Mon p'tit cahier Route du Rhum

Destination Guadeloupe !





IMOCA

COUP DE POUCE

PARTENAIRE DE LA RÉUSSITE À L'ÉCOLE



Avec

Manu Cousin

et

Poulpito



Les skippers de la Route du Rhum partent traverser l'Atlantique !

Six catégories de voiliers prendront le départ de La Route du Rhum dimanche 1er novembre 2026 :

- Ultim
- OceanFifty
- IMOCA
- Class40
- Vintage Mono
- Vintage Multi

Manu est inscrit dans la catégorie IMOCA, sur son 60 pieds "Coup de Pouce".

La règle est la même pour tous : un skipper par bateau, un départ unique. Le plus rapide à rallier la Guadeloupe dans sa catégorie a gagné.



Manu à son arrivée de La Route du Rhum 2022

Le sais-tu ?

Connais-tu le joli surnom de la Guadeloupe ?
On dit que c'est l'île
.....

Petit indice :
c'est le nom d'un très bel insecte !

Le sais-tu ?

Le pied est la mesure que les Français ont emprunté aux Britanniques pour parler de la longueur d'un bateau.

Coup de Pouce, comme tous les IMOCA, mesure 60 pieds, soit 18,29 mètres !

Mais alors, combien mesure 1 pied ?
.....



A toi de jouer !

Quelle est la longueur en mètres des Class40 (40 pieds) et OceanFifty (50 pieds) ?

40 pieds = ...

50 pieds = ...



À savoir pour devenir un vrai marin !

En navigation,
la distance s'exprime en mille.
1 mille nautique (Mn) = 1,852 km.

Et la vitesse se compte en noeud.
1 noeud (nd) = 1,852 km / heure.

Combien d'heure mettra un bateau dont la vitesse est de 10 noeuds pour parcourir 10 milles ?





Quel est ton nom ?

Manu va rencontrer de nombreux animaux pendant la traversée de l'Atlantique ainsi qu'en Guadeloupe. Entoure les animaux dont le nom contient le son "O".



Le sais-tu ?



Comment appelle t-on les habitants de Saint-Malo ?

.....



Comment appelle t-on les habitants de Pointe-à-Pitre ?

.....

Mots mêlés

X	Z	S	G	N	V	W	Z	B	C	B	Q
X	Y	B	H	A	M	T	C	C	R	I	E
Z	N	R	Y	E	A	S	O	L	E	I	L
U	K	E	A	C	R	T	W	R	I	Z	E
C	K	T	N	O	I	R	I	Q	L	S	S
Q	C	A	T	E	N	A	G	N	I	E	R
R	H	G	I	K	T	P	N	T	O	U	U
E	B	N	L	I	N	M	K	N	V	G	O
U	N	E	L	M	E	E	K	A	C	A	C
G	Q	O	E	T	V	R	J	J	B	V	O
L	S	G	S	T	E	M	P	E	T	E	D
A	Y	C	O	R	S	A	I	R	E	J	L

Trouve et entoure les mots ci-dessous dans la grille. Ils peuvent être lus dans les deux sens, horizontalement, verticalement et également en diagonale.

- Bretagne
- Océan
- Antilles
- Vagues
- Voilier
- Corsaire
- Course
- Marin
- Algue
- Soleil
- Remparts
- Solitaire
- Vent
- Tempête



Devinette très sérieuse !

Connais-tu le nom de l'instrument dont se servaient les marins avant l'invention du GPS, pour connaitre leur position en mer ?

.....







Partons en 1534 !

En 1534, le roi de France, François Ier, cherche un navigateur courageux. Il choisit **Jacques Cartier**, natif de Saint-Malo, et lui donne deux navires afin de traverser l'océan Atlantique pour chercher un passage vers l'Asie.

À cette époque, les bateaux n'ont ni moteur, ni GPS, ni téléphone. Les marins se repèrent grâce aux étoiles, aux cartes et à leur boussole. Les voyages sont longs et dangereux !

Après plusieurs semaines en mer vers l'ouest, Jacques Cartier et ses hommes arrivent sur une côte. Ils découvrent alors des paysages immenses, des forêts, des rivières et des terres inconnues déjà peuplées d'Amérindiens !



En 1535, Jacques Cartier explore cet endroit. Il entend les habitants autochtones utiliser le mot « kanata », qui signifie « village ». Il reprend ce mot pour désigner cette région. Au fil du temps, le nom **Canada** s'étend à tout le pays !

Pirate !

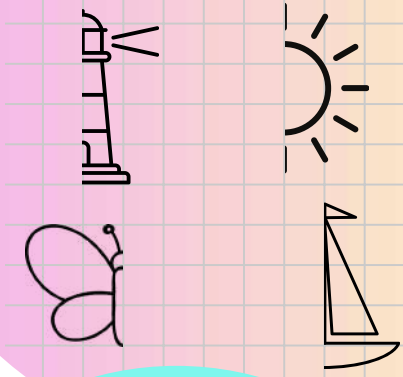
Tous ces pirates vont par paire, sauf un ! Entoure-le.





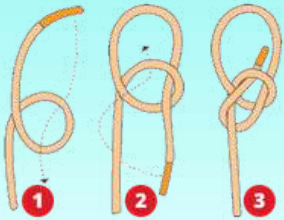
Jeu de la symetrie

Trace la partie manquante. Les deux côtés doivent être identiques !



Nœud marin

Le nœud de chaise est à la fois solide et facile à dénouer. Comme Manu, deviens un vrai marin et apprends à faire un nœud de chaise :



Devinette pas du tout sérieuse !

Quel est l'animal le plus léger ?

.....





LE COIN DES GOURMANDS



Recette du blanc manger coco

Le dessert traditionnel antillais

Ingrédients

1 litre de lait
150 gr de maïzena
120 gr de sucre
20 cl de lait de coco
80 gr de noix de coco

Préparation (avec l'aide d'un adulte)

Dans une casserole, mettre la moitié du lait et la maïzena. Bien mélanger afin de diluer la maïzena. Verser le reste du lait et mélanger. Puis ajouter le sucre, le lait de coco et la noix de coco râpée.

Mettre la casserole sur feu moyen, mélanger avec le fouet jusqu'à faire épaissir la préparation (environ 20 min). Retirer du feu et verser dans un moule préalablement graissé.

Mettre au frais pendant 2 heures.

C'est prêt ! Régale toi bien !





PROTÈGEONS L'OCÉAN

La mer n'est pas une poubelle ! Et pourtant, on y retrouve des déchets de toute sorte.
A ton avis, quel est le temps de décomposition des objets suivants ?



Trognon de pomme : de ..... à ..... mois



Mégot de cigarette : de ..... à ..... ans





Canette : ..... ans





Bouteille en plastique : ..... ans







Bouteille en verre : ..... ans

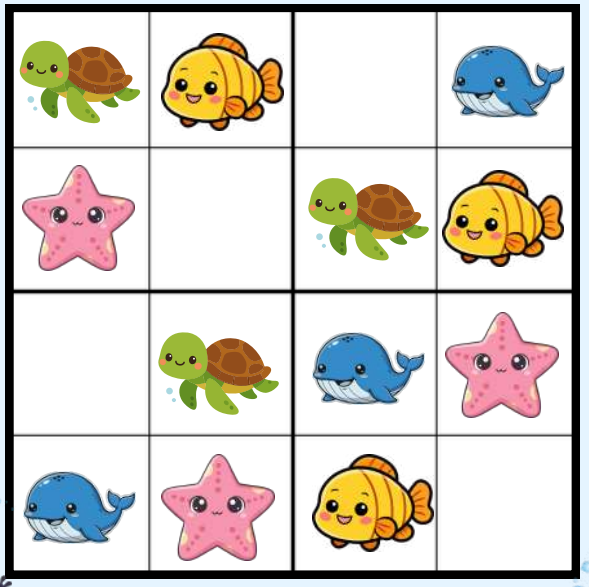


LE SUDOKU DES ANIMAUX

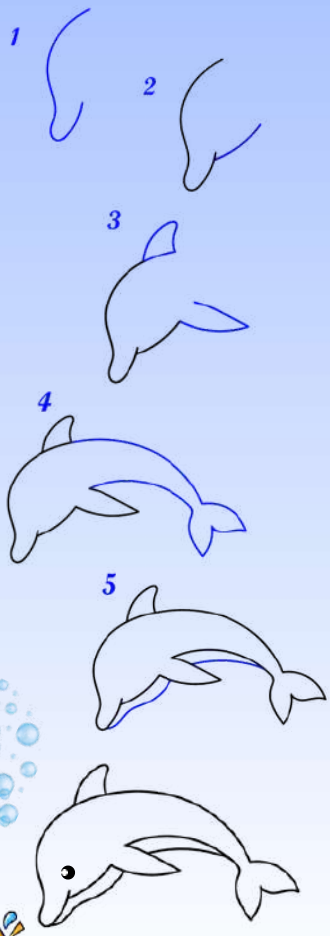


Remplis chaque case vide avec l'animal manquant.
Un animal ne peut apparaître qu'une seule fois dans une ligne, une colonne ou un bloc de 2x2.





Dessine-moi un dauphin









BLAGUES

Deux poissons nagent à toute vitesse entre des rochers. Soudain, ils aperçoivent une étoile de mer et s'écrient : "Attention, v'la le shérif !"

Deux grains de sable arrivent sur une plage. L'un d'eux dit : "Oh non, il y a déjà plein de monde !"



Les solutions



Page 2

Le sais-tu ?
Si un 60 pieds mesure 18,29 mètres, alors 1 pied équivaut à 0,3048 mètres (ou 30,48 centimètres)

A toi de jouer !
OceanFifty (50 pieds) = 15,24 mètres
Class40 (40 pieds) = 12,19 mètres

Le sais-tu ?
La Guadeloupe est aussi appelée “Ile Papillon” car les 2 iles principales (Basse-Terre et Grande-Terre) ont la forme de ce bel insecte.

À savoir pour devenir un vrai marin !
Le bateau mettra 1 heure

Page 3

Quel est ton nom?
Les animaux dont le nom contient le son “o” sont :
Colibri - Dauphin - Tortue - Poisson volant (ou “exocet”)



Le sais-tu ?

Les habitants de Saint-Malo sont les Malouins et Malouines
Les habitants de Pointe-à-Pitre sont les Pointois et Pointoises

Mots mêlés

X	Z	S	G	N	V	W	Z	B	C	B	Q
X	Y	B	H	A	M	T	C	C	R	I	E
Z	N	R	Y	E	A	S	O	L	E	I	L
U	K	E	A	C	R	T	W	R	I	Z	E
C	K	T	N	O	I	R	I	Q	L	S	S
Q	C	A	T	E	N	A	G	N	I	E	R
R	H	G	I	K	T	P	N	T	O	U	U
E	B	N	L	I	N	M	K	N	V	G	O
U	N	E	L	M	E	E	K	A	C	A	C
G	Q	O	E	T	V	R	J	J	B	V	O
L	S	G	S	T	E	M	P	E	T	E	D
A	Y	C	O	R	S	A	I	R	E	J	L



Page 4

Connais-tu le nom de l’instrument dont se servaient les marins avant l’invention du GPS, pour connaitre leur position en mer ?
Le sextant

Le sextant, autrefois appelé astrolabe, a été inventé au début du 18e siècle. C’est un appareil de mesure d'angle. Il permet de mesurer l'angle entre un astre (le soleil, une planète ou une étoile) et l'horizon. En faisant coïncider cette mesure et une heure très précise, des calculs permettent d'indiquer une position.

Pirate !
C’est le petit koala qui se retrouve seul.



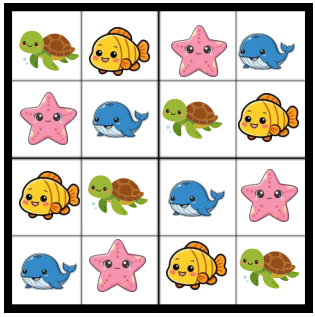
Devinette pas du tout sérieuse
Quel est l’animal le plus léger ?
La palourde

Page 5

Protègeons l’océan
Quel est le temps de décomposition des objets suivants :
Trognon de pomme : de 1 à 5 mois
Mégot de cigarette : de 1 à 3 ans
Canette : 200 ans
Bouteille en plastique : 400 ans
Bouteille en verre : 500 ans

Page 6

Sudoku



DEMAIN SE JOUE AUJOURD'HUI



COUP DE POUCE

PARTENAIRE DE LA RÉUSSITE À L'ÉCOLE

www.coupdepouceassociation.fr

La raison d'être de Coup de Pouce est de favoriser la réussite scolaire de tous.
Sa mission est la prévention précoce du décrochage scolaire, lors des premières années de scolarité : celles de l'acquisition des savoirs fondamentaux, celles où se développent la confiance de l'enfant, le sens donné aux apprentissages et le plaisir des mots, de la lecture et des mathématiques.

- *64% des enfants bénéficiant de lecture partagée sont les meilleurs lecteurs à l'école.**
- *89% des enseignants constatent que les enfants accompagnés sont davantage motivés dans leur travail scolaire.*
- *87% des parents accompagnés dans le programme Lecture (CLE en CP) ont changé leur façon d'accompagner leur enfant dans sa scolarité.*

**Adriana Bus, Review of Educational Research, 1995*



*"Parrain de l'association depuis 2018, il me tient à coeur de faire connaitre **Coup de Pouce** au plus grand nombre. Des enfants ont besoin d'être accompagnés dans les apprentissages fondamentaux comme la lecture, l'écriture ou les mathématiques. Quand on sait qu'un élève sur cinq ne maîtrise pas les fondamentaux en entrant en 6ème et que 90% d'entre eux étaient déjà en difficulté en grande section de maternelle, on comprend qu'il est urgent d'agir.*

Redonnons de la confiance aux enfants qui en ont le plus besoin, accompagnons les et donnons leur les moyens d'aller au bout de leurs rêves. Si je peux contribuer un peu à ça, à faire connaître l'association et à développer beaucoup plus de clubs Coup de Pouce, alors on aura tout gagné !"

Manuel Cousin





TU SOUHAITES SUIVRE MANU PENDANT LA COURSE ?

Tous les liens pour suivre Manu et son IMOCA Coup de Pouce

manuelcousin_

manuelcousin71

Manuel Cousin - IMOCA

manuelcousin.com

MERCI À TOUS MES PARTENAIRES DE METTRE DU VENT DANS LES VOILES DE COUP DE POUCE !

BRIOCHES Fonteneau Depuis 1977 · altitude Infra. · NIL · HYUNDAI OCÉANE AUTOMOBILES · PANNOR · KOHLER OPTICIENS · GIFFARD Manufacture · LIGNE & LUMIÈRE · CAFÉS ALBERT · Lemnia · Groupe SETIN · oasis projet · HUDDL · SLAM · sofa · LES COIFFEURS · Enihcam