

# HANDIRECT

MÉDIA EXPERT HANDICAP



**Courchevel** p.5  
Rendez-vous aux  
championnats du monde de ski

## TOURISME ET ACTIVITÉS D'HIVER: Une montagne handi-accueillante

- Notre sélection de destinations et d'activités accessibles à tous
- Dossier spécial Région Auvergne-Rhône-Alpes
- Gros plan sur les acteurs engagés pour l'accessibilité et leurs initiatives

Le clocher de Combloux.

© ADOBE STOCK - TOANET



**H+ Destination  
Tourisme** p.6-7

5 agglomérations récompensées en AUVRA



**Be Player One**

p.8-9 Œuvrer pour  
l'accessibilité des jeux vidéo



**Adaptours**

p.10 Des séjours  
adaptés et un gîte à louer

# Auvergne-Rhône-Alpes :

## Dépaysement assuré et bienfaits avérés

Bénéficiant du plus vaste domaine skiable du monde, la région Auvergne-Rhône-Alpes est également la 1<sup>re</sup> région mondiale pour la pratique des sports d'hiver, avec 175 stations et 40 millions de journées/skieurs par an. Plus de 90 000 emplois et plus de 12 000 moniteurs de ski sont au service des visiteurs. Avec une très belle diversité dans l'offre touristique, les stations savent également jouer de leur charme pour proposer à la fois des stations-villages, des stations d'altitude, des destinations familiales, jeunes ou plus sportives. Vive la Montagne, dépaysement assuré, bienfaits avérés ! Vous découvrirez ici une petite sélection d'activités que vous pourrez compléter en vous rendant sur le site : <https://www.auvergnerhonealpes-tourisme.com/>

## Évian : Le Fabuleux village ou la Légende des Flottins



Des sculptures en bois flotté © GEORGES MÉNAGER



Déambulation de flottins © HENRI SPAGNOLO

Du 9 décembre 2022 au 2 janvier 2023, le centre-ville d'Évian s'illumine et se transforme en une forêt grandeur nature composée d'immenses sculptures - arbres et créatures légendaires - fabriquées avec du bois flotté issu de troncs et

branchages échoués sur les plages du Lac Léman : « *Le Fabuleux village ou la Légende des Flottins* ». À la lueur des lampes torches, les flottins et flottines - lutins locaux - arpentent les rues à la rencontre des passants, leur racontent des histoires, dansent, jouent de nombreux instruments et déambulent aux côtés du Père Noël.

Destiné aux petits et grands et totalement gratuit, cet événement à dimension écoresponsable et solidaire connaît cette année sa 16<sup>e</sup> édition. Son décor en bois recyclé rassemble au total 650 sculptures réalisées avec 350 tonnes de bois flotté pour près d'un mois d'animations.

### Parmi les temps forts du programme :

- **Déambulation de la tribu des flottins musiciens.** Entre la rue Nationale et la place Charles de Gaulle. Les 10 et 11 décembre, du 17 décembre au 2 janvier, de 15h à 19h.
- **Histoires flottines :** Venez écouter des légendes qui parlent d'un incroyable petit peuple et de son inaltérable candeur. Tous les jours, de 16h à 17h, rendez-vous place Charles De Gaulle.
- **Chasse au trésor flottine :** Les flottins en herbe peuvent se lancer dans une quête mystérieuse aux quatre coins du « *Fabuleux Village* ». Départ Place de la porte d'Allinges. Tous les jours, de 15h à 19h.
- **Le kiosque à musique :** Chaque jour, les flottins-musiciens viennent s'y exprimer. Tous les jours, 15h30 et 18h, place Amédée V.
- **L'expo-vente solidaire :** 140 œuvres d'art récoltées auprès d'artistes de la région (peintures, sculptures, céramiques, photos...) sont à vendre au profit

d'Accueil et Partage, association locale venant en aide aux familles en détresse du canton d'Évian et du val d'Abondance. Palais Lumière, quai Albert Besson. Du 20 décembre au 2 janvier de 14h à 18h. Fermé le 25 décembre et le 1<sup>er</sup> janvier.

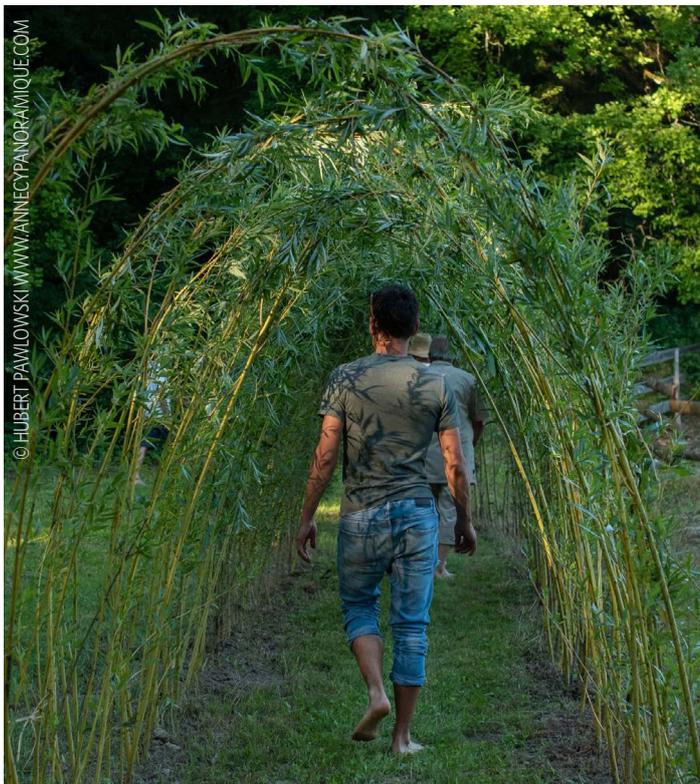
### Pratique

- **Accessibilité :** Des passages au sol, repérables facilement, ont été déblayés pour faciliter la circulation des fauteuils roulants. La ville d'Évian comprend des pavés et petites pentes qui peuvent nécessiter l'aide d'un accompagnateur. Toutefois, la plupart des zones décorées sont à plat et faciles d'accès, notamment tout le long de la rue Nationale. La place Charles de Gaulle est légèrement en pente mais dispose de plusieurs accès plats. D'autre part, il est facile de se repérer dans le village, qui est à taille humaine. Toute personne qui a besoin d'informations ou d'une aide particulière peut s'adresser à l'accueil général situé à la Tanière des Flottins, lieu accessible à tous.
- **Petite restauration locale à « La Tanière des flottins » :** marrons chauds, bar à thés et tisanes, jus de pomme chaud aux saveurs de Noël et pressé par l'ISETA, cervelas de la boucherie du coin, guimauves grillées de chez Satoriz, tartine des flottins à base de l'emblématique fromage Abondance...
- **Réservation indispensable** via la billetterie en ligne en amont des spectacles. ♦

Site web : <https://lesflottins.com>

Lieu : Rue Nationale et Place Charles de Gaulle 74500 Évian-les-Bains

# Savoie Mont Blanc : Faîtes le plein de sensations



Le sentier « nature et sens » se parcourt pieds nus.

## Balade Pieds nus à la Ferme de Chosal

Vivez une expérience sensorielle hors du commun en arpentant le sentier « Nature et Sens » de la ferme de Chosal à Copponex, un parcours de 900 m à découvrir pieds nus : on marche sur des feuilles, des troncs, dans la boue... plus de 50 propositions et tests à faire. Idéal pour des personnes ayant des défaillances visuelles. Prévoyez entre 1h30 et 2h de balade, ou plus si vous êtes amoureux de la nature et curieux. Pensez à prendre un jeton ou une pièce pour le casier ainsi qu'une serviette.

En parallèle, « le sentier des amis » permet aux accompagnants « avec chaussures » de ne pas être loin de l'action. L'entrée des accompagnants est soumise à billetterie de la même manière que les Pieds Nus. La terrasse principale du « Mur des sens » et les premiers jeux d'eau sont accessibles aux personnes handicapées avec fauteuil.

Le complexe de La Ferme de Chosal regroupe sous cette appellation un Établissement et Service d'Aide par le Travail (ESAT) qui comprend 63 places et des hébergements (foyer et appartements de soutien) réservés aux travailleurs de l'ESAT (capacité totale de 29 places en hébergement). [Plus d'infos ici.](#)

## Tetraski à Combloux : Unique en Europe

Avec le soutien de la région AURA et l'ATMB (Autoroutes et tunnel du Mont-Blanc), l'association Loisirs Assis Évasion, qui œuvre depuis des années pour l'accessibilité aux sports de pleine nature à Combloux, a pu acquérir le premier Tetraski d'Europe. Développé par la fondation d'une université américaine TETRAADAPT, ce fauteuil-ski permet aux personnes en situation de handicap lourd de pouvoir faire du ski en toute autonomie grâce au pilotage contrôlé par un joystick ou par la respiration. L'arrivée de cet équipement sur les pistes de Combloux est un pas de plus vers l'accès aux sports d'hiver pour tous. [Plus d'infos ici.](#)



La Télécabine Malezet La Norma ©OTHMV

## La Norma : une nouvelle remontée mécanique accessible aux PMR

À La Norma, station qui fête cette année ses 50 ans, la télécabine du Mélezet va être remplacée par un appareil ultra-moderne, deux fois plus rapide, et surtout accessible aux utilisateurs à mobilité réduite, avec un embarquement et un débarquement de plain-pied. À noter que cette télécabine a une capacité de 10 places. Elle devrait entrer en fonction courant décembre 2022. [Plus d'infos ici.](#)

## Et aussi...

### Nouveau Nordic pass handiski incluant la gratuité accompagnant (HSN)

Haute-Savoie Nordic lance cet hiver un « Nordic Pass handiski » incluant la gratuité pour un accompagnant. Valable pour la saison, ce forfait accessible sur présentation d'un justificatif, peut être transmis à un accompagnateur différent. [Plus d'infos ici.](#)

### Le Ski Mojo désormais MADE IN France

Lancé il y a sept ans sur les pistes de La Clusaz, le Ski-Mojo, avec son mécanisme basé sur un puissant ressort réglable permettant d'alléger d'un tiers le poids ressenti par les jambes, a déjà séduit plus de 15 000 utilisateurs. Désormais, La start-up JakSports qui porte cette innovation, peut revendiquer ses produits comme 100 % français grâce à la relocalisation récente de sa fabrication en AURA (deux ateliers à l'ADTP à Annecy et à l'Afiph à Lumbin). Dans l'objectif de poursuivre sa croissance, la start-up vient également de s'associer au tout nouveau pôle R & D Lab d'Alpine qui va, à coup sûr, booster son développement et l'utilisation de l'exosquelette au-delà du ski... Infos : <https://www.ski-mojo.ski/>

◆ Page réalisée en partenariat avec Savoie Mont Blanc Tourisme.

# Megève : Savourez la magie de Noël au cœur d'une station handi-accueillante

## Un village illuminé et animé tout au long de l'hiver

Dès le mois de décembre, le centre-ville de Megève se pare de mille couleurs et s'anime à toute heure de la journée pour célébrer les fêtes de fin d'année. Emblème des festivités, le sapin illuminé de Megève donne le ton sur la Place de l'église, tandis que les animations, gratuites et destinées à tous les publics, s'enchaînent.

Parmi les temps forts du programme :

- De nombreuses déambulations : Le 17/12 : Les porteurs de lumière à 17h30. Le 18/12 : Les souffleurs de rêve à 11h00 et 16h00. Le 22/12 : Parade de la brigade du Père Noël à 10h30 et 17h30. Le 26/12 : Parade blanche à 16h30.
- Le Marché de Noël du Moulin Neuf organisé par l'association du Moulin des Arts à Pole Box Megève, le samedi 10 décembre, avec food-truck, maquillage, ateliers, et contes autour du thème de Noël.
- Le concert des Satin Doll Sisters, groupe qui reprendra tous les chants traditionnels de Noël. Du 23 au 25 décembre de 17h à 19h, sauf le 24 décembre : de 10h à 12h.
- Soirée du Nouvel An : soirée festive en plein air avec animation DJ par Théo Charroy et Isamël Kuide, saxophoniste. Dès 18h30, place de l'Eglise, à Megève.

[Consultez ici l'ensemble du programme.](#)

## Une station engagée en faveur du handitourisme

En matière d'accessibilité aux personnes

en situation de handicap, malgré ses ruelles pavées, la ville de Megève bénéficie de nombreux aménagements spécialisés en intérieur et en extérieur, avec un déneigement très régulier des rues et trottoirs pour une circulation fluide, et un centre-ville exclusivement réservé aux piétons.

La ville et ses alentours sont desservis par un réseau de navettes gratuites accessible aux PMR. Ainsi, les Meg'bus sont équipés d'une rampe inclinée PMR dépliée manuellement par le chauffeur de bus, d'espaces spacieux réservés aux fauteuils roulants, et de boutons d'arrêts à hauteur adaptée qui indiquent au chauffeur de descendre la rampe au prochain arrêt.

Concernant les restaurants et hébergements, beaucoup d'acteurs s'investissent pour garantir une bonne accessibilité : boutons d'appels pour l'installation d'une rampe amovible, bandes de signalisation pour les non-voyants ou malvoyants, portes avec barre de tirage verticale pour une bonne prise en main, ascenseurs, sanitaires PMR et places de parking réservés.

Découvrez ici l'ensemble des [restaurants](#) et [hébergements](#) handi-friendly répertoriés à Megève.

## Des activités sportives et culturelles adaptées en toutes saisons

L'engagement de la station de Megève pour le développement du handitourisme s'illustre également dans le très large panel d'activités adaptées qu'elle propose. Sur le plan sportif, de nombreuses options sont possibles en matière de sport d'hiver,

avec ou sans moniteur, à commencer par le [ski assis et debout](#), qui peut se pratiquer en dualski, uniski et tandemski, selon le type de handicap et le niveau de chacun. Le dualski et l'uniski est destiné aux personnes handicapées des membres inférieurs, alors que le tandemski s'adresse aux personnes lourdement handicapées et/ou avec peu d'autonomie, qui ne pourraient se maintenir seules en équilibre sur un uniski ou un dualski.

En parallèle, le Palais Megève offre de nombreuses possibilités en termes de sport, de détente et de culture. Outre sa médiathèque et sa salle d'exposition, il dispose de nombreux équipements sportifs spécialisés accessibles aux personnes en situation de handicap moteur, et ce en toutes saisons : parking PMR, rampes d'accès, piscine avec fauteuil roulant adapté à l'eau, plateforme de glisse pour la patinoire, lève-personne mobile pour la mise à l'eau, machines de musculation adaptées aux personnes en situation de handicap moteur, chaises d'évacuation en cas d'incendie...

Des aménagements sont aussi prévus pour faciliter l'accès avec tout type de handicap (moteur, visuel, auditif, mental) : présence de signalétiques, mains courantes, portes automatiques, bandes d'éveils podotactiles, ascenseurs, sanitaires PMR, des caisses d'accueil adaptées avec boucle magnétique pour malentendants, et des professionnels formés et sensibilisés pour faciliter vos déplacements. ◆

[Découvrez ici l'offre d'activités adaptées à Megève.](#)



Le centre de Megève aux couleurs de Noël et son sapin illuminé

© WHEELED WORLD - AUVERGNE-RHÔNE-ALPES TOURISME



Panorama sur la ville de Megève et ses monts enneigés

© WHEELED WORLD - AUVERGNE-RHÔNE-ALPES TOURISME

# Le Mézenc : Nature, détente et sensations fortes

## Lugik parc : Dévaliez les montagnes en luge sur rail

Venez découvrir le Mont Mézenc et le Mont Alambre de manière insolite à bord des luges 4 saisons du Lugik parc. Au programme, un parcours panoramique de 7 min, en moyenne, comprenant 2 montées et 2 descentes. À noter qu'aucune condition physique particulière n'est requise, puisque la luge est automatiquement remontée en haut de la piste pour le départ. En termes de sécurité, la luge est maintenue en permanence sur son rail et ne peut en aucun cas quitter la piste. Tandis que les passagers sont protégés par des ceintures de sécurité, et donc auto bloqués. Concernant l'accessibilité des visiteurs en situation de handicap, trois places de stationnement sont réservées (macaron obligatoire). Le site dispose de sanitaires accessibles en fauteuil roulant et de tables de pique-nique à hauteur adaptée. L'équipe du Lugik parc se tient également à disposition pour accompagner les pratiquants lors de leur transfert du fauteuil à la luge.

### Lugik parc

Les Balcons du Mézenc

43150 Les Estables

04 71 08 60 97

Mail : [contact@lugikparc.com](mailto:contact@lugikparc.com)

Site web : [www.lugikparc.com](http://www.lugikparc.com)

## Hébergements labellisés Tourisme et Handicap à proximité

### Centre de vacances AVEA à St Julien Chapeuil

La Poste-L'Herm, 43 260 Saint-Julien Chapeuil

Contact : Jean-Claude AUFEUVE, 06 34 65 57 02, mail :

[jean-claude.aufeuve@avea.asso.fr](mailto:jean-claude.aufeuve@avea.asso.fr)

À découvrir ici.

### Gîte La pierre en Meygal

La Pierre en Meygal,

43260 Queyrières

Contact : 09 78 35 01 65

À découvrir ici.



Promenade en traineau © MARZOÉ NATURE

## Marzoé nature : Faites équipe avec les chiens de traineau !

Parcourez les pistes forestières enneigées de Chaudeyrac et les alentours du lac volcanique de Saint-Front avec des chiens de traineau ! En plus de vous familiariser à leur compagnie, vous apprendrez à les harnacher, à les atteler et à devenir conducteur de l'attelage. Plusieurs formules sont proposées avec des durées et niveaux de difficulté variables selon vos envies et possibilités. À noter que la conduite d'attelage est réservée aux personnes de 10 ans et plus. Il n'y a cependant pas de condition d'âge pour les balades en portage.

En été, Marzoé nature propose également des parcours en trottinette nordique et en cani kart/ cani

buggy, c'est-à-dire un engin tracté par un attelage de chiens et conduit par un musher professionnel. Autre activité d'été : la cani-rando, marche en étant relié au harnais du chien par une laisse élastique, fixée à une ceinture. Il s'agit d'apprendre à connaître et diriger son équipier tout en arpentant les sentiers du massif du Mézenc. Pour les plus jeunes (moins de 6 ans), ils peuvent également randonner en pulka verte, petite luge à roulettes tractée par un chien.

Toutes les balades en portage - traineau et buggy conduits par un musher professionnel - sont accessibles aux personnes en fauteuil, éventuellement avec un accompagnateur si la personne a du mal à se



Votre futur équipier © MARZOÉ NATURE

transférer seule.

Toutes les activités se font sur réservation :

**Marzoé Nature**

Enguerran LEFEBVRE

Lieu dit Chaudeyrac -

43550 SAINT FRONT

Tél. 04 71 56 34 88

Mail : [contact@marzoenature.com](mailto:contact@marzoenature.com)

ou [marzoenature@yahoo.com](mailto:marzoenature@yahoo.com)

Site internet :

[www.marzoenature.com](http://www.marzoenature.com)

## Repère gastronomique : Les Fermiers du Mezenc

Si vous souhaitez manger au restaurant ou faire le plein de produits fermiers et locaux, rendez-vous à l'Auberge des Fermiers du Mézenc : Confiture de châtaigne. Miel. Confitures. Saucissons. Pâtés. Lentilles. Fromages de vache. Fromages et yaourts de brebis.

Fromages de chèvre. Œufs. Vin de pissenlit. Savons, poteries. Bières... Vous y trouverez les produits conçus grâce à une vingtaine de producteurs, installés sur le plateau du Mézenc ou à proximité. À noter que les lieux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

### L'Auberge des Fermiers du Mézenc

Le Bourg

43150 Les Estables

Tél. 04.71.08.34.30

Réouverture le samedi 17 décembre à midi.

Site :

<https://www.lesfermiers-dumezenc.com/> ◆

# Haute-Tarentaise : Explorez les montagnes en toutes saisons

## Guide : « La Haute-Tarentaise confortable pour tous »



Afin d'améliorer le quotidien de ses habitants et visiteurs en situation de handicap, la Communauté de Communes de Haute-Tarentaise propose un guide d'informations dédié en téléchargement libre sur son site : « *La Haute-Tarentaise confortable pour tous* ». Celui-ci s'adresse aussi bien aux seniors qu'aux personnes en situation de

handicap permanent ou temporaire, physique, mental ou sensoriel, et aux personnes utilisant une poussette, un déambulateur ou une valise à roulettes.

Au sommaire : des informations sur l'accessibilité des transports, des services publics et des activités de la vallée, avec notamment de nombreuses recommandations de loisirs en toutes saisons - ski, découverte du patrimoine, promenades, escalade - et des contacts utiles sur le plan médical et administratif.

[Cliquez ici pour télécharger le guide.](#)

## Une joëlette mise à disposition gratuitement

Pour faciliter la découverte de la nature et rendre la montagne accessible à tous, la Communauté de Communes de Haute-Tarentaise met à la disposition des particuliers, associations et structures, une joëlette. « *Très facile d'utilisation, la joëlette est un fauteuil mono-roue sur lequel s'installe une personne en situation de handicap accompagnée de deux personnes (ou plus suivant le défi sportif). Grâce à cette invention du XXème siècle, les personnes concernées par un handicap ou rapidement fatigables peuvent (re)découvrir la montagne, les sentiers de randonnée, prendre part aux balades du dimanche comme partir pour des refuges éloignés. Tout dépend de la capacité physique des accompagnateurs !* », ont commenté les membres de la Commission Intercommunale Accessibilité, à l'origine de cette initiative.

Cette joëlette peut être prêtée à toute personne qui en fait la demande, moyennant une caution et avec une priorité donnée aux habitants de la vallée. Ce prêt de matériel est rendu possible grâce à un partenariat avec Intersport Bourg-Saint-Maurice.

### Réservations

**De juin à septembre : au local cycle d'Intersport en bas du funiculaire de Bourg-Saint-Maurice.**

**Tel : 04 79 04 12 45.**

**Le reste de l'année : au magasin Intersport, Rte des Arcs.**

**Tel : 04 79 04 04 30.**

## Skiez assis ou debout avec Val d'Isère Handisport

Développer et promouvoir les activités handisport d'hiver pour des personnes en situation de handicap : tel est l'objectif de l'association Val d'Isère Handisport. En ce sens, elle propose des cours de ski et du prêt du matériel à utiliser en autonomie ou de manière encadrée. Assurés par des moniteurs de l'ESF de Val d'Isère qui possèdent la qualification handisport (qualification Q.H.S), les cours de ski s'adressent aux personnes avec une déficience physique (ski assis ou ski debout), mentale ou visuelle.

Pour profiter des activités et prêts de matériel proposés par l'association Val d'Isère Handisport, vous devez acquérir une carte de membre annuel au prix de 30 euros.

Concernant le prêt de matériel, l'association dispose de :

- Deux Tandems dont un Flex : Le tandem est un appareil uniquement piloté par les moniteurs, qui peuvent accompagner toute personne ne sachant pas skier, ou ne pouvant plus le faire.
- Un Dual-ski : Le dual-ski peut être piloté par les moniteurs de ski pour une simple balade. Il peut également servir aux personnes désirant apprendre le ski-assis autonome (pour les personnes possédant une certaine mobilité du buste et des bras). La différence entre le Tandem et le Dual-ski réside dans le fait que le Dual-ski est limité aux personnes dont le poids n'excède pas 70kg.
- Deux Uni-ski : L'uni-ski est destiné aux personnes qui souhaitent apprendre le ski-assis autonome. Munie de « *stabilos* » (bâtons stabilisateurs), la personne est encadrée dans un premier temps par un moniteur de ski, jusqu'à devenir autonome le plus rapidement possible. L'Uni-ski possède un seul ski contrairement au Dual-ski qui en a deux.
- Une paire de stabilos (ski-debout).
- Une paire de patinettes ski pour fauteuils roulant manuel, qui facilitent les déplacements sur la neige.
- Un mini Surf pour enfant doté d'un guidon devant pour apprendre à surfer debout.

### Handisport Val d'Isère- Les Richardes- 2- B3

73150 Val d'Isère, Tél : 04 79 24 27 40

Site web : [www.handisport-valdisere.com/fr](http://www.handisport-valdisere.com/fr)

Informations sur l'accessibilité des pistes de ski :

[www.handisport-valdisere.com/fr/acces-pistes.php](http://www.handisport-valdisere.com/fr/acces-pistes.php) ◆



© PY DUVAL AUVERGNE-RHÔNE-ALPES TOURISME

# De Pralognan-la-Vanoise à St-François Longchamp

## Découvrez Pralognan-la-Vanoise avec Anaé !



Le Chalet de la Grande Casse vous accueille hiver comme été © ANAÉ

Créée en 1956 par les Scouts et les Guides de France, l'associé Anaé, qui a pour vocation de rendre les vacances accessibles à tous à travers des séjours adaptés, anime un centre de vacances situé à Pralognan-la-Vanoise : Le Chalet de la Grande Casse. Totalement accessible aux personnes à mobilité réduite, avec une reconnaissance

Tourisme et Handicap pour les 4 types de handicap (auditif, mental, moteur, visuel), il est équipé de 23 chambres. Il se trouve à 1 410 mètres d'altitude et à seulement 400 mètres du centre-ville et des remontées mécaniques.

L'association Anaé y organise des séjours de vacances adaptés à tous et avec de nombreuses activités. Parmi les activités accessibles aux PMR : le ski assis en format dual ski, kart ski, tandem ski ; les sorties avec des chiens de traîneau ; des initiations au curling ; ou encore les randonnées (joëlette, cimgo, fauteuil tout-terrain), la pêche, le parapente, et le handicanyoning en été.

À noter qu'il est possible de louer et d'installer du matériel médicalisé pour votre séjour. L'association prévoit également un accueil dédié aux enfants porteurs



© PY DUVAL AUVERGNE RHÔNE-ALPES TOURISME

Initiation au curling avec Anaé.

d'un handicap et à leurs frères et sœurs, en partenariat avec le Réseau Passerelles.

**Chalet de la Grande Casse - Anaé**  
376 avenue de la Grande Casse  
73710 PRALOGNAN-LA-VANOISE  
Tél. 04 79 08 71 51, [Site web](#)

## Sport et détente au Centre de balnéothérapie de Saint-François Longchamp

Prenez soin de vous au centre de balnéothérapie de Saint-François Longchamp, un complexe aqua-sportif de 2500 m<sup>2</sup> dédié à la détente et au bien-être et entièrement accessible aux personnes à mobilité réduite.

Parmi les différents espaces proposés :

- L'espace balnéothérapie, avec ses bassins et son espace spa pour la détente, la récupération sportive ou la préparation à l'effort, avec jets hydromassants, jacuzzi, banquette à bulles, bassin extérieur d'hydrothérapie, bassins contrastés ou à contre-courant pour stimuler les muscles, optimiser le drainage et la vascularisation des jambes.
- Des espaces soins, beauté et esthétique où vous pourrez profiter de modelages, massages et soins.
- Un espace sudation avec un sauna à 90°, deux hammams

à 45° et 50° et un tepidarium, bain de vapeurs tièdes avec banquettes chauffantes.

- Une espace fitness avec des cours d'aquagym et d'aquabike notamment, ainsi qu'une salle de fitness et de musculation.

En matière d'accessibilité, l'établissement est entièrement aménagé pour pouvoir accueillir des personnes à mobilité réduite : accueil plus bas, ascenseur, cabine et toilette handi, accès dans l'eau avec un appareil, place de stationnement devant l'établissement, portes adaptées pour l'accès sudation (hammam, sauna), accès aux soins et tables de massage réglable bas pour faciliter les transferts. Par ailleurs un tarif réduit est proposé aux personnes en situation de handicap et à leur accompagnant : 15 euros au lieu de 22 euros pour la formule « Accés

2h00 + SPA (+ de 16 ans).

Floriane Vintras, influenceuse qui se consacre au thème du handicap, est venue visiter et tester l'accès au centre, ce qui a donné lieu à [cette vidéo sur son compte Instagram floriane.vnt](#), où elle

fait part de sa satisfaction.

**Centre de balnéothérapie de Saint-François Longchamp**  
Pré-Villot - Montgellafrey, 73130 Saint-François-Longchamp  
Téléphone : 04 79 59 10 56  
[Pour plus d'infos sur le centre, rendez-vous ici.](#) ♦



Floriane Vintras visite le centre © FLORIANE VINTRAS

# Activ Expérience hiver : Des séjours et activités pour tous les profils

**Proposer aux personnes en situation de handicap un large choix d'expériences sportives et touristiques en montagne : Telle est la vocation de la plateforme Activ Expérience lancée par la société Activ Handi. Nous vous proposons de découvrir ici quelques-uns des séjours disponibles en région Auvergne-Rhône-Alpes.**



Le Tandem'flex piloté © ESF SUPER BESSE

## Skier sur les volcans à Super-Besse

Activ Expérience vous invite à découvrir les pistes de Super-Besse en ski assis. Ce domaine relié avec le Mont-Dore permet de bénéficier de 28 pistes de ski accessibles : 5 vertes, 9 bleues, 9 rouges et 4 noires. Accompagné par un pilote breveté, vous aurez le choix entre le Tandem'flex et le dualski.

Le Tandem'flex piloté s'adresse à toutes les personnes qui ne souhaitent pas ou ne peuvent pas skier en toute autonomie. Cet engin permet un pilotage adapté et dispose d'un amortisseur.

Le Dualski piloté est destiné à des personnes partiellement autonomes qui souhaitent skier de manière confortable et sécurisée avec l'aide d'un pilote breveté. Les patinettes installées aux bras du skieur lui permettent d'être acteur de sa descente en initiant lui-même les virages.

Il est bien sûr possible de pratiquer ces activités en compagnie de vos proches.

Autres centres d'intérêt dans les environs : le lac de Super-Besse, le thermalisme, les volcans d'Auvergne.

Parmi les options complémentaires disponibles : location d'un lit médicalisé, d'un lève-personne ou d'un fauteuil roulant manuel.

La formule proposée comprend notamment la location de gîte accessible pour 7 jours et les forfaits de ski des accompagnants.

[Cliquez ici pour voir le détail du séjour.](#)

## La Drôme en ski, luge ou traîneau

Autre séjour proposé par Activ Expérience : « *La Drôme en hiver* », à Vassieux-en-Vercors, petit village de 326 habitants, situé à la limite entre la Drôme et l'Isère. Outre la visite de ce petit village de charme, vous pourrez prendre part à différentes activités selon vos envies.

Des séances de ski assis piloté sont organisées pour permettre aux personnes partiellement autonomes ou totalement dépendantes de pratiquer le ski de manière confortable et performante. Et ce, grâce à un pilote diplômé chargé de guider l'engin.

Une activité proposée au Col de Rousset à 10 km de l'hébergement compris dans le séjour.

Des sessions de luges/pulkas - traîneaux utilisés dans l'exploration polaire à l'origine - sont également proposées, principalement aux enfants, avec des adaptations qui permettent de profiter des pistes piétonnes et de ski nordique.

Vous pourrez aussi faire un baptême en traîneau, tiré par une meute de chiens, lors d'une excursion d'une demi-journée ; ou encore pratiquer la raquette à neige et le ski de fond, pour les personnes ayant la capacité de se déplacer.

Parmi les options complémentaires disponibles : services médicaux si besoin (location de lit médicalisé, lève-personne...), possibilité de transport TPMR sur le territoire, prestation d'[accompagnateur](#) professionnel.

[Cliquez ici pour voir le détail du séjour.](#)



La Drôme en hiver : Une balade en pulka © ACTIVHANDI

## Le Jura pour tous en Hiver : ski, luge, piscine, spa

Activ Expérience propose également un séjour au cœur du Jura, avec un logement basé dans le petit village de Mijoux (312 habitants) et un programme qui combine des activités de glisse sur les pentes du Jura Rhônalpin et des activités culturelles et de bien-être.

### Parmi les activités sportives proposées :

- Le ski alpin, et notamment du ski-assis en fauteuil, à Mijoux - Col de la Faucille, où vous aurez le choix entre des engins pilotés (Tandemski, Tempo Duo) et des engins où vous serez autonome (Dualski, Snow'kart). À noter que la pratique du ski pour des personnes malvoyantes est aussi proposée dans ce séjour.
  - Le ski nordique à Mijoux, sur le domaine du Vattay, et principalement avec une luge nordique (ski assis) pour les personnes tétraplégiques et paraplégiques.
  - Vous pourrez aussi profiter de la piscine couverte de St Genis Pouilly, qui dispose d'un engin de mise à l'eau et d'une rampe pour l'espace ludique de 125m<sup>2</sup>. Sans oublier l'espace zen avec hammams, sauna, petit bassin de bien-être, tisanerie et douches massantes.
- Parmi les activités culturelles :**

- La visite du Fort des Rousses et de sa Cave d'affinage du Comté : cette ancienne forteresse, construite par Napoléon de 1843 à 1870, abrite depuis 1997, 75 000 meules de Comté. Vous pourrez la découvrir à travers parcours facilité pour les personnes à mobilité réduite et les familles avec poussettes.
- La visite de la Maison de la Réserve Naturelle de la Haute Chaîne du Jura à Gex, avec son exposition permanente sur la Chaîne du Jura, sa faune, sa flore et sa géologie. Celle-ci se trouve en rez-de-chaussée.

[Cliquez ici pour voir le détail du séjour.](#)



Découvrez le ski nordique dans le Jura © TESSIER

### Du ski nordique en forêt...

Activ Expérience organise par ailleurs une seconde formule de séjour à Mijoux, plus particulièrement axée sur la découverte du ski nordique en pleine forêt. Une pratique douce à réaliser seul, en famille ou entre amis, et qui peut être adaptée en fonction des possibilités de chacun et du type de handicap.

Ainsi, la luge nordique correspond aux besoins des personnes paraplégiques et tétraplégiques, qui peuvent être assises sur un siège monté sur 2 skis nordiques. Vous n'avez plus qu'à pousser sur les bâtons ou être tracté par l'avant.

En ski debout, vous pouvez skiez en version classique (dans les rails) ou skating (le pas alternatif au milieu), tout en étant accompagné d'un moniteur qui vous sert de guide.

[Cliquez ici pour voir le détail du séjour.](#)

*Des séjours sont également disponibles à **Samoëns**, **Faverges**, aux **Karellis** et à **Aillon-Margériaz**.* ◆

### Services plus

Afin de faciliter le quotidien et l'organisation des vacances des personnes en situation de handicap, Activ-Handi propose toute une série de services complémentaires à consulter dans sa rubrique « Services plus » : location de matériel médical, mise à disposition d'un véhicule TPMR, location de matériel de loisirs adapté, recherche d'un accompagnateur professionnel, soutien dans les démarches de demandes d'aides financières liées aux vacances et au répit, conseils et informations pour se déplacer en train ou en car dans la région Auvergne-Rhône-Alpes...

*Pour en savoir plus :*

[www.activexperience.fr/help](http://www.activexperience.fr/help)



Promenade avec des chiens de traineau au Margériaz © C. MARTELET / AURA TOURISME

# L'Ain : Des activités sportives au plus près de la nature

Nous vous proposons de découvrir ici quelques-unes des activités sportives adaptées disponibles dans le département de l'Ain. Pour en connaître la liste complète, consultez le site : [Handi tourisme dans l'Ain : vacances pour tous près de Lyon \(ain-tourisme.com\)](http://Handi tourisme dans l'Ain : vacances pour tous près de Lyon (ain-tourisme.com)) et le guide [Guide touristique des territoires de l'Ain 2022 \(calameo.com\)](http://Guide touristique des territoires de l'Ain 2022 (calameo.com)) rubrique **Handi-tourisme**.



Découverte de la luge nordique

© MONTS JURA HANDISPORTS

## Randonner en fauteuil tout-terrain

Les fauteuils tout-terrain (FTT), ou Quadrix®, existent en version classique ou électrique. Ils permettent aux personnes à mobilité réduite de parcourir des espaces naturels, notamment des sentiers vtt larges, en autonomie, bien que la présence d'un vététiste soit recommandée, voire exigée.

- Deux sentiers de 10km chacun sont accessibles à la station des Plans d'Hotonnes (Bugey). Celle-ci propose la location de 2 FTT Quadrix®, un sportif (le WATT'S) et un autre plus abordable (l'ACCESse).  
**Servi'Nature** 01260 Les Plans d'Hotonnes - Tél : 04 79 42 29 72 - Mail : [servinature-01@orange.fr](mailto:servinature-01@orange.fr) - Site : [www.servinature.com](http://www.servinature.com)
- Des parcours sont également proposés au Col de la Faucille (Pays de Gex - Monts Jura) avec là aussi des possibilités de location :  
**Giroud Sports** - Rue du chamois - 01170 MIJOUX - Tél : 04 50 41 30 96 - Mail : [location@giroud-sports.com](mailto:location@giroud-sports.com) Site : [www.giroudsports.com](http://www.giroudsports.com)



Un fauteuil tout-terrain Quadrix © SERVI'NATURE

## Luge, snow'kart et ski dans les Monts du Jura

La station Mijoux-La Faucille, située au petit Montrond, à 1530 m d'altitude, propose de nombreuses activités hivernales en lien avec Monts Jura Handisports. Vous pourrez ainsi bénéficier d'un large choix de matériel en location : 1 kartski ou snow'kart, 5 dualski, 1 tandemski, avec également du matériel pour l'accompagnement des personnes non-voyantes, et des skis pour les pilotes.

### Monts Jura Handisports

Mairie, Rue de la Mairie, 01170 Cessy, Tél. 04 50 41 56 46

Mail : [contact@monts-jura-handisports.fr](mailto:contact@monts-jura-handisports.fr)  
Site : <https://monts-jura-handisports.fr/>

## Parcourir la Via Rhôna en vélo adapté

Afin de permettre à tous les publics, enfants comme adultes, avec ou sans handicap, de parcourir la célèbre piste cyclable Via Rhôna, Prolynx sports, situé à la base de loisirs de Seyssel, propose à la location 2 vélos cargos (triporteurs adaptés) et 2 vélos Benur (triporteurs électriques avec intégration directe du fauteuil roulant dans le triporteur). Il est possible de faire livrer le matériel loué à Virignin et dans le Bugey Sud.

### Prolynx Sports

Base Seyssel

Tél : 04 56 82 91 68 et 06 50 58 70 24

Mail : [contact@prolynx-sports.com](mailto:contact@prolynx-sports.com)

Site : [www.prolynx-sports.com](http://www.prolynx-sports.com) ◆



Un vélo cargo  
© PROLYNX SPORTS

### Des vélos Benur

© PROLYNX SPORTS

