

# Programme HANDISPORT HIVER 2015-2016

Comité Départemental Handisport 05



150 Bvd G. Pompidou 05000 Gap  
Siret : 49499619200022  
[www.handisport05.edicomnet.fr](http://www.handisport05.edicomnet.fr)  
[05handisport@gmail.com](mailto:05handisport@gmail.com)  
06.49.09.06.90



Nous avons le plaisir de vous présenter ce nouveau programme orienté sur les pratiques du ski handisport (Alpin et Nordique) et des activités hivernales.  
Rejoignez-nous lors de ces journées pour découvrir les sports de glisse et partager des moments d'exception !

**Evènements organisés en partenariat avec le Club « Ecrins Handisport Embrun ».**



# LES JOURNÉES SKI DÉCOUVERTES

## ❖ *Stage Bénévoles Handi-Ski Alpin*

**19 et 20 Décembre 2015 à Réallon**

### PROGRAMME :

Découverte / Initiation / Perfectionnement des bénévoles à l'encadrement des différentes pratiques du Ski Alpin Handisport :

- **Pilotage Fauteuils-ski** (Dual-ski et GMS)
- **Guidage des non/mal voyants (DV)**
- **Accompagnement des skieurs autonomes** (Assis / Debout)

Horaire : RDV 9h sur le front de neige (Réallon station).

Pique-nique tiré du sac.

PS : Prendre son matériel de ski (petit ski conseillé 160 max, prêt possible)

Contact / Inscription: [CDH05](#) 06.49.09.06.90 ou [05handisport@gmail.com](mailto:05handisport@gmail.com)

## ❖ *Les journées « Neige Pour Tous »*

3 RDV Ski de Fond (Assis/Debout/Guidé) et activités Nordiques :



- **Mercredi 13 Janv 2016 à Bayard**
- **Mercredi 03 Février à Barcelonnette**
- **Mardi 15 Mars à Crévoux**

**Neige Pour Tous** est une manifestation à la journée, **gratuite et ouverte à tous** les publics : adultes et enfants, personnes en situation de handicap mental, psychique, physique, sensoriel et personnes valides. Vous êtes tous les bienvenus sur ces journées pour découvrir les **activités nordiques**.

Au programme vous pourrez vous essayer au *ski de fond (debout ou assis)*, à *la marche en raquette*, au *biathlon (carabine laser et sarbacane)*, à *la Pulka* ou encore à *un jeu de pistes...*



### **Infos pratiques :**

- Rdv 10h participants et 8h30 bénévoles
- Prêt de matériel (raquette, ski de fond)
- Salle hors-sac
- Prévoir votre pique nique (offert uniquement aux bénévoles inscrits)

**Organisateurs** : Hautes-Alpes-Ski-De-Fond / Comité Sport Adapté 05 / Comité Handisport 05

Contact / Inscription : [Comité Départemental de Sport Adapté des HAUTES-ALPES](#)  
06.98.97.05.00 ou [cdsa05@hotmail.fr](mailto:cdsa05@hotmail.fr)

Bénévoles Handisport 05 : [Contact CDH05](#) : 06.49.09.06.90 ou [05handisport@gmail.com](mailto:05handisport@gmail.com)



## Les journées Ski-Alpin « Handi-Ride »

3 journées découvertes du Ski-Alpin Handisport (assis, debout, guidé,..)



- **Samedi 16 Janvier 2016 à Réallon**
- **Samedi 30 Janvier aux Orres**
- **Samedi 13 Mars à Puy-St-Vincent 1400**

Venez vous initier ou vous perfectionner aux différentes pratiques du handi-ski en compagnie de l'équipe d'accompagnateurs et pilotes bénévoles du Comité Handisport 05.

Au programme, selon votre handicap, vos envies et vos capacités : Tandem-ski, Uni-ski, kart-ski, Dual-ski et ski guidé déficient visuel, GMS...



**Tarif : 20€** licenciés FFH et **40€** non licenciés (Handiski / forfait/ assurance)  
(Réservation obligatoire, règlement à l'arrivée)

**ATTENTION :** prendre sa **carte d'invalidité** (ou une photocopie) pour tarifs forfaits ski.

**Horaire : 9h30 sur le front de neige des stations (8h30 pour les bénévoles)**

**Pique-nique :** Fourni par le CDH05

(Prix libre participants et accompagnateurs / gratuit pour les bénévoles CDH05)

**Contact / Inscription :** CDH05 : 06.49.09.06.90 ou 05handisport@gmail.com

## FORMATIONS HANDISPORTS



### « Assistant Fédéral Ski Alpin Handisport »

**Du 19 au 22 Janvier à Réallon (05):**

Formation à l'accompagnement et à l'encadrement bénévole des activités ski alpin handisport :

- Pilotage fauteuil-ski Dual ou GMS, accompagnement skieur autonome (Kart-ski, Uni/Dual-ski, Guidage non/mal voyant, Ski unijambiste ou prothèse de glisse).
- Notions sur les différents handicaps (médical), la réglementation, le matériel, etc.

Inscription en ligne sur le site de la FFH (Fédération Française Handisport)

Coût : 500 € (en prise en charge OPCA/Employeur) et 250 € (en autofinancement)

Renseignements :

Comité Régional Provence-Alpes Handisport : 06 82 22 75 17 ou [f.sant@handisport.org](mailto:f.sant@handisport.org)

Comité Handisport Hautes-Alpes : 06 49 09 06 90 ou [05handisport@gmail.com](mailto:05handisport@gmail.com)

# COMPÉTITIONS SKI HANDISPORT

Notre Club « **Ecrins Handisport Embrun** » engagera plusieurs skieurs sur les différentes compétitions.

Ouverte aux personnes handicapées assises ou debout, pratiquants confirmés ou débutants, cette activité de pleine nature offre une intégration complète et de véritables possibilités d'évolution.

Public concerné :

- Paraplégiques, tétraplégiques et assimilés
- Amputés et assimilés
- Infirmités motrices cérébrales (IMC) et assimilés
- Non voyants et mal voyants
- Personnes atteintes d'un handicap physique entraînant une perte fonctionnelle

Contact / Inscription : Club Ecrins Handisport Embrun 06.49.09.06.90 [05handisport@gmail.com](mailto:05handisport@gmail.com)  
(Licence Compétition Ski-Alpin FFH obligatoire)

## ❖ *Circuit compétition SKI ALPIN HANDISPORT*

- **3 Janvier à Vars (05)** : Coupe de France

Epreuve de Slalom Parallèle + course démo « Handis vs valides »

Contact : Ski Club St-Antoine Julien Le Tessier [julien.le.tessier@numericable.fr](mailto:julien.le.tessier@numericable.fr)

- **23 et 24 Janvier 2016 à Chamrousse (38)** : Coupe de France

Epreuve : 2 Slalom Géant + Ski-Cross

Contact : Grenoble Handisport [francois.magnin@wanadoo.fr](mailto:francois.magnin@wanadoo.fr) **Tél:** 04 76 89 92 65

- **22 au 24 Mars à Pra-Loup (04)** : Championnat de France

Epreuve de Super-Géant, Slalom Géant et Slalom

Contact: Commission ski FFH [ski@handisport.org](mailto:ski@handisport.org) / SC St-Antoine [julien.le.tessier@numericable.fr](mailto:julien.le.tessier@numericable.fr)

- **Autres Coupe de France :**

- 16 Janv à St-Fçois-Longchamps (73): Alberville Handisport [albertville73.handisport@gmail.com](mailto:albertville73.handisport@gmail.com)

- 14 Fév à Combloux (74) : Faucigny Handisports [jp.henriet@orange.fr](mailto:jp.henriet@orange.fr)

- 27 Fév au Grand Bornand (74) : Handisport Annecien [handisport.annecien@gmail.com](mailto:handisport.annecien@gmail.com)

- 12/13 Mars aux Angles (66) : Ski Club Les Angles [paul.puyol@wanadoo.fr](mailto:paul.puyol@wanadoo.fr)

- **Coupe du Monde IPC à Tignes du 25 au 28 Janv 2016 :**

Contact : Commission Ski FFH [ski@handisport.org](mailto:ski@handisport.org)

Appel à bénévoles !! Contact : Christian Fémy (DTN SKI FFH) : 06 14 44 47 70

## ❖ *Challenge Fédération des Clubs de la Défense (FCD)*

**18 au 20 Mars à Chamrousse (38)**

Epreuve : Slalom Géant (épreuves mixtes handis-valides)

Etape du circuit Challenge de ski des armées avec intégration des sportifs handis issus de la FFH (Handisport) et de la FFSA (Sport Adapté) :

Contact : Fédération des Clubs de la Défense J.O Brenière [jo.breniere@orange.fr](mailto:jo.breniere@orange.fr)

## PROGRAMME SKI STRUCTURES SPECIALISEES

Structures spécialisées :

- ❖ APF Foyer Borel (Gap): Tandem-ski (Réallon ou Ancelle) : les jeudis de Janvier à Avril
- ❖ APF SAVS-SAMSAH (Gap) : 3 journées Handi-ski (Réallon) : 8 janv / 5 Fév / 4 Mars
- ❖ APF Pôle Enfance « EEAP Les Funambules » (Gap) : 3 journées ski (Ancelle ou Réallon)
- ❖ IEM « Sésame » (Aix-En-Pce) : 1 journée ski (Réallon) : 2 Mars
- ❖ IEM « Hérouville » (Normandie) : Risoul du 20 au 25 Mars
- ❖ MAS Embrun : Tandem-ski (Réallon / Les Orres) : a définir
- ❖ Séjours UCPA-IEM St-Jean-de-Dieu: Serre-chevalier : Du 22 au 24 Mars  
3 jours de Handi-ski pour 8 jeunes : encadrement CDH05 + UCPA

## SCOLAIRE

Intervention sur demande des enseignants d'EPS et Chefs d'établissements :

- Cycle de ski alpin et ski de fond
- Autres cycles d'EPS : Sport collectif et individuel (Fauteuil-sport, Handbike, ...)

Mise à disposition de matériel adapté, aide technique et pédagogique, encadrement BEES Handisport CDH05 sur les activités et renfort complémentaire par des bénévoles formés aux différentes pratiques.

Contact : CDH05 : 06.49.09.06.90 ou 05handisport@gmail.com

## ENCADREMENTS INDIVIDUELS

Interventions sur différents secteurs des Hautes-Alpes :

Stations : Ancelle / Réallon / Les Orres / Crévoux (nordique) / Risoul / Vars / Puy-St- Vincent / Pelvoux / Montgenèvre / Briançon / Serre-Chevalier.

Mise à disposition de matériel adapté de ski (Fauteuil-ski et autres) et d'Accompagnateurs/Pilotes bénévoles du CDH05 (sur réservation).

PS : Hors secteur (Orcières, Queyras, Stations Alpes-de-Hautes Provence 04) :

Se rapprocher des écoles de ski (ESF, ESI, autres) et associations locales (Secours Catholiques, Ski Paradise, ACSSQ, ...).

Contact et Réservation: CDH05 : 06.49.09.06.90 ou 05handisport@gmail.com

# APPEL AUX BENEVOLES

Tout au long de la saison, nous recherchons de nombreux bénévoles pour tous types d'actions.

Il peut s'agir de piloter des fauteuils, d'accompagner des skieurs, des FTTistes, de guider des personnes non/mal voyantes, d'aider à l'organisation d'un événement ou encore tout simplement de tenir un stand info/resto.

Nous ne pouvons mettre en place des actions de qualité que si nous avons assez de bénévoles pour les réaliser.

Le Comité Handisport est une association dans laquelle tout le monde peut s'investir et qui a besoin du plus grand nombre... afin que nos passions soient vraiment partagées par Tous.

.....



- Je souhaite devenir bénévole au Comité Handisport 05.  
 Je souhaite que l'on me contacte pour m'informer des possibilités qui s'offrent à moi.

- J'aimerais apporter mon aide sur :  Les journées Neige pour Tous.  
 Le stage handiski à Réallon.  
 Les journées ski Handi-Ride.  
 Au quotidien pendant la saison.

<b>Nom :</b>	<b>Prénom :</b>
<b>Adresse :</b>	
<b>Mail :</b>	<b>Tél portable :</b>

.....

**Document à renvoyer au :**



**Comité Départemental Handisport 05 (CDH05)**  
**150 Bd G. Pompidou, 05000 Gap**

**Ou par mail : [05handisport@gmail.com](mailto:05handisport@gmail.com)**

Merci

