

LE 1^{ER} SKIPPER HANDISPORT AU DÉPART DU VENDÉE GLOBE













LA PHILOSOPHIE DE DAMIEN

Le Vendée Globe est une aventure un peu hors norme. Il faut essayer de bien la vivre avant pour bien la vivre pendant.»

- Page 22

J'ai toujours fait ce que j'avais envie de faire et jamais, ma famille ne m'a dit : « ne fais pas ça car tu n'en es pas capable.» - Page 9 Même si
j'ai toujours
principalement fait de la
course en solitaire, je n'ai
jamais fait ça pour moi
uniquement. J'ai toujours
essayé d'embarquer
le plus de monde dans
l'aventure»

- Page 12

Il ne faut jamais remettre à deux mains, ce qu'on peut faire à une seule .»

«Je n'ai pas la volonté de tout contrôler car je sais parfaitement que je n'y arriverai pas.

-Page 23

« J'ai appris à me faire confiance sur l'imprévu... J'ai envie de vivre les choses tout simplement comme un bizuth sur un Vendée Globe. - Page 23



« Si tu es arrivé sur les Jeux avec le niveau pour les gagner, c'est que tu as la bonne méthode donc inutile d'en mettre en place une autre six mois avant. Pour le Vendée Globe, je fais pareil.

- Page 22



Les JO, c'est tellement à part et hors du temps, que tu voudrais que cela dure toujours mais ce n'est pas possible... C'est justement pour ça que ça a de la valeur.» - Page 10

«Concernant la préparation physique, je n'ai pas l'intention d'être Hulk au départ

-Page 24



LE GROUPE APICIL ET DAMIEN SEGUIN, RÉUNIS AUTOUR DE L'INCLUSION DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Un Groupe et un skipper engagés

Depuis plusieurs années, le Groupe APICIL fait de son engagement pour l'accompagnement et l'inclusion des personnes en situation de handicap, l'un des axes prioritaires de son action sociale. APICIL a d'ailleurs été pionnier dans ce domaine en créant dès 1995, la Team APICIL: une équipe composée d'athlètes handisportifs de haut-niveau. L'idée fondatrice de ce projet est qu'en développant la pratique du sport à tous les niveaux et en la rendant visible, le handicap s'efface au profit de l'exploit sportif.

De son côté Damien Seguin, né sans main gauche et triple médaillé paralympique a toujours défendu la mixité et l'inclusion. En 2005, il décide de se lancer dans la course au large au sein de la classe Figaro mais n'obtient pas l'autorisation de participer à La Solitaire du Figaro, l'épreuve phare du circuiten raison de son handicap. Il créé alors l'association « Des Pieds et Des Mains » afin de développer l'accès des sports nautiques aux personnes en situation de handicap.

Le Groupe APICIL

Protégeretservir, toutes les personnes quelles que soient leur situation personnelle ou professionnelle, leurs forces ou leurs fragilités c'est la mission du Groupe APICIL.

S'engager et agir pour les plus vulnérables, c'est la responsabilité du Groupe APICIL.

Au-delà de ses activités en Retraite, Santé-Prévoyance, Services Financiers et Épargne, le Groupe APICIL mène des projets innovants grâce à ses différents fonds sociaux.

Partie prenante de l'économie sociale et solidaire, le Groupe APICIL contribue à l'avancée de projets sociétaux majeurs. C'est donc tout naturellement autour du partage de ces mêmes valeurs et de ce combat commun que le marin et l'entreprise se rencontrent fin 2017. Une rencontre fructueuse puisqu'en février 2018, le Groupe APICIL choisit de s'engager aux côtés de Damien sur le circuit IMOCA.

« Cette rencontre n'est pas venue totalement par hasard. Quand nous avons monté ce projet Vendée Globe, nous avons ciblé des entreprises qui correspondaient à ce projet final. Nous avons fait un pas vers le Groupe APICIL, ils ont fait un pas vers nous. Et naturellement, l'histoire s'est faîte. Nous étions et nous sommes toujours sur la même longueur d'onde sur le message que nous voulons faire passer» raconte Damien avec enthousiasme.

Le 4 novembre 2018, sous les couleurs de Groupe APICIL, Damien Seguin devient le premier skipper handisport à prendre le départ de la Route du Rhum – Destination Guadeloupe à bord d'un IMOCA (monocoque de 18.28 mètres).

... pour écrire l'histoire

Début 2019, après une Route du Rhum – Destination Guadeloupe brillamment menée sportivement (Damien termine 6°), le Groupe APICIL décide de prolonger son partenariat avec le triple médaillé paralympique avec comme perspective la participation historique d'un handisportif au Vendée Globe 2020. Commence alors une grande aventure avec en préambule la Transat Jacques Vabre 2019 que Damien bouclera à la 13° place.



En 2018, le projet de partenariat a été largement soutenu par les collaborateurs du Groupe. Ce projet voileest devenuun véritable projet d'entreprise qui nous rassemble autour de valeurs communes et c'est également l'occasion pour le Groupe de valoriser ses membres et ses marques.

Nous devions au départ accompagner Damien uniquement sur la Route du Rhum et puis nous avons finalement décidé d'aller plus loin, de relever avec lui le Défi du Vendée Globe. C'est un véritable challenge qui s'offre à nous. C'est aussi une véritable opportunité de faire connaître le Groupe APICIL et ses membres, nos valeurs sur une échelle nationale et de partager notre politique RSE tournée vers la lutte contre les vulnérabilités. Sur le plan sportif, Damien a toute notre confiance. Il a déjà écrit parmi les plus belles pages de l'histoire du sport, notamment dans ses défis paralympiques, et nous savons qu'il rêve d'ajouter de belles lignes à son palmarès» explique Philippe Barret, Directeur Général du Groupe APICIL.

L'action sociale

L'action sociale du Groupe APICIL agit comme un véritable « incubateur social » qui apporte un appui en termes d'accompagnement et / ou de financement dans la création et la mise en œuvre de projets ou actions à visée sociétale. Ce soutien se manifeste dans l'accompagnement de projets de prévention collectifs ou sous forme d'aides individuelles. Les dotations sociales retraite et santé-prévoyance permettent d'agir en faveur de la prévention santé, de l'emploi, de la solidarité, du handicap, du bien vieillir...



LE SKIPPER, L'HOMME, SON HANDICAP

Damien Seguin est né sans main gauche le 3 septembre 1979 à Briançon. Fils d'un père guide de haute montagne et d'une mère infirmière, Damien est bercé dès son enfance dans le milieu du sport notamment au travers de l'activité professionnelle de son papa. «Mon père faisait beaucoup d'escalade et dès que j'ai su marcher, il m'a mis sur un mur» raconte celui qui, tout petit déjà rêvait de devenir champion. «J'ai toujours voulu me mesurer aux autres. J'étais très actif.» Et pas question pour lui de faire de son handicap un frein. «Je ne me posais pas la question de mon handicap car mon entourage ne se la posait pas donc c'était plus facile. Mes parents devaient s'en soucier mais je ne le ressentais pas. J'ai toujours fait ce que j'avais envie de faire et

Du coup, j'essayais de cacher mon handicap mais ce n'était pas un facteur de démotivation.» DAMIEN SEGUIN,

skipper Groupe APICIL

Marié, 2 enfants

Vit à **Auray**

Né le **3/09/1979** à Briançon

1ère participation au Vendée Globe

iamais, ma famille ne m'a dit : «non ne fais pas ça car tu n'en es pas capable ou fais attention. Etant papa aujourd'hui, je sais qu'il y avait forcément un côté protecteur des parents mais ils le nuançaient. Je n'ai jamais vraiment eu de problèmes, petit. C'était plus compliqué à l'adolescence car la relation que tu entretiens avec ton corps et celui des autres change. Je me rendais bien compte que j'étais différent, que cela gênait certaines personnes ou que c'était sujet à des moqueries. Du coup, j'essayais de cacher mon handicap mais ce n'était pas un facteur de démotivation, bien au contraire! C'était plus sur l'aspect social que ca me posait des difficultés.»

Le Rhum, la révélation!

En 1989, son père est muté en Guadeloupe. Toute la famille Seguin part donc s'installer pendant dix ans à Pointe-à-Pitre. Un an après son arrivée sur l'île. Damien assiste à l'arrivée de la Route du Rhum 1990. Le jeune Briançonnais arpente les pontons et fait la chasse aux autographes des grands skippers tels Bourgnon, Arthaud, Poupon, Peyron... Et c'est la révélation! «Dans toutes les passions, il y a un moment déclencheur. Pour moi, ça a été l'arrivée de la Route du Rhum 1990. Je me suis dit que je voulais faire comme tous ces marins» confie Damien qui, quelques mois après, s'inscrit dans un club de voile de l'île et commence à régater en Optimist. L'orée d'une belle et longue carrière...



Dans toutes les passions, il y a un moment déclencheur. Pour moi, ça a été l'arrivée de la Route du Rhum 1990. Je me suis dit que je voulais faire comme tous ces marins»

Finalement il se prend de passion pour la voile. Mordu de compétitions, Damien enchaîne les supports: quillard olympique Hobbie Cat, Tornado, Formule 18, 2.4 mR ... Appliqué, rigoureux et talentueux, le régatier collectionne les victoires et les places d'honneur mais c'est en 2.4 mR (petit quillard solitaire, discipline paralympique) qu'il glanera ses plus beaux titres. En 2004, à 25 ans, il participe pour la première fois aux Jeux paralympiques d'Athènes et remporte sa première médaille d'Or. Une expérience qui le marquera à jamais. «Les JO, c'est tellement à part et hors du temps, que tu

voudrais que cela dure toujours mais ce n'est pas possible... C'est justement pour ça que ça a de la valeur.» explique-t-il.

Son sacre en poche, il se lance dans la course au large. Il choisit le circuit Figaro, celui qui forme au solitaire. Le marin n'en n'oublie pour autant pas la voile olympique et mène alors de front deux carrières. En 2005, alors qu'il remporte un premier titre de champion du Monde en 2.4 mR, il n'obtient pas l'autorisation de participer à la Solitaire du Figaro en raison de son handicap. Un véritable coup dur pour celui qui souhaite faire bouger les lignes. Mais si l'homme aime les défis, il sait aussi être patient.

«Cette période a été compliquée à vivre pour moi car je ne comprenais pas pour quoi ça m'arrivait. J'avais l'impression qu'on me jugeait sur des préjugés plus que sur mes qualités de navigation mais je me suis dit que tout venait à point à qui sait attendre. Je n'avais pas envie que d'autres vivent également cette expérience » Engagé, il créé alors l'association «Des Pieds et Des Mains » pour soutenir les jeunes sportifs handivoile dans leur parcours et favoriser la mixité dans ce sport. Un an plus tard, sa patience, sa détermination et sa force de conviction porteront ses fruits. Le skipper est au départ de sa première Solitaire du Figaro.



Damien, l'insatiable!

En 2010, après avoir couru trois Solitaire du Figaro et remporté une médaille d'argent aux Jeux Paralympiques de Pékin en 2.4 mR, Damien s'apprête à réaliser son rêve de gosse en prenant le départ de la Route du Rhum à bord du Class 40 ERDF Des Pieds et Des Mains. Il termine 10° et très vite une autre petite lubie lui vient en tête. «Cette traversée m'a conforté dans l'idée que j'aimais faire du large en solitaire. C'est à ce **moment-là que je me suis dit** « Pourquoi pas le Vendée Globe?» Je me laissais toutefois le temps de faire plusieurs saisons en Class 40» explique le Briançonnais. L'idée fait son chemin. En attendant, Damien continue de naviguer. En 2.4 mR tout d'abord. Discipline dans laquelle, il décroche en 2012 et 2015, son 3e et 4e titre de Champion du Monde puis une seconde médaille d'Or aux Jeux Paralympiques de Rio en 2016. En class 40 ensuite, il participe en 2011 et 2013 à la Transat Jacques Vabre en compagnie de Yoann Richomme et est au départ de sa deuxième Route du Rhum en 2014. Et comme si tout cela ne lui suffisait pas ... En 2017, il étoffe son palmarès en remportant le Tour de France à la Voile à bord du Diam 24 Fondation FDJ – Des Pieds et Des Mains et clame haut et fort son envie d'être au départ du Vendée Globe 2020.

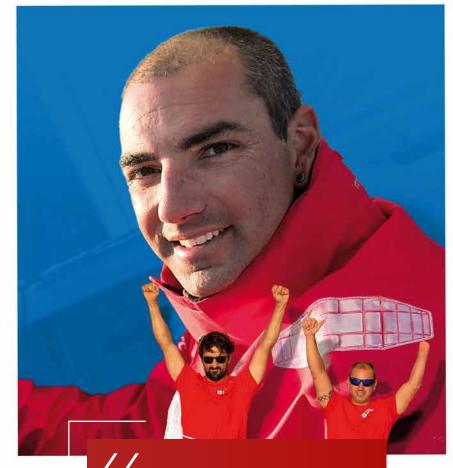




J'ai toujours essayé d'embarquer le plus de monde dans l'aventure.»

Quelques mois plus tard, il est à Lyon dans les bureaux de son futur sponsor, Groupe APICIL. Entre eux, le courant passe. L'entreprise et le marin ont les mêmes valeurs et tiennent à les partager au plus grand nombre. L'histoire débute en 2018 et s'écrit désormais en monocoque 60' aux couleurs du Groupe APICIL. Après une Route du Rhum (6°) et une Transat Jacques Vabre (13° avec Yoann Richomme), c'est un tout autre défi qui attend Damien et son sponsorcette année : le Vendée Globe.

Un défi de taille pour celui qui sera le premier skipper handisport à prendre le départ de cette course mythique autour du monde sans escale et sans assistance. Pour cela, Damien pourra compter sur le soutien inconditionnel de tout un groupe. «C'est hyper motivant. C'est une épreuve en solitaire mais au final j'embarque plein de monde avec moi ce qui aide énormément dans les moments difficiles. Même si j'ai toujours principalement fait de la course en solitaire, je n'ai jamais fait ça pour moi uniquement. J'ai toujours essayé d'embarquer le plus de monde dans l'aventure.»



Nous avons choisi d'accompagner
Damien pour deux raisons : sa
personnalité comme sportif de haut
niveau handisport et pour la voile qui est un sport
qui engendre beaucoup de valeurs en rapport avec
la politique RSE du Groupe APICIL notamment au
travers de l'environnement. L'alliance de ces deux
facteurs étaient porteurs de valeurs pour illustrer
notre politique d'inclusion. »

NATHALIE GATEAU

Directrice mécénat et engagements sociaux



DAMIEN SEGUIN, LES YEUX DANS LES YEUX

Damien, dans quel endroit ou à quel moment te sens-tu le mieux?

«Il y en a plein car ça englobe beaucoup de choses. Ça peut être un lieu géographique mais ça ne suffit pas. Il faut aussi prendre en compte ton état d'esprit à ce moment-là et les personnes qui t'entourent. En tous cas, c'est quelque chose qui est complètement en dehors du sportif ou du bateau. Je vois plus quelque chose comme en vacances, en famille à la montagne l'été. J'ai grandi dans l'ambiance montagne l'été. Tu es un peu déconnecté de tout. C'est vrai que si je n'avais pas été au bord de l'eau, je pense que j'aurais puêtre à la montagne car c'est quelque chose qui me correspond bien. En même temps, il y a beaucoup de points communs entre la meret la montagne. C'est une relation à la nature et aux éléments qui est très particulière.»

Quelles ont été les personnes déterminantes dans ta vie?

«Il y a mes parents évidemment car je pense qu'à l'époque ce n'était pas simple d'avoir un premier enfant qui est né avec un handicap. Ils ont réussi à faire de moi ceque je suis etça c'est aénial. Quand je vois aujourd'hui la quantité de questions que peuvent se poser des parents qui ont un enfant avec un handicap...Quand je vois qu'ils n'arrivent pas à se projeter sur la vie qu'il peut avoir, qui s'en font tout une montagne...Je me dis que j'ai vraiment eu de la chance d'avoir eu des parents comme les miens. C'est certain.»

Sije n'avais pas été au bord de l'eau, je pense que j'aurais pu être à la montagne.»

Après, il y a plein de personnes qui ont été là au bon moment dans mon parcours professionnel ou sportif. Je pense notamment à Jean-Jacques Dubois (son coach en voile olympique, ndlr) qui a été une personne clef et qui fait toujours partie de monenvironnement. Je pense à Tifenn aussi (sa femme, ndlr). Et puis il y a toutes les personnes qui sont là aujourd'hui autour de ce projet. Il n'y a pas de miracle. Si elles sont là, c'est que je les ai rencontrées à un moment donné et nous avons décidé de faire un bout d'aventure ensemble.»

La discipline, l'organisation, est-ce essentiel à tes yeux?

«C'est certainement l'image que je renvoie car j'aime bien avoir de la rigueur mais paradoxalement non ! J'aime bien aussi laisser les choses se faire naturellement tout en essayant de border afin d'éviter que ça ne parte dans tous les sens. Mais je n'ai pas la volonté de tout contrôler car je sais parfaitement que je n'y arriverai pas.»

Quel défaut souhaiterais-tu gommer chez toi?

«Je ne vais pas naturellement vers les gens. Je ne suis pas un ours mais je suis quelqu'un d'assez timide et réservé. Et comme j'ai tendance à me préserver, j'ai vite fait d'éviter les moments où je ne me sens pas très à l'aise. Par exemple, je ne suis pas un grand fêtard. Tous ces endroits comme les boîtes de nuit ou autres qui vont concentrer des gens que je ne connais pas, me mettent mal à l'aise. Par ailleurs, je suis assez maniaque sur certaines choses. J'aime bien que les choses soient à leur place. Un élément a sa fonction, je l'utilise dans sa fonction. En résumé, je n'aime pas le désordre désorganisé. Le désordre organisé, c'est autre chose, c'est une vraie qualité.»

Le défaut chez toi qui te fait sourire?

«Rires. Je ne cuisine pas souvent mais quand je le fais il faut toujours que cela prenne des proportions extraordinaires. Je ne me contente pas de la médiocrité. Attention, je ne dis pas que j'en impose avec ma cuisine. Il m'arrive de faire des flops mais il faut que je me jette corps et âmes dans le truc. Je retourne la cuisine et tous les ustensiles doivent y passer.»

Quels sont les sportifs qui t'ont inspiré?

«Je fais partie de cette génération de gamins qui a vu les JO à la télévision et qui a vu Carl Lewis. Pour moi ça reste un sportif de référence avec Michael Jordan. Ce sont des modèles. Dans la voile, Philippe Poupon ou encore Loïck Peyron m'ont toujours inspiré.»



VOILE PARALYMPIQUE

2016

Médaille d'or aux Jeux Paralympiques de Rio en 2.4 mR

2012

4º des Jeux paralympiques de **Londres** (Weymouth) en 2.4 mR

2008

Médaille d'argent aux Jeux Paralympiques de Pékin en 2.4 mR

2004

Médaille d'or aux Jeux Paralympiques d'Athènes en 2.4 mR

5 titres de Champion du Monde en 2.4 mR (2019, 2015, 2012, 2007 et 2005)

22 victoires sur les Coupes du Monde en 2.4 mR

DISTINCTIONS

Porte drapeau de la délégation française et capitaine de l'Equipe de France Paralympique 2012

Officier de la légion d'honneur le 1er décembre 2016

Officier de l'ordre national du mérite



POURQUOI LE VENDÉE GLOBE?

Le 8 novembre prochain, Damien Seguin et le Groupe APICIL écriront une nouvelle page dans l'histoire du Vendée Globe. A 41 ans, il sera le premier skipper handisport à participer à ce tour du monde en solitaire sans escale et sans assistance. Une fierté pour Damien qui pour autant ne mise pas tout là-dessus comme il nous l'explique.

> Ça a son importance certes même si ce n'est pas mon handicap qui m'a motivé à faire le Vendée Globe.

Cette dimension autour du handicap est quelque chose qui est venue au fur et à mesure, un enjeu de communication et notamment après ce qui s'est passé en 2005 lors de mes débuts dans la course au large car cela a révélé qu'il y avait un vrai problème avec le handicap dans la société et dans le milieu sportif. Donc c'est symbolique mais pour que ce symbole ait de la valeur, il faut faire attention à bien communiquer. Le but n'est pas de faire du misérabilisme. Il faut rester dans un projet sportif. L'enjeu est de trouver le juste milieu.»

Le bon moment

«Le Vendée Globe est une aventure, ce n'est pas forcément un rêve de gosse. Ce n'est pas non plus un objectif que j'ai depuis très longtemps même si c'est quelque chose qui me fait rêver et fantasmer car c'est la course la plus difficile. L'envie d'y participer est venue au fur et à mesure. J'ai commencé la course au large en Figaro et puis j'ai continué en Class 40. Après la Route du Rhum s'imposait quasiment de lui-même dans cette continuité. L'idée a muri tant sur le plan familial que professionnel. Nous faisons de -l'IMOCA pour avoir un projet Vendée Globe. Après les jeux de Rio, nous avons senti que c'était le bon moment et nous nous sommes lancés.»

vainqueurs. En revanche, j'ai regardé d'un peu plus près les éditions 2012 et 2016. C'était sympa mais pas tout le temps. Sur le dernier Vendée Globe, sportivement il y a des moments où je ne trouvais pas la course passionnante. Par ailleurs, je trouvais la communication notamment des leaders. très aseptisée. Ca m'intéressait beaucoup moins du coup je me suis attaché à d'autres profils, à des personnes qui racontaient un Vendée Globe différent notamment aux 2014, j'ai voulu évaluer Le Vendée Globe vidéos d'Alessandro Di Benedetto* qui acontaient autre chose qu'une aventure sportive.»

> *Alessandro Di Benedetto a participé au Vendée Globe 2012. Ses nombreuses vidéos envoyées pendant la course sont de beaux témoignages de la vie à bord d'un IMOCA, et d'un plaisir de naviguer contagieux: le skipper l'avait promis, il voulait partager son Vendée Globe avec le grand public.

Ses souvenirs du Vendée Globe

« Honnêtement, je n'ai pas suivi toutes les éditions. Je me suis intéressé après coup au premier Vendée Globe car en 1990 Titouan Lamazou remporte la Route du Rhum en monocoque. Je me souviens alors qu'à l'époque, tout le monde disait qu'il avait « réalisé le doublé ». Du coup, je me suis intéressé à son palmarès et j'ai vu qu'il avait gagné ce tour du monde juste avant. A l'époque, l'épreuve n'était pas aussi médiatisée que maintenant mais il y a, selon moi, quelqu'un qui l'a rendue plus médiatique c'est Loick Peyron avec sa manière qu'il a de communiquer et le sauvetage de Poupon.

Après, je n'ai pas suivi assidument les éditions suivantes. Je me suis intéressé seulement au plateau et aux différents

Je suis assez fière du Groupe APICIL qui a eu l'audace de s'engager et de parier sur un skipper handisport. C'est la première fois qu'un skipper en situation de handicap prendra le départ du Vendée Globe. Cela nous permet de véhiculer un message extraordinaire. Nous avons à faire à un sportif de haut niveau qui a une volonté farouche de dépasser son handicap et qui est très investi dans ce domaine. Il n'est pas simplement focalisé sur son sport, il l'est aussi sur la promotion de l'inclusion. Il sait parfaitement porter le message.»

NATHALIE GATEAU

Directrice mécénat et engagements sociaux



dappris à me faire confiance sur l'imprévu... J'ai envie de vivre les choses tout simplement comme un bizuth sur un Vendée Globe..»

La préparation en amont : Même principe que pour les JO

« J'ai réussi à m'entourer des bonnes personnes. Le Vendée Globe est une aventure un peu hors norme. Il faut essayer de bien la vivre avant pour bien la vivre pendant. J'attache beaucoup d'importance à l'état d'esprit, l'ambiance et la sérénité qui peut régner avant. Je faisais pareil sur mes préparations olympiques. Je me disais : ce n'est pas parce que ce sont les JO que je dois tout réinventer. Si tu es arrivé sur les Jeux avec le niveau pour les gagner, c'est que tu as la bonne méthode donc inutile d'en mettre en place une autre six mois avant. Pour le Vendée Globe, je fais pareil. Je pars de ce même principe. Je peux certainement faire mieux mais ce serait aussi jouer contre-nature.



Je veux essayer de le vivre au quotidien et ce de la meilleure des façons. J'ai bien conscience que ce n'est pas possible de tout maîtriser. Je veux en prendre plein les yeux.... J'ai envie de préparer les choses pour pouvoir faire la plus belle course possible et avoir le maximum de chance de la finir. Je m'attends à découvrir des choses que je n'ai jamais vécues. La course au large permet de se découvrir toujours un peu plus et là, je vais probablement me prendre une bonne claque. Si j'ai la chance de le terminer, je pense que je ne serai plus le même homme.»

La préparation mentale : Un équilibre à trouver

«Je n'envisage pas de faire une préparation mentale particulière. A l'approche d'un Vendée Globe, il faut se sentir prêt à naviguer en solitaire et à vivre un truc auquel nous ne sommes pas préparés. Ça passe par plein d'étapes différentes. Il s'agit de trouver l'équilibre entre ce que je suis capable de maîtriser et ce qui n'est pas maîtrisable pour permettre la découverte qui, à mon sens, est essentielle sur un Vendée Globe. Si je dois faire appel à un coach, ce sera sur une problématique identifiée liée à la pratique en solitaire mais pas sur comment j'aborde ou je gère ce Vendée Globe. J'ai appris à me faire confiance sur l'imprévu... J'ai envie de vivre les choses tout simplement comme un bizuth sur un Vendée Globe.»



Je vais faire une préparation spécifique car je vais aborder notamment dans le Sud des systèmes météo différents, que je n'ai jamais côtoyé.»



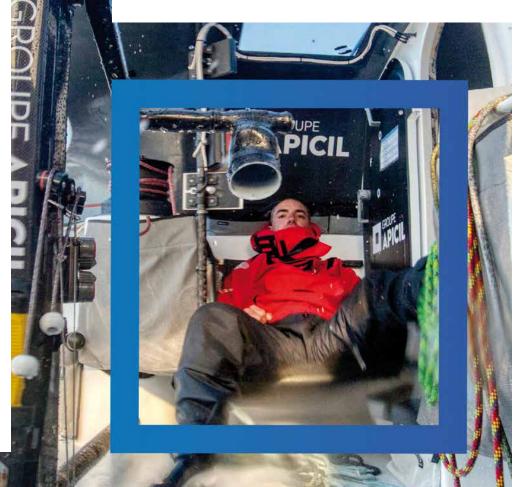
« Concernant la préparation physique, je n'ai pas l'intention de devenir un surhomme ou d'en faire trois fois plus qu'avant sous prétexte que c'est le Vendée Globe. Physiquement, j'ai l'habitude de me préparer pour des échéances. Je commence à bien connaître les problématiques des navigations en solitaire sur ce type de bateau. L'idée est donc de faire les choses bien pour me sentir au top au départ et relever le défi physique qui va durer 90 – 95 jours. Mais je n'ai pas l'intention d'être Hulk au départ.»

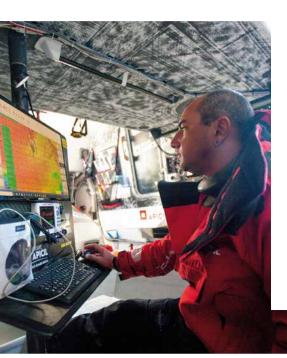
La météo: «Connaître les grands principes »

« Je vais faire une préparation spécifique car je vais aborder notamment dans le Sud des systèmes météo différents, que je n'ai jamais côtoyé. Il paraît notamment que les dépressions tournent dans l'autre sens, c'est déroutant (rires)!!! Encore une fois, je n'ai pas la prétention de vouloir tout maîtriser. Cela n'arrive que dans les rêves! Mais mon but est d'essayer au maximum d'éviter les mauvaises surprises, voire de les gommer. Pour cela, je dois connaître les grands principes, les grands fonctionnements comme ça, quand je serai lâché dans la nature, je saurai davantage m'adapter. Mais actuellement, ce serait prétentieux et surréaliste de penser ou de dire que je sais comment se passe la musique dans le Sud.»

La solitude : l'inconnue qui fait peur

«C'est quelque chose que j'approche avec une certaine appréhension car je n'ai jamais vécu ça. Ma plus longue transat a duré 27 jours. Là, je vais être longtemps tout seul. C'est difficile à aborder car quand tu es aussi loin de tes proches, il y a forcément des choses qui te manquent et il y a une perspective qui est un peu tronquée. Et puis sur un Vendée Globe, il y a un moment où tu cumules tout ce qui est compliqué. Par exemple, quand tu es dans le Sud, tu es à mi-course. Il faut passer Noel et le Nouvel An, seul. Mentalement, je ne sais pas encore dans quel état d'esprit je vais aborder cette période. Ce sera compliqué certainement.»





La luminothérapie: anticiper des besoins

« Je sais que je suis sensible quand il n'y a pas de luminosité, de soleil et qu'il fait froid. Je n'aime pas trop ça. Or, je sais que ce sera le cas pendant trois semaines dans le Sud donc je vais essayer de voir comment gérer au mieux ce moment en essayant de travailler sur de la luminothérapie. Trouver le bouquin que je lirai spécifiquement à ce moment-là. Bref, essayer d'anticiper sur ce qui est anticipable.»





L'alimentation : Nourrir le corps et l'esprit

« J'ai décidé de faire appel à une diététicienne pour le Vendée Globe. Là encore, l'idée est d'essayer d'anticiper pour éviter les mauvais problèmes. La diététique sur un Vendée Globe est quelque chose que je ne connais pas. Contrairement à une transat, nous passons sur un Vendée Globe par des endroits et des systèmes météos différents. L'alimentation joue beaucoup dans la performance et dans l'équilibre du bonhomme. Manger chaud est parfois le seul plaisir que tu peux avoir dans la journée sur le bateau donc il faut que ça en reste un. Il ne faut pas négliger l'alimentation car elle séquence ta journée, elle instaure un rituel. Il faut habituer son corps à manger à des heures fixes par rapport au soleil car ça va beaucoup changer sur le Vendée Globe. Mon rythme est de quatre repas en 24 heures. Le petit-déjeuner une fois le soleil levé puis 3-4 heures après, le repas du midi. Finalement, tu finis par avoir faim aux heures normales de repas et non tout le temps. C'est important pour la digestion.» L'alimentation joue beaucoup dans la performance et dans l'équilibre du bonhomme. Manger chaud est parfois le seul plaisir que tu peux avoir dans la journée sur le bateau.»

Le sommeil : Prendre un rythme

« Je suis assez bon dans les moments compliqués. Si je considère ma dernière Route du Rhum, j'étais meilleur sur la deuxième moitié car j'avais commencé à prendre un rythme. Je tiens des rythmes de sommeil plus courts mais plus intenses. Les premiers jours sont compliqués. Je ne fonctionne pas beaucoup en micro-sieste. Je dors généralement 30 à 40 minutes.»

La détente : de l'avis de tous

«Sur les transats, je m'accorde peu de loisirs mais sur un Vendée Globe tout le monde me dit qu'il faut en avoir sous la main, que c'est important. Je vais donc suivre leur conseil et en prendre à bord. Je vais commencer par emporter des podcasts. Il y a des émissions comme « La Terre au Carré » que je trouve très intéressantes mais ça peut aussi être des émissions de sport comme « L'œil du tigre » qui apporte une vision différente. J'aime bien aussi « Les grosses têtes », c'est plus léger et ça permet de rigoler. Mais en revanche, je n'apporterai rien qui parle de politique. Si je m'en vais, ce n'est pas pour en entendre parler. (rires) J'écoute peu de musique mais je vais quand même demander à ce qu'on me fasse une playlist, même chose pour les films. Je prendrai évidement un ou plusieurs bouquins mais je vais faire attention à mes lectures car j'ai tendance à me projeter énormément dans les histoires et je suis capable de me saper le moral tout seul. Je suis très polars mais là, il ne faudra pas que ça me bouleverse. Je vais donc sérieusement réfléchir aux livres que j'emporte.

LE VENDÉE GLOBE, L'EVEREST DES MERS

24394 MILLES

La distance théorique du Vendée Globe selon l'orthodromie

(route la plus courte). La distance réelle peut-être sensiblement supérieure soit un peu plus de **44 500 kilomètres.**

31 ANS

Départ de la 1ère édition le 26 novembre 1989.

Damien avait alors 10 ans.

74 JOURS, 03 H, 35 MIN, 46 SEC

Le temps de course d'Armel Le Cléac'h,

vainqueur de l'épreuve en 2017.

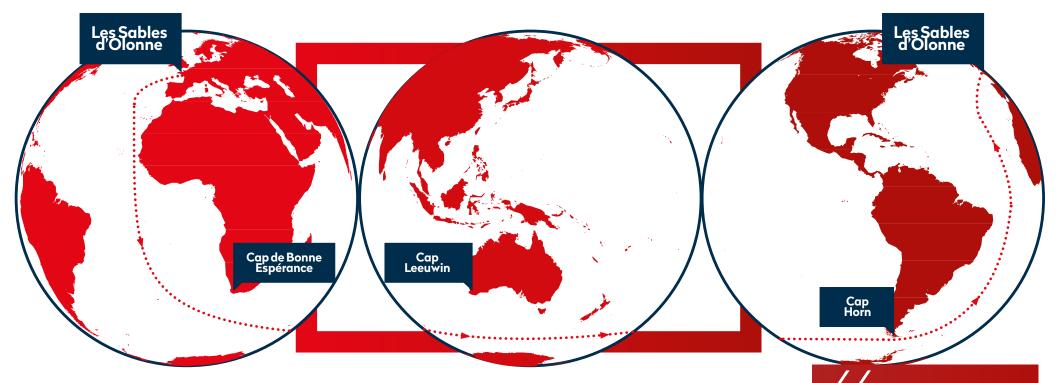
Challenge sportif extrême, Graal des navigateurs en solitaire, le Vendée Globe est surnommé l'Everest des mers. Ce tour du monde à la voile en solitaire, sans escale et sans assistance, d'Ouest en Est, consiste à partir des Sables d'Olonne et passer les trois grands caps de Bonne Espérance, Leeuwin et Horn avant de revenir aux Sables d'Olonne. Si son concept, compréhensible par le plus grand nombre est une des raisons de son succès, ce sont surtout les aventures extraordinaires des marins, empreintes de joies, de peines, d'exploits et parfois de drames qui fascinent le grand public.





LES PASSAGES CLÉS

DU PARCOURS VU PAR DAMIEN



Le départ

« Je l'appréhende car c'est un moment très chargé en émotion et en sentiments. C'est assez unique et émouvant : dire au revoir, à ses proches, ses amis, descendre le chenal ... Je n'ai pas top envie de me projeter dedans car j'ai envie de le vivre sur le moment. »

Les premiers jours

« La problématique de la navigation en solitaire, ce sont les deux trois premiers jours: passer du mode terrien en mode marin. Ce sera un moment clef et le début d'une longue aventure. Après, très honnêtement, je pense qu'il y aura 50 autres moments clés par jour. »

Les trois caps

«Il y aura bien sûr des passages symboliques comme les différents caps car ce sont les choses que nous retenons du Vendée Globe. Et puis il y aura des milliards de choses qui feront que ce sera parfois sympa et parfois très compliqué mais je n'ai pas envie de m'y projeter.»

Pendant les courses, nous sommes les premiers fans de Damien. Nous suivons le bateau via les applications numériques et via les messages que Damien envoie. C'est d'ailleurs ce qui nous tient beaucoup à cœur dans ce projet. Damien a constamment envie de nous faire partager son aventure. C'est assez rare chez les compétiteurs pour le souligner. »

NATHALIE GATEAU

Directrice mécénat et engagements sociaux

UN BATEAU TROISIÈME GÉNÉRATION

31 mai 2008

Date de lancement

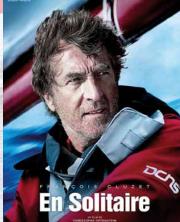




2012

Tournage du film En Solitaire

avec François Cluzet



Avril 2018

Mise à l'eau sous les couleurs de Groupe APICIL

skipper Damien Seguin

2008 à 2012

DCNS

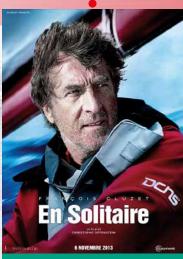
skipper Marc Thiercelin

9 novembre 2008

1er Vendée Globe avec Marc Thiercelin

11 novembre 2008

démâtage du bateau sur le Vendée Globe



2014 à 2017

COMM

Comme un seul homme

skipper Éric Bellion

6 novembre 2016

2nd Vendée Globe avec Eric Bellion

13 février 2017

le bateau et Eric Bellion bouclent leur 1er Vendée Globe à la 9ème place



DEUX IMPORTANTS CHANTIERS

Durant l'hiver 2019, le monocoque de 60' (18,28 mètres) aux couleurs du groupe lyonnais subissait un important chantier. En effet, après une Route du Rhum - Destination Guadeloupe particulièrement éprouvante tant pour l'homme que pour la machine, Damien Seguin et son Team ont souhaité faire un état des lieux complet du bateau et l'optimiser en vue de la saison à venir, de la Transat Jacques Vabre et du Vendée Globe. De janvier à fin mars, pas moins de six personnes se sont affairées sans relâche sur le monocoque Groupe APICIL qui a été intégralement revu. Des dérives angulées ont par ailleurs été mises en place.

Cet hiver, pour optimiser au mieux son bateau et s'élancer en novembre prochain dans des conditions optimales de navigation, le skipper de groupe APICIL a choisi d'installer un nouveau roof et d'intégrer des panneaux solaires.

En 2019, nous n'avons pas touché à la structure du bateau car nous avons tenu à conserver ses points forts, notamment sa fiabilité mais nous l'avons mis à nu pour faire un vrai check-up.

Nous avons par ailleurs installé des dérives angulées pour être beaucoup plus performant. Cet hiver, j'ai choisi de mettre un roof plus moderne et plus compétitif dans le but d'optimise ma sécurité et ma protection. J'ai par ailleurs, fait le chois d'intégrer des panneaux solaires car c'est primordial d'avoi plusieurs sources d'énergies à bord et de s'équiper de c technologie-là.»

DAMIEN SEGUII

LES GRANDES ÉTAPES DU CHANTIER GROUPE APICIL

2019

- Mise en place de dérives angulées
- Changement des voiles
- Gain de poids (500 kg)
- Modification des ballasts qui ont été placés davantage à l'extérieur tout en réduisant leur volume
- Révision du câblage électronique et de l'électricité

2020

Installation d'un nouveau roof et de panneaux solaires

Caractéristiques techniques

Architecte: Finot - Conq Chantier: Multiplast (Vannes) Date de lancement: 31 mai 2008 Longueur: 18,28 mètres Largeur: 5,85 mètres Tirant d'eau: 4,50 mètres Déplacement (poids): 8,5 tonnes Hauteur de mât: 29 mètres

Surface de voilure: 350 m² au près,

610 m² au portant

Et les foils?

« Mettre des foils sur un bateau comme celui-là coûte très cher. De plus, si les foils sont réputés pour être très performants, on sait aussi qu'on perd en sécurité sur le bateau. Si nous avions choisi de mettre des foils, il aurait fallu alourdir le bateau. Or. nous n'étions pas dans cette optique. L'objectif est de mettre un maximum de chance de mon côté pour terminer le Vendée Globe et clairement, les foils ne jouent pas en faveur des statistiques. Voilà pourquoi notre choix s'est porté sur les dérives angulées: c'est quelque chose de plus fiable que ce que j'avais auparavant, économiquement plus intéressant et qui maintient le niveau de fiabilité du bateau.»



UN SOLITAIRE 100% ENTOURE

Au début de son projet en 2018, Damien s'est entouré d'une équipe de préparateurs de bateaux qu'il mutualisait avec le monocoque de Jean Le Cam au sein de la structure Finistère Mer et Vent. Aujourd'hui encore, les deux skippers partagent les mêmes locaux et continuent de s'entraider. En plus de Damien, quatre autres personnes composent la team Groupe APICIL. Une petite équipe constituée et voulue à son image.



Une bonne équipe, c'est avant tout une bonne entente et un bon état d'esprit. Si ces deux éléments sont réunis, je pense que tu peux faire faire n'importe quoi à n'importe qui.

Il ne s'agit pas de constituer une équipe en s'entourant uniquement de gens d'expérience et de professionnels. C'est comme une équipe de foot. Si tu mets 11 stars, ça ne marchera pas. Il faut des gens qui soient à leur place et compétents dans leur domaine. Je suis très satisfait de mon équipe. Ce sont plutôt des jeunes mais ils ont l'honnêteté, comme moi, de reconnaître qu'ils ne peuvent pas être bon partout. Nous sommes complémentaires et tous portés par le projet. Je ne suis pas quelqu'un d'individualiste. Ma réussite, c'est la réussite de toute l'équipe. Je n'aime pas me prendre la tête dans les relations humaines. C'est quelquechose qui me marque beaucoup et qui me gêne lorsque ça arrive. Il faut savoir se dire les choses, prendre du plaisir et rigoler. C'est essentiel!»

Ét parmi ces quatre personnes, on retrouve Tifenn Seguin, la femme de Damien qui gère les relations avec les différents partenaires. Un rôle clef et une présence indispensable pour le marin qui n'imagine pas les choses autrement. « C'est quelque chose d'essentiel car quand je pars c'est elle qui gère tout. Du coup, je pars plus serein car j'ai pleinement confiance. Les enfants ont aujourd'hui une part d'autonomie qui est liée à Tifenn car elle ne peut pas faire tout, toute seule. Etann et Marjanne ont leurs responsabilités mais cela ne les empêche pas de vivre leur vie de gamins. C'est un équilibre que nous avons mis du temps à trouver mais qui nous convient bien aujourd'hui.»

LA TEAM GROUPE APCIL



JEAN-CHARLES MONNET, 38 ans, Directeur Technique

GUILLAUMETROTTE, 25 ans, Boat Captain

Et Jean Le Cam?

« Il continue de me conseiller. Avec Jean, ça s'est fait naturellement et assez simplement. Je suis arrivé et je lui ai dit que j'avais un projet Vendée Globe. Il m'a écouté. Il a trouvé atypique mon parcours, la façon dont je voulais faire le Vendée Globe. Il y a deux ans, on m'aurait dit que nous aurions cet hiver nos deux bateaux l'un à côté de l'autre au chantier et que nous allions préparer de cette manière chacun notre Vendée Globe, je n'y aurais jamais cru. Nous avons appris à nous connaître et à se comprendre. J'ai énormément de respect pour lui. Nous ne sommes pas de la même génération donc il y a forcément des choses qu'il fait, que je ne ferais pas et vice-versa. Mais il y a tellement de choses que j'ai à apprendre de lui. Nous avons deux manières différentes de faire mais il y a plein de choses qui fonctionnent très bien en commun.»







TIFENN SEGUIN, 40 ans, En charge des relations avec les partenaires

À la genèse du projet, il y a eu un temps d'amorçage pour les collaborateurs du Groupe APICIL. Les gens en interne ont pris connaissance du sujet et ont cherché à se documenter mais dès l'instant où Damien est venu incarner le projet, nous avons dépassé une histoire de bateau et de course. Nous nous sommes concentrés sur Damien et tout ce qu'il véhicule. Il est finalement devenu un collaborateur APICIL qui vit une aventure extraordinaire et qui nous la fait partager. Lui et son équipe sont vraiment partie prenante de notre groupe.

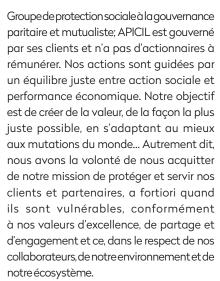
Damien est dans la lignée du groupe car il y a des deux côtés des prises de risques mesurées et de l'audace. Il y a un certain parallélisme entre diriger le bateau et diriger l'entreprise. Cette aventure du Vendée Globe est très cohérente avec l'aventure du Groupe APICIL. Il y a quatre ans, au début de ce partenariat, je ne pensais pas qu'il y aurait une telle adéquation et aujourd'hui ça s'est transformé en une évidence.»

NATHALIE GATEAU

Directrice mécénat et engagements sociaux

LE SENS DE LA RESPONSABILITE

La Groupe APICIL a le sens de la responsabilité sociétale. C'est inscrit dans nos gènes. Ça se lit dans notre histoire.



Notre engagement à lutter contre les vulnérabilités, nos investissements sur le terrainde l'innovation sociale, nos actions pour

lutter contre toutes formes de discrimination et notre volonté de changer les regards sur le handicap font d'APICIL un groupe engagé et responsable reconnu. Nous œuvrons à l'émergence d'un cercle vertueux basé sur la diversité et la solidarité

Une aventure de groupe avec comme boussole... LA SOLIDARITÉ

Notre mission consiste à combattre la vulnérabilité via une action sociale significative et prospective, à soutenir les porteurs de projet qui innovent et veulent transformer les usages, à favoriser l'intégration économique, à renforcer les dispositifs de santé et d'aide à la personne ainsi qu'à promouvoir l'accès des personnes vulnérables à l'emploi, aux loisirs et à la culture.



PRÈS DE 17 M€

consacrés aux dépenses de **mécénat et action sociale**

160 PROJETS COLLECTIFS

financés en 2019

+10000 PERSONNES

ont bénéficié d'action de prévention dans le bus APICIL Prévention Notre volonté
de changer les
regards sur le handicap
font d'APICIL un groupe
engagé et responsable
reconnu»





...et la diversité

APICIL, est également fortement engagé en faveur de la cohésion sociale et la lutte contre toutes formes de discrimination. Nous nous sommes lancés en 2019 dans une démarche d'obtention du label « diversité » et du label « égalité professionnelle » pour valoriser nos engagements en la matière. Aujourd'hui, s'approprier le sujet de la diversité en entreprise nous offre la possibilité de répondre au mieux aux défis qui s'offrent à nous : accepter, reconnaître et respecter toutes les différences individuelles pour faire de nos différences un levier de performance supplémentaire.

7,43%DETRAVAILLEURS

en situation de handicap

92 POINTS

index égalité Femmes-Hommes*

... pour changer le regard sur le handicap

En 2018, le Groupe APICIL a largué les amarres. Plus qu'un voilier, tout un symbole. Plus qu'un marin, un skipper handisport. La rencontre du marin avec le Groupe APICIL et ses membres – APICIL Prévoyance et la Mutuelle Intégrance, spécialiste de la protection des personnes handicapées et dépendantes, rejoints par la Mutuelle MBTP, INTENCIAL Patrimoine, VERALTI Courtage, GRESHAM Banque Privée, One Life – nous permet, ensemble, de franchir un cap!

Damien Seguin devient, avec notre soutien, le premier skipper handisport à prendre le départ du Vendée Globe. Avec lui, le Groupe APICIL tire ses premiers bords dans le sponsoring voile. Après la Route du Rhum-Destination Guadeloupe en novembre 2018, Groupe APICIL sera sur la ligne de départ du Vendée Globe en 2020. Pour Damien Seguin, comme pour le 4° Groupe de Protection

Damien incarne le dépassement de soi et la maîtrise du risque que nous défendons au sein du Groupe.»

Sociale français, c'est une belle aventure. Son audace, sa détermination, sa rigueur incarnent le dépassement de soi et la maîtrise du risque que nous défendons au sein du groupe. Ensemble, nous démontrons que chacun peut aller au bout de ses rêves. Ensemble, nous nous battons pour notre rêve commun d'une société solidaire & inclusive.



Contacts

AGENCE EFFETS MER

Aurélie Bargat

0687843899

abargat@effetsmer.com

Groupe APICIL Jean-Philippe Guerin

0633559496

jean-philippe.guerin@ext.apicil.com

Crédit Photos: Jean-Marie Liot / Jacques Vapillon / Ronan Gladu / Christophe Launay
Conception: Guillaume VERDON | Agence logo | +33 6 20 87 09 62



Damien Seguin - Voile



@sailingdamien



@groupeapicilsports

#GoDamien

groupe-apicil.com







INTENCIAI



GRESHAM



APICIL Transverse - Association de moyens du Groupe APICIL régie par la loi du 1er juillet 1901, enregistrée sous le n° SIREN 417 591 971, ayant son siège social au 38 rue François Peissel 69300 Caluire et Cuire.

GRESHAM Banque - Société Anonyme à Directoire et Conseil de Surveillance au capital de 8 997 634 € immatriculée au RCS de Paris sous le n° 341 911 576, établissement de Crédit № 14.120, dont le siège social est situé 20 rue de la Baume - CS 10020 - 75383 Paris CEDEX 08.

APICIL Asset Management - Société anonyme au capital de 8 058 100 € enregistrée au Registre du Commerce et des Sociétés de Paris sous le n° 343 104 949, agréée en qualité de Société de Gestion de Portefeuilles par l'Autorité des Marchés Financiers sous le n° GP98038, et dont le siège social est situé 20 rue de la Baume, 75008 Paris. Communication non contractuelle à caractère publicitaire. N20/FCR0010 - 05/2020