

VOYAGES ADAPTÉS EN FRANCE
ET DANS LE MONDE

HANDI TOURISME

CONSEILS
ET BONS
PLANS

ACCESSIBILITÉ : SNCF AGIT POUR FACILITER VOS DÉPLACEMENTS



EDITION

Directeurs de collection et auteurs :

Dominique AUZIAS et Jean-Paul LABOURDETTE

Auteurs : Frédérique WINANTS, Elodie CABRERA, Dominique Laurence REPESE, Izabel TOGNARELLI, Serge MOURARET, Jean-Paul LABOURDETTE, Dominique AUZIAS et alter

Directeur Editorial : Stéphane SZEREMETA

Rédaction France : Elisabeth COL, Silvia FOLIGNO, Tony DE SOUSA

Rédaction Monde : Caroline MICHELOT, Morgane VESLIN, Pierre-Yves SOUCHET, Jimmy POSTOLLEC, Elvane SAHIN

FABRICATION

Responsable Studio : Sophie LECHERTIER assistée de Romain AUDREN

Maquette et Montage : Julie BORDES, Sandrine MECKING, Delphine PAGANO, Laurie PILLOIS

Iconographie et Cartographie : Anne DIOT

WEB ET NUMERIQUE

Directeur Web : Louis GENEAU DE LAMARLIERE

Chef de projet et développeurs : Nicolas GUENIN, Adeline CAUX

Intégrateur Web : Mickael LATTES

Webdesigner : Caroline LAFFAITEUR

Community Manager : Cyprien de CANSON et Andrei UNGUREANU

DIRECTION COMMERCIALE

Responsable Régies locales : Michel GRANSEIGNE

Relation Clientèle : Vimla MEETTOO et Manon GUERIN

Chefs de Publicité Régie nationale : Caroline AUBRY, François BRIANCON-MARJOLLET, Perrine DE CARNE MARCEIN, Caroline PREAU

REGIE INTERNATIONALE

Chefs de Publicité : Jean-Marc FARAGUET, Guillaume LABOUREUR assistés de Queeny MENSCHAN

DIFFUSION ET PROMOTION

Directrice des Ventes : Bénédicte MOULET assistée d'Aïssatou DIOP

Responsable des ventes : Jean-Pierre GHEZ assisté de Nelly BRION

Relations Presse-Partenariats : Jean-Mary MARCHAL

ADMINISTRATION

Président : Jean-Paul LABOURDETTE

Directrice des Ressources Humaines : Dina BOURDEAU assistée de Sandra MORAIS et Eva BAELEN

Directrice Administrative et Financière : Valérie DECOTTIGNIES

Comptabilité : Jeannine DEMIRDJIAN, Adrien PRIGENT et Christine TEA

Recouvrement : Fabien BONNAN assisté de Sandra BRIJLALL et Vinoth SAGUERRE

Responsable informatique : Briac LE GOURRIEREC

Standard : Jehanne AOUMEUR

■ PETIT FUTE HANDITOURISME ■

LES NOUVELLES EDITIONS DE L'UNIVERSITE

18, rue des Volontaires - 75015 Paris.

☎ 01 53 69 70 00 - Fax 01 42 73 15 24

Internet : www.petitfute.com

SAS au capital de 1 000 000 € - RC PARIS B 309 769 966

Couverture : © ranimiro - Shutterstock.com

Impression : CORLET IMPRIMEUR - 14110 Condé-en-Normandie

Achévé d'imprimer : février 2019

Dépot légal : 10/02/2019

ISBN : 9782305000596

Pour nous contacter par email, indiquez le nom de famille en minuscule suivi de @petitfute.com
Pour le courrier des lecteurs : info@petitfute.com

ÉDITO

Chers handivoyageurs,

Si vous lisez ce texte, c'est que vous tenez entre vos mains la toute nouvelle édition du guide *Handitourisme*. Cela a été un réel bonheur de mettre mon énergie à votre disposition, à notre disposition, pour vous proposer la mise à jour de ce guide. Que vous aimiez partir en week-end, en vacances, en voyage à la mer, à la montagne, en France comme en Navarre, voire à l'étranger, vous trouverez ici une large sélection d'informations. Dans la première partie, nous vous donnons toutes les ficelles pour préparer votre voyage. Vous y trouverez de nombreuses adresses utiles, la liste de démarches à effectuer avant votre départ, des conseils pratiques sur les assurances, mais aussi sur les modes de déplacement, la santé, l'argent. Que vous partiez seul ou en groupe, tout l'aspect pratique est là.

Dans la deuxième, vous aurez l'embaras du choix de votre logement, de vos restaurants et de vos activités sur place, labellisés ou accessibles. Que voulez-vous faire ? Quand, où et comment ? Nous avons essayé ici de recenser une large palette d'endroits accessibles à tous. Maintenant tout est entre vos mains. Partez où vous voulez.

La dernière partie vous emmène à travers le monde, nous vous y proposons des adresses utiles et des infos pratiques, selon les différents handicaps, afin de vous faciliter l'organisation d'un voyage plus lointain. Traverser les frontières avec un handicap, c'est possible !

Que l'on soit handicapé moteur, mental, aveugle, sourd ou muet, voyager n'est pas toujours aisé. Rien n'est jamais comme à la maison. Mais voyager, c'est apprendre, c'est se dépasser, c'est s'adapter, mais c'est aussi découvrir, c'est rencontrer, c'est rire, c'est se sentir vivant, heureux d'être ici et maintenant.

Ce guide n'a pas la prétention d'être une liste exhaustive des références en matière de handicap, mais nous avons travaillé d'arrache-pied et nous sommes certains que vous y trouverez votre bonheur. Nous profitons de cet éditto pour remercier les hôteliers, restaurateurs et autres personnes qui continuent d'améliorer l'accessibilité et donc la liberté, notre liberté ! J'espère que ce guide vous fera voyager. Bonne route et à bientôt.

Frédérique Winants



IMPRIMÉ EN FRANCE

SOMMAIRE

■ PRÉPARER SON VOYAGE ■

S'informer	6
Questions de santé.....	22
Les transports	33
L'hébergement	50
Sports et loisirs adaptés	52
Faire financer ses vacances	60
Les médias	62
Organiser son séjour à l'étranger	80

■ BONNES ADRESSES EN FRANCE ■

Nouvelle-Aquitaine	96
Charente.....	96
Charente-Maritime.....	100
Corrèze.....	108
Creuse	110
Deux-Sèvres.....	111
Dordogne.....	115
Gironde.....	124
Haute-Vienne	129
Landes.....	132
Lot-et-Garonne	136
Pyrénées-Atlantiques	138
Vienne	147
Auvergne - Rhône-Alpes.....	151
Ain	151
Allier.....	154
Ardèche	158
Cantal	160
Drôme	162
Haute-Loire	164
Haute-Savoie	167
Isère.....	169
Loire.....	171
Puy-de-Dôme.....	176
Rhône.....	180
Savoie.....	182
Bourgogne - Franche-Comté	188
Côte-d'Or	188
Doubs.....	192
Haute-Saône.....	195
Jura.....	196
Nièvre.....	202
Saône-et-Loire.....	203
Territoire de Belfort	210

Yonne	212
Bretagne	216
Côtes-d'Armor	216
Finistère.....	220
Ille-et-Vilaine.....	228
Morbihan	234
Centre - Val de Loire	239
Cher.....	239
Eure-et-Loir	242
Indre.....	244
Indre-et-Loire	246
Loir-et-Cher.....	253
Loiret.....	256
Grand Est (Alsace - Champagne-Ardenne - Lorraine).....	259
Ardennes.....	259
Aube	260
Bas-Rhin.....	262
Haut-Rhin.....	268
Haute-Marne	272
Marne	274
Meurthe-et-Moselle.....	277
Meuse.....	281
Moselle.....	282
Vosges.....	286
Hauts-de-France (Nord-Pas-de-Calais - Picardie)	288
Aisne.....	288
Nord	289
Oise	292
Pas-de-Calais	294
Somme.....	296
Île-de-France	299
Paris.....	299
Seine-et-Marne.....	308
Yvelines.....	313
Essonne	316
Hauts-de-Seine.....	317
Seine-Saint-Denis	318
Val-de-Marne.....	320
Val-d'Oise.....	322
Occitanie	324
Ariège.....	324
Aude	325
Aveyron	330
Gard	331
Gers	335
Haute-Garonne.....	337
Hautes-Pyrénées	342

Hérault	347	Norvège.....	460
Lot.....	354	Pays-Bas.....	461
Lozère.....	355	Pologne.....	462
Pyrénées-Orientales.....	357	Portugal.....	463
Tarn.....	364	République Tchèque.....	464
Tarn-et-Garonne.....	366	Roumanie.....	467
Normandie.....	369	Royaume-Uni.....	467
Calvados.....	369	Russie.....	468
Manche.....	374	Sicile.....	469
Orne.....	379	Slovaquie.....	470
Eure.....	381	Slovénie.....	471
Seine-Maritime.....	384	Suède.....	472
Pays de la Loire.....	389	Turquie.....	473
Loire-Atlantique.....	389	Afrique / Océan Indien.....	474
Maine-et-Loire.....	394	Afrique du Sud.....	474
Mayenne.....	401	Algérie.....	476
Sarthe.....	403	Botswana.....	477
Vendée.....	405	Burkina Faso.....	478
Provence-Alpes-Côte d'Azur - Corse.....	412	Égypte.....	480
Alpes-de-Haute-Provence.....	412	Éthiopie.....	481
Hautes-Alpes.....	415	Kenya.....	482
Alpes-Maritimes.....	417	Maroc.....	485
Bouches-du-Rhône.....	420	Namibie.....	486
Var.....	427	Sénégal.....	487
Vaucluse.....	431	Tanzanie.....	488
Corse-du-Sud.....	433	Tunisie.....	489
Haute-Corse.....	434	Asie / Océanie.....	490
■ DESTINATIONS			
DANS LE MONDE ■			
Invitation au voyage.....	438	Australie.....	490
Europe.....	442	Bali.....	492
Allemagne.....	442	Cambodge.....	492
Autriche.....	444	Dubaï.....	494
Baléares.....	445	Inde.....	495
Bulgarie.....	445	Japon.....	496
Canaries.....	448	Philippines.....	498
Chypre.....	448	Polynésie française.....	499
Croatie.....	449	Thaïlande.....	500
Espagne.....	450	Viêt Nam.....	500
Finlande.....	452	Amériques / Caraïbes.....	502
Grèce.....	453	Argentine.....	502
Hongrie.....	454	Brésil.....	503
Irlande.....	455	Canada / Québec.....	505
Islande.....	456	Chili.....	506
Italie.....	457	Cuba.....	507
Madère.....	459	États-Unis.....	509
Malte.....	459	Guadeloupe.....	511
		Martinique.....	512
		Mexique.....	514
		Pérou.....	515
		Index.....	516

[Retrouver ce titre sur Numilog.com](https://www.numilog.com)



[Retrouver ce titre sur Numilog.com](https://www.numilog.com)

PRÉPARER SON VOYAGE



S'INFORMER

■ ASSOCIATIONS NATIONALES DE HANDICAPS ■

■ FÉDÉRATION NATIONALE POUR L'INSERTION DES PERSONNES SOURDES ET DES PERSONNES AVEUGLES EN FRANCE (FISAF)

12, rue Alfred-de-Musset
AMBARÈS-ET-LAGRAVE

☎ 05 57 77 48 30
www.fisaf.asso.fr



Depuis 1925, cet organisme facilite et accompagne l'insertion et le maintien des personnes en situation de handicap sensoriel. Ses missions sont plurielles : promouvoir l'innovation pour une meilleure qualité d'accompagnement, former les professionnels du secteur, informer la collectivité des problèmes concernant les personnes déficientes sensorielles, accompagner les personnes en situation de handicap sensoriel...

■ FONDATION SONNENHOF

22, rue d'Oberhoffen
BISCHWILLER ☎ 03 88 80 23 00

www.fondation-sonnenhof.org
contact@fondation-sonnenhof.org

Fondation protestante établie en 1876, la fondation Sonnenhof travaille à améliorer les conditions d'accueil des personnes handicapées mentales : enfants, adultes, seniors et a contribué à la création de nombreux établissements (lieux de travail, de vie, ou de vacances...). L'objectif de la fondation est le même depuis plus de 130 ans : accueillir, éduquer et insérer des personnes handicapées mentales. Et celui-ci s'appuie sur des références éthiques et religieuses inspirées de l'Évangile.

■ ASSOCIATION DES PERSONNES DE PETITE TAILLE – APPT

47, rue Vaneau
CHOISY-LE-ROI

☎ 01 48 52 33 94
www.appt.asso.fr

contact@appt.asso.fr

Depuis 1976, cette association loi 1901 à but non lucratif, créée par Maître Brissé Saint-Macary, porteur du gène de l'achondroplasie, agit en faveur de la reconnaissance et de l'intégration des personnes de petite taille de moins de 1,40 m. Ouverte à tous, l'APPT est un lieu qui favorise les rencontres, les dialogues et le partage de votre expérience. C'est le pôle national d'informations et d'accompagnement.

■ GRANVILLE SANTE

304, boulevard de Québec
GRANVILLE

☎ 02 33 91 69 35
www.granvillesante.fr
autourduhandicap@gmail.com

L'Association propose des soins techniques, infirmiers, relationnels et de confort, à domicile.

Elle dispose d'une équipe pluridisciplinaire constituée d'infirmiers, d'aides à domicile et dans le cadre d'une convention, d'autres professionnels de la santé.

■ ASSOCIATION VALENTIN HAÛY

4, avenue Henri Barbusse (6^e)
PARIS

☎ 01 44 49 27 27
www.avh.asso.fr
news@avh.asso.fr



Maurice de La Sizeranne a publié l'abrégé orthographique français de l'écriture braille en 1882. 7 ans plus tard, il créa l'Association Valentin Haüy dont la vocation est de défendre les droits des personnes en situation de handicap visuel, d'assurer leur formation, de faciliter l'accès à l'écrit et de favoriser l'accès à l'emploi et leur autonomie. L'équipe milite aussi pour rendre les loisirs, les activités culturelles et sportives plus accessibles.

■ GROUPEMENT POUR L'INSERTION DES PERSONNES HANDICAPÉES PHYSIQUES – GIPH

61, rue du Faubourg-Poissonnière (9^e)
PARIS

☎ 01 43 95 66 36
www.giphnational.org
secretariat@giphnational.org

Avertissement au lecteur

Par commodité, nous utiliserons indifféremment dans cette édition les adjectifs « adapté » ou « accessible » alors que le premier terme désigne plutôt les voyages pour les personnes en situation de handicap mental, le deuxième est utilisé pour valider l'accès des lieux aux personnes en chaise roulante. Le Processus de Production du Handicap canadien utilise quant à lui le terme « déficient » versus « intègre » désignant une altération organique ou une intégrité physique. Ce vocabulaire-là n'est cependant pas suffisamment utilisé en France pour que nous l'adoptions dans cette édition.

Né en 1964, le Groupement pour l'Insertion des Personnes Handicapées Physiques (GIPH) est un réseau d'associations régionales et locales intervenant dans plusieurs domaines du social au transport en passant par le logement, l'aide à la personne ou encore l'accessibilité des handicapés aux loisirs. Les bénévoles peuvent proposer leurs services. Il participe également au développement de l'offre culturelle par et pour les handicapés et sensibilise tous les types de public au handicap.

■ **ASSOCIATION DES ACCIDENTÉS DE LA VIE – FNATH**

**47, rue des Alliés (11°)
PARIS**

☎ 04 77 49 42 42

www.fnath.org

La FNATH, association des accidentés de la vie, a été créée en 1921 pour défendre les droits des victimes d'accidents au travail. Elle est aujourd'hui l'association de défense de tous les accidentés de la vie, des malades invalides et des handicapés. Dans un esprit mutualiste d'entraide et de générosité, elle apporte soutien, réconfort, conseils et assistance aux accidentés et les aide à repartir dans leur vie sociale et professionnelle.

■ **FONDATION OCH – OFFICE CHRETIEN DES PERSONNES HANDICAPEES**

**90, avenue de Suffren (15°)
PARIS**

☎ 01 53 69 44 30

www.och.fr

contact@och.fr

L'OCH – fondation reconnue d'utilité publique – rejoint et soutient depuis 55 ans les personnes handicapées (tous handicaps) et leurs familles avec : une écoute et des conseils ; une revue : *Ombres & Lumière* ; des rencontres de familles pour soutenir chacun des membres ; des soirées « rencontres et témoignages » pour partager les expériences ; l'appui donné à diverses initiatives qui se sont montées ou se montent près de chez vous ; des subventions accordées à des projets en faveur des personnes handicapées...

■ **ASSOCIATION POUR ADULTES ET JEUNES HANDICAPÉS**

**Tour Maine Montparnasse
33, avenue du Maine**

29° étage (18°)

PARIS

☎ 01 44 10 23 40

www.apajh.org

Handicap Assistance : permanence téléphonique le lundi et le jeudi matin de 9h30 à 12h.

Depuis plus de 50 ans, cette association militante et gestionnaire réunit des citoyens désireux de faire avancer la réflexion et l'action en faveur des personnes en situation de handicap autour des valeurs de laïcité, citoyenneté et solidarité.

■ **UNION NATIONALE DES ASSOCIATIONS DE PARENTS DE PERSONNES HANDICAPEES MENTALES ET DE LEURS FAMILLES**

**15, rue Coysevox (18°)
PARIS**

☎ 01 44 85 50 50

www.unapei.org

public@unapei.org



Créée en 1960, c'est la première fédération d'associations françaises de représentation et de défense des intérêts des personnes handicapées mentales et de leurs familles rassemblant près de 550 associations.

■ **FÉDÉRATION NATIONALE DES SOURDS DE FRANCE – FNSF**

**41, rue Joseph-Python (20°)
PARIS**

☎ 01 40 30 18 36

www.fnsf.org

contact@fnsf.org



La FNSF – reconnue d'utilité publique auprès des personnes sourdes – est à l'origine d'un mouvement associatif des sourds depuis 1889 regroupant une cinquantaine d'associations ayant le même but : valoriser la Langue des Signes Française dans tous les domaines (éducation, santé, droit, patrimoine, culture, emploi...).

■ **ADES ORGANISATION**

**44, rue des Vignerons
VINCENNES**

☎ 01 46 81 75 00

www.autonomic-expo.com



Dates des différents salons et manifestations disponibles sur le site Internet.

Ades Organisation coordonne, orchestre et administre des salons internationaux et des événements à destination des professionnels et du grand public dans le domaine du handicap, de la dépendance et du maintien à domicile pour une meilleure autonomie des personnes, à domicile et en institutions. Autonomic Paris est une référence en la matière avec plus de 450 exposants sur 20 000 m² d'exposition.

Être handivoyageur, une philosophie

Voyager hors circuit des opérateurs n'est pas si difficile à condition de bien vouloir s'adapter aux conditions de vie sur place plutôt que de chercher un endroit systématiquement adapté : il sera en effet rarement possible de reproduire toutes les facilités que vous avez chez vous. C'est aussi dans les régions pauvres que vous trouverez toujours un génie du bricolage, des bras qui vous porteront et surtout un sourire qui effacera tous vos tracés...

BIEN CHOISIR SON PRESTATAIRE

Réglementation et labels

Labels français

Label Tourisme & Handicap

Décerné par l'association éponyme, ce label national s'inscrit dans le cadre de la politique de développement du droit aux vacances pour tous menée par le secrétariat d'État au tourisme. Décerné à des sites d'hébergement, des établissements culturels et historiques, des restaurants, des bases de loisirs ainsi qu'à tous les autres sites d'accueil touristique ayant mis leurs infrastructures aux normes pour recevoir les publics dits handicapés, l'objectif de la labellisation serait à terme de fournir une information fiable et lisible aux usagers handicapés désirant faire du tourisme en France. Les professionnels désireux d'obtenir ce label doivent effectuer leur demande auprès des délégués régionaux au tourisme : ils reçoivent alors un questionnaire d'auto-évaluation qui permettra d'apprécier l'état d'accessibilité de l'équipement pour les quatre types de handicap (moteur, visuel, auditif et mental). Si les réponses apportées au questionnaire semblent positives, un binôme d'évaluateurs formés va sur le terrain afin d'établir un diagnostic précis de l'établissement recensé. Pour mener à bien leur mission, ils se basent sur un cahier des charges et une grille définissant un ensemble de références en matière d'accessibilité, d'accueil et de prestations. Le respect de certains critères est obligatoire tandis que d'autres sont conseillés ou recommandés dans le cadre d'une démarche qualité : dans tous les cas, ceux retenus doivent permettre au touriste handicapé d'utiliser les prestations proposées de la manière la plus autonome possible. En cas d'évaluation défavorable du site, le professionnel peut s'engager dans une démarche d'adaptation de son équipement. La commission régionale lui propose alors un suivi et une aide avec éventuellement le soutien de services compétents ou d'associations spécialisées lui permettant d'améliorer son offre en vue d'une labellisation future. Le dossier d'évaluation est ensuite examiné par la commission régionale de labellisation qui émet un avis fondé sur une approche humaine et de bon sens en tenant compte des situations spécifiques dans un environnement donné et d'éventuels services ou accompagnements substitutifs qui garantissent une certaine autonomie pour l'utilisateur. La commission nationale de labellisation chargée d'assurer l'uniformité de l'application des dispositions du label statue ensuite sur proposition de la commission régionale : le label est alors accordé pour un, deux, trois ou quatre handicaps. Après signature de la charte d'engagement du labellisé, celui-ci se voit remettre par l'association Tourisme et Handicap une plaque signalétique à apposer dans ses locaux. La durée d'attribution du label est valable pour une période maximale de cinq ans, renouvelable par avenant après contrôle du maintien des critères d'accueil

et d'accessibilité. En cas de non-respect des obligations définies dans la charte d'engagement du labellisé, le label peut être retiré.

► Renseignements sur www.tourisme-handicaps.org

Dans ce guide, nous nous efforçons de recenser les sites labellisés à la date de bouclage de l'édition.

Label Handiplage

Ce label indique le degré d'accessibilité des plages en tenant compte de tous les types de handicaps. Les plages sont labellisées sur quatre niveaux symbolisés par des roues marines. La labellisation d'un site handiplage est payante. Elle contrôle les équipements du site handiplage, la présence d'un panneau de signalisation du site avec niveau du label, les frais de déplacement du contrôleur accessibilité et les frais de déplacement de l'association relais.

► Retrouvez-les sur le site www.handiplage.fr

Conseil National des Loisirs et du Tourisme Adaptés - CNLTA

Le CNLTA regroupe autour de sa Charte de Qualité des structures accompagnant les personnes handicapées au quotidien ainsi que des organismes de vacances. La Charte offre un socle commun de références pour les vacances adaptées. Le CNLTA a également pour objectif de faire progresser le secteur du tourisme adapté, de permettre à tous les adultes handicapés l'accès aux loisirs et aux vacances de qualité, et de préserver leur droit aux vraies vacances. Renseignements :

► Plus d'informations sur le site www.cnlta.asso.fr

Marque Qualité Tourisme™

Le plan Qualité Tourisme™ a été initié lors du Comité Interministériel du 9 septembre 2003 pour améliorer l'image de la France, développer les emplois et créer de la richesse. La qualité est donc devenue la priorité de l'ensemble des acteurs du tourisme fédérés par l'État : hôtels, restaurants, campings, cafés, brasseries, agences de locations saisonnières et offices de tourisme font partie de ce réseau. Les établissements figurent sur le site, classés par région. On accède ensuite à des listes téléchargeables où le critère handicap ne figure malheureusement pas parmi les priorités...

► Plus d'infos sur www.entreprises.gouv.fr/marques-nationales-tourisme

Destination pour tous

Cette marque se donne pour mission de valoriser des territoires en proposant une offre touristique cohérente et globale pour les personnes handicapées. DPT intègre ainsi l'accessibilité des sites et des activités touristiques mais également l'accessibilité des autres aspects de la vie quotidienne.

[Retrouver ce titre sur Numilog.com](http://www.numilog.com)

**SUR L'AUTOROUTE DE VOS ESCAPADES
EN VILLE, À LA MER OU À LA CAMPAGNE,
LA BONNE FRÉQUENCE C'EST**



INFORMATION TRAFIC EN TEMPS RÉEL

SÉCURITÉ

MUSIQUE

CULTURE

TOURISME ET DÉCOUVERTES

SUIVEZ TOUTE
NOTRE ACTUALITÉ

 sanef 107.7

 @sanef_1077

La marque est attribuée pour une durée de 3 ans. Elle concerne les territoires ayant développé une offre touristique pour au moins 2 des 4 familles de handicap (auditif, mental, moteur et visuel).

► **Plus d'infos sur www.entreprises.gouv.fr/marques-nationales-tourisme**

Labels étrangers

L'Organisation Mondiale du Tourisme (OMT) ou *World Tourism Organization (UNWTO)* est l'institution des Nations Unies destinée à promouvoir et développer le tourisme. Son siège se situe à Madrid en Espagne. L'OMT joue un rôle dans la promotion du développement du tourisme responsable, durable et accessible à tous en veillant particulièrement aux intérêts des pays en développement. L'Organisation encourage également l'application du Code mondial d'éthique du tourisme pour s'assurer que les pays membres, les destinations touristiques et les entreprises du secteur maximisent les effets économiques, sociaux et culturels positifs de cette activité et en recueillent tous les fruits tout en réduisant au minimum les répercussions négatives sur la société et sur l'environnement. Nous avons signalé dans l'introduction de chaque continent la liste des pays membres.

► En France

Le législateur n'a pas à ce jour statué sur les séjours à l'étranger. La délivrance de l'agrément Vacances adaptées organisées prévu par la loi n°2005-102 du 11 février 2005 (art.48) et le décret n°2005-1759 du 29 décembre 2005 ne porte en effet que sur les séjours de vacances organisés sur le territoire français pour une durée supérieure à cinq jours. Cependant, la mise en place de cet agrément permet de repérer les éléments fondamentaux qui garantissent une prestation adaptée quel que soit votre handicap. Sachez aussi que les contraintes réglementaires ne sont pas les mêmes qu'il s'agisse d'une association ou d'un voyageur qui devront cependant disposer l'un et l'autre de la licence Tourisme. Enfin, les séjours pour mineurs relèvent des dispositifs Jeunesse et sports.

Une règle d'or avant de choisir votre voyage et si vous souhaitez passer par un prestataire : parlez de vos besoins. Car c'est à eux que doivent répondre les organisateurs de séjours dans la mesure où ils sont spécifiques. Et n'oubliez pas, comme tout voyageur qui se respecte, de vous renseigner sur les conditions générales de vente du voyage.

► European Network for Accessible Tourism

L'ENAT a été fondé en janvier 2006 par neuf organisations qui souhaitent créer un réseau pour tous ceux qui supportent ou qui veulent en savoir plus sur le tourisme accessible en Europe. Il s'agit donc d'un label européen. Ce réseau veut dépasser les nombreuses barrières que les touristes rencontrent tels le manque d'informations, les difficultés liées au transport, les barrières architecturales et certains services inadaptés. Un code de bonne conduite a été élaboré qui doit être signé par les prestataires adhérents. Nous vous les signalerons au fur et à mesure du guide. Plus d'infos sur www.accessibletourism.org

Handicapé moteur

Voici une série de questions sur lesquelles vous devez obtenir des réponses très concrètes sachant que les troubles de la motricité sont très divers : déplacements en fauteuil roulant, électrique ou manuel, avec cannes, béquilles, déplacements sans orthèses ou prothèses mais nécessitant une adaptation de l'environnement.

Repères

► **L'opérateur** me pose-t-il les bonnes questions concernant mon handicap (degré de mobilité, appareillage, besoins en transfert, soins, toilette...)?

► **Si vous êtes en fauteuil** (manuel ou électrique) vous a-t-on demandé son poids, sa longueur, sa largeur (pour évaluation des passages de porte)?

Si vous pouvez le manœuvrer seul, faire quelques pas, monter et descendre seul quelques marches, conduire une voiture de location avec/sans équipement spécifique? Bien vérifier avec l'opérateur si votre batterie sèche ou lithium est acceptée dans l'avion. Les règles diffèrent d'une compagnie à l'autre. Par exemple, Airfrance autorise le transport de batteries au lithium-métal (n'excédant pas 2 g de lithium) ou au lithium-ion (n'excédant pas 100 Wh).

► **L'opérateur s'est-il soucié** des transferts fauteuil/lit, fauteuil/WC, des éléments d'accessibilité sur lesquels vous ne pouvez pas faire de concessions?

► **L'opérateur vous propose-t-il un transport adapté** domicile-départ du séjour-domicile?

► **Ce dernier** est-il en mesure de vous fournir des informations précises sur votre lieu de séjour (accessibilité chambre, restaurant, piscine, plage, jardin) et/ou sur les modes de transport pendant votre séjour (voitures, bus adaptés)?

► **Enfin, se soucie-t-il de savoir** si vous avez l'habitude de voyager, de vos attentes particulières ou de la régularité des soins médicaux dont vous avez besoin? N'éludez aucune question au prétexte qu'elle serait trop intime comme les sondages urinaires par exemple. Chaque handicap ayant ses particularités, n'hésitez pas à les faire connaître. C'est le gage d'un service adéquat.

Handicapé mental

Outre l'agrément « vacances adaptées organisées », deux instances ont défini des chartes de qualité : le Conseil National des Loisirs et du Tourisme Adapté (CNLTA) et le Collectif des Organismes du Tourisme adapté (COTA). La plupart des associations ou les voyageurs spécialisés sont adhérents soit de l'un soit de l'autre.

Repères

► **Le séjour** est-il organisé en niveaux d'autonomie?

► **Quel est le nombre d'encadrants** prévu?

► **Quelle formation** ont reçu les encadrants?



© Boris DUBRANTIC - Fotolia

- ▶ **Comment le suivi médical** est-il prévu ?
- ▶ **Un questionnaire médical** est-il fourni ?
- ▶ **Les régimes alimentaires spécifiques** (si besoin) sont-ils prévus ?
- ▶ **Existe-t-il un système d'accompagnement** à l'argent personnel des vacanciers ?
- ▶ **Existe-t-il un protocole en cas d'évacuation** et de rapatriement nécessaires ?
- ▶ **Quelles sont les animations** et les activités prévues pendant le séjour ?
- ▶ **Un bilan** est-il prévu à la fin du séjour ?

Sourd

Sourds et malentendants, il existe aujourd'hui peu de prestataires dans le domaine adaptés à vos besoins ! Gageons que la situation évoluera dans les années qui viennent.

Repères

- ▶ **Le voyage** est-il accompagné par des interprètes en LSF ?
- ▶ **Vos interlocuteurs** sont-ils compétents en LPC ?
- ▶ **Une documentation écrite** vous est-elle remise sur le voyage et au cours du voyage ?
- ▶ **Les lieux d'accueil** sont-ils équipés en boucle magnétique, informations et alarmes visuelles ?
- ▶ **Au cours de votre séjour**, le personnel des lieux d'accueil ou de visite sera-t-il spécialisé ?
- ▶ **Le groupe sera-t-il composé de façon homogène** (sourds profonds, devenus sourds, malentendants appareillés) ou hétérogène (tous types de déficience auditive confondus) ?

Malvoyant

Même remarque que précédemment : très peu de prestataires. Encore un effort !

Repères

- ▶ **Les accompagnants** sont-ils spécialisés dans votre handicap ?
- ▶ **Serez-vous accompagné** depuis votre domicile ?
- ▶ **Les lieux de séjour** vous sont-ils présentés en détail (topographie, obstacles, repères) ?
- ▶ **Recevrez-vous une documentation en braille**, si nécessaire ? Ou en caractères adaptés ?
- ▶ **Les visites sont-elles guidées** par une personne ? Prévu avec des audioguides ?
- ▶ **Au cours de votre séjour**, le personnel des lieux d'accueil ou de visite sera-t-il spécialisé ?
- ▶ **Quelles sont les conditions prévues** pour votre chien-guide ?
- ▶ **Le transporteur** sera-t-il prévenu de sa présence (en avion, vous voyagez avec lui en cabine) ?

Les voyageurs

De plus en plus d'agences de voyages s'ouvrent à la clientèle touristique en situation de handicap. Certaines travaillent en étroite collaboration avec des associations et sont donc à même de vous offrir un service adapté à vos attentes. En cas de besoins spécifiques, n'hésitez pas à leur poser des questions.

■ COSTA CROISIÈRES

☎ 08 00 73 77 37

www.costacroisieres.fr

Informations et réservations 7j/7 et 24h/24

Costa Croisières accueille une clientèle handicapée. Il est néanmoins conseillé à ces passagers de ne pas voyager seuls et de communiquer à la compagnie toutes les informations relatives à leur handicap. Sur demande préalable, un fauteuil pliable vous sera attribué et on vous proposera une assistance particulière, notamment pour les débarquements et embarquements lors des escales. Des croisières sont organisées pour les passagers dialysés ou en insuffisance rénale (organisation extérieure à Costa Croisières) avec la présence à bord d'un centre d'hémodialyse et d'une équipe médicale. Costa Croisières travaille de concert avec l'Association Italienne de la Maladie Cœliaque pour un projet spécial favorisant l'alimentation sans gluten en vérifiant l'adéquation de tous les produits utilisés dans le restaurant principal pour les personnes qui souffrent de la maladie. Bien que les paquebots aient été aménagés pour permettre de voyager plus confortablement, certaines zones sont d'un accès limité. Pour cette raison, il est important que vous preniez travail de sélectionner le paquebot qui vous accueillera et de choisir une cabine proche des ascenseurs et des zones publiques. Attention, la conception des cabines et les dimensions de la porte d'entrée nécessitent l'usage d'un fauteuil roulant pliable n'excédant pas 66 cm de large. Seules les cabines désignées comme adaptées aux personnes handicapées possèdent une salle de bains aménagée pour un accès en fauteuil roulant. Sept des bateaux de la flotte Costa offrent une totale accessibilité des salons pour les passagers en fauteuil roulant. Les chiens-guides des passagers malvoyants sont acceptés sur présentation de leur passeport et de leur carnet de vaccination ; il est par ailleurs obligatoire que le chien soit tenu en laisse et que vous emmeniez avec vous sa nourriture et ses affaires de toilette. Les ascenseurs sont munis d'indications en braille.

► **Amérique du Sud**, Canaries, Capitaes nordiques, Caraïbes, Dubaï, Extrême-Orient, Méditerranée, Merrouge, Océan Atlantique, Océan indien, Océan pacifique.

■ HANDICAP VACANCES

www.handicap-vacances.org

Le service vacances de la Fédération APAJH propose aux enfants, adolescents et adultes en situation de handicap, dépendants ou semi-autonomes des séjours détente adaptés pour des vacances sur-mesure et encadrés par des professionnels. La durée des séjours varie de 1 à 4 semaines.

► France.

■ BRITANNY FERRIES

☎ 0 825 828 828

www.brittany-ferries.fr

reservation@brittany-ferries.fr

Brittany Ferries propose des traversées depuis la France vers la Grande-Bretagne, l'Irlande et l'Espagne. Au moment de votre réservation, n'hésitez pas à préciser la nature de votre handicap, vos besoins spécifiques (matériels, équipements...) ou toute autre information pouvant aider à rendre votre traversée plus agréable. Selon votre état de santé, la compagnie peut vous demander de prendre l'avis de leur médecin avant d'effectuer votre voyage en mer.

► Les gares maritimes

Elles sont équipées de places de stationnement spécifiques, d'accès pour les fauteuils roulants et de toilettes adaptées. Des fauteuils roulants peuvent d'ailleurs être proposés sous réserve de disponibilités : attention, il est impossible de les réserver à l'avance.

► Au moment de l'embarquement

Si vous voyagez avec un véhicule, un autocollant sera apposé sur votre pare-brise permettant au personnel d'escale et de bord de mieux vous diriger vers une zone d'attente spécifique et vous placer ainsi à proximité des ascenseurs. Si vous voyagez sans véhicule, présentez-vous directement au guichet de la compagnie dès votre arrivée en gare maritime.

► A bord

Les navires sont équipés d'ascenseurs à large passage et d'un certain nombre de cabines spécialement aménagées. Les navires disposent également de fauteuils roulants : leur nombre est toutefois limité et ils ne peuvent être réservés à l'avance. Demandez-les dès votre arrivée à bord.

► Les modalités de débarquement

Elles sont identiques à celles de l'embarquement : si vous voyagez avec un véhicule, il vous sera demandé d'attendre que les autres débarquent afin de vous faciliter l'accès au garage. Si vous voyagez sans véhicule, vous devrez généralement attendre que tous les passagers motorisés aient débarqué pour permettre au bus de venir vous chercher.

► Animaux de compagnie

Tous les chiens, y compris ceux des guides d'aveugle, sont mis en quarantaine dès qu'ils posent leurs pattes sur le sol en Grande-Bretagne. Aussi, pensez à vous munir du passeport santé de votre animal lors de vos déplacements.

■ CORSICA FERRIES

Palais de la mer

5 bis, rue Chanoine-Leschi

BASTIA

☎ 08 25 09 50 95

www.corsicaferries.com

reservations@corsicaferries.com



Lignes depuis Toulon, Nice, Livourne, Piombino, Portoferraio, Savone vers Ajaccio, Bastia, Ile-Rousse, Porto-Vecchio, Porto-Torres, Golfo Aranci.

Corsica Ferries assure le transport de près de deux millions de passagers par an vers l'Italie, la Corse, la Sardaigne et l'île d'Elbe. La compagnie dispose de trois générations de bateaux : ferries traditionnels, NGV et navires rapides dits « méga-express ». Ces derniers, gros navires polyvalents, assurent des traversées rapides de jour et traditionnelles la nuit. Bien évidemment, ils offrent un confort supérieur et nous ne pouvons que trop vous conseiller de choisir ce type de bateau. Les cabines aménagées pour passagers handicapés sont plus larges que les cabines standards et permettent le déplacement et la rotation des fauteuils. Le cabinet de toilette est lui aussi aménagé. Le tarif réduit est appliqué aux PMR grâce au dispositif d'aide social régional.

[Retrouver ce titre sur Numilog.com](http://Numilog.com)

Jean-Bapiste Bergès

Voyagez
autrement

avec



Destinations
à privilégier

Loisirs
insolites adaptés

Établissements
touristiques accessibles

Les bonnes adresses en France et
à l'Étranger qui favorisent l'inclusion



La radio de
toutes les différences

PARIS 93.9^{FM}

vivrefm.com

► **Procédures d'embarquement et de débarquement**

Lors de votre réservation, veillez à signaler votre mobilité réduite pour bénéficier d'un confort maximum. Si vous êtes en possession de votre titre de transport, présentez-vous au personnel du parking qui émettra votre carte d'embarquement sans que vous soyez obligé de passer par le bureau portuaire. Cette carte vous sera demandée lors de votre accès à bord. Pour que l'accès à bord vous soit facilité, présentez-vous auprès du chef d'escale ou du responsable d'embarquement au moins 1h avant le départ. Votre véhicule sera dissocié de la file d'attente et vous pourrez, à l'ouverture de la cale, le garer au plus près des ascenseurs.

► **Autres adresses :** Ajaccio : Quai l'Hermitier – Gare maritime. • Ile-Rousse : Gare maritime de l'Ile-Rousse. • Nice : Quai Amiral-Infernet – Port de Nice. • Toulon : Gare maritime – 2, avenue de l'Infanterie maritime.

■ **BEHANDI**

18, route de Mézières
BEAUCE LA ROMAINE

☎ 06 04 53 56 18

www.behandi.fr

info@behandi.fr

Expert dans la gestion et dans l'organisation de voyages à destination des personnes handicapées, l'équipe de cette agence de voyages vous fait profiter de son savoir-faire pour que votre séjour soit des plus agréables. Réalisés sur-mesure et adaptés à vos envies ou votre budget, vos séjours vous feront découvrir des destinations en France et à l'étranger. Entre croisières, voyage en groupe, voyage de noces et sur-mesure, vous trouverez forcément votre bonheur.

► **Autriche,** Corse, États-Unis, France, Royaume-Uni, Pologne, République Tchèque.

► **Autre adresse :** 1 Boulevard Victor, 75015 Paris

■ **DÉCOUVERTE AVENTURES VACANCES**

6, marché aux Chevaux
BERGUES

☎ 03 28 68 69 60

www.adav-vacances.com

info@adav-vacances.com



L'association de tourisme agréée Découverte Aventures Vacances (ADAV) organise des séjours destinés aux enfants et aux adolescents atteints d'un handicap moteur. Au programme : tir à l'arc, équitation, canoë-kayak, escalade, swing golf... Hébergement en pension complète et animations. Possibilité de personnaliser les séjours : n'hésitez pas à téléphoner.

► **France.**

■ **LES MONTAGNES DU SILENCE**

Hameau la Ravoire
Hauteville-Gondon
BOURG-SAINT-AURICE

☎ 04 79 07 50 03

www.lesmontagnesdusilence.org

contact@lesmontagnesdusilence.org



Avec cette association, que vous soyez montagnards ou juste un amateur, sourds et entendants s'encordent pour aller au bout du monde ou sur la montagne d'à côté ! Ici, pas question d'exploits : il s'agit plutôt de faire des escapades pour le plaisir et de participer à l'amélioration de la condition des malentendants.

► **France – Laponie.**

■ **MEPHISTO VOYAGE**

Çavusin Köyü Avanos
ÇAVUŞIN (TURQUIE)

☎ +90 384 532 70 70

www.mephistovoyage.com

mephisto@mephistovoyage.com

Handicap moteur.

En 1996, l'agence Mephisto a organisé son premier voyage adapté avec une association française s'occupant de personnes handicapées. Ce type de circuit s'effectue en Joëlette, ce qui vous permet de parcourir les chemins souvent difficiles de la sublime Cappadoce.

► **Turquie.**

■ **ACCESS TOURISME**

24, rue du 11-Novembre
CHARSONVILLE

☎ 02 38 74 28 40

www.access-tourisme.com

access.tourisme.service@wanadoo.fr

Handicap moteur.

Access Tourisme Service propose des séjours accessibles aux personnes à mobilité réduite ainsi qu'à ceux qui demandent une attention particulière. Groupes et voyageurs individuels sont concernés avec des services de guides spécialisés, accompagnement personnalisé des déplacements, location de matériel et de minibus adaptés.

► **Canada,** Chine, Corse, Espagne, France, États-Unis, Italie, Martinique, Autriche, Norvège.

■ **AVEI**

2, rue Georges-Briand
COGNAC

☎ 05 45 82 81 73

www.avei.fr

avei.fcol@wanadoo.fr

PARCE QUE VOUS ÊTES
UNIQUE...

...VOUS RÉVIEZ D'UN GUIDE
SUR MESURE

AVOUS DE JOUER !

my petit fute
mon guide sur mesure

WWW.MYPETITFUTE.COM

Depuis 1982, AVEI propose des séjours pour enfants et adultes déficients intellectuels et psychiques. Ouvert à tous dès 6 ans, l'idée des membres de AVEI est de réunir les vacanciers en petits groupes pour une meilleure prise en charge. Plusieurs formules sont possibles : « escapade » propose un programme d'animations dynamiques ouvertes aux adultes motivés par la découverte d'activités de plein air et de milieux naturels intéressants ; « insolite » avec au programme des animations sur la découverte d'une région et ses incontournables ; « relax » qui prend en compte les envies et les rythmes de chacun.

► **France.**

■ **ADAPTOURS**
32, rue de la Gravette
CUBNEZAIS

☎ 09 51 05 69 51
www.adaptours.fr
info@adaptours.fr



Ce Tour Opérateur, spécialiste des voyages adaptés pour les personnes à mobilité réduite, propose des voyages sur-mesure réservés aux individuels. Ainsi, vous pourrez définir et organiser vous-même et à la carte votre séjour selon vos envies et votre budget. Les hébergements ainsi que toutes les prestations proposées sont accessibles aux personnes à mobilité réduite avec un accueil sur place toujours sensibilisé à ce type de handicap.

► **Afrique du Sud**, Antilles, Îles Baléares, Canada, Îles Canaries, Chypre, Grèce, Crète, Espagne, États-Unis, France (Corse), Italie (Sicile), Malte (Gozo), Maroc, Mexique, Pays-Bas, Portugal (Madère), République Tchèque, Sénégal, Thaïlande, Turquie, Vietnam, Zanzibar.

■ **HANDI CAP ÉVASION (HCE)**
32, chemin de La Cruzette
FONTAINES-SUR-SAÔNE

☎ 04 78 22 71 02
www.hce.asso.fr
hce@free.fr



Handi Cap Évasion assure des week-ends ainsi qu'une vingtaine de séjours adaptés aux personnes en situation de handicap. Proches de la nature, ces vacances durent une semaine environ et se font en France ou à l'étranger. Hébergement sous tente, en gîte ou en refuge. L'occasion également de découvrir la faune et la flore des sites visités. A noter que Handi Cap Évasion noue aussi des liens avec des associations de handicapés des pays parcourus.

► **France, Maroc.**

■ **VACANCIA**
15, rue Ferdinand de Lesseps
GOUSSAINVILLE

☎ 01 39 33 04 70
www.vacancia.fr
Adhérent COTA.

Les séjours sont multiples : au ski, chiens de traîneaux, balnéothérapie, remise en forme, équitation, ferme pédagogique, foot en salle, spectacles, loisirs créatifs, Disneyland Paris, féerie des villages de Noël, plage et

escapade en amoureux... Vous trouverez votre bonheur dans le catalogue des vacances adaptées proposées par Vacancia.

► **Belgique**, France, Espagne, Italie, Maroc.

■ **EASY MOUV'**
4, rue Gabriel-Péri
GRENOBLE

☎ 04 76 86 54 74
www.easymouv.fr
resa@easymouv.fr

arrêt de tramway «Alsace-Lorraine»

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 19h ; le samedi de 14h à 18h. Personne à mobilité réduite, handicap moteur, malvoyant. N'hésitez pas à appeler si vous avez un autre type de handicap : les voyages sont sur mesure et à la carte.

Cette agence de voyages propose des formules adaptées pour toutes les personnes atteintes d'un quelconque handicap physique. Tous les voyages sont à la carte et sur mesure.

► **Angleterre**, Baléares, Belgique, Canada, Canaries, Chypre, Corse, États-Unis, Espagne, Finlande, France, Guadeloupe, Inde, Italie, Malte, Maroc, Martinique, Pays-Bas, Portugal, Sénégal, Suède, Tchécoslovaquie, Thaïlande.

■ **CROISIÈRES HANDY**
Port-Minervois, HOMPS

☎ 04 68 91 33 00
http://croisieres.handy.free.fr
croisieres.handy@free.fr

Unique en France, les bateaux de l'association Croisières Handy sont aménagés selon les normes des personnes handicapées. Leur équipement offre une totale autonomie sans accompagnement pour une croisière fluviale en famille ou entre amis. Une belle occasion de découvrir tranquillement et à son rythme le patrimoine naturel et architectural au fil des eaux du Canal du Midi.

► **France.**

■ **UNIVERS MONTAGNE ESPRIT NATURE – UMEN**
Maison des sports

190, rue Isatis, LABÈGE
☎ 05 62 24 18 18 – www.umen.fr
contact@umen.fr

Que votre handicap soit moteur ou sensoriel, UMEN s'adresse à tous les férus de la montagne et de la nature, et propose le partage d'activités en montagne ou à la campagne, entre personnes handicapées et valides, adaptées à chacun. Partez sur les chemins de randonnée en Joëlette, un fauteuil roulant tout terrain piloté par des randonneurs valides, dévalez les pistes enneigées en duo grâce au handiski, découvrez la montagne en raquettes à neige... Les loisirs sont multiples et l'encadrement très professionnel.

► **France.**

■ **AZIMUT VOYAGE**
21, rue de l'Horloge, LE VIGAN

☎ 06 63 20 25 25
www.azimut-voyage.fr
gaelle@azimut-voyage.fr



Depuis 2008, Azimut Voyage organise des séjours au Maroc en collaboration avec des familles locales encourageant le partage, le respect et l'expérience du voyage. Les voyages sont accessibles aux personnes malvoyantes. Azimut promeut un tourisme responsable, levier de développement durable au travers de trois types de voyages : des voyages thématiques (dessin, sophrologie, astronomie, bien-être, autour de la récolte de la rose de Damas avec les femmes berbères...), des trekkings (de la randonnée muletière à l'ascension d'un sommet) ainsi que des voyages pour non-voyants et malvoyants qui leur permettent de partir sans accompagnateur au Maroc pour être guidés par des locaux formés au guidage par cette association. Séjours en France également possibles.

► **Congo**, France, Maroc, Portugal.

■ AMAHC

28, rue Denfert-Rochereau
LYON

☎ 04 72 10 01 30

www.vacances.amahc.fr
vacances@amahc.fr

Anciennement ASSAGA, l'association devient aujourd'hui l'AMAHC (Association pour une Meilleure Autonomie des Personnes Handicapées psychiques dans la Cité). Elle propose toute l'année des séjours en gestion libre pendant les vacances scolaires dans des gîtes ou des maisons louées pour l'occasion s'adressant à des personnes disposant d'une bonne autonomie et capables d'assurer leur quotidien. Les groupes se composent de 7 à 11 vacanciers et de 2 à 3 accompagnateurs.

► **France**.

■ ANAE

2, rue Zimmermann
L'Hévéa (Un centre ETIC)
LYON

☎ 06 07 19 88 24

www.anae.asso.fr
bernard.loquais@anae.asso.fr



L'agence propose pour des enfants et des adultes ayant une déficience mentale, motrice ou sensorielle des séjours vacances basés sur ses trois sites à Hyères Les Palmiers, à Saint-Sorlin-d'Arves et à Pralognan-la-Vanoise. L'occasion de découvrir la mer, la campagne ou la montagne !

► **France**.

■ MOZAIK VOYAGES

8, rue de la Bergerie
MASSY

☎ 01 60 11 35 17

www.mozaik-voyages.com



Mozaïk Voyages se positionne les voyages linguistiques accessibles. Les hébergements et les sites de cours sont évidemment adaptés. Une initiative heureuse qui va dans le sens de l'intégration scolaire et universitaire des lycéens et étudiants à mobilité réduite. L'agence propose aussi des voyages plus classiques.

► **Canada**, Chine, Espagne, États-Unis, Italie, Martinique, Monaco, Thaïlande.

■ CLÉ DES SABLES

Le Petit Esparis
MAZÈRES

☎ 06 15 72 30 29

www.cle-des-sables.com

cleddsables.sejours@gmail.com



La Clé des Sables est une association loi 1901 dont les valeurs fondamentales sont la rencontre de l'autre, la découverte de cultures différentes et la lutte contre toutes formes d'exclusion. En compagnie de professionnels de la santé mentale, les voyageurs découvrent un tourisme responsable et solidaire en pratiquant la randonnée à pied ou à cheval.

► **France**, Espagne, Maroc, Portugal.

■ FÉDÉRATION LOISIRS PLURIELS

8, rue de la Gare
MONTFORT-SUR-MEU

☎ 02 99 09 02 36

www.loisirs-pluriel.com

federation@loisirs-pluriel.com

Depuis 1992, la Fédération Loisirs Pluriels se donne pour mission de rendre accessible aux enfants en situation de handicap un éventail de loisirs, le tout dans des structures adaptées à leurs besoins, toutes réparties sur le territoire français. Loisirs Pluriel organise aussi des séjours de vacances adaptés pour les enfants et leur famille.

► **France**.

■ ÉCLAIREUSES ÉCLAIREURS DE FRANCE

12, place Georges-Pompidou
NOISY-LE-GRAND

☎ 01 48 15 17 66 – www.eedf.fr

accueil.national@eedf.asso.fr



Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 18h. Chèque Vacances. Depuis 1911, ce mouvement laïc de scoutisme propose des vacances et des loisirs adaptés aux enfants, adolescents et adultes handicapés mentaux. À travers de ses activités, le mouvement veut développer l'autonomie et favoriser l'épanouissement de la personnalité des participants en leur procurant un cadre et un style de vie nouveaux. Détente, découverte et convivialité sont de mise en privilégiant l'aspect ludique tant dans les activités que dans le vécu quotidien. Les catalogues été et hiver regorgent d'idées sympas.

► **France**.

■ TEMPS JEUNES

99, rue de Merlo
OULLINS

☎ 04 72 66 16 61

www.temps-jeunes.com

temps-jeunes@temps-jeunes.com

Depuis plus de 20 ans, Temps Jeunes accueille dans ses séjours des enfants ayant un handicap physique ou intellectuel. Les thématiques sont diverses : nature, pêche, animaux de la ferme, chasse aux trésors ou encore petites bêtes... Des séjours pour s'amuser, profiter, observer, s'émerveiller, découvrir et protéger la planète.

► **France**.

COMPTOIR DES VOYAGES**2-18, rue Saint-Victor (5^e)****PARIS**☎ **01 53 10 30 15****www.comptoir.fr***Ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 18h30, et le samedi de 10h à 18h30.*

Que vous vous déplaciez en fauteuil, à l'aide de cannes ou que vous marchiez sur de courtes distances avec beaucoup de difficultés, Comptoir des Voyages vous propose d'allier vacances et voyages, culture, nature et art de vivre. Tous les séjours sont préparés et testés par leur spécialiste à qui rien n'échappe.

► **Afrique du Sud**, Brésil, Canada, Écosse, Égypte, Espagne, États-Unis, Finlande, Île Maurice, Indonésie, Irlande, Islande, Italie, Kenya, Maroc, Mexique, Norvège, Pérou, Suède, Tanzanie, Thaïlande.

CLASS-HANDICAP**54, rue Jean-Baptiste Pigalle (9^e)****PARIS**☎ **01 30 58 03 53****www.class-handicap.eu**

Depuis 2006, Class-Handicap organise tout au long de l'année des séjours adaptés aux personnes touchées par le handicap. Ouvertes également à leur famille et à leurs proches, deux formules sont proposées par l'agence : des séjours en petits groupes de 4 personnes comprenant un accompagnant par vacancier et des séjours premium réalisés hors des sentiers battus.

► **Corse**, France, Grèce, Portugal.

ASSOCIATION VACANCES**COMME TOUS – AVCT****11, rue de la Folie Régnault (11^e)****PARIS**☎ **01 43 72 56 60****www.avct.fr****avct@laposte.net**

Depuis sa création en 1988, cette association organise des séjours en France et à l'étranger ouverts aux personnes handicapées mentales de très bonne, excellente ou moyenne autonomie, et de bonne sociabilité, motivés par des vacances alliant détente et découverte. L'équipe est professionnelle et l'encadrement idéal pour des vacances en toute sérénité.

► **Espagne**, États-Unis, France, Hongrie, Italie, Maroc, Portugal, Roumanie, Thaïlande.

ACTIS VOYAGES**Hall 40****155, rue du Château des Rentiers (13^e)****PARIS**☎ **01 77 16 16 11****www.actis-voyages.com****actis-voyages@orange.fr**

ACTIS pour Art, Culture et Tourisme Internationaux des Sourds favorise l'accès à la culture des personnes

en situation de handicap auditif et vise à faciliter leur insertion professionnelle en créant des formations dans les domaines de l'art et du tourisme. Elle propose aussi à des artistes sourds d'exposer. Elle propose des cours d'arts plastiques et des échanges internationaux. Elle organise également des visites guidées culturelles en LSF, des formations tourisme, des voyages et des séjours.

► **Afrique du Sud**, Argentine, Birmanie, Bolivie, Brésil, Caraïbes, Costa Rica, États-Unis, Finlande, Italie, Pologne, Île de la Réunion, Île Maurice, Roumanie, Vietnam.

APF FRANCE HANDICAP**17, boulevard Auguste Blanqui (13^e)****PARIS**☎ **01 40 78 69 00****www.apf-evasion.org**

Ouvert aux personnes polyhandicapées.

En 1933, quatre jeunes gens atteints de poliomyélite (André Trannoy, Jacques Dubuisson, Jeanne Henry et Clothilde Lamborot), révoltés par l'exclusion qui frappe les personnes atteintes de déficiences motrices ou polyhandicapées, créent l'Association des Paralysés de France (APF). Reconnue d'utilité publique, l'APF est un mouvement associatif national de défense et de représentation des personnes atteintes de déficiences motrices ou polyhandicapées et de leurs familles. Elle rassemble 26 000 adhérents, 30 000 usagers, 25 000 bénévoles et 13 500 salariés. L'APF agit pour l'égalité des droits, la citoyenneté, la participation sociale et le libre choix du mode de vie des personnes en situation de handicap et de leurs familles. Vous pouvez devenir bénévole au sein de l'APF : les missions qui vous seront proposées consistent à téléphoner ou à rendre visite à des personnes en situation de handicap pour rompre leur isolement et améliorer leur qualité de vie, voire à effectuer avec elles des achats, des démarches administratives ou des activités de loisirs ; vous serez aussi amenés à accompagner des adultes, des adolescents ou des enfants en situation de handicap en séjours de vacances en France ou à l'étranger, et à participer dans votre département à des actions de communication, de sensibilisation ou de revendication ainsi qu'à apporter votre concours à des campagnes nationales ou locales en vue de financer les actions de l'association. La prise en charge de certains travaux à caractère administratif (accueil, secrétariat, comptabilité, maintenance et utilisation de matériels informatiques) complète le programme. Ce nombre important de missions pouvant vous être confiées permet de concilier sans grande difficulté vos attentes et les besoins de l'APF.

L'APF Évasion organise de juin à septembre les vacances de l'Association des Paralysés de France. Plusieurs formules en France ou à l'étranger mais aussi pour les 18-25 ans, les personnes médicalisées ou polyhandicapées. Entre 8 et 12 vacanciers maximum par séjour, la prise en charge et l'accompagnement sont ainsi faits de manière optimale. Chaque année, APF Évasion permet à environ 1 400 personnes en situation de handicap, adultes et enfants, de réaliser leurs projets de vacances.

► **Crète**, Espagne, États-Unis, France, Italie, Norvège, Portugal.

■ **ACCÈS AVENTURE**17, rue Rémy Dumoncel (14^e)

PARIS

☎ 07 69 71 60 82

www.acces-aventure.org

info@acces-aventure.org



Association loi 1901, Accès Aventure propose aux personnes en situation de handicap mental et psychique des voyages à l'étranger. L'équipe dynamique est également très professionnelle : certains bénévoles sont issus du monde médico-social, du tourisme et de l'animation pour une prise en charge optimale. Également, ils pourront chacun vous conseiller en fonction de vos envies et de vos capacités. Accès Aventure privilégie les petits groupes pour que chacun puisse apprécier son séjour.

Profitez des loisirs balnéaires ou culturels, partez à l'aventure dans les grandes villes du monde. Bref, cassez votre routine !

► **Allemagne**, Autriche, Bulgarie, Espagne, Italie, Maroc, Inde.

■ **ASSOCIATION SPORTS ET LOISIRS POUR AVEUGLES ET AMBLYOPES – ASLAA**7 bis, rue du Loing (14^e)

PARIS

☎ 01 43 20 73 08

www.aslaa.org

secretariat.aslaa@wanadoo.fr



L'association organise des séjours de ski alpin pour les jeunes et les personnes adultes autonomes atteintes de déficience visuelle. L'ASLAA s'adresse pour sa section « tandem » essentiellement aux personnes issues de la région parisienne. Les séjours sont cependant ouverts aux participants de toute la France pour la section « ski alpin ».

► **France**.

■ **YOOLA**90, rue du Moulin Vert (14^e)

PARIS

☎ 01 83 64 70 06

www.yoola.fr

info@yoola.fr

Possibilité de devis en ligne. Conseils et réservations de 9h à 18h du lundi au vendredi.

A la fois agence événementielle et agence de voyage spécialisée dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap à l'occasion des grandes manifestations sportives, YOOLA met en place une offre sur-mesure garantissant à ses clients en situation de handicap la possibilité d'assister aux manifestations sportives de leur choix dans les meilleures conditions en France et dans le monde. A la tête de cette entreprise innovante, sociale et humaine, Malik Badsî qui a notamment remporté le prix Talents des cités décerné par le Sénat en 2012 puis le fonds FinanCités lié à PlaNet créé par Jacques Attali. Yoola propose également des séjours, des circuits ainsi que des week-ends plus classiques adaptés au handicap de chacun.

► **Afrique du Sud**, Allemagne, Australie, Belgique, Brésil, Canada, Crète, Cuba, Espagne, États-Unis, Émirats Arabes Unis, France, Guadeloupe, Île Maurice, Inde, Irlande, Italie, Islande, Japon, Laponie, Malte, Maroc, Martinique, Mexique, Pays-Bas, Portugal, République Tchèque, Royaume-Uni, Russie, Seychelles, Thaïlande, Vietnam.

■ **UFCV**10, quai de la Charente (19^e)

PARIS

☎ 08 10 10 01 27

www.ufcv.fr



L'UFCV propose des vacances adaptées pour adultes ou mineurs en situation de handicap mental. Les séjours sont organisés par niveau d'autonomie et font chacun l'objet d'un projet spécifique sur des sites sélectionnés. Les activités proposées sont adaptées aux publics. Elles peuvent être thématiques (musique danse, équitation) ou liées à la destination (ville, mer, montagne, campagne, étranger) et à la saison (printemps, été et Noël).

Il est aussi possible d'organiser des séjours sur-mesure. Leurs catalogues régionaux sont annuels et comportent une grande variété de propositions. Dans chacune de leurs 10 régions organisatrices des interlocuteurs privilégiés vous accueillent.

► **Les séjours de vacances pour enfants et jeunes.**

Acteur historique du secteur, l'UFCV propose des séjours de vacances qui reposent sur des valeurs éducatives permettant à chaque enfant de grandir et de s'épanouir en dehors du contexte familial et scolaire, dans un cadre de vie collectif respectueux des rythmes de chacun.

Aujourd'hui, près de 40 000 jeunes de 4 à 17 ans partent chaque année avec l'UFCV et son réseau d'adhérents organisateurs.

► **Les vacances adaptées organisées.**

L'UFCV organise depuis 30 ans des séjours spécifiques destinés aux enfants et aux adultes en situation de handicap mental. Chaque année, plus de 7 000 personnes partent en vacances avec l'UFCV, quel que soit leur niveau d'autonomie.

► **France**.

■ **CONSEIL NATIONAL DES LOISIRS ET DU TOURISME ADAPTÉ – CNLTA**

41, rue du Jardin Public

PARTHENAY

☎ 05 49 71 01 32

www.cnlta.asso.fr

cnlta@cnlta.asso.fr

Le CNLTA rassemble des organismes de vacances et des associations représentantes d'utilisateurs dédiés aux personnes, enfants ou adultes handicapées mentales. Vous trouverez les adresses d'agences de tourisme qui organisent des vacances à la carte en prenant en compte les différents handicaps. Le site Internet présente la liste réactualisée des membres avec leur numéro de téléphone et leur localisation.

► **France**.

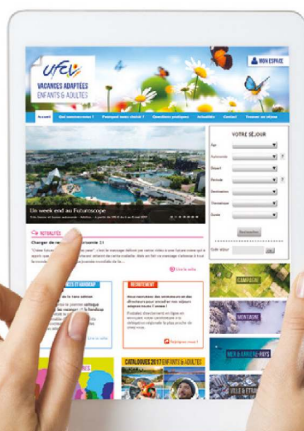


VACANCES ADAPTÉES

ADULTES • ENFANTS • ADOLESCENTS

FAIRE ÉVOLUER LE REGARD SUR LA DIFFÉRENCE

RÉSERVEZ EN LIGNE SUR
VACANCES-ADAPTEES.UFCV.FR



L'Ufcv s'attache depuis plus de 30 ans, à défendre et promouvoir l'accès aux vacances pour le plus grand nombre et en particulier pour des adultes, enfants et adolescents en situation de handicap mental.

Chaque année ce sont plus de 7 000 adultes, enfants et adolescents qui bénéficient au sein de nos séjours, d'un temps différent du cadre institutionnel ou familial dans un contexte bienveillant, sécurisé et adapté à leur autonomie.

L'Ufcv accorde une attention particulière à la formation des équipes, au choix des hébergements, selon des engagements qualités rigoureux.

Chaque séjour est une expérience personnelle qui favorise le plaisir, le bien-être et l'affirmation de soi au sein d'une organisation collective.

Demandez votre catalogue au

0 810 100 127

Service 0,06 € / min
+ prix appel



■ **HANDI LOISIRS**
PIERREFITTE-SUR-SEINE
 ☎ 01 48 29 28 29
 www.handi-loisirs.fr
 vacances@handi-loisirs.fr



Handi Loisirs est une association loi 1901 qui organise depuis 1985 des séjours de vacances adaptés pour adultes handicapés ou déficients mentaux de très bonne à relative autonomie.

▶ **France.**

■ **EEVA CLUB ÉVASION**
 57, rue Général de Gaulle
SAINT-CHAMOND
 ☎ 04 77 29 77 75
 http://eeva.fr

Mer, montagne, détente, balnéo ou encore escapade à Disneyland... Découvrez les nombreux séjours adaptés du EEVA Club Évasion. L'encadrement et la prise en charge sont assurés par des professionnels du tourisme qui proposent aussi plusieurs types de séjours en fonction du suivi médicamenteux et de l'autonomie de ses vacanciers.

▶ **Espagne, France, Île Maurice, Italie, Maroc.**

■ **ASSOCIATION VOILE DÉCOUVERTE**
HANDICAP
 5, allée des Myosotis
SAINT-DENIS
 ☎ 06 70 54 09 00
 http://vdh.asso.free.fr
 diezelenaa@aol.com

Cette association propose et organise des stages d'initiation et des sorties en mer destinés aux personnes handicapées moteur ou sensoriel.

▶ **France.**

■ **ADVENTURE HANDICAP FRANCE**
 Rue Lecourt
SAINT-GEOURS-DE-MAREMNE
 ☎ 06 72 07 58 02
 aventurehandicapfrance.blogspot.fr
 contact@aventure-handicap.fr

Aventure Handicap organise en France et à l'étranger des raids sportifs ouverts aux personnes valides et handicapées. Leur devise ? Ensemble dans la différence. Des hommes et des femmes témoignent de leur volonté d'action au travers de cette aventure humaine et sportive. L'association organise aussi des manifestations sport-loisirs à caractère plus familial à la journée ou le week-end : ski, char à voile, canoë, randonnées VTT, course à pied, handbike...

▶ **Chili, France, Martinique, Portugal, Sénégal, Tunisie.**

■ **KORKE**
 Antonio Bellet 143, Of. 204
 Providencia
SANTIAGO DE CHILE (CHILI)
 ☎ +56 2 2759 4006
 www.korke.com
 voyages@mkorke.net
 Devis sur demande.

Depuis plus de 10 ans, AMAPI, le département accessible de Korke, organise des séjours sur mesure adaptés pour personnes avec un handicap en fauteuil roulant ou ayant des difficultés à marcher. Korke est un opérateur réceptif, spécialisé sur le Chili et l'Argentine, qui propose des voyages sur mesure pour tous les goûts, les besoins, les budgets (avion, cheval, bateau, marche à pied...) et les envies. Vous jugez, vous décidez et ils vous contentent le périple de vos rêves, unique et personnel. Anne, kinésithérapeute, et Mark, guide-accompagnateur polyglotte dirigent ce département et disposent d'une grande expérience et du savoir-faire nécessaire à l'organisation de séjours touristiques adaptés. Les guides parlent français.

■ **HANDI'TOUR GUIDE**
TOULOUSE
 ☎ 06 74 07 58 75
 www.handitourguide.com
 marie6fournier@gmail.com



Langues parlées : français, anglais, espagnol. Plusieurs forfaits possibles.

Marie est une passionnée de voyages et de rencontres qui met son savoir-faire et son talent d'organisatrice et de conférencière au service des personnes en situation de handicap moteur (perte partielle ou totale de la motricité), mental et psychique (trisomie 21, TSA – trouble du spectre de l'autisme -, bipolaires...), visuel (malvoyantes ou aveugles) et auditif (perte partielle auditive). Handi'Tour Guide organise pour vous, selon vos besoins et vos envies, votre voyage adapté sur-mesure : hébergements, transports, sites incontournables sans oublier des conseils avisés sur les diverses démarches administratives avant votre départ en France, en Europe et dans le monde. Un service de guidage et d'accompagnement vous est également proposé. Tout est là pour passer un merveilleux séjour ! A noter que les personnes plus ou moins âgées et isolées qui ne peuvent pas sortir seules sont également invitées à prendre contact avec Marie. Handi'Tour Guide proposera enfin très prochainement des visites en langues des signes. Coup de cœur de la rédaction !

■ **SOLEIL POUR TOUS**
 55, avenue Louis Bréguet
 Bâtiment Hermès RDC
TOULOUSE
 ☎ 05 61 54 11 61
 www.soleilpourtous.org
 soleilpourtous31@aol.com
 Bus 10 arrêt Tahiti ou bus 22 arrêt Bréguet.



Organisation de sorties, week-ends et courts séjours.

Cette association se donne pour mission de proposer à toute personne présentant un handicap physique, mental ou sensoriel, un accès aux loisirs et à la culture. Soleil pour Tous propose ainsi des sorties en ville, des balades à la campagne, des accompagnements en ludothèque, dans les clubs de loisirs, les piscines ainsi que des week-ends ou des courts séjours dans les vallées de l'Ariège. L'objectif est de permettre l'épanouissement de la personne à travers des activités de loisirs, de lui donner la possibilité

de s'exprimer, de développer ses potentialités et d'être reconnue comme une personne à part entière.

► **France.**

■ AILLEURS & AUTREMENT

11, rue Auguste Renoir
VAULX-EN-VELIN

☎ 04 37 45 04 72

www.ailleursetautrement.fr

contact@ailleursetautrement.fr



Le secrétariat est ouvert du lundi au jeudi de 14h à 17h. Ailleurs & Autrement existe depuis 1995. Véritable spécialiste des séjours adaptés, cette association propose dans son catalogue plusieurs destinations à l'étranger. D'une grande qualité, profitez ainsi de vos séjours pour vous détendre, faire de belles rencontres et le plein d'énergie. Plage, mer et découvertes sont au programme de votre escapade.

► **Albanie, Autriche, Bulgarie, Cambodge, Laos, Canada, Canaries, Crète, États-Unis, Espagne, Grèce, Guadeloupe, Hongrie, Inde, Irlande, Italie, Macédoine, Maroc, Pologne, Portugal, République Tchèque, Sicile, Slovaquie et Tunisie.**

■ LÂCHE LES FREINS

13, rue Auguste Renoir
VAULX-EN-VELIN

☎ 07 81 02 85 39

www.lachelesfreins.fr

contact@lachelesfreins.fr

Séjours adaptés pour personnes polyhandicapées.

Depuis 2013, cette association loi 1901 partenaire d'Ailleurs et Autrement, propose des circuits en France et à l'étranger adaptés aux personnes polyhandicapées. Attention : tous leurs circuits ne sont pas médicalisés. Partage, convivialité et rencontre sont donc les mots-clés de Lâche Les Freins dont le travail s'inscrit dans une véritable mouvance de solidarité. La qualité se retrouve aussi bien dans les prestations hôtelières que dans l'accompagnement.

► **Bulgarie, Canaries, Espagne, France, Maroc, Sénégal.**

■ LA TORTUE BAROUDEUSE PAR AILLEURS & AUTREMENT

11, rue Auguste Renoir
VAULX-EN-VELIN

☎ 04 78 31 41 10

www.tortue-baroudeuse.fr

contact@tortue-baroudeuse.fr



Séjours à la carte et circuits accompagnés.

Association loi 1901 existe depuis plus de 20 ans. Elle organise des voyages dans le monde et accompagne les personnes en situation de handicap dans leurs vacances. La vocation première de la Tortue Baroudeuse par Ailleurs & Autrement est de rendre accessible le voyage à tous. De ce fait, les prix sont également très accessibles. Les hébergements sont choisis pour leur confort et tous les séjours se font en petits groupes pour une meilleure prise en charge des vacanciers.

► **Canada, Cuba, États-Unis, Sri Lanka, Maroc, Nicaragua, Sénégal...**

■ HANDIVERS HORIZONS

810, route d'Eyragues
VERQUIÈRES

☎ 09 72 26 28 31

www.handivers-horizons.fr

contact@handivers-horizons.fr



L'association souhaite faire partager au plus grand nombre sa passion des voyages, des loisirs et de la culture, et faire ainsi reculer les discriminations. Depuis 2009, l'association organise en moyenne deux voyages par an vers l'Asie pour une douzaine de personnes (handicapées et valides).

► **Indonésie, Vietnam.**

■ OK VACANCES

Rue du 8-Mai

VILLARS ☎ 04 77 74 32 82

<http://okvacances.fr>

reservation@okvacances.fr



Les séjours OK Vacances s'adressent à des personnes déficientes intellectuelles de bonne et moyenne autonomie mais certains – grâce au nombre restreint de vacanciers et à leur fort taux d'encadrement – peuvent accueillir des personnes nécessitant un suivi au quotidien plus marqué mais sans graves troubles du comportement ni besoins de soins médicaux quotidiens.

► **France, Italie.**

■ ASSOCIATION VAC'HANDS

28, route de Riottier
VILLEFRANCHE-SUR-SAÔNE

☎ 04 74 60 67 92

www.vachands.com

vachands@vachands.com



Accueil du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h.

Cette association milite depuis sa création en 1985 pour l'intégration de la personne porteuse d'un handicap mental en milieu ordinaire en organisant notamment plus de 50 séjours adaptés en France et à l'étranger. Plusieurs formules sont possibles pour des vacances réussies à la mer, à la montagne, à la campagne ou en ville. Découvrez également des séjours à thème entre équitation, détente, remise en forme, parcs d'amusement et espaces éducatifs.

► **Autriche, Baléares, Corse, Espagne, France, Italie.**

■ ASSOCIATION ROULOTTE ET NATURE

17, rue Henri Petonnet

VIVONNE ☎ 05 49 50 64 60

www.vacancesadaptees.org

convoyagesvacancesadaptees@gmail.com



Créée en 1983, cette association propose aux personnes en situation de handicap mental des séjours en France et à l'étranger uniquement durant la saison estivale et les fêtes de fin d'années. L'équipe, très professionnelle, se charge de trouver des activités adaptées à chacun ainsi que des lieux où dormir répondant aux besoins spécifiques de chacun.

► **France.**

QUESTIONS DE SANTÉ

Les conseils que vous trouverez dans cette rubrique sont là pour vous permettre d'anticiper les problèmes et de poser les bonnes questions à votre médecin traitant. Partir en voyage à l'étranger lorsque l'on est en situation de handicap ou accompagnant valide, c'est d'abord réfléchir à ses propres besoins, à leur adaptation nécessaire suivant la destination et ne pas ignorer les conseils généraux destinés à tous les voyageurs. Voyager en situation de handicap, c'est accepter de perdre en autonomie : votre organisation santé et vos repères vont se modifier. Vous circulez en fauteuil électrique ? Il vous faudra peut-être envisager d'y renoncer le temps du voyage et repasser en fauteuil manuel et donc faire confiance à ceux qui vous accompagnent (professionnels du voyage, parents et amis). Vous avez besoin de transferts lit et/ou douche ? La confiance doit également être de mise ainsi que l'expression claire de vos

besoins. Partir avec une pathologie, c'est donc prendre ses responsabilités et les assumer. Prendre ses précautions aussi et être pratique en se munissant par exemple de son dossier médical, en préparant son carnet d'adresses (coordonnées de son médecin traitant et de correspondants locaux), en emportant ses médicaments habituels et en connaissant leur nom en DCI (dénomination commune internationale). Sans oublier la souscription aux assurances nécessaires, la préparation de son outillage de santé et savoir le réparer. Les risques doivent être pesés : immunisation, prévention anti-vectorielle, prophylaxie antipaludique... Il faut se préparer physiquement et personnellement : s'informer des inconvénients liés aux fuseaux horaires, se réadapter à l'effort, s'adapter aux nouveautés thérapeutiques... Il faudra anticiper attentes et contretemps.

PARTICULARITÉS

► Diabète

Ne vous fatiguez pas à passer votre temps à calculer ou recalculer vos horaires. Le plus simple est d'avoir deux montres ! L'une garde l'horaire du point de départ (France), l'autre indiquant l'horaire de la destination : vous gardez ainsi la notion stricte de vos écarts de contrôle et d'injections. Pensez aussi à garder en bagage à main votre traitement.

► Handicap mental

Pas de réponse type dans le domaine. Tout traitement médicamenteux doit être strictement poursuivi ainsi que les soins physiques pour les voyageurs en fauteuil. Dans la mesure où les voyages organisés prédominent dans ce domaine, l'encadrement médicalisé ne doit poser aucun souci. Et ces séjours sont une formidable avancée vers plus d'autonomie.

► Immunodépressions

Pas facile de voyager lorsque l'on est immunodéprimé. Une évaluation doit être faite avant le départ. L'organisation du voyage suppose de préparer le dossier médical, de réfléchir aux moyens de respecter la chaîne du froid nécessaire à la conservation de certains médicaments et de tenir compte de l'environnement infectieux. En ce qui concerne les vaccinations, il n'y a pas de contre-indication en ce qui concerne les vaccins inactivés ; il faut aussi faire les vaccins contre la grippe, la pneumonie ou la méningite mais il faut souvent faire des schémas renforcés et titrer les anticorps après vaccination. Les vaccins vivants sont de principe contre-indiqués. La contre-indication est définitive en ce qui concerne le BCG. Les personnes séropositives pour le HIV pourront être vaccinées contre la fièvre jaune si le taux de CD4 est supérieur à 200/mm³. La vaccination peut entraîner une augmentation transitoire de la charge virale sans

conséquence. Il est judicieux d'anticiper la vaccination si l'immunodépression est programmée ou de prévoir des fenêtres thérapeutiques. Il est prudent d'évaluer le degré d'immunisation résiduelle en cas de vaccination antérieure. Une corticothérapie au long cours (supérieure à 2 mg/kg/jour d'équivalent prednisone pendant plus de 14 jours) est une contre-indication aux vaccins vivants. Il faudra attendre un mois après l'arrêt du traitement. Les patients sous anti-TNF ne recevront pas de vaccin vivant sauf à l'occasion de fenêtres thérapeutiques ; les vaccins seront faits au moins trois semaines avant la mise en route du traitement. Les patients ayant bénéficié d'une transplantation d'organe solide ont une contre-indication définitive aux vaccins vivants. Pour les autres vaccins, il faut attendre trois à six mois après la greffe ou la fin du traitement anti-rejet. Les patients en traitement pour cancers (chimiothérapie ou radiothérapie) devront attendre trois mois après l'arrêt du traitement pour recevoir un vaccin vivant. Par contre, il n'y a pas de contre-indication avec l'hormonothérapie. Le paludisme revêt une gravité particulière chez les splénectomisés et le patient séropositif. La prophylaxie sera optimisée et ces voyageurs disposeront d'une antibiothérapie de réserve.

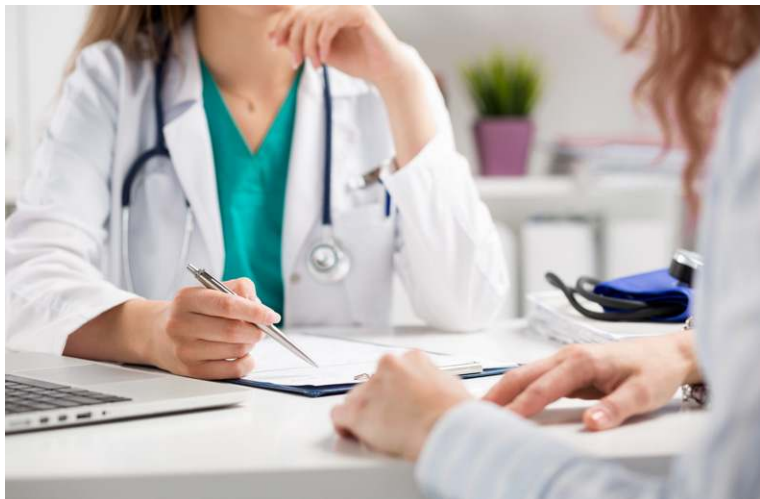
Attention aussi aux tiques et aux morsures d'animaux (antibiothérapie en cas de morsure). Par contre, il ne semble pas y avoir de prévalence plus importante ou de gravité augmentée en cas de dengue chez ces mêmes patients. En ce qui concerne les patients greffés, il est prudent de commencer la chimioprophylaxie antipaludique quelques semaines avant le départ afin d'équilibrer les concentrations de ciclosporine (attention à l'interaction avec la chloroquine et la doxycycline). Il est nécessaire de vérifier le taux de créatinine. Prudence avec les traitements anti-cancéreux qui entraînent des

cardiotoxicités cumulatives avec les chimioprophylaxies. A noter que le vaccin Amaril (fièvre jaune) est généralement contre-indiqué en cas de déficit immunitaire congénital ou acquis, à la suite, entre autres, d'un traitement immunosuppresseur ou immuno-modulateur. La décision de vacciner ou non relève du médecin spécialiste qui vous suit et du médecin du centre des vaccinations internationales.

► Insuffisances cardiaques

Le risque cardiovasculaire en voyage est réel. Une cause cardiaque réelle ou suspectée est à l'origine de 10 % des rapatriements sanitaires et de 56 % des décès survenant au cours d'un transport aérien (statistiques des compagnies d'assurances). Le risque cardiovasculaire est inhérent aux conditions de voyage et de séjour (stress, modifications de l'environnement, écarts de régime et de traitement) mais aussi à l'état cardiaque du voyageur (pathologie cardiaque parfois méconnue chez des sujets dépassant 65 ans). Les grands principes à respecter : les cardiopathies instables sont des contre-indications au voyage ; la déstabilisation d'une pathologie cardiovasculaire est absolument imprévisible ; le voyage entraîne un bouleversement de l'environnement très perturbateur ; une information sur la technicité des structures médicales du lieu de destination est indispensable à rechercher ; la préparation au voyage impose de prévoir le prévisible et l'imprévisible. Tout cela suppose d'anticiper avant le départ : consultation auprès de son cardiologue, vaccinations, assurance annulation, prise en charge et rapatriement, préparation du dossier médical avec explications de la pathologie en anglais, médicaments en quantité suffisante et leur correspondance en DCI. Il est également important de prévoir du repos à l'arrivée. Il n'existe pas de cadre médico-légal pour statuer sur le voyage des personnes atteintes de maladie coronaire, mais prévalent des règles de bon sens. Pour l'infarctus persiste la règle des 4-6 semaines (héritage des compagnies d'assurance). L'angor instable suppose un transport

médicalisé. L'organisation du voyage suppose de tester la tolérance à l'effort. Lors du voyage et du séjour, il convient de garder la maîtrise de ses activités (surtout ne pas dépendre d'un groupe avec des activités imposées) ; conserver la trinitrine à portée de main ; consulter si vous constatez une modification de la symptomatologie. Une décompensation aiguë récente est une contre-indication au voyage. Un voyage en avion suppose une relative altitude. Il convient dès lors de renforcer le traitement diurétique et de s'assurer de la compatibilité des médicaments adjuvants avec le traitement déjà prescrit. La diététique sera rigoureuse : régime désodé en veillant au poids. Une consultation sera nécessaire en cas de modification de la symptomatologie, notamment l'apparition de dyspnée ou d'œdèmes. En l'absence de cardiopathie et d'antécédent d'arythmie, pas de bilan, mais ECG à faire en cas de traitement antipaludique (sauf Proguanil) ou d'antécédents familiaux de QT long. La prévention des torsades de pointe chez les personnes appartenant à une famille de QT long congénitaux passe par la remise d'une liste de médicaments contre-indiqués ou déconseillés. Si cardiopathie sans arythmie documentée : pas de bilan mais décompensation possible. Pour les malades porteur d'un stimulateur, emporter le dossier complet, la liste des centres habilités à vérifier le réglage ; vérifier le bon fonctionnement de l'appareil avant le départ et mettre en garde contre les champs magnétiques. Pour les malades porteur d'un défibrillateur, le séjour en zone médicalisée est indispensable et la conduite automobile est laissée à l'appréciation du médecin. Elle est néanmoins contre-indiquée dans le mois qui suit la pose. Enfin, les personnes ayant des antécédents personnels de syncope ou un cas de mort subite inexpliquée dans la famille bénéficieront d'un ECG chez un cardiologue avant le départ. Un holter sera pratiqué en cas de tracé douteux. De façon générale, il est important de vérifier que les médicaments prescrits pour le voyage ne sont pas cardiotoxiques : voir le site www.cardiogen.aphp.fr



► Insuffisances rénales et dialyses

L'insuffisant rénal rencontre trois types de problèmes au cours du voyage : l'altération de la fonction rénale : le risque de déshydratation (surveiller le poids), les troubles métaboliques, l'infection. Avant le départ, il convient d'évaluer la fonction rénale. Pour les vaccinations, il n'y a pas de contre-indication mais la fabrication des anticorps est moins forte que lorsque la fonction rénale est normale. Il convient dès lors de pratiquer des protocoles spécifiques. Attention aussi en cas d'immunosuppression forte. Le voyage est plus compliqué au stade de l'épuration extra-rénale. Le sujet dialysé porteur d'une fistule artério-veineuse peut voir celle-ci se thromboser en cas de déshydratation obligeant alors à la pose d'un cathéter central. L'hygiène doit être rigoureuse sous peine d'infection de l'anastomose vasculaire. Le transplanté rénal est à la fois un insuffisant rénal et un immunodéprimé. Les vaccins vivants sont contre-indiqués pendant les deux ans qui suivent la greffe et discutés ensuite en fonction de l'intensité du traitement. Différents types de problèmes le guettent au cours du voyage : le soleil avec induction de cancers cutanés en lien avec les immunosuppresseurs, ce qui oblige à une protection vestimentaire rigoureuse, une protection solaire avec un coefficient très élevé et bien sûr jamais d'utilisation de cabine de bronzage ; la perte des médicaments (avec risque de rejet du greffon) ; la diarrhée : risque de toxicité rénale en cas de déshydratation ; le paludisme : attention en cas de traitement par corticoïdes. Une très bonne idée pour ne pas se priver de voyage : la croisière. Vous trouverez la liste des voyagistes spécialisés à la rubrique *Les spécialistes*.

► Insuffisances respiratoires

L'altitude de croisière des avions commerciaux est incompatible avec la vie. La cabine est donc pressurisée et correspond à une altitude comprise entre 1 500 m et 2 450 m. A cette altitude, la pression barométrique diminue (hypobarie). La pression partielle d'oxygène dans l'air inspiré diminue. Il s'ensuit un degré d'hypoxie de l'ordre de celui que l'on observerait avec une fraction inspirée d'oxygène de 15 % si l'on était au niveau de la mer. L'hypobarie entraîne aussi une dilatation des volumes gazeux dans les cavités closes ou semi-closes de l'organisme (cavités ORL, poumons, tube digestif). En conséquence, un pneumothorax est une contre-indication au vol pendant les 15 jours qui suivent sa résolution. La mesure de la saturation au doigt (SpO2) est intéressante. Elle doit rester au sol supérieure ou égale à 95 %. Ce chiffre n'est cependant pas une garantie absolue. Il convient dès lors d'évaluer les personnes à risque et demander un test d'hypoxie (avec un mélange à 15 % d'oxygène) ou une épreuve d'effort. Un voyageur qui aura besoin d'oxygène en vol ne pourra pas embarquer en avion avec sa propre bouteille qui, pour raison de sécurité, devra être vidée et mise en soute. La compagnie aérienne fournit des bouteilles certifiées pour le vol. Orkyn, filiale d'Air liquide, assure un service Oxygène qui vous permet d'assurer vos déplacements en France comme à l'étranger. Sous réserve de la présence d'un partenaire local (donc à vérifier avec votre agence habituelle), vous pouvez récupérer du matériel, vous faire réapprovisionner... Pour en savoir plus : www.orkyn.fr

► Épilepsie

C'est une maladie fréquente (500 000 personnes épileptiques en France). Il n'y a pas de contre-indication au voyage sauf si l'épilepsie est mal contrôlée (le risque de crise augmente avec le décalage horaire, la fatigue, le stress, le manque de sommeil). Les recommandations vis-à-vis d'un sujet épileptique sont les suivantes : consulter son neurologue avant un grand voyage ; éviter de voyager seul ; emporter une ordonnance avec son traitement et les noms des médicaments en DCI ; emporter un traitement en quantité plus importante que nécessaire (le double) et le garder en cabine. En cas de décalage horaire peu important, ne pas modifier son traitement. Si le voyage dure plus de 12 heures, programmer une prise dans l'avion et se recalculer tout de suite à l'arrivée sur l'heure locale, quitte à être légèrement surdosé. Les antipaludiques peuvent déséquilibrer l'épilepsie (la méfloquine est contre-indiquée) ; il faut privilégier l'usage des répulsifs. En cas de vomissements survenant moins de 1h30 après la prise médicamenteuse, reprendre le traitement. Respecter les règles d'hygiène alimentaire pour diminuer le risque de turista. Prudence avec les fluoroquinolones et l'azithromycine. Protection solaire impérative (les anti-épileptiques sont photosensibilisants). Sports : la natation doit être pratiquée avec un accompagnateur et le port du gilet de sauvetage est vivement conseillé. La pratique de la plongée est contre-indiquée.

► Sclérose en plaques (SEP)

Plus de 80 000 patients en France présentent une SEP. La plupart sont des femmes. Les traitements de fond supposent généralement une administration par voie injectable. Les patients devront prévoir une mallette isotherme (certains médicaments devant être conservés à une température ne dépassant pas 8°C). Il faut aussi s'assurer qu'une infirmière pourra prodiguer les soins dans le lieu de destination ou se former à l'auto-injection. Recommandations : préciser à la réservation que le patient voyage avec du matériel injectable. Les médicaments seront dans le bagage à main accompagnés d'une ordonnance avec la dénomination des produits en DCI et d'une attestation (en anglais) pour tout le matériel injectable. Un certificat médical pourra être demandé précisant l'absence de syndrome toxique viral ou bactérien. En cas de perte des médicaments : s'adresser au service médical de l'ambassade de France. Attention à la chaleur (phénomène d'Uhthoff) : attention au soleil, aux efforts physiques et privilégiez les espaces disposant d'air conditionné.

► Maladie de Parkinson

Il n'y a pas de contre-indication au voyage ; il faut juste respecter les règles de bon sens et prévoir un accompagnateur. Il est conseillé de prévoir les impondérables et d'anticiper les difficultés car le stress augmente l'état clinique. En ce qui concerne le décalage horaire, il faut garder la dose unitaire et l'espacement des prises (il vaut mieux ajouter une prise qu'enlever une). La méfloquine est contre-indiquée. Pour les patients stimulés cérébralement n'envisager le voyage que si le malade est équilibré, faire vérifier le matériel avant le départ. Si le séjour est supérieur à 6 mois, prévoir un contact avec une équipe locale capable de vérifier le matériel (habituellement tous les 4 à 6 mois). Enfin, éviter d'emprunter les portiques de sécurité (avoir sur soi sa carte de porteur de stimulateur).

► Handicap visuel

80 % des informations sur l'environnement sont d'ordre visuel. Le déficit visuel modifie donc la perception et la cognition. Voyager est une façon de refuser la diminution des activités, l'atteinte de son image et de sa confiance. En voyage, les contraintes pour le déficient visuel concernent l'orientation : difficultés liées à la signalétique, dangers vis-à-vis d'obstacles non identifiés, difficultés d'accès aux renseignements proposés par panneaux visuels. En ce qui concerne la lumière : le malvoyant a besoin de plus de lumière qu'un individu qui bénéficie d'une bonne vision mais il y est aussi plus sensible (tenir compte de l'ensoleillement, de la réverbération sur le sable, la mer, la neige). Selon les pathologies il sera nécessaire d'emmener un traitement. Attention au problème de conservation (à la chaleur, la durée de vie des collyres diminue et il y a un risque d'infection). Rappel : le chien guide peut voyager avec son maître à bord des avions, quelle que soit sa taille, dans la mesure où il est vacciné. Le maître doit pouvoir présenter un certificat de dressage. Penser aussi à des bagages à main légers. Une main doit pouvoir rester libre pour la canne, si nécessaire.

► Personnes à mobilité réduite

Vous avez sûrement lu le récit d'Untel qui, atteinte d'une polyarthrite, a escaladé l'Everest. Mais c'est lui, et pas vous. Partir en vacances loin de chez soi provoque suffisamment de changements pour que vous n'aitiez pas jouer les héros. Donc, pas de rupture dans les traitements, pas d'oubli de vos orthèses (les visites peuvent se révéler fatigantes), pas d'exposition prolongée au soleil si certains de vos médicaments sont photosensibilisants. Et, toujours sur vous, votre dossier médical, vos ordonnances (avec DCI ou sa synthèse). Attention en cas de transport de molécules qui doivent rester à température constante, prévoyez une glacière. Enfin, la Food and Drug Administration (États-Unis) exige que les médicaments soient dans les emballages d'origine. Les personnes assises sont plus que les autres soumises à des impératifs d'hygiène qui peuvent se révéler difficiles à mettre en application en voyage. Chaque cas est particulier et nous ne prétendons ni généraliser ni apporter de solution miracle. Néanmoins, si certains gestes ne concernent qu'une population réduite de vacanciers et de voyageurs, le respect de quelques règles de base associées à une bonne hygiène de vie peut éviter à tous bien des désagréments. Buvez suffisamment (eau bouillie ou capsulée, sans glaçons) : c'est le moyen le plus simple et le plus sûr de réduire le risque d'infec-

tion. Sondez-vous régulièrement : adaptez les horaires à votre consommation de liquide en prenant soin de respecter un volume urinaire par sondage. Respectez les prescriptions de votre médecin. Adoptez les bons gestes : à l'issue d'un sondage ou après passage aux toilettes, veillez à vous laver les mains, avant et après l'opération, avec de l'eau et du savon, ou grâce à des lingettes prévues à cet effet. Attention à ne pas en faire trop : on le dit souvent, « le mieux peut être l'ennemi du bien ». Alors, limitez votre toilette intime à deux fois par jour. Messieurs, sachez que la désinfection du méat n'est pas nécessaire avant sondage et qu'il est inutile d'utiliser des antiseptiques. Mesdames, prenez soin de choisir un produit doux ou d'utiliser des lingettes adaptées. Prenez garde à la chaleur et à l'humidité : rappelez-vous aussi que des vêtements trop serrés ou des sous-vêtements synthétiques favorisent frottements, transpiration et développement des microbes. La constipation comme la diarrhée du voyageur sont évidemment très désagréables. Soyez vigilants sur vos repas. Deux outils fort utiles dans vos déplacements : pour les messieurs, le Penilex ; pour les dames, les couches absorbantes anti-odeurs. Parlez-en à votre pharmacien !

► Handicaps sensoriels

Dispositifs externes : il est important de maintenir un séchage de votre appareillage lors du voyage (pastille desséchante ou trousse chauffante). Le soir, il est impératif de le mettre à sécher pour son bon fonctionnement le lendemain. Vous pouvez également vous munir de lingettes spéciales pour appareils auditifs, afin, au besoin, de le nettoyer. Si vous prenez l'avion, aucun risque particulier. De nombreuses personnes préfèrent cependant les éteindre au décollage et à l'atterrissage. Si vous êtes au bord de la mer, évitez le sable et les projections d'eau de mer. Dans ce cas il vaut mieux ne pas le porter. Implants cochléaires : le processeur de son et le processeur vocal craignent tous les deux l'humidité (transpiration, pluie, douche...). Se munir d'un boîtier ou d'un sac contenant une capsule de déshumidification. En avion, pas de règle générale (le mieux est d'appeler avant le voyage son audioprothésiste). Quant aux portiques, le champ magnétique est trop faible pour endommager les composants internes du processeur et de l'implant. Cependant ayez sur vous votre certificat d'implantation si vous préférez demander à passer à côté du portique (pas toujours évident par des temps de fièvre sécuritaire). Surtout n'oubliez pas d'acheter vos piles bouton avant votre départ (avec un stock d'avance).

LES VACCINS

En France

La France n'est pas réputée pour être une destination à risques. Mais que l'on voyage sur de courtes distances ou que l'on parte au bout du monde, il convient de vérifier la validité de vos vaccins avant votre départ. Nous ne traiterons ici que des vaccins obligatoires ou recommandés inscrits au calendrier vaccinal français : diphtérie, tétanos et poliomyélite. Pensez à vérifier la date de vos derniers

rappels et n'oubliez pas que certains voyages à l'étranger nécessitent des vaccinations particulières. Demandez à votre médecin traitant.

Vérifiez avec votre médecin traitant vos compatibilités avec les différents vaccins nécessaires à votre voyage. Renseignez-vous aussi sur le schéma vaccinal, à savoir combien d'injections sont nécessaires et avec quel écart par rapport à votre date de départ. En clair : anticipez !

A l'étranger

► Encéphalite japonaise

La vaccination contre l'encéphalite japonaise n'est pas recommandée systématiquement à tous les voyageurs qui se rendent dans les régions où le virus circule. Sont seuls concernés : les adultes, expatriés ou devant résider plus de 30 jours dans ces régions ; les adultes se rendant dans ces régions avec une activité extérieure importante, plus particulièrement dans les zones de rizières ou de marécages, pendant la période de transmission du virus, pendant la saison des pluies, et ce quelle que soit la durée du séjour. Les activités suivantes sont considérées comme à risque : dormir à la belle étoile sans moustiquaire, camper, travailler à l'extérieur, pratiquer le cyclisme, la randonnée, en particulier dans des zones où l'irrigation par inondation est pratiquée. Le vaccin commercialisé est actuellement réservé aux plus de 18 ans.

► Encéphalite à tiques

La vaccination contre l'encéphalite à tiques est recommandée pour tous les voyageurs séjournant en zone rurale ou forestière d'endémie en Europe centrale, orientale et septentrionale, du printemps à l'automne.

► Fièvre jaune

La vaccination contre la fièvre jaune est indispensable pour un séjour dans une zone endémique (régions intertropicales d'Afrique et d'Amérique du Sud) même en l'absence d'obligation administrative. Ce vaccin (ou vaccin amaril) est un vaccin à virus vivant atténué disponible uniquement dans les centres agréés de vaccinations internationales.

► Hépatite A

La vaccination est recommandée pour tous les voyageurs devant séjourner dans un pays à hygiène précaire, quelles que soient les conditions du séjour. Les personnes souffrant d'une maladie chronique du foie doivent particulièrement être protégées par la vaccination.

► Infections invasives à méningocoques (IIM)

Les vaccins disponibles sont les suivants : le vaccin méningococcique des sérogroupes A et C ; le vaccin méningococcique du séro groupe C conjugué ; le vaccin méningococcique des sérogroupes A, C, Y, W135, disponible uniquement dans les centres de vaccinations internationales. La vaccination contre les infections invasives à méningocoque est recommandée aux personnes se rendant dans une zone d'endémie, notamment la « ceinture de la méningite » en Afrique subsaharienne : zones de savane et Sahel, d'Ouest en Est, du Sénégal à l'Éthiopie, au moment de la saison sèche, favorable à la transmission du méningocoque (habituellement hiver et printemps).

► Rougeole

La vaccination contre la rougeole est recommandée dans le calendrier vaccinal à partir de l'âge de 12 mois. Cependant, il ne s'agit pas d'une vaccination obligatoire en France mais recommandée.

► Tuberculose

La vaccination par le BCG est recommandée pour les enfants dès la naissance en cas de séjours fréquents ou prolongés dans les pays à forte incidence tuberculeuse. Chez les enfants non vaccinés, la vaccination peut être réalisée jusqu'à l'âge de 15 ans. Les zones géographiques à forte incidence tuberculeuse sont : le continent africain dans son ensemble ; le continent asiatique dans son ensemble, y compris les pays du Proche et du Moyen-Orient ; les pays d'Amérique Centrale et du Sud ; les pays d'Europe centrale et de l'Est y compris les pays de l'ex-URSS et, dans l'Union européenne, la Bulgarie, l'Estonie, la Hongrie, la Lettonie, la Lituanie, la Pologne, le Portugal et la Roumanie. A cette liste déjà impressionnante, il faudra rajouter (selon les conditions de séjour, de durée et les facteurs de risques individuels) les vaccinations concernant le choléra, la fièvre typhoïde, la grippe, l'hépatite B, la rage.

■ WWW.INFECTIOLOGIE.COM

SPILF

21, rue Beaurepaire
www.infectiologie.com

Le site le plus complet et le mieux informé avec mise à jour régulière des conseils sanitaires pour les voyageurs. Ce site regroupe aussi les informations émanant de la SPILF – Société de Pathologie Infectieuse de Langue Française – et du CMIT, le Collège des Universitaires de Maladies Infectieuses et Tropicales.

■ CENTRE DE VACCINATIONS INTERNATIONALES

www.mesvaccins.net – mesvaccins@gmail.com
Sur rendez-vous. Les horaires varient en fonction des centres de vaccination.

Avant de voyager dans un pays étranger, l'adresse du service de vaccination est incontournable. Ainsi, vous pourrez être protégé contre des maladies telles que la fièvre jaune, les hépatites A et B, la typhoïde, la méningite (A + C, W 135, Y), la rage préventive et le DTP. Si vous ne savez pas de quoi vous avez réellement besoin, pas de panique fiévreuse, tous les renseignements vous seront donnés notamment en ce qui concerne la prévention contre le paludisme qui est finalement l'une des préventions les plus courantes. Attention : le service est très sollicité, mieux vaut donc prévoir sa vaccination à l'avance. Le centre effectue également le suivi du fichier vaccinal de la population.

Les démarches pour se faire vacciner

Prendre rendez-vous sur place ou par téléphone. Vous devrez vous munir en vue de la consultation de votre carte Vitale et des différents documents relatifs, directement ou indirectement, à votre problème de santé : carnet de vaccinations, ordonnances, boîtes de médicaments, courriers de médecins, comptes rendus médicaux, examens biologiques, radiographies... A l'issue de votre vaccination, vous recevrez le carnet de vaccinations internationales, indispensable à votre voyage.

Pas de vaccin mais quelques précautions

► Les moustiques...

Outre que ces anophèles (féminins) présentent une rare aptitude à nous gâcher une sieste bien méritée ou une nuit qu'on voudrait reposante avant l'excursion du lendemain, les dégâts qu'ils peuvent provoquer sont particulièrement lourds : paludisme, dengue, zika et chikungunya sévissent dans de très nombreux pays à forte attractivité touristique. Citons parmi les zones à risques : les pays tropicaux d'Asie, d'Amérique, d'Océanie et d'Afrique intertropicale. Contre la dengue et le chikungunya, la meilleure protection consiste en l'application de répulsifs cutanés. Attention à ne pas oublier que la protection ne dure souvent que de quatre à huit heures, et qu'elle disparaît en cas de bain ou de douche. La nuit, une moustiquaire imprégnée d'insecticide sera recommandée. Contre le paludisme, deux moyens : la chimioprophylaxie et les répulsifs cutanés. Ne pas oublier que le traitement, quelle que soit la molécule utilisée, se prend en plusieurs temps : avant, pendant et après le séjour. C'est d'ailleurs cette troisième partie du traitement qui pose problème à bon nombre de voyageurs qui ne vont pas au bout de leur traitement au retour de leur séjour. Les futurs voyageurs ayant déjà des traitements photosensibilisants devront tenir compte des risques de photodermatose. En clair : pas de bidouillage du genre auto-médication, pas d'achat de médicaments sur place (en tout cas hors contexte hospitalier) et traitement pris jusqu'au bout même si cela paraît fastidieux.

► La diarrhée du voyageur dite aussi « turista »

Si ce trouble digestif a été ainsi rebaptisé, c'est bien parce qu'il est un classique absolu du voyage. Changements d'habitudes alimentaires, chaleur, ruptures dans la chaîne alimentaire... En bref, le touriste est donc une proie toute désignée pour ce désagrément qui peut provoquer des diarrhées de quelques heures (suffisamment longues) en allant jusqu'à des formes cliniques très sévères. Quelques conseils de bon sens : éviter l'ingestion d'aliments potentiellement à risque (c'est-à-dire tout ce qui est cru ou cuit mais consommé froid), les boissons à risque (eau locale en bouteille non capsulée) et les glaçons ; se laver les mains (geste qui reste primordial vu l'importance de la transmission). L'utilisation d'un savon ou éventuellement d'un soluté hydro-alcoolique est particulièrement recommandée dans les zones aux conditions d'hygiène précaire. En clair, il est souvent moins risqué de prendre un repas sur un étal de marché que de se jeter sur le buffet autour de la piscine qui lui a subi une rupture dans la chaîne du froid. Les formes légères de l'adulte peuvent être atténuées par la prise d'un anti-diarrhéique anti-sécrétoire à emporter avec soi. L'anti-diarrhéique moteur est à réserver à des circonstances particulières quand la diarrhée est particulièrement gênante (au cours d'un déplacement par exemple) en respectant les contre-indications (tendinopathies, photosensibilisation). Légère ou plus sévères, la diarrhée nécessitera une réhydratation (eau bouillie, sels de réhydratation).

► Infections sexuellement transmissibles (IST)

Aujourd'hui encore, il faut rappeler que des rapports sexuels non protégés, les transfusions sanguines, les seringues réutilisées, les matériels de tatouage et de piercing comportent des risques aux conséquences extrêmement lourdes. Avec de terrifiants souvenirs de voyage à la clé. Alors : obligation absolue de rapports protégés (préservatifs masculins ou féminins achetés en quantité suffisante dans le pays de départ). Autant que possible, évitez les transfusions à l'étranger. Préférez un rapatriement. Ne jamais oublier que le matériel utilisé à des fins médicales ou esthétiques devrait être à usage unique. Ce qui est parfois difficile à vérifier. Ne pas oublier que le tourisme sexuel fait courir un risque sanitaire aux deux partenaires et que la loi française punit tout rapport sexuel sur mineur.

■ SERVICES DE MALADIES INFECTIEUSES ET TROPICALES

MARSEILLE ☎ 04 91 38 00 00

<http://fr.ap-hm.fr/site/mit>

Consultez la rubrique actu pour obtenir les détails dont vous aurez besoin sur la destination tropicale de votre choix en matière de santé sur les vaccins et les médicaments recommandés contre certaines maladies comme le paludisme. Ce centre comprend également un espace de vaccination internationale et le centre antirabique de Marseille.

■ INSTITUT PASTEUR

25-28, rue du Dr Roux (15^e)

PARIS

☎ 01 45 68 80 00

www.pasteur.fr

Sur le site Internet, vous pouvez consulter la liste des vaccins obligatoires pays par pays.

L'Institut Pasteur créé en 1888 par Louis Pasteur est une fondation privée à but non lucratif dont la mission est de contribuer à la prévention et au traitement des maladies en priorité infectieuses par la recherche, l'enseignement et par des actions de santé publique. Tout en restant fidèle à l'esprit humaniste de son fondateur, le centre de recherche biomédicale s'est toujours situé à l'avant garde de la science et a été la source de plusieurs disciplines majeures : berceau de la microbiologie, il a aussi contribué à poser les bases de l'immunologie et de la biologie moléculaire. Le réseau des Instituts Pasteur situé sur les 5 continents et fort de 8 500 collaborateurs fait de cette institution une structure unique au monde.

► **Autre adresse** : Centre médical : 213 bis rue de Vaugirard, Paris 15^e.

Carte européenne d'assurance maladie : indispensable !

La carte européenne d'assurance maladie est indispensable si vous voyagez dans un pays de l'Espace Économique Européen ou en Suisse. Attention : compte tenu du délai de fabrication et de son acheminement par les services postaux, pensez à en faire la demande au moins trois semaines avant votre départ.

Et si vous ne pouvez l'obtenir en temps utile, votre caisse d'assurance maladie vous délivrera à la place un certificat provisoire de remplacement. La carte est individuelle et nominative : on ne peut donc pas la prêter, même à un membre de sa famille. Si vous devez avoir des soins médicaux pendant votre séjour, présentez votre carte européenne d'assurance maladie (ou à défaut votre certificat provisoire de remplacement) : elle vous permettra d'attester de vos droits à l'assurance maladie et de bénéficier d'une prise en charge sur place. Si vous l'avez oubliée, vous devrez faire l'avance des frais : pensez alors à conserver factures et justificatifs de paiement que vous présenterez ensuite à votre caisse à votre retour en France.

► **Renseignements** : www.ameli.fr

LES SOINS EN VACANCES

Si vous avez l'habitude de recevoir des soins à domicile (auxiliaire de vie, infirmier ou masseur-kinésithérapeute), n'attendez pas d'être arrivé sur votre lieu de vacances pour chercher des remplaçants. Renseignez-vous en amont dès que possible afin de vous assurer d'en trouver près de votre lieu de villégiature et de voir comment faire coïncider vos deux emplois du temps. Il vous appartient également avant votre départ de faire le point avec votre médecin traitant : votre état de santé et votre suivi médical vous permettent-ils d'entreprendre un séjour montagne, mer ou campagne ? De pratiquer des loisirs sportifs ? De partir sur une route un peu longue ? N'oubliez jamais que peu importe la destination, un déplacement s'organise.

■ **ADHAP SERVICES**
193, boulevard Etienne Clémentel
CLERMONT-FERRAND

☎ 04 73 24 04 44

www.adhapservices.fr/clermont-ferrand
adhap63a@adhapservices.eu

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Un responsable Adhap Services est joignable par les bénéficiaires 24h/24 en cas d'urgence. Assistance 7j/7, jours fériés compris.

L'ADHAP propose ses services par le biais de ses centres répartis sur le territoire national. Un personnel qualifié et formé permet de répondre à de nombreuses demandes en accompagnement : aide à la toilette, au lever, au coucher, au repas, travaux ménagers, garde de jour et de nuit sont un exemple des prestations existantes. Certifié par le réseau Qualicert, l'ADHAP insiste sur la qualité, la proximité et la réactivité de ses équipes. Une référence en la matière.

PRÉVOIR UNE TROUSSE D'URGENCE

► **Lors de vos déplacements**, pensez à vous munir de vos médicaments habituels. En cas de traitement renouvelable, munissez-vous de vos ordonnances. Une trousse de premiers secours est toujours nécessaire : prévoyez un anti-diarrhéique, des antiémétiques contre les nausées et les vomissements, des comprimés de paracétamol contre la fièvre ou la douleur, des pansements, du désinfectant, une solution hydro-alcoolique pour l'hygiène des mains (important si vous devez vous sonder), des compresses stériles, des pansements adhésifs, des bandes de contention et de la pommade anti-inflammatoire. La glacière sera indispensable si vous devez transporter des traitements ne supportant pas les écarts de température ou exigeant une conservation au froid (anti-TNF).

► **Le bon sens doit présider.** Distinguez la trousse « secondaire » que tout voyageur emmène de celle

« principale » qui est la vôtre, personnalisée. Emportez vos médicaments dans leur emballage d'origine et prévoyez un approvisionnement qui pallie un délai de transport. Ayez sur vous (bagage à main) votre ordonnance et le traitement dont vous aurez besoin pendant le transport (depuis chez vous). La trousse secondaire : elle doit contenir tout ce qui vous protégera des éventuels fièvres et petits bobos (antipyrétiques, antiseptiques, pansements). Un anti diarrhéique n'est jamais de trop. Une solution hydroalcoolique (les lingettes se transportent bien) est bienvenue ainsi que des produits pour désinfecter l'eau (surtout si vous partez seul). Crème solaire indispensable pour tout déplacement en pays chaud (indice maximal et achat en pharmacie recommandé), crème répulsive anti-moustiques, votre traitement contraceptif ordinaire et préservatifs.

La Dénomination commune internationale (DCI)

La dénomination commune internationale (DCI) d'une substance active pharmacologique est une appellation non commerciale (c'est-à-dire distinct de tout nom de produit commercial) définie par l'Organisation Mondiale de la Santé et conçue pour être utilisable sans ambiguïté dans un grand nombre de langues. Avant votre départ, convertissez au moyen du site mentionné ci-dessous le nom commercial de vos médicaments afin que le nom de la molécule qui viendrait à vous manquer soit identifiable où que vous soyez.

► <http://d.c.i.free.fr>

L'HYGIÈNE

Pour les personnes souffrant d'incontinence, effectuer un voyage peut être source de soucis supplémentaires. La dernière génération de sondes ne nécessite plus de manipulation pénible puisqu'elles sont le plus souvent conditionnées dans du sérum physiologique et donc prêtes à l'emploi.

La simplicité de manipulation et le conditionnement des produits facilitant grandement le sondage doivent permettre aux usagers – et aux voyageurs en particulier – une meilleure aseptie et une réduction des risques urinaires à long terme.

■ MATERGO

☎ 04 77 24 22 26

www.materiel-handicap.fr

contact@matergo.fr

Le site répertorie tous les produits liés à l'incontinence : changes complets, culottes absorbantes, changes de jour et de nuit pour adultes. Sans oublier la gamme textile avec des grenouillères pour adulte, des culottes spéciales pour l'incontinence et des vêtements adaptés pour les adultes. Retrouvez enfin des produits de soin,

des gants de toilette, des lingettes et des bavoirs éponges ou à usage unique.

■ GO GIRL

Nouveau Santé
108, avenue Patton
ANGERS

☎ 06 71 70 01 05

www.go-girl.fr

contact@astucesdefemmes.com

GoGirl est un urinoir réutilisable en silicone très pratique pour les femmes et facile à utiliser. Discrèt et hygiénique, GoGirl se positionne comme un entonnoir en formant un joint entre lui et votre corps au niveau de l'entrejambe, et sans avoir à enlever jupe ou pantalon mais uniquement la fermeture éclair. Adapté à l'univers médical, notamment pour les femmes à mobilité réduite, GoGirl limite le risque lié à la manipulation ou des pansements mouillés. Ce produit est idéal pour le recueil des urines, remplacer l'utilisation du bassin et éviter la sonde urinaire aux femmes alitées. Go Girl s'adapte à toutes et permet de faire pipi confortablement et en toute sécurité.

Voyager à l'étranger avec ses médicaments

L'article L 5111-1 du code français de la Santé définit comme médicament, toute substance ou composition présentée comme possédant des propriétés curatives ou préventives à l'égard des maladies humaines ou animales, ou pouvant leur être administrée en vue d'établir un diagnostic médical ou de restaurer, corriger ou modifier leurs fonctions physiologiques en exerçant une action pharmacologique, immunologique ou métabolique. Vous pouvez obtenir des informations sur les médicaments que vous transportez lors de vos déplacements auprès du Ministère du Travail et de la Santé.

Le bon sens doit présider au transport de vos traitements. Le dialogue avec votre médecin traitant d'abord. Il vous faudra faire le calcul de la durée de votre voyage (une tolérance d'une semaine supplémentaire est généralement acceptée par tous les pays). Ensuite, pas de transport de médicaments sans ordonnance. Enfin, n'oubliez jamais que le transport de produits dits «stupéfiants» est puni de peines très lourdes dans le monde entier : certains médicaments contenant des opiacés peuvent entrer dans cette catégorie. Dans le cadre d'un voyage clairement défini (notamment avec un prestataire de services), il est facile de prouver qu'on ne part que pour une durée déterminée avec date de retour fixée. Cet avertissement vaut davantage pour les voyages en solo à durée non limitée. Ne mettez jamais en danger ni votre santé ni le confort de votre voyage.

■ TENA

Service Consommateurs TENA
ANGOULÊME

☎ 09 69 36 99 82

www.tena.fr

Vous souffrez de fuites urinaires ? Ne vous en cachez pas : l'incontinence est un phénomène beaucoup moins rare qu'on ne l'imagine. Encore honteux aux yeux du grand public et des personnes qui en souffrent, ce trouble ne touche pas uniquement les personnes âgées (même si l'incontinence est plus fréquente chez les plus de 55 ans) mais concerne également des personnes plus jeunes, en particulier les femmes qui représentent 70 % des personnes incontinentes et 10 à 20 % de la population générale concernés par ces fuites urinaires. La société Tena, qui a une dimension internationale, lutte contre cette affection et propose des produits spécialement adaptés en vente dans les pharmacies ou les supermarchés. Possibilité de commander directement en ligne sur la boutique Internet de la société (contacter les revendeurs pour savoir quels produits sont disponibles en magasin).

■ MOBILE FRANCE

5, rue Pasteur, CHARTRETTES

☎ 01 64 09 04 71

www.mobilefrance.fr

dominique.crepin@mobilefrance.fr

La société est importatrice d'entraîneurs thérapeutiques motorisés permettant une mobilisation passive ou un entraînement actif des membres inférieurs et/ou supérieurs. Que vous soyez un particulier dans le besoin ou un professionnel de santé, les produits sont destinés aux patients alités mais peuvent aussi être utilisés pour les personnes en fauteuil roulant avec une capacité de marche réduite. Ce sont des appareils mobiles pouvant être déplacés, faciles à adapter et pratiques à régler. Idéal pour une assistance en kinésithérapie, de l'amorçage des mouvements à la prophylaxie de contractures en passant par le traitement des escarres et de la thrombose. Le site donne le nom et le contact des responsables de chaque structure en France.

■ HOLLISTER FRANCE

Tour Franklin
101/101, Terrasse Boieldieu
LA DÉFENSE

☎ 01 45 19 38 50

www.hollister.com/france

reception.france@hollister.com

Hollister met à la disposition du marché français des produits et des services de haute qualité dans les domaines de l'incontinence urinaire et/ou fécale, du drainage post-opératoire, de la rééducation périnéale, de l'identification ainsi que des produits pour la stomathérapie.

■ GROUPE LECANTE

125, rue Bataille
LYON

☎ 04 72 84 77 30

www.lecante.com

com@lecante.com

Fondée à Lyon en 1935, l'entreprise conçoit, fabrique et commercialise des appareils d'orthopédie et de prothèse sur mesure destinés à corriger une déformation ou pallier un déficit fonctionnel. Pour permettre un résultat optimal, chaque cas est observé spécifiquement en tenant compte du handicap et des besoins thérapeutiques selon le contexte social, familial et psychologique. Les techniques traditionnelles du bois, du cuir et de l'acier côtoient celles du carbone, du silicone ou du titane. L'entreprise initialement basée à Lyon dispose aujourd'hui de plusieurs succursales et filiales disséminées sur le territoire français.

■ MARCENAC DUCROS

1277, avenue de Toulouse
MONTPELLIER

☎ 04 67 42 40 76

www.marcenac-ducros.com

md@marcenac-ducros.com

Depuis 1959, Marcenac Ducros conçoit des appareillages adaptés aux patients souffrant de handicap physique. Prothèses, orthèses ou encore corsets, chaque équiper



VERSION NUMÉRIQUE
OFFERTE POUR L'ACHAT
DE TOUT GUIDE PAPIER

Suivez nous sur [f](https://www.facebook.com/petitfute) [i](https://www.instagram.com/petitfute) [t](https://www.twitter.com/petitfute)

Des guides de voyage
sur plus de

700 destinations

www.petitfute.com

Quelques conseils pour éviter les infections urinaires

Les personnes assises sont soumises plus que les autres à des impératifs d'hygiène qui peuvent se révéler difficiles à mettre en application lors d'un voyage. Chaque cas est particulier et nous ne prétendons ni généraliser ni apporter de solution miracle. Cependant, si certains gestes ne concernent qu'une population réduite de vacanciers et de voyageurs, le respect de quelques règles de base associées à une bonne hygiène de vie peut éviter à tous quelques désagréments.

- ▶ **Buvez suffisamment.** C'est le moyen le plus simple et le plus sûr de réduire le risque d'infection.
- ▶ **Sondez-vous régulièrement.** Adaptez les horaires à votre consommation de liquide en prenant soin de respecter un volume urinaire par sondage. Respectez les prescriptions de votre médecin. À l'issue d'un sondage – ou après un passage aux toilettes – veillez à vous laver les mains avant et après l'opération avec de l'eau et du savon, ou grâce à des lingettes prévues à cet effet. Attention à ne pas en faire trop : on le dit souvent « le mieux peut être l'ennemi du bien ». Limitez votre toilette intime à deux fois par jour. Messieurs, sachez que la désinfection du méat n'est pas nécessaire avant sondage et qu'il est donc inutile d'utiliser des antiseptiques. Mesdames, prenez soin de choisir un produit doux ou d'utiliser des lingettes adaptées.
- ▶ **Prenez garde à la chaleur et à l'humidité** et rappelez-vous que des vêtements trop serrés ou des sous-vêtements synthétiques favorisent frottements, transpiration et développement des microbes.
- ▶ **Luttez contre la constipation.** Prenez autant que possible des repas à heures fixes et adoptez un régime composé de légumes verts, de fruits et de fibres. Des massages du ventre facilitent le transit et évitent la prolifération microbienne.
- ▶ **Ne pratiquez pas d'automédication.** En cas de suspicion d'infection urinaire, ne fouillez pas dans votre armoire à pharmacie car vos médicaments peuvent non seulement avoir une efficacité douteuse mais aussi masquer les symptômes sans pour autant faire cesser l'infection. Respectez les prescriptions de votre médecin afin de ne pas renforcer la résistance des bactéries et ne pas voir l'infection urinaire réapparaître.
- ▶ **Soignez votre hygiène intime.** Changez régulièrement tampons et protections externes.

pement est adapté aux besoins spécifiques de chacun avec un suivi personnalisé et une importance toute particulière apportée à l'esthétique. A noter que la société – qui possède un second point de vente à Nîmes – est également très impliquée dans la recherche et le développement ainsi que dans le domaine du handisport. Plus qu'un commerce, une véritable profession de foi.

■ 4POWER4 55, rue Marceau (16^e)

PARIS
☎ 0 811 70 04 40
www.4power4.com

Le 4power4 est un fauteuil électrique tout terrain : étroit, il a été conçu pour vous emmener sur des terrains difficilement accessibles aux fauteuils classiques. Étudié à l'origine pour la campagne et les déplacements dans les jardins, sur les cailloux ou dans l'herbe, il est aujourd'hui aussi à l'aise à la mer, sur le sable, sur la neige mais aussi en ville sur les pavés. Le fauteuil idéal pour tous les déplacements !

■ LA VITRINE MÉDICALE

2, rue des Micocouliers
ZA Panisso Est
RIVESALTES
☎ 04 68 08 26 20
www.lavitrinemedicale.fr
contact@lavitrinemedicale.fr

La Vitrine Médicale regroupe en France et en Espagne plus de 200 magasins spécialisés dans la distribution, la vente et la location de matériel médical auprès des collectivités médicales (hôpitaux, cliniques, maisons de retraite, foyers logements, centres de rééducation fonctionnelle, résidences pour personnes âgées), des professionnels de santé (médecins, infirmières, kinésithérapeutes, spécialistes de la santé) et des particuliers en situation de handicap nécessitant des services de soins à domicile, d'aide au maintien à domicile ou la location de matériel médical.

■ LABORATOIRES COLOPLAST 6, rue de Rome, Les Jardins du Golf ROSNY-SOUS-BOIS

☎ 01 56 63 17 00
www.coloplast.fr
contact.france@coloplast.com
Permanence téléphonique du lundi au vendredi : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h.

Cette société a créé la première poche pour stomies avec plaque adhésive. Le système, simple mais ingénieux, a pour but d'améliorer la vie des personnes ayant subi une colostomie afin de leur redonner confiance en eux. Coloplast a étendu ensuite son savoir-faire à l'incontinence et au soin des plaies.

De quoi gérer vos troubles médicaux intimes : soins des stomies, urologie, soins des troubles de la continence et soins des plaies et de la peau.

■ **B. BRAUN MÉDICAL**26, rue Armengaud
SAINT-CLOUD

☎ 01 41 10 53 00

www.bbroun.fr

Les produits proposés appartiennent à différentes gammes, de la chirurgie à la réanimation en passant par l'anesthésie ou l'urologie. Ces produits sont homologués : ils répondent aux normes internationales et standards fixés. Des actions de formation sont mises en places auprès des pharmaciens, médecins et patients afin de satisfaire et de sécuriser au maximum les utilisateurs des produits.

■ **CRYSTALYNE – BAINOIRES À PORTES**1 A, rue de la Sauldre
SELLES-SUR-CHER

☎ 08 00 12 01 40

www.crystalyne.fr

contact@afah.net

La société est spécialisée de longue date dans la fabrication et l'installation de baignoires-douches à porte destinées à résoudre les problèmes de mobilité dans la salle de bains. Crystalyne connaît parfaitement les besoins et les attentes des personnes à mobilité réduite ou handicapées, et conçoit à cet effet ses produits leur permettant de retrouver les plaisirs du bain en toute sécurité.

ENTREtenir SON FAUTEUIL

Même si la France dispose d'infrastructures suffisantes, vous ne trouverez pas forcément de concessionnaire *Küschall* ou *Otto Bock* dans le village dans lequel vous avez décidé de passer vos vacances ! Un bon conseil : avant de partir, demandez à votre revendeur de vous indiquer l'adresse des correspondants les plus proches de votre lieu de séjour puis munissez-vous, en plus du nécessaire de réparation pour vos pneus (jeu de rustines, dissolution, chambre à air, gonfleur et éventuellement bombe anti-crevaisin), d'un ou deux axes de roues de rechange.

De toute façon, ce sont à peu près les seuls éléments que vous serez à même de changer par vos propres moyens.

■ **PARAVAN**

StraBe 5 - 10

D-72539 Pfronstetten – Aichelau

ALLEMAGNE

☎ 03 72 88 05 47

www.paravan.de

france@paravan.de

Paravan fait bouger le monde avec des solutions de mobilité révolutionnaires. Découvrez une technique de pointe de réputation mondiale et laissez-vous fasciner par des technologies porteuses d'avenir. N°1 sur le marché des véhicules pour personnes handicapées, cette entreprise allemande a notamment mis au point le fauteuil roulant le plus innovant et le plus moderne au monde.

■ **BENOÏT SYSTÈMES**

7, rue du Pont

BILLY-LÈS-CHANCEAUX

☎ 03 80 96 51 25

www.benoitsystemes.com

contact@benoisystemes.com

Benoit Systèmes fabrique plusieurs types de produits adaptables à un fauteuil roulant. La société propose des motorisations légères et amovibles comme le *Kitcool* qui s'installe en quelques secondes et permet de faire prendre au fauteuil une position de relaxation sans nuire aux fonctions de celui-ci.

■ **INVACARE**

Route de Saint Roch

FONDETTES ☎ 02 47 62 64 66

www.invacare.fr

contact@invacare.com

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30.

Avec une gamme composée principalement de fauteuils roulants manuels et électriques, de produits d'aide au maintien à domicile, de lève-personnes, de produits d'aide à la propulsion, de scooters 4 roues ou 3 roues destinés aux seniors, la société fournit également des lits médicaux, des matelas préventifs contre l'escarre, des fauteuils releveurs, des rollators, des cannes, des déambulateurs... Invacare est partenaire de la Fédération Française Handisport.

■ **LIFESTAND – VIVRE DEBOUT**

5, rue Clément Ader

MIRIBEL ☎ 04 37 26 27 28

LifeStand est le fabricant des fauteuils roulants verticalisateurs. La gamme de fauteuils se décline en trois grandes familles : les fauteuils manuels qui permettent aux personnes handicapées de se redresser sans effort d'un simple geste de la main sur les volants ; les fauteuils semi-électriques qui permettent la verticalisation en mode électrique et le déplacement manuel ; les électriques qui se déplacent et se redressent électriquement (aussi en version enfant) permettant de se déplacer en position debout.

■ **ERGOVIE**

1, rue de la Sauvaie CS 46332

RENNES ☎ 02 99 26 12 12

www.ergovie.com

contact@ergovie.fr

Avec l'autonomie des personnes handicapées au cœur de ses préoccupations, Ergovie vend, loue et répare du matériel (fauteuils roulants, aide à la déambulation...), l'adapte, le personnalise et propose un SAV sur site ou à domicile. Pensez aussi à consulter Ergovie pour vous aider dans le contrôle de votre environnement ou l'accessibilité de votre habitat. La société saura également vous conseiller des aides techniques et de confort.

LES TRANSPORTS

Dans cette rubrique, nous essayons de vous guider au mieux mais gardez à l'esprit que le nombre de places en fauteuil est souvent limité dans les transports. En outre, les services adaptés doivent être généralement demandés 48h

à l'avance. La France ne pratique pas encore l'accessibilité universelle et même si l'on note quelques progrès, la fluidité et la facilitation ne sont pas le lot quotidien du voyageur en situation de handicap.

LA ROUTE

L'Association des Sociétés Françaises d'Autoroutes et d'ouvrages à péage (ASFA) met en ligne sur son site Internet un guide à l'usage des conducteurs en situation de handicap. La liste des services y est complète en fonction de votre itinéraire.

► **Renseignements sur** www.autoroutes.fr/fr/services-aux-personnes-a-mobilite-reduite.htm

Véhicules adaptés

Vous trouverez ci-après les coordonnées des principaux aménageurs et équipementiers en matière d'automobile. Pour un renseignement ou pour obtenir les adresses en région, n'hésitez pas à les contacter.

■ RENAULT TECH www.renault.fr

Renault Tech conçoit et commercialise des transformations de véhicules tout en proposant des services associés en réponse aux besoins des professionnels et des particuliers. Renault Tech a pour métier de concevoir des aménagements en harmonie avec les particularités de ses occupants et s'engage à faciliter l'autonomie automobile des personnes à mobilité réduite que ce soit en situation de transfert ou de conduite. Avec une gamme de véhicules adaptés, la société démontre sa volonté d'être à l'écoute de tous ses clients et apporte des réponses concrètes au besoin d'autonomie des personnes en situation de handicap. Renault propose également une gamme de véhicules de transport collectif avec des solutions adaptées aux besoins des associations, des établissements de santé, des centres de réadaptation ou des sociétés spécialisées dans le transport de personnes à mobilité réduite.

■ VEHIXEL Zone d'Activité, Siège Social ATTIGNAT ☎ 04 74 25 10 96 www.vehixel.com vehixel@vehixel.com

Cette société assure le Transport en Commun de Personnes (TCP) et le Transport de Sécurité. A ce titre, elle répond donc aussi aux besoins des personnes en situation de handicap avec un service de Transport de Personnes à Mobilité Réduite (TPMR) collectif ou individuel. Pour tous renseignements, n'hésitez pas à les contacter : les équipes professionnelles de Véhixel sont là pour répondre à vos questions et trouver des solutions à votre situation.

► **Le Flexiprox** : vous aurez le choix entre des véhicules toutes marques (Mercedes Sprinter, Volkswagen Crafter, Peugeot Boxer, Citroën Jumper, Fiat Ducato et Ford Transit) modulables en 90 secondes et proposant des combinaisons multiples en fonction de l'implantation choisie par l'utilisateur.

► **Le Easyprox** : sur bases mécaniques Caddy Maxi Life, l'usager en fauteuil roulant peut se positionner au centre du véhicule et non plus dans le coffre avec un accès latéral lui permettant d'être installé confortablement au même titre que les autres occupants du véhicule.

► **Le Handiprox** : sur bases mécaniques Combi, Renault Kangoo et Volkswagen Caddy Maxi Life, Véhixel transforme votre véhicule afin qu'il puisse accueillir des usagers en fauteuil roulant (UFR).

► **Autres adresses** : VehiXeL Atlantique : 2 rue de la Pérouse ZAC de Belle Aire Nord 17440 Aytre. ☎ : 05 46 34 03 76 - Fax : 05 46 34 19 24. Email : vehixel.idf@wanadoo.fr - VehiXeL Ile-de-France : 10-12, ch. de la belle Étoile 91540 Ormoy. ☎ : 01 69 90 55 00 - Fax : 01 69 90 68 58. Email : vehixel-idf@wanadoo.fr - VehiXeL Rhône-Alpes : 31, avenue d'Arsonval-Cenord 01000 Bourg en Bresse. ☎ : 04 74 22 31 68 - Fax : 04 74 22 70 63. Email : ra@vehixel.com

■ BL ADAPTAUTO Impasse des Broderies COIGNIÈRES ☎ 01 30 05 12 20 www.bl-adaptauto.fr bl-adaptauto@bl-adaptauto.fr

Ouverture du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h. Fermeture le samedi et le dimanche toute la journée. BL Adaptauto aide à la conduite et propose des aménagements de véhicules pour le transport des personnes à mobilité réduite : lève-personnes, sièges pivotants, verticalisateurs et marchepieds pour le transfert de personnes ; chargeurs, rampes, grues, treuils, plates-formes, portes-fauteuils pour le transfert de fauteuil ; accélérateurs, freins, embrayages, inversions de pédales, boules ou fourches pour l'aide à la conduite.

■ HUET ÉQUIPEMENTS
51, rue Lafayette
COSNE-COURS-SUR-LOIRE
☎ 03 86 28 36 38
www.huet-equipements.com
info@huet-equipements.com
Possibilité de devis gratuit en ligne.

Depuis 1993, Patrick Huet et ses collaborateurs équipent votre véhicule selon vos besoins et votre handicap : rampe accès voiture, robot charge-fauteuil, siège auto pivotant, cercle accélérateur volant... La majorité des produits viennent d'Italie et de Suède tandis que certains sont fabriqués sur mesure. Documentation et devis spécifiques pour chaque équipement ou modification d'un véhicule sur demande.

► **Autre adresse** : Dijon : 03 80 66 11 04 - Besançon : 03 81 81 90 91 - La Rochelle : 05 46 43 10 62 - Clermont-Ferrand : 04 73 61 28 73

■ ADAPTYCARS

13 Bis, Avenue de Grugliasco

ECHIROLLES

☎ 04 38 75 04 04

www.adaptcars.com

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 19h.

Le samedi de 9h à 12h sur rendez-vous.

La société réalise des adaptations à partir de véhicules d'occasion et propose aussi la location, la vente et l'aménagement de véhicules adaptés aux personnes en situation de handicap moteur.

■ SCOOTERS RASCAL

12, avenue de Verdun, LYON

☎ 04 93 87 97 23

www.scooters-rascal.com

nice@scooters-rascal.com

► Envie d'acheter un deux-roues médical neuf ou d'occasion ? Cette société propose des scooters pliants ou démontables (aussi 3 roues ou 4 roues) permettant de faciliter vos déplacements et le transport dans le coffre d'un véhicule mais aussi un éventail de rampes d'accessibilité, seuils de porte (standards ou sur-mesure) et des plateformes élévatrices en fonction de vos besoins spécifiques. Scooters Rascal assure aussi l'entretien, la réparation et la vente de pièces détachées multi-marques de votre scooter médical.

► Possibilité de louer des scooters : J 50 (autonomie 35 km, 9 km/h, démontage possible pour transport) et Liteway 4 (autonomie 15 km, 6 km/h, batterie démontable pour chargement séparé du scooter).

► **Autre adresse** : Paris-Lyon-Marseille-Nice-Marseille

■ K. AUTOMOBILITÉ

11, rue Duranton (15^e), PARIS

☎ 01 45 58 27 62

www.k-automobilite.fr

kempf.automobilite@wanadoo.fr

Jean-Daniel Kempf et son équipe aménagent sur mesure de manière artisanale votre véhicule selon vos besoins et votre handicap. Le travail est minutieux. L'offre est soignée avec un excellent niveau en terme de sécurité. Les produits sont de bonne qualité et homologués par de nombreux constructeurs automobiles.

■ HANDYNAMIC

1, rue Jean-Baptiste Mulier

Hameau de Martinsart, SECLIN

☎ 03 28 55 51 11

www.handynamic.fr

contact@handynamic.fr

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h.

Le samedi, sur rendez-vous. Chèque Vacances.

Handynamic est spécialisé dans le domaine des voitures accessibles aux personnes à mobilité réduite. Les voitures, monospaces et minibus aménagés sont disponibles en location pour une sortie, un week-end, des vacances ou tout autre évènement qui vous invite à vous balader. La livraison à domicile est possible, les forfaits de location incluent 100 km par jour ainsi que l'assurance tous risques. Les véhicules de location sont disponibles aux agences de Lille, Lyon, Lourdes, Marseille et Rennes. Devis personnalisé et gratuit sur simple demande, paiement possible en chèque vacances.

■ DRIVE MATIC LEGRAND

18, rue Wolfenbuttel

SÈVRES

☎ 01 45 34 28 37

www.drivematiclegrand.com

info@drivematiclegrand.com

Tramway T2, arrêt Musée de Sèvres.



Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.

Spécialisée depuis plus de 50 ans dans la recherche, la conception, la fabrication et la commercialisation d'équipements automobiles pour les personnes handicapées, cette société réunit toutes les solutions pour la conduite : embrayage automatique, télécommandes à infrarouge, combinés de conduite, accélérateurs à main par cercle ou par leviers, freins à main, inversions de pédales... L'équipe cherche également les solutions les plus adaptées aux différents types de handicaps de chaque client. Des voitures d'occasion équipées sont également disponibles.

■ KEMF

1, rue Ettore Bugatti

WASSELONNE

☎ 03 88 04 28 10

www.kempf.fr

bienvenue@kempf.fr

KEMF apporte des solutions et des aménagements pour les voitures des personnes paraplégiques ou sans l'usage de leurs deux jambes grâce à l'installation d'une boîte automatique, d'un anneau accélérateur à transmission numérique DARIOS sur le volant et d'un frein principal à main droite.

► **Autre adresse** : Lagny-sur-Marne, Paris, Lyon, Marseille, Toulouse, Nantes

En voiture

Y aller avec sa voiture

C'est, a priori, le choix de la liberté : horaires, itinéraires, visites, nombre de passagers... Et particulièrement quand votre véhicule est adapté à vos besoins spécifiques. Mais d'une liberté responsable. Inutile d'imaginer partir tranquille si vous avez négligé de faire réviser votre voiture et si vous ne disposez pas à bord du matériel requis pour les réparations d'urgence (parfois exigé par la législation de certains pays). Votre garagiste est



Louez une voiture accessible pour vos weekends et vacances

Le Petit Futé que vous êtes en train de consulter regorge de musées, d'activités, de logements ou de restaurants accessibles. Reste un point épineux à résoudre : comment se rendre sur tous ces lieux ? En louant une voiture accessible chez Handynamic, vous retrouvez une certaine autonomie pour un séjour réussi ! Voitures disponibles au départ de Lille, Rennes, Lyon, Lourdes, Bordeaux, Mulhouse et en livraison à domicile partout en France et en Europe.



contact@handynamic.fr



03.28.555.111



donc votre partenaire et de nombreux sites sur Internet vous proposent des check listes. La liberté c'est aussi être prudent sur le temps de conduite, ne pas vouloir obstinément et dangereusement arriver à une heure précise. Enfin, c'est aussi se renseigner sur l'état de routes du ou des pays où vous souhaitez vous rendre. Autre source de responsabilité : le budget voiture (essence, ferries, parkings, taxes diverses), qui viendra compléter votre budget hébergement, restauration, visite. Libre, oui, mais pas inconscient !

► Assurance

Tous les contrats d'assurance automobile souscrits en France restent normalement valables dans plusieurs pays étrangers. Toutefois, il faut se munir de sa carte d'assurance auto internationale lors des déplacements à l'étranger, très utile en cas d'accident. Vérifiez que votre assurance auto couvre votre déplacement à l'étranger. Lorsque vous projetez de franchir les frontières de la France à bord de votre véhicule pour les vacances, vérifiez que votre contrat d'assurance automobile couvre bien votre voyage. Vérifiez également que la compagnie d'assurance vous indemniserait en cas d'accident à l'étranger. Normalement, tous les contrats d'assurance couvrent les déplacements en dehors du territoire national pendant trois mois, sauf si une clause précise le contraire. Le mieux est donc de demander des renseignements supplémentaires auprès de votre assureur et de demander une carte verte. Cette carte verte, délivrée gratuitement par votre assureur, certifie lors de vos déplacements à l'étranger que vous êtes assuré. Elle est valable si vous

vous déplacez dans l'un des 27 pays membres de l'Union européenne, en Andorre, en Suisse, en Croatie, en Serbie, en Israël, en Bosnie-Herzégovine, au Liechtenstein, en Islande ou en Norvège. Les coordonnées des partenaires de votre assureur, qui vous aideront en cas de sinistre, sont d'ailleurs indiquées au dos de celle-ci. Si votre pays de destination n'apparaît pas sur la carte, souscrivez une garantie supplémentaire.

► Que faire en cas d'accident à l'étranger ?

Outre la carte verte, vous devez également réclamer auprès de votre compagnie d'assurance un constat d'accident européen que vous devez avoir sur vous lors de vos déplacements en Europe. Si un accident survient au cours de votre séjour en dehors du territoire national, présentez votre carte verte aux autres automobilistes concernés par l'accident. Contactez ensuite le mandataire de votre assureur, il vous aidera pour la suite de vos démarches. Si toutefois vous n'avez pas la possibilité de contacter dans l'immédiat le mandataire, vous disposez de 5 jours après le sinistre pour en informer votre assureur. Si l'accident n'implique que vous, vos passagers, des citoyens français et des véhicules immatriculés en France, la loi française sera appliquée concernant l'indemnisation et les responsabilités. Dans le cas contraire, la loi du pays où l'accident a eu lieu est de rigueur. Si vous n'êtes pas responsable de l'accident, vous ne pourrez percevoir votre indemnisation que plusieurs jours après. L'assureur du tiers responsable doit d'abord verser la somme due auprès du mandataire, avant que ce dernier la transmette à votre compagnie d'assurance en France.

► Permis international

Le permis de conduire français est reconnu par convention dans tous les Etats membres de l'Union européenne (UE) ou de l'Espace économique européen (EEE). Par conséquent, vous pourrez circuler dans ces pays avec votre seul permis de conduire français et ce, quelle que soit la durée de votre séjour. Dans les pays situés hors de l'Union européenne, vous pourrez être autorisé à conduire temporairement soit avec votre permis de conduire français, soit avec votre permis de conduire international, pendant une période allant de 3 mois à 1 an selon les pays. La procédure pour obtenir le permis de conduire international est relativement simple. Il convient de se rendre à la préfecture ou sous-préfecture de son domicile muni : du permis de conduire français, de deux photos d'identité, d'une pièce d'identité, d'un justificatif de domicile. Le permis de conduire international est délivré gratuitement pour une durée de trois ans. Conservez le permis français car sans ce document officiel, le permis international n'a aucune valeur. Attention, le permis de conduire international n'est délivré qu'aux personnes pouvant justifier d'un domicile en France.

► Le bon plan

Le site www.holidaycheck.fr a recensé dans son forum, rubrique Moyens de transport, les us et coutumes (vignettes, péages, aires de repos...) des réseaux autoroutiers européens. Bien utile.

Louer une voiture

Aujourd'hui il est en principe facile de louer un véhicule lorsque vous achetez votre billet d'avion, de train, de bateau. Soit sur le même site, soit par une agence de voyages. Seulement voilà, si vous avez besoin de louer une voiture adaptée, c'est carrément la galère. D'abord parce le voyageur à mobilité réduite n'est pas prioritaire (il correspond à un parc automobile manifestement réduit chez de nombreux loueurs). Ensuite, au mieux, justement en raison du petit nombre de voitures disponibles, il faut vraiment s'y prendre très à l'avance.

En résumé, rendez-vous dans une agence de location et exprimez vos besoins. Courage !

► A savoir quand on loue

Allez, on y croit : vous avez pu louer un véhicule adapté. Mais pendant vos vacances, vous n'êtes pas à l'abri d'un vol de votre voiture ou d'un accrochage... C'est pourquoi vous ne devez jamais vous engager sans avoir pris connaissance de l'étendue de l'assurance face à de tels problèmes. En général, les franchises (montants restant à votre charge) sont très élevées. Vous avez donc intérêt à prendre l'option rachat de franchise qui est en général proposée par les loueurs. Elle majore le coût de la location mais vous apporte davantage de tranquillité. Par ailleurs, avant de prendre la voiture, prenez quelques minutes pour vérifier qu'elle ne présente aucun dommage sur la carrosserie (rayure, bosse) ou dans l'habitacle (trous de cigarettes, taches). Faute de vigilance, vous pourriez en être tenu responsable à votre retour et contraint de payer la remise en état.

► De la France vers l'Europe

La plupart des véhicules peuvent être loués en France et être rendus dans les principales villes d'Allemagne, Autriche, Belgique, Danemark, Espagne continentale, Italie, Luxembourg, Norvège, Pays-Bas, Portugal, Suède et Suisse pour une somme supplémentaire variant en fonction des zones retour définies par le loueur et de la durée de la location.

► Hors Europe

Sachez que, hors Europe, les loueurs apprécient peu le passage de frontières, voire le déconseillent formellement. Dans ce cas-là, adoptez la location pays par pays. Et lisez très attentivement les clauses de limites territoriales. Les transgresser pourrait vous coûter très cher : en cas d'accident ou de vol, vous serez responsable dans la limite de la valeur vénale du véhicule.

■ WHEELIZ

☎ 01 79 72 80 22

www.wheeliz.com/fr

hello@wheeliz.com



Conductor Papillon

Qu'est-ce c'est que ce truc ? Alors, c'est assez simple, c'est un système de commande manuelle qu'on installe sur le volant et aux pédales de frein et d'accélérateur et ça permet aux personnes qui n'ont plus la mobilité de leurs jambes de conduire une voiture automatique. C'est amovible, facilement déplaçable grâce à ses 1,5 kg et ses 65 cm de longueur, monté en seulement quelques minutes. Ce système est facile d'utilisation, il s'installe à gauche ou à droite. Il vous est maintenant facile de louer une voiture, pour un court ou long trajet ou juste d'essayer un véhicule avant l'achat.

En France, il n'existe pas d'homologation spécifique ni de norme particulière. Cela dit, il faut toujours prévenir votre assurance. Conductor Pappillon est un des systèmes de conduite manuelle les plus vendus aux États-Unis. La société américaine qui vendait ce système en ligne n'est plus en service mais, heureusement, notre champion national de handi-kart, Claude Zeffrini, fabrique et vend un modèle similaire, tout aussi résistant pour un prix très intéressant.

► **Pour plus de renseignements**, contactez magicbastos@gmail.com qui vous mettra en relation avec Claude.

■ **MAGIC BASTOS**
magicbastos@gmail.com



Adhésion obligatoire de 10 € minimum. Non labellisé mais tout le matériel est adapté.

Créée par un paraplégique, cette association familiale de loi 1901 prête, à ses membres, du matériel de sport adapté au handicap et organise des événements handisports. Leur spécialité c'est le sport de glisse. Ici, on met à disposition tout le nécessaire pour les sports tels que le handi-ski, le wakeboard assis, un propulseur nautique et mais aussi un conductor papillon (voir encadré). Attention, ici, ce n'est pas une école, on vous prête du matériel que vous utilisez seul ou avec vos amis. Ceci dit, Magicbastos peut vous mettre en relation avec une école si nécessaire. L'été les activités se passent dans l'Allier et l'hiver à La Plagne.

Wheeliz est le premier site de location de voitures aménagées pour les personnes en fauteuil, entre particuliers. Créée en 2015 et déjà récompensée par différents prix, la société permet de pallier une difficulté rencontrée par les personnes en fauteuil : trouver facilement une voiture adaptée à leurs besoins partout en France. Le principe de partage au cœur du dispositif entre particuliers permet de garantir des prix avantageux à ses utilisateurs (à partir de 45€ par jour). Vous pourrez ainsi louer un véhicule équipé d'une rampe (TPMR), un véhicule avec un poste de conduite aménagé ou un véhicule cumulant les deux. Des camping-cars adaptés sont également disponibles à la location. En route !

Pratique

► **La carte européenne de stationnement** permet de circuler et de stationner dans l'ensemble de la Communauté Européenne (CE). Pour se la procurer, la demande doit être faite à la Maison Départementale des Personnes Handicapées où le médecin de l'équipe pluridisciplinaire instruit la demande et pourra éventuellement convoquer le demandeur pour évaluer sa capacité de déplacement. Le service départemental de l'Office National des Anciens Combattants et Victimes de Guerre est habilité pour les personnes concernées. Le Préfet s'occupe quant à lui des organismes de transport collectif. Vous devrez fournir un certificat médical délivré par le médecin traitant attestant des difficultés de déplacement et justifiant le bien-fondé de la demande ainsi que deux photos d'identité.

► Simplifiez-vous la ville avec **JustBip**. Romain Streiff, fils du créateur du HandiBip, a fait évoluer un produit qui

montrait ses limites : en partenariat avec Total, le nouveau système passe par les réseaux Radio Mobiles Professionnels (PMR) et votre téléphone portable. L'inscription se fait gratuitement sur le site web www.justbip.com qui devient l'assistant urbain des personnes à mobilité réduite en permettant à l'utilisateur de signaler sa présence en arrivant à proximité d'un lieu équipé (stations-service, commerces, aéroports...) repérable grâce au sticker JustBip. D'autres services de réseau social vous permettront en plus de partager vos activités avec l'ensemble de vos contacts.

En moto

■ **HMS – HANDICAP MOTARDS SOLIDARITÉ**
11, avenue du Maréchal-Foch
BURES-SUR-YVETTE

☎ 03 29 39 40 62

www.handicaps-motards-solidarite.com



Cette association créée en 1995 permet aux personnes handicapées physiques de passer ou de régulariser leur permis moto. HMS met à votre disposition moto et side-car école munis d'aménagements interchangeables comblant l'absence de véhicule aménagé dans les moto-écoles. Le side-car (Honda 1100 Pan European) est aménagé pour la paraplégie, l'amputation ou la paralysie d'un membre supérieur ou inférieur. Les motos solo – Suzuki 500 GSE équipée pour les handicaps des membres inférieurs et Honda 500 CB équipée pour les handicaps des membres supérieurs – sont quant à elles aménagées pour l'amputation ou la paralysie d'un membre supérieur ou inférieur.

Transports en autocar

Voilà une bonne idée pour partir en week-end d'autant plus que les passagers handicapés voyageant par autocar sur des liaisons internationales ou interrégionales ont enfin des droits, particulièrement depuis la création du règlement européen adopté le 16 février 2011 et applicable depuis le 1^{er} mars 2013. Mais le texte, plutôt complexe, comporte hélas de multiples possibilités de dérogations de la part des compagnies dont la principale autorise les transporteurs à invoquer les règles de sécurité ou d'inaccessibilité du véhicule et / ou des gares routières pour ne pas prendre en charge des personnes en situation de handicap... Dans ce dernier cas, le transporteur est toutefois tenu de proposer un service de substitution. Quelques chiffres : sur 60 000 autocars en France, environ 10 % sont aménagés ou pré-équipés pour recevoir des passagers en fauteuil à la seule condition qu'ils soient accompagnés. On l'aura compris : il reste encore du chemin à parcourir pour que le voyageur en situation de handicap – et notamment moteur – puisse se déplacer à sa guise !

On ne peut pas dire que ce soit encore facile mais on doit avouer que de nets progrès ont été réalisés. Les grandes compagnies d'autocaristes disposent à présent de quelques bus spécialement adaptés pour les personnes à mobilité réduite. Certains sont donc entièrement adaptés et automatisés. La plateforme élévatrice permet de monter les personnes à l'étage avec beaucoup de douceur, sans stress et sans danger. Mode d'emploi : vous réservez votre billet, vous contactez la billetterie handicap et vous l'informez au minimum 72 heures à l'avance de la ligne sur laquelle vous pensez voyager. La compagnie fera de son mieux pour que son bus adapté soit celui que vous utiliserez.

► Quelques compagnies :

www.flixbus.fr 01 76 36 04 12

www.adaptours.fr 09 51 05 69 51

www.isilines.fr 01 49 72 57 27

Transports collectifs

Voilà un domaine où les inégalités perdurent selon l'endroit où l'on habite ! Même si on constate certains efforts améliorant progressivement la situation, il est vain de cacher qu'il reste beaucoup à faire pour qu'une personne en situation de handicap puisse se déplacer sans l'aide d'un tiers avec une autonomie qui paraît si naturelle aux valides.

En bus

En Europe, le droit des passagers dans le transport par autobus et autocar est entré en vigueur le 13 mars 2013 (règlement 181/2011 du Parlement européen). Il y est notamment stipulé que « à la lumière de l'article 9 de la convention des Nations unies relative aux droits des personnes handicapées et afin de donner aux personnes handicapées et aux personnes à mobilité réduite la possibilité de voyager par autobus et autocar dans des conditions comparables à celles des autres citoyens, il convient d'établir des règles de non-discrimination et d'assistance au cours de leur voyage. Ces personnes devraient par conséquent être acceptées au transport et ne pas se voir opposer un

refus de transport au motif de leur handicap ou de leur mobilité réduite, sauf pour des motifs de sécurité ou qui tiennent à la conception du véhicule ou de l'infrastructure. Dans le cadre de la législation applicable en matière de protection des travailleurs, les personnes handicapées et les personnes à mobilité réduite devraient bénéficier d'un droit à une assistance dans les stations et à bord des véhicules. Dans un souci d'intégration sociale, cette assistance devrait être fournie gratuitement aux personnes concernées. Les transporteurs devraient établir des conditions d'accès, en se servant de préférence du système européen de normalisation. » Les annexes I et II prévoient également l'assistance aux personnes handicapées et PMR et la formation du personnel.

Sur le terrain pourtant, on en est encore loin, notamment car le règlement n'aborde pas la question des toilettes accessibles dans les autocars de tourisme. Le principal transporteur français propose que l'accompagnant hisse à bord du véhicule le voyageur en fauteuil (!), paye plein tarif tandis que la personne handicapée payera demitarif sur présentation de sa carte d'invalidité. Et quid de l'accessibilité des toilettes à bord et aux arrêts ? Bref, la route est encore longue.

L'AVION

Même si dans l'esprit de nombreuses personnes les transports aériens sont souvent synonymes de voyages lointains, on peut aussi prendre l'avion pour effectuer des déplacements au sein même du territoire français ! Si les directives et les déclarations d'intention se succèdent, les voyageurs en fauteuil sont toutefois confrontés à de nombreuses difficultés d'autant plus

que les services varient selon les aéroports. Une fois à bord, ne comptez sur aucun passe-droit : vous n'aurez pas plus que les autres la possibilité de choisir votre place. En vol, vous ne pourrez ni quitter votre place ni accéder aux toilettes dont les dimensions sont généralement incompatibles avec une situation de mobilité réduite... Voyager en avion implique aussi une évidence que l'on

Transports collectifs en France

Chaque chapitre régional de ce guide vous donnera des indications locales concernant les transports collectifs (train, bateau, bus, tramway ou métro). L'accessibilité des transports urbains progresse chaque année un peu plus grâce notamment à la réimplantation des tramways dans plusieurs villes de France.

► Les transports urbains

Nous vous signalerons les prestataires qui offrent des services compatibles avec une mobilité touristique. A noter que les grandes sociétés de transports adaptés comme PAM, GIHP ou Ulysse ne sont pas intégrées dans ce guide car elles sont dédiées aux résidents d'une région en particulier sur dossier à faire valider. Pour les bus, cela dépend de la vétusté du matériel et donc d'une politique de remplacement. Certains métros sont et resteront inaccessibles comme celui de Paris ou de Marseille tandis que les réseaux à automates sont dotés d'ascenseurs d'accès. Le RER francilien améliore son accessibilité petit à petit même s'il reste encore des points à améliorer. Seul bémol : sont trop souvent négligées les alarmes sonores indispensables aux passagers aveugles ou malvoyants ainsi que les alarmes visuelles nécessaires pour les passagers sourds ou malentendants !

► Les tramways

Les tramways sont un mode de déplacement adapté aux voyageurs en situation de handicap : bandes rugueuses le long des quais pour personnes malvoyantes, avertissements sonores et lumineux, places réservées (souvent peu respectées hélas !), rampes de quai et d'accès aux voitures... Principales villes ou régions françaises équipées : Angers, Bordeaux, Brest, Dijon, Grenoble, Ile-de-France, Lille Métropole, Lyon, Marseille, Montpellier, Mulhouse, Nantes, Nice, Orléans, Reims, Rouen, Saint-Etienne, Strasbourg, Toulouse et Valenciennes.

► Les transports adaptés

Les régions se dotent aujourd'hui de plus en plus de transports adaptés (PAM, GIHP, Ulysse...) mais dont l'accès est normalement soumis à dossier avec délivrance d'une carte assujettie à une adresse locale : en conséquence, ces transports ne concernent pas le touriste que vous êtes même si rien ne vous empêche de les appeler.

oubliez parfois : vous allez devoir vous mouvoir d'un point à un autre dans un espace réduit.

► **De nombreux efforts** ont été accomplis par les compagnies aériennes ces dernières années mais il est clair que vous ne trouverez pas les mêmes dispositions à bord d'un ATR 42 ou 72 et d'un 747 ou A380 ou encore selon que vous soyez à bord d'une compagnie régionale ou nationale. Nous ne saurions donc trop vous recommander de signaler vos besoins spécifiques lors de votre réservation. Air France fait vraiment tout son possible afin que les toilettes de ses avions soient accessibles en chaise roulante.

Législation européenne

Le règlement européen du 9 juin 2006 renforce les droits des passagers à mobilité réduite dans le transport aérien : les personnes désavantagées par une mobilité réduite – qu'elle résulte d'un handicap, de l'âge ou d'un autre

facteur – doivent pouvoir bénéficier des mêmes possibilités que les autres citoyens. Cette réglementation leur garantit l'accès au transport aérien sans discrimination ni surcoût. Depuis son entrée en vigueur le 26 juillet 2008, les personnes handicapées ou à mobilité réduite (PHMR) bénéficient obligatoirement de services spécifiques lors de leurs vols commerciaux que ce soit au départ, à l'arrivée ou pendant leur transit dans l'un des 500 aéroports de l'Union européenne (UE) et quelle que soit la nationalité du transporteur. Ces mesures ne sont pas anodines puisqu'elles concerneraient environ 127 millions de personnes à mobilité réduite soit le tiers de la population européenne. Si ce nombre vous semble assez élevé, précisons que la notion de personne à mobilité réduite recouvre aussi bien des personnes âgées que des personnes dont la mobilité est réduite de manière plus ponctuelle – blessure, difficulté à marcher sur de longues distances dans des aéroports modernes, etc. Aussi cette réglementation peut-elle concerner chacun d'entre nous.

Embarquer avec 2 fauteuils

Rappel d'une disposition légale autorisant l'embarquement de deux fauteuils personnels par la même personne titulaire par exemple d'un fauteuil motorisé et d'un autre manuel : «transport, outre l'équipement médical, d'au maximum deux pièces d'équipement de mobilité par personne handicapée ou personne à mobilité réduite, y compris un fauteuil roulant électrique, moyennant un préavis de quarante-huit heures et sous réserve de l'existence d'un espace suffisant à bord de l'aéronef et sans préjudice de l'application de la législation relative aux matières dangereuses». Règlement (CE) n°1107/2006 du Parlement Européen et du Conseil en date du 5 juillet 2006.

Réglementation internationale

Depuis de nombreuses années, les instances nationales et internationales ont préconisé une série de dispositions destinées à faciliter le déplacement par tous modes de transport collectif des personnes souffrant d'un handicap permanent, moteur ou sensoriel.

En Europe le règlement 1107/2006 prévoit que « *les personnes handicapées et les personnes à mobilité réduite, que cette réduction résulte d'un handicap, de l'âge ou de tout autre facteur, devraient avoir des possibilités comparables à celles dont disposent les autres citoyens* ». L'article 2 poursuit : « *Les personnes handicapées et les personnes à mobilité réduite devraient, par conséquent, avoir accès au transport et ne devraient pas se voir refuser un transport en raison de leur handicap ou de leur manque de mobilité, sauf pour des motifs de sécurité justifiés et imposés par le droit.* » Ce règlement concerne donc l'Union européenne. Cependant, les garanties offertes aux personnes en situation de handicap sont à peu près les mêmes partout dans le monde, du moins en ce qui concernent les grandes compagnies.

Un délai de 48h avant le départ est vivement recommandé par les transporteurs afin qu'ils puissent également s'assurer que les services au sol soient mis en place par les gestionnaires d'aéroports des 27 pays de la Communauté européenne (toujours en application de la nouvelle réglementation). Si l'absence de signalement n'est pas

un motif de refus d'assistance ou de voyage, convenez qu'il tout de même plus sûr de se signaler à l'avance.

Services

Le code de bonnes pratiques signé par les principales compagnies aériennes françaises en mai 2000 a permis une sensibilisation accrue de celles-ci quant à la prise en considération des besoins des personnes handicapées et de leur droit au transport. Cependant, le travail à effectuer est toujours loin d'être achevé car certaines sont parfois contraintes par des objectifs commerciaux à diminuer les services aux voyageurs, notamment handicapés.

Les services adaptés

► **Avant le vol, il y a...** le sol, cet espace compris entre l'arrivée de votre transport jusqu'à l'aéroport et l'embarquement. Les aéroports de Paris sont par exemple en charge de cet accompagnement sur Roissy et Orly. Que vous vous déplaçiez en voiture, taxi ou en transport en commun, vous disposez à votre arrivée de bornes d'appel vous permettant de signaler votre présence ; il est conseillé d'arriver 2h à l'avance pour les départs à l'étranger.

D'une manière générale, nous vous conseillons de vous adresser aux espaces accueil ou aux comptoirs d'enregistrement de votre compagnie aérienne dans les terminaux

Classification des handicaps en France

► Malentendant

Si un passager signale son handicap au préalable, une aide lui sera apportée durant les phases d'embarquement et de débarquement. Il sera tenu informé des consignes de sécurité et du déroulement du vol.

► Malvoyant

Si un passager malvoyant signale son handicap au préalable, une aide lui sera apportée pendant les phases d'embarquement et de débarquement. Les chiens d'aveugle sont autorisés à voyager en cabine avec une muselière.

► Oxygène

Désigne le passager souffrant d'insuffisance respiratoire qui doit voyager avec son appareillage.

► Problèmes psychiatriques, handicap mental

La personne sujette à des troubles psychiatriques doit être accompagnée par deux personnes pour les vols de plus de 2h. Pour le handicap mental, un accord médical est nécessaire pour que la personne puisse voyager seule. Une prise en charge est assurée durant les phases d'embarquement et de débarquement.

► Stretcher Passenger

Passager qui voyage en civière.

► WheelChair-Cabin Seat

Passager à handicap important dans l'incapacité d'effectuer le moindre pas. Il sera conduit de l'enregistrement jusqu'à son siège.

► WheelChair-Ramp

Passager à handicap réduit capable de marcher sur de courtes distances et de monter des marches mais nécessitant un fauteuil roulant pour les longs trajets dans l'aéroport.

► WheelChair-Steps

Passager à handicap moyen capable de marcher sur de courtes distances. Le passager peut effectuer quelques pas de la porte de l'avion à son siège. Il nécessite un accompagnement jusqu'à l'appareil et à sa sortie.



© Dtppe - stock.adobe.com

PRÉPARER SON VOYAGE

des aéroports dans lesquels vous devez vous rendre afin de bénéficier d'assistance. Une fois prévenu, le service d'accueil et d'accompagnement vient vous chercher sur le lieu de votre appel et vous accompagne pour votre enregistrement et votre port de bagages ; il vous suit pour votre embarquement qui peut aussi se faire avec un véhicule spécialisé et un système élévateur jusqu'à la porte de l'avion. Sachez aussi que les services au sol sont à peu près partout dans le monde délégués aux sociétés aéroportuaires.

► **La plupart des compagnies aériennes** ont également développé des services spécifiques de prise en charge des personnes handicapées : commande d'un repas adapté à votre régime alimentaire, réservation d'un second siège pour étendre vos jambes, utilisation d'oxygène thérapeutique...

Les services complémentaires

Si vous devez voyager avec les jambes allongées, il est parfois possible de réserver le siège situé devant le vôtre. S'il s'agit de transporter une personne en civière, celle-ci sera installée à l'arrière de l'appareil sur des sièges rabattus : un rideau isolera le malade du regard des autres voyageurs. Pour les personnes nécessitant une assistance respiratoire, des bouteilles d'oxygène peuvent être installées sur demande.

Démarches

► Le formulaire médical Incad

Ce formulaire (INCapacited Passengers Handling Advice) est rempli soit par vous (passager) soit par votre médecin traitant. Il est destiné au service médical de la compagnie aérienne. En effet, même si l'accueil à bord de voyageurs aveugles ou malvoyants, sourds-muets, à mobilité réduite... se fait généralement sans que soit demandé l'accord préalable du médecin de la compagnie, il est toujours préférable de signaler son handicap au moment de la réservation (cela subordonne la qualité des services

au sol qui vous seront rendus puisque c'est le transporteur qui déclenchera les services d'accompagnement). En cas de transport d'un malade ou d'un blessé, la présence d'un médecin peut être requise. Il faudra d'abord que le médecin de la compagnie donne son accord au service de réservation et à tous les services concernés par le transport (escales du départ et d'arrivée, équipage, services techniques pour du matériel complémentaire éventuel : civière, oxygène...).

► La carte Fremec

Si vous devez emprunter régulièrement l'avion, vous avez tout intérêt à demander la carte Fremec (FREquent Traveller Medical Card) reconnue par l'ensemble des transporteurs membres de l'Association internationale des transporteurs aériens (IATA). Il vous suffira de donner le numéro de votre carte Fremec lors de l'achat de votre billet. Des cartes similaires mais valables uniquement sur les vols du transporteur qui les propose sont délivrées gratuitement par certaines compagnies.

► Les bagages

Il est conseillé de voyager avec des fauteuils électriques utilisant des batteries sèches. Les batteries humides à électrolyse liquide risquent en effet d'être vidangées ou retirées, et placées dans un endroit réservé aux produits dangereux. Sans parler du temps que prend une telle opération, cela entraîne des frais et des risques de dégradation du matériel. Certaines chaises demandant un conditionnement particulier, n'oubliez pas d'arriver à l'avance. Si vous êtes malvoyant, n'emportez qu'un seul bagage à main, cela vous évitera de passer au bureau des réclamations afin que l'on vous aide à récupérer vos valises. Pensez à prendre un bagage qui se distingue soit par sa forme particulière soit par une couleur aisément repérable sur les tapis roulants qui déversent les bagages à l'arrivée. Un rappel : ne gardez pas sur vos bagages les étiquettes de vos précédents voyages. Une seule indication (celle de votre adresse de destination) évitera (en principe) un embarquement indu sur un vol que vous ne faites pas !

Perte ou vol des bagages lors d'un déplacement en avion

Lors d'un trajet en avion, la responsabilité des bagages à main incombe au voyageur qui ne peut prétendre à aucune indemnisation s'ils sont volés sauf si la faute du transporteur est avérée. En revanche, les bagages en soute voyagent sous la responsabilité de la compagnie aérienne : leur détérioration, leur vol ou encore leur perte ouvrent droit à une indemnisation. En moyenne, 16 passagers sur 1 000 ne trouvent pas leurs bagages sur le tapis à l'arrivée. Si vous faites partie de ces malchanceux, rendez-vous au comptoir de votre compagnie pour déclarer l'absence de vos bagages. Pour que votre demande soit recevable, vous devez réagir dans les 21 jours suivant la perte. La compagnie vous remettra un formulaire qu'il faudra renvoyer en lettre recommandée avec accusé de réception à son service clientèle ou litiges bagages. Vous récupérez le plus souvent vos valises au bout de quelques jours. Dans tous les cas, la compagnie est seule responsable et devra vous indemniser si vous ne revoyez pas la couleur de vos biens ou si certains biens manquent à l'intérieur de votre bagage. Le plafond de remboursement est fixé à 20 € par kilo ou à une indemnisation forfaitaire de 1 200 €. Si vous considérez que la valeur de vos affaires dépasse ces plafonds, il est fortement conseillé de le préciser à votre compagnie au moment de l'enregistrement (le plafond sera augmenté moyennant finance) ou de souscrire une assurance bagages. En cas de perte de vos bagages, l'assurance couvre la différence entre le montant remboursé par les compagnies (aérienne, ferroviaire) et le prix d'achat des biens contenus dans la valise égarée. Sachez qu'en cas de vol de vos bagages, et si vous en êtes titulaires, vous pourrez activer la clause « villégiature » de votre contrat multirisque habitation. L'assurance perte et vol de bagage est parfois proposée lors du paiement de votre voyage en couple avec l'assurance annulation voyage. Cette assurance couvre le transport des bagages mais aussi le vol, la perte et la dégradation. La souscription d'une telle assurance est conseillée lorsque l'on transporte des objets de valeur (matériel technique, photo, fauteuils électriques...) que l'on ne peut garder en cabine. Pour mémoire, la réglementation 1107/2006 du transport aérien européen stipule : « Si un fauteuil roulant ou d'autres équipements de mobilité et d'assistance sont perdus ou endommagés durant leur maniement à l'aéroport ou leur transport à bord de l'aéronef, le passager auquel l'équipement appartient devrait être indemnisé, conformément aux règles du droit international, communautaire et national. »

soirement plus sensible aux conditions parfois pénibles qu'impose le transport aérien. Ainsi, une simple jambe cassée peut devenir une source d'œdème grave si le plâtre n'est pas fendu sur toute sa longueur. De même, en cas de port d'une attelle gonflable, penser à la dégonfler un peu en cours de vol afin de réduire la pression exercée sur le membre. Attention : l'immobilisation d'un membre impose la mise du patient sous anticoagulants. Porteurs de *pacemaker*, signalez votre situation afin de ne pas passer sous les portiques magnétiques et conservez avec vous votre carnet de *pacemaker* ainsi que vos ordonnances et électrocardiogrammes les plus récents. Porteurs de prothèse métallique, munissez-vous des certificats qui vous ont été délivrés par les médecins et présentez-les avant votre passage au contrôle magnétique afin d'éviter d'être inutilement importunés par les services de sécurité.

► **Les contre-indications au transport en avion :** anémie, hémorragie interne, fracture de vertèbre, traumatisme crânien récent ayant entraîné une perte de connaissance, traumatisme thoracique grave, opération récente...

Embarquement

► L'accès anticipé en cabine

En théorie, vous pouvez demander à bénéficier de l'embarquement prioritaire réservé aux enfants et aux voyageurs handicapés. De même, vous devriez pouvoir débarquer avant les autres passagers. Il se peut également que

vous soyez sortis de l'appareil en dernier, par facilité pour la compagnie et aussi afin de ne pas être stressé par les autres usagers, qui, eux, ne pensent qu'à sortir. Mais les services varient selon votre degré d'autonomie et la taille des aéroports : ainsi dans un aéroport de petite taille, vous pourrez tout aussi bien être véhiculé jusqu'à l'appareil et pouvoir gravir les escaliers à pied que bénéficier du service WCHC et être accompagné en fauteuil roulant de la salle d'embarquement à votre siège. Dans d'autres cas, vous accédez avec votre fauteuil personnel jusqu'à la porte de l'appareil puis – après un transfert sur un siège roulant plus étroit – on vous conduira à votre place. A noter que certains aéroports étrangers offrent aux passagers handicapés, fatigués ou âgés, d'effectuer les déplacements internes à l'aéroport dans une voiture électrique qui d'ordinaire tirent les remorques de bagages. Attention, malgré la présence éventuelle d'un fauteuil étroit à l'intérieur de la cabine, il ne faudra guère compter vous déplacer à l'intérieur de l'appareil durant le vol en raison de l'inconfort des lieux. Convenons tout de même qu'aujourd'hui les équipages cabine sont mieux sensibilisés et plus attentifs – notamment pour le problème des toilettes. En revanche, les sociétés privées qui œuvrent au sol dans certains aéroports ne font pas toujours preuve de délicatesse ayant une fâcheuse tendance à confondre paquet et voyageur en situation de handicap. Sans parler du manque de tact parfois de certains transferts, du fauteuil électrique au fauteuil manuel que l'on vous prête par exemple.

Au fil de l'eau...

► Les croisières fluviales

Le tourisme fluvial est une expérience singulière qui permet de vivre en pleine nature, de se déplacer à son rythme et de découvrir le patrimoine d'une région. Ces croisières connaissent un succès croissant ces dernières années, ce qui a induit une modernisation des navires et une meilleure accessibilité. Un bon choix pour découvrir les pays au fil de l'eau.

Renseignez-vous au fil des pages de cette édition : les promenades fluviales sont nombreuses, sur la Seine ou encore sur le Canal du Midi...

► Les croisières

Un must pour alterner détente, gastronomie, spectacles et découverte des pays lors des débarquements. Attention, quel que soit votre transporteur, demandez avant votre départ si toutes les excursions à terre prévoient un transport adapté. Ce n'est pas toujours le cas.

Air France à l'écoute du handicap

Si vous prenez souvent l'avion, la compagnie aérienne Air France met à votre disposition des conseillers spécialistes auprès de qui vous pourrez demander la carte Saphir et effectuer des réservations pour vos vols. Air France s'engage à fournir une assistance individuelle ainsi que des prestations personnalisées : confort avant l'embarquement ou à bord de l'appareil, régime alimentaire, envoi du billet à domicile sous 48h à moins que vous ne préférez opter pour le billet électronique en donnant tout simplement le numéro de votre carte au moment de la réservation. Une remise de 50 % sera accordée sur tous les vols intérieurs nationaux sur présentation d'une carte d'invalidité portant la mention « tierce personne obligatoire » ou de la carte FREMEC (voir ci-dessus) mentionnant « accompagnateur obligatoire ». Votre fauteuil sera transporté gratuitement en soute, emballé le cas échéant pour éviter les chocs et les dégradations. Attention, vous devrez préciser lors de la réservation si votre fauteuil est électrique, manuel, pliant ou non, et donner son poids ainsi que ses dimensions replié

dans l'ordre : longueur – largeur – hauteur. En cas de correspondance, vous serez accompagné vers la salle d'embarquement de votre prochain vol, et si l'attente doit être longue, votre fauteuil personnel pourra vous être rendu. Un dernier point qui concerne les personnes aveugles : la compagnie accepte parfois gratuitement de transporter les chiens d'accompagnement. Les clients en fauteuil et en correspondance qui ne peuvent emprunter les cars Air France peuvent bénéficier gratuitement d'un transfert en taxi spécialement aménagé pour le transport des personnes en fauteuil roulant entre les aéroports de Paris-Charles-de-Gaulle et Paris-Orly Ouest : ce service est à demander aux comptoirs « correspondance » de l'aéroport d'arrivée.

► **Pour tous renseignements** sur le service d'assistance aux passagers à mobilité réduite ou sur les conditions du voyageurs en situation de handicap : informations précises et détaillées sur le site www.airfrance.fr ou au 09 69 36 72 77 du lundi au vendredi de 9h à 19h et le samedi de 9h à 18h ou au Tél. 0 820 01 24 24. Par email : mail.saphir@airfrance.fr

LE BATEAU

► Traversée en ferry ? Croisière en paquebot ? Balade fluviale en péniche ?

Le voyage en bateau a ses usagers, ses amateurs et ses inconditionnels ! Mais de là à affirmer que c'est le moyen de transport le plus adapté pour des personnes à mobilité réduite, il y a une limite que nous ne franchirons pas, même si – au même titre que les vacanciers valides – les personnes handicapées sont des passagers comme le spécifie le règlement n° 1177/2010 du Parlement européen concernant les droits des passagers par mer ou voie de navigation intérieure. L'article 6 précise : « à la lumière de l'article 9 de la convention des Nations Unies relative aux droits des personnes handicapées et afin de donner aux personnes handicapées et aux personnes à mobilité réduite la possibilité de voyager par mer et par voie de navigation intérieure dans des conditions comparables à celles des autres citoyens, il convient d'établir des règles en vue d'assurer la non-discrimination

et une assistance au cours de leur voyage. Ces personnes devraient, par conséquent, être acceptées à l'embarquement et ne pas se voir opposer un refus de transport, sauf pour des motifs justifiés par des raisons de sécurité et établis par les autorités compétentes. Elles devraient bénéficier d'un droit à une assistance dans les ports, et à bord des navires à passagers. Dans l'intérêt de l'intégration sociale, les personnes concernées devraient bénéficier de cette assistance gratuitement. Les transporteurs devraient établir des conditions d'accès, en se servant, de préférence, du système européen de normalisation. » Attention, ce règlement s'applique aux États membres. Comme pour les autres modes de transport, il vous sera demandé de vous présenter en avance (le transporteur doit vous le stipuler). Les chiens guides voyagent avec leur maître à condition qu'ils aient été signalés à la réservation, qu'ils soient munis de leur passeport et de leur carnet de vaccination à jour.

LE TRAIN

Billets

Acheter son billet

Si vous avez des difficultés à vous déplacer, vous pouvez réserver ou acheter votre voyage à distance et recevoir gratuitement votre billet à domicile. Si vous avez une connexion Internet, rendez-vous sur www.voyages-sncf.com et réservez en ligne tout en bénéficiant des avantages liés à votre carte d'invalidé civil : réduction pour un accompagnateur, chien guide ou réservation de l'espace dédié pour fauteuil roulant.

Vous pouvez aussi vous informer, réserver, acheter votre billet par téléphone et le recevoir à votre domicile en passant commande au 3635. Vous pouvez retirer vos billets jusqu'au moment du départ dans toutes les gares, billetteries automatiques et boutiques SNCF.

Pour cela, prenez soin de noter la référence de votre dossier voyage qui vous a été donnée au moment de votre commande et emportez avec vous la carte bancaire ayant servi au paiement.

Billet imprimé : mode d'emploi

Si vous réservez votre billet sur www.oui.sncf, vous pouvez l'imprimer vous-même et éviter les files d'attente aux guichets et le compostage accédant directement à votre place dans le train. Le billet imprimé étant nominatif, il importe que vous puissiez justifier de votre identité lors du contrôle à quai ou à bord.

Veillez donc à vous munir d'une pièce d'identité en cours de validité avec photo : ni échangeable ni remboursable, ce titre est valable uniquement pour la date et le train mentionnés sur le billet.

Visitez l'Europe en train : www.bahn.de

Avez-vous déjà essayé de commander un Nice-Istanbul ? Pour éviter la migraine, connectez vous sur cette plateforme multilingue très fonctionnelle. Voici quelques conseils et astuces pour utiliser ce site qui couvre les principaux réseaux ferroviaires européens dont la SNCF ainsi que beaucoup de trains privés en Suisse et en Suède.

Les destinations

Quand vous tapez votre destination, le site vous donne une sélection de villes se rapprochant de votre choix initial (parfois les noms de villes peuvent être écrits dans la langue du pays).

Quelle gare ?

Si la sélection inclut le nom d'une ville en capitales sans spécifier le nom de la gare, cliquez sur cette ville et le site vous donnera les trains desservant les gares dans la ville. Dans certains cas, cette sélection montrera plusieurs gares dans la même ville et vous ne saurez-vous décider sur les choix proposés.

Petit dictionnaire à usage utile

Évidemment « centrale » en italien ou « central » en néerlandais sera la gare centrale et souvent le meilleur choix. Pour Bruxelles, sélectionnez « Bruxelles Midi » (Brussels Zuid en néerlandais) qui est la gare principale de Bruxelles. Pour Barcelone, si vous voyagez de ou vers Paris, sélectionnez Barcelona Estación de França sinon Barcelona Sants. Ça peut être utile de savoir que « hauptbahnhof » (« hbf ») veut dire gare principale en allemand ainsi que « Glowni » (« Gl. ») en polonais et « Hlavni » en tchèque. Pour Vérone, sélectionnez « Verona Porta Nuova ». Pour Venise, « Venezia Santa Lucia » est sur le Grand Canal dans Venise même, mais « Venezia Mestre » est dans une zone industrielle continentale reliée à Venise par la route et de ponts ferroviaires sur le lagon.

► **Quand le résultat apparaît**, cliquez sur la flèche du bas sur la gauche pour voir le détail du voyage. Puis cliquez sur le numéro de train pour accéder à l'horaire complet, les gares desservies ainsi que les jours d'opération de ce train.

Pass InterRail

Voici un véritable bon plan, quel que soit votre âge ! Vous disposez d'un nombre de voyages illimités durant le nombre de jours de voyages de votre choix. Le pass InterRail permet aux résidents européens de voyager dans les pays suivants : Autriche, Belgique, Bosnie-Herzégovine, Bulgarie, Croatie, République tchèque, Danemark, Finlande, France, Allemagne, Grande-Bretagne, Grèce, Hongrie, Irlande, Italie, Luxembourg, ARY Macédoine, Monténégro, Pays-Bas, Norvège, Pologne, Portugal, Roumanie, Serbie, Slovaquie, Slovénie, Espagne, Suède, Suisse et Turquie. Attention, cette carte de circulation ne vous dispense pas de contacter les diverses compagnies à l'avance si vous avez besoin d'aide. Ce qui, pour le coup, est en contradiction avec la formule qui autorise des sauts de puce sur un coup de tête...

► **Pour en savoir plus**, rendez-vous sur le site <http://français.interrailnet.com/enfr>

Seat Sixty One : l'homme du siège 61...

Les fans des trains connaissent cet Anglais doux frappadingue du nom de Mark Smith qui a créé en 2001 ce site destiné à tous ceux qui préfèrent le train aux autres moyens de transport... C'est une mine d'or absolue en matière de liens dans le monde entier, d'horaires, d'infos PMR (même si parfois l'auteur se montre un peu idéaliste en matière d'accessibilité). L'occasion de faire un voyage hors des sentiers battus et de prendre son temps. Totalemt époustouflant !

► **Plus d'informations** : www.seat61.com

Réductions et avantages

Réformés, pensionnés de guerre et leurs accompagnateurs (pièces justificatives délivrées par les offices départementaux des anciens combattants et victimes de guerre) : 25 % à 45 % d'invalidité. Les personnes titulaires d'une carte d'invalidité barrée de bleu bénéficient d'une remise de 50 %, 50 % d'invalidité et plus. La possession de la carte d'invalidité barrée de rouge donne droit à 75 % de réduction. 85 % d'invalidité ou plus. La carte d'invalidité portant deux barres rouges donne droit à 75 % de réduction pour le voyageur et son accompagnateur. 100 % d'invalidité. Les titulaires de la carte d'invalidité portant deux barres bleues bénéficient d'une réduction de 75 % sur leur billet et de la gratuité pour leur accompagnateur ou leur chien-guide.

Personnes handicapées civiles et leurs accompagnateurs (pièces justificatives délivrées par les préfectures) : 80 % d'invalidité et plus. Les titulaires de la carte d'invalidité bénéficient des réductions pour tous tandis que leur accompagnateur bénéficie d'une réduction de 50 % sur le prix de son billet. 80 % d'invalidité ou plus avec mention « avantage tierce personne ». Les réductions pour le voyageur handicapé sont du domaine général mais l'accompagnateur bénéficie d'une gratuité totale. 80 % d'invalidité ou plus avec mention « cécité étoile verte ». Les titulaires de la carte d'invalidité portant la mention « cécité », « étoile verte » ou les deux mentions bénéficient des réductions accordées à tous. L'accompagnateur et le chien-guide bénéficient pour leur part d'une gratuité totale.

Personnes en fauteuil roulant et leurs accompagnateurs. Elles peuvent accéder à l'espace dédié, généralement en première classe avec un billet 2^e classe. Pour le voyageur handicapé, la réduction est calculée sur le plein tarif du billet (hors compléments éventuels : réservation par exemple) dans les trains de grandes lignes autres que le TGV et dans les TER, et dans le TGV sur le plein tarif de la classe empruntée.

► **Attention** : le titulaire de la carte et son accompagnateur valide doivent voyager ensemble sur le même parcours et dans la même classe. D'autre part, la gratuité accordée à certains accompagnateurs ne dispense pas du paiement de la réservation place assise pour les trains soumis à réservation obligatoire.

Bagages

Sur simple appel, le service des bagages prend en charge vos valises où vous le souhaitez et vous les apporte à votre destination en 24h. Cette prestation peut être

achetée en même temps que votre billet de train dans les gares et boutiques SNCF. Vous pouvez également en faire la demande par téléphone au 3635 de 7h à 21h en payant par carte bancaire. Le service est assuré de porte à porte dans la limite de 3 bagages ordinaires et 1 bagage volumineux par voyageur. Toutefois de nombreux voyageurs ont signalé des retards ou des pertes lors de l'utilisation du service : collez très fermement vos étiquettes ! Les réformés et pensionnés de guerre titulaires de la carte d'invalidité à double barre rouge ou double barre bleue bénéficient du transport gratuit du fauteuil roulant ou de la voiturette sans moteur sur présentation d'une autorisation spéciale délivrée par la SNCF. Si vous êtes titulaire d'une carte Senior, vous bénéficierez d'un tarif spécial pour vos 2^e et 3^e bagages. Le service d'accompagnement Facileo propose quant à lui aux voyageurs en perte temporaire de mobilité ou -18 ans ainsi qu'aux personnes de +60 ans, un accompagnement du domicile ou lieu d'hébergement jusqu'au train et la prise en charge des bagages (3 au maximum). Vous avez la possibilité d'obtenir une déduction fiscale de 50 % de votre montant d'impôt en payant par Chèque Emploi Service pré-financé ou en demandant une facture.

► **Pour en savoir plus**, rendez-vous sur www.bagages.oui.sncf ou appelez le 3635 et dites « accompagnement ». Plus de détails – horaires d'enlèvement, assurance... – dans la brochure Bagages ou le Guide du voyageur disponible dans les points de vente SNCF.

En gare

Les services dans les gares françaises

► **Un service d'aide aux personnes handicapées.** La SNCF organise un service d'aide aux personnes (cela peut être valable aussi en cas de jambe plâtrée ou lorsqu'il s'agit d'une personne âgée). Faites-le savoir au 36 35 et présentez-vous à la gare 30 minutes au moins avant le départ. Le relais est prévu en gare d'arrivée.

► **Place de stationnement adaptée.** Dans chaque gare, une place de stationnement est au moins réservée aux véhicules porteurs de la Carte Européenne de stationnement. Aménagée, elle est repérée par le pictogramme « fauteuil roulant » et le plus souvent située devant la gare ou dans le parc de stationnement le plus proche. Attention : n'oubliez pas d'apposer votre carte avant de quitter votre voiture. Plusieurs centaines de gares sont aménagées pour accueillir les voyageurs handicapés : rampes d'accès, toilettes adaptées, assistance en gare...

Vous pouvez consulter la liste des aménagements gare par gare sur l'espace dédié au handicap du site de la SNCF : il faut cliquer sur l'initiale de votre gare de départ et d'arrivée dans la liste alphabétique proposée pour tout savoir sur les équipements et les services disponibles. Pour les voyageurs ayant réservé l'espace « fauteuil roulant », l'assistance en gare est systématique. Le jour de votre départ, présentez-vous à l'accueil environ 30 minutes avant le départ du train. Gratuite pour les titulaires d'une carte d'invalidité et payante pour les autres. Attention : il convient de respecter les délais de réservation pour permettre aux agents de vous aider à monter et descendre du train dans les meilleures conditions.

► **Aveugles ou malvoyants.** Certaines gares disposent d'aménagements spécifiques que le service accueil vous précisera. Il existe par exemple un système d'orientation par balises de guidage sonore qui permet de se rendre facilement à l'accueil. Des bandes d'éveil de vigilance vous alertent aussi sur la proximité des voies.

► **Voyageurs malvoyants en Europe.** Une tarification particulière aux aveugles et aux malvoyants existe dans la plupart des pays européens, qu'ils soient membres de l'UE ou non. Les exceptions que nous avons pu relever sont l'Arménie dont le transport ferroviaire ne connaît aucune tarification spéciale puis Chypre et Malte où il n'existe pas de réseau ferré. En Suède, il n'existe pas de tarification spéciale propre aux trains mais les handicapés peuvent se déplacer en combinant plusieurs modes de transport pour un prix forfaitaire réduit. Dans la plupart des autres pays, une personne aveugle peut voyager accompagnée d'un guide ou d'un chien guide sans surcoût, sur présentation de sa carte d'invalidité ou d'un document attestant son handicap visuel. Une étude menée montre que les modalités de cette disposition varient sensiblement d'un pays à l'autre, le passager aveugle ou malvoyant et son guide pouvant bénéficier d'une pleine gratuité ou de tarifs réduits. En Espagne, Finlande, France, Pays-Bas, Portugal et Suisse, le passager aveugle ou malvoyant s'acquitte d'un titre de transport plein tarif alors que le guide voyage gratuitement. En Écosse, c'est au contraire la personne déficiente visuelle qui bénéficie de la gratuité et non son guide. En Irlande du Nord et en Lituanie, la gratuité est concédée aux usagers aveugles alors que les malvoyants doivent s'acquitter d'un titre de transport à demi-tarif. En Slovaquie, les aveugles comme les malvoyants voyagent à demi-tarif mais leurs guides ou chiens guides bénéficient de la gratuité. En Albanie, Angleterre, Autriche, Danemark, Espagne, Grèce, Italie et Serbie, le passager aveugle ou malvoyant ainsi que son guide ou chien guide bénéficieront chacun d'un tarif réduit (jusqu'à 50 %) ou d'un titre de transport plein tarif pour deux. Il en va de même en Norvège et en Russie, si ce n'est que les chiens guides voyagent gratuitement. En Croatie et en République tchèque, le passager aveugle bénéficie d'une réduction de 75 %, son guide ne payant rien. La Hongrie concède une réduction de 90 % à l'ensemble des usagers handicapés visuels ainsi qu'à leurs guides ou chiens guides. En Allemagne, Belgique et Irlande, aveugles, malvoyants, guides et chiens guides bénéficient tous de la gratuité. Au Luxembourg, les aveugles et leurs guides voyagent aussi gratuitement, mais cette disposition ne

s'applique pas aux malvoyants. Il n'existe pratiquement pas de chiens guides en Lettonie et en Lituanie, d'où le fait que ces pays n'ont prévu aucune tarification spéciale les concernant (CQFD). Attention : il n'est généralement pas possible de bénéficier de la gratuité ou des réductions en cours dans un autre pays. A de rares exceptions près, les pays du BENEALUX par exemple, les aveugles et les malvoyants n'ont accès qu'aux concessions du pays où leur carte d'invalidité a été émise. Il convient cependant d'ajouter que, dans la pratique, l'attitude bienveillante du personnel aux guichets peut s'avérer déterminante.

► **Sourds ou malentendants.** Si, pour faciliter votre communication avec le personnel de gare, il importe de lui signaler votre handicap, il existe aussi pour vous des équipements spécifiques : les informations sur le voyage vous sont fournies sous forme visuelle – horaires, panneaux indicateurs... Malentendants, si votre appareil auditif possède une position T, des guichets équipés d'une boucle magnétique vous permettent dans certaines gares de mieux communiquer avec les agents. Vous les reconnaîtrez facilement puisqu'ils sont repérés par le pictogramme représentant une oreille barrée.

► **Voyageurs à mobilité réduite.** Dès l'entrée des gares équipées – liste sur www.oui.sncf – des panneaux information-orientation voyageurs handicapés indiquent l'ensemble des services et le moyen pour s'y rendre. Il existe plusieurs itinéraires signalés par le pictogramme « fauteuil roulant » choisis pour leur accessibilité : bateaux de franchissement de trottoir, plans inclinés, sièges dans les salles d'attente ou sur les quais, mains courantes, ascenseurs accessibles en libre-service, monte-escaliers ou monte-charges utilisables avec assistance, passages aménagés pour traverser les voies et bornes d'appel pour obtenir de l'aide... Autres aménagements : guichets avec comptoir abaissé et tablette, toilettes adaptées, cabines téléphoniques surbaissées... Pour les personnes que fatigue la position debout, des fauteuils roulants sont disponibles au service d'accueil de la plupart des grandes gares : on voit souvent sur les quais des élévateurs destinés à faciliter la montée et la descente des personnes en fauteuil. Mais attention : tous ne sont pas toujours opérationnels dans les petites gares.

► **Voyages en groupe.** Pensez à indiquer le nombre de personnes en fauteuil roulant et celles qui ont la possibilité d'utiliser un siège voyageur dans le train au moment de la réservation et de l'achat du billet.

Voyager en train en Europe

C'est le règlement 1371/2007 du Parlement européen qui s'applique en matière des droits et obligations des voyageurs ferroviaires. Il suit de très près celui concernant le transport aérien qui fait donc figure de précurseur. Attention cependant aux compagnies privées qui n'y sont pas assujetties. Le règlement spécifie le droit au transport des personnes handicapées et à mobilité réduite qui ne doivent pas subir des règles d'accès discriminatoires. Sont également prévus l'accessibilité, l'assistance dans les gares, l'assistance à bord, les délais d'achat des billets (souvent 48h avant le départ), le délai d'arrivée en gare pour la prise en charge (1h). Il s'agit là d'une reconnaissance et d'une protection.

L'accessibilité des gares progresse globalement, l'accueil des voyageurs en situation de handicap s'améliore (notons d'ailleurs que beaucoup d'employés des réseaux de chemin de fer n'ont pas attendu règlements et décrets pour être très attentifs aux personnes en difficulté)... Mais il faudra encore longtemps pour que toutes les rames de train sans exception soient vraiment accessibles, c'est-à-dire initialement conçues pour l'être.

■ SNCF

☎ 0 890 640 650

www.accessibilite.sncf.com

acesplus@sncf.fr



Contactez Accès Plus service de la SNCF 7j/7 de 7h à 22h, si possible au moins 48h avant votre départ.

Pour vous aider à préparer votre voyage et vous donner les informations concernant les personnes à besoins spécifiques et l'aménagement de quelque 300 gares, la SNCF a mis en place le dispositif Accès Plus dont l'objectif est de rendre votre trajet le plus agréable possible : informations pratiques, réservation de vos prestations d'accueil en gare, accompagnement jusqu'au train, possibilité d'acheter vos titres de transport... Lorsque vous réservez votre voyage auprès du Centre de Service Accès Plus, le personnel en gare et à bord des trains s'organise à l'avance pour vous accueillir et vous accompagner. Pour bénéficier de ce service, vous devez être titulaire d'une carte d'invalidité civile, de priorité ou de stationnement, posséder une carte réformé / pensionné de guerre ou utiliser un fauteuil roulant dans votre vie quotidienne et vous présenter en gare avec votre propre fauteuil.

► Le service Accès Plus SNCF

Accès Plus est un service personnalisé réservé aux personnes présentant une carte d'invalidité, aux titulaires d'une carte « pensionné-réformé de guerre », aux personnes détentrices d'une carte de priorité, station debout pénible ou de stationnement de véhicule, aux personnes se présentant en gare avec leur propre fauteuil roulant. Vous bénéficiez d'un service gratuit d'accueil en gare et d'accompagnement au train,

avec le portage de votre bagage, à condition qu'il fasse moins de 15 kilos. Contact par téléphone (48h à l'avance minimum) au Tél. 0890 640 650 (0,11 €/mn TTC), par fax au 0825 825 957 (0,15 €/mn TTC), par email : acesplus@sncf.fr et par Internet : acesplus.sncf.com. La liste des gares accessibles est disponible sur : www.accessibilite.sncf.com

■ SOS VOYAGEURS – FÉDÉRATION DES AIDES EN GARE 53, rue Dubois Crancé OULLINS

www.sosvoyageurs.org

fedesosv@hotmail.fr

Ouvert du lundi au jeudi de 8h à 18h ; le vendredi de 8h à 21h ; le samedi de 8h à 14h30.

Cette association de bénévoles intervient depuis 1980 dans certaines gares SNCF. Leur mission ? Proposer une aide ponctuelle à toute personne en difficulté dans la gare. Leurs accueillants ne peuvent toutefois se substituer ni à l'accueil de la SNCF ni aux organismes spécialisés dans le domaine social même s'ils assurent quotidiennement l'accueil dans les gares où les SOS Voyageurs sont implantées. Partenaires privilégiés de la SNCF qui leur attribue un local en gare, les SOS Voyageurs travaillent en complémentarité avec son personnel et en liaison avec l'ensemble des organismes et services sociaux concernés.

■ LES COMPAGNONS DU VOYAGE

LAC CG25

34, rue Championnet (18°)

PARIS

☎ 01 58 76 08 33

www.compagnons.com

info@compagnons.com

Ouvert de 7h à 19h du lundi au vendredi. Pour les urgences : permanence téléphonique en dehors de ces heures 06 62 24 72 91.

Cette association fondée conjointement par la RATP et la SNCF met à votre service des professionnels de l'accompagnement qui organisent 7j/7 tous types d'accompagnement en Ile-de-France, en région ou sur des destinations à l'étranger.

LES TAXIS ADAPTÉS

Concernant les taxis, l'ordonnance du 8 avril 1980 précise que *«qu'il est interdit aux conducteurs de taxi de refuser de prendre en charge les personnes handicapées même lorsqu'il est nécessaire de les aider pour prendre place à l'intérieur du véhicule»*. On notera également que *«les conducteurs de taxi peuvent (...) ne pas accepter de voyageurs à côté de leur propre place (...) et refuser les personnes accompagnées d'animaux sauf s'il s'agit d'aveugles avec leur chien»*.

Certains chauffeurs cependant dépourvus de scrupules refusent les chiens-guides ou demandent un supplément exorbitant ! Ces choses étant dites, voici toutefois quelques adresses utiles pour se déplacer dans les meilleures conditions : pour cela, prévoyez un budget en conséquence car les taxis n'offrent pas de tarifs spécifiques aux personnes atteintes de handicap(s). En province, les taxis adaptés

appartiennent que si vous souhaitez prendre un taxi à la dernière minute, il ne vous sera pas toujours facile d'en trouver un disponible immédiatement : aussi, nous vous conseillons d'être prévoyant.

■ G7

☎ 3607

www.g7.fr

La société a lancé le service G7 ACCESS qui met à la disposition des personnes à mobilité réduite 7j/7 et 24h/24 plus de 120 véhicules équipés de rampe d'accès et conventionnés avec la CPAM. Une formation spécifique est dispensée aux chauffeurs des taxis G7 habilités à transporter les personnes handicapées. Info futée : le prix de la course est identique à celui d'une course classique !

[Retrouver ce titre sur Numilog.com](https://www.numilog.com)

POUR AIDER LES PLUS PAUVRES, JE CHOISIS D'AGIR AVEC EUX



Photo : Jean-Luc Perreard

FAITES UN DON

secours-catholique.org

BP455-75007 PARIS



[caritasfrance](https://www.caritasfrance.org) [f Secours Catholique-Caritas France](https://www.facebook.com/SecoursCatholique-CaritasFrance)



**ENSEMBLE,
CONSTRUIRE
UN MONDE JUSTE
ET FRATERNEL**

L'HÉBERGEMENT

► **En matière d'informations** sur les hébergements adaptés, les Comités de Tourisme Régionaux ou Départementaux, conjointement avec les offices de tourisme de chaque ville, font un très gros travail : création de brochures spécifiques, suivi des labellisations... Nous nous sommes efforcés dans ce guide de vous indiquer comment récupérer ces informations. Nous avons aussi pointé du doigt les manques et les négligences régionales, non pour stigmatiser mais pour inciter à faire mieux car se loger provisoirement – nous sommes dans le cadre du tourisme – c'est à juste titre espérer un beau cadre permettant de s'évader du quotidien.

► **Il faut garder à l'esprit** qu'un voyageur en situation de handicap est avant tout un touriste, un visiteur et un client : en conséquence, la chambre adaptée située à côté de la machinerie ou de l'ascenseur ne correspond pas à la définition du plaisir et du bien-être que nous recherchons tous en aparté de notre quotidien.

► **De plus, si les bonnes pratiques** progressent notamment dans la formation du personnel, de nombreux établissements (cafés et restaurants notamment) sont seulement abordables dès lors qu'ils possèdent une terrasse mais restent non accessibles par manque de salle(s) adaptée(s) ou de toilettes aux normes.

■ HOMELIDAYS

www.homelidays.com

Homelidays est un site spécialisé dans la location de vacances entre particuliers où le critère de l'accessibilité est pris en compte dans le formulaire de recherche. Fin 2016, plus de 115 835 résultats s'affichaient pour une recherche prenant en compte différents critères concernant l'accessibilité des biens proposés.

■ ACCESS AT LAST

Lancashire

ROYAUME-UNI

☎ +44 0 1772 814 555

<http://accessatlast.com>



Découvrez le catalogue des hébergements adaptés : appartements ou maisons de charme, les biens sélectionnés et consultables depuis le site Internet disposent tous de tout le confort nécessaire à un séjour de rêve pour les personnes en situation de handicap moteur en particulier.

► **Angleterre**, Chypre, Écosse, Espagne, États-Unis, Finlande, France, Grèce, Irlande, Pays de Galles, Portugal.

■ BIENVENUE À LA FERME

www.bienvenue-a-la-ferme.com

bienvenue-a-la-ferme@apca.chambagri.fr

Ce réseau est composé de plus de 6 200 agriculteurs adhérents, de relais Bienvenue à la Ferme régionaux

et départementaux qui conseillent les agriculteurs, garantissent la qualité des produits et des activités, aident à l'installation, assurent la promotion de la marque... Dans nos vies où le rapport à la nature se traduit souvent par un éloignement, c'est un plaisir que de trouver des hébergements où les paysages, les odeurs et les saveurs sont au cœur du séjour. Le critère handicap figure sur le formulaire de réservation avec un détail possible pour chaque type de handicap. Les amoureux des plaisirs bucoliques trouveront donc un bon nombre de fermes répertoriées en 3 catégories.

► Hébergement à la ferme

Camping à la ferme, chambre d'hôtes et gîtes. Il s'agit d'un hébergement situé sur une exploitation agricole et un accueil personnalisé de l'agriculteur.

► Ferme de découverte et pédagogique

Accueil de particuliers et / ou de scolaires sur la ferme.

► Gastronomie à la ferme

Ferme-auberge, activité traiteur, goûter et casse-croûte à la ferme. Il s'agit d'un lieu de restauration valorisant les produits de la ferme.

■ FÉDÉRATION NATIONALE DES GÎTES DE FRANCE

56, rue Saint-Lazare (9^e)

PARIS

☎ 01 49 70 75 75

www.gites-de-france.fr

info@gites-de-france.fr

Les hébergements labellisés Gîtes de France peuvent être aussi bien des gîtes ruraux, des gîtes de neige, des chambres d'hôtes ou des gîtes d'étape et de séjour. Avec une sélection de près de 55 000 adresses classées par régions ou départements, voici une façon innovante de profiter des vacances qui conviendra tout particulièrement aux familles. Le critère handicap figure sur le formulaire de réservation.

■ FÉDÉRATION INTERNATIONALE DES LOGIS

83, avenue d'Italie (13^e)

PARIS

☎ 01 45 84 70 00

www.logishotels.com

info@logishotels.com

M^o Place d'Italie.

La Fédération Internationale des Hôtels Restaurants Logis est présente en France, en Italie, en Allemagne, au Luxembourg, en Belgique, en Espagne et aux Pays-Bas. D'une étape à l'autre, chaque Logis est différent mais tous partagent un même esprit et des valeurs identiques : un accueil personnalisé, un hébergement de qualité, une restauration d'inspiration régionale, une ambiance conviviale et une invitation à la découverte. Sur le site, vous trouverez le critère accessibilité moteur lors de votre réservation.

■ **FÉDÉRATION UNIE
DES AUBERGES DE JEUNESSE – FUAJ**
27, rue Pajol (18^e)
PARIS

☎ 01 44 89 87 27

www.fuaj.org

fuaj@fuaj.org

La FUAJ se consacre à toutes les formes d'activités pour les moins de 30 ans et a développé en France un large réseau de pensions. Tout en restant le premier maillon français du Réseau International des Auberges de Jeunesse (IYHF), la FUAJ organise des chantiers de jeunes dans la France entière. Certaines auberges organisent des séjours ou des activités pour personnes en situation de handicap, sur le site, il faut cliquer à gauche sur « rechercher un séjour » pour trouver les auberges accessibles : attention, adhésion obligatoire avant toute réservation !

■ **FÉDÉRATION NATIONALE
DES LOCATIONS DE FRANCE CLÉVACANCES**
14, rue Bayard, TOULOUSE

☎ 05 61 99 44 00

www.haute-garonne.clevacances.com/fr
infos@clevacances.com

Métro Jeanne d'Arc.

Du lundi au vendredi, de 9h à 17h.

La Fédération CléVacances propose de labelliser des logements touristiques dans toute la France afin de garantir à ses clients la qualité de ses gîtes et de ses chambres d'hôtes. Elle propose ainsi en fonction du niveau de confort retenu de 1 à 5 clés vacances attribuées et vérifiées chaque année. Info futée : retrouvez tous les logements disponibles en matière d'accessibilité en cliquant sur le logo Tourisme & Handicap situé en bas à droite de la page d'accueil.

LES HÔTELS

Les grandes chaînes hôtelières ont joué le jeu de l'accessibilité notamment sur le plan du handicap moteur : dès lors, la quasi-totalité des chaînes implantées en France ont procédé aux aménagements nécessaires. Cependant, les établissements hôteliers ont presque tous supprimé de leur formulaire de réservation les critères de handicap

entraînant l'obligation pour les personnes concernées de joindre des plates-formes téléphoniques souvent surtaxées. Les petits hébergeurs même labellisés les oublient aussi fréquemment : à vous de téléphoner, d'envoyer un fax ou un mail en précisant toutes vos demandes spécifiques.

SOCIÉTÉS CONSEILS EN AMÉNAGEMENTS

■ **DOMODEP**
27, quai Maurice-Riquieu
CORBEIL-ESSONNES

☎ 08 05 69 69 60

www.domodep.com

contact@domodep.com

Domodep fabrique des équipements domotiques, de contrôle d'accès et de sécurité spécialement étudiés pour les personnes dépendantes. La société est également conseil en accessibilité et bureau conseil auprès des architectes.

■ **ASSOCIATION PROMOTELEC**

Tour Chantecoq
5, rue Chantecoq
PUTEAUX

☎ 01 41 97 42 22

www.promotelec.com

promotelec@rumeurpublique.fr

Promotelec Services assure la promotion de la domotique via des outils de communication adaptés aux entreprises et aux particuliers.

L'association délivre aussi des labels de qualité dans les logements neufs et existants. Dans le domaine du handicap, Promotelec accompagne également les fabricants de téléthèses (télécommandes) à touches lumineuses et clignotantes commandées par contrôleurs tactiles ou commande à souffler permettant le maintien à domicile, une plus grande autonomie et une sécurité au quotidien de ses utilisateurs.

PARCE QUE VOUS ÊTES
UNIQUE ...

... VOUS RÊVIEZ D'UN GUIDE
SUR MESURE

© I love photo - shutterstock.com

A VOUS DE JOUER !

my **pétit fute**
mon guide sur mesure
WWW.MYPETITFUTE.COM

SPORTS ET LOISIRS ADAPTÉS

Comme pour toute pratique sportive, l'avis du médecin est indispensable ! Nous ne traitons ici que des sports de loisirs, ceux que l'on pratique pendant ses vacances et de préférence en plein air. Les sports d'équipe comme le basket, le foot ou le rugby-fauteuil, les sports individuels comme l'athlétisme, le tennis ou l'escrime ne sont donc pas abordés dans ces pages mais vous pouvez vous renseigner auprès de la Fédération Française Handisport (FFH) ou de la Fédération Française du Sport Adapté (FFSA) qui regroupe les sportifs en situation de handicap mental, troubles psychiques et de l'adaptation.

► **De nombreuses associations** et mairies ont ces dernières années fait d'importants efforts pour développer les pratiques sportives et les loisirs adaptés aux personnes handicapées : on trouve par exemple de nombreuses des structures labellisées « **handisport** » ou « **handiloisirs** ».

► **Nous avons par ailleurs repéré** dans cette édition et dans chaque région les sites labellisés « **handiplages** » ainsi que les circuits de randonnées adaptés, les pontons accessibles, les écoles de montagne ou celles de voile : à vous d'en faire l'usage qui vous convient.

■ DECATHLON www.decathlon.fr

Depuis 1976, Décathlon propose aux sportifs passionnés tout le nécessaire à la pratique de leur sport. De la tenue vestimentaire au matériel sportif, on trouve tout. Le but est de permettre au plus grand nombre de pratiquer et de profiter des bienfaits d'une activité sportive. La Mission handicap Décathlon travaille d'ailleurs depuis vingt ans au recrutement et à l'intégration de collaborateurs touchés par cette problématique. Les magasins, handicapés, sont complètement accessibles en fauteuil et les collaborateurs sont sensibilisés au handicap. Pour les

aveugles et malentendantes, sachez que certains coéquipiers des magasins présentant le pictogramme relatif sont formés afin de vous renseigner au mieux.

■ **FÉDÉRATION FRANÇAISE DU SPORT ADAPTÉ – FFSA**
3, rue Cépré (15^e), PARIS
☎ 01 42 73 90 00 – www.ffa.asso.fr
ligne 6, Cambrone et ligne 10, Ségur.



La FFSA se donne pour mission d'offrir à toute personne handicapée, mentale ou psychique, la possibilité de vivre la passion du sport de son choix dans un environnement voué à son plaisir, sa performance et sa sécurité.

■ **FÉDÉRATION FRANÇAISE HANDISPORTS – FFH**
42, rue Louis-Lumière (20^e), PARIS
☎ 01 40 31 45 00 – www.handisport.org
contact@handisport.org

En métro : Ligne 3 station Porte de Bagnole
ou ligne 9 station Porte de Montreuil.

En Tramway : Ligne 3 B station Porte de Bagnole
ou Mairie de Miribel.

En bus : Bus 57 arrêt Serpolet.

Les locaux sont ouverts du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30 (16h30 le vendredi).

Créée en 1954 sous l'appellation Association des Mutilés de France, le mouvement sportif Handisport a connu une importante évolution : en 1963, l'association devient la Fédération Française Sportive des Handicapés Physiques (FFSHP) avant d'intégrer le Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF) dix ans plus tard. Ce n'est qu'en 1977 qu'elle change de dénomination pour devenir officiellement la Fédération Française Handisport (FFH).

À LA MONTAGNE

Parcs à thème et accessibilité

Les parcs à thème sont référencés par département de façon détaillée au fil de ce guide. Il est important de souligner qu'un réel effort est consenti en direction des visiteurs en situation de handicap : Disneyland Paris, le Parc Astérix, Le Puy-du-Fou, le Futuroscope, Vulcania ainsi que certains aquariums ou parcs animaliers sont en effet aujourd'hui partiellement accessibles avec des tarifs adaptés et souvent un accueil personnalisé.

Activités

► L'escalade et la haute montagne

Sourds et malvoyants, personnes en situation de handicap mental ou psychique stabilisées peuvent accéder aux sommets avec des moniteurs spécialisés à condition d'avoir une bonne condition physique et d'être vigilants face aux risques de la montagne.

► Le FTT ou Fauteuil Tout Terrain

Équivalent du VTT sur 4 roues, le FTT se pratique aussi bien en loisir qu'en compétition, et procure des sensations extrêmes. Mais il ne peut s'improviser sans sécurisation ni préparation. Les modèles sont adaptés au type de pratique (loisir, randonnée sportive ou compétition) mais aussi au type de handicap. Informations sur <http://ftt.free.fr>

Retrouver ce titre sur Nurjilog.com

waves

ACTISUD

Waves c'est 50 enseignes,
des restaurants ouverts
7J/7 de 9h à 23h !
Et c'est aussi des jeux pour
les enfants et des spectacles
tous les jours...



PETIT TRAIN

MERCREDI ET SAMEDI
DE 13H30 À 18H30



LES JEUX D'EAU

PROFITEZ TOUS LES JOURS
DE LA FÉÉRIE DES EAUX



PONEYS

MERCREDI ET SAMEDI
DE 13H30 À 18H30



SPECTACLE

L'INCROYABLE SHOW VIDÉO
ET EFFETS SPÉCIAUX DÈS LA
TOMBÉE DE LA NUIT



DRAGOUNET

MERCREDI ET SAMEDI
DE 13H30 À 18H30

waves is all you need

Coloplast®
Actif



Nouveau
Service
GRATUIT

Vous pratiquez l'autosondage ? Vous partez en voyage ?

Découvrez **Coloplast® Actif**, un service d'information **GRATUIT** pour vous aider à répondre à vos questions du quotidien sur l'autosondage. Retrouvez notamment **des informations** pour voyager sereinement et un **certificat de voyage** à télécharger.

Bénéficiez d'avantages exclusifs



CONTENUS VALIDÉS
PAR DES EXPERTS



RENCONTRES
ENTRE MEMBRES



APPELS À
LA DEMANDE



CADEAUX OFFERTS
pour toute inscription

Inscrivez-vous dès maintenant



sur www.coloplastactif.fr/continence



ou par téléphone au

0 800 01 58 68

Service & appel
gratuits

puis tapez 2

 **Coloplast**

Soins des stomies / Continence / Soins des plaies / Urologie

Le logo Coloplast est une marque enregistrée par Coloplast A/S, DK - 3050 Humlebaek.
© Tous droits réservés aux Laboratoires Coloplast 312 328 362 RCS Bobigny - Nov. 2018

15.95 € Prix France



9 782305 000596