Presse

Marine CREST-GUILLUY (Présidente) +33 6 26 98 44 54 marine.crest@hotmail.fr

Affiche de l'événement

GUÉRIR EN MER

Guérir en Mer
Association loi 1901
2, boulevard Michelet
13008 Marseille