



Nous avons le plaisir de vous présenter ce nouveau programme orienté sur les pratiques du ski handisport (Alpin et Nordique) et des activités hivernales adaptées.

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 »



21 DEC.
REALLON

Session « Pilote / Accompagnateur Handi-Ski Alpin »

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

- **Pilotage Fauteuils-ski** (Dual-ski, Snow'Kart, Tandem'Flex)
- **Guidage des non/mal voyants (DV)**
- **Accompagnement des skieurs autonomes** (Assis / Debout)

Horaire : RDV 8h30 sur le front de neige. (Pique-nique tiré du sac)

PS : Prendre son matériel de ski (160 max)



Stage Ski-Alpin Handisport

En partenariat avec l'équipe de PHS (Planet Handisport), venez partager des moments de glisses Handi-valide !

Les 7/8/9 JANV
Les ORRES



Samedi 18 JANV.
VARS

Samedi.....
LES ORRES/ REALLON

Sam 21 MARS
Puy-St-Vincent
1400

Les journées « Handi-Ride » Ski-Alpin

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

Au programme, selon votre handicap, vos envies et vos capacités :

Pratique autonome: Assis (Uni-ski ou Dual-ski) et Debout

Pratique semi-autonome: Assis (Snow'Kart) Et Debout (Guidage DV, Prothèse, Hémiplegie)

Pratique pilotée: Assis (Tandem'flex, Dual-ski Duo)

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

Restauration : Pique-nique proposé par le CDH05

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

Tarif : 20€ licenciés FFH et 40€ non licenciés FFH (Matériel / Encadrement / Forfait / Assurance)

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

Les journées « Neige Pour Tous »

3 RDV Ski de Fond et activités Nordiques adaptées :

Mercredi 15
JANV Bayard

Mardi 10 MARS
Crévoux

Jeudi 6 FEV
Barcelonnette



« Neige Pour Tous » est une manifestation ouverte à tous les publics :

Adultes et enfants, personnes en situation de handicap physique, sensoriel et personnes valides.

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

Infos pratiques :

- Rdv 10h participants et 8h30 bénévoles
- Prêt de matériel (raquette, ski de fond)
- Prévoir votre pique nique (sauf bénévoles inscrits)



Contact / Inscription : Comité Sport Adapté des HAUTES-ALPES
06.98.97.05.00 ou cdsa05@ffsa.asso.fr

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



Toute la saison: Pratique libre et/ou encadrée

Matériel « Luge de fond » et « Pulka » disponible sur certains sites nordiques des Hautes-Alpes (Bayard, Puy-St-Vincent, Crévoux, Ceillac, Nevache, ...).

Gestion par les sites nordiques. Prêt gratuit (sur réservation).

Possibilité de prendre des cours spécialisés via les écoles de ski sur site.

FESTIVAL DES SPORTS EXTREMES: « OUTDOORMIX »



15 au 19 JANV.
VARS



Une semaine dédiée aux sports outdoor ! (compétition internationale et pratiques loisirs)

Ski, Snowboard, VTT, Canoë Kayak, Slackline, Parapente

+ Soirées festives avec concerts gratuits !

Programme complet sur <https://www.vars.com/hiver/outdoormix-winter-festival/event>

Le **Handisport 05** participera à cet événement en mobilisant des « handi-skieurs » en démo sur différentes disciplines + Stand Handisport sur le village OutDoorMix

17 / 18 JANV.
VARS

- VENDREDI: Mise à disposition de matériel et de pilotes/ accompagnateurs fauteuil-ski pour faire découvrir l'activité hand-ski et accéder aux sites des compétitions et démos.

- SAMEDI: Journée « SKI HANDIRIDE »

Découverte et perfectionnement aux différentes disciplines du Handiski: ski-assis en autonomie (Uniski ou Dualski), en semi-autonomie (Snow'Kart) ou complètement piloté (Tandem-ski, Dualski piloté) et ski debout guidé ou assisté.

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

EVENEMENTS

COMPETITION SKI ALPIN HANDISPORT

COUPE DE FRANCE SKI-ALPIN (Courses WPAS)

Epreuves : - 2 Géants
- 1 Slalom

18 / 19 JANV.
RISOUL

Contact : Ski Club St-Antoine :

handival@skimarseille.com

club@skimarseille.com



Calendrier Courses Nationales de Ski-Alpin Handisport 2019-2020:

<http://www.ski-handisport.org>

HandiSport
FÉDÉRATION FRANÇAISE

Formation Pilote Fauteuilski « TANDEMSKI » / « TANDEM'FLEX » :

Accessible aux MF1 FFS, aux titulaires Accréditation « Pilote Dualski Tessier » ou « Assistant/Accompagnateur Ski Alpin FFH » ou « Test ESF Chamois Bronze / Flèche Argent » ou niveau de ski attesté.

Du 27 JANV. au
1 FEV
LES ORRES

Durée: 6 jours (46 heures)

Coût: 960 €/pers

Organisme de formation : Comité Régional Handisport PACA

Inscription CDH05 : 06.49.09.06.90 ou 05handisport@gmail.com



HandiSport
Hautes-Alpes



tessier

SECTIONS HANDISKI (FFH / FFS)

Club Ecrins Handisport

Entraînement, initiation et perfectionnement aux différentes pratiques du Ski-Alpin Handisport (Assis, Debout, Guidé).

Le club des Ecrins Handisport propose à ses adhérents licenciés des séances de handiski sur différents modèles de fauteuil-ski: en autonomie (Uni-ski/Dual-ski) en semi-autonomie (Snow'Kart), ou complètement Piloté (Tandem-ski ou Dual-ski Duo).

Les Orres Station 1650 Mercredi après-midi (hors vacances)

Contact: Club Ecrins Handisport ecrins.handisport@gmail.com



LES ORRES

Club SCOCE (Ski Club Les Orres-Crévoux-Embrun)

Ski Alpin Handisport « Loisir »

Type de public accueilli: **Assis et Debout**

Les Orres Station 1650 Mercredi matin (hors vacances)

Contact: Eric Masnada eric.masnada@orange.fr www.scoce.fr



Club CSHB (Club des Sports d'Hiver du Briançonnais)

Ski Alpin Handisport « Loisir » et « compétition »

Type de public accueilli: **Assis et Debout**

Briançon / Serre-chevalier

Contact: Deslandes Gael contact@cshebriancon.fr 0492202769

www.skiclub-briancon-cshb.clubffs.fr



ETABLISSEMENTS SPECIALISES

Etablissement	Lieu	Date	Activité	Nb	Pilote	Acc
APF SAVS-SAMSAH (Gap)	Réallon	24 Janv 14 Fév 27 Mars	Tandem / Dual Kart-ski	6 max	3/4	2
APF Foyer Borel (Gap)	Réallon Vars	De Jan à Avril (Mardi et Jeudi)	Tandem-ski	2/3	2/3	1

SEJOURS

Etablissemen	Lieu	Date	Activiité	Nb	Pilote	Acc
IEM SESAME (Aix en Pce)	Les Orres	11/12 FEV	Tandem / Dual Kart-ski	3	3	3
IEM St-Jean-de-Dieu	Serre-chevalier UCPA	Fin Mars	Tandem / Dual Kart-ski	8	Renfort (4)	4
IEM Hérouville-St-Clair	Risoul	Fin Mars	Tandem / Dual Kart-ski	20	Renfort (6)	20

ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

Etablissement	Lieu	Date	Activité	Nb	Pilote	Acc
Ecole Charles Sandro	Vars	4 et 6 Fév	Snow'Kart	3	3	2
Ecole Camus	Pelvoux	Mars	Tandem-ski Dual-ski	1	1	1
Lycée Villard	Arvieux	18 Déc	Ski de Fond Handisport	Classe		2

A NOTER: EPS et UNSS :

- Cycles de ski alpin et ski de fond / Aide à l'accès aux compétitions UNSS des élèves handicapés.
- Intervention sur demande des enseignants d'EPS et Chefs d'établissements.
- Mise à disposition de matériel adapté, aide technique et pédagogique.

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

QUI	Lieu	Date	Activité	Nb	Pilote	Acc

INFORMATIONS HANDISPORT 05

Permanence du Comité Départemental Handisport 05 (CDH05) :

Tous les mardis (période scolaire) à la Délégation APF:7 bd Général de Gaulle, 05000 GAP

Ou pour tout renseignements :

Boris Mallein : Chargé de mission CDH05: 05handisport@gmail.com 06.49.09.06.90

Marie-France Terle : Présidente CDH05: mf.terle@wanadoo.fr 06.81.46.85.73

Facebook: « Handisport Hautes-Alpes »

CLUBS et/ou SECTIONS Handisport

<i>Club / Section*</i>	<i>Contact</i>	<i>Lieux de pratique</i>	<i>Téléphone</i>	<i>Mail</i>	<i>Disciplines sportives</i>
Club Ecrins Handisport (CEH)	Boris Mallein	Embrun	06 49 09 06 90	ecrins.handisport@gmail.com	- Fauteuil-Tout-Terrain (FTT) Handiski / Natation
Club Nautique Alpin Serre-Ponçon	Thierry Allamanno	Embrun	04 92 43 00 02	cnasp@wanadoo.fr	Voile
Cercle des Nageurs de Gap	Jean-Jacques PY	Gap	09 79 08 66 98	directionengap@gmail.com	Natation
Gap Hautes-Alpes Escrime	Jean-F Lafarge	Gap	06 67 69 18 52	president@gap-escrime.com	Escrime
Tennis Club de la Batie Neuve	Laurent Bonnefont	La Batie Neuve	07 88 64 99 81	laurent05230@gmail.com	Tennis
Eau-Vive-Embrun	Alexandre Georgel	Embrun	04 92 54 19 14	eve.kayak@gmail.com	Kayak / Raft
Gap Hautes-Alpes Athlétisme	Gilles Brochier	Gap	06 79 14 71 92	ghaa05@yahoo.fr	Athlétisme
Club des Sports d'Hiver Briançonnais	Deslandes Gael	Briançon	04 92 20 27 69	contact@cshbriancon.fr	Ski-Alpin
L'Argentière Ecrins Aquatic Club	Canu Jeremy	L'Argentière L.B	06 63 01 21 58	laeac@hotmail.fr	Natation
Ski Club Les Orres Crevoux Embrun	Eric Masnada	Les Orres	06 74 20 62 91	eric.masnada@orange.fr	Ski-Alpin
En corps des ailes (CT FFME 05)	Valérie Chauvet	Gap / Guillestre	06 78 27 06 92	grimpeusesroses05@gmail.com	Escalade
Association Culturelle Sociale et Sportive du Queyras	Samuel Michel	Aiguille	07 81 76 45 53	autonomie.acssq@queyras.org	Randonnée Joelette, FTT
Association Ski-Paradiz	Franck Ritzenthaler	Le Monétier-les-bains	06 77 41 39 98	ritzfamille@sfr.fr	FTT Ski-Alpin
Club Alpin Français Guillestre	Francis Carletto	Guillestre	06.30.30.26.36	randos.francis05@gmail.com	Rando Joelette, FTT, guidée DV
Club Badminton Gap	Anne-M Thuilier	Gap	06 28 27 94 85	nanouam@free.fr	Badminton
Club Des Archers de Gap	Georges Comet	Gap	06 43 41 97 29	geo.thais05@orange.fr	Tir à l'Arc
Club Plongée Embrun	Béatrice Bozon	Embrun	06 16 39 71 67	bbbulles@sfr.fr	Plongée

Et bien d'autres encore !

PROGRAMME SPORT-SANTE



Activités Physiques et Sportives-Santé: APA NATATION (EMBRUN)

Le Comité Handisport des Hautes-Alpes met en place un programme d'APSS "NATATION", sur ordonnance, spécifique aux personnes atteintes de maladies chroniques "Neurologiques".

- **Lieu:** Centre aquatique intercommunal "Aquaviva" - Embrun (05)
- **Période:** à partir du 8 novembre 2019 jusqu'en juillet 2020 (Hors vacances scolaires)
- **Horaire:** le vendredi de 16h à 17h
- **Intervenant:** BEESAN + Enseignant en APA-S

Pour qui : Le dispositif est accessible sur prescription médicale, pour les personnes atteintes de maladies chroniques neurologiques invalidantes (Sclérose en Plaques, Ataxie, SLA, etc...).

Activités à but thérapeutique, adaptées à la personne dans sa globalité.

✓ **Préalables:**

- Prescription médicale d'APA (Activités Physiques Adaptée) par le médecin traitant.
- Inscription au programme « Natation-Santé » (contact : 05handisport@gmail.com)
- Prise de licence Handisport "multisport" auprès du Club Ecrins Handisport (Embrun)

Inscription CDH05 : 06.49.09.06.90 ou 05handisport@gmail.com

Activités Physiques et Sportives-Santé: APA (GAP)

Le Comité Handisport des Hautes-Alpes met en place un programme d'APSS, sur ordonnance, spécifique aux personnes atteintes de maladies chroniques "Neurologiques".

- **Lieu:** Centre Rhône-Azur de Gap (Bassin de Balnéothérapie)
- **Période:** à partir du 15 novembre 2019 jusqu'en juillet 2020 (Hors vacances scolaires)
- **Horaire:** le vendredi de 16h à 17h
- **Intervenant:** Enseignant en APA-S « ETNAS »

Pour qui : Le dispositif est accessible sur prescription médicale, pour les personnes atteintes de maladies chroniques neurologiques invalidantes (Sclérose en Plaques, Ataxie, SLA, etc...).

Activités à but thérapeutique, adaptées à la personne dans sa globalité.

✓ **Préalables:**

- Prescription médicale d'APA (Activités Physiques Adaptée) par le médecin traitant.
- Inscription au programme « APA-Santé » (contact : 05handisport@gmail.com)
- Prise de licence Handisport "multisport" auprès du Club Ecrins Handisport (Embrun)

Inscription 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 fauteuil-ski, d'accompagner des skieurs debout ou assis, 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.

Différentes formations sont proposées pour pouvoir encadrer les activités.

Nous ne pouvons mettre en place des actions de qualité que par la mobilisation des forces actives bénévoles pour une pratique sportive partagée handi-valide.

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 !

Nom : **Prénom :**

Adresse

.....

.....

Date Naissance :

Mail : **Tél portable :**

.....

Pratiques sportives personnelle:

Expériences encadrement handisport :

Document à renvoyer au :

Comité Départemental Handisport Hautes-Alpes (CDH05)

Ad: 150 Bd G. Pompidou, 05000 Gap ou mail : 05handisport@gmail.com



BULLETIN D'ADHÉSION 2019-2020

Le Comité Départemental Handisport des Hautes-Alpes a pour mission **la promotion et le développement des activités sportives à destination des personnes en situation de handicap physique et sensoriel.**

En adhérant à l'association, vous rejoignez un mouvement de soutien pour l'intégration par le sport des personnes handicapées.

Nos objectifs et missions :

- Initiation et perfectionnement aux activités handisport
- Développement des clubs et/ou sections handisports
- Sensibilisation grand public et professionnels
- Formation fédérale Handisport (SKI, FTT)
- Organiser des manifestations pour la promotion du handisport
- Mise à disposition de matériels adaptés
- Acquisition de matériels adaptés
- Compétitions

BULLETIN D'ADHESION - SAISON 2019/2020

Je suis, nous sommes :

Mme, Mlle, Mr, Famille, Association, Société (Nom).....

Prénom(s) :

Adresse postale :

Adresse e-mail :

Numéro de téléphone :

Je/nous souhaitons participer à l'association HANDISPORT 05 en qualité de :

- Membre(s) adhérent(s)** (précisez le nombre de membres) :x **25 €**
Accès au matériel handisport et au réseau des bénévoles de l'association handisport 05.
- Membre(s) donateur(s)** pour soutenir l'association
En joignant un chèque du montant de votre choix :€

(Les chèques doivent être libellés à l'ordre du Comité Handisport 05)

AVANTAGES FISCAUX :

Le Comité Déptal Handisport des Hautes-Alpes (CDH05) est une association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901, affiliée à la Fédération Française Handisport (FFH).

En qualité d'association reconnue d'utilité publique, nous pouvons percevoir des **dons** et des **legs** et fournir en retour des reçus fiscaux pour le crédit d'impôt:
(Formulaire CERFA N° 11580*03 « Reçu au titre des dons à certains organismes d'intérêt général » Articles 200, 238 bis et 885-0 V bis A du code général des impôts (CGI))

- Si un **particulier** fait don en numéraire, il bénéficie d'une **réduction d'impôt égale à 66%** du don dans la limite de 20% de son revenu imposable. Au-delà, l'excédent peut être reporté sur les 5 années suivantes.

- Pour les **entreprises**, elles bénéficient d'une **réduction d'impôt égale à 60%** du montant versé dans la limite de 5%o (Cinq pour mille) du chiffre d'affaire brut.

Nous comptons sur des Partenariats et/ou du Mécénat pour nous aider à mener à bien nos projets!



COMITE DEPARTEMENTAL HANDISPORT HAUTES-ALPES

**Pratique des activités physiques et sportives spécifiques aux personnes handicapés
physique et/ou sensoriel.**

150, Bd George Pompidou – 05000 GAP –

Tél : 06 49 09 06 90 – @Mail : 05handisport@gmail.com

SIRET N° 494 996 192 00022

FEDERATION FRANCAISE HANDISPORT

Habilitation Ministérielle J.O. N°1234 NC du 05.02.81 reconnue d'utilité publique