

LE PLEIN AIR POUR TOUS

Pratiques inspirantes et matériel adapté



TRAINEAU À CHIENS

Le traineau à chiens est idéal pour les petits et grands de tout niveau d'habileté. Il permet aux participants de profiter de l'hiver et d'avoir un contact privilégié avec des chiens sociables et enjoués. Considérant notre climat, c'est une des activités de plein air accessible qu'on aurait tout intérêt à développer davantage au Québec.

MATÉRIEL

Il est difficile de trouver du matériel adapté pour la pratique de randonnées en traîneau à chiens. Les mushers (pilotes d'attelage) réalisent généralement eux-mêmes des adaptations sur des traîneaux traditionnels. En général, c'est surtout le siège qui est modifié afin d'être stable, confortable et bien isolé. Cette option permet au participant d'apprécier la randonnée, peu importe ses habiletés. Néanmoins, de plus en plus, les participants à mobilité réduite veulent apprendre à conduire leur propre attelage. Pour ce faire, deux choix s'offrent à l'utilisateur : conduire un plus petit attelage à partir d'un tricycle tout terrain ou d'un équipement de ski de fond adapté, ou bien implanter un système de frein à l'avant d'un traîneau ou d'un équipement de ski de fond adapté.

PRATIQUES INSPIRANTES

KINADAPT

📍 RAWDON, QUÉBEC



[Kinadapt](#) est un organisme créé en 2005 par un kinésologue et une psychoéducatrice afin de rendre accessibles le plein air et le traîneau à chiens. L'entreprise propose à la fois des activités sensorielles autour du chien et des balades en traîneau. Elle utilise plusieurs modèles de traîneaux classiques, sur lesquels elle a effectué des modifications pour les personnes à mobilité réduite. Les personnes ayant une déficience intellectuelle sont aussi bien accueillies sur le site.

⊕ [Du traîneau à chien accessible chez Kinadapt](#) (Alain Demers, WixMag, 2015).

SLED DOG SANCTUARY

📍 ALASKA, ÉTATS-UNIS



[Sled Dog Sanctuary](#) est une entreprise très dynamique qui prend l'accessibilité à cœur. Elle a développé un modèle de traîneau permettant aux personnes à mobilité réduite de diriger leur propre attelage. Le système de frein a donc été installé à l'avant afin d'être utilisable par une personne en position assise. Il fonctionne comme le frein à main d'une automobile. Le traîneau est particulièrement utilisé par [Challenge Alaska](#), une association offrant plusieurs programmes de sports d'hiver adaptés.

▶ En vidéo : explications sur l'adaptation des freins à main. [Adaptive Dog Sled - Texas State University - Graduate Project](#) (2015).

PRATIQUES INSPIRANTES

NOBLE PAWS

📍 ALASKA, ÉTATS-UNIS



[Noble Paws](#) est une nouvelle fondation enseignant aux personnes handicapées à conduire leur propre traineau à chiens afin de favoriser au maximum leur autonomie. Pour ce faire, l'organisme s'est doté de plusieurs types d'équipement : des tricycles à mains bravant la neige et des luges de ski adapté. Pour l'instant, le système traditionnel de freinage n'a pas été adapté, ce qui fait en sorte que les participants doivent se limiter à un attelage de quelques chiens pour des raisons de sécurité. Les coûts des programmes d'une durée de plusieurs jours sont très abordables pour les personnes handicapées, et ils sont même gratuits pour les vétérans.

▶ En vidéo : témoignage et plans permettant de bien comprendre comment les vélos à neige sont utilisés avec les chiens. [Noble Paws - Dog Mushing for All Abilities](#) (2014).

ÉVASION CANINE

📍 FONTAINEBLEAU, FRANCE



L'initiation à la conduite de traineau à chiens dans la forêt de Fontainebleau est enfin accessible aux personnes à mobilité réduite. L'entreprise [Évasion Canine](#) a développé un véhicule sur quatre roues stable et sécuritaire, même dans la neige. Ce modèle vise surtout les personnes qui possèdent une bonne motricité du haut du corps.

PRATIQUES INSPIRANTES

ANTARTICA

📍 FRANCE



Dans le Massif du Jura, les balades en traîneau à chiens sont disponibles pour tous, à l'année longue, grâce à [Antartica](#). Durant l'hiver, un traîneau standard est utilisé par les personnes à mobilité réduite. Pendant l'été, un « cani-kart », soit un petit véhicule à quatre roues, est utilisé par les participants. Trois personnes peuvent y monter et s'y attacher grâce à des ceintures de sécurité.

L'entreprise Eden Dog Sledding, située au Vermont (États-Unis), offre un véhicule similaire, le [Dogsledding-On-Wheels](#).

L'ODYSSÉE POUR TOUS

📍 MONT BLANC, FRANCE







[L'Odysée pour tous](#) est une course faisant partie de l'événement La Grande Odysée ayant lieu chaque année au Mont Blanc. Cette course réunit une dizaine d'adolescents ayant une déficience intellectuelle ou neurologique. Elle est le fruit d'un partenariat entre un institut médico-éducatif, des mushers (pilotes d'attelage) professionnels locaux, l'Office de Tourisme et la commune de Morillon, qui possède un programme d'accès aux loisirs pour tous. L'objectif de l'Odysée est d'abord pédagogique. Durant l'automne, les adolescents vivent une première rencontre avec le milieu canin au sein d'un chenil. Ils réalisent des séances de cani-randonnée et apprennent à conduire un attelage sur neige. Après la course, l'expérience leur sert aussi de support pour approfondir certains sujets, comme la géographie et l'expression écrite.



⊕ [L'Odysée pour tous: Des ados s'essayent au traîneau](#) (Handirect, 2017).

AUTRES FICHES

qui pourraient vous intéresser afin d'offrir une expérience inclusive :

-  Le parcours sans obstacles
-  Formation et accompagnement
-  Communication et promotion
-  La signalétique

POSSIBILITÉS DE PRATIQUE AU QUÉBEC

-  Kinadapt
-  Arctic Aventures

ARTICLES INTÉRESSANTS

-  Témoignage et conseils d'une musher à mobilité réduite : [If you can't ski - get mushing](#) (Verite Reilly Collins, BBC, 2006)
-  Un livre autobiographique sur la première musher ayant complété la course Iditarod avec une déficience visuelle : [No End in Sight: My Life as a Blind Iditarod Racer](#) (Rachael Scdoris, 2007)
-  Le résumé de la vie de cette première musher ayant complété la course Iditarod avec une déficience visuelle : [Rachael' Story](#) (site officiel de l'athlète)
-  L'expérience en chiens de traîneau de jeunes ayant une déficience intellectuelle : [Une balade en traîneau à chiens... comme tout le monde](#) (Patrick Harvey, CIMT, 2013)

VIDÉOS PERTINENTES

- ▶ [Traineau à chiens adaptés pour personnes handicapées - Arctic Adventure](#) (2013)
- ▶ Reportage sur une sortie en traineau à chiens avec des personnes ayant une déficience intellectuelle : [Sortie en traîneau à chiens](#) (2013)
- ▶ Chiens de traineau... chiens de vélo! Activité d'été pour garder les chiens et les mushers actifs : [Adaptive Bikejoring with Four Sled Dogs](#) (2015)
- ▶ Chiens de traineau et fauteuil roulant - option estivale et peu coûteuse : [Dryland Mushing in a Wheelchair](#) (2015)

Rédaction par Julie-Anne Perrault (Kéroul)
Révision par Carole Turcotte (Kinadapt)