

Un séjour aux sports d'hiver ? Magali

Depuis de nombreuses années, les stations françaises multiplient les installations et les initiatives permettant aux personnes à mobilité réduite de profiter pleinement des joies de la glisse. Voici une sélection des stations les plus accessibles pour aller skier sans contrainte.



Dans les Alpes

COMBLOUX. Dans cette station de Haute-Savoie, des aménagements ont été réalisés pour faciliter l'accès aux pistes et aux différentes installations (télésièges, téléskis), et le personnel a été formés. Tous les types de ski assis peuvent donc se pratiquer en toute sécurité sur le domaine : uniski, dualski, tandemski, kartski et tetraski.

L'école de ski propose une vingtaine de moniteurs diplômés pour l'enseignement aux personnes à mobilité réduite ainsi qu'un large choix de matériel adapté. Retrouvez le plan détaillé "handiski" sur le site de la station ou sur simple demande aux caisses des remontées mécaniques.

En parallèle, l'association "Loisirs assis évasion" met à disposition des familles et des personnes en situation de handicap - sous certaines conditions - une large gamme de matériel.

LE GRAND-BORNAND. Au cœur du massif des Aravis en Haute-Savoie, l'association "handiski club loisirs" met à la disposition des personnes handicapées du matériel de ski assis, performant et parfaitement entretenu. Il est aussi possible d'apprendre à pratiquer le ski debout, le trottiski (sorte de trottinette des neiges) en utilisant des aides techniques et un moniteur qui adaptera sa pédagogie selon les aptitudes physiques et/ou cognitives de chacun.

Le Grand-Bornand dispose d'une école de ski avec six moniteurs spécialisés ainsi qu'une vingtaine de remontées mécaniques adaptées.

Sur présentation de la carte d'invalidité, le forfait est gratuit pour l'accompagnateur si les personnes ne peuvent pas skier seules. Sur place, vous pouvez aussi découvrir le tandemski et le tandemflex (variante articulée du tandemski).

VALBERG. Située à 86 km de Nice, Valberg est une des stations où le handicap représente une vraie préoccupation, tant au niveau du cheminement dans la station que du matériel adapté à la pratique handiski très diversifié. Grâce au dispositif handiski, les personnes handicapées peuvent pratiquer ce sport dans des conditions optimales de sécurité et de confort avec du matériel adapté en fonction du handicap : fauteuil ski articulé (F.S.A.), dualski, kartski, trottiski (à réserver à l'avance).

Le site web www.handiski06.com est disponible pour réserver son matériel et son pilote. Vous pouvez ainsi consulter les disponibilités des tandemskis, kartskis et dualskis ; mais aussi bénéficier de pilotes qualifiés.

SAMOËNS. Le site internet de la station de Haute-Savoie a mis en place un onglet "Samoëns pour tous" avec un logo handicap très repérable pour faciliter votre séjour.

À Samoëns et dans tout le domaine skiable du Grand-Massif, les personnes en situation de handicap bénéficient de conditions privilégiées avec vingt-deux remontées mécaniques accessibles, sept places handicapées au départ du Grand-Massif Express, une réduction sur les forfaits.

Mais, surtout, l'association "Samoëns HandiGlisse" peut vous accompagner dans l'encadrement de l'handiski avec notamment l'enseignement par cinq moniteurs diplômés et le prêt gratuit de matériel adapté.

CHÂTEL. À Châtel, toujours en Haute-Savoie, « l'école ski academy » propose aux visiteurs en situation de handicap des cours de handiski, des promenades pour se familiariser avec les joies de la glisse en taxiski et le prêt gratuit d'équipement. Cinq télésièges sont adaptés aux PMR.



L'école dispose d'un large choix de matériel homologué et adapté à tout type de handicap : dualski, kartski, tandemski. Ces équipements sont disponibles en prêt gratuit selon des dispositions particulières. Une autre alternative est possible avec "école ski Châtel sensation" qui propose également des services similaires.

MORILLON. Depuis quelques années, la station des Alpes du Nord accueille les personnes en situation de handicap et leur permet de profiter des plaisirs de la glisse. Tournez-vous vers l'école Morillon-handiski qui propose ses services d'accompagnement et d'apprentissage ainsi que des équipements spécialisés pour évoluer de la meilleure façon possible sur le domaine du Grand Massif, particulièrement adapté à cette pratique.

De son côté, l'ESF de Morillon met à disposition cinq moniteurs spécialisés et des équipements adaptés à la pratique handiski, qu'il s'agisse d'uniski, de dualski ou de tandemski.



LA PLAGNE. En Savoie, un moniteur spécialisé handiski propose aux personnes en situation de handicap de skier debout, en trottiski ! Expérience incroyable mais limitée car très fatigante. Contacter l'ESF.

LE DOMAINE DES TROIS VALLÉES. Dans les Alpes du Nord, la célèbre station de Courchevel fait partie des sites qui proposent le plus d'équipements et d'accompagnements adaptés aux personnes à mobilité réduite et handicapées. Remontées mécaniques, cours de ski et près d'un tiers des hébergements prévus sont aménagés.

Témoignage de la famille J

« Nous sommes, depuis de nombreuses années, des inconditionnels de la station des Menuires et plus globalement du domaine des Trois Vallées (Les Menuires, Méribel, Courchevel). Nous pouvons témoigner qu'une attention particulière est portée au handicap (matériels adaptés, aménagements pour l'accessibilité, moniteurs spécialisés...). Contact : " Les Menuires handicap" ».

Service de navettes gratuites simplifiant l'accès aux pistes aux PMR, remontées mécaniques adaptées, réductions sur les forfaits.

L'office de tourisme des Menuires met à disposition un fauteuil, ainsi que des skis massarotti pour pouvoir glisser sur la neige. Des wheelblades (patins permettant de rouler sur la neige sans s'enfoncer) sont également disponibles.

VAL THORENS. Sur le domaine des Trois Vallées, la plus haute station d'Europe propose des aménagements sur et en dehors des pistes : stationnements, tarifs réduits jusqu'à 50 %, activités hors ski, mais surtout téléskis et la quasi-totalité des remontées mécaniques (vingt-sept sur trente-deux pour être précis) spécialement adaptées avec notamment aménagements des télésièges et des funitels, accès spécifiques (ascenseurs, plans inclinés, toilettes...) sur Cairn et Caron. Les télécabines ont été spécialement conçues pour faciliter le chargement des fauteuils.

Des cours handiski sont proposés par trois écoles de ski avec douze moniteurs formés, sept handiskis prêtés pour les cours.

FLAINE. L'appartement PMR de la résidence Pierre et Vacances Les terrasses d'Hélios est top, situé au pied des pistes du Grand Massif de Haute-Savoie. Les moniteurs handiski peuvent venir vous chercher directement en bas de la résidence. S'adresser bien à l'avance à l'ESF pour les réservations.

VAL D'ISÈRE. À Val d'Isère, dans les Alpes du Nord, l'accessibilité est une des préoccupations principales. C'est pour cela que, au-delà des hébergements spécialement adaptés, la station propose des initiations au handiski, dualski et tandem, ainsi que des cours pour gagner en autonomie.

Dans le Jura

Témoignage de la famille S. Possibilité de faire du ski avec un moniteur spécialisé lors d'un séjour au Village Répit Famille de l'AFM, les Cizes.

Dans les Pyrénées



LA PIERRE SAINT MARTIN. C'est la station de ski la plus à l'ouest dans la chaîne des Pyrénées avec un domaine skiable accessible, un personnel formé et des passages handiskis adaptés. Plutôt familiale, elle a su se faire connaître dans le domaine de l'handiski grâce au travail colossal de l'association "La Pierre Handis Pyrénées. Elle propose un parc de location complet, dix initiateurs de la Fédération Française Handisport, un espace "handismontagne" au pied des pistes et des terrasses de découverte de la glisse et de la montagne adaptée avec un tapis roulant d'une largeur ajustée. Le parc de location inclut : uniskis, dualskis avec toutes les tailles de coques de 1 à 6, des tandemskis et des tandemflex, des dualskis pilotés, un kartski et un snowkart, un trottiski, une piste d'initiation...

PEYRAGUDES. La station propose des remontées mécaniques adaptées : quatre télésièges débrayables et cinq télésièges fixes répartis sur l'ensemble de la station dont deux donnent accès à la quasi-totalité des pistes. Le personnel est formé aux différents types d'embarquement sur les télésièges. Un parking est réservé à proximité des pieds des pistes. Peyragudes propose à la location deux types de fauteuils de ski assis, adaptés aux différents handicaps. Des moniteurs ESF diplômés sont formés à enseigner l'apprentissage du ski aux personnes handicapées. Le forfait des remontées mécaniques de l'accompagnateur est offert mais reste cependant au tarif normal pour le skieur handicapé.

AX TROIS DOMAINE. Depuis 2002, la station pyrénéenne Ax Trois Domaines est labellisée "Espace loisirs handisport" grâce à la qualité de ses installations et de ses services.

Les personnes handicapées ou à mobilité réduite sont les bienvenues et bénéficient de cours de ski avec moniteurs formés, d'un ascenseur donnant accès au départ des remontées mécaniques, de places de parking toutes proches du départ des pistes, de toilettes adaptées.

La station est idéale pour s'essayer ou se perfectionner à la pratique du handiski sur les pistes avec également le prêt de matériel adapté (moyennant une caution) : uniski, dualski, stabilisateurs, fauteuil de ski articulé et GMS, avec accompagnateurs.

FONT ROMEU. La station de ski fait la part belle aux enfants atteints de handicap via des stages avec mise à disposition de fauteuils de ski et prise en charge par des moniteurs spécialisés.



Quelques images pour vous y retrouver dans tous ces matériels.



Le **tandemski** permet aux personnes même lourdement handicapées, éventuellement sans aucune autonomie ou d'une grande fragilité, de glisser en toute sécurité sur des pistes de ski et de profiter ainsi des joies des sports d'hiver.



Le **kartski** est destiné aux personnes désirant skier de façon autonome, ayant l'usage de leurs membres supérieurs mais pas assez d'équilibre pour skier en uniski ou dualski.



Le **dualski** est destiné aux personnes handicapées des membres inférieurs. Il leur permet, après une initiation, d'accéder aux plaisirs de la glisse et de skier de façon autonome et performante.

Cette liste non exhaustive s'appuie notamment sur "Le top 10 2022 des stations de ski équipées pour l'handiski".

<https://www.skiinfo.fr/news/stations-de-ski-equipees-pour-l-handiski/>

Si vous voulez tenter l'aventure, de nombreux autres sites vous informeront.